

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا covid19

دراسة ميدانية ببعض ثانويات لولاية المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس تخصص: إرشاد وتوجيه

تحت إشراف الأستاذ:

د. شحام عبد الحميد

إعداد الطلبة:

ولهة سيف الدين

شريف دنيا

حريزي شيماء

منختاري هالة

السنة الجامعية: 2021/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

الحمد والشكر والثناء لله الواحد الأحد الذي وفقنا في مسارنا الدراسي، وأعاننا على أداء

واجبنا فيه، وبإمكانياتنا في مجهودنا... له كل الفضل والمنة.

أما بعد:

فإننا نتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ الكريم "شحام عبد الحميد" الذي أشرف

على هذا العمل المتواضع، والذي بالرغم من الظروف الصعبة التي واجهتنا لم يتوان في تقديم

المساعدة والنصائح القيمة التي أفادني بها.

فهرس



المحتويات



فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
	شكر وعرهان
	الإهداء
أ-ج	مقدمة
	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
05	1. الإشكالية
07	2. فرضيات الدراسة
08	3. أهمية الدراسة
08	4. أهداف الدراسة
09	5. أسباب اختيار الموضوع
10	6. تحديد المصطلحات
11	7. الدراسات السابقة
14	8. التعقيب على الدراسات
	الفصل الثاني: الضغط النفسي
18	تمهيد

17	1. مفهوم الضغط النفسي
20	2. لمحة تاريخية حول الضغط النفسي
21	3. أسباب الضغط النفسي
22	4. أعراض الضغوط النفسية
22	5. أنواع الضغط النفسي
23	6. الآثار المترتبة عن الضغط النفسي
25	خلاصة
الفصل الثالث: أستاذ التعليم الثانوي	
27	تمهيد
28	1. التعليم الثانوي
28	2. أستاذ التعليم الثانوي
31	خلاصة
الفصل الرابع: جائحة كورونا 19	
33	تمهيد
34	1. كورونا كوفيد 19
36	2. أعراض كورونا
الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة	
38	تمهيد

39	1. منهج الدراسة:
39	2. الدراسة الاستطلاعية
40	3. مجتمع وعينة الدراسة
41	4. حدود الدراسة
41	5. أدوات الدراسة
43	6. الأساليب الإحصائية
44	خلاصة
الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
46	عرض نتائج الدراسة
57	مناقشة وتحليل النتائج في ضوء الفرضيات
61	الاستنتاج العام
61	نتائج الدراسة
61	اقتراحات
64	خاتمة
66	قائمة المراجع
////	الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	مضمونه
40	جدول رقم (01): يوضح أبعاد وفقرات استبيان المشكلات الأكاديمية
40	جدول رقم (02): يمثل توزيع أساتذة التعليم الثانوي لولاية المسيلة
42	الجدول رقم (03) يوضع العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية وأبعاده الفرعية.
42	الجدول رقم (04): يوضح معامل ألفا كرونباخ لاستبيان الضغوط النفسية
43	الجدول رقم (05): يمثل تحديد مستوى درجات الاستبيان
46	الجدول رقم (06) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس
46	الجدول رقم (07) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن
47	الجدول رقم (08) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الخبرة
48	الجدول رقم (09) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية.
49	جدول رقم (10) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغير محل الدراسة.

50	الجدول رقم (11) يوضح مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد.
51	الجدول رقم (12) يوضح مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد.
52	الجدول رقم (13) يوضح مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد.
53	الجدول رقم (14) يوضح مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد.
54	الجدول رقم (15) يوضح نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لتحديد مستوى الحاجات النفسية لدى طفل الروضة.
55	-جدول رقم (16) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة في استبيان الضغوط النفسية تبعاً لمتغير السن.
56	جدول رقم (17) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة على استبيان الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

فهرس الأشكال

صفحة	عنوان الشكل
46	الشكل رقم (01) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس
47	الشكل رقم (02) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن
48	الشكل رقم (03) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير الخبرة
48	الشكل رقم (04) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية
49	شكل رقم (05) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات متغير الضغوط النفسية

الملخص:

يهدف البحث التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحه كورونا COVID-19 في بعض بلديات ولاية المسيلة وقد بلغ مجموع أفراد عينة البحث المتكونة من 60 من أساتذة التعليم الثانوي وقد اتبعنا المنهج الوصفي التحليلي في استخلاص نتائج هذا البحث معتمدين على الأدوات الآتية:

وهي حساب الخصائص في السيكوميتريّة والذي كان فيه الصدق المحكمين وتم عرض في استبيان قياس مستوى الضغوط النفسية في صورتها الاولية المتكونة من 27 فقرة على خمس محكمين من أساتذة علم النفس بجامعة المسيلة وفيه ايضا حساب الصدق وثبات استبيان الضغوط النفسية وقد تم الإجابة عن التساؤلات المطروحة وتحقيق الفرضيات وتم التوصل الى هذه النتائج التالية:

✓ وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مصادر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية وبين الحساسية للمشاعر واعتبار الذات وتقبل العدوان والمقدرة على إقامة علاقات ودية.

✓ توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مظاهر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية.

✓ لا توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا COVID-19 تعزى لمتغير السن.

وقد توصلنا في الختام ان أساتذة التعليم الثانوي لا زالوا عرضة للكثير من الضغوط والتحديات التي ينبغي عليهم مواجهتها بطريقة سليمة في سياق حياتهم بأبعادها النفسية والاجتماعية والبيولوجية.

Abstract :

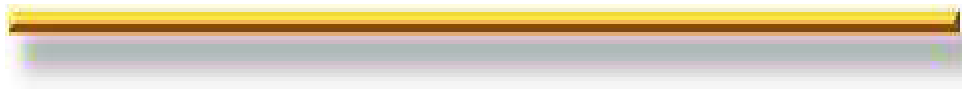
The research aims to identify the level of psychological stress among secondary education teachers in light of the COVID-19 pandemic in some municipalities of the Wilayat of M'sila. The total number of the research sample consisted of 60 secondary education teachers. We followed the descriptive analytical approach in extracting the results of this research, relying on the following tools.

It is the calculation of characteristics in psychometric, in which the arbitrators were honest. A questionnaire was presented to measure the level of psychological stress in its initial form, which consisted of 27 paragraphs, to five arbitrators from professors of psychology at the University of M'sila. It also included a calculation of honesty and the stability of the psychological stress questionnaire. Assumptions, the following results were obtained:

- ✓ There is a negative correlation between the sources of stress as a dimension of psychological stress and between sensitivity to feelings, self-consideration, acceptance of aggression and the ability to establish friendly relations.
- ✓ There is a negative correlation between the manifestations of stress as a dimension of psychological stress.
- ✓ There are no differences in the level of psychological stress for secondary education teachers in light of the COVID-19 pandemic due to the age variable.

In conclusion, we have concluded that secondary education teachers are still subject to many pressures and challenges that they must face in a proper way in the context of their lives in their psychological, social and biological dimensions.

مقدمة



يحتل العمل مكانة هامة في حياة الإنسان ، وهو من العوامل الهامة التي لها دورها وتأثيرها على صحة الفرد النفسية، فالعمل ميدان نشاط الإنسان المنتظم والمنتج وهو البيئة التي تعيش فيها جزء كبيرا من حياته ويجعل الفرد أمنا على مصادر قوته وإشباع حاجاته ، فاذا كان نوع العمل متناسبا مع قدرات الفرد ويوله المختلفة تدعم صحته ويحقق النجاح في مجال معين، لكن قد يصادف العامل ضغوطات نفسية أوقات ومواقف مختلفة تتطلب منه التوافق وإعادة التوافق مع بيئته، خاصة ان أحداث الحياة الضاغطة تعتبر احد مظاهر الرئيسية التي تتصف بها الحياة المعاصرة طوال ذلك وجود نوع من الوظائف مثل التدريس تتطلب توفر معايير خاصة للاستفادة جهة او من أخرى يتشكل نوع من الضغط النفسي من حيث أهميته أدائها على اكمل وجه.

اذ تعد الضغوط النفسية ومستوياتها ومصادرها اثرها على أساتذة التعليم في المؤسسات المختلفة بصفة عامة وأساتذة التعليم الثانوي بصفة عامة من الموضوعات التي نالت اهتمام الكثير من الباحثين خاصة في الآونة الأخيرة مع ظهور ازمة التي أحلت على العالم، واعتبارها الأخطر والأكثر انتشارا، هي جائحة كورونا، فتواجه الإنسانية في هذه الأيام هذه الجائحة الخطيرة ، باعتبارها فيروس الذي يصيب جهاز التنفسي اللانسان مما تسبب له مجموعة من الأعراض تتطلب منه انفعالات متعددة ويقوم الأساتذة في سبيل التوافق بالقيام بسلسلة من الأساليب المختلفة التي من شأنها ان تساعد على الحفاظ وأحداث نوع من التوازن.

لذا كان اهتمام الباحث بموضوع وقضية الأستاذ التعليم الثانوي لانها قضية تعليم ولأنها قضية المجتمع، فالعنصر البشري هو راس مال كل امة وسلاحها وهو محور العملية التعليمية حيث تتوقف عليه نجاعة الأخرى من حيث الاستخدام الصحيح، حيث

يتم تكوينه قبل وأثناء الخدمة الموجه لأستاذ التعليم الثانوي من خلال مراعاة توافر العديد من المواصفات والكفايات التربوية والمهنية وغيرها.

وتأتي هذه الدراسة لتحديد الكفايات التعليمية لأستاذ التعليم الثانوي ومدى قدرته على مواجهة الضغوط النفسية التي يتعرض لها في مهنته سواء من ناحية الظروف الغير المتوقعة او من ناحية الروتين اليومي الذي يقوم به ليتم تدريبه على كيفية مواجهة هذه الضغوط والتخفيف من حدتها وتزويده باليات دفاعية تسمح له بالتكيف مع مختلف الظروف ونظرا لأهمية هذا الموضوع وجب دراسته.

ولدراسة هذا الموضوع قمنا بتقسيمه الى جانبين الأول نظري والثاني تطبيقي

وكل جانب احتوى على مجموعة من الفصول الملئة بالموضوع:

الفصل الأول: كان مدخل للدراسة واشتمل على عدة نقاط المتمثلة في: الإشكالية، فرضيات، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، أسباب اختيار الموضوع، تحديد المصطلحات، الدراسات السابقة

الفصل الثاني: تناول فيه الضغوط النفسية في عدة نقاط وهي مفهومه، لمحة تاريخية حوله، أسبابه، أعراضه، أنواعه، الآثار المترتبة عنه.

الفصل الثالث: تناولنا فيه التعليم الثانوي من خلال التطرق لعديد من النقاط المهمة وهي: مفهوم التعليم الثانوي، أهدافه، أستاذ التعليم الثانوي، الشروط الواجب التوفر في أستاذ التعليم الثانوي.

الفصل الرابع: تناولنا فيه كورونا كوفيد19، تاريخها، تعريفها، أعراضها.

الفصل الخامس: تمحور حول إجراءات الدراسة الميدانية وضم: منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة، مجتمع البحث، العينة، أداة الدراسة، التأكد من الخصائص السيكومترية للاداة. الأساليب المعالجة الإحصائية.

-الفصل السادس: والذي تمحور حول عرض وتفسير النتائج ومناقشتها: والذي من خلاله قمنا بعرض كل النتائج الدراسة ، وتفسيرها في ضوء الجانب الاطار العام للدراسة والدراسات السابقة وفي الأخير المناقشة عامة للدراسة.

الفصل الأول: الإطار العام
للدراصة



1. الإشكالية:

يعد التعليم من أبرز الأمور المهمة في حياتنا فبالتعلم نتطور فكريا وحضاريا وعلميا، ونظرا لهذه الأهمية فقد حظي باهتمام كبير من طرف جميع الدول بصفة عامة والجزائر بصفة خاصة، والتعليم في الجزائر يمر بثلاث مراحل أساسية، مرحلة الابتدائي، مرحلة المتوسط، مرحلة التعليم الثانوي، وهذا الأخير يعتبر حلقة في سلسلة المراحل التعليمية، كونه يحتل داخل المنظومة التربوية موقعا وسط بين التعليم الأساسي والتعليم الجامعي في السلم التعليمي، مما جعله يمثل مرحلة متميزة. لذلك نجد مختلف الأنظمة التربوية تهتم بالتعليم الثانوي اهتماما خاصا باعتباره نقطة انعطاف هامة في حياة التلميذ نحو مسار حياته المستقبلية، وفي ذات السياق يعتبر التعليم الثانوي اللبنة الأساسية لبناء المستقبل لذلك فالأساتذة في هذه المرحلة يسعون جاهدين لتحقيق الأفضل، وعليه نجد ان مهنة التدريس مجال واسع ومن بين اصعب المهن من حيث الأداء ومن حيث الضغوط النفسية التي تصادفه في أوقات ومواقف مختلفة تتطلب منه توافق او إعادة التوافق مع بيئته، خاصة ان احداث الحياة الضاغطة تعتبر احد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وهذه الاحداث ماهي الا رد فعل للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على كافة مجالات.

وما زاد من مشاكل التعليم أكثر ما شهده العالم حاليا من ازمة تهدد العالم بأسره، ربما هي الأخطر في ال قرن 21، حيث ظهر انتشار وباء خطير وقاتل في العالم وأحدث ازمة وتأثرت به جميع مؤسسات العالم خاصة المؤسسات التعليمية التي تأثرت بدرجة كبيرة بهذه الجائحة كورونا 19 الذي خلق اثار نفسية واجتماعية وولد ضغوطا كبيرة لدى الأساتذة وأحدث اضطرابا ومشاكل نفسية مختلفة لديهم، مما قد يؤدي الى مخرجات تعليمية غير مناسبة تؤثر في مستوى التعليم وجودته، ولعل اهم تأثير للجائحة على الأساتذة يظهر في توليد الضغوطات النفسية.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

فالضغط النفسي للمدرسين أحد معوقات السير الحسن للعملية التربوية ومن بين أهم العوامل الأساسية في اختلال النظام التربوي، ولقد بينت ظاهرة الضغوط النفسية التي هي في الأصل عبارة عن مواقف غير سارة تعيق وتهدد اشباع الحاجات النفسية وتتجاوز قدرة الفرد على التوافق معها مما يؤدي بالأستاذ الى الشعور بالضيق والتوتر وعدم الارتياح بناء على التقييم الذاتي للموقف من قبل الأستاذ.

ومن هذا المنطق هذا الموضوع في وقتنا الحالي وكونه اصبح سمة مشتركة بين الأفراد والمجتمعات ككل، فقد زاد الاهتمام بدراسته من مختلف الجوانب ومن هذا المنطلق جاءت فكرة دراسة والبحث في مستويات هذه الضغوط بالنسبة للأساتذة في التعليم الثانوي في ظل الجائحة. والتركيز على هذه النقطة بالذات قصد تشخيصها كونها تسبب للأساتذة معاناة نفسية وبغية تفادي الآثار الناتجة عنها سواء بالنسبة للمدرس او بالنسبة للمجتمع ككل، كما نسلط الضوء على مدى معاناة الأستاذ التعليم الثانوي جراء الضغوطات النفسية التي تعترضهم في ظل هذه الجائحة.

ومن هذه الأهمية تستمد دراستنا أهميتها باعتبارها موضوع من المواضيع التي مازالت تثير جدل الباحثين بحيث يعتبر أثر بعض الضغوط لدى الأساتذة التعليم الثانوي في ظل الجائحة من المواضيع الحديثة من حيث بروز متغيرات تتعلق بها .
ومن خلال ما سبق تم بلورة الإشكالية في التساؤل العام التالي:

ما مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا
?covid19

التساؤلات الجزئية:

✓ ما مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا
?covid19

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ ما مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا
?covid19

✓ ما مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا
?covid19

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية تعزى لمتغير
(الجنس، السن، الأقدمية، الحالة الاجتماعية)؟

2. فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

-مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا 19
يكون مرتفعا.

الفرضيات الجزئية:

✓ مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا cov19
منخفض.

✓ مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا cov19
مرتفع.

✓ مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا cov19
مرتفع.

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,5 للضغوط النفسية تعزى (للجنس،
العمر، الأقدمية، الحالة الاجتماعية)

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

3. أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

- ✓ دراسة الضغط النفسي وأعراضه ومصادره نظرا لانتشاره الواسع في وقتنا الحاضر بين كافة شرائح المجتمع خاصة في ظل انتشار جائحة كورونا وما تولده من ضغوط.
- ✓ الكشف عن أسباب التي تؤدي بالأستاذ في التعليم الثانوي بالشعور بالضغط النفسي.
- ✓ أهمية الفئة المستهدفة وهي أساتذة التعليم الثانوي.
- ✓ دراستنا تتعلق بموضوع هام في علم النفس وهو الضغوط النفسية.
- ✓ بالنسب للمكتبات ستشكل الدراسة اثراء المعلوماتية ومرجعا علميا للباحثين والطلبة والمجتمع المعني بالدراسات.

الأهمية التطبيقية:

- ✓ إمكانية اخذ نتائج هذه الدراسة بعين الاعتبار اثناء معالجة مشكلة الضغوط لدى الأساتذة في ظل انتشار هذا cov 19 .
- ✓ قد تكون هذه الدراسة فاتحة الدراسات وبحوث أخرى تتناول مثل هذه المواضيع في ظل جائحه التي المت بالعالم ككل مما يساعد على التعمق في دراسة متغيرات أخرى لم تشملها الدراسة الحالية.

4. أهداف الدراسة:

- ان أي موضوع يتطرق له باحث معين الا ويسطر وراءه وأهداف وذلك لأجل الوصول الى نتائج معينة تمكن القارئ الاستفادة من هذا البحث تهدف دراستنا هذه الى:

- ✓ التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ التعرف على مستوى الضغوط الاسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحه كورونا.

✓ التعرف على مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا.

✓ التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا.

✓ التعرف على مدى وجود الفروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا كوفيد تعزى لمتغيرات (الجنس ، السن ، الاقدمية، الحالة الاجتماعية).

5. أسباب اختيار الموضوع:

ان معايشة الفرد لما يدور حوله يخلق لديه الرغبة والفضول يدفعه الى الخوض في مواضيع مختلفة يحاول من خلالها فهم الواقع، والانفراد او الميل الى موضوع معين يعود الى درجة أهميته ومساسه بحياته العامة والذي لا محاله سيعكس على حياته الخاصة، وعليه تم اختيار الموضوع للأسباب التالية:

✓ علاقة البحث بمجال التخصص.

✓ الرغبة في الاطلاع على مختلف جوانب الضغوط النفسية.

✓ الرغبة الشخصية في تناول هذ موضوع والاطلاع على الأطر النظرية لمعالجته.

✓ محاولة ترجمه مجهوداتنا العلمية المتحصل عليها طيلة السنوات دراستنا الجامعية من خلال إنجاز هذ البحث المتواضع.

✓ قابلية الموضوع للدراسة العلمية

6. تحديد المصطلحات:

-الضغوط النفسية: هي مجموعة من المثيرات التي تتواجد في بيئة عمل الأفراد ينتج عنها مجموعه من ردود الأفعال التي تظهر في سلوك الأفراد في العمل وفي حالتهم النفسية والجسمانية أو في أدائهم لأعمالهم نتيجة تفاعل الأفراد في بيئة عملهم التي تحتوي ضغوط (شحاتة، 2003، ص208).

-التعريف الاجرائي: هو حالة من عدم الاستقرار ناتجة عن الظروف الصحية، الاسرية النفسية، المهنية التي يتعرض لها الأستاذ في التعليم الثانوي في ولاية المسيلة في ظل جائحة كورونا.

-أستاذ التعليم الثانوي: هو الشخص الموظف والمسؤول عن مهمة التربية والتعليم بالمدرسة الثانوية، ويشترط فيه ان يكون متحصل على شهادة ليسانس أو الماستر في أي تخصص.

جائحة كورونا: هي الجائحة العالمية التي تسبب فيها ظهور فيروس كورونا المستجد وأدت الى اغلاق المؤسسات التعليمية في اغلب دول العالم وخلق اثار جانبية على الأساتذة والمعلمين والتي أدت الى توقف النشاطات (الاقتصادية، الخدماتية،التعطيل منها ابتداءا 12 مارس 2020 بما فيها التعليم الثانوي بولاية المسيلة.) (عيسى علي، 2020، ص92).

-اجرائيا: هو فيروس عالمي تسبب في اعلان حالة طوارئ في قطاع التعليم خاصة التعليم الثانوي، ابتداءا 12 مارس 2020.

7. الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة القاعدة الأساسية الأولى التي تنطلق منها جل الدراسات والبحوث كونها تعتبر مصدر ومنبع للمعلومات التي يعتمد الباحث عليها في تحديد جوانب الرئيسة التي سيتطرق اليها في بحثه كما تساعد في التعرف على الأدوات التي سيجمع من خلالها تلك المعلومات وتحديد المنهج الذي يناسبه في دراسته.

-دراسة **علال عبد الرزاق(2019)**: بعنوان "انعكاس الضغوط النفسية على أساتذة التربية البدنية والرياضية خلال الحصة التعليمية، وقد هدفت الى معرفة الى أي مدى تنعكس الضغوط النفسية على أساتذة التربية البدنية والرياضية، واعتمدت على المنهج الوصفي، وتمثلت عينتها في (35) أستاذ، واستخدمت أداة الاستبيان لجمع البيانات والمعلومات **ومن أبرز نتائجها مايلي:**

-توصل الباحث الى: تنعكس الضغوط النفسية على أساتذة التربية البدنية والرياضية مما يؤثر على المستوى أدائه اثناء الحصة التعليمية
-يسعى الأستاذ جاهدا الى التعامل مع الضغوط النفسية خلال الحصة التعليمية بالرغم من نقص الوسائل والتجهيزات
-هناك عدة عوامل مسببة للضغوط النفسية تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضة
-تؤثر الضغوط النفسية على مستوى أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية خلال الحصة التعليمية (علال،2019)

-دراسة **يوسف جواد(2006)**: بعنوان مصادر ومستويات الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي،وقد هدفت الدراسة الى تحديد مصادر الضغط لدى الأساتذة والتعرف على مستويات الضغط النفسي لدى افراد العينة.وتمثلت عينتها في 322استاذ،واعتمد على المنهج الوصفي التحليلي،وتم الاعتماد على أداة الاستبيان لجمع البيانات والمعلومات.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

ومن أبرز نتائجها:

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الرتبة الاكاديمية

-كشفت عن وجود اختلاف في مستوى الضغط النفسي وفقا لمتغير الجنس يشعر غالبية الأساتذة في جامعه منتوري بضغط نفسي ويدركونه في اعلى مستوى.

-تختلف مصادر الضغط النفسي كما يشعر بها أساتذة في جامعه منتوري باختلاف المتغيرات الديمغرافية ،والمهنيةللاساتذه.(الجنس،مدة الخدمة،الرتبة الاكاديمية،نوع الكلية)(يوسف بلال،2006)

دراسة محمد بخيت محمد (1994): تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى المعلمين، وقد استخدم الباحث عينة قوامها(325) من أساتذة المرحلة الثانوية، وهدفت الى التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى المعلمين ،وقد استخدم الباحث عينة قوامها(325)من أساتذة المرحلة الثانوية من إدارة الوايلي في محافظة القاهرة ،منهم (132)أستاذة واستاذة من التعليم العام ،و(168)أستاذ واستاذة من التعليم الفني، و(25)أستاذ واستاذة لم يكملوا بعض بيانات الدراسة، استخدم الباحث الأدوات البحثية التالية في الدراسة:

✓ قائمة الضغوط النفسية.

✓ اختبار التوجيه الشخصي وقياس تحقيق الذات للمعلمين.

✓ مقياس وجهة الضبط.

✓ (Tat) اختبار.

✓ مقابلات إكلينيكية.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

ومن اهم نتائجها:

✓ وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مصادر الضغوط كبعد من ابعاد الضغوط النفسية وبين الحساسية للمشاعر واعتبار الذات وتقبل العدوان والمقدرة على إقامة علاقات ودية.

✓ وكذلك توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مظاهر الضغوط كبعد من ابعاد الضغوط النفسية.

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات درجات افراد العينة ممن يعملون بالتعليم العام والفني لصالح أساتذة التعليم الفني. (محمد بحيت، 1994)

دراسة سوزان كابل (1987): قامت بدراسة نسبة حدوث وتأثير الضغوط النفسية والاحترق لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي. وهدفت دراستها الى البحث في العلاقة بين الضغوط النفسية والاحترق النفسي وبين المتغيرات النفسية مثلوجة الضبط، وصراع الدور وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من أساتذة المرحلة الثانوية، استعانت الباحثة بالأدوات البحثية التالية:

✓ مقياس أعراض الضغوط النفسية.

✓ مقياس لضبط الداخلي والخارجي لروتر.

✓ استبيان الدور لهاوس وليبرتيزمان.

✓ استبيان موجز يتضمن خصائص الديمغرافية.

واستخدمت الباحثة عينة قوامها (78) فردا حيث تم اختيارهم من أربعة مدارس للمرحلة الثانوية ببريطانيا، والذين يقومون بتدريس مواد مختلفة

ومن أبرز نتائجها:

✓ ان المتعلمات المتزوجات لديهن مستويات عالية من الاحترق النفسي وهي أكثر شعورا بالضغوط.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ كما أوضحت النتائج ان الفئة التي تقع بين (40-30) هي الأكثر الفئات شعورا بالضغط.

دراسة لورنس (1982): تناولت العلاقة بين وجهة الضبط والضغط النفسية لدى الأساتذة، وقد هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مصادر الضغط لدى الأساتذة، واستعمل الباحث مقياس وجهة الضبط الداخلي والخارجي لروتر، وكانت عينة البحث تتكون من (100) أستاذ من الطور الثانوي.

ومن اهم نتائجها:

معظم أفراد العينة كانوا اقل من الأربعين عاما وكانو من الإناث المتزوجات.

✓ أفراد العينة كان لديهم ما يقرب من (10) سنوات خبرة في مجال التدريس وكانوا يعملون في المدارس الكبرى بولاية أريزونا (الو.م.ا).

ان الأساتذة ذوي وجهة الضبط الخارجي الذين يعملون بالمدارس كبيرة الحجم أكبر شعورا بالضغط النفسية من نظائرهم ذوي وجهة الضبط الداخلي.

8. التعقيب على الدراسات السابقة:

استعرضنا في بحثنا هذا (4) دراسات لها علاقة بالموضوع الحالي جاءت مرتبة حسب التسلسل الزمني للمتغيرين، حيث شملت المجال الزمني من (1982/2019)، دراسات دارت حول الضغط النفسية بالنسبة للأساتذة وعلاقتهم ببعض المتغيرات البحثية كما نلاحظ ان هناك اختلاف نسبي في طرح موضوع بين هذه الدراسات وكذلك الاختلاف في النتائج نظرا لكونها أجريت في بيئات مختلفة وفي مجال زمني مختلف مثلا دراسة سوزان (1987) تمت في بريطانيا وكذلك دراسة ب دراسة يوسف (2006) تمت في قسنطينة.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

وتنوعت مجتمعات البحث انطلاقاً من الاعتماد على أداة جمع البيانات، كما لاحظنا تنوع في الأساليب المنهجية فكلها تنتهج المنهج الوصفي، وقد لاحظنا ان الدراسات السابقة تختلف في تكوينها ووظائفها وأهدافها عن المؤسسات في الدراسات السابقة التي تطرقنا إليها.

-توظيف الدراسات السابقة والمثابفة:

لقد تم توظيف الدراسات السابقة والمثابفة في هذه الدراسة لما لها من علاقة بموضوع اشكاليتنا، وتم الاستفادة من معظم هذه الدراسات في المجالات التالية:

-تحديد لإشكالية وتساؤلاتها

-الاستفادة من بياناتها ونتائجها وطريقة تحليلها واسلوبها العلمي

-صياغة الفرضيات

-بناء أداة الاستمارة

-إعطاء خلفية وأطار مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

-الاستفادة من خبرات الباحثين وكيفية عرضهم لمشاكل بحثهم ومصادر معلوماتهم وطريقة عرضهم وتحليلهم للمعلومات

-الاستفادة من المراجع في الجانب النظري

-اختيار المنهج المناسب للدراسة.

-ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

-هناك تشابه واضح بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة في الإطار النظري لموضوع الضغوط النفسية

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

-وجود اختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة من ناحية الزمان والمكان

-هناك اختلاف بين الدراسات السابقة ودراسة الحالية في اختيار الأبعاد

الفصل الثاني: الضغط النفسي



تمهيد

1. مفهوم الضغط النفسي
2. لمحة تاريخية حول الضغط النفسي
3. أسباب الضغط النفسي
4. أعراض الضغط النفسي
5. أسباب الضغط النفسي
6. أنواع الضغط النفسي
7. الآثار المترتبة عن الضغط النفسي

خلاصة



تمهيد:

تعد الضغوط النفسية أحد الظواهر الرئيسية المميزة لمجتمعاتنا المعاصرة، وقد شاع استخدام كلمه (stress) في ميدان الهندسة والدراسات الفيزيائية ولقد تعددت تفسيرات النظرية لهذا المفهوم اذ يعتبر من المواضيع التي حازت على اهتمام الباحثين في علم النفس والعلوم الإنسانية بصفة عامة، حيث ان الضغط النفسي يعد بمثابة ظاهرة نفسية معقدة ومتعددة الجوانب لهذا خصصنا هذا الفصل الأول من الجانب النظري للضغط النفسي من خلال التطرق الى مفهومه واللمحة التاريخية حوله واسبابه وانواعه.

1) مفهوم الضغط النفسي:

يعتبر الضغط النفسي من المواضيع التي حازت على اهتمام العلماء والباحثين في علم النفس وفي مختلف العلوم وتعددت التعريفات المعطاة لمفهوم الضغط النفسي بتعدد الخلفيات والنظريات

1- اللغة:

يشير المعجم الوجيز الى ان الأصل اللغوي لكلمة الضغط النفسي هو: ضغطه ضغطا عصره وزحمه، والكلام البالغ في ايجازه وعليه شدد وضغط. (طه عبد العظيم حسن، 2006، ص16)

ولقد ذكر هنكل (1977) في سياق حديثه عن العلوم الطبيعية كلمة stress يعني بها درجة التأثير الداخلي التي تظهر بفعل قوة خارجية (رفيق عوض الله، 2000، ص12)

1-2 اصطلاحا:

ويرى selye (1956-1971) فقد أشار الى الضغط النفسي عبارة عن مجموعه من الاعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو المتطلبات البيئية مثل التغيير في الاسرة او فقدان العمل التي تضع الفرد تحت ضغط نفسي (ماجدة بهاء الدين، 2008، ص20)

-الضغط النفسي هو استجابة الفيزيولوجية التي ترتبط بعملية التكيف فالجسم ببذل مجهودا لكي يتكيف مع الظروف الخارجية والداخلية محدثا نمطا من الاستجابات غير النوعية التي تحدث سرورا او الما (هناء احمد، 2000، ص108)

الفصل الثاني: الضغط النفسي

ويمكن تعريفها اجرائيا: هي سلسلة من الاحداث الخارجية التي يواجهها الفرد نتيجة احتكاكه مع البيئة ومتطلباتها مما يفرض عنه سرعه التوافق في مواجهة الاحداث لتجنب الاثار والوصول الى تحقيق التوازن

2-لمحة تاريخية حول الضغط النفسي

الضغط مفهوم مستعار من العلوم الفيزيائية اذ استخدمت هذه الكلمة في القرن 17 م كوصف الشدة والصعوبات الهندسية، غير ان العديد من الدعم والتراث النظري لمفهوم الضغط استمر الى غاية اليوم متأثرا بأعمال المهندس "روبرت هوك" في أواخر القرن 17 ، فقد كانت مهتما بتصميم الأبنية مثل الجسور التي تتحمل حمولة ثقيلة دون ان تنهار ، ومن ثم كتب على فكرة الحمولة او العبء او الحمل الذي من خلاله يظهر الاجهاد على البناء، او بذلك يكون الضغط استجابة النظام والبناء للحمولة، وبالرغم من ان فكرة كانت لأغراض هندسية الا انه كان لها تأثير واسع كنموذج تفسيري لمصطلح الضغط على الجهاز الفيزيولوجي والنفسي.(العظيم، 2006،ص17).

من بين الرواد في دراسة الضغوط نجد"ولتر"و"كانون" الذين حددا مفهوم التوازن الداخلي للجسم في المجال الطبي، حيث ركزت الدراسة على الاستجابة الداخلية للخوف والفرع وذلك بإفراز هرمون الادرينالين، كما درس الباحثين وسائل الخاصة في التحكم في افراز كمية السكر في الدم والبروتين والدم، كما ورد في كتاب "كانون «بمعنونا la sagesse du corps)عبر فيه على ان الضغط عبارة عن استجابة فيزيولوجية للتكيف والهروب اثناء التعرض الشديد وبذلك توصل الى دراسة الدور الفيزيولوجي للانفصال وكان يدرس هذه الظاهرة تحت مؤشرات معينة كالبرودة والحرارة ونقص الاكسجين وبعد ذلك جاء «هانس سيللي" في القرن العشرين باكتشافه المعروف بالزملة لحالة المرض واعترف ان الضغط هو كل مطلب موجه للجسم يتجاوز قدرته التكيفية وهو مطلب غير متخصص اذ لا يتعلق بخصائص العامل الضاغط.(علي بن علي، 2000،ص34)

الفصل الثاني: الضغط النفسي

كما اهتم الباحث "لازاروس" 1966" بصورة خاصة بالتقييم المعرفي للمواقف الضاغطة التي يواجهها الفرد، اما الباحث "جوردن" 1983" فيرى ان الضغوط هي استجابات نفسية وانفصالية وفيزيولوجية للجسم اتجاه أي مطلب يتم ادراكه على انه تهديد للرفاهية وسعادة الفرد. (شنوفي،نورة،2013،ص19).

3-أسباب الضغط النفسي:

3-1الاسباب الاجتماعية:

تلعب العوامل الاجتماعية دور كبير في حدوث الضغط النفسي لدى الافراد ويختلف من حيث شدته ومصدره طبقا للوسط الاجتماعي الذي ينشا فيه الفرد، كالفقر الذي يعتبر من بين عوامل الضغط وكذا البطالة، التفاوت الحضاري والثقافي وقلة الرفاهية والوسائل التكنولوجية والضغط السكاني وقلة الخدمات.

3-2الاسباب النفسية والانفعالية:

الانفعال في درجات معقولة يحمي الانسان من الخطر ويعبئ طاقته للعمل لكن في حالات كثيرة قد تتحول الانفعالات الى مصدر من مصادر الاضطراب في الحياة النفسية والاجتماعية للفرد بما فيها وضائقه البدنية وما يرتبط بها من صحة او مرض.

3-3 الأسباب الصحية: نشاط الغدد وتضخم غدة الأدرينالين بشكل خاص وبتزايد افراز الأدرينالين منها عندما تواجه ضغوطا او مشكلات صحية، جلوكوز يمد الجسم بالطاقة التي تجعله في حالة تأهب دائم فالمرض يعتبر مصدر أساسيا للضغط النفسي ويعتبر مصدرا أساسيا للضغط النفسي.

3-4الاسباب الكيميائية: للمواد الكيميائية بما في ذلك المواد المخدرة دخل في إصابة الشخص بالضغط النفسي فان المادة المخدرة تؤدي الى تغيرات في المزاج فيصبح الشخص متوترا وقلقا.

الفصل الثاني: الضغط النفسي

3-5 طبيعة الحدث: ما لذي يجعل الاحداث الضاغطة؟

-تقييم الضغط-الاحداث السلبية-الاحداث الخارجة عن السيطرة-الاحداث الغامضة -
العبء الزائد-أنماط الشخصية (على العسك ر 2000، ص38)

4-اعراض الضغوط النفسية:

4-1-اعراض الفيزيولوجية: مثل التعرق الزائد، التوتر العضلي، الصداع، الإمساك
الاسهال، القرحة المعدية، التهاب جلدي، طفح جلدي، الام الظهر، التعب، فقدان الطاقة.

4-2-الاعراض المعرفية: صعوبة التركيز والتذكر والتفكير العقلاني، نقد الاخرين،
التشويش التفكير، قرارات غير سليمة، الانحراف عن الوعي السوي، فقدان الثقة والتردد،
تزايد عدد الأخطاء، انخفاض الإنتاجية، ضعف الفرد على حل المشكلات. (ناجية دايلي،
2013، ص59)

4-3-الاعراض النفسية والانفعالية: مثل الشعور بالخطر او الموت، الفساد في العادات
والاحوال كالنظافة والمظهر-تجنب المسؤولية وانكارها، نوبات الغضب الشديد مع
العدوانية، اللجوء الى العنف، الشعور بالأمان. (بغيجة الياس، 2006، ص71).

4-4-الاعراض السلوكية: مثل تغيرات في الشهية (الاكل كثيرا، او العكس)، زيادة في
تناول الكحول وساير العقاقير -الافراط في التدخين، الافراط في التدخين، قضم الأظافر
(سميرة شيخاني، 2003، ص19)

5-أنواع الضغط النفسي:

يمكن القول بوجه عام ان الضغط النفسي ليست بالضرورة شئ سلبى بل يكون
في بعض الأحيان دافعا للإنجاز والأداء ، وعلى هذا الأساس يمكن تصنيف الضغوط
النفسية الى نوعين:

-الضغط النفسي الإيجابي:

هي عبارة عن التغييرات والتحديات التي تفيد في نمو الفرد وتطوره، وهي درجة من الضغط والتوتر تدفع المرء للعمل بشكل متتابع مما يجعله يحسن الأداء العام ويحقق أهدافه وتعد ضغطا صحيا وتؤدي الى تحسين في جودة الحياة مثل أعباء منصب جديد او ترقية لدرجة اعلى (ماجدة بهاء الدين،2008، ص25)

-الضغط النفسي السلبي ان التعرض لفرد لمواقف الضاغطة الصعبة يكون لها تأثير سلبي مما يجعل الفرد عاجزا عن تحقيق أهدافه كما يعجز عن التفاعل مع الاخرين مما يؤثر سلبا على حالته النفسية او الجسدية كما يكون لها تأثير سلبي يفوق قدرة الفرد على التوافق، وتؤدي الى تغييرات جسمية ومزاجية، ولهذا يطلق عليها المشقة المحدثة للمرض مثل وفاة شخص عزيز، تسبب الضغوط النفسية السلبية ظهور اعراض نفسية وجسمية مختلفة كما تطرقنا لها سابقا.(عبد الرحمان هيجان،198،ص36)

6-الاثار المترتبة عن الضغط

6-1-الاثار الفيزيولوجية: وتشمل فقدان الشهية، ارتفاع ضغط الدم، تقرحات الهضمي، اضطراب عملية الهضم، زيادة الأدرينالين بالدم، اضطراب الدورة الدموية ، زيادة افراز الغدة الدرقية، زيادة افراز الكولسترول من الكبد.

6-2الاثار النفسية: وتشمل التعب الإرهاق الملل انخفاض الميل الى العمل الارق انخفاض تقدير الذات.

6-3-الاثار الاجتماعية: انتهاء العلاقات العزلة والانسحاب وانعدام القدرة على التحمل المسؤولية الفشل في الأداء الواجبات اليومية المعتادة .

6-4-الاثار السلوكية: وتشمل الارتجاج واللحمة في الكلام والتغيير في تعبيرات الوجه، عادات النوم النسياء الإهمال القاء اللوم على الاخرين

الفصل الثاني: _____ الضغط النفسي

-5-6- الأثار المعرفية: وتشمل اضطراب وتدهورا في الانتباه والتركيز والذاكرة وصعوبة في التنبؤ بالحداث المستقبلية سوء التنظيم والتخطط وتدخل الأفكار (الدعدي، 2009، ص 29-30)

الفصل الثاني: _____ الضغط النفسي

خلاصة:

لقد تناولنا في هذا الفصل مفهوم الضغط النفسي الذي هو بمثابة استجابة نفسية فيزيولوجية غير تكيفية اتجاه مواقف الحياة والتي يختلف الافراد في ادراكها على انها احداث ضاغطة ام لا وقد تعددت الآراء وتعريفات الضغط نظرا الى كثرة النظريات المفسرة له واتجاهاتها، كما ان للضغط أنواع وأسباب وأثار عدة تتجم عنه وأعراضه.

الفصل الثالث: أستاذ التعليم الثانوي



تمهيد

1. التعليم الثانوي

2. أستاذ التعليم الثانوي

خلاصة



تمهيد:

يعتبر التعليم الثانوي من ركائز النظام التعليمي ليس فقط بسبب موقعه كهمزة وصل بين مرحلتي التعليم الأساسي والتعليم العالي، لأنه يمثل مرحلة منتهية وموصلة في ان واحد، فالتعليم الثانوي يعمل من ناحية على تزويد المجتمع بالخريجين من حملة الشهادات المتوسطة من الموظفين والفنيين، ومن ناحية أخرى يؤهل التلاميذ للالتحاق بالجامعات والمعاهد العليا لمن يرغب منهم في مواصلة تعليمه العالي في مختلف التخصصات.

1. التعليم الثانوي:

مفهوم التعليم الثانوي: تحدد هيئة اليونسكو التعليم الثانوي: بأنه المرحلة الوسطى من سلم التعليم بحيث يسبقه التعليم الابتدائي ويتلوه التعليم العالي، ويشغل فترة زمنية تمتد من 12 حتى 18 (فاروق عبده واحمد الفتاح زكي، 2004، ص 110).

أهداف التعليم الثانوي:

يهدف التعليم الثانوي على غرار التعليم عموما الى تحقيق اهداف الغاية منها المساهمة الفعالة في الساحة العلنية، التعليم الثانوي مثله مثل أي تعليم ثانوي في أي بلد اخر، ومن بين هذه الأهداف المسطرة للتعليم الثانوي في الجزائر ما يلي:

✓ تنمية القدرة على الملاحظة والاستدلال والتحليل والتركيب.

✓ تنمية القدرة على استعمال المفاهيم النظرية التحكم في اللغة الوطنية ولغتين اجنبيتين على الأقل.

✓ إعداد الطالب ثقافيا وعلميا لإكمال دراسته الجامعية التخصصية. (سماح رافع، 1976، ص 77).

2. أستاذ التعليم الثانوي:

الشروط الواجب توفرها في المعلم الثانوي: من الشروط التي ينبغي ان تتوفر في المعلم الثانوي هي:

التمكن من المادة الدراسية: فالمعلم المتمكن من مادته الدراسية تزداد ثقته بنفسه، وتعطيه مزيدا من الأمن والاطمئنان ويكون أقدر على توضيح المادة الدراسية وتسهيل فهمها

الفصل الثالث: أستاذ التعليم الثانوي

واستيعابها، وأقدر على مواجهة المواقف الطارئة التي قد تحدث داخل حجرة الفصل، من حيث الرد على الأسئلة الطلاب وإدارة النقاش، واشباع الطلاب بالمزيد من المعلومات خارج نطاق المنهاج المدرسي. (عقل خالد زكي، 2004، ص 22)

الإلمام بطرق التدريس: ينبغي للمعلم ان يلم بالطرق والمداخل المختلفة للتدريس ويتمكن من توظيفها حسب مقتضيات التعليم المختلفة بأبنائه الطلاب، ويراعي المعلم بطرق التدريس المختلفة يساعده على ان يكون قائدا تربويا ناجحا لطلابه من خلال ذلك يستطيع تنويع طرقه في التدريس باستخدام طرق المناقشة والمشاركة والحوار (عدس محمد، 1999، ص 54)

معرفة الأسس النفسية والتربوية: ينبغي على المعلم المرحلة في المرحلة الثانوية ان يتزود بالخبرات النفسية والتربوية لان ذلك يمكنه من التعرف على الخصائص المراحل المختلفة ويساعده على معرفة نوع سلوك الطلبة في كل مرحلة منها، الامر الذي يساعده على فهمهم وفهم دوافع سلوكهم، مما يسهل عليه اختيار الأسلوب الايسر لتعامل معهم ازاء تصرفات التي يقومون بها.

التخطيط السليم: من الشروط اللازم توفرها في المعلم القدرة على التخطيط والتنظيم والمعلم يقوم بأنواع مختلفة متعددة من التخطيط الدراسي ويعتمد في ذلك على فترة زمنية التي يخطط لها والتي تكون متناسبة مع كمية محتوى الدراسة ومدى صعوبته وسهولته على الطلبة، وهناك خطة سنوية وأخرى فصيلة وثالثة أسبوعية ورابعة دراسية تستغرق

الفصل الثالث: _____ أستاذ التعليم الثانوي

حصّة واحدة فقط. ويوفر التخطيط المسبق للمعلم الامن والطمانينة ويكون واثق من عمله، ومطمئنا الى أدائه قادرا على مواجهة المواقف الطارئة التي قد تحدث داخل الفصل، والتخطيط يكون ذهنيا وقد يكون كتابيا واي كان نوع التخطيط فلا بد المعلم ان يدرك أهمية التخطيط والتنظيم في عملية التعليم. (عقل خالد زكي، 2004، ص36).

خلاصة:

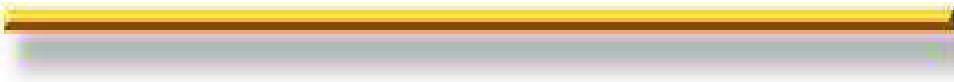
حاولنا في هذا الفصل الإحاطة بمختلف الجوانب الخاصة بهذا الفصل وذلك بتناول التعليم الثانوي من خلال المفهوم والأهداف بالإضافة الى تناول الأستاذ الثانوي ثم تطرقنا في نهاية الفصل إلى الجائحة التي امت بالعالم وأثرت على أكبر القطاعات في العالم.

الفصل الرابع: كوفيد 19



تمهيد

1. مفهوم كوفيد
2. أعراض المرض



تمهيد:

تعد فيروسات كورونا فصيلة كبيرة من الفيروسات المعروف أنها تسبب اعتلالات تتنوع بين الزكام وأمراض أكثر وخامة، مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية، ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (سارس). وتم تحديد فيروس كورونا جديد في عام 2019، في مدينة ووهان، الصين. ويُمثّل هذا الفيروس سلالة جديدة لم يسبق تحديدها لدى البشر من قبل.

1. كورونا كوفيد19:

تاريخ المرض كوفيد19:

ان اول حالة تم التأكد من اصابتها بعدوى فيروس كورونا الجديد، هي رجل في الستين من العمر من المملكة العربية السعودية حيث تم إدخاله للمستشفى المحلي cap بتاريخ 10 جوان 2012 وفي 13 جوان نقل الى مستشفى الدكتور سلمان الفقيه(جدة) في 24 جوان توفي جراء التهاب رئوي حاد مصحوب بفشل كلوي وقد تم عزل جينوم كورونا الجديد من هذه الحالة وتم تسجيل إصابة ثانية عند رجل يبلغ من العمر 49 سنة بقطر كما انه اكتشف تعرض شخصين للوفاة بالأردن في افريل 2012 عن طريق عملية استرجاع الاحداث من بين بؤرة مكونة من 11 فرد قد عانوا من اعراض تنفسية.

بعدها ظهرت عدة بؤر بعدة بلدان في الشرق الأوسط منها الأردن وقطر والمملكة العربية السعودية والامارات العربية المتحدة، وكذا بثلاث بلدان أوروبية وهي فرنسا وألمانيا والمملكة المتحدة وتونس في شمال افريقيا.

وترتبط جميع الحالات المرضية التي وقعت في أوروبا وتونس صلة ما بالشرق الأوسط (بصفة مباشرة او غير مباشرة) ومع ذلك شهدت فرنسا وتونس والمملكة المتحدة انتقالا محدودة للفيروس على الصعيد المحلي بين اشخاص لم يسافروا الى الشرق الأوسط. (الهام واخرون،2015، ص 44).

الفصل الرابع: كوفيد 19

التعريف بالفيروس:

تشكل فيروسات كورونا coronavirus عائلة كبيرة من الفيروسات المعروفة بانها تسبب امراضا للحيوان والانسان الذي تصيبه بأمراض تتراوح حدتها بين الإصابة بنزلة البرد الشائعة والمتلازمة التنفسية الحادة.

والفيروس الجديد مختلف عن كل الأوبئة المحدثة من طرف فيروسات كورونا، مثل 6229hkui,cov-sars وهو ينتمي الى السلالة beta coronavirus c والذي أطلقت عليه المنظمة العالمية للصحة مؤخرا بمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية للفيروس التاجي-cov-mers،

وهو باختصار للعبارة الانجليزية corona virus middle East respiratory syndrome

تعريف مرض كوفيد19: هو مرض معد يسببه اخر فيروس تم اكتشافه من سلالات كورونا. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الجديد ومرضه قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في كانون الأول/ديسمبر 2019، وقد تحول كوفيد19 الان الى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم. (صالح،نفيسة ،2020، ص 59)

2. أعراض فيروس كورونا:

وتتمثل ابرز أعراض إصابة الأفراد بفيروس كورونا في الحمى، الإرهاق، والسعال الجاف، وقد يعاني من الآلام، والأوجاع، واحتقان الأنف، والرشح، والم الحلق، وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجياً، ويصاب بعض الأفراد بالعدوى دون ان تظهر عليهم أي أعراض، ودون ان يشعروا بالمرض، ويمكن ان ينتقل الفيروس من فرد الى اخر بالقطيرات الصغيرة التي تتأثر من الأنف أو القيم والتي تتساقط على الأشياء والأسطح المحيطة بالفرد المصاب، ويمكن حينها ان يصاب الأفراد الآخرين بعدوى هذا الفيروس عند ملامستهم لهذه الأشياء أو الأسطح أو عن طريق الملامسة المباشرة للفرد

المصاب(حسين لبراهيم، 2020،ص401)

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية
للدراصة



تمهيد:

يعمل الجانب التطبيقي من البحث على تكملة وتأكيد ما جاء في الجانب النظر، فهو وسيلة نقل مشكلة البحث إلى الميدان وتوضيحها وتحديد لها لذا تم في هذا الفصل من الجانب الميداني استعراض أهم الإجراءات المنهجية للبحث وذلك بالتطرق أولاً إلى الدراسة الاستطلاعية، ثم إلى الدراسة الأساسية المتمثلة في المنهج المستخدم، مكان إجراء البحث عينة ومجتمع البحث، أدوات البحث وإجراءات التطبيق الميداني، وفي الأخير نصل إلى الأساليب الإحصائية.

1. منهج الدراسة:

تم استخدام في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، بهدف الاطلاع على أبرز مستوى الضغوط المختلفة التي يتعرض لها أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا لولاية المسيلة، كما أنه لا يقتصر على جمع البيانات والمعلومات وتبويبها وعرضها فقط، بل يشتمل كذلك على تحليل دقيق لهذه البيانات والمعلومات وتفسير عميق لها، وسبر أغوارها من أجل استخلاص الحقائق والتعليمات الجديدة التي تساهم في تراكم وتقدم المعرفة الإنسانية.

2. الدراسة الاستطلاعية:

تمثل الدراسة الاستطلاعية دراسة ميدانية مصغرة للبحث، وتسمى أيضا بالبحث النسقي أو الصياغي، وتعتبر أهم عنصر لإجراء الدراسة الميدانية، فهي أساس جوهري لبناء البحث العلمي، وإهمال الكتابة عنها في البحث يؤدي إلى نقص أحد العناصر الأساسية فيه ويسقط على الباحث جهدا كبيرا كان قد بذله فعلا في المرحلة التمهيدية.

وتكمن أهمية الدراسة الاستطلاعية في:

- 1- أنها تمثل خطوة هامة وضرورية للتعرف على الميدان الذي يجري فيه البحث.
- 2- تكمن أهميتها في استشارة ذوي الخبرة والمهتمين بالموضوع للتعرف على آرائهم وأفكارهم التي تساعد في إجراء البحث.

أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تتمثل أهداف الدراسة الاستطلاعية في هذا البحث فيما يلي:

- 1- اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية.
- 2- إعداد الاستبيان في صورته النهائية.
- 3- اختيار عينة الدراسة الأساسية.

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

قبل البدء في إجراءات البحث وبغية تحقيق أهدافه تم القيام بالدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة من 2021/03/09 إلى 2021/03/11 على عينة تقدر ب 15 على أساتذة التعليم الثانوي بولاية المسيلة، للوقوف على الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث، حيث مرت بالخطوات التالية:

ومعرفة الأبعاد التي ينبغي أن يكون عليها الاستبيان فتم تطوير استبيان المشكلات الأكاديمية بصورته الأولية الذي تتكون من 27 بند موزعة على أربعة (4) محاور:

جدول رقم (01): يوضح أبعاد وفقرات استبيان

7-1	الضغوط الأسرية	المحور الأول
15-8	الضغوط الصحية	المحور الثاني
21-16	الضغوط المهنية	المحور الثالث
27-22	الضغوط النفسية	المحور الرابع

3. مجتمع وعينة الدراسة:

وقد أجريت الدراسة الميدانية على أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا لولاية المسيلة حيث تم الاختيار عينة الدراسة الممثلة في 60 من أساتذة التعليم الثانوي "حيث يختار الباحث هذه العينة لكونه يعرف إنها تمثل المجتمع تمثيلا سليما بناء على معلومات إحصائية سابقة".

في بعض الأحيان يسعى الباحث لتحقيق هدف أو غرض معين من دراسته، فيقوم باختيار أفراد العينة مما يخدم ويحقق هذا الغرض أو الهدف.

جدول رقم (02): يمثل توزيع عينة الدراسة على الثانويات

الثانوية	عدد الأساتذة
ثانوية عبد الحميد ابن باديس حمام الضلعة	44
ثانوية الشريف الإدريسي حمام الضلعة	56
ثانوية فايد السعيد حمام الضلعة	41

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

45	ثانوية المقري المسيلة
186	المجموع

4. حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في بعض ثانويات ولاية المسيلة.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على أساتذة التعليم الثانوي المسيلة.

الحدود الزمانية: طبقت الدراسة في الفصل الثاني للعام الدراسي (2020-2021)

الحدود المكانية: اشتملت الدراسة الحالية على أساتذة التعليم الثانوي المسيلة.

5. أدوات الدراسة:

حساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

صدق المحكمين:

هو الصدق الظاهري بمعنى أن يقدر المتخصصين مدى علاقة كل بند من بنود المقياس بالسمة أو الخاصية (المطلوب قياسها).

تم عرض استبيان قياس مستوى الضغوط نفسية في صورتها الأولية المكونة من (27) فقرة على 5 محكمين من أساتذة علم النفس بجامعة المسيلة، وكان الهدف من ذلك إبداء رأيهم فيما يتعلق بالأداة وتقويمها وتعديلها حيث تحدد المطلوب من المحكمين فيما يلي:

-مدى انتماء الأبعاد للسمة المقاسة.

- مدى وضوح الفقرات من حيث الصياغة اللغوية وانتمائها للأبعاد.

- مدى ملاءمة بدائل الأجوبة للفقرات.

- مدى وضوح التعليمات والمثال التوضيحي المقدمين للعينة.

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

1-الصدق والثبات:

-الصدق:

1-طريقة الاتساق الداخلي: تم حساب صدق استبيان عن حساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب

ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للاستبيان

-أولاً: الطريقة الأولى حساب ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية

الجدول رقم (03) يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية وأبعاده الفرعية.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	أبعاد استبيان الضغوط النفسية
0,01	0,841**	الضغوط الأسرية
0,01	0,883**	الضغوط الصحية
0,01	0,776**	الضغوط المهنية
0,01	0,745**	الضغوط النفسية

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد استبيان

الضغوط النفسية كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,01$)، حيث بلغت جميعها على

التوالي: (0,74/0,77/0,88/0,84) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للاستبيان

كمؤشر لصدق التكوين في قياس استبيان الضغوط النفسية.

-الثبات استبيان الضغوط النفسية:

1-معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:

تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لهذا الاستبيان فتحصلنا على النتيجة التالية:

الجدول رقم (04): يوضح معامل ألفا كرونباخ لاستبيان الضغوط النفسية

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	الاستبيان
27	0,790	الدرجة الكلية للاستبيان الضغوط النفسية

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ لاستبيان الضغوط النفسية ككل (0,79) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات الاستبيان، وهذا يعني أن استبيان الضغوط النفسية يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحا للتطبيق في الدراسة الأساسية.

6. الأساليب الإحصائية:

- ✓ التكرار والنسبة المئوية.
- ✓ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
- ✓ المتوسط النظري: تم تحديده بـ الدرجة (2).
- ✓ اختبار **test-t** لعينة واحدة: للحكم على معنوية مستوى الضغوط النفسية. كما تم تحديد مستويات الاستبيان كما يلي:
- ✓ المدى لتحديد طول الفئة = (أعلى درجة - أدنى درجة) / عدد البدائل، وهذا لتحديد مستوياتهم في درجة الضغوط النفسية. ويتحدد طول الفئة باستخدام المدى حيث:

$$(1-3) / 3 = 0.6667 \text{ حيث نحصل على مجالات كما يلي:}$$

الجدول رقم (05): يمثل تحديد مستوى درجات الاستبيان

درجة التقدير	مجال المتوسط الحسابي
درجة منخفضة	[1.66 - 1]
درجة متوسطة	[2.33 - 1.67]
درجة عالية (مرتفعة)	[3 - 2.34]

- اختبار كولموغوروف سميرونوف (Kolmogorov-Smirnov) واختبار شابيرو ويلك (Shapiro-Wilk) للتأكد من طبيعة توزيع البيانات.
- معامل الارتباط لبيرسون لحساب صدق الاتساق الداخلي.
- معامل ألفا كرونباخ لحساب الثبات.
- اختبار **test-t** لعينتين للكشف عن الفروق في الضغوط تبعا لمتغير الجنس.
- اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للكشف عن الفروق في الضغوط تبعا لمتغير السن.

خلاصة:

تضمن هذا الفصل منهجية سير العمل الميداني حيث تم التأكد من صلاحية أداة جمع البيانات لتطبيقها في الدراسة الأساسية، بعدما تم حساب خصائصها السيكومترية في الدراسة الاستطلاعية، كما تمت الإشارة إلى تحديد المنهج المستخدم وتحديد مواصفات عينة الدراسة الأساسية والأسلوب الإحصائي المعتمد، والذي يمكننا من اختبار فرضيات الدراسة من خلال الدراسة الأساسية.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة
النتائج



الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

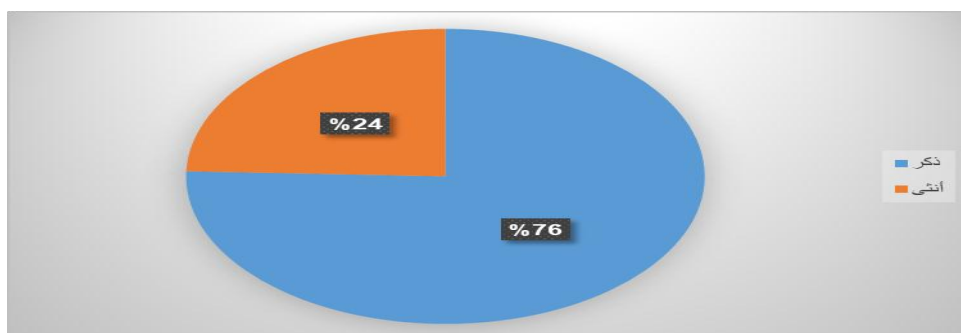
عرض نتائج الدراسة:

-توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

الجدول رقم (06) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

النسبة المئوية	التكرارات	الجنس
75,6	34	ذكر
24,4	11	أنثى
%100	45	المجموع

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (45) فرداً، نلاحظ أن حجم الذكور بلغ (34) بنسبة 75.6 %، أما حجم الإناث فقد بلغ عددهن (11) بنسبة قدرت بـ 24.3%. كما هو موضح من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (01) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

2-توزيع أفراد العينة حسب السن:

الجدول رقم (07) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن

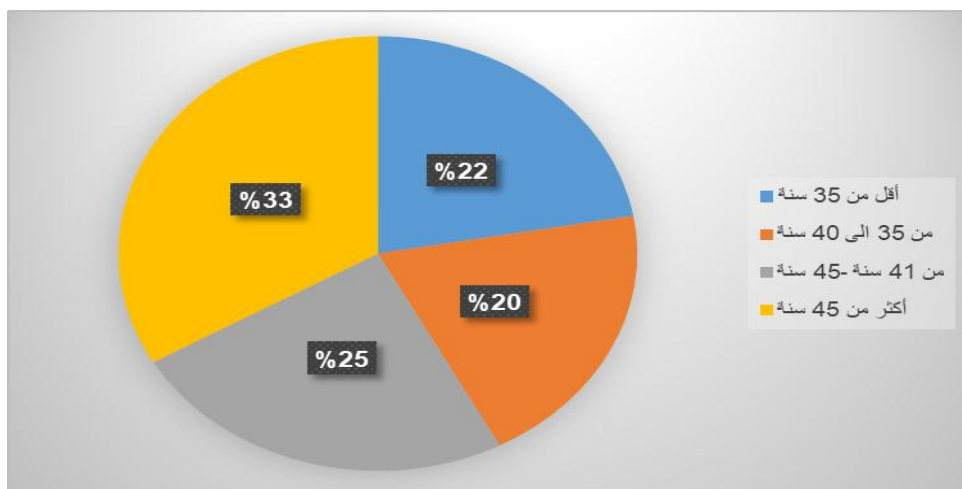
النسبة المئوية	التكرارات	السن
22,2	10	أقل من 35 سنة
20,0	9	من 35 الى 40 سنة
24,4	11	من 41 سنة -45 سنة
33,3	15	أكثر من 45 سنة
%100	45	المجموع

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (45) فرداً، نلاحظ أن (10) من أفراد العينة ذوي فئة السن (أقل من 35 سنة) بنسبة بلغت 22.2 %، في حين بلغ حجم فئة السن (من 35-40

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

سنة (09) بنسبة بلغت 20 %، في حين بلغ حجم فئة السن (من 41-45 سنة) (11) بنسبة بلغت 24.4 %، وقدر

حجم فئة السن (أكثر من 45 سنة) بـ (15) بنسبة بلغت 33.3 %، وهذا ما يوضحه الشكل التالي



الشكل رقم (02) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن

3-توزيع أفراد العينة حسب الخبرة:

الجدول رقم (08) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الخبرة

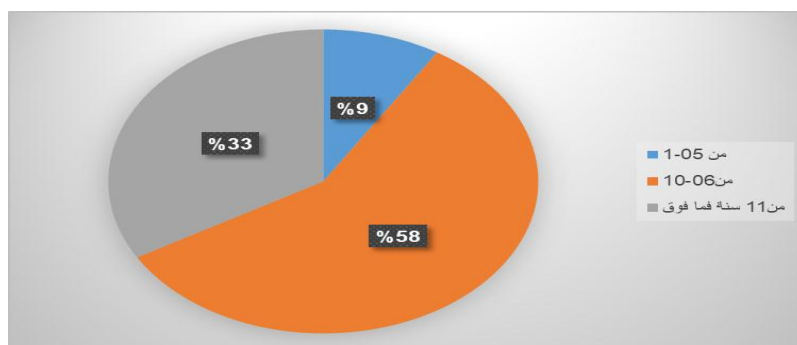
الخبرة	التكرارات	النسبة المئوية
من 1-05	4	8,9
من 10-06	26	57,8
من 11 سنة فما فوق	15	33,3
المجموع	45	%100

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (45) فرداً، نلاحظ أن (04)

أفراد لديهم خبرة (من 1 إلى 5 سنوات) بنسبة بلغت 8.9 %، أما من تتراوح خبرتهم من (من 06 سنة إلى من 10

سنوات) فقد بلغ عددهم (26) فرد بنسبة قدرت بـ 57.8 %، أما من تتراوح خبرتهم من (من 11 سنوات فما فوق) فقد

بلغ عددهم (15) فرد بنسبة قدرت بـ 33.3 %، وهذا ما يوضحه الشكل التالي:

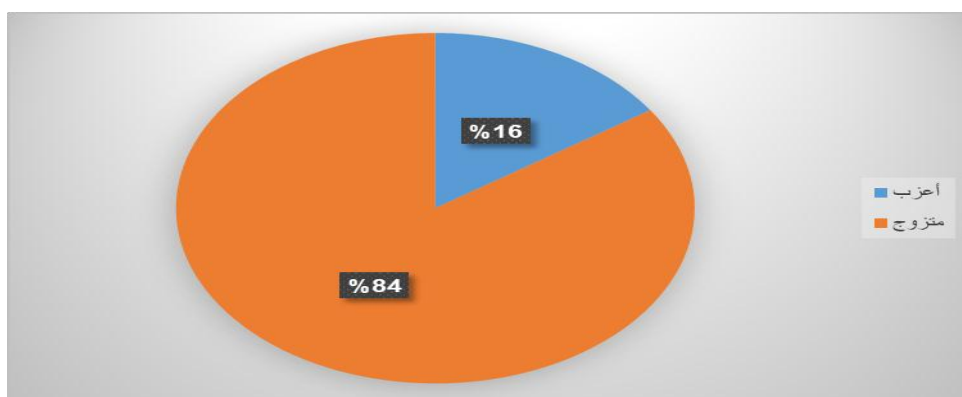


الشكل رقم (03) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير الخبرة
توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية:

الجدول رقم (09) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية

النسبة المئوية	التكرارات	الحالة الاجتماعية
15,6	7	أعزب
84,4	38	متزوج
%100	45	المجموع

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (45) فرداً، نلاحظ أن (07) أفراد غير متزوجين (أعزب) بنسبة بلغت 15.6 %، أما من ذوي الحالة الاجتماعية (متزوج) فقد بلغ عددهم (38) فرد بنسبة قدرت بـ 84.4 %، وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



الشكل رقم (04) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

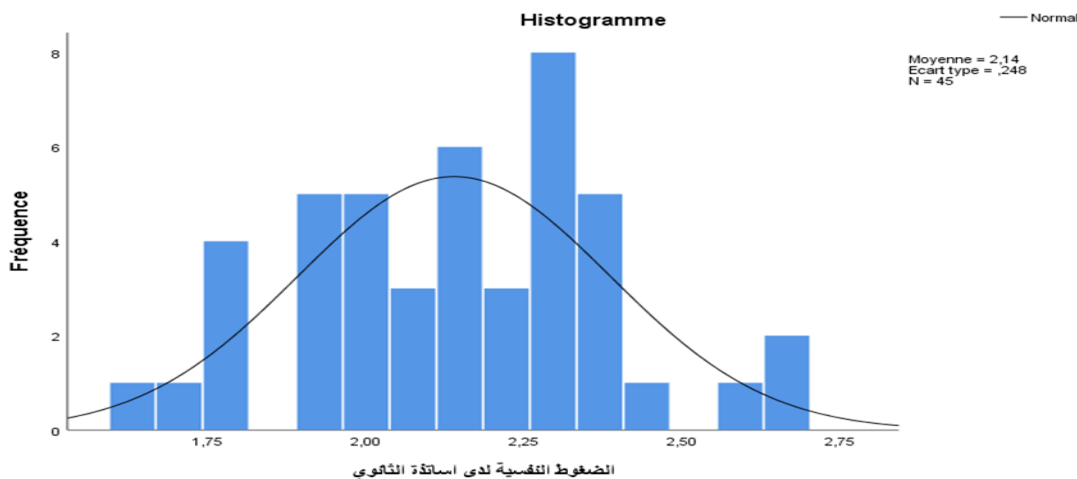
عرض وتحليل نتائج الدراسة:

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغير محل الدراسة الحالية والمتمثل في (الضغوط النفسية)، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (10) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغير محل الدراسة

القرار	Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a			المتغيرين
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	
غير دال	0,760	45	0,983	0,200*	45	0,076	الضغوط النفسية لدى اساتذة الثانوي

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيمة اختبار كولموغوروف سميرونوف، بالنسبة للمتغير محل الدراسة وهو متغير (الضغوط النفسية)، حيث نلاحظ ان بيانات المتغير جاءت غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي فإن بيانات المتغير تتوزع توزيعاً طبيعياً، وبما أن بيانات المتغير تتوزع توزيعاً طبيعياً فإنه يمكن استخدام الأساليب الإحصائية البارامترية في معالجة مختلف تساؤلات الدراسة الحالية كما هو موضح في الشكل التالي:



شكل رقم (05) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات متغير الضغوط النفسية

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الفرضية العامة:

نصت على أن " مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد

مرتفع وتتفرع عنها الفرضيات الجزئية التالية:

الفرضية الجزئية الأولى:

نصت على أن " مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع، ولاختبار هذا الفرض تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الأول من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (11) يوضح مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد										
الاستبيان	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الفرق بين المتوسطين	T	مستوى الدلالة	القرار	المعيار
المحور الأول	45	2	2,0730	0,33312	44	0,07302	1,470	0,149	غير دال عند المتوسط	-1,67 2.33 0.05

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحور مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في المحور الأول بلغ (2,0730) درجة وانحراف معياري قدره (0,33312) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,07302) درجة، [وباستخدام الاختبار التالي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، إلا أن قيمة (t) التي بلغت (1,470) جاءت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي إلى المجال [1.67-2.33] أي المجال المتوسط.

وعليه نستنتج أن مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة. ولكنها غير دالة إحصائياً.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

2-الفرضية الجزئية الثانية:

نصت على أن " مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع، ولاختبار هذا الفرض تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الثاني من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (12) يوضح مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد										
المعيار	القرار	مستوى الدلالة	T	الفرق بين المتوسطين	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	حجم العينة	
-1,67	دال عند	0,005	2,962	0,13611	44	0,30829	2,1361	2	45	المحور الثاني
2.33	0.01									المجال المتوسط

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحور مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في المحور الثاني بلغ (2,1361) درجة وانحراف معياري قدره (0,30829) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,13611) درجة، لإي استخدام الاختبار التالي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (2,962) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$). كما أن المتوسط المحسوب ينتمي إلى المجال [2.33-1.67] أي المجال المتوسط ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وعليه نستنتج أن مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت على أن " مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع، ولاختبار هذا الفرض تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الثالث من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (13) يوضح مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد										
المعيار	القرار	مستوى الدلالة	T	الفرق بين المتوسطين	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	حجم العينة	
-1,67	غير دال	0,146	1,480	0,09259	44	0,41977	2,0926	2	45	المحور الثالث
2.33	عند	0.05								المجال المتوسط

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحور مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في المحور الثالث بلغ (2,0926) درجة وبانحراف معياري قدره (0,41977) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,09259) درجة، [ويستخدم الاختبار التالي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، إلا أن قيمة قيمة (t) التي بلغت (1,480) جاءت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي إلى المجال [2.33-1.67] أي المجال المتوسط

وعليه نستنتج أن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة ولكنها غير دالة إحصائياً.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الفرضية الجزئية الرابعة:

نصت على أن " مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع، ولاختبار هذا الفرض تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الرابع من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (14) يوضح مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد										
المعيار	القرار	مستوى الدلالة	T	الفرق بين المتوسطين	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	حجم العينة	
-1,67						0,32255	2,2667			
2.33	دال عند	0.000	5.546	0,26667	44			2	45	المحور الرابع
المتوسط	0.01									

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحور مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في المحور الرابع بلغ (2,2667) درجة وبانحراف معياري قدره (0,32255) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,26667) درجة، [وباستخدام الاختبار التالي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (5,546) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي إلى المجال [1.67-2.33] أي المجال المتوسط ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. وعليه نستنتج أن مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- عرض نتائج الفرضية العامة.

نصت على: ما مستوى مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع ""، ولاختبار هذا الفرض تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على الاستبيان ككل والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (15) يوضح نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لتحديد مستوى الحاجات النفسية لدى طفل الروضة										
المعيار	القرار	مستوى الدلالة	t	الفرق بين المتوسطين	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	حجم العينة	الدرجة الكلية
3-2,34 المجال العالي	دال عند 0.01	0.000	3,769	0,13909	44	0,24759	2,1391	2	45	الدرجة الكلية

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستبيان الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في الاستبيان بلغ (2,1391) درجة وانحراف معياري قدره (0,24759) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (0,13909) درجة، [وباستخدام الاختبار التالي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (3,769) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $(\alpha=0.01)$]. كما أن المتوسط المحسوب ينتمي إلى المجال [1.67-2.33] أي المجال المتوسط. ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. وعليه نستنتج أن مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع جاءت بدرجة متوسطة.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الفرضية الفارقية الأولى:

-توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة

كورونا كوفيد تعزى لمتغير السن (أقل من 35 سنة/ من 35 الى 40 سنة/ من 41 سنة -45 سنة/ أكثر من

45 سنة) ولمعالجة هذه الفرضية تم استخدام اختبار التباين الأحادي كما هو مبين في الجدول التالي:

-جدول رقم (16) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لمعرفة دلالة الفروق بين

متوسطات درجات استجابات افراد العينة في استبيان الضغوط النفسية تبعا لمتغير السن

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (f)	الدلالة الاحصائية	القرار
الضغوط الأسرية	بين المجموعات	0,451	3	0,150	1,392	0,259
	داخل المجموعات	4,431	41	0,108		
	الكلية	4,883	44	////////		
الضغوط الصحية	بين المجموعات	0,219	3	0,073	0,757	0,525
	داخل المجموعات	3,963	41	0,097		
	الكلية	4,182	44	////////		
الضغوط المهنية	بين المجموعات	0,111	3	0,037	0,198	0,897
	داخل المجموعات	7,643	41	0,186		
	الكلية	7,753	44	////////		
الضغوط النفسية	بين المجموعات	0,118	3	0,039	0,362	0,781
	داخل المجموعات	4,460	41	0,109		
	الكلية	4,578	44	////////		
الضغوط النفسية لدى اساتذة الثانوي	بين المجموعات	0,059	3	0,020	0,307	0,820
	داخل المجموعات	2,638	41	0,064		
	الكلية					

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

			///////	44	2,697	الكلية	
--	--	--	---------	----	-------	--------	--

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة اختبار الفرق (F) "تحليل التباين الأحادي" (One-Way ANOVA) بالنسبة لأفراد عينة الدراسة في استبيان الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا كوفيد وأبعاده الفرعية الأربع (الضغوط الأسرية/الضغوط الصحية/ الضغوط المهنية/ الضغوط النفسية) والدرجة الكلية للاستبيان تبعا السن (أقل من 35 سنة/ من 35 الى 40 سنة/ من 41 سنة -45 سنة/ أكثر من 45 سنة). قد بلغت على التوالي: (0,307/0,362/0,198/0,757/1,392) وهذه القيم غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ألفا $(\alpha=0,05)$.

وبالتالي تم رفض الفرضية البحثية التي تنص على وجود فروق، ومنه تم قبول الفرضية الصفرية. التي تنص على أنه: لا توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا كوفيد تعزى لمتغير السن (أقل من 35 سنة/ من 35 الى 40 سنة/ من 41 سنة - 45 سنة/ أكثر من 45 سنة).

-الفرضية الفارقية الثانية:

-توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا كوفيد تعزى لمتغير الجنس' وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها:

جدول رقم (17) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات استجابات افراد العينة على

استبيان الضغوط النفسية تبعا لمتغير الجنس.

المتغير	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الضغوط الأسرية	ذكر	34	2,0504	0,31433	-0,797	43	0,430	غير دال
	أنثى	11	2,1429	0,39383				
الضغوط الصحية	ذكر	34	2,0919	0,29566	-1,729	43	0,091	غير دال
	أنثى	11	2,2727	0,32024				
الضغوط المهنية	ذكر	34	2,0441	0,39634	-1,376	43	0,176	غير دال
	أنثى	11	2,2424	0,47354				
الضغوط	ذكر	34	2,2402	0,33882	-0,967	43	0,339	غير دال

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

				0,26304	2,3485	11	أنثى	النفسية
	0,090	43	-1,734	0,22237	2,1035	34	ذكر	الضغوط النفسية
غير دال				0,29818	2,2492	11	أنثى	لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية للجنسين في أبعاد استبيان الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد حيث جاءت الفروق طفيفة بينهما وغير دالة احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيم T-TEST والتي بلغت على التوالي بالنسبة لأبعاد الاستبيان الأربع على التوالي (-0,967/-1,376/-1,729/-0,797) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة $[\alpha=0.05]$.

أما بالنسبة للدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد فقد بلغ متوسط الذكور (2,1035) في حين بلغ متوسط الاناث (2,2492) على الرغم من ان متوسط الاناث أكبر من متوسط الذكور الا أن قيمة الفرق بينهما جاءت غير دالة احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت (-1,734) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة $(\alpha=0.05)$.

وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية البحثية التي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد تبعا لمتغير الجنس وقبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق.

وعليه نستنتج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد تبعا لمتغير الجنس.

مناقشة وتحليل الفرضيات:

المحور الأول: الضغوط الأسرية

الفرضية الجزئية الأولى: مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع بينت الدراسة ان أساتذة التعليم الثانوي يعانون من ضغوط الأسرية مرتفعة، وقد يرجع هذا الارتفاع إلى الضغوط النفسية إلى تلك المواقف الضاغطة المنتشرة داخل الأسرة بصفة عامة، سواء تتعلق الأمر القدرة المعيشية، عدم التوافق بين مكان العمل والأسرة.

المحور الثاني: الضغوط الصحية

الفرضية الجزئية الثانية: مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع بينت الدراسة ان أساتذة التعليم الثانوي يعانون من ضغوط الصحية مرتفعة، وقد يرجع هذا الارتفاع إلى الضغوط ضحية إلى تلك المواقف الضاغطة المنتشرة داخل المؤسسة التربوية بصفة عامة، سواء تتعلق الأمر بالأمراض المزمنة، تؤدي إلى أسباب صحية ناتجة عن مستوى الضغوط الصحية.

المحور الثالثة: الضغوط الصحية

الفرضية الجزئية الثالثة: نصت على أن " مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع بينت الدراسة ان أساتذة التعليم الثانوي يعانون من ضغوط أسرية مرتفعة، وقد يرجع هذا الارتفاع إلى الضغوط المهنية الى تلك المواقف الضاغطة المنتشرة داخل المؤسسات التربوية بصفة عامة، سواء تتعلق الأمر بطبيعة المناهج وكثافة المناهج الدراسية والحجم الساعي، أو الإدارة التربوية بين زملاء العمل أو التلاميذ وأولاء امورهم او ظروف العمل. ويقصد الضغط في مهنة التعليم بانه إدراك المعلم لعدم قدرته على مواجهة الأحداث ومتطلبات مهنة التدريس.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت اليه العديد من الدراسات السابقة شارف خوجة مليكة(2011): بعنوان "مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين" دراسة مقارنة في المراحل التعليمية الثلاث بتيزي وزو، وقد هدفت الدراسة إلى البحث في مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين ومعرفة ما اذا كان هناك فروق في الشعور بالضغوط المهنية وذلك تبعاً لاختلاف المراحل التعليمية والخبرة المهنية وتحقيق أهداف الدراسة ثم بناء مقياس مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين، وتمثلت عينتها في (210) مدرس من الجنسين وتم الاعتماد على المنهج الوصفي المقارن.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

وتوصلت نتائجها إلى ما يلي:

✓ مدرسي المراحل التعليمية الثلاث يعانون من مصادر الضغوط المهنية التي يقيسها المقياس المعد لذلك مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود لصالح مدرسي التعليم المتوسط الذين تبين انهم الأكثر شعورا بالضغوط المهنية ككل وفي بعده الثاني والثالث والرابع.

الفرضية الجزئية الرابعة: نصت على أن " مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع بينت الدراسة ان أساتذة التعليم الثانوي يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة، وقد يرجع هذا الارتفاع الى الضغوط النفسية إلى تلك المواقف الضاغطة المنتشرة داخل الاسرة بصفة عامة، سواء تتعلق الأمر القدرة المعيشية، أو الإدارة التربوية بين زملاء العمل او التلاميذ وأولاء أمورهم او ظروف العمل.

دراسة محمد بخيت محمد (1994): تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى المعلمين، وقد استخدم الباحث عينة قوامها(325) من أساتذة المرحلة الثانوية، وهدفت الى التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى المعلمين ،وقد استخدم الباحث عينه قوامها(325)من أساتذة المرحلة الثانوية من إدارة الوائلي في محافظة القاهرة ،منهم (132)أستاذة وأستاذة من التعليم العام ،و(168)أستاذ وأستاذة من التعليم الفني، و(25)أستاذ وأستاذة لم يكملوا بعض بيانات الدراسة، استخدم الباحث الأدوات البحثية التالية في الدراسة:

✓ قائمة الضغوط النفسية.

✓ اختبار التوجيه الشخصي وقياس تحقيق الذات للمعلمين.

✓ مقياس وجهة الضبط.

✓ (Tat) اختبار.

✓ مقابلات إكلينيكية.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

ومن اهم نتائجها:

✓ وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مصادر الضغوط كبعد من ابعاد الضغوط النفسية وبين الحساسية للمشاعر واعتبار الذات وتقبل العدوان والمقدرة على إقامة علاقات ودية.

✓ وكذلك توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مظاهر الضغوط كبعد من ابعاد الضغوط النفسية.

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات درجات افراد العينة ممن يعملون بالتعليم العام والفني لصالح أساتذة التعليم الفني.

عرض نتائج الفرضية العامة.

نصت على: ما مستوى مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع.

مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي ومعالجة الضغوط النفسية تعني ان يتعلم المتوتر ويتقن بعض الطرق التي من شأنها ان تساعد على التعامل اليومي معها والتقليل من آثارها السلبية قدر الإمكان.

وعليه نستنتج أن مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع جاءت بدرجة متوسطة.

لا توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا كوفيد تعزى لمتغير السن (أقل من 35 سنة/ من 35 الى 40 سنة/ من 41 سنة -45 سنة/ أكثر من 45 سنة).

وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية البحثية التي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد تبعاً لمتغير الجنس وقبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

وعليه نستنتج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد تبعاً لمتغير الجنس.

الاستنتاج العام:

جاءت هذه الدراسة بعنوان مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي أثناء جائحة كورونا وقد ارتكزت على الفرضية العامة وأربعة فرضيات جزئية.

✓ مستوى الضغوط الأسرية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة. ولكنها غير دالة إحصائياً.

✓ مستوى الضغوط الصحية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة.

✓ مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة ولكنها غير دالة إحصائياً.

✓ مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد جاءت بدرجة متوسطة.

✓ مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد مرتفع جاءت بدرجة متوسطة

✓ وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية البحثية التي نصت على أنه توجد فروق ذات

دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة

كوفيد تبعاً لمتغير الجنس وقبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفرق.

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كوفيد تبعاً لمتغير الجنس.

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

نتائج الدراسة:

✓ وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مصادر الضغوط كبعد من أبعاد الضغوط النفسية وبين الحساسية للمشاعر واعتبار الذات وتقبل العدوان والمقدرة على إقامة علاقات ودية.

✓ وكذلك توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مظاهر الضغوط كبعد من ابعاد الضغوط النفسية.

✓ لا توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا كوفيد تعزى لمتغير السن (أقل من 35 سنة/ من 35 إلى 40 سنة/ من 41 سنة - 45 سنة/ أكثر من 45 سنة).

اقتراحات:

بناء على النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة التي قام بها الباحثات تقديم

الاقتراحات:

✓ إجراء دراسات في بيئات مختلفة ومتغيرات مختلفة بالنسبة لموضوع الضغوط النفسية .
✓ تكوين فرق مختصة في العلاج النفسي بالنسبة للأساتذة التعليم الثانوي في قطاع التربية والتعليم لان مهنة التعليم من المهن الضاغطة.

✓ إجراء دراسات في موضوع الضغوط النفسية لأساتذة التعليم الثانوي في مستويات التعليم.

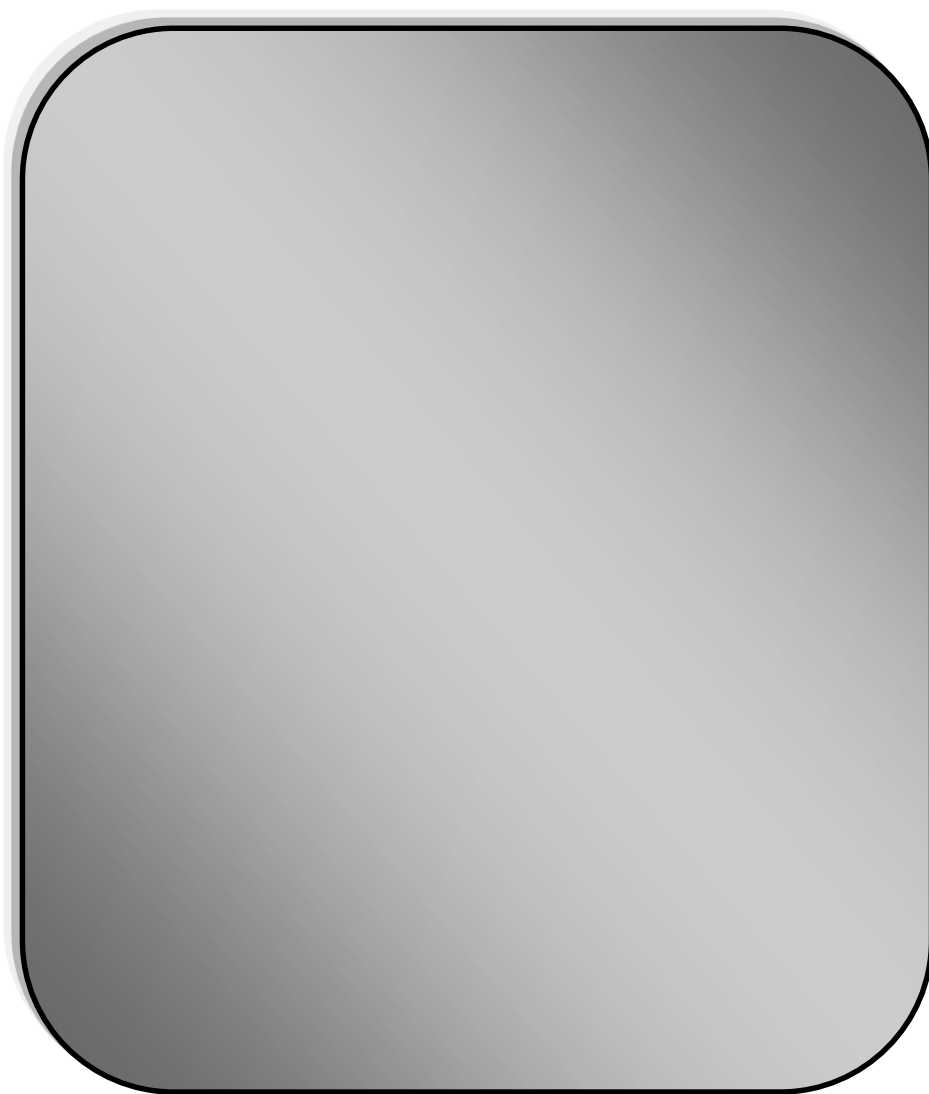
✓ يجب علي لأساتذة التعليم الثانوي أن تربطهم علاقة حسنة بالمواد الأخرى.

✓ القيام بالكشف ومعرفة أسباب ارتفاع وانخفاض الضغوط النفسية.

✓ توفير الظروف الجيدة لأساتذة التعليم الثانوي

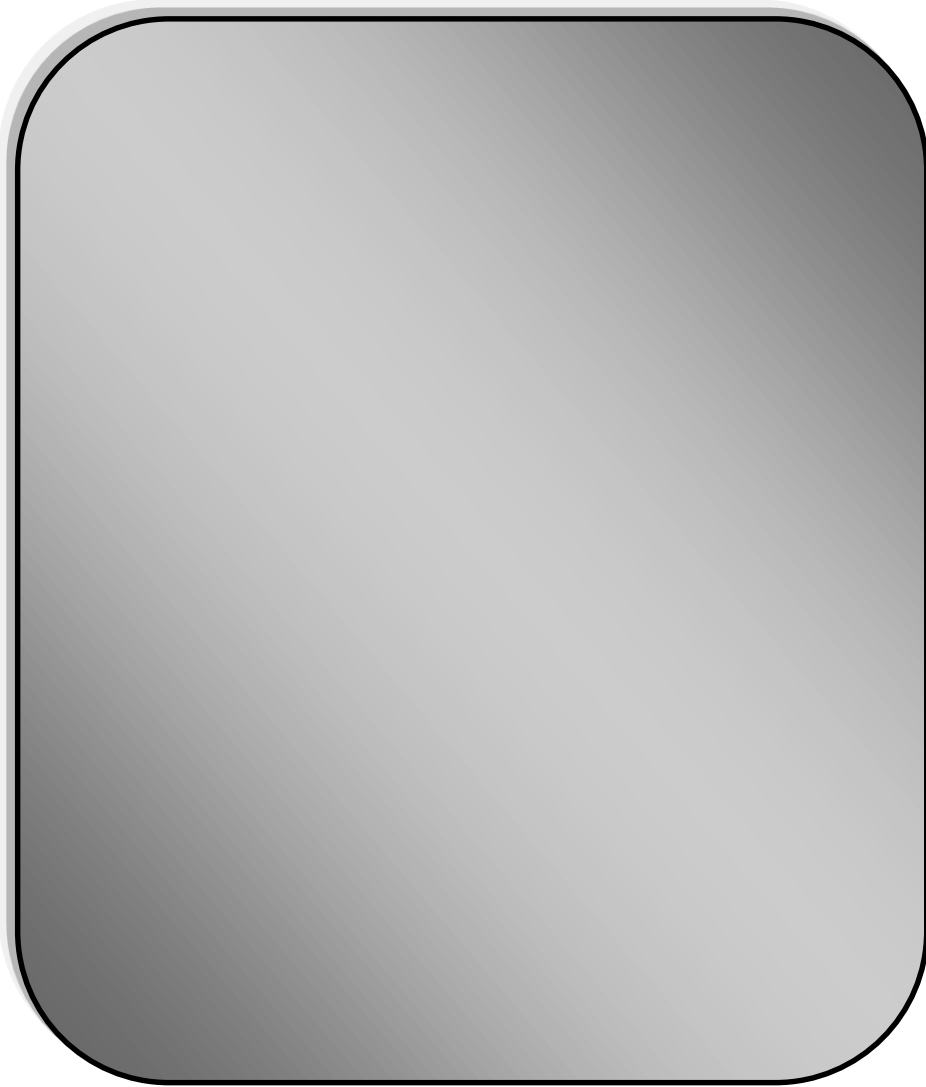
✓ توفير الإمكانيات المادية المتاحة للأساتذة في المؤسسات التربوية حتى يتسنى لهم التوظيف الجيد لمحتوى المادة.

خاتمة



في الختام يمكننا القول ان أساتذة التعليم الثانوي لا زالوا عرضة للكثير من الضغوط والتحديات التي ينبغي عليهم مواجهتها بطريقة سليمة في سياق حياتهم وبأبعادها النفسية والاجتماعية والبيولوجية، وعلى الرغم من استخدام هؤلاء المزيد من الاستراتيجيات الا ان الشي الملاحظ في هذه الدراسة ان هناك أساليب فعالة في التخفيف من حدته، كإعادة التقييم الإيجابي والتعامل النشط والتخطيط وغيرها. لذلك يجب الاهتمام بالأستاذ من جميع النواحي وتوفير له بيئة ومناخ يساعده على إعطاء ما يجب تقديمه من أداء عالي وكفى الذي يساهم في تحسين نتائج التربية للتلميذ، بالإضافة إلى محاولة التعرف على الحالة النفسية للأساتذة وطريقة مواجهتهم للمواقف المفاجأة الطارئة وتقديم الانجع من هذه الوسائل والاستراتيجيات، وذلك من خلال توعية الأستاذ بالمطالعة على كل المستجدات الأبحاث ونتائجها والدراسات التي يقوم بها الباحثين في هذا المجال وفي هذا الموضوع المهم.

قائمة المصادر والمراجع



1. إيناس صالحى ونفيسة سوسة (2020): الضغوط النفسية إثر جائحة كورونا وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ البكالوريا، مذكرة ماستر، جامعه الشهيد لخضر بالوادي، تخصص علم النفس المدرسي. الجزائر.
2. بغيجة الياس (2006) استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى القلق والاكتئاب.
3. حسين إبراهيم حمادي (2020): الكلفة الاجتماعية الأزمة جائحة فيروس كورونا، مجلة الكلية التربوية، العدد 39، ج2، جامعة واسط، ايار 2020.
4. الدعدي (2009): التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشرق، رام الله.
5. رافع محمد، سماح (1976): تدريس المواد الفلسفية في التعليم الثانوي، دار المعارف، مصر.
6. سمير شيخاني (2003): الضغط النفسي، طبيعته، أسبابه، المساعدة الذاتية، مداومة، دار الفكر العربي، بيروت. لبنان
7. شحاتة حسن، زينب النجار (2003): معجم مصطلحات التربية والنفسية، الدار المصرية اللبنانية، لبنان.
8. طه عبد العظيم (2006): استراتيجيات إدارة الضغوط النفسية والتربوية، ط1، دار الفكر، عمان.
9. عبد الرحمان هيجان (1998): ضغوط العمل، مصادرها ونتائجها، معهد الإدارة العامة، السعودية.
10. عثمانة الهام وآخرون (2015): دراسة وصفية تصنيفية تحسيسية لكل من فيروسي ايبولا وكورونا، المدرسة العليا للأساتذة، جامعة القبة القديمة، الجزائر، قسم علوم الطبيعية.

قائمة المصادر والمراجع:

11. عدس محمد عبد الرحيم(1999): فن التدريس، ط1، دار الفكر لطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
12. عقل خالد زكي (2004): المعلم بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.
13. علال عبد الرزاق (2019) انعكاس الضغوط النفسية على أساتذة التربية البدنية والرياضية خلال الحصة التعليمية رسالة ماستر، جامعة المسيلة، تخصص نشاط بدني ورياضي مدرسي. المسيلة-الجزائر
14. علي بن علي (2000): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الصحة النفسية، دار الوفاء للطباعة والنشر، القاهرة.
15. ماجدة بهاء الدين سيد عبيد (2008): الضغط النفسي ومشكلاته والأثر على الصحة النفسية، ط1، دار الصفاء.
16. ماجدة بهاء الدين (2008): الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، ط1، دار الصفاء.
17. محمد رمضان القذافي (1998): الصحة النفسية والتوافق المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر، ط1
18. ناجية ديلي (2013): الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في الميدان التعليمي وعلاقته بالقلق، رسالة ماجستير في علم النفس العيادي، جامعه البويرة الجزائر.
19. الهاللي، عادل (2009): بعض الأساليب مواجهه الضغوط لدى الطلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانية بمدينة المنورة، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة
20. هناء احمد الشيخ (2007): التعامل مع الضغوط النفسية، دار الوفاء للنشر والتوزيع، اسكندرية، د.

قائمة المصادر والمراجع:

21. يوسف بلال (2006): مصادر ومستويات الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي
مذكرة ماجستير، جامعه الاخوة منتوري بقسنطينة، تخصص في علم النفس التنظيمي
وتنمية الموارد البشرية، الجزائر

الملاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص: إرشاد وتوجيه



استمارة استبيان

في إطار إنجاز مذكرة ليسانس تحت عنوان:

مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا

covid19

دراسة ميدانية ببعض ثانويات بلدية حمام الضلعة

لذا نرجو منكم قراءة هذا الاستبيان بتمعن وروية ثم الإجابة عنها حسب رأيك الخاص كما نعلم سيادتكم أن المعلومات المقدمة من طرفكم لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

ملاحظة: ضع علامة (x) على الإجابة التي ترى إنها مناسبة.

البيانات الشخصية:

الجنس:

ذكر () أنثى ()

السن. ()

الحالة الاجتماعية: اعزب () متزوج ()

المحور الأول: الضغوط الأسرية

الرقم	الفقرات	موافق	غير موافق	محايد
1	أرهقتني متطلبات الأسرة في فترة الحجر المنزلي			
2	زيادة وتعدد الأدوار التي أقوم بها داخل الأسرة خلال هذه الفترة			
3	الحجر المنزلي أدى إلى نقص الاحترام والتعاون بين أفراد الأسرة			
4	أصبحت أخشى غياب أحد أفراد الأسرة لمدة طويلة عن البيت			
5	أشعر بان الوقت الذي كنت أقضيه مع أفراد الأسرة غير كاف			
6	صرت أشعر بالتقصير نتيجة عدم التواصل مع الأهل والأقارب			
7	كثرة الانشغال بالجائحة جعلني غير قادر على متابعة أموري الأسرية			

المحور الثاني: الضغوط الصحية

الرقم	الفقرات	موافق	غير موافق	محايد
8	أصبحت أهتم كثيرا بزيادة أو نقصان وزني			
9	أستيقظ بصعوبة في الصباح بسبب توقفي عن العمل في ظل الجائحة			
10	أشعر بالتعب الجسمي العام بسبب قلة النشاط في ظل covid 19			
11	أشعر بالخوف من مخالطة الآخرين خشية الإصابة بالمرض			
12	أشعر بالتعب عندما أبذل أي جهد بسبب التقليل من النشاطات اليومية			
13	أصبحت أشعر بعدم الارتياح بسبب الصداع المستمر			
14	أشعر بالأرق من كثرة التفكير في خطر الجائحة			
15	أصبحت أهتم كثيرا بالرعاية الطبية المناسبة			

المحور الثالث: الضغوط المهنية

الرقم	الفقرات	موافق	غير موافق	محايد
16	لا اشعر بالراحة في عملي بسبب جائحة كورونا			
17	أجد نفسي في مواقف صراعية في عملي بسبب البرنامج المعرض علينا في هذه الظاهرة			
18	أشعر بالخوف من المستقبل المهني بسبب الظروف الحالية			
19	اشعر بتأنيب الضمير نتيجة عدم قدرتي على الإيفاء بمتطلبات العمل بسبب الخوف من الجائحة			
20	اشعر ان عملي أصبح روتين أكثر			
21	كثرة أعباء العمل تجعلني دائم التفكير فيها			

المحور الرابع: الضغوط النفسية

الرقم	الفقرات	موافق	غير موافق	محايد
22	اشعر بالتعب من كثرة التفكير بما يدور حولي بسبب الظروف الحالية			
23	اشعر بالملل من تكثيف الحصص والتغيير في هيكلية النظام التربوي			
24	شعوري بالضغط في ظل الجائحة يدفعني لإنهاء الكثير من الأمور التي تخصني			
25	في ظل الجائحة اشعر بأنني أقوم بأشياء ملزم بها وليس لأنني أريدها			
26	اشعر بوجود متطلبات كثيرة لدي في ظل الحجر الصحي.			
27	اشعر بالقلق عندما اعمل تحت الضغوط			



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضي أسفله السيد (ة): مستشار د. نسيم

الصفة : طالب

المولود (ة) بتاريخ: 23.03.1998 بـ: تلمسان، ولاية المسيلة

ابن (ة): بي. بوشرف وابن (ة): حسنا حسنة

والحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية / رخصة السياقة رقم: 119980996001630004

الصادرة بتاريخ: 28.01.2011 عن دائرة: تلمسان، ولاية المسيلة

المسجل بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. قسم: علم النفس والمكلف بإنجاز:

- مذكرة ماستر

- مذكرة ليسانس

عنوانها: الاعتماد الذاتي والذاتية لدى أساتذة التعليم الثانوي في ظل جائحة كورونا

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

المرجع: القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016

حرر بـ: في:

مصادقة البلدية

إمضاء المعني

المسيلة في :

وثيقة إيداع مذكرة ليسانس

الموضوع:
المؤلف:
الشعبة:
إعداد فريق البحث:
1-
2-
3-
4-
إشراف: د. عبد الحميد شحام الرتبة: أستاذ محاضر

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2018/2017 وأسمح بإيداعه لإدارة القسم.

موافقة وإمضاء المشرف(ة):



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضي أسفله السيد (ة) : الكلية للعلوم الإنسانية والاجتماعية

الصفة : طالب

المولود (ة) بتاريخ : 04.02.1998 م - ولاية :

ابن (ة) : كهن وابن (ة) : كريسة ولاية :

والحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية / رخصة السياقة رقم : 1013.000.23.000.9 رقم 10998

الصادرة بتاريخ : 27.02.2019 م عن دائرة : الأكاديمية لولاية المسيلة

المسجل بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. قسم : علم النفس والمكلف بإنجاز :

مذكرة ماستر

مذكرة ليسانس

عنوانها : المنعوظات المنصبة لدى أساتذة التعليم

التأديري في ظل حاجتنا لكوننا Gov 19

أصرح بشرفي أنني أتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

المرجع : القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في : 28 جويلية 2016

حرر بـ : في :

مصادقة البلدية

إمضاء المعني