[٦]

مستوى الضغوط المهنية كدالة تنبؤية لأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

د. دلال عبد الهادي الردعان
أستاذ مشارك في الصحة النفسية– كلية التربية الأساسية
قسم علم النفس التربوي
الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

مستوى الضغوط المهنية كدالة تنبؤية لأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

د. دلال عبد الهادي الردعان*

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى درجة الضغوط المهنية كدالة تنبؤية لأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت والفروق في تلك الدرجة تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية, سنوات الخبرة)، ولتحقيق أهداف الدراسة الحالية تم اتباع المنهج الوصفي بشقيه المسحي والتنبؤي لملائمته لطبيعة الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٦٦) معلمة للمرحلة المتوسطة في دولة الكويت، واللاتي تم اختيارهن بالطريقة العشوائية، وقد تم استخدام مقياس الضغوط المهنية ومقياس الأعراض السيكوسوماتية.

وقد أشارت النتائج إلى أن درجة الضغوط المهنية لدى المعلمات كانت مرتفعةً بمتوسط حسابي مقداره (٣.٥٠)، وأن درجة الأعراض السيكوسوماتية كانت منخفضةً بمتوسط حسابي مقداره (١.٧١)، كذلك أظهرت الدراسة إمكانية التنبؤ بالأعراض السيكوسوماتية من خلال الاعتماد على درجات الضغوط المهنية لدى المعلمات بدرجة متوسطة، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في درجة الضغوط المهنية وأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة). وفي ضوء نتائج الدراسة توصي الباحثة بالحاجة للعمل على تكثيف مزيد من الجهود بهدف تزويد المعلمات بالثقافة المعرفية وتدريبهن على اكتساب المهارات المناسبة للتعامل مع الضغوط المهنية والتخفيف من آثارها المحتملة والتغلب عليها.

الكلمات المفتاحية: الضغوط المهنية، أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية.

* أستاذ مشارك في الصحة النفسية– كلية التربية الأساسية – قسم علم النفس التربوي– الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

Abstract:

The present study aimed to identify the degree of professional pressures as a predictive index of the symptoms of psychosomatic disorders among middle school teachers in the State of Kuwait. Additionally, the study aimed to differences in that degree according to some demographical variables (age, specialization, marital status and years of experience). Sample consisted of (466) middle teachers was selected randomly. Professional pressures and psychosomatic symptoms scales used to collect data form respondents. The results indicated that the degree of professional pressures among the teachers was high with a mean of (3.50). While showed that the degree of psychosomatic symptoms was very low with a mean of (1.71).

The study also showed the possibility of predicting psychosomatic symptoms moderatly by relying on the degrees of professional pressures of the teachers. However, the results indicated that there were no differences in the degree of professional pressures and psychosomatic symptoms in the female teachers' means according to the study variables (age, specialization, marital status, and years of teaching experience). Researcher recommended the need for more efforts toward providing teachers with knowledge and train them to acquire skills to deal and minimize job pressures' affect and overcome them.

Keywords: professional pressures, psychosomatic symptoms.

مجلة الطفولة والتربية – العدد الثاني والأربعون – السنة الثانية عشرة – أبريل ٢٠٢٠

مقدمة:

تعد الضغوط من أهم سمات العصر الحديث ولا يكاد يخلو أي مجتمع من المجتمعات من هذه الضغوط نظراً لكثرة التحديات والتطورات السريعة في هذا العصر، وتتنوع مصادر الضغوط النفسية, فبعضها يرتبط بظروف الحياة اليومية كالمطالب الاجتماعية، وبعضها الآخر يرتبط بظروف الحياة اليومية كالمطالب الاجتماعية، وبعضها الآخر يرتبط ببيئة العمل. وقد تحد الضغوط المرتبطة في بيئة العمل من الأداء الوظيفي وتتسبب في تدني جودته وخفض الإنتاجية فيه، وتعد الضغوط المهنية من أكثر الضغوط تأثيراً على حياة الأفراد والمجتمعات نظراً لآثارها السلبية على الصحة النفسية للفرد وعلاقاته مع الآخرين، وتدني مستوى أدائه الإنتاجي خليفات والزغول (٢٠٠٣), وعلى الرغم من انتشار ظاهرة الضغوط المهنية في جميع المهن والوظائف، إلا أنها تتباين في طبيعتها وشدتها من مهنة إلى أخرى، ويرجع ذلك إلى اختلاف طبيعة هذه المهن ومطالبها، فقد أظهرت بعض الدراسات أن العاملين في مجال الخدمات الإنسانية التي تتطلب الاتصال مع الجمهور مثل مهنة الطب والتمريض والتعليم هم الأكثر تعرضاً للضغوط المهنية من غيرهم من العاملين في القطاعات والمهن الأخرى (Meichenbaum, 1991), ولقد أشارت الدراسات إلى وجود مستوى عالي من الضغوط المهنية لدى العديد من فئات الموظفين كموظفي البنوك (Badar, 2011) والأطباء (Teoh, 2018) والمعلمين (الأحسن , ٢٠١٥) والموظفين العاملين في المستشفيات (المشعان, ٢٠٠٠).

ولقد أسهم تزايد الاهتمام بأهمية العمل كمعيار لتقدير القيمة الاجتماعية للفرد في تزايد هذه الضغوط المهنية لدى الفرد في المجتمع، ولقد حظي مجال الضغوط المهنية باهتمام كبير من الباحثين الذين خلصوا بنتائج دراساتهم إلى أن الكثير من الموظفين يرون أن عملهم مجهد وأن الوظيفة هي مصدر إجهاد في حياتهم, وقد أكدت العديد من الدراسات أن ضغوطات المهنة قد تنتج عنها بعض الآثار السلبية على الصحة النفسية والجسمية للأفراد العاملين وعلى مستوى العمل والإنتاج، حيث قد تظهر أعراض التوتر والقلق، والإحباط، والإكتئاب إضافة إلي الأعراض الجسدية مثل الإصابة بأمراض القلب، والقرحة وتصلب الشرايين واضطراب الجهاز الهضمي والقولون وغيرها، حيث يعتبر التعرض المستمر لحالات من التوتر أو الضغوط من

العوامل الرئيسية للإصابة بالاضطرابات النفسية الجسمية (الاضطرابات السيكوسوماتية) (المشعان ٢٠٠٠: البشير ٢٠٠٥)..

وتعد مهنة التدريس من أكثر المهن الانسانية الضاغطة والتي ذهب بعض الباحثين إلى التحذير من أنها من أكثر المهن التي تتضمن ضغطا نفسياً كبيراً للمنشغلين بها، حيث أثبتت الدراسات أن العاملين في مجال التدريس يتعرضون إلى ضغوط مهنية بشكل مضاعف مقارنةً بالضغوط المهنية لدى العاملين في القطاعات والمهن الأخرى (القشقوش والاحمدي ,٢٠٠٠), ويعاني المعلمون في المدارس درجات متباينة من الضغوط النفسية المتعلقة بالعمل، حيث يشعرون بأن جهودهم في العمل غير فعالة، ولا تكفي لإشباع حاجتهم إلى التقدير والإنجاز وتحقيق الذات, ومهنة التدريس من المهن التي تتطلب أداء مهمات كثيرة، حيث يواجه المعلمون الكثير من التحديات، فعلى عاتقهم تقع مسؤولية إعداد الأجيال والمساهمة في تطوير المجتمعات وتقدمها، ولا يقتصر دور المعلمين على تخطيط وإعداد عملية التدريس وتنفيذها فحسب، بل يتعدى ذلك إلى الكثير من المطالب، فمهنة التعليم تتطلب من المعلمين النمو والتقدم المعرفي من خلال متابعة التطور العلمي والتكنولوجي، والإلمام بأحدث الأساليب والطرق التربوية وأساليب البحث العلمي، والمساهمة في حل المشكلات الأكاديمية والتربوية، وفي اتخاذ القرارات، والتعرف على حاجات التلاميذ، وهذه الضغوط المهنية التي تفرضها مهنتهم بما فيها تؤثر بدورها على صحتهم النفسية والبدنية. وتتعدد مصادر الضغوط المهنية لدى للمعلمين إلى ضغوطات ترتبط بالجوانب التنظيمية للعمل وأعبائه ومسئولياته ومستوى الدخل الوظيفي ونقص المكانة الاجتماعية وغياب الدعم الاجتماعي وضغوط السعي لتحقيق النمو الوظيفي، وضغوط أخرى متصلة بالخصائص الشخصية للمدرسين وحاجاتهم الجسدية والنفسية (عبد الفتاح, ٢٠٠٢: عسكر ,٢٠٠٣). وحيث أن مهنة التدريس من المهن التي تتطلب أداء مهمات كثيرة، لذلك تعد من المهن التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغوط المهنية، والتي تجعل بعض المعلمين غير راضين عن مهنتهم وغير مطمئنين لها، مما يترتب عليه آثار سلبية كثيرة تنعكس على عطائهم وتوافقهم النفسي ورضاهم عن الحياة محمد (١٩٩٩). إن وجود ضغوط مهنية لدى المعلم قد تساهم في تكوين اتجاهات سلبية لدى المعلم نحو مهنة التعليم، ولا يعني

بالضرورة تركها أو التخلي عنها، بل قد يستمر المعلم في المهنة نتيجة ظروف ضاغطة لكن إنجازه لمتطلبات المهنة قد لا يكون بالمستوى المطلوب الذي يحقق أهداف مهنة التعليم، وربما لن ترتقي به المهنة ولا يرتقي من خلالها (الهيجان،١٩٩٨), فإن الاتجاهات السلبية نحو مهنة التعليم بسبب ضغوط نفسية ومهنية التي يعاني منها المعلم ترتبط بالجهد النفسي والجسمي لهم، وبالتالي تنعكس سلباً على اتجاهات الطالب (الطلافحة، ٢٠١٣). لذا من الأهمية أن يتمتع المعلم بصحة نفسية وجسدية جيدة، وبشخصية متكاملة ومتزنة ومستوى مقبول من الرضى النفسي والذي ينعكس إيجابياَ بدوره على تحصيل وانجاز التلاميذ الأكاديمي ونموهم النفسي في المدرسة وعلى أداء المعلم وانجازه ونموه الوظيفي. كما أن للمرحلة المتوسطة خصوصية تختلف عن باقي مراحل التعليم الأخرى , لأنها ترتبط بطبيعة الطلبة خاصة وهم يمرون في سن المراهقة والتغيرات الجسمية والنفسية والاضطرابات الهرمونية التي ترافق سن المراهقة وما يمكن أن يمر به الطلبة من اضطرابات نفسية مما قد يجعل من الصعب للمعلم التعامل بأريحية ومرونة مع هؤلاء الطلبة (الردعان,٢٠١٨).، لذا تتناول الدراسة الحالية موضوع الضغوط المهنية لمعلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت وقياس مستوى الضغوط المهنية وفقاَ لمصادر هذه الضغوط وعلاقة هذه الضغوط بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية للمعلم.

مشكلة الدراسة:

نطراَ لدور المعلم الرئيسي في نجاح العملية التعليمية، فهو يعد الركيزة الاساسية في العملية التعليمية، وأهم عناصرها في تعليم التلاميذ، واكسابهم المهارات والسلوكيات ومساعدتهم في نموهم معرفياً ونفسياً واجتماعياً، كما أن هذه العملية التربوية تتطلب أن يتمتع المعلم بتوازن نفسى ودافعيه وحب واخلاص لمهنته والمتعلمين، ويشعر بالراحة والرضا أثناء ممارسته لعمله، فإن اطمئن المعلم نفسياً في عمله، وشعر بالرضا الوظيفي فإنه سينجح، ويعطى بلا حدود، كما أن رضا المعلم

عن مهنته قد تكون سبباً في زيادة حيويته وحماسه واقتناعه لما يقوم به من دور، مما يؤدى إلى زيادة انتاجه وتطوير نفسه من خلال العمل الجاد والدؤوب على ايصال المعلومات واعطاء التدريبات اللازمة لطلابه بكل اقتدار وحرص شديدين، يكون لهما عظيم الاثر في تحقيق رساله التعليم وينعكس أثر ذلك على أبنائنا الطلاب، وإن شعر المعلم بعكس ذلك فإنه سينعكس بآثار سلبيه على الصحة النفسية للمعلم وطلبته، والتي قد تنعكس بصوره سلبية كذلك على المسيرة التعليمية ومستوى اداء التلاميذ، ومخرجات العملية التعليمية (القريونى، ٢٠٠٨), ومن هنا تتلخص مشكلة الدراسة بمحاولة الإجابة عن التساؤلات التالية.

- تساؤلات الدراسة:

- **السؤال الأول:** ما مستوى الضغوط المهنية تبعاً لمصادر الضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت؟
- **السؤال الثاني:** ما درجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت؟
- **السؤال الثالث:** هل يمكن التنبؤ بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة من خلال مستوى الضغوط المهنية لديهن؟
- **السؤال الرابع:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة المتوسطة تعزى لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة)؟
- **السؤال الخامس:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة تعزى لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة)؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على:

- مستوى الضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة المتوسطة تبعاً لمصادر الضغوط المهنية في دولة الكويت؟

- درجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت؟
- إمكانية التنبؤ بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة من خلال مستوى الضغوط المهنية لديهن؟
- الدلالة الإحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة المتوسطة التي قد تعزى لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة)؟
- الدلالة الإحصائية في مستوى أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمات المرحلة المتوسطة تعزى لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة)؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في أهمية الموضوع الذي تتناوله وهو موضوع الضغوط المهنية لدى المعلمين وفقاً لمصادر الضغوط المهنية وعلاقة هذه الضغوط بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية, وأهمية الشريحة المجتمعية التي تتناولها الدراسة وهي شريحة المعلمين باعتبارهم الركيزة الأساسية في المسيرة التعليمية ولها دورها الفعال في التنمية البشرية وصناعة الأجيال. وتتمثل الأهمية النظرية للدراسة الحالية في قلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين الضغوط المهنية لدى المعلمين وأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية في دولة الكويت, فقد تكون هذه الدراسة محاولة علمية جادة لخدمة المعلمين بالدرجة الأولى من خلال تسليط الضوء على حجم المعاناة النفسية لهم جراء تعرضهم للضغوط المهنية, وما قد تتسبب فيه هذه الضغوط من اضطرابات وآثار سلبية على صحتهم النفسية وخفض الانتاجية والانجاز للمعلمين وطلبتهم, كما قد تكون الدراسة منطلقاً لدراسات وبحوث مستقبلية تتناول موضوع الضغوط المهنية في الميدان التربوي أو ميادين أخرى. وتأتي الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية بما قد تسهم به نتائج هذه الدراسة بالتنبؤ بدرجة هذه الضغوط لدى المعلمين ومحاولة توجيه أنظار صناع القرار التربوي بمختلف مستوياتهم إلى إمكانية دراسة أوضاع المعلمين وتحسين ظروفهم المهنية بهدف تحسين العملية التربوية

والتعليمية والارتقاء بها والتخفيف من هذه الضغوط خلال معرفة مصادرها والعمل على التخفيف من هذه المصادر وتأثيرها في نشأة في الضغط المهني , ومحاولة تخصيص برامج ارشادية وتدريبية لمساعدة المعلمين على رفع مستوى الوعي لديهم لتجنب هذه الضغوط المهنية واكتساب الأساليب والمهارات المناسبة للتعامل معها الضغوط المهنية , وكذلك قد تسهم هذه الدراسة في الوقوف على أحد أسباب عزوف الطلبة في الاقبال على مهنة التدريس وتشجيع المسئولين على زيادة تقدير مهنة التدريس مادياً ومعنوياً ورفع الوعي لدى المجتمع لتقدير المكانة الاجتماعية للمعلم, وقد تساهم مستقبلاً في تحسين جودة التعليم المتوسط ورفع ثقة المعلمين في أنفسهم وتقديرهم لذواتهم مما قد ينعكس إيجابياً على صحتهم النفسية ويساهم فيما بعد بالارتقاء بالعملية التربوية.

مصطلحات الدراسة:

الضغوط المهنية:

يعرف الكاهاني (٢٠٠٠) الضغوط المهنية بأنها مجموعة التأثيرات الداخلية لدى الموظفين، وتنجم عن التفاعل بين العوامل التنظيمية أو الاجتماعية والمكونات الشخصية لهم، وقد تؤدي إلى اضطرابات جسمية أو نفسية أو سلوكية، مما يدفعهم إلى الانحراف عن الأداء الطبيعي لأعمالهم. وتعرف الضغوط المهنية إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس مستوى الضغوط المهنية الذي استخدم في هذه الدراسة.

أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية (النفس–جسمية):

وهي عبارة عن أعراض تنشأ عن اضطرابات ذات منشأ نفسي ولكن أعراضها تأخذ شكلاً جسيماً، وهي لا تقل خطورة عن الأمراض العضوية, ومنشأها اضطرابات عقلية أو عاطفية أو انفعالية تؤدي إلى خلل في وظيفة عضو أو أكثر من أعضاء الجسم، أو خلل في وظائفه نتيجة الاضطرابات الانفعالية المزمنة التي ترجع إلى عدم اتزان بيئة الفرد (الجاموس، ٢٠٠٤). وتعرف أعراض الاضطرابات

مجلة الطفولة والتربية – العدد الثاني والأربعون – السنة الثانية عشرة – أبريل ٢٠٢٠

السيكوسوماتية إجرائياً بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية الذي استخدم في هذه الدراسة.

الإطار النظري:

أولاَ: الضغوط المهنية:

مفهوم الضغوط المهنية: يعد مفهوم الضغط أحد أهم المفاهيم التي تم تناولها بالدراسة والبحث من قبل علماء النفس والصحة النفسية, وقد أشار حسين (٢٠٠٦) إلى أن مصطلح الضغط استخدم حديثاً بوجه عام لوصف الأحداث الخارجية التي تؤدي إلى الشعور بالضيق وعدم الارتياح من قبل الفرد، ولكن هذا الشعور يكمن وراءه التفسير والمعنى الذي يعطيه الفرد للحدث، وهذا التفسير هو الذي يحدد الحدث من حيث كونه ضاغطا أو لا. ومن المتفق عليه أن عصرنا هذا، ونتيجة للتقدم والتطور السريع أصبح فيه الانسان يعاني الكثير من الضغوط بمختلف أشكالها النفسية والمهنية، وهذا ما أثبتته الكثير من الدراسات في مختلف مجالات الحياة عامة، ومجال العمل بالخصوص كون الانسان يقضي جل يومه فيه, ولقد زاد اهتمام الباحثين بموضوع الضغوط المهنية منذ بداية الثمانينات، ويرى بعض الباحثين أن انتشار الضغوط المهنية في السنوات الأخيرة قد يعزى للمطالب الكثيرة على الأفراد المتعلقة بالتغير السريع وعصر التكنولوجيا, وتذبذب سوق العمل، والتنافس الدولي، وضغط الوقت الحاد، والتخفيضات في ميزانية الدول (خليفات والزغلول, ٢٠٠٣), ولم يقتصر الاهتمام بموضوع الضغط على الباحثين فقط، فقد أبدت منظمات دولية أيضا اهتمامها به، فقد أشارت الوكالة الأوربية للسلامة والصحة إلى أن تكلفة الضغط المهني في أوربا بلغت ٢٠ مليار يورو سنويا، كما أشارت إلى أنه تسجل أسبوعياً حالات مرضية متعلقة بالضغط، والقلق، والاكتئاب، وأخرى متعلقة بالاضطرابات العضلية (مصطفى, ٢٠١٤). ان تعدد المتغيرات التي يشملها مفهوم الضغوط المهنية أدى إلى تعدد تعريفاته, فقد عرف الباقي (٢٠٠٤) مفهوم الضغوط المهنية على أنها مجموعة من المثيرات التي تتواجد في بيئة عمل الأفراد والتي ينتج عنها مجموعة من ردود الأفعال التي تظهر في سلوك الأفراد في العمل أو في حالتهم النفسية والجسمية أو في آداهم لأعمالهم نتيجة تفاعل الأفراد مع بيئة عملهم

التي تحوي الضغوط (مدني, ٢٠٠٩: ١٦), أما منظمة الصحة العامية فقد عرفتها بأنها مجموعة من استجابات الموظفين الممكنة في حالة مواجههتم ضغوط مهنية لمتطلبات لا تتناسب مع معارفهم وكفاءتهم والتي تستدعي استعمال قدراتهم في مواقف العمل (الأحسن, ٢٠١٥: ٢٢). والضغوط المهنية ما هي إلا تعبير عن حالة من الإجهاد العقلي أو الجسمي والذي يحدث نتيجة للحوادث التي تسبب قلقاً، أو إزعاجاً أو تحدث نتيجة عدم الرضا أو نتيجة الظروف العامة التي تسود بيئة العمل، أو تحدث نتيجة للتفاعل بين هذه المسببات جميعاً، والضغوط هي النتيجة النهائية للمحاولات غير الناجحة من قبل الأفراد للتغلب على المصاعب وظروف العمل السلبية (Spring. &Coos,2008). وتنشأ الضغوط المهنية نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة التي يتعايش أو يتفاعل معها وما يترتب عن هذا التفاعل من كثرة المطالب والتحديات والتي تتطلب من الفرد الاستجابة لها، ويسبب ذلك ظهور حالة من الشعور السلبي وتهديد الذات نظراَ لشعوره أن استجاباته غير كافية أو ملائمة، وهذا يولد حالة من القلق أو الغضب أو الاكتئاب، ويلاحظ أ ن استجابة الأفراد للضغوط تختلف باختلاف طبيعتها وحجمها وخصائص الفرد وطبيعة المجتمع الذي يعيش فيه الفرد (البدور,٢٠٠٧).

أنواع الضغوط المهنية:

تتقسم الضغوط المهنية إلى عدة أنواع وفقاً لشدتها ودرجتها أو المدة الزمنية التي تستغرقها أو على حسب مصادرها أو على حسب مدى الآثار المترتبة عليها, ويمكن تقسيمها إلى ضغوط مهنية إيجابية وهي تتمثل بتلك الضغوط المفيدة التي لها انعكاسات ايجابية, حيث يشعر الفرد حينها بالقدرة على الانتاج وانجاز المهام وبسرعة وبكل حسم, حيث يعد هذا الضغط الايجابي ضرورة للمحافظة على حياة الأفراد, كما يعد حافزاَ لمواجهة التحديات في العمل وتحسين الأداء, وهذا الضغط ضروري لمتخذي القرار, فكثيراً ما يحتاج متخذي القرار لممارسة مثل هذا الضغط على العاملين للحفاظ على حيويتهم وأدائهم الجيد وكسر عامل الكسل والتخاذل الناتج عن رتابة العمل, وضغوط مهنية سلبية وهي تلك الضغوط المؤذية ذات الانعكاسات السلبية على صحة الفرد العامل الجسدية والنفسية, ومن ثم تنعكس على أدائه

ومستوى انتاجيته في العمل, ومثل هذه الضغوط تولد الاحباط وعدم الرضا عن العمل واكتساب الفرد النظرة السلبية اتجاه قضايا العمل (سلامي, ٢٠٠٨: ٢٦).

مصادر الضغوط المهنية:

تتباين وجهات نظر الباحثين فيما يخص مصادر الضغوط المهنية نظراً لاختلاف النظريات التي فسرت هذا النوع من الضغوط, ولكن هناك شبه اتفاق على أن مصادر هذه الضغوط لا تتعدى نطاق الفرد والمنظمة والبيئة, كما أن مصادر الضغوط المهنية تتداخل فيما بينها لتشكل عومل ضاغطة على الفرد في بيئة عمله حيث من الصعوبة عزلها, ويمكن تقسيم هذه المصادر إلى مصادر تنظيمية متعلقة بالعمل تتضمن العوامل الموجودة في محيط النشاط المهني والتي تؤثر في إدراك الأفراد للضغوط المهنية وتشمل عبء العمل وصراع الدور وعدم المشاركة في اتخاذ القرار والنمو المهني وتقييم الأداء والتواصل والعمل بالتخصص ونقص الدعم الاجتماعي والحوافز والعمل الروتيني والعلاقة مع زملاء العمل والادارة والسياسات التعليمية والمناخ التنظيمي, ومصادر شخصية وبقصد بها المتغيرات المتعلقة بالفرد المتمثلة في نمط الشخصية (الفروق الفردية) والنوع والعلاقات الشخصية والسن وقدرات العمل والمسئولية بالعمل والظروف الأسرية والصحية الاقتصادية للفرد وغيرها من العوامل التي يمكن أن تؤثر بنوعية استجابة الفرد للضغوط المهنية (مسعودي,٢٠٠٣: ٤٨).

الضغوط المهنية للمعلمين متطلبات التدريس:

تختلف الضغوط المهنية من مهنة إلى أخرى، وتعد مهنة التدريس واحدة من المهن الخمس الأكثر ضغطا في العالم، ويضيف أنه في تقرير عن ضغوط العمل في انجلترا احتلت مهنة التدريس المركز الأول تلتها مهنة التمريض (جابر,٢٠٠٠). من هنا تتجلى لنا أهمية مهنة التدريس، وبالتالي دور المدرس في هذه العملية التربوية، وهذا ما تحاول هذه الدراسة تسليط الضوء عليه، وعن مدى معاناة هذه

الشريحة من المجتمع جراء الضغوط المهنية التي يتعرضون لها أثناء تأدية مهامهم. وتعتبر مهنة التدريس من أصعب المهن من حيث الأداء ومن حيث الضغوط المهنية المحيطة بهذه المهنة، فالمدرس بوصفه القائم بهذه العملية معرض لهذه الضغوط أثناء قيامه بعمله، مما قد يؤدي إلى مخرجات تعليمية غير مناسبة تؤثر في مستوى التعليم وجودته، وهذا يرجع إلى نوع مصادر الضغط التي تحيط بكل مهنة، وكشفت الدراسات أنه من بين مصادر الضغوط المهنية الأكثر تأثيرا في مجال العمل هي عبء العمل بنوعيه الكمي والكيفي، وبيئة العمل المادية، ونقص الوسائل التعليمية، كذلك السياسة التنظيمية والمتمثلة في صدور بعض القرارات الغير ملائمة للعملية التعليمية، وعدم العدالة في الحوافز المادية والمكافآت، وعدم مشاركة المدرس في القرارات، وعدم وجود خطة منظمة للتطوير الوظيفي وسوء علاقات العمل سواء مع الطاقم الإداري أو التلاميذ أو أولياء أمورهم، وفي ما بين المدرسين أنفسهم (سلامي, ٢٠٠٨: خوجة ,٢٠١١). وقد أثبتت الدراسات أن المعلمون يتعرضون لضغوط العمل ويعانون من الإجهاد المحسوس بدرجة واضحة .,Forrest. & Jepson) (2006, وتشير الدراسات إلى أن خطة التدريس المكثفة ذات الزخم المعرفي وتدريس موضوعات صعبة ونقص الاستراتيجيات اللازمة للتعامل مع الضغوط هي من أهم مصادر الضغوط المهنية لدى المعلمين (Halim et al., 2006), حيث أصبحت هذه الضغوط المهنية من الأسباب الرئيسية للاستقالة من مهنة التدريس عند وصول المعلم إلى نقطة حرجة في اتجاهاته نحو مهنة التدريس والتي يعجز المدرس فيها عن مسايرة التغيرات في العملية التعليمية (Dinham & Steve,1992)، وأيضًا معاناته من الاتجاهات السلبية للمجتمع نحو مهنة التدريس ونقص العائد المادي وسوء أخلاق الطلاب وسوء العلاقة مع الزملاء. ويعرف الضغط المهني عند المعلم بأنه شعور المعلم بالضيق والعجز عن السيطرة على المواقف وعدم قدرته على أداء عمله بكفاءة, بسبب سلوك التلاميذ وسوء العلاقة بين المعلم وزملائه وعدم الرضا على العائد المادي وتدني المكانة الاجتماعية للمعلم، وغيرها من العوامل المكونة لبيئة العمل)حمد، ٢٠٠٢). وفي الدراسة الحالية سوف تشمل الضغوط المهنية ضغوط مرتبطة بأعباء مهنة التدريس كالمناهج وضيق الوقت وصراع الدور وتوفير التجهيزات والامكانات والتخصص وأعداد الطلبة وإعداد

الاختبارات والتصحيح, وضغوط مهنية مرتبطة بالتعامل مع الطلبة كاتجاهات الطلبة السلبية نحو الدراسة وضعف دافعيتهم وقلة انضباطهم واهمالهم وسوء الأداء في الاختبارات وغياب الطلبة وكثافتهم في الفصول والفروق الفردية بين الطلبة, وضغوط مهنية مرتبطة بالإجراءات الادارية كتقدير الإدارة لجهود المعلمين وعدم دعم إنجازاتهم واشراكهم بالقرارات وتكليفهم بمهام ليست من تخصصهم وعدم مراعاة ظروف المعلمين والعدالة في توزيع الجداول, وضغوط مرتبطة بعلاقة المعلم مع الأساتذة الآخرين كالتقدير بينهم أو وجود خلافات بينهم وضعف العلاقة بينهم, ضغوط مرتبطة بعلاقة المعلم مع أولياء الأمور كالتعاون بين المعلم وأولياء أمور ومطالبهم, وضغوط مرتبطة بالتوجيه التربوي كالتوجيه الغير موضوعي والتقييم والزيارات المفاجئة, وضغوط مرتبطة بالمكانة الاجتماعية للمعلم كضعف الوعي من المجتمع بمكانة المعلم وتقديره والنظرة السلبية لمهنته, وضغوط مرتبطة بالأجور والحوافز ونظام الترقيات كضعف الراتب ونظام الترقيات ونقص الحوافز المادية.

ثانياً: أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية (النفس- جسمية):

تنطوي بيئة الفرد على العديد من المواقف والأحداث التي تشكل تهديداً لاتزانه النفسي والجسمي، ورغم أن ردود الأفعال تجاه مصادر الضغوط الحياتية تعد عديدة ومتنوعة، إلا أنها تصل بالأفراد إلى أحد المسلكين، وهما إما التوافق معها واستعادة الاتزان الحيوي, أو ما يترتب على عكس ذلك من اضطرابات مختلفة تشكل جملة الآثار الناتجة والمرتبطة بهذه الضغوط، حيث تمثل الآثار السلبية لها أهم الموضوعات التي كانت ومازالت تلقى اهتمام الباحثين، لما لها من أضرار، مع التذكير بأن طبيعة هذه الآثار تتوقف على شدة هذه الضغوط ومدتها من جهة، ومن جهة ثانية على شخصية الفرد وخصائصها، حيث البسيطة منها تساهم في مساعدة الفرد على الزيادة من كفاءته وأدائه، بينما الشديدة منها والقوية والمزمنة تؤدي إلى اختلال قدراته، واصابته باضطراب جسدية أساسها نفسي، أو ما يسمى بالاضطرابات السيكوسوماتية (شحام، ٢٠١٥). وقد عرف أيزك وأرنولد وميلي (Eysenck,

(Arnold & Meili, 1972أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية بأنها أعراض تنتج عن اضطرابات في الوظيفة وتلف في العضو نفسه، وتلعب الاضطرابات الانفعالية دوراً أساسياً فيها سواء في بداية الأعراض أم تفاقمها، مما يميزها عن الأمراض العضوية الخالصة، كما أنها تميل للارتباط بغيرها من الأمراض الأخرى، وتحدث في العائلة الواحدة أو لدى الفرد الواحد في مراحل مختلفة من حياته. وعرفها أبو النيل (١٩٩٤:١٦٠) بأنها الاضطرابات الجسمية المألوفة للأطباء التي تحدث بسبب تلف في جزء من أجزاء الجسم، أو خلل في وظيفة عضو من أعضائه نتيجة اضطرابات انفعالية مزمنة، نظرا لاضطراب حياة المريض التي لا يستطيع العلاج الجسمي الطويل وحده في شفائها شفاءاً تاماً نتيجة لاستمرار الاضطراب الانفعالي، وعدم علاج أسبابها إلى جانب العلاج الجسمي.أما الشوربجي ودانيال (٢٠٠٢: ١٥٥) فعرف أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية بأعراض تنتج عن اضطرابات الجسم والنفس وأنها عبارة عن أمراض جسمية يلعب بها العامل الاجتماعي والنفسي دوراً أساسياً في نشأتها واستمرارها. وتبين الدراسات وجود علاقة ارتباطية قوية بين الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية، حيث أن الضغوط المهنية الحادة قد تتسبب بظهور أعراض أمراض القلب التي تؤدي في بعض الأحيان للسكتة القلبية، أو الموت المفاجئ (سلامي، ٢٠٠٨.(وهناك علاقة تبادلية بين الجسم والنفس، حيث كلما كان النمو النفسي آمن ومستقر، فإن الجسم يحقق نمواَ ايجابياً , حيث أن الحالة الانفعالية تؤثر على الجسم، فالانفعال يتحكم في الجهاز العصبي الذاتي من خلال الأجهزة العضوية في الجسم، وعندما ينتج توتر في الجهاز العصبي تتغير وظيفة العضو، أو حتى يتغير بناء العضو محدثاً الاضطرابات السيكوسوماتية (الطحان ونجيب,2008). ولقد اختلف العلماء في تحديد العوامل المسببة للاضطراب السيكوسوماتي، فمنهم من يعزو حدوثه إلى ضغوط الحياة، ومنهم من يعزوه إلى خطأ في عملية الاشراط والاستجابات للمثيرات البيئية والداخلية، أو إلى اختلال التوازن بين مطالب البيئة والمطالب الداخلية، فالإنسان في صراع دائم ضد العوامل التي تعرضه للمرض، وعلى الرغم من أنه كثيراً ما يتغلب على محن الحياة اليومية بسهولة بوسائله العادية، فإن هناك محناً شديدة لا تكفي الوسائل العادية لمواجهتها،

وبالتالي يكون الإنسان عرضة للإصابة بالأمراض السيكوسوماتية في ضوء محاولته لمواجهتها (سلامي، ٢٠٠٨).

النظريات المفسرة للاضطرابات السيكوسوماتية:

تعددت النظريات التي فسرت سبب نشأة الاضطرابات السيكوسوماتية ومنها نظرية ليفي (Leavy)التي ترى أن العوامل النفسية والاجتماعية تلعب دورًا وسيطاً في التعامل مع المرض العضوي, ويرى ليفي أن أي تغيرات نفسية اجتماعية يمكن أن تعمل كمصدر للتوتر أو كمثيرات لاستجابات بيولوجية غير محددة، وتصطدم هذه المثيرات للفرد مع البرنامج النفسي الفسيولوجي (العوامل الوراثية، المؤثرات البيئية) وفقاً لنمط معين، وتهيئ هذه الاستجابة الفرد لبعض أنماط النشاط الجسمي كالمواجهة أو الهروب في المواقف المختلفة، ومن ثم تعتبر استجابة التوتر غير المحددة نذير للمرض الذي يعرف بأنه عجز أو فشل في النظام النفسي الفسيولوجي على القيام بمهام ضرورية) عبد الرحمن , ١٩٩٩: ٣٠٤).

ونظرية لازاروس (Lazarus) للتفكير العقلي المعرفي التي ترى أن الطريقة التي يفسر بها الفرد علاقته بالبيئة هي عبارة عن عمل عقلي إذ أن التفكير يؤثر على الطريقة التي نشعر بها وانفعالاتنا تتأثر بالطريقة التي ندرك بها العالم، وعلى ضوء ذلك فإن الانفعال (الشعور) يتبعه معرفة (تفكير) والعكس صحيح، والأساس في ذلك هو التفاعل الذي يحدث بين الفرد والبيئة، كما أن هناك عمليتين تحددان المواقف الضاغطة الخاصة بالعلاقة بين الفرد والبيئة هما عملية التقدير العقلي المعرفي وعملية التقدير العقلي المعرفي وبذلك فسرت هذه النظرية الضغوط وكيفية مواجهتها بسلسلة من التقديرات العقلية والمعرفية لعمليات المواجهة, ونظرية سبيلبيرجر (Spielberger) للقلق والضغوط , حيث يهتم سبيلبيرجر بالضغط باعتباره مثير يتعامل معه في شكل الخصائص المنبهة للبيئات التي تدرك على أنها مسببة للاضطرابات بشكل ما، وهو نموذج ذو طابع هندسي تؤدي الضغوط الخارجية فيه إلى رد فعل الضغط داخل الفرد، كما أنه يدخل في لغة الحياة اليومية، وهو يتعامل مع الضغط على أنه متغير مستقل، ويعتبر فهم نظريته في القلق مقدمة

ضرورية لفهم نظريته في الضغوط، فقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين نوعين من القلق هما قلق الحالة (الموضوعي) وقلق السمة (العصابي), وسمة القلق وهي استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد على الخبرات الماضية بينما حالة القلق هي حالة موقفية تعتمد على الظروف الضاغطة، وهو يربط بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق وما يثبته في علاقة قلق الحالة بالضغط يستبعده عن علاقة قلق السمة أو القلق العصابي الناتج عن الخبرة السابقة بالضغط حيث أن الفرد يكون من سماته الشخصية القلق أصلاً) العزيز وآخرون: ٢٣،٢٠٠٨) , ونظرية الضغوط الانفعالية (سيلي) التي أوضحت أن الضغوط التي يقع الإنسان تحت وطأتها تمثل حجر الزاوية في كافة الاضطرابات النفس جسمية، وهو يرى أن الإنسان يستجيب للضغوط عبر ثلاث مراحل هي: مرحلة استجابة الإنذار، ثم مرحلة المقاومة، ثم مرحلة الانهاك, ففي البداية يستدعي الجسم كل قواه الدفاعية في صورة تغيرات فسيولوجية كزيادة افراز الإدرينالين نتيجة التعرض المفاجئ لمنبهات الخطر التي لم يكن الكائن مهيئاً لها، فإذا استمر الموقف الضاغط فإن مرحلة الإنذار تتبعها مرحلة مقاومة هذا الموقف، وتشمل هذه المرحلة الأعراض الجسمية التي يحدثها التعرض المستمر للمنبهات، والمواقف الضاغطة التي يكون الكائن قد اكتسب القدرة على التكيف معها، ولذلك تعتبر هذه المرحلة هامة في نشأة أعراض التكيف والأمراض النفس جسمية، ويؤدي التعرض المستمر للضغوط إلى اضطراب التوازن الداخلي مما يؤدي إلى مزيد من الافرازات الهرمونية التي تتسبب في اضطرابات التوازن التي تتسبب في اضطرابات عضوية إذا استمر التعرض لمزيد من الضغوط التي قد تسبب اضطرابات أجهزة الجسم إلى الدرجة التي قد ينتج عنها الأمراض العضوية (الردعان,٢٠١٨). وترى هذه النظريات أنه عند دراسة الاضطرابات السيكوسوماتية (النفس جسمية) ضرورة الوضع في الاعتبار عند إجراء أي دراسات نفسية تخص الاضطرابات السيكوسوماتية تأثير البيئة الاجتماعية مثل الضغوط المهنية في الدراسة الحالية، والمواقف التي تسبب الإنهاك كفقد الوظيفة، أو العيش في بيئة مزعجة كذلك التعرض إلى تغيرات شاملة في حياة الأسرة أو التعرض لأي اضطهاد من الآخرين، حيث يؤدي كل ذلك إلى ردود فعل انفعالية شديدة قد تؤثر بشكل خطير على الافرازات الهرمونية, مما قد يؤدي إلى تغيرات

فسيولوجية, حيث أن التعرض للضغوط مثل الفقد بأنواعه وأساليب المواجهة القائمة على الكبت وعدم التنفيس الانفعالي يولدان الشعور بالاكتئاب، الذي يؤدي بدوره إلى ممارسات أو سلوكيات غير صحية تؤثر بشكل غير مباشر على أداء الخلايا الطبيعية القاتلة في جهاز المناعة مما يجعل الفرد مستهدفاً للإصابة بالمرض الجسمي (Contrada et al., 1990).

الدراسات السابقة:

تناولت العديد من الدراسات ضغوط العمل لدى العاملين في المؤسسات التربوية، ولقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة الضغوط المهنية لدى المعلمين والمعلمات وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية وبمستوى الصحة النفسية لدى المعلمين والاضطرابات السيكوسوماتية (النفس – الجسمية) الناجمة عن هذه الضغوط، وفيما يلي بعض هذه الدراسات:

أولاَ: الدراسات التي بحثت في مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين ومصادرها:

– دراسة محمد (١٩٩٩) التي هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية لدي المعلمين ومصادرها وحاجاتهم الإرشادية، واشتملت عينة الدراسة على (١٨٩) معلمًا ومعلمة، وقد توصلت الدراسة إلى أن أهم مصادر الضغوط النفسية لدى المعلمين هي الضغوط الإدارية، والضغوط الطلابية، والضغوط التدريسية، ثم الضغوط الخاصة بالعلاقات مع الزملاء.

– دراسة السورطي (٢٠٠٠) التي سعت إلى التعرف على المشكلات التي تواجه المعلمين في المدارس الحكومية في سلطنة عمان وتسبب الضغوط لديهم, وبلغت عينة الدراسة (١٥٥) معلما ومعلمة، وأظهرت النتائج أن أهم المشكلات التي يعاني منها المعلمون هي المشكلات الطلابية تليها المشكلات المتعلقة بالمناهج الدراسية والإدارة والإشراف التربوي ثم المشكلات المتعلقة بالمدرسة وأخيراَ المشكلات المتعلقة بمهنة التدريس، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين

متوسط المشكلات التي يعاني منها المعلمون والمعلمات تعزى إلى متغيرات النوع وسنوات الخدمة والتخصص العلمي.

– دراسة بريك (٢٠٠١) والتي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية التي تواجه المعلمون في المدارس الخاصة من وجهة نظرهم، ومعرفة مستوى الضغوط لدى المعلمين وعلاقتها ببعض المتغيرات، واشتملت عينة الدراسة على (٤٠٩) معلم ومعلمة، وأوضحت نتائج الدراسة أن مصادر الضغوط المهنية كانت على التوالي: العلاقة مع الآباء، والعلاقة مع الطلبة، والظروف المعنوية، والظروف المادية، والعلاقة مع الإدارة، والعلاقة مع الزملاء، وغموض الدور، كما أوضحت نتائج الدراسة أن مستويات الضغوط المهنية كانت لدى المعلمين أعلى من مستواها لدى المعلمات، وأن مستوى الضغوط المهنية المتعلقة بالظروف المادية، والظروف المعنوية، والعلاقة مع الزملاء أعلى لدى الفئات العمرية الأصغر سناً من الفئات الأكبر، كما بينت نتائج الدراسة أنه توجد فروق معنوية في مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين تبعاً لمتغير العبء التدريسي.

– دراسة القحطاني (٢٠٠٢) التي هدفت إلى الكشف عن أهم العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء المعلمين في المدارس الابتدائية بالرياض، وقد توصلت الدراسة إلى أن العوامل هي زيادة العبء التدريسي للمعلم، نقص إمكانات المدرسة وتجهيزاتها، زيادة كثافة الطلاب في الفصول الدراسية، العلاقات الإنسانية السلبية داخل المجتمع المدرسي، وأخيراً النمط الإداري لمدير المدرسة غير الديمقراطي.

– دراسة ثابت (٢٠٠٣) التي هدفت إلى التعرف على الفروق في ضغوط العمل لدى المعلمين والمعلمات في محافظات غزة والعلاقة والاتجاه نحو مهنة التدريس، وتكونت عينة الدراسة من (٣٧٥) معلماً ومعلمة من المرحلتين الأساسية والثانوية في غزة, واستخدم في الدراسة استبانة لقياس ضغوط العمل للمدرس، ومقياس لقياس الاتجاه نحو مهنة التدريس, وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين متوسطات درجات المعلمين والمعلمات في الدرجة الكلية لضغوط العمل المدرسي لصالح المعلمين الذكور، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين ضغوط العمل المدرسي والاتجاه نحو مهنة التدريس, ولا يوجد

فروق دالة احصائياً بين ضغط العلاقة مع أولياء الأمور والتلاميذ والاتجاه نحو مهنة التدريس.

– دراسة خليفات والزغلول (٢٠٠٣) التي بحثت في مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي محافظة الكرك في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٦) معلم ومعلمة، وتوصلت الدراسة أن المعلمين يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط وأن أكثر مصادر هذه الضغوط تلك المتعلقة بالدخل والعلاقة مع المجتمع وأولياء الأمور ومناخ التدريس.

– دراسة العمري (٢٠٠٣) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط المهنية والمتغيرات الديمغرافية والمتغيرات الوظيفية من جهة في مدارس مدينة الرياض الحكومية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٧٢) معلماً، وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين المتغيرات الديمغرافية (العمر، الراتب الشهري، مدة الخدمة) وضغوط العمل، كما أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية إيجابية بين المتغيرات الوظيفية (عبء العمل، صراع الدور، غموض الدور, طبيعة العمل، الأمان الوظيفي).

– دراسة الحلو (٢٠٠٤) التي سعت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين, وتكونت العينة من (٥٣٨) معلم ومعلمة, وأظهرت الدراسة أن الضغوط المهنية التي يعاني منها المعلمون أكثر من غيرها مرتبة على التوالي: قلة الحوافز المادية، فالحوافز المعنوية، فحجم العمل، ثم بيئة العمل، وأخيراً صراع الأدوار., ومستوى الدخل، والنمو المهني، والعبء الدراسي، وارتفاع أعداد الطلبة.

– دراسة باو وفيو (Bao & Fu, 2006) التي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية التي يشعر بها المعلمون في المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالصحة النفسية، وشملت عينة على (١٠١٢) معلم، وتم تطبيق قائمة للضغوط وقوائم للأعراض النفسية، وأظهرت النتائج أن المعلمين يقعون تحت ضغط مرتفع، وأن من أهم مصادر هذه الضغوط هي النظرة الاجتماعية وعبء العمل ومشاكل الطلبة السلوكية والمشاكل العائلية.

– دراسة الكحلوت والكحلوت (٢٠٠٦) التي هدفت إلى الكشف عن مدى شيوع الضغوط المدرسية ومستوى الأداء والعلاقة بينهما، وتكونت عينة الدراسة من (٦٦) من معلمي التكنولوجيا بالمرحلة الأساسية العليا بمحافظتي غزة , واستخدم في الدراسة مقياس الضغوط المدرسية واستبانة ملاحظة الأداء, وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الضغوط المدرسية شائعة عند أفراد العينة، وأن الضغوط المدرسية تتدرج في سلم أعلاه ضغوط سلوكيات التلاميذ وأدناه ضغوط العلاقة مع المدير، وأن الأداء يتدرج في سلم أعلاه المجال الشخصي والإداري وأدناه مجال التقييم والتقويم، ولم تظهر نتائج الدراسة وجود علاقة بين الضغوط المدرسية وأداء معلمي التكنولوجيا.

– دراسة أبو مصطفى والزين (٢٠٠٩) التي هدفت إلى التعرف على الأهمية النسبية في مجالات مقياس مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة، في محافظات غزة، مع التعرف إلى الفروق الدالة إحصائياً في ضغوط العمل، وقد تكونت عينة الدراسة من معلمي التربية الخاصة ومعلماتها قوامها (١٨٣) معلماً ومعلمة، وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر مصادر ضغوط العمل شيوعاً لدى المعلمين هو مجال العلاقة مع الأطفال، عدم وجود فروق دالة إحصائياً في ضغوط العمل لصالح المعلمين المتزوجين ولمن كانت خبرتهم التدريسية فوق ال ١٠ سنوات.

– دراسة ألن وآخرون (Alan. et al., 2010) والتي هدفت إلى التحقق من المشكلات المهنية، لدى المعلمين من العاملين في المدارس الابتدائية والثانوية في هونج كونج، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٧١٠) من المعلمين، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المعلمين الذين تتراوح سنوات خبرتهم المهنية من (سنة – خمس سنوات) لديهم مستوى ضغط عالي, كما أظهرت نتائج الدراسة أن أكثر مصادر الضغوط هي عبء العمل الثقيل، وضغط الوقت، والإصلاحات في التعليم، والمراجعة الخارجية للمدرسة، واتباع مزيد من التعليم، وإدارة سلوك الطلبة.

– دراسة أبو مصطفى، أبو غالي (٢٠١١) والتي هدفت التعرف إلى الأهمية النسبية لمجالات مقياس مصادر ضغوط العمل، لدى المعلمين والمعلمات، في برنامج تأهيل المعلمين في جامعة الأقصى، والتعرف على الفروق الدالة إحصائياً في مجالات مقياس مصادر ضغوط العمل، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٢٩) معلماً

ومعلمة، وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر مصادر ضغوط العمل شيوعاً لدى هو مجال العلاقة مع الطلاب، وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في مجال العلاقة مع الطلاب لصالح الإناث، عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مجالات المقياس تبعاً لمتغير نوع المؤسسة، ووجود فروق دالة إحصائياً في مجالات: العلاقة مع المشرف التربوي، وعبء العمل، والمناهج الدراسية، والبيئة المدرسية تبعاً لمتغير سنوات الخدمة لصالح ذوي الخبرة من (٦ – ١٠ سنوات).

– دراسة أبو مصطفى والأشقر (٢٠١١) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين كل من الضغوط المهنية، والرضا الوظيفي لدى المعلم الفلسطيني، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٣٠) معلماً ومعلمة من معلمي مجتمع الدراسة ومعلماتها في مدارس كل من التعليم العام الحكومية، ووكالة الغوث للاجئين الفلسطينيين في محافظة خان يونس، وقد استخدم مقياس الضغوط المهنية،ومقياس الرضا الوظيفي, وقد أظهرت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة سالبة دالة بين كل من الدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية، والرضا الوظيفي لدى المعلم الفلسطيني، وكما أظهرت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق معنوية في الدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية لصالح الذكور ولا توجد فروق معنوية في الدرجة تبعاً لمتغير سنوات الخدمة.

– دراسة فشر (Fisher, 2011) بعنوان العوامل المؤثرة على الضغوط المهنية للمعلمين في المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) معلم ومعلمة من الولايات الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المعلمين في مستوى الضغوط المهنية، وأن مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين يؤدي إلى الشعور بالضغوط المهنية.

– دراسة خوجة (٢٠١١) التي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية لدى المعلمين الجزائريين والكشف عن الفروق في مستوى هذه الضغوط تبعاً لاختلاف المرحلة التعليمية والخبرة المهنية، وتكونت عينة الدراسة من (٢١٠) معلم ومعلمة من خمس بلديات في ولاية تيزي وزو من مختلف المراحل التعليمية، وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود مستوى ضغوط مهنية لدى المعلمين ووجود فروق إحصائية ذات دلالة احصائية لصالح معلمي المرحلة المتوسطة ولصالح المعلمين من ذوي الخبرة الطويلة في التدريس حيث انهم الأكثر شعوراً بالضغط من غيرها.

– دراسة البخيت والتيجاني (٢٠١١) التي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الخاصة في ولاية الخرطوم وعلاقتها ببعض المتغيرات المهنية والديموغرافية، واشتملت العينة على (٦٢) معلماً ومعلمة منهم (١٧) معلم للمكفوفين، و(١٨) معلم للمتخلفين عقلياً، و(٢٧) معلماً، واستخدم مقياس فيميان لقياس ضغوط معلمي التربية الخاصة، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن معلمي التربية الخاصة يتعرضون لضغوط مهنية بدرجة متوسطة, وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى هذه الضغوط لصالح معلمي الصم ولا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط تعزى لعامل الخبرة أو المؤهل العلمي.

– دراسة العجمي (٢٠١٢) والتي هدفت الدراسة لمعرفة أهم مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلم التربية الخاصة، ومعرفة الفروق بين تلك الضغوط عند المعلمين بحسب كل من النوع والمؤهل العلمي والخبرة ونوع الإعاقة. وقد بلغت عينة الدراسة (٤٠٤) من معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة بدولة الكويت، واستخدم في الدراسة مقياس لقياس الضغوط المهنية، وتوصلت الدراسة إلى أن أهم مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي التربية الخاصة هي عدم وجود مناهج مناسبه، التباين بين مستويات الطلاب المعاقين، زيادة عدد الطلاب في الفصول، والتوقعات العالية من ولى الأمر، وزيادة نصاب عدد الحصص للمعلمين، وضعف الراتب الشهري، وضعف التقدير من قبل المسئولين، وضعف الدافعية لدى الطلاب، وبالنسبة للفروق بين المتغيرات الديموغرافية فلم تتوصل نتائج الدراسة لفروق بين عينه الدراسة ترجع للنوع أو المؤهل العلمي أو الخبرة، ولكن كانت هناك فروق بالنسبة لنوع الإعاقة.

– دراسة مقداد وخليفة (٢٠١٢) التي هدفت إلى تحديد مظاهر ومصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها معلمو نظام الفصل، وتحديد أنواع الاستراتيجيات التي يستخدمونها لمواجهة هذه الضغوط. وتم اختيار العينة بطريقة طبقية عشوائية، وبلغ عدد أفرادها (١٤٦) معلمًا ومعلمةً, وتم استخدام استبانة ضمت ثلاثة أبعاد رئيسة هي مظاهر الضغوط المهنية ومصادرها واستراتيجيات مواجهتها, وبينت نتائج الدراسة أن معلمي نظام الفصل يبدون مظاهر متعددة للضغوط المهنية أهمها هي المظاهر الانفعالية، كترك مهنة التدريس، والشعور باليأس والملل، وتفضيل العمل

في مهنة أخرى غير التدريس. كما بينت النتائج أن معلمي نظام الفصل يتعرضون لمصادر متنوعة من أهمها الضغوط المهنية أهمها المتعلقة بأولياء أمور التلاميذ. وتبين أيضا أن معلمي نظام الفصل يستخدمون استراتيجيات متنوعة لمواجهة الضغوط المهنية التي يتعرضون لها وأهمها الاستراتيجيات المعرفية. وفي مجال أساليب مواجهة الضغوط المهنية، تبين أن الفرق بين فئتي الحالة الاجتماعية (متزوجون/ عزاب) لصالح المتزوجون, وفئات الخبرة المهنية (أقل من ٥ سنوات، من ٥ إلى ١٠ سنوات، من ١١ إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة) فقط، كان ذو دلالة إحصائية. وما عدا هذا، فقد كان الفرق فرقا غير معنوي.

– دراسة عسيري (٢٠١٣) التي هدفت إلى دراسة الضغوط المهنية لدى معلمي المواد الدراسية الأساسية في ضوء بعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٩) معلم، وأسفرت النتائج عن أن المعلمين يعانون من ضغوط مهنية تتراوح شدتها بين المتوسطة والمرتفعة التي ارتبطت بمحاور جاء بالترتيب الأول محور الترقي الوظيفي والمكانة الاجتماعية بالترتيب الأخير.

– دراسة الأحسن (٢٠١٥) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية والكشف عن المصادر المسببة لهذه الضغوط، بالإضافة إلى تحديد مستوى تقدير الذات الموجود لدى هذه الفئة من المعلمين, وقد أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (١١١) معلم ومعلمة , وقد توصلت الدراسة إلى وجود ضغوط مهنية مرتفعة لدى (٦٦%) من أفراد العينة، وترتبط هذه الضغوط بكل من أعباء المهنة وظروف العمل، والتلاميذ وأولياء أمورهم، والسياسة التعميمية، والأجر والحوافز والعلاقات المهنية والنمو والتطور المهني، والمكانة الاجتماعية، ووجود مستوى منخفض من تقدير الذات لدى المعلمين الذين يشعرون بهذه الضغوط.

– دراسة بدران (٢٠١٧) التي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية المهنية في الأردن والاستراتيجيات التي يقوم بها المعلمين للتعامل مع هذه الضغوط، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (٢٥٠) معلم

ومعلمة يعملون في وزارة التربية والتعليم ووكالة الغوث والقطاع الخاص, واستخدم في الدراسة استبانة لقياس الضغوط المهنية وأخرى للتعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون لمواجهة هذه الضغوط، وخلصت الدراسة إلى أن درجة الضغوط المهنية منخفضة لدى المعلمين, وأن أهم مصدر من مصادر الضغوط المهنية هي أداء الطلبة السيء على الامتحانات والتخطيط اليومي وتصميم الاختبارات والضوضاء أثناء التدريس وعدم توفر الدعم المادي وقلة فرص التطور الوظيفي, وأن من أهم الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلمون هي التفكير الايجابي والاقتناع.

– دراسة شديفات وأبو صاع (٢٠١٩) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية المهنية في ضوء بعض المتغيرات مثل النوع والخبرة والمرحلة الدراسية, وتكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي ومعلمات التربية المهنية في المدارس الحكومية في إربد،وتكونت عينة الدراسة من (١١١) معلماً ومعلمةً، وتم استخدام استبانة لقياس مستوى الضغوط المهنية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع من الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية المهنية، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لديهم، تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية تعزى لمتغير الخبرة ولصالح الخبرة المتوسطة، وكشفت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية ولصالح المرحلة السادسة الدنيا.

ثانياَ: الدراسات التي بحثت في علاقة الضغوط المهنية لدى المعلمين علاقتها بالاضطرابات السكوسوماتية:

– دراسة متولي (٢٠٠٠) التي هدفت إلى التعرف على الفروق في الضغوط النفسية المهنية لدى معلمي المرحة الابتدائية تبعاً للنوع، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٠) معلماً ومعلمة في المرحلة الابتدائية من بعض المدارس بمحافظة دمياط، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين المعلمين والمعلمات في مستوى الضغوط النفسية لصالح المعلمات، كما توصلت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين والمعلمات الذين يعانون من مستويات عالية من الضغوط النفسية يميلون إلى

العصاب ويشعرون بالتوتر والانفعال والشك والتردد والإحساس بالنقص وعدم الكفاءة في أداء أعمالهم وتكون علاقاتهم برؤسائهم وزملائهم سلبية.

– دراسة أبوزيد (٢٠٠٣) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية المهنية ببعض الضغوط السيكوسومايتة لدى شرائح من العاملين في بعض المهن المختلفة، وقد تألفت عينة الدراسة من (٢٤٠) فرداً يعملون في مهن مختلفة أطباء، محاسبين، مدرسين، طيارين، واستخدم في الدراسة مقياس للضغوط المهنية ,وتوصلت الدراسة إلى نتائج من أهمها أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى أفراد العينة هي الضغوط المهنية، وهناك فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط المهنية لصالح المعلمين, وأن مهنة التدريس من المهن الضاغطة، وأن هناك علاقة وطيدة بين الضغوط والاضطرابات السيكوسوماتية، كما وجدت الدراسة أن فئة المدرسين تتفرد باضطرابات الجهاز الهضمي والجهاز العصبي وتكرار المرض نتيجة الضغوط المهنية والاقتصادية والاجتماعية والأسرية.

– دراسة الشبراوي (٢٠٠٥) التي هدفت إلى التعرف على علاقة ضغوط مهنة التدريس بسمات شخصية المعلم، وبلغت عينة الدراسة (١٥٥) معلماً ومعلمة، وبينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية ايجابية بين ضغوط مهنة التدريس وسمة الدهاء، ووجود وجود فروق ذات دلالة احصائية سالبة بين ضغوط مهنة التدريس، وكل من سمة الحساسية، والتوتر، بينما لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين ضغوط مهنة التدريس وكل من سمات الثبات الانفعالي، والسيطرة، والراديكالية، كما بينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في ضغوط مهنة التدريس لصالح المعلمين، كذلك بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغوط مهنة التدريس، تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

– دراسة ميلر وترافر (Miller & Travers. 2005) التي هدفت إلى الكشف عن الصحة العقلية وضغوط العمل والرضا الوظيفي لدى المعلمين، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٨) معلم، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين كانوا

يعانون من مستوى عالي من ضغوط العمل، ويعانون من الشعور بالإجهاد والضغط النفسي، وكذلك توصلت نتائج الدراسة إلى أن ضغوط العمل كانت عامل رئيسي في معاناة بعض المعلمين من اضطرابات نفسية.

– دراسة زبدي (٢٠٠٧) التي هدفت إلى البحث عن سيكولوجية ووضع المهني المعلم الجزائري والعوامل التي تساهم في ايجاد عصاب القلق وانعكاسه على واجبات المعلم المهنية, وتكونت عينة الدراسة من (٧٥٤) معلم من بينهم (٥٢٣) مصاب بأمراض جسمية و(٢٣١) معلم غير مصاب, واستخدمت أساليب الملاحظة والمقابلة والاستبيان، وتوصلت الدراسة إلى أن المعلم الجزائري يعمل في بيئة قاسية نظراً لاكتظاظ الفصول وقلة الوسائل التعليمية وضغط الادارة والمكانة الاجتماعية المهزوزة للمعلم الجزائري، كما أظهرت الدراسة أن ثلثي المعلمين مصابون بأمراض يعانون منها باستمرار مثل أمراض العين والحساسية والحبال الصوتية ومرض القولون والاجهاد بالعمل.

– دراسة أوبدوليا وآخرون (Obdulia et al., 2007) والتي سعت للكشف عن العلاقة بين الأمراض النفسية, وضغوط العمل وخصائص الشخصية , وبلغت عينة الدراسة (٤٩٨) معلمًا غير جامعياً في مدينة غرناطة (جنوب إسبانيا), وتم استخدام استبيان من أبعاد مختلفة غطت متغيرات العمل والمتطلبات المهنية، وكذلك تصورات العمل والخصائص الاجتماعية والديموغرافية للمعلمين والشخصية، وعلاقة هذه المتغيرات مع الأمراض النفسية، وبينت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتبط بين درجة الاعتلال النفسي وعبء العمل الثقيل، والاعتداء البدني من التلاميذ، والتقييم المنخفض من قبل مدراء المدارس، وانخفاض الرضا الوظيفي، والضغط المرتفع, ووجود فروق دالة إحصائياً في مستوى ضغوط العمل لصالح المعلمات الإناث.

– دراسة سلامي (٢٠٠٨) التي هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي ثلاث مراحل دراسية (الابتدائي والمتوسط والثانوي) والكشف عن الاضطرابات السيكوسوماتية وعلاقتها بمصادر الضغوط, المهنية وتكونت العينة من (٨١٦) معلم ومعلمة من أربع ولايات بالجزائر، واستخدم في الدراسة مقياس لقياس مصادر الضغوط المهنية ومقياس لقياس الاضطرابات السيكوسوماتية، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى عالي من الضغوط لدى المعلمين وأن أهم مصادر هذه

الضغوط هي ضغوط الأعباء المهنية وضغوط المكانة الاجتماعية والاقتصادية والسياسة التعلمية، وتوجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط المهنية لصالح المعلمات ولصالح الخبرة التي تتراوح من(١٠ – ٢٠) سنة فأكثر، وأن أكثر الاضطرابات التي ارتبطت بالضغوط المهنية هي الاضطرابات السيكوسوماتية حيث أتت بالترتيب اضطرابات الجهاز العضلي ثم اضطرابات الجهاز العصبي ومن ثم اضطرابات الجهاز الهضمي ومن ثم اضطرابات الجهاز الغدي والتناسلي واضطرابات الجلد.

– دراسة بيلتزر وآخرون (Peltzer et al., 2008) والتي هدفت الكشف عن العلاقة بين ضغوط العمل الذاتية، الرضا الوظيفي، وانتشار الأمراض المرتبطة بالضغوط، لدى المعلمين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢١٣٠٧) من معلمي المدارس العامة في جنوب أفريقيا، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن انتشار معدل الأمراض المرتبطة بالضغوط المهنية وعدم الرضا عن العمل لدى المعلم الفلسطيني وهي ارتفاع ضغط الدم، أمراض القلب وقرحة المعدة ومرض السكر والربو والاضطرابات النفسية والتدخين وإدمان الكحول، وكما أظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستويات التوتر بشكل كبير بين المعلمين، وبينت نتائج الدراسة أن من أهم الضغوط المهنية هي طرائق التدريس، وانخفاض دعم الأقران، وانعدام الأمن الوظيفي وغياب التقدم الوظيفي.

– دراسة المصدر وأبو كويك (٢٠٠٧) التي أجريت بهدف التعرف على العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة, وتكونت العينة من (١٠٨) معلم و(١١٢) معلمة من مختلف المدارس الحكومية ووكالة الغوث الدولية لتشغيل اللاجئين (ONRWA), واستخدم في الدراسة مقياس لقياس الصحة النفسية ومقياس ضغوط مهنة التدريس , وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات على الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للصحة النفسية، ووجود علاقة سالبة دالة

إحصائياً بين الدرجة الكلية بين الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس والصحة النفسية بأبعادها ودرجاتها بين أفراد العينة.

– دراسة كوكينوس (Kokkinos , 2007) والتي هدفت للتعرف على العلاقة بين خصائص الشخصية والإرهاق العاطفي وأبعاد الاحتراق النفسي وضغوط العمل لدى المعلمين في المدارس الابتدائية في قبرص، وطبقت استبانات لقياس مستوى الإرهاق وخصائص الشخصية وضغوط العمل جنبا إلى جنب مع البيانات الديموغرافية والمهنية عن طريق البريد، وشملت عينة الدراسة (٤٤٧) معلماً ومعلمة، وخلصت الدراسة إلى مستوى مرتفع من درجة الإرهاق العاطفي النفسي لدى المعلمين على أبعاد مقياس الارهاق وشيوع سمة العصبية في شخصية المعلمين مع وجود ارتفاع في مستوى لشعورهم بالضغط المهني, وتأثير ذلك بشكل سلبي على مقدار الإنجاز الشخصي، وأن سوء سلوك الطلاب والقيود الزمنية لتدريس المناهج في المدارس كانت من أهم العوامل التي ساهمت في ارتفاع مستوى الضغوط المهنية والارهاق النفسي لدى المعلمين.

– دراسة الطلافحة (٢٠١١) التي هدفت إلى الكشف عن مستوى ضغوط العمل عند معلمي الدراسات الاجتماعية للمرحلة الأساسية في عمان والمشكلات الناجمة عنها، وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٨) معلماً ومعلمة, واستخدمت الدراسة أداة استبانة لقياس مستوى ضغوط العمل، وأظهرت النتائج أن ضغوط العمل التي تواجه المعلمين كانت بمستوى مرتفع، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ضغوط العمل تعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور، وللخبرة ولصالح المعلمين من ذوي الخبرة المتوسطة (٥–١٠سنوات)، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير المؤهل العلمي, وكان من أكثر المشكلات التي يعاني منها المعلمين هي التعب والإرهاق الجسدي وأقل المشكلات، عدم القدرة على النوم.

– دراسة حمايدة (٢٠١١) التي هدفت إلى الكشف عن مستوى ضغوط العمل لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في (عمان) والمشكلات الناجمة عن هذه الضغوط, وتكونت العينة من (٥٧٤) معلم ومعلمة, واستخدم في الدراسة استبانة لقياس ضغوط العمل والمشكلات الناجمة عنها، وتوصلت الدراسة إلى أن المعلمين

يواجهون مستوى مرتفع من الضغوط في عملهم, ووجود فروق الضغوط دالة إحصائياً في مستوى الضغط لدى المعلمين تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور والمؤهل العلمي الأقل والخبرة لصالح ذوي الخبرة المتوسطة (٥-١٠ سنوات), وأن من أهم المشكلات الناجمة عن هذه الضغوط هي الارهاق الجسدي والتعب والاخفاق في الحياة وعدم القدرة على النوم وبوط عضلة القلب.

– دراسة أمينة (٢٠١٨) التي هدفت إلى الكشف عنا لعلاقة بين الاضطرابات السيكوسوماتية والضغوط المهنية في ضوء بعض المتغيرات لدى معلمي المرحلة المتوسطة، وقد طبقت الدراسة على عينة مكونة من (٢٧٤) معلماً, واستخدم مقياس لقياس مصادر الضغوط المهنية ومقياس آخر لقياس الاضطرابات السيكوسوماتية، وقد توصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق دالة إحصائيا موجبة ببين مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمي المرحلة المتوسطة, وأنه توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الاضطرابات السيكوسومايتة لدى المعلمين تعزى إلى متغير النوع والخبرة المهنية.

– الطريقة والإجراءات:

أ. منهج الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف إلى درجة الضغوط المهنية كدالة تنبؤية لأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمي المرحلة المتوسطة في دولة الكويت والفروق في تلك الدرجة تبعاُ لمتغيرات الدراسة، ولتحقيق غايات الدراسة الحالية تم اتباع المنهج الوصفي بشقيه المسحي والتنبؤي لملائمته لطبيعة الدراسة، حيث يعتمد هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ثم وصفها وصفا كميا في محاولة لفهم الظاهرة المدروسة.

ب. مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من والبالغ عددهم (٣٤٣٢) معلمة كويتية من العاملات في المدارس الحكومية (المرحلة المتوسطة) في وزارة التربية في دولة الكويت.

ج. عينة الدراسة:

تتألف عينة الدراسة الحالية مما يلي:

١- العينة الاستطلاعية: والتي بلغ عددها (٥٠) طالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم تطبيق أدوات الدراسة عليهن بهدف التحقق من صدقها وثباتها.

٢- عينة الدراسة الرئيسية: وتكونت من (٤٦٦) معلمة من معلمات المرحلة المتوسطة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية في المدارس الحكومية في وزارة التربية في دولة الكويت وعددهن (١٢٣٠) معلمة, والجدول (١) يبين توزيعهن تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية،، سنوات الخبرة), كما في جدول (٢).

جدول (١)

التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة تبعا لمتغيرات الدراسة

(ن=٤٤٦)

المتغيرات	مستويات المتغيرات	التكرار	النسبة
العمر	١٨-٢٤ سنة	٥٧	%١٢.٨
	٢٥-٢٩ سنة	١١٧	%٢٦.٢
	٣٠-٣٤ سنة	١٢٧	%٢٨.٥
	أكثر من ٣٤ سنة	١٤٥	%٣٢.٥
التخصص	ادبي	٣٥٠	%٧٨.٥
	علمي	٩٦	%٢١.٥
الحالة الاجتماعية	متزوج	٢٨٥	%٦٣.٩
	غير متزوج	١٦١	%٣٦.٠
سنوات الخبرة	أقل من (٥ سنوات)	١٢٤	%٢٧.٨
	من(٥- ١٠ سنة)	١٥٤	%٣٢.٥
	من (١٠-١٥ سنة)	٨٦	%١٩.٢
	أكثر من١٥ سنة	٨١	%١٨.١
المجموع		٤٤٦	%١٠٠

د. أدوات الدراسة:

قامت الباحثة وعلى ضوء قراءتها للأدب المتصل والدراسات السابقة بموضوع الضغوط المهنية ببناء مقياس لقياس الضغوط المهنية للمعلمات, كما تم استخدام

الباحثة لمقياس لقياس أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية الوارد في دراسة سلامي(٢٠٠٨) مع إعادة صياغته وإضافة بعض الفقرات التي تلائم أغراض الدراسة.

فقد تم التحقق من صدق المقياسين الظاهري (Face validity) من خلال عرض فقراتهما على لجنة من المحكمين المتخصصين في علم النفس، فضلا عن التحقق من صدقهما البنائي (Structure validity) من خلال قياس علاقة درجات الفقرات بالدرجة الكلية.

وأظهرت النتائج إن المقياسين يتمتعان بالصدق إذ تراوحت معاملات الارتباط من (٠,٤١) إلى (٠,٧٨) وهي دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١), كما تم التحقق من ثبات المقياسين بطريقتين الأولى: استخدام التجزئة النصفية، إذ ظهر إن قيمة معامل الارتباط بين نصفي الاختبار باستخدام معادلة بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بلغت (٠,٩٠) لمقياس الضغوط المهنية و(٠.٩٢) لمقياس الأعراض السيكوسوماتية.

كذلك تم استخدام طريقة كرونباخ ألفا للتحقق من ثبات الاختبار وأظهرت النتائج إن قيم الثبات للمقاييس على التوالي (٠.٩٤) (٠.٩٥) وهي قيم تدل على ثبات عالي.

وللحكم على درجة الضغوط المهنية ودرجة الأعراض السيكوسوماتية لدى المعلمات، قامت الباحثة بحساب الوزن النسبي لبدائل الاستجابة على فقرات المقياس على النحو التالي:

- طول الفئة= المدى/ عدد الفئات.
- المدى= الفرق بين أكبر وأصغر درجة (درجة بديل الاستجابة)/ عدد بدائل الاستجابة على الفقرة.
- المدى = (٥-١)/ ٥= ٠.٨٠.

وبالتالي يكون الحكم على درجة الضغوط النفسية والأعراض السيكوسوماتية لدى المعلمات وفق المتوسطات الحسابية كما في جدول (٢).

جدول (٢)

الحكم على درجة الضغوط المهنية ودرجة الأعراض السيكوسوماتية لدى المعلمات وفق المتوسطات الحسابية

م	المتوسطات الحسابية	درجة الضغوط
١	١ – أقل من ١.٨	منخفضة جداً
٢	١.٨ – أقل من ٢.٦	منخفضة
٣	٢.٦ – أقل من ٣.٤	متوسطة
٤	٣.٤ – أقل من ٤.٢	مرتفعة
٥	٤.٢ – ٥	مرتفعة جدا

تفسير النتائج:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما درجة الضغوط المهنية لدى المعلمات في دولة الكويت؟للإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية وفقراته لدى المعلمات. وقد أشارت النتائج إلى أن الدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية كانت مرتفعة بمتوسط حسابي مقداره (٣.٥٠) وبانحراف معياري مقداره (١.٢٠)، وتتفق هذه النتيجة مع أغلب الدراسات التي تناولت موضوع الضغوط المهنية لدى المعلمين ومن أهمها خليفات والزغلول (٢٠٠٣) ودراسة باو وفيو (Bao & Fu, 2006) ودراسة عسيري (٢٠١٣) ودراسة الأحسن (٢٠١٥) ودراسة شديفات وأبو صاع (٢٠١٩) ودراسة حمايدة (٢٠١١) ودراسة كوكينوس (Kokkinos , 2007) ودراسة الطلافحة (٢٠١١) ودراسة (Obdulia et al., 2007) التي أسفرت عن وجود درجة مرتفعة من الضغوط المهنية لدى المعلمين, ولا تتفق مع دراسة يدران (٢٠١٧) التي خلصت إلى أن درجة الضغوط المهنية منخفضة لدى المعلمين, وقد جاءت الأبعاد المرتبطة بأنواع الضغوط المهنية مرتبة على التوالي: الضغوط المهنية المرتبطة بأعباء المهنة بمتوسط حسابي مقداره (٣.٦٧٨) , وتشمل (كثرة تغيير المناهج وكثافتها , ضيق الوقت لتغطيتها , تكليف المعلم بتدريس مادة من خارج تخصصه ,كثافة المناهج , تصحيح الامتحانات , طريقة التعليم المفروضة , زيادة العبء التدريسي اليومي) , , وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من العجمي (٢٠١٢) والسورطي (٢٠٠٠)

والقحطاني (٢٠٠٢) والأحسن (٢٠١٥) وبدران (٢٠١٧) والعمري (٢٠٠٣) وثابت (٢٠٠٣) , ثم الضغوط المهنية المرتبطة بالأجور والحوافز ونظام الترقيات بمتوسط حسابي مقداره (٣.٦٧٢) , وتشمل) قلة الحوافز المادية للمعلم لتغطيتها , عدم توفر الأمان المادي, سوء نظام الترقيات , العلاوات للمعلمين, صعوبة فرص الترقي الوظيفي في المهنة, عدم ملاءمة الراتب مع الجهد المبذول في المهنة) وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الحلو (٢٠٠٤), ثم الضغوط المهنية المرتبطة بالاجراءات الادارية بمتوسط حسابي مقداره (٣.٥٤٨), وتشمل (الانزعاج لعدم تقدير الإدارة لجهود المعلمين ,عدم دعم إنجازاتهم, عدم اشراك المعلم باتخاذ القرارات, تكليف الادارة للمعلمين بمهام إشراقية وادارية, التوزيع الغير عادل للجدول اليومي على المعلمين من قبل إدارة المدرسة, تساهل الادارة مع الطلبة المشاغبين أو أهاليهم), وهذه النتيجة تتفق مع دراسة محمد (١٩٩٩), ثم الضغوط المهنية المرتبطة بالمكانة الاجتماعية للمعلم بمتوسط حسابي مقداره (٣.٥٤٤), وتشمل (ضعف وعي من المجتمع بمكانة المعلم, مكانة مهنة التعليم بين المهن الأخرى, مهنة التعليم تحظى بالتقدير المطلوب من مجتمعنا, نظرة المجتمع لمهنة المعلم سلبية, لم تعد لمهنة التدريس أي قيمة في الدولة) , وهذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من عسيري (٢٠١٢) و(Bao & Fu, 2006), ثم الضغوط المهنية المرتبطة بالتوجيه التربوي بمتوسط حسابي مقداره (٣.٤٥٨), وتشمل (تركيز الموجه على الجوانب المعلم, السلبية وإغفال الجوانب الإيجابية في عمل المعلم , عملية تقييم الموجه للمعلم لا تقوم على الأداء بل على المجاملة والعشوائية, قلق المعلم من تقارير الموجهين, نظام تقييم الموجهين غير مناسب ولا يساعد على التطور المهني للمعلم, القلق من الزيارات المفاجئة للموجه التربوي), وهذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من السورطي (٢٠٠٠), ثم الضغوط المهنية المرتبطة بعلاقة المعلم مع الطلبة بمتوسط حسابي مقداره (٣.٣١٦), وتشمل (اتجاهات بعض الطلبة السلبية نحو الدراسة, ضعف دافعية الطلبة نحو الدراسة, كثافة الطلاب في الصف, ضعف دافعية الطلبة نحو الدراسة, كثرة غياب الطلبة في الحصص الدراسية), وهذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من الكحلوت والكحلوت (٢٠٠٦), وأبو مصطفى والزين (٢٠٠٩) وأبومصطفى أبوغالي (٢٠١١) وبدران (٢٠١٧), ثم الضغوط المهنية المرتبطة بعلاقة المعلم مع زملائه المعلمين بمتوسط

حسابي مقداره (٣.٣١٤), وتشمل (معظم المعلمين يقدرون قيمة عمل زملائهم ويتفهمونها, العلاقات بيني وبين معظم المعلمين غير وثيقة, مناخ العمل في المدرسة يتميز بالخلافات بين الأساتذة, ضعف العلاقة بين المعلمين في المدرسة, عدم تعاون الزملاء), وهذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من بريك (٢٠٠١), وجاءت بالمرتبة الأخيرة الضغوط المهنية المرتبطة بعلاقة المعلم مع أولياء الأمور بمتوسط حسابي مقداره بمتوسط حسابي مقداره (٢.٧٤٨), ويشمل (عدم التعاون بين المعلم وأولياء أمور الطلبة, ازعاج أولياء الأمور للمعلم بأسلوب تعاملهم, مطالب أولياء الأمور في الغالب كثيرة, عدم تقدير أولياء الأمور لعمل المعلم), وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من خليفات والزغلول (٢٠٠٣), ومقداد وخليفة (٢٠١٢), كما في جدول (٣) وجدول (٤).

جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب ودرجة الضغوط المهنية لدى المعلمات (ن=٤٤٦)

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
١	يضايقني كثرة تغيير المناهج وكثافتها وضيق الوقت لتغطيتها	٣.٩٨	١.١١	مرتفعة
٢	يزعجني تكليفي بتدريس مادة من خارج تخصصي	٣.٣٦	١.٢٥	مرتفعة
٣	أشعر أن تصميم الاختبارات وتصحيحها أمر مرهق للمعلم	٣.٥٥	١.٢١	مرتفعة
٤	يضايقني طريقة التعليم المفروضة الغير مناسبة	٣.٧٥	١.١٠	مرتفعة
٥	أعاني من زيادة العبء التدريسي اليومي	٣.٧٥	١.١٥	مرتفعة
٦	يزعجني اتجاهات بعض الطلبة السلبية نحو الدراسة	٣.٥٤	١.١٧	مرتفعة
٧	يضايقني كثافة الطلاب في الصف	٣.٠٥	١.٢٢	متوسطة
٨	يزعجني قلة انضباط الطلبة في الصف	٣.٦٥	١.٠٩	مرتفعة
٩	يزعجني قلة استيعاب الطلبة للمادة وأدائهم السيء في اختبارات المواد	٣.٣٦	١.١٨	متوسطة
١٠	يضايقني كثرة غياب الطلبة في الحصص الدراسية	٢.٩٨	١.١٥	متوسطة
١١	يضايقني تركيز الموجه على الجوانب السلبية وإغفال الجوانب الإيجابية في عملي	٣.٣٢	١.٢٧	متوسطة
١٢	أشعر عملية تقييم الموجه للمعلم لا تقوم على الأداء بل على المجاملة والعشوائية	٣.٢٤	١.١٨	متوسطة

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
١٣	أشعر بالقلق دوما من تقارير الموجهين لي	٣.٣٩	١.٢١	متوسطة
١٤	أجد أن نظام تقييم الموجهين غير مناسب ولا يساعد على التطور المهني للمعلم	٣.٥٥	١.٢٤	مرتفعة
١٥	يضايقني تركيز الموجه على الجوانب السلبية وإغفال الجوانب الإيجابية في عملي	٣.٧٩	١.١٢	مرتفعة
١٦	أجد أن معظم المعلمين يقدرون قيمة عمل زملائهم ويتفهمونها	٣.٦٤	١.١٩	مرتفعة
١٧	أشعر بأن العلاقات بيني وبين معظم المعلمين غير وثيقة	٢.٩٤	١.١٩	متوسطة
١٨	يقلقني أن مناخ العمل في المدرسة يتميز بالخلافات بين الأساتذة	٣.٣٢	١.٢٧	متوسطة
١٩	أعاني من ضعف العلاقة بين المعلمين في المدرسة	٣.٦٧	١.١٤	مرتفعة
٢٠	أجد أن زملائي المعلمين غير متعاونين	٣.٠٠	١.٢٥	متوسطة
٢١	أشعر بالانزعاج لعدم تقدير الإدارة لجهود المعلمين وعدم دعم إنجازاتهم	٣.٥٤	١.٢٤	مرتفعة
٢٢	يحبطني عدم اشراكي باتخاذ القرارات	٣.٥٧	١.٠٥	مرتفعة
٢٣	يضايقني تكليف الادارة للمعلمين بمهام إشراقية وادارية ليست من اختصاص المعلمين	٣.٨٤	١.١٤	مرتفعة
٢٤	يحبطني التوزيع الغير عادل للجدول اليومي على المعلمين من قبل إدارة المدرسة	٣.٤٥	٢.٣١	مرتفعة
٢٥	يزعجني تساهل الادارة مع الطلبة المشاغبين أو أهاليهم	٣.٣٤	١.٢١	متوسطة
٢٦	أشعر بعدم التعاون بين المعلم وأولياء أمور الطلبة	٣.٨٥	١.١٢	مرتفعة
٢٧	بعض أولياء الأمور يزعجونني بأسلوب تعاملهم	٣.٥٤	١.٠٤	مرتفعة
٢٨	أشعر أن أولياء الأمور لا يتعاونون مع المعلمين	٢.٩٥	١.١٩	متوسطة
٢٩	أجد أن مطالب أولياء الأمور في الغالب كثيرة	٣.١٢	١.٣٠	متوسطة
٣٠	أجد أن أولياء الأمور لا يقدرون عمل المعلم	٣.٢٨	١.٢٢	متوسطة
٣١	تزعجني قلة الحوافز المادية للمعلم	٣.٥٦	١.١٩	مرتفعة
٣٢	أشعر أن مهنتي لا توفر لي الأمان المادي	٣.٣٧	١.٢٠	متوسطة
٣٣	أشعر أن نظام الترقيات والعلاوات للمعلمين سيء	٣.٨٧	١.٠٧	مرتفعة
٣٤	أجد صعوبة في فرص الترقي الوظيفي في مهنتي	٣.٨٥	١.٢١	مرتفعة
٣٥	هناك ضعف وعي من المجتمع بمكانة المعلم	٣.٧١	١.١٥	مرتفعة
٣٦	أجد أن مكانة مهنة التعليم أقل من المهن الأخرى	٣.٩٦	١.٠٨	مرتفعة
٣٧	أشعر أن مهنة التعليم تحظى بالتقدير المطلوب من مجتمعنا	٣.٥٣	١.١٥	مرتفعة
٣٨	أجد أن نظرة المجتمع لمهنة المعلم سلبية	٣.٤٣	١.٢٨	مرتفعة
٣٩	أعتقد أن لم تعد لمهنة التدريس أي قيمة	٣.٧١	١.١٤	مرتفعة
٤٠	هناك ضعف وعي من المجتمع بمكانة المعلم	٣.٨٩	١.١٧	مرتفعة

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
	الدرجة الكلية للمقياس (الضغوط المهنية)	٣.٥٠	١.٢٠	مرتفعة

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنواع الضغوط المهنية لدى المعلمات (ن=٤٤٦)

م	أنواع الضغوط المهنية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	ضغوط مرتبطة بأعباء المهنة	٣.٦٧٨	١.١٦٤
٢	ضغوط مرتبطة بالأجور والحوافز ونظام الترقيات	٣.٦٧٢	١.١٦٤
٣	ضغوط مرتبطة بالإجراءات الإدارية	٣.٥٤٨	١.٣٩٠
٤	ضغوط مرتبطة بالمكانة الاجتماعية للمعلم	٣.٥٤٤	١.٤٠٤
٥	ضغوط مرتبطة بالتوجيه التربوي	٣.٤٥٨	١.٢٠٤
٦	ضغوط مهنية مرتبطة بالتعامل مع الطلبة	٣.٣١٦	١.١٦٢
٧	ضغوط مرتبطة بعلاقة المعلم مع الزملاء	٣.٣١٤	١.٢٠٨
٨	ضغوط مرتبطة بعلاقة المعلم مع أولياء الأمور	٢.٢٧٨	١.١٧٤

ويمكن عزو الدرجة المرتفعة في الضغوط المهنية لدى المعلمات من أفراد العينة إلى طبيعة مهنة التدريس التي تعد مهنة شاقة أساساً بسبب ما تحتويه من ضغوط مختلفة من حيث كثرة الواجبات المناطة بالمعلمة من حيث العملية التدريسية نفسها ومحتوى المقررات وكثافة المناهج الدراسية، وتحضير الدروس واعداد الاختبارات وتصحيحها ورصد الدرجات, بالإضافة إلى الضغوط الإدارية ومتابعة مجالس المدرسة المختلفة والتعامل مع أولياء الأمور والطلبة، واسناد بعض المهام الإشراقية للمعلمات والتي هي بالأساس ليست من ضمن اختصاصهن من قبل الإدارة, والذي بدوره قد يقود المعلمات للشعور بالضغوط المهنية , إلى جانب الضغوط الحياتية اليومية التي تثقل كاهل الفرد العادي , ولا يمكن تجاهل حقيقة أن الغالبية العظمى من هؤلاء المعلمات قد يكونوا زوجات أو أمهات وراعيات لشؤون بيوتهن وتربية أولادهن، وهذا يزيد من الأعباء عليهن, مما قد يترتب عليه من ضعف التركيز في مهام التدريس والشعور بالضغوط نتيجة محاولتهن تخصيص وقت كافٍ للتوفيق بين العمل ومهام الأمومة ورعاية الأبناء, وبالأخذ بعين الاعتبار طبيعة المرحلة المتوسطة والتي هي المرحلة التي تعمل بها المعلمات أفراد العينة, فإن من

الطبيعي أن تكون درجة الضغوط المهنية للمعلم أكبر, كون هذه المرحلة مرحلة حرجة للطلبة أنفسهم وللمعلم الذي يتعامل معهم كون هذه المرحلة تتميز بخصوصية ترتبط بطبيعة سن المراهقة لتي يعيشه الطلبة في المرحلة المتوسطة وهو سن يتضمن سلسلة من الصراعات النفسية والاجتماعية المتعلقة بصعوبة تحديد الهوية ومعرفة النفس وأحياناً التمرد السلبي على الأسرة وقيم المجتمع، والشعور بضعف الانتماء الأسري، وعدم التقيد بتوجيهات الوالدين، والمعارضة والتصلب في المواقف، والتكبر، والغرور، وحب الظهور, وغيره من تغيرات جسمية ونفسية ترافق سن المراهقة, مما يجعل من الصعب تعامل المعلم مع هؤلاء الطلبة بأريحية ومرونة (Alradaan, 2016), بالإضافة إلى طبيعة وكثافة المقررات في هذه المرحلة التأسيسية للمرحلة الثانوية, وهذا بدوره يشكل مزيد من الضغوطات المهنية على المعلم.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما درجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات في دولة الكويت؟ للإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية لمقياس أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية وفقراته لدى المعلمات حيث يظهر جدول (٥) أن الدرجة الكلية أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية كانت منخفضةً جداً بمتوسط حسابي مقداره (١.٧١), وقد جاءت أعراض اضطرابات الجهاز البولي والتناسلي في الترتيب الأول بمتوسط حسابي مقداره (١.٨٦) وبدرجة منخفضة، بينما جاءت بالترتيب الأخير أعراض الاضطرابات البصرية والسمعية بمتوسط حسابي مقداره (١.٤٩) بدرجة منخفضة جداً كما في جدول (٥).

وقد يعود انخفاض أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية رغم الدرجة المرتفعة من الضغوط المهنية لدى المعلمات أفراد العينة إلى احتمالية تمتعهن بدرجة متزنة من الانفعالات وإتاحة المجتمع الفرص لهن للتعبير عن مشاعرهن، وكذلك إلى احتمالية إمكانية امتلاك المعلمات لاستراتيجيات إيجابية وناجحة للتعامل مع الضغوط المهنية والتغلب عليها وعلى آثارها المحتملة، وقد يكونون ذلك نتيجة الوعي بتعلم الاستراتيجيات التوافقية السلوكية والمعرفية كالتفكير الإيجابي والتزود بالمعلومات المناسبة, أو ابتكار الاستراتيجيات المناسبة المعرفية والسلوكية لمواجهة

هذه الضغوط والتعامل معها بهدف التغلب على آثارها من أعراض وضغوط نفسية التي قد تنتج عنها , وتتفق هذه الاحتمالية مع دراسة بدران (٢٠١٧) ودراسة مقداد وخليفة (٢٠١٢), اللتان كشفتا عن فعالية بعض الاستراتيجيات التي يستخدمها بعض المعلمين أو قد يبتكرونها بهدف. وقد يعود تفسير هذه النتيجة أيضاً إلى أنه من الممكن أن المعلمات في دولة الكويت وبسبب المستوى المادي والاجتماعي الجيد كون دولة الكويت دولة غنية قد استطعن أن يستفدن من عوامل متعددة في تخفيف أثر الضغوط المهنية عليهن والتغلب عليها كتوافر وسائل الترفيه المتعددة ووسائل التواصل الاجتماعي التي قد تزود المعلمات في كيفية اكتساب المهارات التي تساعدهن على التقليل من أثر الضغوط المهنية من خلال الاطلاع على البرامج المتنوعة والتعرف على ما يحتجن من دروس والانخراط في الدورات التدريبية المناسبة والتي قد تساعدهن على اكتساب المهارات المناسبة لتخفيف أثر الضغوط.

كما أن المعلمات قد يلجأن إلى طلب الاجازات المرضية لتخفيف أثر هذه الضغوط، أو استخدام تكنيك الفضفضة أو "الحديث" اليومي للمرأة بما يتضمنه الشكوى والتنفيس كجزء من طبيعة التكوين السيكولوجي للمرأة, أو استخدام وسائل وأساليب "الحيل الدفاعية النفسية" التي قد يستخدمها الفرد للتغلب على الضغط النفسي والألم النفسي وهي ما يطلق عليها حيل" التنفيس الانفعالي" في علم النفس ويعرف التنفيس الانفعالي أحيانا باسم "التفريغ أو التطهير الانفعالي." ويقصد بعملية التنفيس هي التنفيس عن الخبرات المشحونة انفعالياً، ويتضمن تفريغ الشخص ما بنفسه من انفعالاته، أي أنه يعتبر بمثابة تطهير للشحنات الانفعالي وكتفريغ للحمولة النفسية، ويحدث التنفيس الانفعالي عندما يفشل المرء عن التعبير عن مشاعره الدفينة (زهران, ٢٠٠٣)، وهذا بحد ذاته يوحي بأن هناك مستوى وعي جيد لدى المعلمات فيما يخص وسائل التعامل مع الضغوط النفسية المرتبطة في مهنة التدريس رغم درجة شعورهم بالضغوط النفسية المرتفع، وهو وعي يبشر بالخير ويدعو الباحثين والمسئولين في المجتمع الكويتي ووزارة التربية إلى تعزيز هذا الوعي وتشجيعه وبذل الجهود والدعم المعنوي والمادي للمعلمات لحثهن على رفع مستوى الوعي الثقافي فيما يخص اكتساب المعرفة والمهارة للتعامل مع الضغوط المهنية العمل وذلك من

خلال توفير الدورات التدريبية والتثقيفية بالمجان أو بأسعار رمزية وبصورة دورية، وتخفيف الأعباء الإدارية التي لا ترتبط بالمهام التدريسية للمعلمات.

كما أن هذه الأعراض قد تنشأ لأسباب نفسية وانفعالية ولما يتعرض له الفرد من أزمات ومشكلات مختلفة ومتكررة كضغوط الحياة والمشكلات اليومية المختلفة والمشكلات الأسرية والاجتماعية التي يعاني الفرد العادي (الشواشره والدقسومي ,٢٠١٣), وغالباً ما تؤدي الضغوط المهنية التي تحدث بشكل متكرر ومستمر إلى ظهور أعراض جسمية – نفسية (سيكوسوماتية)، تبدأ بدرجة منخفضة ثم تتطور لتزداد درجتها إلى مستويات خطيرة تؤثر بشكل كبير جداً في الصحة الجسمية والنفسية للفرد (أمينة ,٢٠١٨). وقد تكون هذه الأعراض نتيجة عوامل أخرى شخصية تعود لنمط شخصية الفرد أو نقص مهاراته للتعامل مع الضغوط أو عوامل بيئية أخرى أسرية أو مالية أو اجتماعية.. كما أنه ليس بالضرورة الوقوع تحت تأثير ضغوط عالية أن يصاب الفرد باضطرابات نفسية, لأن بعض الأفراد يمتلكون خاصية التحمل النفسي قد تساعدهم على تحمل الضغوط, وقد تعود النتيجة كذلك إلى مستوى إدراك المعلمات لهذه الضغوط والعمل للتغلب عليها والذي قد يتوقف على عوامل متعددة مثل الخبرة والدرجة العلمية والحالة الاجتماعية وعوامل شخصية أخرى كقوة الذات (مقداد وخليفة ,٢٠١٢) , ومن هنا تأتي أهمية دراسات العلاقة بين هذه الضغوط المهنية وظهور أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية للعمل على الوقاية منها والاسراع في معالجتها في الوقت المناسب.

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب ودرجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات (ن=٤٤٦)

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الدرجة
١	هل تعاني من مشاكل في الجهاز الهضمي؟	١.٦٩	٠.٤٦	٤٣	منخفضة جداً
٢	هل تعاني من صعوبة في التنفس؟	١.٧٤	٠.٤٤	٢٨	منخفضة جداً
٣	هل تعاني من أمراض الجلدية؟	١.٧٩	٠.٤١	١٢	منخفضة جداً
٤	هل تعاني من روماتيز في المفاصل؟	١.٧٧	٠.٤٢	١٨	منخفضة جداً
٥	هل تكون دائما ثائرا وشديد العصبية؟	١.٦٧	٠.٤٧	٤٨	منخفضة جداً
٦	هل يرتفع عندك ضغط الدم أحيانا؟	١.٦٥	٠.٤٨	٥٤	منخفضة جداً

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الدرجة
٧	هل تعاني من الصداع النصفي (شقيقة)؟	١.٦٥	٠.٤٨	٥٣	منخفضة جداً
٨	هل تعاني من قرحة في المعدة؟	١.٦٧	٠.٤٣	٢٣	منخفضة جداً
٩	هل تعاني كثرة سقوط الشعر؟	١.٥٦	٠.٥٠	٦٠	منخفضة جداً
١٠	هل تعرضت لأزمات ربو متكررة؟	١.٧٨	٠.٤١	١٤	منخفضة جداً
١١	هل تشعر بخفقان القلب المتكرر؟	١.٧١	٠.٤٥	٣٦	منخفضة جداً
١٢	هل تعاني من إجهاد عصبي شديد؟	١.٦١	٠.٤٩	٥٨	منخفضة جداً
١٣	هل تشعر بآلام في أسفل الظهر؟	١.٤٩	٠.٥٠	٦٣	منخفضة جداً
١٤	هل تشعر بالعطش بصورة غير طبيعية؟	١.٦٦	٠.٤٧	٥٠	منخفضة جداً
١٥	هل تعاني من الأرق وقلة النوم؟	١.٥١	٠.٥٠	٦٢	منخفضة جداً
١٦	هل تعاني من قرحة القولون؟	١.٧٨	٠.٤٢	١٦	منخفضة جداً
١٧	هل تصحو غالبا بسبب أحلام مزعجة؟	١.٧٤	٠.٤٤	٢٩	منخفضة جداً
١٨	هل لديك شعور بالتوتر والضغط؟	١.٥٤	٠.٥٠	٦١	منخفضة جداً
١٩	هل تشعر برغبة في حك الجلد؟	١.٨١	١.٠٠	٨	منخفضة
٢٠	هل تعاني من نوبات برد متكررة؟	١.٧١	٠.٤٥	٣٥	منخفضة جداً
٢١	هل تشعر بفقدان الرغبة في الجنس؟	١.٧٤	٠.٤٤	٢٦	منخفضة جداً
٢٢	هل تشعر بفتور وضعف؟	١.٦٥	٠.٤٨	٥٢	منخفضة جداً
٢٣	هل تعاني من حموضة زائدة في المعدة؟	١.٧٠	٠.٤٦	٣٨	منخفضة جداً
٢٤	هل تشعر بكراهية الآخرين لك؟	١.٨٥	٠.٣٦	٢	منخفضة
٢٥	هل تتعرق كثيرا؟	١.٧٧	٠.٤٢	٢٠	منخفضة جداً
٢٦	هل تعاني من الحساسية الشديدة لبعض المواد؟	١.٧٦	٠.٤٣	٢٢	منخفضة جداً
٢٧	هل تعاني من اضطرابات في دقات القلب؟	١.٧٩	٠.٤١	١١	منخفضة جداً
٢٨	هل تشعر بالارتعاش أحيانا؟	١.٧٧	٠.٤٢	١٩	منخفضة جداً
٢٩	هل تشعر بتصلب في الظهر؟	١.٦٢	٠.٤٩	٥٧	منخفضة جداً
٣٠	هل لديك شعور بفقدان الشهية وضعفها؟	١.٧٠	٠.٤٦	٣٩	منخفضة جداً
٣١	هل تشعر بنقص في الوزن؟	١.٧٣	٠.٤٤	٣٠	منخفضة جداً
٣٢	هل تعاني كثيرا من الشعور بالغثيان؟	١.٧٢	٠.٤٥	٣٢	منخفضة جداً
٣٣	هل تشعر بالإحباط؟	١.٦٤	٠.٤٨	٥٥	منخفضة جداً
٣٤	هل تعاني من التهابات في الحلق والرئة؟	١.٧٨	٠.٦١	١٥	منخفضة جداً
٣٥	هل تشعر بالخوف من المستقبل؟	١.٦٦	٠.٤٨	٥١	منخفضة جداً
٣٦	هل تشعر بحشرجة في الصدر وسعال؟	١.٧٧	٠.٤٢	٢١	منخفضة جداً
٣٧	هل تشعر بطنين في الأذن؟	١.٦٩	٠.٤٦	٤٤	منخفضة جداً
٣٨	هل تشعر بعدم الاهتمام بك؟	١.٧٠	٠.٤٦	٤٠	منخفضة جداً
٣٩	هل تشعر بثقل في الأيدي والأقدام؟	١.٧٣	٠.٤٤	٣١	منخفضة جداً
٤٠	هل تعاني من الإمساك؟	١.٧١	٠.٤٥	٣٤	منخفضة جداً
	هل تعاني من ارتفاع السكر؟	١.٨٣	٠.٣٧	٥	منخفضة
	هل تستمتع بمنافسة الآخرين؟	١.٥٩	٠.٤٩	٥٩	منخفضة جداً
	هل تشعر بالدوخة وفقدان التوازن؟	١.٧٠	٠.٤٦	٤١	منخفضة جداً
	هل يزعجك الضوء الساطع والأصوات العالية؟	١.٤٩	٠.٥٠	٦٤	منخفضة جداً
	هل تعاني من آلام في المفاصل؟	١.٦٦	٠.٤٧	٤٩	منخفضة جداً

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الدرجة
	هل يرى الآخرون أنك شخص عدواني؟	١.٨٤	٠.٣٧	٤	منخفضة
	هل تعاني من مشاكل في البصر؟	١.٦٨	٠.٤٧	٤٧	منخفضة جداً
	هل تشعر بالخوف من دون سبب واضح؟	١.٧٤	٠.٤٤	٢٧	منخفضة جداً
	هل تعاني من اضطرابات في الجهاز التناسلي؟	١.٨٠	٠.٤٠	٩	منخفضة
	هل تعرضت للإصابة بالاكزيما؟	١.٨٠	٠.٤٠	١٠	منخفضة
	هل تشعر بتشنج في العضلات؟	١.٧٢	٠.٤٥	٣٣	منخفضة جداً
	هل تعاني من صعوبة في التركيز؟	١.٦٧	٠.٤٧	٤٦	منخفضة جداً
	هل تشعر بحكة في الأنف وحول الوجه؟	١.٧٦	٠.٤٣	٢٤	منخفضة جداً
	هل تحس بآلام في القلب أو الصدر؟	١.٧٩	٠.٤٣	١٣	منخفضة جداً
	هل تعاني من بقع حمراء في الجلد؟	١.٨٤	٠.٣٧	٣	منخفضة
	هل تجد صعوبة في التبول؟	١.٨٦	٠.٣٥	١	منخفضة
	هل تبكي بسهولة؟	١.٦٣	٠.٤٨	٥٦	منخفضة جداً
	هل تعاني من الإسهال؟	١.٨٣	٠.٣٧	٦	منخفضة
	هل تشعر بزغللة في البصر؟	١.٨٦	٠.٤٧	٤٥	منخفضة جداً
	هل تحس ببرودة الأطراف؟	١.٦٩	٠.٤٦	٤٢	منخفضة جداً
	هل تعاني من جحوظ في العينين؟	١.٨٢	٠.٣٨	٧	منخفضة
	هل تشعر بالكآبة؟	١.٧١	٠.٤٦	٣٧	منخفضة جداً
	هل تعاني من زيادة غير عادية في مرات التبول؟	١.٧٧	٠.٤٢	١٧	منخفضة جداً
	هل تشعر بالوحدة؟	١.٧٦	٠.٤٣	٢٥	منخفضة جداً
الدرجة الكلية للمقياس (الأعراض السيكوسوماتية)		١.٧١	٠.٤٥	–	منخفضة جداً

وقد يعود انخفاض أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية رغم الدرجة المرتفعة من الضغوط المهنية لدى المعلمات أفراد العينة إلى احتمالية تمتعهن بدرجة متزنة من الانفعالات وإتاحة المجتمع الفرص لهن للتعبير عن مشاعرهن، وكذلك إلى احتمالية إمكانية امتلاك المعلمات لاستراتيجيات إيجابية وناجحة للتعامل مع الضغوط المهنية والتغلب عليها وعلى آثارها المحتملة، وقد يكونون ذلك نتيجة الوعي بتعلم الاستراتيجيات التوافقية السلوكية والمعرفية كالتفكير الإيجابي والتزود بالمعلومات المناسبة, أو ابتكار الاستراتيجيات المناسبة المعرفية والسلوكية لمواجهة هذه الضغوط والتعامل معها بهدف التغلب على آثارها من أعراض وضغوط نفسية التي قد تنتج عنها , وتتفق هذه الاحتمالية مع دراسة بدران (٢٠١٧), ودراسة مقداد وخليفة (٢٠١٢), اللتان كشفتا عن فعالية بعض الاستراتيجيات التي يستخدمها بعض المعلمين أوقد يبتكرونها بهدف. وقد يعود تفسير هذه النتيجة أيضاً إلى أنه من الممكن أن المعلمات في دولة الكويت وبسبب المستوى المادي والاجتماعي الجيد كون دولة الكويت دولة غنية قد استطعن أن يستفدن من عوامل متعددة في تخفيف

أثر الضغوط المهنية عليهن والتغلب عليها كتوافر وسائل الترفيه المتعددة ووسائل التواصل الاجتماعي التي قد تزود المعلمات في كيفية اكتساب المهارات التي تساعدهن على التقليل من أثر الضغوط المهنية من خلال الاطلاع على البرامج المتنوعة والتعرف على ما يحتجن من دروس والانخراط في الدورات التدريبية المناسبة والتي قد تساعدهن على اكتساب المهارات المناسبة لتخفيف أثر الضغوط , كما أن المعلمات قد يلجأن إلى طلب الاجازات المرضية لتخفيف أثر هذه الضغوط، أو استخدام تكنيك الفضفضة أو "الحديث" اليومي للمرأة بما يتضمنه الشكوى والتنفيس كجزء من طبيعة التكوين السيكولوجي للمرأة, أو استخدام وسائل وأساليب "الحيل الدفاعية النفسية" التي قد يستخدمها الفرد للتغلب على الضغط النفسي والألم النفسي وهي ما يطلق عليها حيل" التنفيس الانفعالي" في علم النفس ويعرف التنفيس الانفعالي أحيانا باسم "التفريغ أو التطهير الانفعالي." ويقصد بعملية التنفيس هي التنفيس عن الخبرات المشحونة انفعالياً، ويتضمن تفريغ الشخص ما بنفسه من انفعالاته، أي أنه يعتبر بمثابة تطهير للشحنات الانفعالي وكتفريغ للحمولة النفسية، ويحدث التنفيس الانفعالي عندما يفشل المرء عن التعبير عن مشاعره الدفينة (زهران, ٢٠٠٣)، وهذا بحد ذاته يوحي بأن هناك مستوى وعي جيد لدى المعلمات فيما يخص وسائل التعامل مع الضغوط النفسية المرتبطة في مهنة التدريس رغم درجة شعورهم بالضغوط النفسية المرتفع، وهو وعي يبشر بالخير ويدعو الباحثين والمسئولين في المجتمع الكويتي ووزارة التربية إلى تعزيز هذا الوعي وتشجيعه وبذل الجهود والدعم المعنوي والمادي للمعلمات لحثهن على رفع مستوى الوعي الثقافي فيما يخص اكتساب المعرفة والمهارة للتعامل مع الضغوط المهنية العمل وذلك من خلال توفير الدورات التدريبية والتثقيفية بالمجان أو بأسعار رمزية وبصورة دورية، وتخفيف الأعباء الإدارية التي لا ترتبط بالمهام التدريسية للمعلمات, , كما أن هذه الأعراض قد تنشأ لأسباب نفسية وانفعالية ولما يتعرض له الفرد من أزمات ومشكلات مختلفة ومتكررة كضغوط الحياة والمشكلات اليومية المختلفة والمشكلات الأسرية والاجتماعية التي يعاني الفرد العادي (الشواشره والدقسومي ,٢٠١٣), وغالباً ما تؤدي الضغوط المهنية التي تحدث بشكل متكرر ومستمر إلى ظهور أعراض جسمية – نفسية (سيكوسوماتية)، تبدأ بدرجة منخفضة ثم تتطور لتزداد درجتها إلى

مستويات خطيرة تؤثر بشكل كبير جداً في الصحة الجسمية والنفسية للفرد (أمينة ,٢٠١٨). وقد تكون هذه الأعراض نتيجة عوامل أخرى شخصية تعود لنمط شخصية الفرد أو نقص مهاراته للتعامل مع الضغوط أو عوامل بيئية أخرى أسرية أو مالية أو اجتماعية., كما أنه ليس بالضرورة الوقوع تحت تأثير ضغوط عالية أن يصاب الفرد باضطرابات نفسية, لأن بعض الأفراد يمتلكون خاصية التحمل النفسي قد تساعدهم على تحمل الضغوط, وقد تعود النتيجة كذلك إلى مستوى إدراك المعلمات لهذه الضغوط والعمل للتغلب عليها والذي قد يتوقف على عوامل متعددة مثل الخبرة والدرجة العلمية والحالة الاجتماعية وعوامل شخصية أخرى كقوة الذات (مقداد وخليفة ,٢٠١٢) , ومن هنا تأتي أهمية دراسات العلاقة بين هذه الضغوط المهنية وظهور أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية للعمل على الوقاية منها والاسراع في معالجتها في الوقت المناسب.

نتائج السؤال الثالث: هل يمكن التنبؤ بأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات من خلال درجة الضغوط المهنية لديهن؟ للإجابة على هذا السؤال تم استخدام تحليل الانحدار حيث يمكن تكوين معادلة انحدار تستخدم في التنبؤ بدرجات أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات من خلال درجة الضغوط المهنية لديهن والتي أظهرت تأثيرا دالاً إحصائياً كما في جدول (٦).

جدول (٦)

تحليل التباين الاحادي ونسبة التباين المفسر لدرجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات بدولة الكويت

المصدر	مجموع المربعات	دح	مربع المتوسطات	ر٢	ر٢ المعدلة	ف	الدلالة
النموذج	٢٣٨٨٧.٥٣٠	١	٢٣٨٨٧.٥٣٠	٠.٣٠٣	٠.٣٠١	٥١.٢٤٨	٠.٠٠٠
الخطأ	٢٠٦٩٥٧.٣٩٤	٤٤٤	٤٦٦.١٢٠				
المجموع	٢٣٠٨٤٤.٩٢٤	٤٤٥					

يبين جدول (٦) أن معامل التحديد ٠.١٠٣ (R2) في حين كان معامل التحديد المعدل ٠.١٠١ (R2) مما يعني بأن المتغير المستقل التفسيري (الضغوط المهنية) استطاعت أن تفسر (٠.٣٠٣%) من التغيرات الحاصلة في (الأعراض السيكوسوماتية)

لدى المعلمات، وباقي التغيرات تعزى إلى عوامل اخرى، وهذه النتيجة دالة احصائيا ضمن مستوى الدلالة ≤٠.٠١ حيث بلغت قيمة ف (١، ٤٤٤) = ٥١.٢٤٨.

جدول (٧)

اختبار الدلالة الإحصائية لنموذج الانحدار البسيط للتنبؤ بدرجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية من خلال درجات الضغوط المهنية

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	ت	الدلالة
	بيتا	الخطأ المعياري	بيتا		
ثابت الانحدار	١٨٩.٧٧٩	٧.٠٠٣	–	٢٧.١٠٠	٠.٠٠٠
الضغوط المهنية	٠.٤٥٢	٠.٠٦٣	٠.٣٢٢	٧.١٥٩	٠.٠٠٠

يشير الجدول رقم (٧) أن نسبة تأثير الضغوط المهنية (Beta) في الأعراض السيكوسوماتية هي (٣٢.٢%). كذلك يتضح أن قيم (بيتا) لمعاملات الانحدار الجزئي للضغوط المهنية كانت ذات دلالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وكانت قيمة (ت) (٧.١٥٩) وهي بذلك تعتبر دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١), وهذه النتيجة تعني أن التباين الناتج عن الضغوط المهنية له أثر ذو دلالة إحصائياً على التنبؤ بالأعراض السيكوسوماتية، الأمر الذي يشير إلى إمكانية التنبؤ بهذه الأعراض من خلال الاعتماد على درجات الضغوط المهنية لدى المعلمات بدرجة متوسطة, درجة الأعراض السيكوسوماتية (المراد تنبؤها) = ثابت الانحدار + معامل انحدار الضغوط المهنية x (درجة الأعراض السيكوسوماتية الحالية) = ١٨٩.٧٧٩ + ((١٠٩.٤٤*٠.٣٢٢)) = + ١٨٩.٧٧٩ ٣٥.٢٤ = ٢٣٤, وتعزو الباحثة هذه النتيجة في العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والأعراض السيكوسوماتية، إلى أن التدريس أمر شاق وخصوصاً في مرحلة تعليمية لها خصوصيتها النفسية والتعليمية كما أسلفنا كالمرحلة المتوسطة. وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة (أمينة ,٢٠١٨) ودراسة كل من متولي (٢٠٠٠) وأبوزيد (٢٠٠٣) والشبراوي (٢٠٠٥) وميلر وترافر (Miller & Travers. 2005) وزيدي (٢٠٠٧) وسلامي (٢٠٠٨)(والطلافحة (٢٠١١) وحمايدة (٢٠١١). التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية في المرحلة المتوسطة,

وتتفق نتيجة العلاقة الارتباطية للضغوط المهنية وأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط المهنية لدى المعلمات تعزى لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة)؟ للإجابة على هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين المتعدد MANOVA، حيث يشير جدول (٨) إلى عدم وجود فروق في درجة الضغوط النفسية لدى المعلمات تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة). وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ((Fisher, 2011 ودراسة البخيت والتيجاني (٢٠١١) التي أسفرت عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المعلمين في مستوى الضغوط المهنية تعود لعوامل مثل الخبرة لصالح الأكثر سنوات في الخبرة التدريسية, ولا تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من دراسة سلامي(٢٠٠٨) ودراسة حمايدة (٢٠١١) ودراسة أبو مصطفى والزين (٢٠٠٩) ودراسة أبو مصطفى والأشقر (٢٠١١) ودراسة خوجة (٢٠١١) ودراسة مقداد وخليفة (٢٠١٢) ودراسة شديفات وأبو صاع (٢٠١٩) التي أسفرت عن وجود فروق دالة إحصائياً بين المعلمين في مستوى الضغوط المهنية تعود لعامل الخبرة , ولعامل الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجون كما في دراسة مقداد وخليفة (٢٠١٢), ولعامل العمر لصالح الأصغر سناً كما في دراسة كل من بريك (٢٠٠١) ودراسة العمري (٢٠٠٣), ولعامل التخصص لصالح التخصص العلمي كما في دراسة السورطي (٢٠٠٠).

جدول (٨)

نتائج تحليل التباين المتعدد MANOVA للفروق بين المتوسطات تبعا لمتغيرات الدراسة على مقياس الضغوط المهنية لدى المعلمات (ن=٤٤٦)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
العمر	٣٤٨٤.٤٩٠	٣	١١٦١.٤٩٧	٢.٤١٨	٠.٠٦٦
التخصص	٢٦٦.٣٢٥	١	٣٦٦.٣٢٥	٠.٥٥٤	٠.٤٥٧
الحالة الاجتماعية	٢٣.٩٤٩	١	٢٣.٩٤٩	٠.٠٥٠	٠.٨٢٣

سنوات الخبرة	١٩٦٤.٣٩٤	٣	٦٥٤.٧٩٨	١.٣٦٣	٠.٢٥٤
الخطأ	١٤١٢٤١.٢٧٢	٢٩٤	٤٨٠.٤١٢		
المجموع	٨٩٩٥٤٢٠.٠٠٠	٤٤٦			

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمات تعزى لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة)؟ للإجابة على هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين المتعدد MANOVA، حيث يشير جدول (٩) إلى عدم وجود فروق في درجة الأعراض السيكوسوماتية لدى المعلمات تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة). وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الشبراوي (٢٠٠٥) التي أسفرت عن عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغوط مهنة التدريس، تبعاً لمتغير سنوات الخبرة., ولا تتفق مع أمينة (٢٠١٨) وحمايدة (٢٠١١) والطلافحة (٢٠١١) وسلامي (٢٠٠٨) التي أسفرت عن وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين نعزى إلى الخبرة المهنية لصالح ذوي الخبرة المتوسطة والطويلة في التدريس كما في جدول (٩).

جدول (٩)

نتائج تحليل التباين المتعدد MANOVA للفروق بين المتوسطات تبعا لمتغيرات الدراسة على مقياس الأعراض السيكوسوماتية لدى المعلمات (ن=٤٤٦)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
العمر	١١٧٦.٦٤٣	٣	٣٩٢.٢١٤	١.٧٤٣	٠.١٥٨
التخصص	٧.٣١٢	١	٧.٣١٢	٠.٠٣٢	٠.٨٥٧
الحالة الاجتماعية	٣٢٧.٠٧٥	١	٣٢٧.٠٧٥	١.٤٥٤	٠.٢٢٩
الخبرة	٤٧٦.٦٨٢	٣	١٥٨.٨٩٤	٠.٧٠٦	٠.٥٤٩
الخطأ	٦٦١٥٢.٤٣٠	٢٩٤	٢٢٥.٠٠٨		
المجموع	٥٤٨٨٩٦٣.٣٤٠	٤٤٦			

التوصيات:

وبناءاً على النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية توصي الباحثة بما يلي:

- تخفيف العبء الدراسي والأنشطة الأخرى من خلال زيادة عدد المعلمين في المدارس، وتقليص المهام الإدارية المناطة بالمعلمين الجدد، وتطوير برامج تدريب وتأهيل لهم ليكونوا أقدر على مواجهة الضغوط المهنية.
- إجراء المزيد من الدراسات حول الضغوط المهنية لدى المعلمين للكشف عن مدى انتشارها وآثارها السلبية على العملية التعليمية, وباستخدام متغيرات وثيقة بالعمل مثل الدافعية والرضا، وغموض الأدوار وتعارضها، والسلوك القيادي للمدير والمعلم، والمناخ التنظيمي، وغيرها للتعرف على علاقتها بالضغوط المهنية.
- العمل على رفع مستوى الوعي والثقافة المعلوماتية لدى المعلومات لاكتساب المعلومات والمهارات وتعلم الاستراتيجيات المناسبة لمواجهة الضغوط المهنية والتقليل من آثاراها المحتملة، وذلك من خلال توفير الدعم النفسي والمادي وتوفير الدورات التدريبية المجانية, وإعداد برامج ودورات في كيفية مواجهة الضغوط.
- إلزام القيادات التربوية، والمشرفين التربويين، ببرامج تدريبية في مهارات الاتصال والعلاقات الإنسانية وكيفية التعامل مع زملائهم ورؤسائهم في العمل لما في ذلك من تأثير في الشعور بالضغوط المهنية لدى المعلمين عند تعاملهم مع إدارة المرسة والزملاء.

المراجع:

- ابراهيم القريونى (٢٠٠٨). الاحتراق النفسي لدى عينه من المعلمين المعاقين بصرياً العاملين بالمدارس الأردنية. المجلة العربية للتربية الخاصة (١٢) ١٠٠ – ١٠٢.
- ابراهيم القشقوش، محمد الأحمدي (٢٠٠٠). العلاقة بين الممارسة المهنية والشعور بالضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات المدارس المتوسطة والثانوية بالمدينة المنورة. مجلة جامعة الملك عبد العزيز للعلوم التربوية (١٣). المملكة العربية السعودية.
- إبراهيم متولي (٢٠٠٠). الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٠(٢٦)، الأنجلو المصرية، القاهرة.
- أحمد العزيز، أحمد أبو أسعد (٢٠٠٨). التعامل مع الضغوط النفسية. طبعة أولى،دار الشرق للنشر والتوزيع عمان– الأردن.
- باهي سلامي (٢٠٠٨). مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط والثانوي، رسالة دكتوراه علم النفس، جامعة الجزائر.
- بلال بدران (٢٠١٧). مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية المهنية في الأردن واستراتيجيات التعامل معها من وجهة نظرهم في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر (١) ٧١٦.
- بن طاهر البشير (٢٠٠٥). استراتيجية التكيف مع مواقف الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة على ضوء نمط الشخصية والدعم الاجتماعي–رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس– كلية العلوم الاجتماعية– جامعة وهران– الجزائر.

- حامد الطلافحة (٢٠١٣). ضغوط العمل عند معلمي الدراسات الاجتماعية للمرحلة الأساسية في الأردن والمشكلات الناجمة عنها. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادي والعشرون، العدد الأول، ص٢٥٧ – ص ٢٩٤.
- حامد زهران (٢٠٠٣). علم النفس الاجتماعي. الطبعة السادسة، عالم الكتب للنشر والطباعة، القاهرة، مصر.
- حمد العجمي (٢٠١٢). مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة بدوله الكويت. المجلة المصرية للدراسات النفسية.
- حمزة الأحسن (٢٠١٥). الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وانعكاساتها على مستوى تقدير الذات لديهم (دراسة ميدانية في البليدة وتيبازة). مجلة العلوم النفسية والتربوية (١)١, ١٨٨-٢١٥.
- دلال الردعان (٢٠١٨). المختصر في الصحة النفسية (المفهوم- النظرية- الاضطرابات). مكتبة دار الأكاديمية للنشر والتوزيع. الكويت.
- رضا مسعودي (٢٠٠٣). الضغط المهني لدى أطباء مصلحة الاستعجالات, مصادره, أعراضه, ومؤشراته. رسالة ماجستير في علم النفس العمل والتنظيم. جامعة الجزائر.
- سلامة حسين (٢٠٠٦). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية. ط١، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن.
- سمير شديفات, جعفر أبو صاع (٢٠١٩). الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية المهنية في الأردن في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث، ٢٠١٩،٧(٢),٧-٩٥.

- صلاح الدين البخيت، محمد التيجاني (٢٠١١). مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة وعلاقتها ببعض المتغيرات المهنية والديموغرافية في ولاية الخرطوم. مجلة الجزيرة للعلوم التربوية والانسانية، ٨(١).
- عباسة أمينة (٢٠١٨). الاضطرابات السيكوسوماتية في ضوء بعض المتغيرات (التعليم المتوسط نموذجا). Route Educational and Social Science Journal ISSN: 2148-5518 Volume 5 (9).
- عبد الحميد جابر (٢٠٠٠). مدرس القرن الحادي والعشرين الفعال، المهارات والتنمية المهنية. ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
- عبد الحميد شحام (٢٠١٥). علاقة الضغوط المهنية بالاضطرابات السيكوسوماتية. رسالة ماجستير, قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا, جامعة محمد خيضر, الجزائر.
- عبد العظيم المصدر، باسم أبوكويك (٢٠٠٧). ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة- فلسطين. كتاب المؤتمر التربوي الثالث -الجودة في التعليم العام الفلسطيني كمدخل للتميز -الجامعة الإسلامية- غزة, ٣٠-٣١ أكتوبر, الجزء الثاني- الجامعة الإسلامية - غزة.
- عبد الفتاح خليفات، عماد الزغلول (٢٠٠٣). مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مديرية التربية بمحافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية (٣)، ١٥٢-١٧٨.
- عبيد العمري (٢٠٠٣) ضغوط العمل عند المعلمين "دراسة ميدانية". مجلة كلية الآداب (٢) جامعة الملك سعود الرياض، www.ksu.edu.sa.

- عثمان مدني (٢٠٠٩). الضغط المهني لدى إطارات المركب الصناعي للغاز , مصادره, أعراضه, وأساليب مواجهته.
- علا حمايدة (٢٠١١). مستوى ضغوط العمل عند معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في الأردن والمشكلات الناجمة عنها. مجلة العلوم التربوية (٣٨) ١.
- علي حمد (٢٠٠٢). الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات ووجهة الضبط لدى عينة من معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.
- على عسكر (٢٠٠٣). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها – الصحة النفسية في عصر التوتر والقلق. الطبعة الثالثة، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- عماد الكحلوت، نصر الكحلوت (٢٠٠٦) الضغوط المدرسية وعلاقتها بأداء معلمي التكنولوجيا بالمرحلة الأساسية العليا، دراسة مقدمة للمؤتمر الأول بجامعة الأقصى بغزة المناهج الفلسطينية الواقع والتطلعات.
- عمر الشواشره، كامل الدقسومي (٢٠١٣). أنماط الشخصية وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية المنتشرة لدى عينة من المجتمع السعودي. جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد (٣٤)، م(٢)، ص ١٠١ –١٤٠.
- عويد المشعان (٢٠٠٠) مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية. مجلة العلوم التربوية، مجلس النشر العلمي, جامعة الكويت، المجلد (٢٨)، العدد (١)، ص٦٥-٦٦.
- غسان الحلو (٢٠٠٤). مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس

الثانوية الحكومية في فلسطين. مجلة دراسات (العلوم الإدارية)، ٣١(٢)، ٢٨١-٢٠٣.

- محمد الشبراوي (٢٠٠٥). علاقة ضغوط مهنة التدريس بسمات شخصية المعلم .www.maganin.com

- محمد الطحان، موسى نجيب (٢٠٠٨). فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى النظرية الإنسانية في كل من مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية وتقدير الذات لدى النساء. مجلة البصائر, ١٢(٢), ١٩٣-٢٣٠ . فلسطين.

- محمد ديراني (١٩٩٢). مصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في مديريتي التربية والتعليم الأولى والثانية في محافظة عمان. مجلة دراسات العلوم الإنسانية, ١٩ (٢) , ١٩٠-٢٣١.

- محمد عبد الرحمن (١٩٩٩). علم الاضطرابات النفسية والعقلية. الكتاب (١) , (الجزء (٢). دار قباء .القاهرة.

- محمد عسيري (٢٠١٣). الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة الملك سعود لعلوم التربوية والدراسات الاسلامية (٢٤)٣, ١٠٠١-١٠٣٢.

- محمد مقداد، فاضل خليفة (٢٠١٢). الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها لدى معلمي نظام الفصل بمملكة البحرين. مجلة دراسات نفسية وتربوية، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، العدد التاسع، ديسمبر، ص ١٧٥-٢٠٩، مملكة البحرين.

- محمود أبو النيل (١٩٩٤). الأمراض السيكوسوماتية. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع.

- مراد الكاهاني (٢٠٠٠). أثر ضغوط الوظيفة على الولاء التنظيمي دراسة حالة معلمي المدارس الحكومية في محافظة الزرقاء. رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن.
- مليكة خوجة (٢٠١١). مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين. دراسة مقارنة بين المراحل التعليمية الثلاث.رسالة ماجستير، الجزائر.
- نبيلة أبو زيد (٢٠٠٢). الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى شرائح من العاملين في كلية البنات، جامعة عين شمس.
- نبيله الشوربجي، عفاف دانيال (٢٠٠٢). علم النفس والشخصية. مكتبة زهراء الشرق للطباعة والنشر, القاهرة، مصر.
- نجاة البدور (٢٠٠٧). مستوى الضغوط النفسية وعلاقته بمستوى الدافعية لمديري مدارس الأمانة العامة للمؤسسات التربوية المسحية في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، عمان.
- نضال ثابت (٢٠٠٣) ضغوط العمل وعلاقتها بالاتجاه نحو مهنة التدريس لدى المعلمين بمحافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- نظمي أبو مصطفى، ديبة الزين (٢٠٠٩) مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة، دراسة ميدانية على عينة من معلمي الأطفال المعوقين في مؤسسات التربية الخاصة بمحافظات غزة، مجلة الجامعة الإسلامية بغزة، سلسلة الدراسات الإنسانية المجلد (١٧)، العدد (٢)، ص ٣٧٤-٣٠٣.
- نظمي أبو مصطفى، عطاف أبو غالي (٢٠٠٧). مصادر ضغوط العمل لدى المعلم الفلسطيني، دراسة ميدانية على عينة من

المعلمين والمعلمات الملتحقين في برنامج تأهيل المعلمين في جامعة الأقصى، المؤتمر التربوي الثالث، الجودة في التعليم العام الفلسطيني كمدخل للتميز. كلية التربية، (٢)، ٢٩٧-٣٥٧, الجامعة الإسلامية بغزة.

- نظمي أبو مصطفى، ياسر الأشقر (٢٠١١). الضغوط المهنية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلم الفلسطيني، مجلة الجامعة الإسلامية سلسلة الدراسات الإنسانية, ١٩(١)، ٢٠٩-٢٣٨.

- نور الهدى الجاموس (٢٠٠٤). الاضطرابات النفسية- الجسمية السيكوسوماتية. دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع عمان، الأردن.

- وسام بريك (٢٠٠١) مصادر الضغوط المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية والمهنية لدى معلمي المدارس الخاصة في عمان. مجلة كلية التربية, جامعة الإسكندرية، ١(٢), ٨٩-١١٩.

- وهف القحطاني (٢٠٠٢). العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء المعلمين من وجهة نظر المشرفين والتربويين، ومديري ومعلمي المدرسة الابتدائية بمدينة الرياض. رسالة ماجستير، غير منشورة، السعودية.

- يزيد السورطي (٢٠٠٠). مشكلات المعلمين في سلطنة عمان وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة مركز البحوث التربوية ,١٨, ٢١٥-٢٤٣، جامعة قطر.

- يوسف محمد (١٩٩٩). الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية. مجلة مركز البحوث التربوية. -جامعة قطر، ٨(١٥)، ١٩٥-٢٢٧.

- Alan H.S., Chan, K., Chen, and Elaine Y.L. Chong. (2010). Work Stress of Teachers from Primary and Secondary Schools in

Hong Kong. Proceeding of the international multi conference of Engineers and computer scientists Vol. III IMECS March, Hong Kong.

- Alradaan, Dalal. (2016). A paper presented in the Academic International Conference on Social Science and Humanities (AICSSH) , University of Oxford, 18-20 August, 2016 puplished in (ISBN Number 978-1-911185-17-8 (Online).
- Badar, M. (2011). Factors Causing Stress and Impact on Job Performance, "A Case Study of Banks of Bahawalpur, Pakistan". European Journal of Business and Management www.iiste.org ISSN 2222-1905 (Paper) ISSN 2222-2839 (Online) Vol 3, No.12, 2011 9 | Page www.iiste.org.
- Bao, Qi & Fu, Fan. (2006). Teachers' stress and mental health in middle school. Chinese Mental Health Journal (20) one, 48-50.
- Forrest, S. and Jepson. E. (2006). Individual Contributory factors in Teacher Stress: the role of Achievement Striving and Occupational Commitment. The
- Halim, L., Alisamsundin, M. & Subahan, M. (2006). Measuring Science Teachers Stress Level Triggered by Multiple Stressful Conditions. International Journal of Science and Mathematical Education, (4), 727-739. http://cie.asu.edu/ Current Issues in Education, 14(1).
- Contrada, R., Leventhal, H., & O'Leary, A. (1990). Personality and health, tn L. Pervin, (Ed.), Handbook of personality: Theory and research (pp. 638--669). New York: Guilford Press.
- Dinham, Steve. (1992). Human perspectives on teacher Resignation: Darwen, New south wales: Asshalia.

- **Fisher, M. (2011). Factors Influencing Stress, Burnout, and Retention.**
- **Meichenbaum, D. (1991). Coping With Stress. New York: Plenum Press.**
- **Miller, G. V. and Travers. C. J. 2005. Ethnicity and the Experience of Work: job Stress and Satisfaction of Minority Ethnic Teachers in the UK. International Review of Psychiatry, 7 (5):317-327.**
- **Obdulia Moreno-Abril, Juan de Dios Luna-del-Castillo, Carmen Fernández-Molina, Dolores Jurado, Manuel Gurpegui, Pablo Lardelli-Claret, Ramón Gálvez-Vargas. (2007). Factors Associated with psychiatric Morbidity in Spanish school Teachers. Occupational Medicine, 57 (3): 194 – 202.**
- **Peltzer, K et al. (2008). Job stress, job satisfaction and stress-related illnesses among South African educators, Stress Medicine, 25(3) 247- 257.**
- **Spring, B. & Coos, H. (2008). Stress as precursor of Schizophrenia Episodes, r.w.j Neufeld (ed) Psycho-logical stress and psychopathology McGraw Hill, USAP.33,2008.**
- **Teoh, Kevin and Hassard, J. and Cox, Tom. (2018). Individual and organizational psychosocial predictors of hospital doctors' work-related wellbeingg: a multilevel and moderation pers-pective. Health Care Management Review , ISSN 0361-6274.**