ضغوط العمل وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي
–دراسة ميدانية بدائرة تقرت -

الهاشمي لقوقي*
جامعة التكوين المتواصل ورقلة (الجزائر)

Work stress and its relationship to the self-efficacy of primary education teachers
A field study in Touggourt –

Elhachemi Legougui*
University of Continuous Formation Ouargla Algeria
legougui.elhachemi@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2020/01/29؛ تاريخ القبول: 2020/08/02؛ تاريخ النشر: 2023/08/31

ملخص: تهدف الدراسة إلى اختبار العلاقة بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية عند أساتذة التعليم الابتدائي بابتدائيات دائرة تقرت. تكونت عينة الدراسة من (98) أستاذاً وأستاذة، كما أستخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس ضغوط العمل لـ عسكر وآخرون (1986)، ومقياس الكفاءة الذاتية من تصميمه. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي، وللمعالجة الإحصائية تم استخدام الأساليب التالية: معامل بيرسون، اختبار "ت"، والانحدار المتعدد. توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة، كما توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في ضغوط العمل.

وتبين أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في الكفاءة الذاتية تبعاً لسنوات الأقدمية، وتبين أنه هناك ثلاثة أبعاد تنبأت بالكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي، وهي سلوك التلميذ وعلاقة المعلم بالإدارة وتقدير مهنة التدريس، فيما كانت الأبعاد الأخرى غير قادرة على التنبؤ بالكفاءة الذاتية.

الكلمات المفتاحية : ضغوط العمل ، الكفاءة الذاتية، أستاذ التعليم الابتدائي.

Abstract: The study aims to test the relationship between work stress and self-efficacy among primary education teachers in the primary schools of Touggourt.

The sample of the study consisted of (98) teachers, and the researcher used the following tools: a work stress scale for Askar and others (1986), and a self-efficacy scale designed by the researcher.

This current study has applied an descriptive method, For statistical treatment the following methods were used: Pearson coefficient, 'T' test, and multiple regression.

The results of the study concluded that there was a statistically significant inverse correlation between work stress and self-efficacy among the sample individuals, and that there were no statistically significant differences between the sexes in the work stress, and that there were no statistically significant differences in self-efficacy according to the years of work, It turned out that there are three dimensions that predicted the self-efficacy of a primary education teachers, namely the student's behavior, the teacher's relationship with management, and the estimation of the teaching profession, while the other dimensions were unable to predict self-efficacy.

Keywords. work stress, self-efficacy, primary education teachers.

*corresponding author

مقدمة

بعد القيام ببحث استكشافي على عينة من أساتذة التعليم الابتدائي بولاية ورقلة، وكان الهدف من هذا البحث هو استخلاص المتغيرات التي ترتبط وتؤثر في كفاءتهم الذاتية، وخلص البحث إلى المتغيرات التالية: الحرارة والإضاءة والضوضاء، البيئة المدرسية والاتجاه نحو مهنة التدريس والضغوط المهنية. إلا أن تطبيق دراسة تشمل هذه المتغيرات كلها أمر مكلف جداً، لهذا تم الاستغناء عن بعض المتغيرات وهي الضوضاء والضغوط المهنية، والإبقاء على المتغيرات الأخرى، وقد تناولها الباحث في رسالة الدكتوراه الموسومة بـ: علاقة العوامل الفيزيقية والعوامل التنظيمية بالكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي بولاية ورقلة. وتكملة لهذه الدراسة أرتأينا أن نقوم بدراسة العلاقة بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي.

إن ازدياد متطلبات المؤسسات للحصول على نتائج أفضل للعمل أدى إلى زيادة الضغط النفسي والذي يؤثر على الرضا الوظيفي والأداء العام في العمل، ونتيجة ذلك أصبح العصر الحديث يسمى عصر القلق والضغط النفسي، فالضغط النفسي وضع يجبر الفرد على الانحراف عن الأداء الطبيعي بسبب التغير في حالته النفسية، بحيث يكون مضطراً إلى الانحراف عن الأداء العادي (الفاخوري، 2018، 2). تصنف مهنة التدريس ضمن المهن الضاغطة، فقد أشارت كثير من الدراسات منها الخرابشة وعربيات (2005)، خلفيات والزغلول (2003) وغيرها إلى أن المدرسين يتعرضون أكثر من غيرهم للضغوط النفسية بسبب ما تتسم به هذه المهنة من ضغط بالعمل وتحمل المسؤوليات وكثرة المطالب المتعارضة واستمرارية التعرض للمواقف المتباينة (أبو علي، 2015، 3).

ومن ناحية أخرى، وبصرف النظر عن ضغوط العمل، تعد الكفاءة الذاتية متغيراً مهماً وحيوياً بالنسبة للأستاذ والمتعلم، فهي تؤثر في كفاءة الأستاذ وسلوكياته التدريسية، وترتبط أيضاً بنواتج تعلم التلاميذ. إن الكفاءة الذاتية للأستاذ ترتبط ارتباطاً قوياً بالكثير من النواتج التعليمية المتصلة بالأستاذ مثل المثابرة، والإصرار، والحماس، والسلوك التدريسي، والارتباط النفسي بالمهنة، كما ترتبط أيضاً بالنواتج التعليمية للتلميذ مثل التحصيل والدافعية، والكفاءة الذاتية (غانم، 2005، 122). وتعد الكفاءة الذاتية نظام معقد من عواطف الأساتذة واتجاهاتهم واعتقاداتهم تؤدي إلى تكوين اتجاهات إيجابية لديهم نحو العملية التعليمية ونتاجات تعلم طلبتهم. وتشير الكفاءة الذاتية إلى أحكام الأستاذ حول مقدرته على تنظيم المخططات التعليمية للحصول على النتاجات المطلوبة من تعليم الطلبة، حتى أولئك الطلبة الذين يوسمون بأنهم صعبي المراس (الخلايلة، 2011، 3).

وتؤثر الكفاءة الذاتية للأستاذ في سلوكه التعليمي؛ فالأستاذ الذي يمتلك كفاءة ذاتية عالية يكون أداؤه أفضل، حيث تكون لديه رغبة كبيرة في التعليم، ويبذل جهداً لإثارة دافعية طلبته، ويكون أكثر سعادة، ويمتلك درجة عالية من الثقة بنفسه. أما الأستاذ الذي يمتلك كفاءة ذاتية منخفضة فرغبته في التعليم قليلة، ولا يسعى لتحقيق الأهداف، ولديه مناحٍ تسلطية في التعليم، ولا يثق بقدراته التعليمية، وغير مثابر في مواجهة الظروف الصعبة، ويعزو الفشل للحظ. وقد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت ضغوط العمل والكفاءة الذاتية، ومن هذه الدراسات دراسة إبراهيم (2005) التي هدفت إلى بحث علاقة الكفاءة المهنية لدى المعلمين بكل من الكفاءة الذاتية العامة، والضغوط النفسية المرتبطة بمهنة التعليم، والمعتقدات التربوية لدى المعلمين. وتكونت عينة الدراسة من 200 معلم، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الكفاءة الذاتية المهنية والضغط النفسي المهني.

وفي دراسة شفارتسر وشميز(Schfarster& Schmitz, 2004) التي هدفت إلى دراسة تفاعل الكفاءة الذاتية والضغوط المهنية والاحتراق النفسي للمعلم (دراسة طولية خلال عامين)، وتم تطبيق الدراسة على عينة قوامها 300 معلم في برلين ألمانيا، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الكفاءة الذاتية للمعلم وبعد تبلد الشعور الشخصي

كأحد أبعاد الاحتراق النفسي، وأن الكفاءة الذاتية متنبأ هام بتطور الاحتراق النفسي للمعلم بمرور الوقت، وأن المعلمين ذوي الكفاءة الذاتية العالية واجهوا ضغوطا مهنية أقل في السنة الثانية مما جعلهم أكثر مواجهة للاحتراق النفسي.

ودراسة فايزي وفلاح (Vaezi & Fallah, 2011) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والضغط بين 108 من معلمي اللغة الانجليزية في إيران، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الكفاءة الذاتية والضغط، كما وجد أن أبعاد الكفاءة الذاتية (الكفاءة الصفية والكفاءة التنظيمية) يمكن أن تتنبأ بالضغط بين معلمي اللغة الإنجليزية.

ودراسة أبوعلي (2015) والتي هدفت إلى التعرف على الضغوط المهنية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، وقامت الباحثة باختيار عينة قوامها 367 معلم ومعلمة، وأشارت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية بالكفاءة الذاتية المدركة.

ودراسة الشوا (2016) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالضغوط النفسية التي يعانيها أفراد المؤسسة الأمنية الفلسطينية، وأجريت الدراسة على عينة قوامها 288 ضابطاً من جهازي الأمن الوطني والشرطة الفلسطينية. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الكفاءة الذاتية لدى أفراد عينة الدراسة كانت بدرجة منخفضة، وأن مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد عينة الدراسة كان بدرجة مرتفعة، كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائياً بين الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية.

وفي دراسة مهديزاد، ديهيمفار وكاهوي (Mahdizadeh, Daihimfar & Kahouei, 2016) التي أجريت لتحديد العلاقة بين الكفاءة الذاتية والضغط الوظيفي بين الممرضات، وطبقت هذه الدراسة على طاقم التمريض في المستشفيات التابعة لجامعة سمنان للعلوم الطبية في إيران في 2015-2016. توصلت النتائج إلى وجود علاقات سلبية أبعاد ضغط العمل (الحمل الزائد للدور، قصور الدور،غموض الدور، حدود الدور، والمسؤولية) مع الكفاءة الذاتية، كما توصلت إلى أن ضغط العمل يؤثر على الكفاءة الذاتية لدى الممرضات.

ودراسة نصيف (2017) التي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى اساتذة الجامعة، وتم تطبيق الدراسة على عينة من تدريسي الجامعة، بلغت 119 تدريسياً، وبواقع (50) تدريسياً و(69) تدريسية، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي وتوقعات الكفاءة الذاتية.

دراسة الفاخوري (2018) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين درجة الضغوط النفسية ودرجة الكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي الطلبة المكفوفين، وتم تطبيقها على (56) معلماً ومعلمة (2 ذكور و54 إناث). وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية غير دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية المدركة لدى المعلمين.

ونظراً للمهام والأدوار المتعددة التي تقع على عاتق الأستاذ وتنوع واجباته الأسرية، هذا يجعله يتعرض إلى متاعب وعراقيل ذاتية وتنظيمية واجتماعية، ينتج عنها ضغوط تؤثر على أدائه وفاعليته. كما أن مهنة التعليم تعتبر من المهن التي يتعرض فيها الأساتذة لضغوط عديدة، نتيجة لما يقوم به الأستاذ من مهام مختلفة نتيجة تعامله مع المدير والتلاميذ وأولياء الأمور. ومن خلال ما تم ذكره، تبلورت مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن السؤال الآتي: **ما العلاقة بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ؟**

1.1. فرضيات الدراسة:

بناء على ما سبق مراجعته من نتائج الدراسات السابقة، نصوغ الفرضيات التالية:

1. توجد علاقة سلبية بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الإبتدائي.
2. توجد فروق بين الجنسين في ضغوط العمل لدى أساتذة التعليم الإبتدائي.

3. توجد فروق في الكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى إلى سنوات الأقدمية.
4. تساهم أبعاد ضغوط العمل في التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

2.1.أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى الآتي:

1. التعرف على العلاقة بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
2. التعرف على الفروق بين الجنسين في ضغوط العمل لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
3. التعرف على الفروق في الكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الابتدائي تبعاً لمتغير سنوات الأقدمية.
4. التعرف على مساهمة ضغوط العمل في التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

3.1.أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من أهمية الكفاءة الذاتية، والتي تعتبر العمود الفقري للمدرسة حيث تقدم إضافة كبيرة للأستاذ. وبشكل عام تتمثل أهمية الدراسة الحالية في جانبين هما:

- يتوقع أن تضيف الدراسة الحالية إضافة إلى الأدب النظري الخاص بالكفاءة الذاتية للأستاذ.
- تتمثل الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في إسهام نتائجها في معرفة مجموعة العوامل التي تؤثر في الكفاءة الذاتية للأستاذ، كما نتوقع أن يستفيد أصحاب القرار والباحثون من نتائج الدراسة الحالية.

4.1. التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

ضغوط العمل: هي مجموعة من الاحداث الخارجية الصادرة من البيئة التي يعمل بها الأستاذ، والتي تنعكس على سلوكه بالتكيف أو الانسحاب. وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الأستاذ على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية، وتكون هذه الدرجة إما مرتفعة (140) أو متوسطة (84) أو منخفضة (28).

الكفاءة الذاتية: هي ثقة الأستاذ بأنه قادر على إنجاز مهامه المعرفية والسلوكية والاجتماعية بنجاح في جميع المواقف، وتعرف إجرائياً تبعاً للدرجة التي يحصل عليها الأستاذ بأسلوب التقدير الذاتي على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية، وتكون هذه الدرجة إما عالية (48) أو متوسطة (32) أو ضعيفة (16).

5.1. حدود الدراسة:

- ✓ الحدود الزمانية: الفصل الأول من السنة الدراسية 2020/2019.
- ✓ الحدود المكانية: بعض ابتدائيات دائرة تقرت .
- ✓ الحدود البشرية: تكونت العينة من (98) أستاذ وأستاذة للتعليم الابتدائي.

2. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.2. منهج الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية إيجاد العلاقات الارتباطية والسببية بين متغيرات الدراسة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي.

2.2. مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع أساتذة التعليم الابتدائي العاملين في جميع المقاطعات لدائرة تقرت. تم اختيار عينة الدراسة من جميع مقاطعات التعليم الابتدائي على مستوى دائرة تقرت، بالطريقة العرضية، حيث بلغت عينة الدراسة (98) أستاذاً وأستاذة من أربعة عشرة ابتدائية من دائرة تقرت.

جدول رقم (01) توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس وسنوات الأقدمية

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	ذكر	36	%36.73
	أنثى	62	%63.26
سنوات الأقدمية	أقل من 5سنوات	32	%32.65
	من 5 سنوات إلى 10 سنوات	39	%39.79
	أكثر من 10 سنوات	27	%27.55
المجموع		98	%100

3.2. أدوات الدراسة:

تم الاعتماد على مقياسين لجمع البيانات في هذه الدراسة، وهما:

أولاً: مقياس ضغوط العمل:

وقد تم قياس متغير ضغوط العمل باستخدام مقياس عسكر وآخرون(1986)، ويتضمن المقياس سبعة أبعاد للضغوط هي: سلوك التلاميذ (1-8-15-22) وعلاقة المعلمين ببعضهم البعض (2-9- 16-23) وعلاقة المعلم بالإدارة (3-10-17-24) وعلاقة المعلم بالمشرف التربوي (4-11-18-25) وتقدير مهنة التدريس (5-12-19-26) والصراعات الذاتية (6-13-20-27) والأعراض النفسجسمية للضغوط (7-14-21-28). وقد اشتمل كل مجال على عبارات أربع للتعرف على ما يتعرض له المعلم من ضغوط في كل جانب، وبالتالي تكون مجموع بنود المقياس 28 بندا، ويتم الإجابة على عبارات المقياس باختيار المبحوث لإحدى الإجابات المناسبة على مقياس ليكرت الخماسي، الذي يبدأ من 1 إلى 5 حيث يعني كل رقم الآتي: 1=غير موافق بشدة، 2=غير موافق، 3=لا أدري، 4=موافق، 5=موافق بشدة.

ثانياً: مقياس الكفاءة الذاتية:

لتحقيق أهداف الدراسة تم تصميم مقياس الكفاءة الذاتية للأستاذ، وذلك بعد الاطلاع على الدراسات والمقاييس التي تناولت الكفاءة الذاتية مثل: مقياس الكفاءة الذاتية لـ العدل (2001)، ومقياس الكفاءة الذاتية لـ العتيبي (2008)، ومقياس الفاعلية الذاتية لـ الخلايلة (2011)، كما تم الاطلاع على نظرية التعلم المعرفي الاجتماعي لبندورا. تكون المقياس من 16 بند موزعين على ثلاثة أبعاد هي: كفاءة تفعيل التلاميذ ويضم خمسة بنود (4، 6، 7، 12، 14)، وكفاءة استخدام استراتيجيات التدريس ويضم ستة بنود (1، 2، 8، 9، 10)، وكفاءة الأستاذ في إدارة الصف ويضم خمسة بنود (3، 5، 11، 13، 15). وتكون الإجابة على المقياس وفقا سلم مكون من ثلاثة بدائل هي: دائماً، أحيانا، ابداً، وتقابلها الدرجات: 3، 2، 1 على التوالي.

4.2. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

تم التحقق من صدق أدوات الدراسة باستخدام الصدق الظاهري بعرضها على (05) محكمين من الأساتذة الجامعيين تخصص علم النفس وعلوم التربية من جامعة قاصدي مرباح ورقلة، حيث طلب منهم إبداء آرائهم في وضوح لغة البنود، ومدى انتماء كل بند للبعد الذي يندرج تحته، وبناءً على ملاحظات الأساتذة، تم تعديل في صياغة بعض البنود.

كما تم حساب الارتباط الداخلي بين أبعاد كل مقياس والدرجة الكلية للمقياس، والذي يعتبر كمؤشر على صدق البناء، وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، منا هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (02) معاملات الارتباط بين أبعاد كل مقياس والدرجة الكلية

المقاييس	الأبعاد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
ضغوط العمل	سلوك التلاميذ	0.565
	علاقة المعلمين ببعضهم البعض	0.667
	علاقة المعلم بالإدارة	0.685
	علاقة المعلم بالمشرف التربوي	0.718
	تقدير مهنة التدريس	0.594
	الصراعات الذاتية	0.604
	الأعراض النفسجسمية للضغوط	0.646
الكفاءة الذاتية	كفاءة تفعيل التلاميذ	0.612
	كفاءة استخدام استراتيجيات التدريس	0.734
	كفاءة إدارة الصف	0.837

ومن خلال النتائج المبينة يتبين أن كل معاملات الارتباط المستخرجة بين أبعاد مقياس ضغوط العمل والدرجة الكلية دالة وموجبة، كما أن معاملات الارتباط المستخرجة بين أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية كانت دالة، وهو ما يؤكد صدق المقياسين.

أما في ما يخص الثبات، فقد تم حساب معاملات ثبات المقاييس المستخدمة في الدراسة باستخدام التجزئة النصفية وكانت النتائج كما يلي:

جدول رقم (03) نتائج معاملات التجزئة النصفية لأدوات الدراسة

المقاييس	المقاييس الجزئية	معامل التجزئة النصفية
ضغوط العمل	سلوك التلاميذ	0.801
	علاقة المعلمين ببعضهم البعض	0.787
	علاقة المعلم بالإدارة	0.747
	علاقة المعلم بالمشرف التربوي	0.763
	تقدير مهنة التدريس	0.691
	الصراعات الذاتية	0.741
	الأعراض النفسجسمية للضغوط	0.795
	الأداة ككل	0.686
الكفاءة الذاتية	كفاءة تفعيل التلاميذ	0.752
	كفاءة استخدام استراتيجيات التدريس	0.778
	كفاءة إدارة الصف	0.837
	الأداة ككل	0.803

وتم حساب ثبات درجات المقياسين بمعامل ألفا الطبقي Stratified Alpha، وفيما يلي معادلته:

$$\alpha_s = 1 - \frac{\Sigma(1-\alpha_k)\mathrm{VAR}\,(X_k)}{\mathrm{VAR(X)}}\,,$$

حيث $\sum$ تدل على الجمع، وα_k قيمة ألفا لكل بعد، و $VAR\ (X_k)$ تباين كل بعد، و$VAR(X)$ التباين الكلي للمقياس (Dimitrov, 2012, 36). وبلغ معامل ثبات درجات مقياس ضغوط العمل بمعامل ألفا الطبقي (0.82)، كما بلغ ثبات درجات مقياس الكفاءة الذاتية (0.85). وبناءاً عليه يمكننا القول أن المقياسين يمتلكان مؤشرات صدق وثبات عالية.

5.2. الأساليب الإحصائية:

في الدراسة الحالية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، واختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وتحليل التباين الأحادي، وتحليل الانحدار المتعدد.

3. النتائج ومناقشتها:

1.3. عرض نتيجة الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى على أنه " توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى الأساتذة "، لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (04) قيمة معامل الارتباط بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية

المتغيرات	قيمة "ر"	مستوى الدلالة
ضغوط العمل والكفاءة الذاتية	-0.348	0.000

يتبين من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين بلغت (0.348-) بمستوى دلالة (0.000) وهو أقل من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة.

2.3. تفسير نتيجة الفرضية الأولى:

تبين من النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة، أي أن الزيادة في ضغوط العمل يصاحبها انخفاض في الكفاءة الذاتية، كما أن انخفاض ضغوط العمل يصاحبه زيادة في الكفاءة الذاتية، وكما هو معلوم أن ضغوط العمل لها نتائج سلبية على مهنة التدريس والتي تتميز بخصائص مهمة مثل العلاقات الإنسانية والتفاعل الاجتماعي بين الأساتذة وبين الأستاذ والتلميذ وبين الأستاذ والمفتش، هذه العلاقات التي يمكن أن تشوبها بعض المحبطات والمشاكل التي تؤثر على إدراك الأستاذ لكفاءته الذاتية. كما أن تقدير واعتراف الأشخاص (الزملاء والمفتش والمدير والتلاميذ وأولياؤهم) بمكانة ومجهود الأستاذ، يمكن أن يضعف شعوره بكفاءته الذاتية.

كما أن انخفاض الكفاءة الذاتية لدى الأستاذ تجعله أكثر عرضة للضغوط النفسية، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة إبراهيم (2005) والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الكفاءة الذاتية المهنية والضغط النفسي المهني لدى المعلمين، و أتفقت أيضا مع نتائج دراسة نصيف (2017) والتي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي وتوقعات الكفاءة الذاتية لدى أساتذة الجامعة.

3.3. عرض نتيجة الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في ضغوط العمل لدى الأساتذة". لاختبار الفرضية تم استخدام اختبار"ت" لعنيتين مستقلتين، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (05) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين على مقياس ضغوط العمل

المؤشر الإحصائي / القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الذكور	36	42.60	3.79	-1.349	96	0.18
الإناث	62	43.63	3.72			

من الجدول اعلاه يتضح أن المتوسط الحسابي للذكور على مقياس ضغوط العمل بلغ (42.60) وهو أقل من المتوسط الحسابي للإناث البالغ (43.63)، كما أن قيمة "ت" بلغت (1.346-) بمستوى دلالة قدره (0.18) وهو أكبر من (0.05) مما يدل عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في ضغوط العمل لدى الأساتذة.

4.3. تفسير نتيجة الفرضية الثانية:

تبين من النتائج عدم توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في ضغوط العمل لدى الأساتذة، وهذا راجع حسب اعتقادنا أن كلا الجنسين يتعرضون لنفس الضغوط النفسية ومسبباتها، لكونهم يعملون في نفس المحيط ونفس الحوافز والرواتب، كل هذا شكل بيئة مشتركة للعمل. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نصيف (2017) والتي أشارت إلى عدم وجود أثرا ذا دلالة إحصائية لمتغير الجنس في الاحتراق النفسي. وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أبو علي (2015) والتي بينت أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

5.3. عرض نتيجة الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً في الكفاءة الذاتية لدى الأساتذة تعزى إلى سنوات الأقدمية"، لاختبار الفرضية تم استخدام تحليل التباين الأحادي، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (06) نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في الكفاءة الذاتية تبعاً لسنوات الأقدمية

المؤشر الإحصائي / القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الكفاءة الذاتية	بين المجموعات	15.792	3	5.264	0.477	0.321
	خلال المجموعات	1036.340	94	11.025		
	المجموع	1052.133	97			

يشير الجدول إلى أن قيمة "ف" بلغت (0.477) بمستوى دلالة قدره (0.321) ومنه يتبين أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في الكفاءة الذاتية لدى الأساتذة تعزى إلى سنوات الأقدمية.

6.3. تفسير نتيجة الفرضية الثالثة:

تبين من النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في الكفاءة الذاتية لدى الأساتذة تعزى إلى سنوات الأقدمية، وبما أن الكفاءة الذاتية تعبر عن ثقة الفرد في إمكاناته وقدراته وبالتالي لا تتأثر بمرور سنوات العمل، لأن التكوين أثناء الخدمة

وتوجيهات المفتش ونصائح الزملاء تعمل على تقوية ثقته بنفسه وبقدراته، مما تصهر العراقيل والصعاب التي تصادفه بغض النظر عن سنوات الأقدمية. وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة أبو علي (2015) والتي بينت أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الكفاءة الذاتية المدركة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، كما تتفق مع نتيجة دراسة الفاخوري (2018) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة الكفاءة الذاتية تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

7.3. عرض نتيجة الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أنه " تساهم أبعاد ضغوط العمل في التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى أفراد عينة الدراسة "، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد، وكانت النتائج:

جدول رقم (07) تحليل الانحدار المتعدد لتأثير أبعاد ضغوط العمل على الكفاءة الذاتية

أسلوب إدخال المتنبئات	ر	$ر^2$	قيمة الثابت	إحصائيات التغير	
				ف	الدلالة الإحصائية
Enter	-0.348	0.121	27.891	22.756	0.000

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بلغت (0.348-)، وبلغت قيمة ر2 (0.121) وهذا يدل على أن أبعاد ضغوط العمل لها نسبة تفسير لمستوى الكفاءة الذاتية بلغت (12 %)، كما أن قيمة (ف) بلغت (22.756) بمستوى دلالة إحصائية (0.000)، مما يدل على وجود تأثير دال إحصائياً لأبعاد ضغوط العمل على الكفاءة الذاتية للأستاذ.

جدول رقم (08) تحليل الانحدار المتعدد للمتغيرات المنبئة بالكفاءة الذاتية

المتغير التنبؤي	المتغيرات المتنبئة Enter	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الكفاءة الذاتية	الثابت	.324	5.092	.000
	سلوك التلاميذ	0.145	4.263	.000
	علاقة المعلمين ببعضهم البعض	0.74	2.855	.523
	علاقة المعلم بالإدارة	0.064	3.621	.000
	علاقة المعلم بالمشرف التربوي	0.357	1.748	.083
	تقدير مهنة التدريس	0.073	5.347	.000
	الصراعات الذاتية	.063	0.748	.423
	الأعراض النفسجسمية للضغوط	0.125	0.527	.253

يتضح من الجدول بأن هناك ثلاثة متغيرات تنبأت بالكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي، وهي متغير سلوك التلميذ حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (4.263) بمستوى الدلالة (0.000)، ومتغير علاقة المعلم بالإدارة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (3.621) بمستوى الدلالة (0.000)، ومتغير تقدير مهنة التدريس حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (5.347) بمستوى الدلالة (0.000)، فيما كانت المتغيرات الأخرى (علاقة المعلمين ببعضهم البعض، علاقة المعلم بالمشرف التربوي، الصراعات الذاتية، الأعراض النفسجمية للضغوط) غير قادرة على التنبؤ بالكفاءة الذاتية.

8.3. تفسير نتيجة الفرضية الرابعة:

تبين من النتائج أنه بأن هناك ثلاثة أبعاد تنبأت بالكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي، وهي بعد سلوك التلميذ وبعد علاقة المعلم بالإدارة وبعد تقدير مهنة التدريس، ونرى أن هذه الأبعاد لها تأثير كبير على أداء الأستاذ، باعتبار أن التلميذ هو

العنصر الأكثر تفاعلاً مع الأستاذ أثناء التدريس، كما أن علاقة الأستاذ بالإدارة له أهمية بالغة، خاصة إذا تعلق الأمر بمواعيد التدريس واختيار قاعة التدريس وتوفر الوسائل التعليمية من عدمها وأسلوب الإشراف المتبع من طرف المدير، أما بعد تقدير مهنة التدريس يعتبر الطاقة التي يعمل بها الأستاذ، فكلما ارتفع التقدير ارتفعت كفاءته الذاتية. فيما كانت الأبعاد الأخرى: علاقة المعلمين ببعضهم البعض، علاقة المعلم بالمشرف التربوي، الصراعات الذاتية، الأعراض النفسجمية للضغوط غير قادرة على التنبؤ بالكفاءة الذاتية.

4. خلاصة:

بعد عرض نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها من خلال التحليل الإحصائي لهذه النتائج، وكخلاصة لما سبق ذكره فقد توصلت الدراسة لما يأتي:

- وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين ضغوط العمل والكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في ضغوط العمل لدى الأساتذة.
- لا توجد فروق دالة إحصائياً في الكفاءة الذاتية لدى الأساتذة تعزى إلى سنوات الأقدمية.
- هناك ثلاثة متغيرات تنبأت بالكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي، وهي متغير سلوك التلميذ، ومتغير علاقة المعلم بالإدارة، ومتغير تقدير مهنة التدريس، فيما كانت المتغيرات الأخرى: علاقة المعلمين ببعضهم البعض، وعلاقة المعلم بالمشرف التربوي، والصراعات الذاتية، والأعراض النفسجمية للضغوط، غير قادرة على التنبؤ بالكفاءة الذاتية.

وفي ضوء النتائج المتوصل إليها، يمكن صياغة التوصيات الآتية:

- توفير الوسائل التعليمية والإمكانات المادية ما أمكن، وذلك حتى يتسنى للأستاذ استغلالها في التخطيط والتنفيذ والتقويم من أجل تحقيق الأهداف التربوية المنشودة.
- إعطاء أهمية بالغة لمتغير ضغوط العمل خاصة في انتقاء المترشحين للإلتحاق برتبة أستاذ التعليم الابتدائي.
- تخفيف الأعباء التدريسية التي تقع على كاهل الأساتذة خاصة التي ترتبط بسلوك التلاميذ وعلاقة المعلم بالإدارة.
- الاهتمام بتنمية الكفاءة الذاتية لدى الأساتذة في برامج تكوينهم سواء قبل الخدمة، أو في أثنائها من خلال الملتقيات والندوات والأيام الدراسية.

كما يمكن تقديم المقترحات التالية:

- إجراء دراسات أخرى للتعرف على المتغيرات التي يمكنها أن تؤثر في الكفاءة الذاتية لأستاذ التعليم الابتدائي، مثل: الدافعية، المهارات الاجتماعية...الخ.
- إجراء دراسات تتناول أسباب ضعف الكفاءة الذاتية وذلك من أجل معالجة هذه الأسباب واقتراح حلول لتنمية الكفاءة الذاتية.
- إجراء دراسات باستخدام النمذجة بالمعادلات البنائية في البحوث التربوية لما لهذه الاستراتيجية من أهمية في دراسة شبكة العلاقات بين المتغيرات جملة واحدة بدون الحاجة إلى تجزئتها.

قائمة المراجع:

- ابراهيم، الشافعي ابراهيم (2005). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالكفاءة المهنية والمعتقدات التربوية والضغوط النفسية لدى المعلمين وطلاب كلية المعلمين. **المجلة التربوية**، المجلد 19، العدد 75، ص131-193.
- أبو علي، مروه حسن مصطفى (2015). درجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح الوطنية. فلسطين.
- الخلايله، هدى (2011). الفاعلية الذاتية لمعلمي مدارس محافظة الزرقاء ومعلماتها في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة جامعة النجاح للأبحاث**، المجلد 25، العدد 1. استرجع يوم 10 سبتمبر 2019.
- الشوا، أحمد (2016). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالضغوط النفسية التي يعانيها أفراد المؤسسة الأمنية الفلسطينية. **مجلة جامعة النجاح للأبحاث**، المجلد 30، العدد 8. استرجع يوم 5جويلية 2019.
- الفاخوري، جمانة عبد الغفار (2018). الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي الطلبة المكفوفين في المحافظات الشمالية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الخليل. فلسطين.
- غانم، حجاج (2005). علم النفس التربوي. مصر: عالم الكتب.
- نصيف، عماد عبد الأمير (2017). الاحتراق النفسي وعلاقته بتوقعات الكفاءة الذاتية لدى أساتذة الجامعة. **مجلة لارك للفلسفة واللسانيان والعلوم الاجتماعية**، المجلد 24، استرجع يوم 14 أوت 2019.
- Dimitrov, D.M. (2012). Statistical Methods for Validation of Assessment Scale Data in Counseling and Related Fields. American Counseling Association: Alexandria.
- Vaezi, S., & Fallah, N (2011). The Relationship between Self-efficacy and Stress among Iranian EFL Teachers. Journal of Language Teaching and Research, 2(5): 1168-1174.
- Mahdizadeh, J., Daihimfar, F., & Kahouei, M (2016). The relationship of job stress with self-effi cacy among nurses working in hospitals of Semnan Iran. Bioscience Biotechnology Research Communications, 9(3): 435-438.

ملحق رقم (1) مقياس ضغوط العمل

الرقم	العبارة	موافق بشدة	موافق	لا أدري	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أشعر بأن تصرفات تلاميذي تزيد من ضغوط العمل علي					
2	أشعر أن زملائي يعتقدون أنني لا أؤدي عملي بشكل جيد					
3	يضايقني ما ألقاه من صعوبات في التعامل مع الإدارة					
4	تضايقني مطالب المشرف التربوي					
5	أشعر بأن أولياء الأمور لا يمنحونني ما أستحقه من تقدير					
6	أشعر بالضيق بسبب عدم مقدرتي على إنجاز ما يطلب مني					
7	أشكو من تكرار تعرضي لبعض مظاهر المرض مثل (أوجاع المعدة، الآم الظهر، الصداع...)					
8	أفقد صبري عندما لا يستجيب تلاميذي لمطالبي الدراسية					
9	يضايقني عدم تعاون زملائي معي فيما يتصل بعملي					
10	أشعر بأن الإدارة تهتم بالأعمال الروتينية أكثر من اهتمامها بالأعمال الفنية					
11	أشعر بأن زيارة المفتش تهدف إلى اصطياد أخطائي					
12	أشعر بأن مهنة التدريس من أقل المهن من حيث التقدير الاجتماعي					
13	أشعر أن الوقت المتاح لي أقل من متطلبات عملي					
14	أحس بالإعياء لأقل جهد أبذله					
15	يضايقني ما أحس به من نقص في دافعية تلاميذي					
16	تضايقني بعض التصرفات الشخصية لزملائي					
17	أحس بأن عملي لا يلقى ما يستحقه من تقدير لدى الإدارة					
18	أشعر بأن عملي لا يلقى ما يستحقه من تقدير لدى المشرف التربوي					
19	أشعر بأن فرص الترقي المادية في مهنة التدريس أقل منها في المهن الأخرى					
20	أشعر بالعجز عن التعبير لرؤسائي عما أتعرض له من ضغوط					
21	أشعر بالإنهاك في نهاية اليوم المدرسي					
22	أشعر بصعوبة في ضبط الصف					
23	أحس بأن بعض المعلمين يمارسون ضغطا على زملائهم غير المسايرين لهم					
24	أشعر بالضيق عندما أجد نفسي مضطرا لان أسلك على غير طبيعتي في تعاملي مع الإدارة					
25	أشعر بصعوبة فهم توجيهات المفتش المرتبطة بالعملية التدريسية					
26	أشعر بأن فرص الترقي المعنوية في مهنة التدريس أقل منها في المهن الأخرى					
27	تضايقني تضحيتي بوقت راحتي في سبيل إنجاز متطلبات عملي					
28	أشعر بأني في حاجة للشكوى لغيري مما ألقاه في مهنة التدريس					

ملحق رقم (2) مقياس الكفاءة الذاتية

الرقم	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
1	يمكنني تحفيز التلاميذ الضعاف من أجل النجاح			
2	أستطيع توصيل المعلومة بشكل واضح إلى التلاميذ			
3	أستطيع الحد من الفوضى في القسم			
4	أستطيع إيجاد الحلول لجميع المشاكل التي تصادفني			
5	أستطيع أن أتوقع سلوك التلاميذ في القسم			
6	لدي ثقة عالية بقدراتي على أداء واجباتي بنجاح			
7	يمكنني إقناع التلاميذ بقدرتهم على تحسين أدائهم الدراسي			
8	يمكنني تنظيم أنشطة التعلم بشكل فعال			
9	يمكنني اتخاذ القرار بشأن الطريقة الأكثر فعالية في التدريس			
10	أبذل جهداً للكشف عن مقدار استيعاب التلاميذ للمهارة التي علمتها			
11	يمكنني لفت انتباه طلابي إلى الدرس بسهولة			
12	أشعر أنني حققت ذاتي من خلال وظيفتي كأستاذ			
13	أُنهي واجباتي المدرسية في الوقت المحدد			
14	أقدم توضيحات بديلة للتلاميذ عندما يجدون صعوبة في الفهم			
15	أتمكن من حث التلاميذ على الاهتمام بالدراسة			
16	أُحسن توظيف الوسائل التعليمية بما يناسب الدرس			