الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي في محافظة عجلون بالأردن

رامي عبدالله طشطوش ورانية عيسى مزاهرة
tashtoush123@hotmail.com
جامعة القصيم جامعة عجلون الوطنية الخاصة

استلم بتاريخ: ٢٠١٠\١٢\٢٤ عدل بتاريخ: ٢٠١٠\١٠\١٧ قبل بتاريخ: ٢٠١٠\١٠\٢٠

تستقصي الدراسة الحالية درجة الضغوط النفسية لدى المرشدين النفسيين والتربويين في المدارس الحكومية في محافظة عجلون بالأردن، وتحديد الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لبعض المتغيرات الديمغرافية؛ كالجنس والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن. بلغ عدد أفراد الدراسة (٦١) مرشداً ومرشدة. تمت معالجة البيانات إحصائياً عن طريق حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والاختبار التائي (t-test)، وتحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) واختبار نيومان كولز (Newman-Keuls). أوضحت نتائج الدراسة أن الضغوط النفسية لدى أفراد الدراسة جاءت بدرجة متوسطة، حيث جاءت الضغوط المتعلقة بالعبء الوظيفي في الرتبة الأولى بين مجالات الضغوط النفسية، وجاءت بالرتبة الأخيرة الضغوط المتعلقة ببيئة العمل. إضافةً إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية، في درجة الضغوط النفسية لدى أفراد الدراسة، تعزى لمتغيرات المؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية. كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية، لدى أفراد الدراسة تعزى لمتغيرات الجنس، ومكان السكن.

(الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، الإرشاد النفسي والتربوي، المرشد النفسي والتربوي)

Psychological Stresses of Psychological and Educational Counselors in the Governorate of Ajloun in Jordan

Rami Tastoush Ranya Mazahre

The study aimed to investigate the Psychological Stress of Psychological and Educational Counselors in public school in the Governorate of Ajloun in Jordan, and find out the effect of demographic variables of gender, qualification, experience in counseling, marital status and place of living on Psychological Stresses. The sample of the study comprised (61) male and female Counselors. The results revealed that the participants of the study showed a moderate degree of psychological stress. Work overload was the first reason of stress whereas job environment was the last reason. In addition, there were statistically significant differences in the degree of psychological stress due to qualification, experience, and marital status. There were no statistically significant differences in the degree of psychological stress due to gender and place of living.

Keywords: Psychological Stress, Educational and Psychological Counseling, Psychological and Educational Counselor

خلفية الدراسة

الضغوط ظاهرة إنسانية قديمة موجودة مع وجود الإنسان ذاته، لقول سبحانه وتعالى: ﴿لقد خلقنا الإنسان في كبد﴾ (سورة البلد، الأية ٤)، إلا أن الاهتمام بها بوصفها مجالاً للدراسة هو الذي يمكن أن يطلق عليه الحداثة، لتغير سمات المجتمع في الوقت الراهن بسبب تعقد حياة العصر الحديث، والكشف عن وجود تغيرات فسيولوجية مرتبطة بردود أفعال الجسم تجاه ضغوط لها علاقة سببية وثيقة بصحة الإنسان، وما يصيبه من أمراض بدنية ونفسية.

ويشهد العالم اليوم العديد من التطورات العلمية والتكنولوجية التي انعكست على كثير من جوانب الحياة المختلفة، إلا أن كثيراً من الباحثين قد وصفوا القرن الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية (Psychological Stress). لذلك عدت من الظواهر التي تتطلب من الإنسان التعايش معها، وتطوير كفاءة معينة للتعامل معها.

يعد موضوع الضغوط النفسية من المفاهيم الحديثة نسبياً، تناولته العديد من البحوث في مجال علم النفس الاجتماعي، وعلم النفس المهني، والتي أكدت بمجملها أنها مشاكل تتعلق بالعمل، وأن فهمها يتطلب فهم كل من شخصية الفرد وبيئة العمل. حيث يرى غولد وروث (Gold & Roth, 1994) أن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة، نتيجة للتعرض لهذه المشكلات فترة طويلة من الزمن، يشعر معها بالضغط، إذ لم يتلق خلال هذه الفترة الدعم اللازم من المقربين، فيشعر بأنه متورط، ولا حل أمامه للتخلص من هذا الوضع. عندها يحدث الضغط النفسي كنتيجة أخيرة، وذلك عندما لا يستطيع الفرد أن يتكيف مع الضغوط النفسية التي يدرك بأنها مهددة.

ويعرف اثكين وسكولش (Aithken &

Schloss, 1994) الضغط النفسي بأنه "حالة نفسية وجسدية ناتجة عن مواجهة الفرد لحوادث مزعجة، تؤدي إلى شعوره بالتهديد وعدم الارتياح". ويعرفه سيلي (Selye, 1983) "بأنه الاستجابة غير المحددة تجاه أي وظيفة، سواء أكانت سبباً أم نتيجة لظروف غير سارة". ويشير جرينبرغ وبارون (Greenberg & Baron, 2008) إلى أن أعراض الضغوط النفسية تمر في ثلاثة أطوار، الطور الأول : هو الإنذار بالخطر؛ حيث يؤدي الضغط إلى تنشيط آليات التوافق، والطور الثاني : هو المقاومة حيث يؤدي الضغط إلى استخدام آليات التوافق، والطور الثالث :هو الإجهاد والاستنزاف؛ حيث يؤدي الضغط إلى إنهاك آليات التوافق.

وتؤكد الدارسات النفسية أن مصادر الضغوط متباينة ومتداخلة في آن واحد، ويمكن أن تتمثل مصادر الضغوط في البيئة الخارجية، كما يمكن أن تتجسد أيضاً من خلال المتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية، وقد تبرز معالم هذه الضغوط من النظم والقواعد واللوائح المجتمعة، كما أن الخوف والتهديد والإحباط جميعاً، تعد مصادر للضغوط النفسية (Lazarus, 1966).

وتؤكد دراسات أخرى أن أحداث الحياة الضاغطة وما تشتمل عليه من اضطراب العلاقات الإنسانية، وتهديد الإنسان لأخيه يعد أيضاً من مصادر الضغوط الشائعة في الحياة، وهناك دراسات تبرز مصادر الضغط من أبعاده الفسيولوجية، حيث تعتبر ارتفاع درجة الحرارة والرطوبة، وتفشي الميكروبات من الأعراض

الفسيولوجية للضغوط المهددة للجسم، التي تنشط على أثرها الآليات الدفاعية، لمقاومة الفيروس والاحتفاظ بالحياة.

لقد استطاع مكبرايد (McBride, 1983) أن يبلور لنا مصادر الضغوط التي تضمنتها البحوث منذ عام ١٩٣٠م فيما يأتي:

- كثرة الأعمال الإدارية، والمسؤوليات الإضافية، وتدني الرواتب، وظروف العمل السيئ، والانتقال من عمل إلى أخر دون تهيئة الفرد نفسياً.
- ضعف الإمكانات المادية، والحياة الاجتماعية للمؤسسة، والإرهاق، والتدخين، وضعف الأنشطة، وتضخم الرواتب، وضعف الاتصال والتقليد، والخوف من الفشل، والانعزالية والوحدة، ونظرة المجتمع المتدنية، وعدم التعاون، والأنانية، واللامبالاة، وضعف الدافعية.

وتشير الدراسات النفسية والطبية المختلفة إلى أن للضغوط النفسية آثاراً فسيولوجية، وأخرى نفسية واجتماعية، يمكن أن نجملها بالآتي:

تتمثل الآثار الفسيولوجية للضغط النفسي بظهور اضطرابات الجهاز الهضمي، والإسهال، والإمساك المزمن، واضطراب الجهاز التنفسي، وارتفاع ضغط الدم، والصراع النفسي، وانتشار الأمراض الجلدية، وتضخم الغدة الدرقية، وزيادة نسبة السكر في الدم، والتشنج العضلي، والتهاب المفاصل، والروماتيزم، واضطراب الغذاء كفقدان الشهية، أو الشراهة والبدانة، والميل للتقيؤ والغثيان (Rice, 1999). ويضيف بلونا (Blonna, 2000) بعض الآثار الفسيولوجية الأخرى: مثل النوبات القلبية وقرحة المعدة، وارتفاع نسبة الكلسترول. وأوضحت دراسة هاوس (House, 1987) علاقة الضغوط المهنية بالصحة النفسية وأثرها عليها، مثل: الإصابة بالذبحة الصدرية، وقرحة المعدة، والحكة الجلدية، والسعال، وضغط الدم، والصرع، ومرض القلب.

تكاد نتائج البحوث النفسية تجمع على أن للضغوط آثاراً نفسية؛ تتمثل في اضطراب إدراك الفرد، وعدم وضوح مفهوم الذات لديه، كما أن ذاكرته تضعف وتصاب بالتشتت ويصبح أكثر قابلية للمرض النفسي والعقلي والجسمي (Capler, 1981). كما أن تكرار الضغوط الشديدة، يؤدي بالفرد إلى الغضب والخوف والحزن، والشعور بالاكتئاب، وكذلك الشعور بالخجل والغيرة (Lazarus & Susan, 1984).

ويمكن أن تؤدي الضغوط النفسية إلى اضطراب النمو، وعدم الثقة في النفس، وتزيد تشتت الانتباه (القرشي، ١٩٩٣).

ترتبط الضغوط النفسية عموماً باضطراب الأداء وانخفاضه، وتشوش السمع والحركات الزائدة، وكراهية الذات، وانخفاض الأنا، وتصدع الهوية والميل للاغتراب، وكثرة الشكوى من المرض، والرغبة في النعاس (Johnson, 1989).

أمّا ما يتصل بسمات الشخصية وعلاقتها بالضغط النفسي؛ فقد أجرى هوكبنر وميلز (Hucbner & Mills, 1994) بحثاً لمعرفة مستويات الضغط النفسي والعلاقة بينه وبين اسمات الشخصية، والدور المتوقع لعينة من (٩٠) أخصائياً نفسياً، دلت نتائج الدراسة، على أن سمات الشخصية مرتبطة بالضغط النفسي ارتباطاً دالاً، وأن مستويات الضغط النفسي مرتبطة بالنزعات الفردية والتنافسية ارتباطاً ضعيفاً، وقد ظهر من خلال إجابات الأخصائيين النفسيين أن هناك ارتباطاً كبيراً بين الضغط النفسي، وعدم الرضا بالدور المتوقع منهم، مفضلين تكريس الجزء الأكبر من وقتهم في عملية الإرشاد. وقد توصل كوهن

ووليمسون (Cohen & Wiliamsons, 1991) إلى أن هناك دليلاً مقنعاً على وجود ارتباط بين الضغوط النفسية وزيادة السلوك المرضي.

اهتم علماء النفس بشكل عام بالظواهر التي قد يتعرض لها المهني، والتي قد تؤثر في فعالية قيامه بعمله. وتعتبر مهنة الإرشاد النفسي والتربوي من المهن الإنسانية والاجتماعية، التي تولد الضغوط النفسية للعاملين فيها، وفي هذا العصر أصبح الاهتمام بضغوط العمل كبيراً؛ لأنها تؤدي إلى استنزاف طاقة الفرد الجسمية والنفسية.

لقد أجريت عدة دراسات في هذا المجال، بهدف تعرف مسببات ضغوط العمل في مجالاته المختلفة، نركز هنا على بعض منها، وهو ما أجري في مجال الإرشاد النفسي والتربوي – ومجال اهتمام الدراسة الحالية – ومن تلك الدراسات ما يأتي:

دراسة كوماري وبيكر (Kumary & Baker, 2008) حيث أجرى مسحاً لتعرف الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين المتدربين في المملكة المتحدة. اشتملت عينة الدراسة على ١٠٩ مرشدين متدربين. تكون البحث من جزأين: الأول تناول مصادر الضغوط النفسية من وجهة نظر المرشدين، وتناول الجزء الآخر العلاقة بين خصائص المرشدين ومستوى الضغوط النفسية لديهم. ولتحقيق هدف الدراسة تم جمع البيانات باستخدام قائمة مسح للضغوط النفسية. أظهرت نتائج الدراسة وجود درجة مرتفعة من الضغوط النفسية، تعود إلى التأهيل الأكاديمي، ومكان السكن، والتطور المهني والشخصي، وقلة الدعم. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغيرات الجنس وعمر المرشدين، ووجود علاقة إيجابية بين الصحة العامة والضغوط النفسية.

وبهدف الكشف عن درجة الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمات النفسية، أجرت عبدالقادر (٢٠٠٨) دراسة هدفت إلى معرفة درجة الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمات النفسية في فلسطين، وتحديد الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغيرات (الجنس، والعمر، والمسمى الوظيفي، والخبرة، ومكان العمل). ولتحقيق هدف الدراسة تم تطبيق استبانة الضغوط النفسية (إعداد وتقنين الباحثة) على عينة بلغ قوامها (١٥٤) أخصائياً وأخصائية اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية. وبينت نتائج الدراسة أن الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية جاء بدرجة متوسطة، وقد جاء مجال أهمية المهنة في المجتمع الرتبة الأولى من بين مجالات الضغوط النفسية، كما بينت نتائج الدراسة، عدم وجود فروق تبعاً لمتغيرات (الجنس، والعمر، والمسمى الوظيفي، والخبرة، ومكان العمل).

وللوقوف على مستوى الضغط النفسي لدى الأخصائيين النفسيين، قام جوردان وآخرون (Jordaan, et al., 2007) بدراسة هدفت إلى تقصي مستوى الضغط النفسي لدى الأخصائيين النفسيين، استناداً إلى مستوى القلق والاكتئاب لديهم، واستراتيجيات المواجهة التي يستخدمونها، كما هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الضغط النفسي، واستراتيجيات المواجهة. تكونت عينة الدراسة من ٢٣٨ مرشداً وأخصائياً نفسياً من جنوب أفريقيا، اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية لإكمال استفتاء على شبكة الإنترنت، يتضمن السيرة الذاتية، ومقياس بيك للإكتئاب، ومقياس القلق كحالة، واستبانة استراتيجيات مواجهة المشكلات. أشارت النتائج إلى أن ٥٦,٣% من المشاركين لديهم مستوى عالٍ من القلق، في حين أن ٥٤,٢% من المشاركين لديهم مستوى متوسط من الاكتئاب. وأظهرت النتائج أن الاستراتيجيات المستخدمة

لمواجهة الضغوط النفسية هي: لوم النفس، والإنكار، وانعدام روح المرح، وعدم التقبل، والتنفيس، واستخدام العقاقير، وتوقع القلق بشكل كبير. كما أشارت النتائج إلى فشل الأخصائيين النفسيين في التعامل مع الضغوط التي يواجهونها، واقترحت الدراسة ضرورة إلحاق أفراد الدراسة، ببرنامج تدريبي، لإستراتيجيات التكيف مع الضغوط.

وفي الإطار ذاته، كشفت دراسة رايل (Rayle, 2006) عن مستوى ضغوط العمل والرضا الوظيفي، لدى المرشدين التربويين. اشتملت عينة الدراسة على ٣٨٨ مرشداً مدرسياً يعملون في المدارس الابتدائية، والمتوسطة، والثانوية من مختلف أنحاء الولايات المتحدة. أكمل المشاركون استبانة الضغوط النفسية، ومقياس الرضا عن العمل. كشفت النتائج عن أن مرشدي المدارس الابتدائية لديهم أعلى مستوى من الرضا الوظيفي، وأدنى مستوى من الضغوط، بينما أظهر مرشدو المدارس الثانوية مستوى متدنياً من الرضا الوظيفي، ومستوى عالياً من الضغوط. وأن المرشدين ذوي الخبرة الطويلة لديهم مستوى رضا وظيفي متدنٍ ومستوى عالٍ من الضغوط النفسية ، بينما المرشدون ذوو الخبرة القليلة، لديهم مستوى رضا وظيفي عالٍ ومستوى متدنٍ من الضغوط النفسية.

أعدت كولبرث وأخرون (Culbreth, et al., 2005) دراسة لتعرف الضغوط النفسية لدى المرشدين التربويين. تكونت عينة الدراسة من ٥١٢ مرشداً تربوياً. ولتحقيق هدف الدراسة، تم جمع البيانات باستخدام استبانة الضغوط النفسية التي اشتملت على أربعة مجالات، هي: الصراع، والدعم، وغموض دور المرشد، وسماته الشخصية. أسفرت نتائج الدراسة عن أن الضغوط لدى مرشدي المدارس الابتدائية، جاءت بدرجة متوسطة على الشكل الآتي: السمات الشخصية، ثم غموض الدور، ثم الصراع، ثم الدعم، بينما كانت الضغوط لدى مرشدي المدارس الثانوية مرتفعة على النحو الآتي: الصراع، ثم الدعم، ثم السمات الشخصية، ثم غموض الدور.

أعد الموسوي (١٩٩٨) دراسة حول الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية، وإبراز العوامل الديموغرافية والدينامية المرتبطة بهذه الضغوط. ولتحقيق هدف الدراسة تم تطبيق استبانة الضغوط النفسية (إعداد وتقنين الباحث) على عينة بلغ قوامها (١٢٤) فرداً تكونت من (٤٦) مرشداً نفسياً و(٧٨) أخصائياً نفسياً، ممن يعملون في المدارس الثانوية، في المناطق التعليمية الخمس في دولة الكويت. وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الأخصائيين النفسيين والمرشدين النفسيين، وأن الأخصائيين النفسيين ذوي الخبرة الأكثر، أقل شعوراً بالضغوط مقارنة مع أقرانهم ذوي الخبرة الأقل. ومن الضغوط الشائعة لدى المرشدين : تدني نظرة المجتمع، وعدم تفهم أولياء الأمور، وضعف العلاوات والرواتب، وقلة فرص الترقية.

استقصت دراسة صافية (١٩٩٨) الضغوطات التي تواجه المرشدين التربويين، في مدارس الضفة الغربية، هدفت الدراسة إلى معرفة الضغوط والصعوبات، التي تواجه المرشد التربوي في عمله في المدارس. اشتملت عينة الدراسة على (٢٠٠) مرشد ومرشدة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود مجموعة من الصعوبات والضغوط التي تواجه المرشدين في عملهم مثل: دعم المجتمع لهم، وضعف العائد المادي، والظروف السياسية، ونظرة المجتمع لهم، وعدم ثقة الناس بالعمل النفسي.

وأجرى كاشوي وتايلور (Cushway &

(Taylor, 1996 دراسة لمعرفة مستويات الضغط ومصادره عند (٦١) أخصائية نفسية و(٤٠) أخصائياً نفسياً، تتراوح أعمارهم ما بين (٢٥-٦١) عاماً. أظهرت نتائج الدراسة أن الأخصائيين النفسيين المؤهلين أبدوا ضغطاً أقل من المتدربين، والأخصائيات النفسيات أظهرن مستويات الضغط وأعراضه السيكولوجية أكثر من الذكور، وأن الذكور الأقل خبرة أظهروا مستويات ضغط أكثر من ذوي الخبرة، ولم يتبين ذلك عند الإناث.

وأعد الشايب (١٩٩٤) دراسة التي هدفت إلى تعرف استراتيجيات التكيف، لدى المرشدين في المدارس الأردنية للتعامل مع ضغوطهم النفسية. تكونت مجموعة الدراسة من (١٥٠) مرشداً ومرشدة (٨٢) مرشداً و(٦٨) مرشدة في مديرية تربية عمان. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في استخدام استراتيجيات وسائل الدفاع، والتمارين الرياضية، والترفيه، والاسترخاء، والتقبل، والثقة بالنفس، تعزى إلى الحالة الاجتماعية، والخبرة، والجنس.

قام كاساس (Casas, 1980) بدراسة هدفت إلى تحديد أنماط الضغط الذي يتعرض له المرشدون في أثناء العمل، ومدى توافر برامج "المساعدة الذاتية" كوسائل لمقاومة هذا الضغط، وتكونت مجموعة الدراسة من (١٧) مرشداً يعملون في مراكز الإرشاد الجامعية، وقد دلت نتائج الدراسة على أن المرشدين قد أفادوا بوجود نمط معين من الضغوط المرتبطة بالعمل لدى كل واحد منهم، وأن الذين لم يحصلوا على درجة مناسبة من المساعدة والمساندة يعانون من الضغط بدرجات أعلى من أولئك الذين أشاروا إلى أن برامج المساعدة والمساندة تعد كافية ومناسبة، وأن أفضل مصادر المساندة لدى المرشد هي المساعدة من المرشد ذاته (المساعدة الذاتية)، تليها المساعدة من أصدقاء في المهنة، فأفراد العائلة، فالزملاء، فالرؤساء في العمل، ثم الاختصاصيين في العلاج النفسي، فالمعلم، فالطبيب، وأخيراً رجال الدين.

يلاحظ مما سبق أن بعض نتائج الدراسات المعروضة أظهرت وجود درجة مرتفعة من الضغوط النفسية لدى المرشدين، وأهم هذه الدراسات هي: (Kumary & Baker, 2008). بينما أسفرت نتائج نوع ثان الدراسات عن وجود درجة متوسطة من الضغوط النفسية لدى المرشدين، وأهم هذه الدراسات هي: (عبدالقادر، ٢٠٠٨؛ Culbreth, et al., 2005). كذلك أشارت نتائج نوع ثالث الدراسات إلى وجود فروق تبعاً للمتغيرات المدروسة كالجنس والخبرة والحالة الاجتماعية، وأهم هذه الدراسات هي: (Cushway & Taylor, 1996; Rayle, 2006 ; Kumary & Baker, 2008؛ الموسوي، ١٩٩٨؛ الشايب، ١٩٩٤). في حين أن نتائج النوع الثالث والأخير من الدراسات توصلت إلى عدم وجود فروق تبعاً لمتغيرات الجنس والخبرة، وأهم هذه الدراسات هي: (عبدالقادر، ٢٠٠٨). وتجدر الإشارة إلى أن الباحثين لم يجدا دراسات سابقة تناولت أثر كل من متغير المؤهل العلمي ومتغير مكان السكن في الضغوط النفسية.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

يتعرض المرشد النفسي والتربوي في المدارس والمؤسسات التربوية الأردنية، كغيره من العاملين في ميادين الخدمات الاجتماعية والإنسانية، للكثير من الضغوط النفسية، التي تتمثل في إزدياد عدد المسترشدين، وما يترتب على ذلك من عبء وظيفي، بالإضافة إلى عدم توافر المكافآت المعنوية كحوافز للعمل، وقلة الدعم الاجتماعي، ودعم الرؤساء المشرفين للمرشدين والمرشدات.

وتولد هذه الظروف عند المرشد النفسي والتربوي ضغطاً نفسياً، بشكل أو بآخر، يستوجب الاستقصاء والبحث؛ إذا أردنا للعملية الإرشادية تحقيق الأهداف، التي وضعت لها في مدارسنا ومؤسساتنا الأردنية. وفي حدود علم الباحثين هنالك ندرة في الدراسات المحلية المتعلقة بالضغوط النفسية، التي يعاني منها المختصون والعاملون في مجال الإرشاد النفسي. وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن السؤالين التاليين:

١. ما درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي، في المدارس الحكومية التابعة لمحافظة عجلون؟
٢. هل تختلف الضغوط النفسية باختلاف متغيرات (الجنس، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن)؟

فرضيات الدراسة

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني فقد تم تحويله إلى الفرضيات الصفرية الآتية:

- **الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس.
- **الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في الضغوط النفسية تعزى لمتغير المؤهل العلمي.
- **الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في الضغوط النفسية تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة.
- **الفرضية الرابعة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.
- **الفرضية الخامسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في الضغوط النفسية تعزى لمتغير مكان السكن.

أهداف الدراسة وأهميتها

تهدف الدراسة الحالية إلى تعرف الضغوط النفسية، لدى المرشد النفسي والتربوي في المدارس الحكومية التابعة لمحافظة عجلون. كما تهدف الدراسة إلى معرفة مدى اختلاف مستويات الضغوط النفسية، لدى أفراد عينة الدراسة باختلاف متغيرات الجنس، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة في الإرشاد، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن.

تكتسب الدراسة أهميتها من أهمية المرشد النفسي والتربوي، ودوره في العملية التربوية بشكل عام، والعملية الإرشادية بشكل خاص، كما تعد الدراسة من أوائل الدراسات الميدانية التي تتناول الموضوع في المملكة الأردنية الهاشمية، ويمكن أن تسهم الدراسة بالمساعدة في الآتي:

- إلقاء الضوء على ظاهرة الضغوط النفسية، لما لها من تأثير على مستوى أداء العنصر البشري، في مجالات العمل بشكل عام، وفي مجال مهنة الإرشاد النفسي والتربوي بصفة خاصة.
- توجيه أنظار العاملين في المجال التربوي إلى مختلف المستويات، لمحاولة التخفيف من الأسباب، التي يمكن أن تؤدي إلى وجود هذه الظاهرة السلبية، كما يتوقع الكشف عنها من نتائج هذا البحث.
- تبصير المرشدين النفسيين والتربويين بالعوامل التي تسهم في ظهور ظاهرة الضغوط النفسية،

وتزويدهم بالتغذية الراجعة فيما يتعلق بالضغوط النفسية التي يعانون منها، والوقوف على مصادرها وأسبابها من أجل تلافيها وتجنبها.

- الإسهام في مساعدة الباحثين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، فقد تفتح هذه الدراسة الباب لدراسات أخرى لاحقة، يتم من خلالها تناول الموضوع من جوانب أخرى، تعتبر مكملة للموضوع الحالي.

وبناءً على ما سبق ذكره، تصبح دراسة الضغوط النفسية لدى المرشدين والمرشدات، ضرورة أساسية ولازمة لمهنة الإرشاد النفسي والتربوي، وإن العمل على مناقشتها لمعالجتها والوقاية منها لدى المرشدين والمرشدات في الأردن أمر مهم، خاصة في ضوء التطورات الاجتماعية والثقافية والاقتصادية والعلمية والتكنولوجية التي يشهدها المجتمع الأردني، في الوقت الحاضر.

مصطلحات الدراسة

الضغوط النفسية: يمكن تعريف الضغوط بأنها استجابة تكيفية، تتوسطها الفروق الشخصية (الفردية) أو العمليات السيكولوجية، وأنها نتيجة حدث أو فعل بيئي خارجي، بحيث تضع متطلبات سيكولوجية أو مادية مفرطة على الفرد (الموسوي، ١٩٩٨). وإجرائياً هي الفقرات المدرجة في استبانة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي المستخدم في هذه الدراسة.

المرشد: هو الشخص المتخصص، الذي يعمل كمرشد نفسي وتربوي، في مدارس وزارة التربية والتعليم، في المملكة الأردنية الهاشمية لتقديم الخدمات الإرشادية.

محددات الدراسة

الحدود البشرية: اقتصرت هذه الدراسة على مجموعة من المرشدين التربويين، في المدارس الحكومية، التابعة لمديرية التربية والتعليم في محافظة عجلون؛ لذلك لا يمكن تعميم نتائجها، إلاّ على عينات لها خصائص مجموعة هذه الدراسة نفسها.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٠٨/٢٠٠٩م.

الحدود المكانية: المدارس الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم في محافظة عجلون.

إجراءات الدراسة

أفراد الدراسة

اشتملت الدراسة الحالية على المرشدين التربويين في المدارس الحكومية، التابعة لمديرية تربية وتعليم عجلون، والبالغ عددهم (٦٨) مرشداً ومرشدة. حيث اختيرت مديرية تربية وتعليم عجلون بوصفها مجتمعاً متيسراً (Available Population). وفي ضوء أسباب عملية مثل: توفير أفراد الدراسة، والإمكانات لتسهيل إجراءات الدراسة وتطبيق أداتها. تم توزيع أداة الدراسة على أفراد الدراسة، وبعد الفرز الأولي لاستجابات المرشدين والمرشدات على فقرات أداة الدراسة، تبين أن عدد الاستبانات التي اعيدت بلغ (٦١) استبانة، استبعد منها (٤) استبانات لم يكن أصحابها جادين في الإجابة عنها أو لعدم استيفاء بياناتها، وتأخر إعادة (٣) استبانات. ويوضح الجدول (١) توزيع أفراد مجموعة الدراسة حسب متغيراتها.

جدول(١)

توزيع أفراد مجموعة الدراسة حسب متغيراتها

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة	المجموع
الجنس	ذكر	٢٣	%٣٧,٧	٦١
	أنثى	٣٨	%٦٢,٣	
المؤهل العلمي	بكالوريوس	٥٠	%٨١,٩	٦١
	ماجستير	١١	%١٨,١	

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة	المجموع
عدد سنوات الخبرة	أقلمن (١٠) سنوات	٤٢	%٦٨,٩	٦١
	من(١٠)إلى (٢٠) سنة	١٢	%١٩,٧	
	أكثرمن (٢٠) سنة	٧	%١١,٤	
الحالة الاجتماعية	عازب	١٥	%٢٤,٦	٦١
	متزوج	٤٥	%٧٣,٨	
	مطلق أو أرمل	١	%١,٦	
مكان السكن	مدينة	٣٨	%٦٢,٣	٦١
	قرية	٢٣	%٣٧,٧	

متغيرات الدراسة

- الجنس: وله مستويان (ذكور، إناث)
- المؤهل العلمي: وله مستويان (بكالوريوس، ماجستير)
- عدد سنوات الخبرة: وله ثلاثة مستويات (أقل من (١٠) سنوات، من (١٠ إلى ٢٠) سنة، أكثر من (٢٠) سنة.
- الحالة الاجتماعية: وله ثلاث مستويات (عازب، متزوج، مطلق أو أرمل)
- مكان السكن: وله مستويان (مدينة، قرية)

وقد تم التعامل مع متغيرات الجنس، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن كمتغيرات مستقلة، في حين استخدمت درجة الضغوط النفسية التي يعاني منها المرشد النفسي والتربوي كمتغير تابع.

أداة الدراسة

لتحقيق غرض الدراسة الحالية طور الباحثان استبانة الضغوط النفسية ملحق (١)، وذلك من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة والأدب التربوي، والأدوات ذات العلاقة بقياس الضغوط النفسية، إذ تسنى للباحثين الإطلاع على العديد من هذه المقاييس مثل: استبانة الضغوط النفسية إعداد عبدالقادر (٢٠٠٨)، واستبانة الضغوط النفسية إعداد الموسوي (١٩٩٨)، وقائمة الضغوط النفسية إعداد صافية (١٩٩٨). وفي ضوء ذلك، تكون مقياس الدراسة من جزأين: الجزء الأول يحتوي على معلومات أولية مثل: الجنس، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن، أما الجزء الآخر، فتكون من (٦٨) فقرة موزعة على ثمانية مجالات هي:

- المجال الأول: ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي، وعدد فقراته (١٠) فقرات، وتقيسه الفقرات (١-١٠).
- المجال الثاني: ضغوط تتعلق بوضوح الدور، وعدد فقراته (٧) فقرات، وتقيسه الفقرات (١١-١٧).
- المجال الثالث: ضغوط تتعلق بالتطور المهني، وعدد فقراته (١٠) فقرات، وتقيسه الفقرات (١٨-٢٧).
- المجال الرابع: ضغوط تتعلق ببيئة العمل، وعدد فقراته (٨) فقرات، وتقيسه الفقرات (٢٨-٣٥).
- المجال الخامس: ضغوط تتعلق بالدعم الإداري، وعدد فقراته (٦) فقرات، وتقيسه الفقرات (٣٦-٤١).
- المجال السادس: ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية، وعدد فقراته (١٠) فقرات، وتقيسه الفقرات (٤٢-٥١).
- المجال السابع: ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة، وعدد فقراته (٧) فقرات، وتقيسه الفقرات (٥٢-٥٨).
- المجال الثامن: ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع، وعدد فقراته (١٠) فقرات، وتقيسه الفقرات (٥٩-٦٨).

إجراءات الصدق والثبات

للتحقق من دلالات الصدق والثبات لأداة الدراسة، عرضت الأداة على عينة من المحكمين المختصين في علم النفس التربوي، والقياس والتقويم، والإرشاد النفسي من أعضاء هيئة التدريس العاملين في كليات العلوم التربوية في الجامعات الأردنية وعددهم (١٠). وقد طُلب إليهم إبداء آرائهم ببنية الأداة من حيث مجالاتها، وفقراتها. وفيما إذا كانت المجالات تمثل المحاور الأساسية لقياس الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي، ومدى انتماء الفقرات إلى المجال الذي تندرج تحته. واستناداً إلى آراء المحكمين فقد أبقي على الفقرات التي أُجمع عليها من قبل ثمانية من الأعضاء. كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي لفقرات أداة الدراسة على (٣٠) مرشداً من خارج مجموعة الدراسة، وذلك بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل مجال والدرجة الكلية للأداة. ويبين الجدول (٢) معاملات الارتباط بين كل مجال من مجالات الأداة والدرجة الكلية للأداة، حيث يُظهر أن معاملات الارتباط المبينة دالة إحصائياً (عند مستوى $\alpha = ٠,٠٥$)، وبهذا تعتبر الأداة صادقة لما صممت لقياسه.

الجدول (٢)

معاملات الارتباط بين كل مجال من مجالات الأداة والدرجة الكلية للأداة

المجال	قيم معامل ارتباط بيرسون
الأول (ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي)	٠,٨٤
الثاني (ضغوط تتعلق بوضوح الدور)	٠,٧٧
الثالث (ضغوط تتعلق بالتطور المهني)	٠,٩١
الرابع (ضغوط تتعلق ببيئة العمل)	٠,٦٧
الخامس (ضغوط تتعلق بالدعم الإداري)	٠,٨٧
السادس (ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية)	٠,٧٢
السابع (ضغوط تتعلق بالمردود المادي)	٠,٧٨
الثامن (ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع)	٠,٦٩

وللتحقق من دلالات ثبات المقياس، قام الباحثان بحساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار (Test-Retest) على (٣٠) مرشداً من خارج مجموعة الدراسة، وذلك بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وقد حسبت قيم معامل ارتباط بيرسون بين علامات المرشدين في التطبيقين. كذلك جرى تقدير الاتساق الداخلي لاستبانة الضغوط النفسية حسب طريقة معادلة كرونباخ ألفا للتطبيق الأول، والجدول (٣) يوضح دلالات الثبات.

الجدول (٣)

دلالات الثبات لاستبانة الضغوط النفسية

المجال	قيم معامل ارتباط بيرسون	قيم معادلة كرونباخ ألفا
الأول (ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي)	٠,٩٣	٠,٨٩
الثاني (ضغوط تتعلق بوضوح الدور)	٠,٩٠	٠,٧٩
الثالث (ضغوط تتعلق بالتطور المهني)	٠,٨٦	٠,٨١
الرابع (ضغوط تتعلق ببيئة العمل)	٠,٨٣	٠,٧٣
الخامس (ضغوط تتعلق بالدعم الإداري)	٠,٩١	٠,٩٠
السادس (ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية)	٠,٨٥	٠,٨٦

المجال	قيم معامل ارتباط بيرسون	قيم معادلة كرونباخ ألفا
السابع (ضغوط تتعلق بالمردود المادي)	٠,٨٩	٠,٧٤
الثامن (ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع)	٠,٨٧	٠,٨٣
الاستبانة ككل	٠,٨٨	٠,٨٤

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط تعد قيما مقبولة، وعليه فإن استبانة الضغوط النفسية تتمتع بدرجة مقبولة من الاستقرار مع مرور الزمن إذ كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً (عند مستوى α = ٠,٠١). كما تشير قيم ألفا إلى أن هناك درجة عالية من الاتساق الداخلي، ويعتبر هذا مؤشراً مناسباً على أن استبانة الضغوط النفسية تتمتع بدلالات ثبات مرتفعة، يمكن الاعتماد عليها من أجل استخدامها في هذه الدراسة.

تصحيح الأداة

صممت فقرات المقياس بطريقة ليكرت، حيث يجيب الفرد على كل فقرة من خلال تحديد درجة انطباق مضمون العبارة عليه بواحدة من خمس إجابات: أوافق بشدة (٥) درجات، أوافق (٤) درجات، غير متأكد (٣) درجات، لا أوافق درجتان، لا أوافق بشدة درجة واحدة. تم تحويل درجات استجابات أفراد الدراسة على الاستبانة بجميع فقراتها، واستجاباتهم على كل مجال من مجالات الاستبانة إلى مقياس موحد مكون من خمس درجات، وذلك بقسمة مجموع درجات استجابات الأفراد، على عدد فقرات كل مجال. وقد اعتمدت الفئات الآتية لتقدير درجة الضغوط النفسية: (١-١,٤٩) درجة منخفضة جداً، (١,٥٠-٢,٤٩) درجة منخفضة، (٢,٥٠-٣,٤٩) درجة متوسطة، (٣,٥٠-٤,٤٩) درجة مرتفعة، (٤,٥٠-٥) درجة مرتفعة جداً.

التطبيق

طُبقت الأداة على أفراد مجموعة الدراسة في الفصل الدراسي الثاني، من العام الجامعي ٢٠٠٨/٢٠٠٩.

تصميم الدراسة

اقتضت طبيعة الدراسة استخدام المنهج الوصفي، وذلك لقدرته على المساهمة في تزويدنا بالمعلومات اللازمة لتعرف درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي في المدارس الحكومية التابعة لمحافظة عجلون، ومن ثم تحليل هذه المعلومات وتفسيرها للوصول إلى النتائج التي يمكن أن تسهم في تحقيق أهداف الدراسة المرجوة.

المعالجة الإحصائية

للقيام بالتحليل الإحصائي بعد إجراء القياس في الدراسة الحالية، أدخلت البيانات في ذاكرة الحاسب الإلكتروني، ثم تم تحليلها بإستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) كما يلي:

- للإجابة عن السؤال الأول استخدمت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد مجموعة الدراسة، على كل فقرة من فقرات أداة الدراسة.
- للإجابة عن السؤال الثاني استخدم الاختبار التائي (t-test)، وتحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) ونيومان كولز (Newman-Keuls).

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً- النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول والذي نصه: ما درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي، في المدارس الحكومية التابعة لمحافظة عجلون؟ حسبت المتوسطات الحسابية،

والانحرافات المعيارية، لكل مجال من مجالات استبانة الضغوط النفسية، وعلى الاستبانة ككل، والجدول (٤) يعرض النتائج.

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستبانة الضغوط النفسية

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الالتزام
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	٣,٦٢	١,٢٤	مرتفعة
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	٣,٦٠	١,٢١	مرتفعة
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	٣,٥٤	١,٣١	مرتفعة
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	٣,٥١	١,٣٣	مرتفعة
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	٣,٣٨	١,٢٢	متوسطة
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	٢,٨١	١,٤٣	متوسطة
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	٢,٧٦	١,٣٦	متوسطة
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	٢,٦٤	١,١٣	متوسطة
الدرجة الكلية	**٣,٢٣**	**١,٣٨**	**متوسطة**

أشارت نتائج التحليل الموضحة في الجدول (٤) إلى أن درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي، جاءت في الرتبة الأولى ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على فقرات هذا المجال (٣,٦٢) بإنحراف معياري (١,٢٤)، أما الضغوط المتعلقة بالمردود المادي للوظيفة فقد احتلت الرتبة الثانية، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على هذا المجال (٣,٦٠) بإنحراف معياري (١,٢١)، في حين جاء مجال ضغوط تتعلق بوضوح الدور في الرتبة الثالثة، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على هذا المجال (٣,٥٤) بإنحراف معياري (١,٣١)، وفي الرتبة الرابعة جاء مجال

الضغوط المتعلقة بالتطور المهني، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على هذا المجال (٣,٥١) بإنحراف معياري (١,٤٣)، أما الضغوط المتعلقة بالدعم الإداري فقد احتلت الرتبة الخامسة، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على هذا المجال (٣,٣٨) بإنحراف معياري (١,٢٢)، وجاء في الرتبة السادسة مجال ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على هذا المجال (٢,٨١) بإنحراف معياري (١,٤٣)، أما ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية، فقد احتلت الرتبة السابعة، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على هذا المجال (٢,٧٦) بإنحراف معياري (١,٣٦)، وجاء في الرتبة الأخيرة الضغوط المتعلقة ببيئة العمل، حيث بلغ متوسط استجابات المرشدين على فقرات هذا المجال (٢,٦٤) بإنحراف معياري (١,١٣). وبشكل عام فإن درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي كانت متوسطة.

ولتعرف درجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي، ضمن كل مجال من مجالات استبانة الضغوط النفسية، حسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ودرجة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي، لكل مجال على حده، وفيما يلي عرض لذلك:

١. ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي:

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
١	أشعر بعدم الراحة في أثناء تأديتي لعملي	١	٣,٧٦	١,٣٣	مرتفعة
٧	أشعر بالضجر لأن ما أوديه لا يتفق ومؤهلاتي العلمية	٢	٣,٧٢	١,٣٦	مرتفعة
٦	أشعر بالضيق لعدم توافر الإمكانات اللازمة لإنجاز عملي	٣	٣,٦٩	١,٣١	مرتفعة
١٠	أعاني من الإجهاد والتعب بسبب كثرة المشاكل التي أساعد على حلها	٤	٣,٦٤	١,٣٤	مرتفعة
٥	أشعر بالإحباط في عملي	٥	٣,٦١	١,٢٣	مرتفعة
٣	أشعر بالضيق والتعب لكثرة الأعباء الملقاة على عاتقي	٦	٣,٥٨	١,٢٩	مرتفعة
٢	أجد صعوبة في التعامل مع أية مشكلة تصادفني أو تعرض أمامي	٧	٣,٥٥	١,٢٤	مرتفعة
٨	أنزعج كثيراً لأن العمل الذي أؤديه يفوق طاقتي	٨	٣,٤٨	١,٣١	متوسطة
٩	أشعر أنني بحاجة إلى مساعدة للقيام بمتطلبات العمل الكثيرة	٩	٣,٤٦	١,٣٢	متوسطة
٤	أشعر بالملل من رتابة العمل وعدم التجديد	١٠	٣,٤٣	١,٢٧	متوسطة
	المجال ككل		**٣,٦٢**	**١,٢٤**	**مرتفعة**

أسفرت نتائج التحليل المبينة في الجدول (٥) عن أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (٣,٤٣-٣,٧٦)، وبانحرافات معيارية ما بين (١,٢٣-١,٣٦)، وبدرجة بين مرتفعة ومتوسطة. حيث جاءت الفقرة (١) ونصها "أشعر بعدم الراحة في أثناء تأديتي لعملي" في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٧٦)، وبانحراف معياري (١,٣٣)، وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٧) ونصها "أشعر بالضجر لأن ما أؤديه لا يتفق ومؤهلاتي العلمية" في الرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٧٢)، وبانحراف معياري (١,٣٦)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٤) والتي نصهاا "أشعر بالملل من رتابة العمل وعدم التجديد" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٣,٤٣)، وبانحراف معياري (١,٢٧)، وبدرجة متوسطة.

٢. ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة:

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٥٥	أشعر بالإحباط من قلة الحوافز والترقيات	١	٣,٧٧	١,٣١	مرتفعة
٥٤	أشعر بالغبن حول قياس مرتبي بالآخرين	٢	٣,٧٣	١,٢٦	مرتفعة
٥٦	أشعر بالممل من عملي كمرشد لأن راتبي لا يغطي متطلبات الحياة المادية	٣	٣,٦٨	١,٣٠	مرتفعة
٥٣	أشعر بعدم مناسبة راتبي مع مؤهلي العلمي	٤	٣,٦٢	١,٢٤	مرتفعة

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٥٧	أترك مهنتي كمرشد إذا أتيح لي راتب أعلى	٥	٣,٥٦	١,٣٢	مرتفعة
٥٢	أتذمر دائماً من قلة راتبي	٦	٣,٤٤	١,٤٨	متوسطة
٥٨	أقوم بعملي الإضافي لسد حاجاتي	٧	٣,٣٨	١,٤٠	متوسطة
	المجال ككل		**٣,٦٠**	**١,٢١**	**مرتفعة**

تكشف دراسة الجدول (٦) عن أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (٣,٣٨-٣,٧٧)، وبانحرافات معيارية ما بين (١,٢٤-١,٤٨)، وبدرجة بين مرتفعة ومتوسطة. حيث جاءت الفقرة (٥٥) التي نصها"أشعر بالإحباط من قلة الحوافز والترقيات" في الرتبة الأولى، بمتوسط حسابي (٣,٧٧)، وبانحراف معياري (١,٣١)، وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٥٤) ونصها "أشعر بالغبن حول قياس مرتبي بالآخرين" في الرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (٣,٧٣)، وبانحراف معياري (١,٢٦)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٥٨) التي نصها "أقوم بالعمل الإضافي لسد حاجاتي" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٣,٣٨)، وبانحراف معياري (١,٤٠)، وبدرجة متوسطة.

٣. ضغوط تتعلق بوضوح الدور:

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بوضوح الدور مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
١٦	أتضايق من تدخل الإدارة في عملي	١	٣,٨٧	١,٤٤	مرتفعة
١٧	أشعر أن مسؤولياتي في العمل غير محددة بوضوح	٢	٣,٦٩	١,٤٢	مرتفعة
١٣	أودي أنشطتي من دون قناعة لإرضاء رئيسي	٣	٣,٥٦	١,٣٩	مرتفعة
١٤	أنجز أعمالاً تفتقر إلى أهداف محددة	٤	٣,٥٣	١,٣٤	مرتفعة
١٥	أقوم بأعمال تفتقر إلى الوضوح	٥	٣,٤٧	١,٢٦	متوسطة
١٢	أقوم بأعمال روتينية يومياً	٦	٣,٣٩	١,٣٣	متوسطة
١١	أقوم بأعمال ليس لها علاقة بمهماتي ومسؤولياتي كمرشد	٧	٣,٢٨	١,١٤	متوسطة
	المجال ككل		**٣,٥٤**	**١,٣١**	**مرتفعة**

خلصت نتائج التحليل الموضحة في الجدول (٧) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (٣,٢٦-٣,٨٧)، وبانحرافات معيارية ما بين (١,١٤-١,٤٤)، وبدرجة بين مرتفعة ومتوسطة. حيث جاءت الفقرة (١٦) ونصها "أتضايق من تدخل الإدارة في عملي" في الرتبة الأولى، بمتوسط حسابي (٣,٨٧)، وبانحراف معياري (١,٤٤)، وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (١٧) التي نصها "أشعر أن مسؤولياتي في العمل غير محددة بوضوح" في الرتبة الثانية، بمتوسط حسابي (٣,٦٩)، وبانحراف معياري (١,٤٢)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (١١) ونصها "أقوم بأعمال ليس لها علاقة بمهماتي ومسؤولياتي كمرشد" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٣,٢٨)، وبانحراف معياري (١,١٤)، وبدرجة متوسطة.

٤. ضغوط تتعلق بالتطور المهني:

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بالتطور المهني مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٢١	أشعر بأن هناك ضغوطاً تمارس علي لتحسين نوعية العمل	١	٣,٧٤	١,٤٢	مرتفعة
٢٦	أشعر أن عملي لا يتيح لي فرصاً لتطوير مهاراتي	٢	٣,٧١	١,٤٣	مرتفعة
٢٠	أعاني من ضعف فرص التدريب لتطوير مهنتي	٣	٣,٦٩	١,٤٠	مرتفعة
١٨	أشعر بأنني لا أتقدم في عملي باستمرار	٤	٣,٦٦	١,٥٤	مرتفعة
٢٢	أعاني من نقصٍ في مهاراتي ومعارفي لأداء عملي	٥	٣,٦٥	١,٣٢	مرتفعة
٢٧	أعجز عن مواكبة كل التطورات الحديثة في عملي	٦	٣,٥٩	١,٣٤	مرتفعة
٢٤	أشعر بضعف الإنجاز والطموح	٧	٣,٥٨	١,٥١	مرتفعة
٢٥	أتضايق من تأخر الترقية	٨	٣,٤٨	١,٥٣	متوسطة
١٩	أتضايق من تأثير ضعف الإمكانات في مهنتي	٩	٣,٤٥	١,٤١	متوسطة
٢٣	أحس بأنني غير قادر على تنفيذ مطالب عملي بكفاءة	١٠	٢,٤٨	١,٣٩	منخفضة
	المجال ككل		**٣,٥١**	**١,٣٣**	**مرتفعة**

يشير الجدول (٨) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (١,٣٢-١,٥٤) وبانحرافات معيارية ما بين (١,٣٢-١,٥٤)، وبدرجة بين مرتفعة ومنخفضة. حيث جاءت الفقرة (٢١) التي نصها "أشعر بأن هناك ضغوطاً تمارس علي لتحسين نوعية العمل" في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٧٤) وبانحراف معياري (١,٤٢)، وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٢٦) ونصها "أشعر أن عملي لا يتيح لي فرصاً لتطوير مهاراتي" في الرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٧١)، وبانحراف معياري (١,٤٣)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٢٣) التي نصها "أحس بأنني غير قادر على تنفيذ مطالب عملي بكفاءة" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٢,٤٨)، وبانحراف معياري (١,٣٩)، وبدرجة منخفضة.

٥. ضغوط تتعلق بالدعم الإداري:

جدول (٩)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بالدعم الإداري مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٣٦	أشكو من عدم تعاون الإدارة لأداء أعمالي	١	٣,٦٨	١,٤٨	مرتفعة
٤٠	أشعر بالإحراج لأن مديري يتوقع مني ما أكثر أكبر من طاقتي	٢	٣,٦٣	١,٣٢	مرتفعة
٣٨	أشعر بأن المدير ليس لديه الكفاءة الإدارية	٣	٣,٥٧	٠,٩٦	مرتفعة
٣٧	أشعر بالضيق من تهديد مديري المباشر بالتقرير السنوي كوسيلة للضغط علي	٤	٣,٤٩	١,٢٣	متوسطة

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٤١	أشعر بالانزعاج لأن مديري ليس عادلاً	٥	٣,٤٢	١,٣٦	متوسطة
٣٩	أجد صعوبة في التفاهم مع مديري في العمل	٦	٢,٤٩	١,٣٥	منخفضة
	المجال ككل		**٣,٣٨**	**١,٢٢**	**متوسطة**

يشير الجدول (٩) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (٢,٤٩-٣,٦٨) وبانحرافات معيارية بين (١,٢١-١,٤٨)، وبدرجة بين مرتفعة ومنخفضة. حيث جاءت الفقرة (٣٦) التي نصها "أشكو من عدم تعاون الإدارة لأداء أعمالي" في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٦٨)، وبانحراف معياري (١,٤٨) وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٤٠) ونصها "أشعر بالإحراج لأن مديري يتوقع مني ما هو أكثر من طاقتي" في الرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٦٣)، وبانحراف معياري (١,٣٢)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٣٩) التي نصها "أجد صعوبة في التفاهم مع مديري في العمل" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٢,٤٩)، وبانحراف معياري (١,٣٥)، وبدرجة منخفضة.

٦. ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع:

جدول (١٠)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٦٢	أتضايق من عدم وعي المجتمع بأهمية العلاج النفسي	١	٣,٦٣	١,٤٢	مرتفعة
٦٣	أتضايق كثيراً من تردد الناس في مراجعتي	٢	٣,٥٨	١,٣٤	مرتفعة
٦٨	أشجع الآخرين على العمل في هذه المهنة	٣	٣,٣٥	١,٤٠	متوسطة
٦٤	أنزعج من عدم تعاون مؤسسات المجتمع المحلي معي	٤	٢,٩٦	٠,٥٤	متوسطة
٦٠	أتضايق كثيراً عندما أجد الأهل لا يقدرون ما أوديه من عمل	٥	٢,٨١	١,٣٢	متوسطة
٥٩	أشعر بالخجل عندما أخبر الآخرين عن مهنتي	٦	٢,٧٣	١,٤٣	متوسطة
٦٥	أشعر بالانزعاج لأن أجهزة الإعلام لم تأخذ دورها في هذا المجال	٧	٢,٥٢	١,٥١	منخفضة
٦٦	أشعر بالتذمر من عدم تقدير الدولة لعملي	٨	٢,٣٤	١,٥٣	منخفضة
٦٧	أشعر بالحيرة لأنني لا أستطيع إقناع الآخرين بحدود عملي	٩	٢,٢٨	١,٤١	منخفضة
٦١	أشعر بالمضايقة من نظرة المجتمع السلبية إلى مهنتي	١٠	١,٨٩	١,٢٤	منخفضة
	المجال ككل		**٢,٨١**	**١,٤٣**	**متوسطة**

يشير الجدول (١٠) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت مابين (١,٨٩-٣,٦٣)، وانحرافات معيارية ما بين (٠,٥٤-١,٥٣)، وبدرجة بين مرتفعة ومنخفضة. حيث جاءت الفقرة (٦٢) التي نصها "أتضايق من عدم وعي المجتمع بأهمية العلاج النفسي" في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٦٣)، وبانحراف معياري (١,٤٢)، وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٦٣) التي نصها "أتضايق كثيراً من تردد الناس في مراجعتي" في الرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٥٨)، وبانحراف معياري (١,٣٤)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٦١) التي نصها "أشعر بالمضايقة من نظرة المجتمع السلبية إلى مهنتي" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي

(١,٨٩)، وبانحراف معياري (١,٢٤)، وبدرجة منخفضة.

٧. ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية:

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٤٤	أشعر بالمضايقة لافتقار أجواء العمل لروح الصداقة والمودة	١	٣,٧٢	١,٢٢	مرتفعة
٤٣	أشعر بالمضايقة لأن الآخرين لا يتفهمون طبيعة عملي	٢	٣,٦٠	٠,٦٣	مرتفعة
٤٢	أنزعج كثيراً لأن علاقات العمل لا تقوم على التعاون	٣	٣,٤٦	١,٣١	متوسطة
٤٥	أشعر بالمضايقة لعدم التعاون بين الزملاء وشدة التنافس بينهم	٤	٢,٩١	١,٢٦	متوسطة
٤٦	أشعر بأن علاقاتي مع زملائي سيئة وتشوبها المشاحنات	٥	٢,٧٨	١,٣٠	متوسطة
٥٠	أنزعج كثيراً من انعدام الثقة بين الزملاء	٦	٢,٤٢	١,٢٤	متوسطة
٥١	أشعر بالانطواء وحب العزلة عن الآخرين	٧	٢,٣٧	١,٣٢	منخفضة
٤٩	أفضل العمل الفردي على العمل الجماعي	٨	٢,٣١	١,٤٨	منخفضة
٤٧	أشعر بأن عملي يؤثر سلباً على حياتي العائلية	٩	٢,٢٣	١,٤٠	منخفضة
٤٨	أشعر بخيبة أمل لعدم تعاون الأهل من أجل أبنائهم	١٠	١,٧٤	١,٣١	منخفضة
	المجال ككل		**٢,٧٦**	**١,٣٦**	**متوسطة**

يشير الجدول (١١) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (١,٧٤–٣,٧٢) وما بين انحرافات معيارية (٠,٦٣–١,٤٨)، وكذلك تراوحت ما بين درجة مرتفعة ومنخفضة. حيث جاءت الفقرة (٤٤) والتي نصها "أشعر بالمضايقة لافتقار أجواء العمل لروح الصداقة والمودة" في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٧٢)، وبانحراف معياري (١,٢٢)، وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٤٣) التي نصها "أشعر بالمضايقة لأن الآخرين لا يتفهمون طبيعة عملي" في الرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٦٠)، وبانحراف معياري (٠,٦٣)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٤٨) التي نصها "أشعر بخيبة أمل لعدم تعاون الأهل من أجل أبنائهم" الرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (١,٧٤)، وبانحراف معياري (١,٣١)، وبدرجة منخفضة.

٨. ضغوط تتعلق ببيئة العمل:

جدول (١٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال ضغوط تتعلق ببيئة العمل مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الضغوط
٣٥	أفتقد الخصوصية في مكان عملي	١	٣,٦٩	١,٢٩	مرتفعة
٢٨	أشعر بعدم الرضا عن مكان عملي	٢	٣,٣٣	١,٤٢	متوسطة
٣٠	أتضايق من أن أثاث مكتبي لا يتناسب ومهنتي	٣	٣,٢٥	١,٢٧	متوسطة
٣٤	أتضايق من انتشار الغبار في مجال عملي	٤	٢,٧٦	١,٥٤	متوسطة

٣١	أشكو من افتقار مكتبي للظروف البيئية المناسبة (الإضاءة، التهوية، ...، إلخ)	٥	٢,٦٣	١,٣٢	متوسطة
٣٣	أتضايق من ارتفاع درجة الحرارة في كان عملي في فصل الصيف	٦	١,٩٢	١,١٦	منخفضة
٣٢	أتضايق من تدني درجة الحرارة في مكان عملي في فصل الصيف	٧	١,٨٨	١,١٤	منخفضة
٢٩	أتضايق من بعد مكان عملي	٨	١,٦٨	١,٠٩	منخفضة
	المجال ككل		**٢,٦٤**	**١,١٣**	**متوسطة**

يشير الجدول (١٢) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (١,٦٨-٣,٦٩)، وانحرافات معيارية ما بين (١,٠٩-١,٥٤)، وبدرجة ما بين مرتفعة ومنخفضة. حيث جاءت الفقرة (٣٥) التي نصها "أفتقد الخصوصية في مكان عملي" في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٦٩)، وبانحراف معياري (١,٢٩) وبدرجة مرتفعة، ثم تلتها الفقرة (٢٨) ونصها "أشعر بعدم الرضا عن مكان عملي" في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٣٣)، وبانحراف معياري (١,٤٢)، وبدرجة مرتفعة، بينما احتلت الفقرة (٢٩) التي نصها "أتضايق من بعد مكان عملي" المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (١,٦٨)، وبانحراف معياري (١,٠٩)، وبدرجة منخفضة.

يفسر الباحثان هذه النتيجة بأن هناك نقصاً في تدريب المرشدين العاملين، في مجال الخدمة النفسية على بعض المهارات الخاصة بتقديم الخدمة النفسية، إضافة إلى وجود تردد وخجل في

الذهاب إلى المرشد للمساعدة، وقلة عدد المرشدين في العمل، مما يزيد من عبء العمل، وهيمنة الروتين، وعدم وجود عدالة في الترقيات بين المرشدين، وزيادة العبء الوظيفي، والخلط بين عمل المرشد النفسي والأخصائي الاجتماعي، وضعف الإمكانات الموجودة من الاختبارات والأدوات المستخدمة في العلاج النفسي، وتفضيل المجتمع للعلاج التقليدي على العلاج النفسي، وعدم إبداء التقدير الواضح للعاملين في هذه المهنة، كما أن أولياء الأمور غالباً لا يتفهمون أهمية عمل المرشدين في مجال الخدمة النفسية. فالمرشدون التربويون مسؤولون في ميدان الإرشاد عن المسترشدين، والعلاقة التي تقوم بينهم هي علاقة موضوعية أساسها الصدق والوضوح، بالإضافة إلى أن مهنة الإرشاد، من المهن النفسية التي تحتاج إلى متخصصين واعين قادرين على تحمل الصعوبات، ومواكبة التطور العلمي، والحصول على المعارف المستجدة بالنسبة للمشكلات التي أظهرتها نتائج التقدم العلمي والتكنولوجي، والتزود بسلاح العلم والمعرفة، ليكون المرشد قادراً على مساعدة المسترشدين وإيجاد أفضل البدائل والحلول للمشكلات التي يمرون بها. وتتشابه نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسات كل من: عبدالقادر (٢٠٠٨)، و رايل (Rayle, 2006)، وكولبرث وآخرون (Culbreth, et al., 2005)، والموسوي (١٩٩٨)، وصافية (١٩٩٨)، و كاساس (Casas, 1980). وتختلف نتيجة الدراسة الحالية عن نتيجة دراسة كوماري وبيكر (Kumary & Baker, 2008)، ودراسة جوردان وآخرون (Jordaan, et al., 2007)، اللتين أظهرتا وجود درجة مرتفعة من الضغوط لدى المرشد النفسي والتربوي.

ثانياً- النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني: هل تختلف درجة الضغوط النفسية باختلاف متغيرات

(الجنس، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن)؟.

الفرضية الأولى: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس.

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام الاختبار التائي للعينات المستقلة (t-test)، للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير الجنس، والجدول (١٣) يوضح نتائج الاختبار التائي.

الجدول (١٣)

نتائج الاختبار التائي لمتوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس

المقياس	الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	ذكر	٢٢	٣,٧١	١,٢٦	٥٩	١,٣٤٩	٠,١٨٢
	أنثى	٣٩	٣,٥٣	١,٢٢			
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	ذكر	٢٢	٣,٦٨	١,٢٣	٥٩	١,٩٤٢	٠,٣٢٧
	أنثى	٣٩	٣,٥٢	١,١٩			
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	ذكر	٢٢	٣,٤٧	١,٢٧	٥٩	٢.١٢١	٠,١٧٢
	أنثى	٣٩	٣,٦١	١,٣٥			
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	ذكر	٢٢	٣,٥٧	١,٣١	٥٩	٢,٥٨٣	٠,٦٠٣
	أنثى	٣٩	٣,٤٤	١,٣٦			
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	ذكر	٢٢	٣,٤٨	١,٢٧	٥٩	١,٣٤٢	٠,٥٧٣
	أنثى	٣٩	٣,٢٨	١,١٧			
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	ذكر	٢٢	٢,٨٦	١,٤٤	٥٩	٤,٠٠٨	٠,٣٠٩
	أنثى	٣٩	٢,٧٦	١,٤٢			
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	ذكر	٢٢	٢,٨٠	١,٣٨	٥٩	٣,١٤٨	٠,٨٢١
	أنثى	٣٩	٢,٧٢	١,٣٣			
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	ذكر	٢٢	٢,٦٧	١,٠٢	٥٩	٠,٦٣٢	٠,٦٦١
	أنثى	٣٩	٢,٦٠	١,٢٣			
الدرجة الكلية	**ذكر**	٢٢	**٣,٢٨**	**١,٤١**	٥٩	**٢,٢١٤**	**٠,٤٧٤**
	أنثى	٣٩	**٣,١٨**	**١,٣٥**			

يلاحظ من الجدول (١٣) أن نتائج الاختبار التائي تشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على المجالات الفرعية، والدرجة الكلية لاستبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس، إذ بلغت قيمة الاختبار التائي (٢,٢١٤)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)، ويعني هذا قبول الفرضية الصفرية مما يدل على أن المرشدين الذكور والمرشدات الإناث، يتساوون في درجة ضغوطهم النفسية، وهذا يعود إلى أن كلا الطرفين من أفراد عينة الدراسة، يتعرض للظروف الوظيفية نفسها، وخصوصاً أنهم يعملون في الوزارة نفسها، وكل ما ينطبق على الذكور من متطلبات وظيفية ينطبق على الإناث، كما أن الرواتب والحوافز المادية، لا تميز بينهما. وتتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة عبدالقادر (٢٠٠٨). وتختلف هذه النتيجة

عن نتيجة دراسة كوماري وبيكر (Kumary & Baker, 2008)، ودراسة كاشوي وتايلور (Cushway & Taylor, 1996)، ودراسة الشايب (١٩٩٤)، التي أظهرت وجود فروق في الضغوط لدى المرشدين النفسيين تبعاً لمتغير الجنس.

الفرضية الثانية: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

لاختبار هذه الفرضية استخدم الاختبار التائي للعينات المستقلة (t-test)، للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير المؤهل العلمي، والجدول (١٤) يوضح نتائج الاختبار التائي.

الجدول (١٤)

نتائج الاختبار التائي لمتوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي

المقياس	المؤهل العلمي	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	بكالوريوس	٤٩	٣,٧٤	١,٢٩	٥٩	٣,٥١٦	٠,٠٣٢
	ماجستير	١٢	٣,٥٠	١,١٨			
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	بكالوريوس	٤٩	٣,٦٥	١,٢٤	٥٩	٢,٣٧٨	٠,٩٨٢
	ماجستير	١٢	٣,٥٥	١,١٧			
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	بكالوريوس	٤٩	٣,٧٤	١,٤١	٥٩	٣,٥٥٦	٠,٠٠٨
	ماجستير	١٢	٣,٣٣	١,٢٣			
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	بكالوريوس	٤٩	٣,٦٤	١,٣٩	٥٩	٢,١٩٣	٠,٠١٧
	ماجستير	١٢	٣,٣٧	١,٢٨			
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	بكالوريوس	٤٩	٣,٤٢	١,٢٣	٥٩	٠,٦٢٨	٠,٨٠٩
	ماجستير	١٢	٣,٣٤	١,٢٠			
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	بكالوريوس	٤٩	٢,٩٠	١,٤٢	٥٩	٢,٧٦٠	٠,٤٤٦
	ماجستير	١٢	٢,٧٢	١,٤٥			
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	بكالوريوس	٤٩	٢,٨٠	١,٤٢	٥٩	١,٢٥٣	٠,٤٧٣
	ماجستير	١٢	٢,٧٣	١,٣١			
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	بكالوريوس	٤٩	٢,٦٩	١,٠٦	٥٩	٣,٨٨٣	٠,١١٦
	ماجستير	١٢	٢,٥٨	١,١٩			
الدرجة الكلية	بكالوريوس	٤٩	**٣,٣٢**	**١,٥١**	٥٩	**٢,٣١٦**	**٠,٠٠٣**
	ماجستير	١٢	**٣,١٤**	**١,٢٥**			

يلاحظ من الجدول (١٤)، أن نتائج الاختبار التائي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على المجالات الفرعية، والدرجة الكلية لاستبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير المؤهل العلمي، ففي مجال الضغوط المتعلقة بالعبء الوظيفي بلغت قيمة الاختبار التائي (٣,٥١٦)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تظهر أن حملة البكالوريوس يعانون من الضغوط بدرجة مرتفعة. أما في مجال الضغوط المتعلقة بوضوح الدور فقد بلغت قيمة الاختبار التائي (٣,٥٥٦)،

وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تبين أن حملة البكالوريوس يعانون من الضغوط بدرجة مرتفعة. أما ما يتعلق بضغوط التطور المهني بلغت قيمة الاختبار التائي (٢,١٩٣)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تدلل على أن حملة البكالوريوس يعانون من الضغوط أكثر من حملة الماجستير، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية. ويفسر الباحثان هذه النتيجة المنطقية، من منطلق أن المؤهل العلمي المرتفع له دور إيجابي في العمل الإرشادي؛ لأن ارتفاع المؤهل العلمي يجعل المرشد أكثر تفاعلاً وتكيفاً مع البيئة المدرسية، وأكثر إدراكاً وتفهماً للمشكلات التي يعاني منها المسترشدون، وأكثر معرفة وإلماماً بالمهارات الإرشادية،

وأكثر قدرة على تناول العلاقات الإرشادية بموضوعية، وأكثر كفاءة في تطبيق الأساليب، والفنيات المهنية لنظريات الإرشاد، كما أن ارتفاع المؤهل المصاحب بتلقي المرشد لدورات في مجال الإرشاد، يكسبه المفاهيم والمعارف العلمية لمجالات الإرشاد المختلفة، ويزوده بالخبرات والمهارات العلمية نظراً لطبيعةونوعية الإعداد العلمي والمهني الذي يتلقاه في هذه الدورات. ولم يجد الباحثان دراسات سابقة، تناولت متغير المؤهل العلمي في الضغوط النفسية.

الفرضية الثالثة: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة.

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، واختبار نيومان–كولز (Newman-Keuls)، للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة، ويكشف الجدول (١٥)، والجدول (١٦) عن نتائج تحليل التباين، ويكشف الجدول (١٧) عن نتائج اختبار نيومان–كولز.

الجدول(١٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

سنوات الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أقل من ١٠ سنوات	٤١	٣,٥٨	١,٣٠
من ١٠ إلى ٢٠ سنة	١٢	٣,٣٦	١,٤٠
أكثر من ٢٠ سنة	٨	٢,٥١	١,٣٤
المجموع	**٦١**	**٣,١٥**	**١,٥٢**

الجدول (١٦)

تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	بين المجموعات	١١,٩٠	٢	٥,٩٥	٥,١٣	٠,٠١٢

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
	داخل المجموعات	٦٦,١٢	٥٨	١,١٦		
	المجموع	٧٨,٠٢	٦٠			
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	بين المجموعات	٧,١٥	٢	٢,٣٥	٢,٦١	٠,١٣٤
	داخل المجموعات	٣١,٤٦	٥٨	٠,٨٤		
	المجموع	٣٨,٦١	٦٠			
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	بين المجموعات	٩,٧٦	٢	٤,٨٨	٤,٣٢	٠,٠١٩
	داخل المجموعات	٦٤,٤١	٥٨	١,١٣		
	المجموع	٧٤,١٧	٦٠			
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	بين المجموعات	١٣,١٧	٢	٣,١٧	٣,٩٣	٠,٠٦٧
	داخل المجموعات	٢٤,٣٨	٥٨	٢,٣٨		
	المجموع	٣٧,٥٥	٦٠			
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	بين المجموعات	١١,٢٤	٢	٥,٦٢	٦,٣٢	٠,٤٣٢
	داخل المجموعات	٥٠,٧٣	٥٨	٠,٨٩		
	المجموع	٦١,٩٧	٦٠			
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	بين المجموعات	٧,٤٥	٢	١,٩٣	٣,٧٠	٠,١١٣
	داخل المجموعات	٢١,٤٦	٥٨	٢,١٤		
	المجموع	٢٨,٨١	٦٠			
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	بين المجموعات	١٥,٠٨	٢	٥,٠٣	١,٤٧	٠,٠٦٢
	داخل المجموعات	٤٣,٢٢	٥٨	١,٥٦		
	المجموع	٢٨,٣٧	٦٠			
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	بين المجموعات	٨,٢٥	٢	١,٠٣	٤,٦١	٠,١٤٢
	داخل المجموعات	٤١,٦٨	٥٨	٠,٩٧		
	المجموع	٢٧,٥٥	٦٠			
الدرجة الكلية	**بين المجموعات**	**١٠,٣٨**	**٢**	**٥,١٤**	**٥,٤٧**	٠,٠٠٨
	داخل المجموعات	**٥٣,٥٨**	**٥٨**	**٠,٩٤**		
	المجموع	**٦٣,٩٦**	٦٠			

الجدول (١٧)

نتائج اختبار نيومان-كولز (Newman-Keuls) لتحديد مصادر الفروقات لمتوسطات استجابات

المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

المقياس	سنوات الخبرة	أقل من ١٠ سنوات	من ١٠ إلى ٢٠ سنة	أكثر من ٢٠ سنة
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,٣٧*	٠,١٦
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,٥٦*
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,٠٧	٠,١٥
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,٠٩
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,٤١*	٠,٢٩*
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,١٣
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,٠٩	٠,١٦
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,٠١
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,١٤	٠,٠٥
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,١٢
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,٠٣	٠,١١
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,٠٦
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,١٨	٠,٠٦
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,١٤
	أكثر من ٢٠ سنة			-
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	أقل من ١٠ سنوات	-	٠,٠٠	٠,١٢
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		-	٠,٠٨
	أكثر من ٢٠ سنة			-
الدرجة الكلية	**أقل من ١٠ سنوات**	**-**	**٠,٤٦***	**٠,٢٧***
	من ١٠ إلى ٢٠ سنة		**-**	**٠,٣٤***
	أكثر من ٢٠ سنة			**-**

يلاحظ من الجدولين (١٦) و(١٧)، أن نتائج التحليل الإحصائي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة، ففي مجال الضغوط المتعلقة بالعبء الوظيفي بلغت قيمة (ف) (٥,١٣) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تظهر أن فئة الخبرة (أقل من ١٠ سنوات) وفئة (من ١٠ إلى ٢٠ سنة) يعانون من ضغوط نفسية أكثر من فئة (أكثر من ٢٠ سنة)، أما ما يتعلق بالضغوط المتعلقة بوضوح الدور فقد بلغت قيمة (ف) (٤,٣٢) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) وهذا يبين أن فئة الخبرة (أقل من ١٠ سنوات) تعاني من

ضغوط نفسية أكثر مقارنة مع الفئتين الأخريين، بينما بلغت قيمة (ف) للدرجة الكلية لاستجابات المرشدين (٥,٤٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \geq$ ٠,٠٥)، مما يشير إلى أن فئة الخبرة (أقل من ١٠ سنوات)، وفئة (من ١٠ إلى ٢٠ سنة) تعانيان من الضغوط النفسية أكثر من فئة (أكثر من ٢٠ سنة)، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية. ويعتقد الباحثان أن حداثة عهد المرشدين بالعمل الإرشادي، وتقديم الخدمات النفسية، وإقبالهم على المهنة، وممارستها فعلياً، أظهر اختلافاً وإحباطاً وصعوبة في التكيف، عكس ما كانا يتوقعان خلال دراستهم النظرية، في حين أن الخبرة التراكمية للمرشدين في مجال الإرشاد أكسبتهم القدرة، على

التعامل مع المشكلات، واختيار الطرق المناسبة لمعالجتها، كما أن الخبرة تؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس وبالآخرين، فتزداد وتقوى علاقة المرشد مع زملائه ومع المسترشدين، ويزداد حبه للعمل وانتماؤه له، إضافة إلى أن الخبرة تؤدي إلى اكتساب مهارات متجددة، وتنمي المهارات المكتسبة، مما يقضي على عوامل القلق، والتردد من الدخول في تجارب جديدة، مما يجعل المرشد أكثر ثقة، وأكثر حماساً وانتماءً، وأكثر خبرةً، فتنخفض درجة الضغوط النفسية.

وتتشابه نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الموسوي (١٩٩٨)، ودراسة كاشوي وتايلور (Cushway & Taylor, 1996)، اللتين أشارتا إلى أن درجة الضغوط النفسية تقل بازدياد عدد سنوات الخبرة. وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة عبدالقادر (٢٠٠٨)، ودراسة رايل (Rayle, 2006)، ودراسة الشايب (١٩٩٤).

الفرضية الرابعة: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في متوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية، تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

لاختبار هذه الفرضية استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، واختبار نيومان–كولز (Newman-Keuls) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، ويكشف الجدول (١٨)، والجدول (١٩) عن نتائج تحليل التباين، كما يكشف الجدول (٢٠) عن نتائج اختبار نيومان . كولز.

الجدول(١٨)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
عازب	١٣	٢,٥١	١,٤٣
متزوج	٤٧	٣,٤٨	١,٣١
مطلق أو أرمل	١	٣,٢٤	١,٤٨
المجموع	**٦١**	**٣,٠٨**	**١,٥٤**

الجدول (١٩)

تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	بين المجموعات	٤,٣٤	٢	١,٣٤	٢,٤٦	٠,٠٩٤
	داخل المجموعات	٢٠,٣	٥٨	٢,٢١		
	المجموع	٢٤,٦٤	٦٠			
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	بين المجموعات	٦,٥٣	٢	٢,٢٢	٤,٦٨	٠,٠١٤
	داخل المجموعات	١٨,٢٩	٥٨	١,٨٦		
	المجموع	٢٤,٨٢	٦٠			
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	بين المجموعات	٧,٢٣	٢	١,٧٤	١,٤٢	٠,١٦٢
	داخل المجموعات	٢٦,٦٣	٥٨	٢,١٨		
	المجموع	٣٣,٨٦	٦٠			
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	بين المجموعات	٥,١٧	٢	٠,٧٣	١,٩٣	٠,٠٦٧
	داخل المجموعات	١٩,٨٣	٥٨	١,٥٥		
	المجموع	٢٥,٠٠	٦٠			
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	بين المجموعات	١٢,٦٩	٢	١,٩٥	٦,٣٢	٠,٠٠٣
	داخل المجموعات	٤٢,٧١	٥٨	٢,٦٤		
	المجموع	٥٥,٤٠	٦٠			
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	بين المجموعات	٨,٤٣	٢	٠,٩٣	٤,٦٣	١,٠٠٤
	داخل المجموعات	٣٣,٢٨	٥٨	١,٣٢		
	المجموع	٤١,٧١	٦٠			
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	بين المجموعات	٤,٨٥	٢	١,٦٥	٣,٠٧	٠,٠٣٢
	داخل المجموعات	٣٣,٩٣	٥٨	٣,٧٥		
	المجموع	٣٨,٧٨	٦٠			
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	بين المجموعات	٢,١٦	٢	٠,٧٣	٥,٦٩	٠,٨٣٤
	داخل المجموعات	٢٢,٣٧	٥٨	٣,١٨		
	المجموع	٢٤,٥٣	٦٠			
الدرجة الكلية	**بين المجموعات**	**١١,١٣**	**٢**	**١,٣٨**	**٢,٨٤**	**٠,٠٢٧**
	داخل المجموعات	**٣٣,٦١**	**٥٨**	**٣,٢١**		
	المجموع	**٤٤,٧٤**	**٦٠**			

الجدول (٢٠)

نتائج اختبار نيومان–كولز (Newman-Keuls) لتحديد مصادر الفروقات لمتوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

المقياس	الحالة الاجتماعية	عازب	متزوج	مطلق أو أرمل
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	عازب	-	٠,٠٤	٠,١٦
	متزوج		-	٠,١٨
	مطلق أو أرمل			-
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	عازب	-	*٠,٤١	*٠,٢٩
	متزوج		-	*٠,٢٣
	مطلق أو أرمل			-
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	عازب	-	٠,٠٧	٠,١٥
	متزوج		-	٠,٠٩
	مطلق أو أرمل			-

المقياس	الحالة الاجتماعية	عازب	متزوج	مطلق أو أرمل
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	عازب	-	٠,٠٧	٠,١٦
	متزوج		-	٠,٠١
	مطلق أو أرمل			-
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	عازب	-	*٠,٤٧	*٠,٣٦
	متزوج		-	٠,١٨
	مطلق أو أرمل			-
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	عازب	-	٠,١٣	٠,٠٦
	متزوج		-	٠,٠٣
	مطلق أو أرمل			-
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	عازب	-	*٠,٣٢	*٠,٤٤
	متزوج		-	*٠,٤٦
	مطلق أو أرمل			-
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	عازب	-	٠,١٤	٠,٠٩
	متزوج		-	٠,١١
	مطلق أو أرمل			-
الدرجة الكلية	**عازب**	**-**	*٠,٣٦	*٠,٢٢
	متزوج		**-**	*٠,٥٨
	مطلق أو أرمل			**-**

يلاحظ من الجدولين (١٩) و(٢٠) أن نتائج التحليل الإحصائي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية في مجال ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة، إذ بلغت قيمة (ف) (٤,٦٨)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تبين أن فئة المتزوج وفئة مطلق أو أرمل تعاني من الضغوط النفسية أكثر من فئة عازب، بينما بلغت قيمة (ف) في مجال الضغوط المتعلقة بالدعم الإداري (٦,٣٢)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) تظهر أن فئة متزوج تعاني من الضغوط النفسية أكثر من بقية الفئات الأخرى، أما فيما يتعلق بضغوط العلاقات الإنسانية بلغت قيمة (ف) (٣,٠٧)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)، وهذا يظهر أن فئة المتزوج وفئة مطلق أو أرمل تعاني من الضغوط النفسية أكثر من فئة عازب، كما بلغت قيمة (ف) للدرجة الكلية

لاستجابات المرشدين (٢,٨٤)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) مما يشير إلى أن فئة المتزوج وفئة مطلق أو أرمل تعاني من الضغوط النفسية أكثر، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية. وهذه النتيجة تشير إلى أن مستوى الضغوط النفسية، تختلف بإختلاف الحالة الاجتماعية، حيث ترتفع لدى فئة المتزوج، وفئة مطلق أو أرمل. وتتشابه نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الشايب (١٩٩٤).

الفرضية الخامسة: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على

استبانة الضغوط النفسية تعزى لمتغير مكان السكن.

لاختبار هذه الفرضية استخدم الاختبار التائي للعينات المستقلة (t-test)، للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين، على استبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير مكان السكن، والجدول (٢١) يوضح نتائج الاختبار التائي.

الجدول (٢١)

نتائج الاختبار التائي لمتوسطات استجابات المرشدين التربويين على استبانة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن

المقياس	الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي	مدينة	٣٧	٣,٦٧	١,٢٠	٥٩	٣,٩٤٢	٠,٢٥٤
	قرية	٢٥	٣,٥٦	١,٢٨			
ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة	مدينة	٣٧	٣,٥٧	١,١٨	٥٩	٢,٧٨٣	٠,٠٦٢
	قرية	٢٥	٣,٦٣	١,٢٣			
ضغوط تتعلق بوضوح الدور	مدينة	٣٧	٣,٥٨	١,٣٣	٥٩	١,٥٨١	٠,٣٠٧
	قرية	٢٥	٣,٥٠	١,٣٠			
ضغوط تتعلق بالتطور المهني	مدينة	٣٧	٣,٦١	١,٣٦	٥٩	٢,٤١٣	٠,٠٨٩
	قرية	٢٥	٣,٤٣	١,٣١			
ضغوط تتعلق بالدعم الإداري	مدينة	٣٧	٣,٤٤	١,٢٣	٥٩	١,١١٣	٠,١١٦
	قرية	٢٥	٣,٣٢	١,٢١			
ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع	مدينة	٣٧	٢,٧٢	١,٤٠	٥٩	١,٣٥٤	٠,١٤٤
	قرية	٢٥	٢,٩٠	١,٤٥			
ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية	مدينة	٣٧	٢,٨٤	١,٣٢	٥٩	٢,٠٣١	٠,٧٠٦
	قرية	٢٥	٢,٦٨	١,٤١			
ضغوط تتعلق ببيئة العمل	مدينة	٣٧	٢,٧٣	١,١٩	٥٩	٣,٩٢٧	٠,٤٠٨
	قرية	٢٥	٢,٥٤	١,٠٧			
الدرجة الكلية	**مدينة**	**٣٧**	**٣,٢٦**	**١,٣٥**	**٥٩**	**٢,٤٤٧**	**٠,٢١٣**
	قرية	**٢٥**	**٣,٢٠**	**١,٣٩**			

يلاحظ من الجدول (٢١) أن نتائج الاختبار التائي، تشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين على المجالات الفرعية، والدرجة الكلية لاستبانة الضغوط النفسية، تبعاً لمتغير مكان السكن، إذ بلغت قيمة الاختبار التائي (٢,٤٤٧)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \geq$ ٠,٠٥)، وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية، مما يدلل على أن المرشدين الذين يسكنون في القرية، وفي المدينة، يتساوون في درجة ضغوطهم النفسية، ويمكن تفسير هذه النتيجة، بعدم وجود فروق في الثقافة المشتركة للمجتمع الأردني، حيث إن المرشدين التربويين سكان المدينة، هم من أصول قروية في معظمهم، كما أن كثيراً من أماكن السكن لكل من القرية والمدينة قد اتسعت رقعتها، ليتداخل بعضها ببعض، حيث يصعب الفصل بينها، إضافة إلى أن دخول وسائل الاتصالات الحديثة، جعلت جميع أبناء الوطن يعيشون تحت

التأثيرات الحضارية نفسها. وتجدر الإشارة إلى أن الباحثين لم يجدا دراسات سابقة لها علاقة بهذه الفرضية.

التوصيات

استناداً إلى ما توصل إليه الباحثان، من نتائج في هذه الدراسة، فإنهما يوصيان بالآتي:

- ضرورة تحديد المهام التي يقوم بها المرشد، وتقليل الأعباء الوظيفية التي تلقى على عاتقه.
- ضرورة توفير الحوافز المعنوية والمادية للمرشدين النفسيين والتربويين.
- توضيح مفهوم الإرشاد، والعملية الإرشادية بين أفراد المجتمع.
- العمل على رفع كفاءة المرشدين النفسيين، بعقد الدورات المختلفة والمتخصصة، في علاج الضغوط النفسية.
- إجراء المزيد من الدراسات على متغيرات أخرى، لها علاقة بالضغوط النفسية، مثل: الوضع الاقتصادي والاجتماعي، وإجراء دراسات لتعرف أثر البرنامج، الذي يخضع له المرشد على أدائه في الإرشاد، وبالتالي على درجة الضغوط النفسية.

المراجع العربية:

سلامة، صافية. (١٩٩٨). **الضغوطات التي تواجه المرشدين التربويين في مدارس الضفة الغربية.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

الشايب، معروف. (١٩٩٤). **الاستراتيجيات التي يستخدمها المرشدون في المدارس الثانوية للتعامل مع الضغوط النفسية لديهم.** رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

عبدالقادر، رسمية. (٢٠٠٨). الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمات النفسية في محافظات شمال فلسطين. **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات**، ١٣، ١٥٥-١٩٧.

القرشي، عبدالفتاح. (١٩٩٣). الضغوط التي تعرض لها الأطفال الكويتيون خلال العدوان العراقي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي. **عالم الفكر**، ٢٢ (١)، ٢٢-٤٨. ناقصة

موسوي، حسن. (١٩٩٨). الضغوط النفسية لدى العاملين في الخدمة النفسية: "دراسة عاملية". **المجلة التربوية**، ٤٧، ٣١-٦٥. بيانات النشر ناقصة

المراجع الأجنبية:

Aitken, C.; & Schloss, J. (1994). Occupational stress and burnout among staff working with people with an intellectual disability. *Behavioral Interv***entions,** 9, 225-234.

Blonna, R. (2000). Coping with Stress in a Changing World, 2nd edition. Boston: McGraw-Hill.

Caplar, G. D. (1981). Mastery of stress: Psychological aspects. *American Journal*, 52 (4), 413-426.

Cassas, Jesus. (1980). Stress and Coping among University Counselors: A Minority Perspective. *Journal of*

Counseling Psychology, 27 (4) 364-372.

Cohen, D. & Williamson, G. (1991). Stress and Infectious disease in humans. *Psychological Bulletin*, 109 (1), 5-24.

Culbreth, John; Scarborough, Janna; banks-Johnson, Angela; & Solomon, Stacey. (2005). Role Stress Among Practicing School Counselors. *Counselor Education & Supervision*, 45 (1), 58-71.

Cushway, Delia; & Tyler, Patrick. (1996). Stress in Clinical Psychologists. **International Journal of Social Psychiatry**, 42 (2), 141-150.

Gold, Y.; & Roth, R. (1994). *Teachers Managing Stress and Preventing Burnout: The Professional Health Solution*, 2nd edition. London: The Famler Press.

House, J. (1987). Research on Work Stress and Health. In J.C. Quick; R.S. Bhagat; J.E. Daltm; & J.D. Quick (Eds). *Work Stress: Health Care Systems in the Work Place*. N.Y.: Prager.

Hucbner, E. & Mills, L. (1994). Burnout in School Psychology: The Contribution of Personality Characteristics and Role Expectation. *Journal Special Services in the School*, 8 (2), 53-67.

Johnson, K. (1989). *Trauma in the Lives of Children: Crisis and Stress Management Techniques for Counsellors, teachers, and Other Professionals*. CA: Hunter Houses Inc.

Jordaan, Ilse; Spangenberg, Judora; Watson, mark; & Fouche, Paul. (2007). Emotional Stress and Coping Strategies in South African Clinical and Counseling Psychologists. *South African Journal of Psychology*, 37 (4), 835-855.

Kumary, Ajvir; & Barker, Martyn. (2008). Stresses Reported by KU Trainee Counselling Psychologists. *Counselling Psychology Quarterly*, 21 (1), 19-28.

Lazarus, R; & Susan, F. (1984). *Psychological Stress and Coping Process*. New York: McGraw Hill.

McBride, C. (1983). *Teachers Stress and Burnout: Contemporary Issues in Special Education*. New York: McGraw Hill.

Rayle, Andera. (2006). Do School Counselors Matter? Mattering as a Moderator Between Job Stress and Job Satisfaction. *Professional School Counseling*, 9 (3), 206-215.

Rice, P. (1999). *Stress and Health*. London: Brooks Cole.

ملحق (١)
استبانة الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي

عزيزي المرشد/ عزيزتي المرشدة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يجري الباحثان دراسة تهدف إلى تقصي "الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي والتربوي". وعليه يرجى قراءة كل عبارة بعناية، ثم وضع إشارة X أمام الخيار الذي يعبر عن رأيك بصراحة، ويمثل أفضل تمثيل لدرجة شعورك بخصوص العبارة، واعلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خطأ، لذا يرجى الإجابة عن هذه الاستبانة بدرجة عالية من الصدق والموضوعية، مع العلم أن هذه المعلومات ستعامل بسرية تامة لأغراض البحث العلمي فقط .

وشكراً لحسن تعاونكم

الباحثان

أولاً- بيانات عامة

الجنس:	( ) ذكر	مكان السكن:	( ) مدينة
	( ) أنثى		( ) قرية
المؤهل العلمي:	( ) بكالوريوس		
	( ) ماجستير		
سنوات الخبرة:	( ) عشر سنوات فأقل		
	( ) من عشر سنوات إلى عشرين سنة		
	( ) عشرين سنة فأكثر		
الحالة الاجتماعية:	( ) عازب		
	( ) متزوج		
	( ) مطلق أو أرمل		

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	غير متاكد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
المجال الأول: ضغوط تتعلق بالعبء الوظيفي						
١	أشعر بعدم الراحة في أثناء تأديتي لعملي					
٢	أجد صعوبة في التعامل مع أية مشكلة تصادفني أو تعرض أمامي					
٣	أشعر بالضيق والتعب لكثرة الأعباء الملقاة على عاتقي					
٤	أشعر بالملل من رتابة العمل وعدم التجديد					
٥	أشعر بالإحباط في عملي					
٦	أشعر بالضيق لعدم توافر الإمكانات اللازمة لإنجاز عملي					
٧	أشعر بالضجر لأن ما أوديه لا يتفق ومؤهلاتي العلمية					
٨	أنزعج كثيراً لأن العمل الذي أوديه يفوق طاقتي					

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	غير متاكد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
٩	أشعر أنني بحاجة إلى مساعدة للقيام بمتطلبات العلم الكثيرة					
١٠	أعاني من الإجهاد والتعب بسبب كثرة المشاكل التي أساعد على حلها					
المجال الثاني: ضغوط تتعلق بوضوح الدور						
١١	أقوم بأعمال ليس لها علاقة بمهامي ومسؤولياتي كمرشد					
١٢	أقوم بأعمال روتينية يومياً					
١٣	أؤدي أنشطتي دون قناعة لإرضاء رئيسي					
١٤	أنجز أعمالاً تفتقر إلى أهداف محددة					
١٥	أقوم بأعمال تفتقر إلى الوضوح					
١٦	أتضايق من تدخل الإدارة في عملي					
١٧	أشعر أن مسؤولياتي في العمل غير محددة بوضوح					
المجال الثالث: ضغوط تتعلق بالتطور المهني						
١٨	أشعر بأنني لا أتقدم في عملي بإستمرار					
١٩	أتضايق من تأثير ضعف الإمكانات في مهنتي					
٢٠	أعاني من ضعف فرص التدريب لتطوير مهنتي					
٢١	أشعر بأن هناك ضغوطاً تمارس علي لتحسين نوعية العمل					
٢٢	أعاني من نقصٍ في مهاراتي ومعارفي لأداء عملي					
٢٣	أحس بأنني غير قادر على تنفيذ مطالب عملي بكفاءة					
٢٤	أشعر بضعف الإنجاز والطموح					
٢٥	أتضايق من تأخر الترقية					
٢٦	اشعر أن عملي لا يتيح لي فرصاً لتطوير مهاراتي					
٢٧	أعجز عن مواكبة كل التطورات الحديثة في عملي					
المجال الرابع: ضغوط تتعلق ببيئة العمل						
٢٨	أشعر بعدم الرضا عن مكان عملي					
٢٩	أتضايق من بعد مكان عملي					
٣٠	أتضايق من أن أثاث مكتبي لا يتناسب ومهنتي					
٣١	أشكو من افتقار مكتبي للظروف البيئة المناسبة (الإضاءة، التهوية،..،إلخ)					
٣٢	أتضايق من ارتفاع درجة الحرارة في مكان عملي في فصل الصيف					
٣٣	أتضايق من تدني درجة الحرارة في مكان عملي في فصل الشتاء					
٣٤	أتضايق من انتشار الغبار في مجال عملي					
٣٥	افتقد الخصوصية في عملي					
المجال الخامس: ضغوط تتعلق بالدعم الإداري						
٣٦	أشكو من عدم تعاون الإدارة معي في أداء أعمالي					
٣٧	أشعر بالضيق من تهديد مديري المباشر بالتقارير السنوية كوسيلة للضغط علي					
٣٨	اشعر بأن المدير ليس لديه الكفاءة الإدارية					
٣٩	أجد صعوبة في التفاهم مع مديري في العمل					
٤٠	أشعر بالإحراج لأن مديري يتوقع مني ما هو أكثر من طاقتي					
٤١	أشعر بالانزعاج لأن مديري ليس عادلاً					

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	غير متاكد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
المجال السادس: ضغوط تتعلق بالعلاقات الإنسانية						
٤٢	أنزعج كثيراً لأن علاقات العمل لا تقوم على التعاون					
٤٣	أشعر بالمضايقة لأن الآخرين لا يتفهمون طبيعة عملي					
٤٤	أشعر بالمضايقة لافتقار أجواء العمل لروح الصداقة والمودة					
٤٥	أشعر بالمضايقة لعدم التعاون بين الزملاء وشدة التنافس بينهم					
٤٦	أشعر بأن علاقاتي مع زملائي سيئة وتشوبها المشاحنات					
٤٧	أشعر بأن عملي يؤثر سلباً على حياتي العائلية					
٤٨	أشعر بخيبة أمل لعدم تعاون الأهل من أجل أبنائهم					
٤٩	أفضل العمل الفردي على العمل الجماعي					
٥٠	أنزعج كثيراً من انعدام الثقة بين الزملاء					
٥١	أشعر بالانطواء وحب العزلة عن الآخرين					
المجال السابع: ضغوط تتعلق بالمردود المادي للوظيفة						
٥٢	أتذمر دائماً من قلة مرتبي					
٥٣	أشعر بعدم مناسبة راتبي مع مؤهلي العلمي					
٥٤	اشعر بالغبن حول قياس مرتبي بالآخرين					
٥٥	أشعر بالإحباط من قلة الحوافز والترقيات					
٥٦	أشعر بالملل من عملي كمرشد لأن راتبي لا يغطي متطلبات الحياة المادية					
٥٧	أترك مهنتي كمرشد إذا أتيح لي راتب أعلى					
٥٨	أقوم بالعمل الإضافي لسد حاجاتي					
المجال الثامن: ضغوط تتعلق بقيمة المهنة في المجتمع						
٥٩	أشعر بالخجل عندما أخبر الآخرين عن مهنتي					
٦٠	أتضايق كثيراً عندما أجد أن الأهل لا يقدرون ما أوديه من عمل					
٦١	اشعر بالمضايقة من نظرة المجتمع السلبية إلى مهنتي					
٦٢	أتضايق من عدم وعي المجتمع بأهمية العلاج النفسي					
٦٣	أتضايق كثيراً من تردد الناس في مراجعتي					
٦٤	أنزعج من عدم تعاون مؤسسات المجتمع المحلي معي					
٦٥	أشعر بالانزعاج لأن أجهزة الإعلام لم تأخذ دورها في هذا المجال					
٦٦	أشعر بالتذمر من عدم تقدير الدولة لعملي					
٦٧	أشعر بالحيرة لأنني لا أستطيع إقناع الآخرين بحدود عملي					
٦٨	أشجع الآخرين على العمل في هذه المهنة					