تاريخ استقبال المقال:2018/06/20 تاريخ قبول نشر المقال:2019/02/16 تاريخ نشر المقال:2019/05/29

مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية
دراسة ميدانية ببعض مدارس مدينة الأغواط
The level of Emotional Equilibrium Among Primary School teachers
Field study in some Schools in Laghouat City

أ. عبد المالك رابحي *
أ. د. باهي سلامي †
د. علي عون ‡

ملخص:
هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية، و إلى التعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي حسب كل من الجنس و المؤهل العلمي و الخبرة، والمنهج المتبع هو المنهج الوصفي . و تكونت عينة الدراسة من(100) معلما و معلمة من بعض مدارس مدينة الأغواط، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، ولجمع البيانات تم استخدام استبيان الاتزان الانفعالي من إعداد حسين عبد الحميد عيسى. وقد بينت نتائج الدراسة أن: معلمي المرحلة الابتدائية ببعض مدارس مدينة الأغواط يتمتعون بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي، و لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغيرات : الجنس و المؤهل العلمي و الخبرة .
الكلمات المفتاحية: الاتزان الانفعالي ، معلمي المرحلة الابتدائية.

Abstract:
The aim of this study was to identify the level of emotional equilibrium among primary school teachers and to identify the differences in emotional equilibrium by sex , qualification and experience, the method used is descriptive. The study sample consisted of (100) teachers and teachers from some schools in laghouat city, randomly selected, data collection was used to measure the emotional equilibrium by Hoeing Abdel Hamid Issa. The study found the following results: Elementary school teachers have some laghouat schools a low level of emotional equilibrium .There are no statistically significant differences in primary school teachers in emotional equilibrium due to the variable of gender and the scientific qualification and the experience.
Keyword: emotional equilibrium, primary school teachers.

* مرسل المقال عبد المالك رابحي: جامعة عمار ثليجي بالأغواط، مخبر الصحة النفسية. البريد الالكتروني: aabdelmalekrabhi@gmail-com، الهاتف: 0774627453.

† باهي سلامي: أستاذ التعليم العالي، جامعة عمار ثليجي الأغواط الجزائر.

‡ علي عون، أستاذ محاضر أ، جامعة عمار ثليجي الأغواط الجزائر.

تاريخ تعديل المقال: 2018/11/25.

مقدمة:

يعتبر المعلم عنصرا أساسيا في العملية التعليمية – التعلمية و تلعب خصائصه المعرفية و الانفعالية دورا هاما في فعالية هذه العملية ، لأن هذه الخصائص تشكل أحد المدخلات التربوية الهامة التي تؤثر بشكل أو آخر ، في الناتج التحصيلي على المستويات النفسية الحركية و الانفعالية(العاطفية) و المعرفية ، و المعلم القادر على أداء دوره على نحو فعال ، و الذي يكرس جهوده لإيجاد الفرص التعليمية الأفضل لطلابه ، يستطيع أن يؤثر في مستويات تحصيلهم و أمنهم النفسي . (**عبد المجيد نشواتي ، 2003 ، 229**)

و ترى شارف خوجة مليكة " أن المدرس هو المنظم لنشاط التعليم لدى المتعلم ، و عمله مستمر حيث يراقب سير التعلم و تقييم النتائج ، و التوازن الذي ينتج من عمله و مهامه هو الذي يعطي لعمله قيمة . (**شارف خوجة مليكة ، 2011 ، 106**)

يرى ابن جماعة أن الإرشاد النفسي من أهم المهام التي ينبغي أن تلقى على عاتق المعلم ، وأن المعلم الذي لا يقوم بالعملية الإرشادية لا يقوى أن يقوم المعلومات بالصورة المرضية .(**سيد صبحي ، 2003 ، 215**)

تنظر التربية الحديثة إلى أن المعلم يجب أن يكون مرشدا و موجها و ميسرا و مهندسا اجتماعيا ، فهو عامل مؤثر في بناء شخصية المتعلم ، مساهما في تطوير معارفه و تزويده بأفكار و صقل مواهبه و إبراز قدراته و تنمية القيم الجمالية و الصفات الخلقية لديه و تدريبه على حل مشاكله بمفرده و فهم ذاته ، وتربيته و تكوينه من أجل أن يصبح متزنا نفسيا و اجتماعيا ، هذا يستلزم على المعلم الاتصاف بخصائص انفعالية و مهارات اجتماعية تؤهله للقيام بدوره على أكمل وجه ، فسلوكيات المعلم و وضعيته الصحية و حالته النفسية لها تأثيرا بالغا على المتعلمين ، و قد تؤدي إلى انعكاسات سلبية على تقدير ذواتهم. .

و يشير دريفر إلى أن العصابية ، أو عدم الاتزان الانفعالي هو عيب متميز بالإثارة الانفعالية المتطرفة ، في حين يرى أيزنك أن العصابية هي الانفعالية ، و هي مكافئة لعدم الثبات الانفعالي و نقيض الاستقرار و التوافق ، وهو يعني بالعصابية أو الانفعالية استجابة مبالغ فيها من جانب الفرد اتجاه مجموعة من المنبهات ، و تأخذ هذه الاستجابة شكل الانفعالات البالغة القوة في الظروف التي لا يشعر فيها معظم الناس إلا بانفعال ضعيف أو قد لا يشعرون فيها بانفعال على الإطلاق" . (**أديب محمد الخالدي ، 2009 ، ص 61**) ولعل ما يعكر صفو المعلم و يثير قلقه و يظهر توتره ويشوش أفكاره و يجعله عصبي المزاج ، هو تلك الضغوط التي يواجهها كضغط مهنة التدريس ، و سوء القيادة الإدارية ، و الأمراض النفسية والجسمية التي يعانيها . من أجل ذلك كان لزاما الاهتمام و العناية الفائقة بالجانب الصحي و النفسي والاجتماعي للمعلم و العمل على تحقيق و توفير الحاجيات الأساسية و في قمة هذه الحاجات الأمن و الاستقرار المهني و التعاون و الاحترام المتبادل بين زملاء المهنة .

1. مشكلة الدراسة و تساؤلاتها :

إن التعليم الابتدائي هو مرحلة التعليم الأولي بالمدرسة التي تكفل للطفل التمدرس على طرق التفكير السليم و تؤمن له الحد الأدنى من المعارف و المهارات و الخبرات التي تسمح له بالتهيؤ للحياة و ممارسة دوره كمواطن منتج داخل إطار التعليم النظامي ، سواء أكان ذلك في مناطق ريفية أو حضرية ، داخل نطاق التعليم النظامي و خارجه (تعليم الكبار) في إطار التربية المستديمة ، و بأنه التعليم الذي يوثق الروابط بين التعليم و التدريب في إطار واحد متكامل و يهتم بالدراسات العملية و المجالات التقنية و الفنية في جميع مراحل التعليم للصغار و الكبار على السواء . (**أسماء لشهب ، 2017 ، 227**)

فتعد مهنة التعليم من أهم المهن لأنها تمد المجتمع بالعناصر البشرية المؤهلة علميا و اجتماعيا و فنيا وأخلاقيا ، و بالرغم من ذلك فإنها من أكثر المهن التي تسبب توترا نفسيا و إجهادا عصبيا و جسميا للمعلم بسبب ضغوط مهنة التدريس بشكل عام . (**حامد عبد الله طلافحة ، 2013 ، 258**)

ويعتبر التعليم من المهن التي يسود جماعتها التربوية الاحترام المتبادل و التفاعل المستمر و التعاون المتجدد و ذلك لضمان السير الحسن للعمل التربوي و التعليمي ، و المعلم عنصر مهم و ذو دور بارز لا يمكن الاستغناء عنه ، فإذا ما وقع توافق بينه وبين باقي أعضاء الجماعة التربوية ، أكسبه ذلك صحة نفسية واتزانا انفعاليا ، وبالتالي تزداد فعاليته و دافعيته في أداءه المهني ، و العكس إذا حدث سوء توافق مهني أدى ذلك إلى ظهور خلل في صحته النفسية و بروز الاضطرابات الانفعالية من أهمها العصابية أو عدم الاتزان الانفعالي و هو أن " يتميز الشخص الذي ترتفع درجته على العصابية بالاضطراب الانفعالي . و يميل إلى القلق و انخفاض القدرة على تحمل الإحباط ، و الضعف في المواقف التي تنطوي على ضغوط نفسية ، و يميل إلى الشعور بالنقص . أما الشخص

الذي تنخفض درجته على العصابية فيتميز بالتوازن الوجداني و الثبات الانفعالي و قوة الأنا و الشعور بالثقة بالنفس."(**بشيرمعمرية،40،2012**)

و العصابية هي " نظام إدراكي للتهديدات الحقيقية أو الوهمية و اليقظة الشديدة لهذه التهديدات ، أي أنها نظام لمراقبة الإنتاج الانفعالي و المعرفي السلبي و غير المقبول ." (**صالحي سعيدة ، 2012 ، 38**)

وعصابية المعلم إذا زادت عن حدها تؤثر سلبا على الجانب الانفعالي على كل من يتعامل معهم المعلم و خصوصا المتعلمين ، و لذلك كان لزاما على المعلم أن يتصف بصفات الصحة النفسية السوية و من أهمها الاتزان الانفعالي ، و الذي يؤهله للقيام بدوره التربوي ، و يمكنه من التعامل مع الضغوط و الصعوبات التي تواجهه

و بناء على ما سبق تمحورت إشكالية الدراسة في التساؤلات التالية:

1/ ماهو مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الأغواط ؟

2/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس ؟

3/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المؤهل العلمي ؟

4/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائي في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الخبرة ؟

2. فرضيات الدراسة :

1/ يتمتع معلمو المرحلة الابتدائية بمدينة الأغواط بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي .

2/لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس .

3/لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

4/لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الخبرة .

3. أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي :

- الأهمية النظرية :

- قد تسهم هذه الدراسة في التعرف على بعد من أبعاد الصحة النفسية لمعلم المرحلة الابتدائية و هو الاتزان الانفعالي .

- قد تفتح هذه الدراسة الباب للقيام بدراسات أخرى من أجل التعرف على مؤشرات أخرى من مؤشرات الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الابتدائية و التي قد تؤثر بالسلب أو بالإيجاب على كل من التحصيل الدراسي و الصحة النفسية للمتعلمين

- الأهمية التطبيقية :

- قد تشجع هذه الدراسة العاملين في قطاع التربية و التعليم على إيجاد أساليب من شأنها تحسين الصحة النفسية للمعلم .

- قد تسهم هذه الدراسة في لفت اهتمام المعنيين بالتربية إلى الانعكاسات السلبية للعصابية و ضرورة البحث عن سبل تحسين المنظومة التعليمية ، و العمل على العناية النفسية و الاجتماعية بالمعلم ، وهذا بدوره يؤدي إلى تحقيق الاتزان الانفعالي و الثقة النفسية للمعلمين .

4. أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى مايلي :

1- التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في بعض مدارس مدينة الأغواط

2- كشف الفروق لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس .

3- كشف الفروق لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

4- كشف الفروق لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الخبرة .

5. حدود الدراسة :

- الحدود المكانية :تم إجراء الدراسة على بعض مدارس مدينة الأغواط .

- الحدود الزمنية : أجريت الدراسة في شهر ماي من السنة الدراسية (2016 / 2017) .

- الحدود البشرية : اقتصرت هذه الدراسة على معلمي المرحلة الابتدائية العاملين في بعض مدارس مدينة الأغواط، و البالغ عددهم(100) معلما و معلمة .

- **الحدود الآداتية** :تمثل الأداة المستعملة في الدراسة الحالية في مقياس الاتزان الانفعالي من إعداد : حسين عبد الحميد عيسى ، في دراسة بعنوان : الذكاء الاجتماعي و علاقته بالاتزان الانفعالي و الرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور بمحافظة غزة سنة 2013 ، غزة، فلسطين .

6. الدراسات السابقة :

أ. دراسة مسعودي أمحمد 2015 :

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الارتياح النفسي و الفاعلية الذاتية لدى المعلمين ، و مدى اختلافهم باختلاف جنسهم ، مكان عملهم و أقدميتهم في التعليم من وجهة نظرهم ، و قد تكونت عينة الدراسة من 346 معلما و معلمة قاموا بالإجابة عن أسئلة مقياس الارتياح النفسي و استبيان الفاعلية الذاتية للمعلمين . و توصل الباحث إلى أن مستوى كل من الارتياح النفسي و الفاعلية الذاتية لدى المعلمين كان مرتفعا أو في الفاعلية الذاتية للمعلمين مهما كان جنسهم ، مكان عملهم أو أقدميتهم في التعليم ، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الارتياح النفسي و الفاعلية الذاتية و يمكن التنبؤ بالارتياح النفسي و الفاعلية الذاتية لدى المعلمين .(**مسعودي أمحمد ،2015 ، ج)**

ب. دراسة حمزة الأحسن 2015 :

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ولايتي البليدة و تيبازة ، و الكشف عن المصادر المسببة لهذه الضغوط ، بالإضافة إلى تحديد مستوى تقدير الذات الموجود لدى هذه الفئة من المعلمين و التعرف على طبيعة العلاقة الإرتباطية بين متغيري مصادر الضغوط المهنية و مستوى تقدير الذات و قد أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (115) معلم و معلمة يدرسون في المرحلة الابتدائية والمنهج المتبع في الدراسة هو المنهج الوصفي ، و الأدوات المستخدمة في الدراسة هي : استبيان مصادر الضغوط النفسية و مقياس تقدير الذات ، و قد توصل الباحث إلى النتائج التالية :

- و جود ضغوط مهنية مرتفعة لدى (66.08 %) من معلمي المرحلة الابتدائية ، حيث تظهر لديهم هذه الضغوط بسبب مصادر متعلقة بكل من أعباء المهنة و ظروف العمل ، و التلاميذ و أولياء أمورهم ، و السياسة التعليمية ، و الأجر و الحوافز و العلاقات المهنية ، و النمو و التطور المهني ، و المكانة الاجتماعية .
- وجود مستوى منخفض من تقدير الذات (60 %) من معلمي المرحلة الابتدائية . (**حمزة الأحسن ، 2015 ، 1**)

ج. دراسة فؤاد صبيرة و آخرون 2014:

هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى عينة من المعلمين ، و التعرف على الفروق بين الذكور و الإناث في كل من الضغوط النفسية و التوافق المهني ، و التعرف على الفروق لدى المعلمين الذين لديهم خبرة (خبرة فوق خمس سنوات) و الذين ليس لديهم خبرة في الضغوط النفسية و كذلك في التوافق المهني .

و توصلت الباحثة إلى النتائج التالية :

- لا توجد علاقة ارتباط بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى أفراد العينة .
- لا توجد فروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني وفق متغير الجنس .
- لا توجد فروق بين أفراد العينة في الضغوط النفسية و التوافق المهني وفق متغير الخبرة .(**فؤاد صبيرة و آخرون ، 2014 ، 1**)

د. دراسة مسكين عبد الله و مكي محمد 2013 :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في العصابية (عدم الاتزان الانفعالي) في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى المعلمين (الجنس ، المؤهل العلمي ، سنوات الخبرة) و تكونت عينة الدراسة من 102 معلما و معلمة من مقاطعة سيدي أمحمد بن علي (03) بمديرية التربية لولاية غليزان ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية خلال العام الدراسي (2012/ 2013) ، و لجمع البيانات استخدم الباحثان مقياس ايزنك للعصابية ، و المنهج المتبع في الدراسة هو المنهج الإحصائي الوصفي التحليلي ،وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في العصابية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث .

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(0.05) في العصابية تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في العصابية تعزى لمتغير سنوات الخبرة لصالح أقل من 5 سنوات .(**مسكين عبد الله و مكي محمد ، 2013 ، 85**)

ه. دراسة فضيلة عرفات 2007 :

هدفت الدراسة إلى التعرف على قياس مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين بشكل عام ، وأيضا التعرف على الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم أو التفتيش و الاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي و أقرانهم الذين لم يتعرضوا لها . و التعرف على العلاقة بين متغير الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين و متغير الجنس (طلاب و طالبات) . أما عينة الدراسة فقد تكونت من 750 طالبا و طالبة من معهد إعداد المعلمين و المعلمات في مدينة الموصل ، يمثلون نسبة 41.43% تقريبا من مجتمع البحث الأصلي ، و المنهج المتبع في الدراسة هو المنهج الوصفي ، و المقياس المستخدم في الدراسة هو مقياس الاتزان الانفعالي للمسعودي ، و توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية :
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط المتحقق و المتوسط النظري لمقياس الاتزان الانفعالي لصالح القيمة المتحققة ، و هذا يعني أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد العينة بشكل عام مرتفع .
- وجود علاقة إرتباطية غير دالة بين متغير الاتزان الانفعالي و متغير الجنس لصالح الإناث .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة معاهد إعداد المعلمين الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم أو التفتيش أو الاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي و أقرانهم الذين لم يتعرضوا لها. (**فضيلة عرفات محمد السبعاوي ، 2008 ،268-269**)

و. دراسة محمد عبد النبي 2007:

بعنوان " الانبساط و العصابية في علاقتهما بالتواصل الفعال ، و التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التواصل اللغوي الفعال لدى المعلمين و مديري المدارس ، و بين الانبساط كبعدين أساسين في الشخصية ، حيث تكونت عينة الدراسة من(148 فردا) منهم (118 معلما و 30معلمة) ، و(30 مديرا) من مدارس منطقة حائل بالسعودية و استخدم الباحث إستبانة لقياس مستوى التواصل من إعداده ، و اختبار" أيزنك " للشخصية الصورة (أ) ، و الذي أعده للعربية " جابر عبد الحميد ، محمد قمر الإسلام ، 1973 لقياس بعدي الانبساط و العصابية ، و قد جاءت الفروق بين مجموعات الدراسة غير دالة في الانبساط و العصابية ، و جاءت العلاقة سالبة و دالة بين العصابية و التواصل لدى عينة المعلمين فقط ، بينما كانت سالبة و غير دالة لدى عينة المديرين . (**مسكين عبد الله و مكي محمد ، 2013 ، 92- 93**)

ز. دراسة محمد ضحيك 2004 :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على القيم الأكثر شيوعا لدى قادة النشاط الكشفي في قطاع غزة ، و علاقة هذه القيم بالاتزان الانفعالي ، و تكونت عينة الدراسة من 235 قائد و قائدة ، و تم استخدام استبيان القيم و استبيان الاتزان الانفعالي . و كانت نتائج الدراسة كما يلي : القيم الدينية بنسبة و القيم الجمالية بنسبة و القيم السياسية بنسبة و القيم الاجتماعية بنسبة و القيم الاقتصادية بنسبة و القيم العلمية بنسبة، و هناك ارتباطا موجبا بين كل من القيم العلمية و الاجتماعية و الاقتصادية و الدرجة الكلية لاستبانه القيم و الاتزان الانفعالي ، و لا يوجد علاقة ارتباطية بين كل من القيم الدينية و السياسية و الجمالية و الاتزان الانفعالي . **(محمد ضحيك ، 2004 ، 154)**

ح. دراسة ناصر الدين زبدي 2002

بعنوان وضعية تحليلية للمدرس الجزائري على عينة ، متكونة من 754 مدرسا من الجنسين (523) مدرسا مصابا ببعض الأمراض الجسمية ، 231 مدرسا غير مصاب بأي مرض جسمي حسب تصريحهم) استخرجت بطريقة عشوائية ، و المنهج المتبع في الدراسة هو المنهج الوصفي ، ومن بين نتائج الدراسة حاول أن يدرس أثر عامل الصحة في الفرق الملاحظ بين المدرسين المرضى و المدرسين الأصحاء فيما يتعلق بحالة القلق ، و ذلك بحساب الفروق عن طريق تحليل التباين ، و قد تم التأكد من أن الفرق الملاحظ في قلق الحالة الذي يساوي (ف = 4.53) دال عند (0.01) و بعد إجراء تحليل التغاير ، أي عندما تم تثبيت بعد (العصابية و الاتزان) أصبح الفرق بين المرضى و الأصحاء فيما يخص درجات قلق الحالة فرق غير دال (ف = 0.03) ، و يظهر أن هذه الفروق ترجع في الأصل إلى بعد العصابية و الاتزان ، و ليس إلى الصحة و المرض لأن أثر البعد دال جدا و يساوي (ف = 77.60) بينما أثر عامل الصحة بهذه الصورة أصبح غيردال.(**مسكين عبد الله و مكي محمد ، 2014، 93 - 94**)

ط. دراسة المسعودي 2002:

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس للاتزان الانفعالي و التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة وفق متغيري الجنس و التخصص الدراسي و تألفت عينة الدراسة من (450) طالبا و طالبة من طلبة جامعة بغداد و استخدم الباحث و الوسائل

الإحصائية الآتية في معالجة البيانات منها معامل ارتباط الاختبار التائي و تحليل التباين ، و توصلت الدراسة إلى أن متوسط درجات الاتزان الانفعالي للعينة أعلى من المتوسط الفرضي أي أن العينة تتمتع بالاتزان الانفعالي .

ي. دراسة عباس إبراهيم متولي 2000:

بعنوان الضغوط النفسية و علاقتها بالجنس و مدة الخبرة و بعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية ، تكونت عينة الدراسة من (240) معلما و معلمة بالمرحلة الابتدائية من بعض المدارس بمحافظة دمياط ، و أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بن المعلمين و المعلمات في الضغوط النفسية يميلون إلى العصاب و الابتعاد عن الصحة النفسية ، و يشعرون بالتوتر و الانفعال و الشك و التردد و الإحساس بالنقص و عدم الكفاءة في أداء أعمالهم و تكون علاقاتهم برؤسائهم و زملائهم سلبية . (**مسكين عبد الله ، 2014 ، 93**)

ك. دراسة الهبادلي 1998 :

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس للاتزان الانفعالي و قياس الاتزان الانفعالي لمدرسي المرحلة المتوسطة و مدرساتها فضلا عن التعرف على الفروق في الاتزان على وفق متغيرات الجنس و العمر تألفت عينة الدراسة من (300) مدرس و مدرسة في تربية البصرة و بعد استخدام معامل الارتباط و التحليل العاملي بوصفها وسائل إحصائية .توصلت الدراسة إلى أن متوسط درجات الاتزان الانفعالي للعينة أقل من المتوسط الفرضي للمقياس كما أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير الجنس .

ل. دراسة حسين (1994) :

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التوتر النفسي و مصادره لدى المعلمين في التعليم العام في الرياض ، كما هدفت إلى معرفة تباين مستوى التوتر باختلاف المؤهل و الخبرة و الجنسية ، و التعرف على أهم مصادر التوتر لديهم ، و طبق الباحث أدوات الدراسة على عينة تكونت من (140 معلما و معلمة) ، 102 معلم سعودي و 38 من غير السعوديين ، حيث توصل الباحث إلى النتائج التالية : مستوى التوتر عند المعلمين كان متوسطا ، لا توجد فروق جوهرية في مستوى التوتر تعزى إلى جنسية المعلم ، بعد تكوين الجنسين ، بعد الحياة الخاصة ، التنظيم الهرمي للمؤسسة ، أبرز مصادر التوتر التي ميزت بين المعلمين المتوترين و الأقل توترا هي بعد الحياة الخاصة و تكوين الشخصية ، و غموض الدور و ظروف المعلم المادية .(**مسكين عبد الله و محمد مكي ، 2014 ، 93**) يتضح من خلال الدراسات السابقة أن معظمها تناولت فئة المعلمين و المعلمات ، و دراسة واحدة تناولت طلبة معاهد إعداد المعلمين وهي دراسة فضيلة عرفات 2007 ، ودراسة واحدة تناولت طلبة الجامعة و هي دراسة المسعودي 2002.

أما أهدافها فتنوعت و تعددت ، و تمثلت في قياس مستوى الاتزان الانفعالي ، و قياس الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي ، و معرفة مستوى التوتر النفسي و مصادره لدى المعلمين .

و المنهج المتبع في هذه الدراسات هو المنهج الوصفي ، وتم استخدام الاستبيانات في جميع الدراسات .

أما بالنسبة للنتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات فقد دلت على ارتفاع مستوى الاتزان الانفعالي ، وجود فروق في مستوى الاتزان الانفعالي حسب متغير الجنس ،ووجود فروق في الاتزان الانفعالي حسب متغير الخبرة المهنية ، و عدم وجود فروق في الاتزان الانفعالي حسب متغير المؤهل العلمي ، و توصل (**محمود عبد النبي 2007**) في دراسته إلى وجود علاقة عكسية بين العصابية و التواصل لدى عينة المعلمين ، ووجد (**ناصر زبدي 2002**) أن الفروق في قلق الحالة لدى المدرسين ترجع في الأصل إلى بعد العصابية و الاتزان .

7. المفاهيم الإجرائية للدراسة :

- الاتزان الانفعالي :

الاتزان الانفعالي هو قدرة المعلم على ضبط انفعالاته و التحكم بها ،و لديه القدرة على تناول الأمور بأناة و صبر و هدوء و تعقل و لديه العزم على اتخاذ القرارات المهمة ، ولا يستفز أو يستثار من الأحداث الضاغطة و المواقف الانفعالية التي تواجهه داخل الفصل الدراسي ، و يعرف الاتزان الانفعالي إجرائيا بأنه :هو الدرجة التي يحصل عليها المعلم على مقياس الاتزان الانفعالي و يكون أكثر اتزانا انفعاليا كلما ارتفعت درجته عن المتوسط ، و أقل اتزانا كلما انخفضت درجته عن المتوسط .

- المعلم :

هو كل شخص يمارس عملية التدريس بالمدارس الابتدائية بمدينة الأغواط التابعة لوزارة التربية الوطنية الجزائرية ، و ذلك خلال الموسم الدراسي 2016 / 2017 ، و يقوم بتزويد المتعلمين بجملة من القيم والمعارف والمهارات والخبرات والأنشطة و المواد الدراسية التي تساعدهم على التكيف النفسي و التوافق الاجتماعي، ويسعى جاهدا لتوفير الجو المناسب لاستغلالها ولتحقيق الصحة النفسية و النمو السليم لهم، طبقا لأهداف المنظومة التربوية الجزائرية.

- التعريف الإصطلاحي للاتزان الانفعالي :

الاتزان الانفعالي هو حالة التروي و المرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يميلون لهذه الحالة الأكثر سعادة ، و هدوءا وتفاؤلا ، و ثباتا للمزاج ، و ثقة في النفس ، أما الأفراد الذين يعزفون عن هذه الحالة فلديهم مشاعر الدونية ، و تسهل إثارتهم ، و يشعرون بالإنقباض و الكآبة ، و التشاؤم ، و مزاجهم متقلب . و هذا التعريف للاتزان الانفعالي يكون مقابل العصابية . (**محمد ريان ، 2006 ، 9**)

عرفه كاتل (Catel ، 1996) : الاتزان الانفعالي يتمثل في الشخص الهادىء الذي يتسم بالثبات الانفعالي و تظهر عليه علامات قليلة من التهيج الانفعالي إزاء أي نوع من المعارضة و الغضب و يكون واقعيا في الحياة منضبطا ذاتيا و مثابرا .

و عرفه داؤد و العبيدي 1990 : الاتزان الانفعالي يتمثل في قدرة الفرد على تناول الأمور بأناة و صبر و لا يستفز أو يستثار من الأحداث التافهة ، و يتسم بالهدوء و الرزانة ، عقلاني في مواجهة الأمور ، يتحكم في انفعالاته خصوصا (الغضب ، الخوف ، الغيرة) . (**فضيلة محمد عرفات ، 2007 ، 273**)

و عرفه مصطفى سويف (1978) : هو الإشارة إلى ذلك الأساس أو المحور الذي تنتظم حوله جوانب النشاط النفسي الذي اعتدنا أن نسميها بالانفعالات أو التقلبات الوجدانية من حيث تحقيقها لشعور الشخص بالاستقرار أو الرضا عن نفسه أو باختلال هذا الرضا ، و بقدرته على التحكم في مشاعره أو بانفلات زمام السيطرة من يديه . (**أديب محمد الخالدي ، 2009 ، 61**)

الاتزان الانفعالي هو نموذج يشمل الثبات الانفعالي ، حيث يمثل سلسلة متصلة من الكميات على بعد واحد ، يوجد في أطرافه غير المتزن انفعاليا ، و هو الشخص المتردد، القلق ، صاحب الميول العصابية ، المرتاب ، المكتئب ، المتقلب انفعاليا ، ضعيف الحساسية بالمواقف الاجتماعية الذي لا يهتم بمواقف الآخرين . (**نفس المرجع السابق ، 61**)

هو تلك المرونة التي تمكن صاحبها من مواجهة جميع المواقف ، ليست المألوفة فقط ، بل الجديدة أيضا بدرجة يمكن أن تصل إلى حد خلق و ابتكار استجابات جديدة ، و هو حالة وسط بين التردد و الاندفاعية ، و يظهر عدم الاتزان الانفعالي عندما تلتقي بالجمود نقيضا للمرونة سواء كان هذا الجمود عبارة عن اندفاعية إقدام أو ترددية إحجام .(**هيثم الزبيدي و شيماء العبيدي ، 2011 ، 618**)

يعرفه جابر و كفافي في المعجم على أنه القدرة على الاحتفاظ بالتوازن في حياة الفرد الانفعالية بممارسة ضبط معقول على الانفعالات و التعبير عنها بالشكل الذي يتناسب مع الموقف . (**حسين عبد الحميد عيسى ، 2013 ، 41**)

و يرى المزيني أن الاتزان الانفعالي هو التحكم و السيطرة على الانفعالات و التعامل بمرونة مع المواقف و الأحداث الجارية منها و الجديدة مما يزيد من قدرته على قيادة المواقف و الآخرين . (**محمد حمدان ، 2010 ، 35**)

و الاتزان الانفعالي هو تكافؤ انفعالات الشخص مع مثيراتها ، فعندما يفرح أو يحزن يجب أن يتناسب ذلك المثير أو الموقف المفرح أو المحزن و مثيراته ، و أن لا يكون الانفعال جامدا متبلدا ، و لا جامحا أو مسيطرا ، فضلا عن التناسب بين نوع المثير أو الموقف و الاستجابة الانفعالية المناسبة ، أي إذا كان الموقف و المثير محزنا أو مزعجا يجب أن تكون الاستجابة الانفعالية حزنا أو انزعاجا ، وإذا كان الموقف مفرحا يجب أن تكون الاستجابة الانفعالية فرحا. **(www.bafree.net/forums/archive/49332.htm)**

8. منهج الدراسة :

تفرض طبيعة الدراسة و أهدافها و فروضها استخدام المنهج الوصفي الذي يقوم على الوصف و التحليل و المقارنة ، وقد عرفه صلاح الدين شروخ بأنه : " طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل علمي ، للوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية معينة ، أو هو طريقة لوصف الظاهرة المدروسة و تصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة و تصنيفها و تحليلها و إخضاعها للدراسة الدقيقة " .(**صلاح الدين شروخ ، 2013 ، ص 147**)

9. عينة الدراسة :قام الباحث بسحب عينة الدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة و التي تظهر خصائصها كالآتي:

1/ حجم عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (**100**) معلما و معلمة بالمرحلة الابتدائية ببعض مدارس مدينة الأغواط خلال الموسم الدراسي 2016/ 2017، و تشكل العينة ما نسبته (**12.45 %**) من إجمالي عدد معلمي مدينة الأغواط و الذي يبلغ (**803**) معلما و معلمة ، و ذلك بناءا على إحصائيات مديرية التربية لولاية الأغواط للموسم الدراسي (2016- 2017) .

2 / مميزات عينة الدراسة :

2-أ/ حسب الجنس :

جدول رقم (1): توزيع عينة الدراسة حسب الجنس .

الجنس	إناث	ذكور	المجموع
العدد	67	33	100
النسبة المئوية %	%67	%33	100

يتضح من الجدول أن عدد ذكور عينة الدراسة (33 ذكرا بنسبة 33 %) أقل من عدد الإناث فيها (67 أنثى بنسبة 67 %) بفارق قدره 34 % من مجموع أفراد عينة الدراسة ككل .

2-ب/ حسب المؤهل العلمي :

جدول رقم (2) : توزيع عينة الدراسة حسب متغير المؤهل العلمي .

المستوى التعليمي	البكالوريا	خريجو المعهد	ليسانس و أكثر	المجموع
العدد	9	16	75	100
النسبة المئوية	%9	% 16	% 75	%100

يتضح من الجدول رقم (02) أن المعلمين ذوي المؤهل العلمي ليسانس (75 معلما بنسبة 75 %) يفوق عدد المعلمين خريجي المعهد (16 معلما بنسبة 16 %) بفارق قدره59% بينما هذه النسبة أكبر مقارنة بالمعلمين ذوي مستوى البكالوريا بفارق يقدر ب64% .

2-ج/ حسب الخبرة :

جدول رقم (3): توزيع عينة الدراسة حسب متغير الخبرة .

الخبرة	أقل من 5 سنوات	من 5 سنوات إلى 15 سنة	أعلى من 15 سنة	المجموع
العدد	43	25	32	100
النسبة المئوية%	% 43	% 25	%32	100

يتضح من الجدول رقم (**3**) أن المعلمين ذوي الخبرة أقل من 5 سنوات (43 معلما بنسبة 43 %) يفوق عدد المعلمين ذوي الخبرة من 5 سنوات إلى 15 سنة بفارق قدره 18 % و أيضا يفوق عدد المعلمين ذوي الخبرة أكثر من 15 سنة بفارق قدره 11 %.

10. أدوات الدراسة :

اعتمد الطالب الباحث على مقياس الاتزان الانفعالي الذي أعده حسين عبد الحميد عيسى و الذي يتكون من 29 بندا موزعا على أربعة أبعاد ، حيث أعطى لكل بند درجة معينة وفق سلم ليكرت المتدرج الثلاثي (دائما ، أحيانا ، أبدا) أعطيت الدرجات التالية (3 ، 2 ، 1) و بذلك تنحصر درجات أفراد عينة الدراسة ما بين (29 ، 87) درجة .

- الخصائص السيكومترية :

1/ صدق المقياس :

✓ **صدق الاتساق الداخلي:**

الجدول رقم (4) : مصفوفة معاملات ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس و الأبعاد الأخرى للمقياس وكذلك مع الدرجة الكلية

البعد	المجموع	السيطرة و التحكم	المرونة الاجتماعية	الثبات الانفعالي	التوجه نحو الحياة
السيطرة و التحكم	0.825	1	*0.330	**0.417	**0.421
المرونة الاجتماعية	0.655	*0.330	1	0.284	-0.020
الثبات الانفعالي	0.659	**0.417	0.284	1	-0.030
التوجه نحو الحياة	0.461	**0.421	-0.020	-0.300	1

رالجدولية عند درجة الحرية (39) و عند مستوى الدلالة (0.01) = 0.393

*رالجدولية عند درجة الحرية (39) و عند مستوى الدلالة (0.05) = 0.304**

يتضح من الجدول السابق أن جميع الأبعاد ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01، 0.05) و هذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي .

✓ **صدق المقارنة الطرفية :**

جدول رقم (5): قيمة " ت " لدلالة الفرق بين درجات الثلث الأعلى و درجات الثلث الأدنى لمقياس الاتزان الانفعالي

العينة / المتغير	العينة الأعلى ن = 11		العينة الدنيا ن = 11		قيمة ت	درجات الحرية Df	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع			
الاتزان الانفعالي	68.73	2.57	57.9	0.83	13.27	20	0.000 دال إحصائيا

**** قيمة " ت " دالة إحصائيا عند مستوى 0.01.**

يتبين من قيمة " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين من الجدول رقم (05) أنها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين مما يدل على صدقه لدى العينة .

2/ ثبات المقياس :

✓ **طريقة التناسق الداخلي " معامل ألفا كرونباخ " (Alpha Cronbach)**

هذه الطريقة مناسبة لهذه الأداة لأنها تستخدم عندما تكون احتمالات الإجابة على البنود ثلاثية فأكثر و هذا ما ينطبق على هذه الدراسة ، و كشفت النتائج ما يلي :

جدول رقم (6) : معامل ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بمعادلة ألفا كرونباخ .

معامل الثبات	الدلالة الإحصائية
0.56	دال إحصائيا

يتبين أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات فوق المتوسط مما يعني تجانس فوق المتوسط للأبعاد و الفقرات ، و يمكن الوثوق به .

✓ **حساب معامل الثبات الحقيقي**

جدول رقم (7) :معامل الثبات الحقيقي

معامل الثبات	معامل الثبات الحقيقي
0.56	0.73

معامل الثبات الحقيقي مرتفع فهذا يدل على ثبات المقياس .

11. عرض و مناقشة نتائج الدراسة :

أ. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضية 1 : "يتمتع معلمو المرحلة الابتدائية بمدينة الأغواط بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي " .

جدول رقم (8): مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	ت	مستوى الدلالة الإحصائية
100	61.51	4.46	62.5	137.855	0.000دال إحصائيا

تم استخراج المتوسط الحسابي و البالغ 61.51 و انحراف معياري قدره 4.46 ، و تم إيجاد قيمة المتوسط الفرضي 62.5 و باستخدام الاختبار التائي تبين أن قيمة ت المحسوبة بلغت 137.86 و هي أعلى من قيمة ت الجدولية 1.98 درجة عند مستوى

الدلالة 0.000 ، فهذا يعني تمتع المعلمين باتزان انفعالي منخفض ، و بالتالي تتحقق الفرضية التي تنص على تمتع معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الأغواط بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي .

إتفقت الدراسة الحالية مع دراسة كل من الهادلي1998 و حسين 1994 و ناصر الدين زبدي2013 و حمزة الأحسن 2015 ، فتوصلت دراسة زبدي 2013 و المعنونة ب"سيكولوجية المدرس" إلى أن العمل الذي يتطلب قدرات أعلى من التي يملكها الفرد يؤدي إلى عدم الرضا بالضغط و سوء تقدير ذاتي ، بينما يسبب العمل حينما تكون متطلباته أدنى بكثير من قدرات العامل إلى الشعور بالملل و الغضب و ظهور اضطرابات سيكوسوماتية ، و كل ما يتعلق بعدم الرضا ، و أن التغيب و الاستقرار في المهنة مرتبطان بظروف العمل . و ذكروا على سبيل المثال : عدم الرضا عن الأجر و المنح ، ووجود فرص قليلة للترقية ، و نقص في الإعلام ، و عدم العدل و عدم احترام الإدارة لعمالها ، وعدم الرضا عن العلاقات بين الزملاء في العمل ، و نقص التشجيع ، تكرار المهام (الروتين) ، نقص في المسؤولية و الاستقلالية .(**ناصر الدين زبدي ، 2013 ، 160)**

و قد توصلت دراسة (**Viviane Kovess , 2005**) إلى أن مهنة التعليم في فرنسا تخلف ضغطا مهنيا و تعبا عصبيا تفوق نسبته تلك النسبة الموجودة في بقية المهن الأخرى ، و كشفت دراسة (Rudd & Wisman) عن المصادر المسببة للضغوط المهنية لدى معلمي المراحل الدراسية المختلفة في كندا ، و التي تمثلت في كل من قلة الرواتب و ضعف الروابط بين أعضاء هيئة التدريس و الظروف الفيزيقية المحيطة و العبء الدراسي و اكتظاظ الصفوف بالطلاب و نظرة المجتمع إلى مهنة التعليم .

و أضافت اللجنة النقابية الأوروبية للتعليم (**2007, CSEE**) أن العوامل المسببة للعصابية لدى المعلمين هي السلوك غير المقبول الصادر من التلاميذ ، و سوء تسيير المدرسة و نقص الدعم من طرف الإدارة ، و قلة الوسائل البيداغوجية ، و نقص الموارد ، و سوء المناخ الاجتماعي داخل المدرسة ، و الخوف من التقييم ، و انعدام الأمن و الاستقرار الوظيفي . **(حمزة الأحسن ، 2015، 190)**

و يرى السرطاوي " أن الأسباب الرئيسية للإجهاد النفسي للمعلم تتمثل في : العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة ، الزيادة في عبء العمل و تعدد المهام المطلوبة ، الرتابة و الملل في العمل ، فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل أو الإنتاج ، ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل .(**forums alkafeel.net)**

و توصلت العديد من الدراسات أن أكثر العوامل تأثيرا في تكيف المدرس هي : ضعف الصلة بين المعلم و الإدارة المدرسية ، و إنخفاض الرواتب ، و ضغط العمل و الإرهاق فيه ، و شروط عمل المعلم الواقعية (المتعلقة بساعات العمل و العلاقة مع الإدارة و مع التلاميذ) ، و أيضا التعليم و ما يحتاجه من صبر و تحمل و محبة للآخرين ، و المجتمع و نظرته للمدرسة و تقيده بنظم المجتمع و قيمه .(**قاسم محمد عبد الله ، 2008 ، 448**)

و ترى عقون آسيا 2012 " أن الاتجاه السلبي نحو التعليم و عمل أشياء كثيرة في وقت قصير يجعل المعلمين قلقين و غاضبين عل أنفسهم و على الآخرين . " (**عقون آسيا ، 2012 ، 218-219)**

ويرى الباحث أن من أسباب العصابية لدى المعلم هي معاناته اليومية من النقل و مشكلة المواصلات ، و كذا المشكلات الصحية كاضطراب الجهاز الهضمي و أمراض القلب و الإدمان على التبغ ، و التعب المزمن ، و الإنهاك الانفعالي، و عدم القدرة على مواجهة الضغوط ، و آلام الرأس ، و ارتفاع ضغط الدم ، وفقدان الثقة بالنفس ، و قلة تعاون زملاء المهنة ، و عدم تفهم أولياء الأمور لمشكلات أبنائهم الدراسية ، بالإضافة إلى كثافة المنهاج الدراسي و عدم ملائمته للنمو العقلي للمتعلمين، و نقص التكوين النفسي و المعرفي للمعلمين ، و نقص الكفاءة المهنية للمعلم، ومواجهة المعلم للكثير من المشكلات السلوكية و الانفعالية للمتعلمين من بينها :العنف و العناد ، و اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه ، و عدم الرغبة في الدراسة . . إلخ .

و يرى عبد العزيز القوصي أن " المدرس يكون كارها لمهنة التدريس و ذلك بسبب إخفاقه فيها ، أو بسبب خطورة مسؤولياتها و كثرة صعوباتها ، و عدم تقديره درجة قصوره فيها عند بدئه ممارستها .

و قد تكون بسبب مشكلاته في الأسرة أو في العلاقات الزوجية و المشكلات الاقتصادية و غير ذلك ، ومن ثم يأتي المدرس محملا بهذه المشكلات بعضها أو كلها ، فيقف أمام نفر من الأطفال ، كل له مشكلته ، و تاريخه ، و يكلف حينذاك أن يظهر بأحسن خلق ممكن ، و أن يكون لتلميذه مهما صدر منه – في مقام المرشد و الأخ الأكبر ، ليس معنى ما تقدم أن نرسم صورة قائمة عن الموقف ، و لكن الغرض هو أن نبين كيف أن علم النفس يساعدنا على أن نكشف مشكلاتنا بصورة صحيحة فيصبح أكثر مقدرة على التحكم فيها".(**عبد العزيز القوصي ، 1952 ، 234-235**)

ب. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية :" توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس"

الجدول رقم (9): دلالة الفروق لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي حسب متغير الجنس .

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	df	مستوى الدلالة
المعلمون	61.42	4.13	0.506 -	99	0.672
المعلمات	61.91	4.69			

المتوسط الحسابي للمعلمين يبلغ 61.42 و انحراف معياري قدره 4.13 ، في حين كان المتوسط الحسابي للإناث 61.91 و الانحراف المعياري قدره 4.69 و قيمة "ت" أصغر من قيمة " ت " الجدولية عند مستوى الدلالة 0.672 تبين أن الفرق غير دال إحصائيا و نرفض الفرضية التي تنص على " وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس" .

اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة مسعودي أمحمد2015 و دراسة فؤاد صبيرة و آخرون2014 ، ففي دراسة مسعودي أمحمد 2015 بعنوان : " مستوى الارتياح النفسي و الفاعلية الذاتية لدى المعلمين " ، حيث تم التوصل إلى أن الاتزان الانفعالي ليس له خصوصية تتعلق بجنس المعلم و يرجع هذا إلى الفرص المتساوية المتاحة لجميع الفئات من المعلمين باختلاف الجنس ، كما أن ظروف العمل اليوم صارت تقريبا متساوية ، فتحسين الراتب و فرص الترقية إلى مناصب عليا جعلت المعلمين يعبرون عن ارتياحهم ، و أصبح الإشراف التربوي اليوم يتميز بالمرونة و السلاسة على عكس السابق ، فتقرب المفتش من المعلمين و مرافقتهم و مساعدتهم في أداء مهامهم جعل الفروق تزول ، هذه العوامل تجعل المعلمين في درجات متقاربة في التعبير عن سعادتهم واطمئنانهم و رضاهم و راحتهم ، كما أن المعلمين الذين يحظون بالدعم و التشجيع من قبل المديرين و المفتشين في ظل الإصلاحات التي تتماشى و عصر التكنولوجيا و العولمة ، و الدعم و المساندة يمكنهم من النجاح في مهنتهم ، و بالتالي راحتهم دون مفاضلة بينهم مهما كان جنسهم أو مكان عملهم أو أقدميتهم . (**مسعودي أمحمد ، 2015، 161-16**)

وتوصلت دراسة فؤاد صبيرة و آخرون 2014 أن السبب في ذلك يتمثل في الآلية النفسية المتشابهة بين كلا الجنسين إذ لا يختلف كثيرا مقدار التأثر النفسي الاجتماعي ربطا بالمتغيرات المحيطة سواء على الذكور أو على الإناث ، بخاصة في المهنة التي لا تتطلب مجهودا كبيرا و مهنة التدريس من المهن المرغوب فيها سواء الذكور أم الإناث ، و ذلك ما أشارت إليه دراسة سيتل و آخرون Spittele &et al 2009 من أن التدريس مهنة سهلة و كان ذلك من أسباب الالتحاق بها ، بالإضافة إلى فترة الدوام ووجود عطلة نهاية كل عام دراسي (العطلة الصيفية) مما توفر وقتا مناسبا للمعلمين و المعلمات للاعتناء بالأطفال و الأسرة و ذلك ما لا يتوافر في المهن الأخرى .(**فؤاد صبيرة و آخرون ، 2014 ، 368**)

نصت نظريات علم النفس في تطور الشخصية (تنمو الشخصية من التفاعل بين الأسس البيولوجية و الأسس الاجتماعية) ، و الثاني إلى مستوى المساواة الذي توصلت إليه المدرسة الجزائرية في الحقوق و الواجبات بين الجنس حتى أصبح تأثير الجنس غير وارد في كثير من القضايا . (**بوبكر دبابي و عقيل بن ساسي ، 2010، 40**) .

ج. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المؤهل العلمي

الجدول رقم (10): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متغير الاتزان الانفعالي حسب متغير المؤهل العلمي

المجال	مصدر الفروق	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف	قيمة (p)	مستوى الدلالة الإحصائية
مجموع المجالات	بين المجموعات	52.095	2	25.547	1.295	0.279	غير دالة عند 0.05
	داخل المجموعات	1913.655	97	19.725			
	المجموع	1964.750	99	/			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متغير الاتزان الانفعالي حسب متغير المؤهل العلمي ، حيث أن مستوى المعنوية لقيمة (p)هو 0.279 لاختبار (ف) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) و هي غير دالة إحصائيا ، و بالتالي تحققت الفرضية الصفرية .

و تتفق الدراسة الحالية مع دراسة كل من مسكين عبد الله ومكي محمد 2014 ، وحسين 1994 و يمكن تفسيرها بأن معظم المعلمين يعملون في بيئة مهنية متشابهة إلى حد ما فيما يواجهونه يوميا من التعليمات التي يسيرون وفقها ، أو البرامج التي يتداولون على العمل بها ، و حتى الإدارة التي يعملون تحت لوائها ...و كل هذه المؤشرات ترمي بأن المؤهل العلمي لدى المعلم يمكنه التوافق مع الوضعيات المتشابهة نوعا ما سواء كان المعلم ذو مستوى ثالثة ثانوي أو متخرجا من المعهد أو بكالوريا أو جامعي .(**مسكين عبد الله و مكي محمد، 2014، 99**)

و يرى الباحث أن كثرة الضغوط التي يتعرض لها المعلمون باختلاف أجناسهم و مؤهلاتهم العلمية من أبرزها الضغوط المهنية الناتجة عن عبء الدور ، أو عن طبيعة مهنة التعليم الشاقة ، أو الضغوط الإدارية الناتجة عن كثرة التعليمات و المراسلات من جهة وانعقاد الاجتماعات المملة و غير المجدية في أغلبها ، و الضغوط النفسية الناشئة عن معانات المعلمين من مشاكل صحية و اجتماعية كنقص الراتب أو تأخره ، كل هذه الضغوط تحتم على المعلمين أن يبذلوا الجهد الكافي ، و يتفاعلوا فيما بينهم و الاستفادة من ذوي الخبرة ، كل هذه المؤشرات تجعل الفروق بين المعلمين في الاتزان الانفعالي حسب المؤهل العلمي تتقارب و تكاد تنعدم.

د. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الخبرة .

الجدول رقم (11) : نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متغير الاتزان الانفعالي حسب متغير الخبرة

المجال	مصدر الفروق	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف	قيمة (p)	مستوى الدلالة الإحصائية
مجموع المجالات	بين المجموعات	105.665	2	52.832	1.128	0.328	غير دالة إحصائيا عند 0.05
	داخل المجموعات	4544.045	97	46.846			
	المجموع	4649.710	99	/			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متغير الاتزان الانفعالي حسب متغير الخبرة ، حيث أن مستوى المعنوية لقيمة (p)هو 0.328 لاختبار (ف) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) و هي غير دالة إحصائيا ، و بالتالي تحققت الفرضية الصفرية .

و يمكن تفسير ذلك أن المعلمين يكتسبون مزيدا من الخبرات خلال التدريب في أثناء الخدمة قبل الالتحاق بمهنة التعليم ، لذا فإن الفروق بين المعلمين التي تعزى لمتغير الخبرة تكاد تنعدم ، بالإضافة إلى أنه كلما زادت سنوات الخبرة بسبب الفترة التي قضاها المعلم أو المعلمة في العمل بمهنة التدريس زادت الأعباء ، و من ثم زادت قدرتهم على التعامل معها بشكل أمثل و زادت قدرتهم على تحمل المسؤولية الملقاة على عاتقهم ، يقابل ذلك حماس و دافعية المعلمين الذين التحقوا حديثا أو أمضوا فترة قليلة في هذه المهنة ، و ربما يفسر ذلك بتلاشي أثر الخبرة في شعور المعلمين بالتوافق مع مهنة التدريس .(**فؤاد صبيرة و آخرون ، 2014 ، 369-370**)

- خلاصة :

ما يمكن استخلاصه من نتائج لهذه الدراسة و المعنونة ب " مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية . " : تحقق الفرضية الأولى وهي : تمتع معلمي المرحلة الابتدائية بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي .عدم تحقق الفرضية الثانية : عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس .عدم تحقق الفرضية الثالثة و هي : عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المؤهل العلمي .عدم تحقق الفرضية الثالثة و هي : عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الخبرة .

- اقتراحات :

- إنشاء مكتب خاص بالمختص النفسي يقوم بالرعاية النفسية للمعلم ، و يقدم الخدمات النفسية التي يحتاج إليها المعلم أثناء أدائه لمهنة التدريس .

- توفير كل ما يحتاجه المعلم من وسائل تعليمية ووسائل إيضاح تعينه في عمله ، و تبعث فيه طاقات الابتكار و الإبداع و تطور دافعيته للانجاز .
- تحفيز و تشجيع المعلم بكل ما من شأنه أن يعزز صحتة النفسية.
- إجراء دراسات ميدانية تهدف إلى تنمية الصحة النفسية للمعلم.
- توفير البيئة المناسبة لقيام المعلم بدوره في أحسن الظروف ، و ذلك بتجنيبه الضغوط المهنية و الإدارية التي من شأنها عرقلة أدواره التربوية و التعليمية و الاجتماعية .
- توفير ظروف مادية و فيزيقية جيدة و ذلك حفاظا على الصحة الجسمية للمعلم و تجنيبه الإصابة بالأمراض والاضطرابات كالطبشور الرديء الذي يؤدي إلى الربو ، و التهاب الحبال الصوتية ، و تنظيف الأقسام و تهويتها.
- فسح المجال للمعلم للتكوين العلمي و للدراسات الجامعية ، و ذلك يحفزه و يشجعه على البحث التربوي ، و يسهل له مهنة التدريس ، و من جهة أخرى يزداد اتزانه الانفعالي ، و يضمن مستقبله المهني .
- إعادة النظر في أسلوب الإشراف و التوجيه التربوي المعتمد من طرف المفتشين مع المعلمين خاصة الجدد منهم ، و اعتماد العدالة و المرونة في التقييم .
- إعادة النظر في نظام الترقية المعتمد من طرف وزارة التربية و ذلك بمنح فرص التقدير للمعلمين الأكفاء و ذوي الخبرة المهنية العالية و الممتازين و المتميزين، و مكافئتهم أحسن مكافأة على الجهود المبذولة .
- تحسين الجانب المادي ، و رفع مستوى دخل المعلم ، و ذلك بزيادة المنح و العلاوات ، كمنحة التعويض عن العجز في الصوت و البصر و مرض الأعصاب ، ومنحة الأمراض المهنية ، و مخاطر المواد الكيميائية أو الطبشور ...إلخ .

- قائمة المراجع :

1/ مسعودي أمحمد، (2016) ، **الارتياح النفسي و الفاعلية الذاتية لدى المعلمين** ، أطروحة دكتوراه منشورة في علوم التربية ، جامعة وهران ، الجزائر .

2/ مسكين عبد الله و مكي محمد .(2014). **الفروق في العصابية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية**، مجلة دراسات نفسية ، العدد 13، 2014 ، 86-99 .

3/ بشير معمرية ، (2012) ، **مصدر الضبط و الصحة النفسية وفق الاتجاه المعرفي السلوكي**، الجزائر ، دار الخلدونية للنشر و التوزيع .

4/ فضيلة عرفات محمد السبعاوي.(2008) . **قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين و المعلمات الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم و التفتيش و الاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي و أقرانهم الذين لم يتعرضوا لها** ، المجلد 15 ، العدد 3 ،2008، 268- 273.

5/ زيدي ناصر الدين ،(2007) ، **سيكولوجية المدرس** ، ط 2 ، الجزائر ، ديوان المطبوعات الجامعية .

6/ محمد ريان ،(2006)، **الاتزان الانفعالي و علاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة** ، رسالة ماجستير (منشورة) في علم النفس و علوم التربية ، جامعة الأزهر ، فلسطين .

7/ هيثم زبيدي و شيماء العبيدي ، (2011)، **قياس الاتزان الانفعالي و علاقته بتحقيق الأهداف لدى الموهوبين** ، المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين و المتفوقين ، جامعة بغداد ، العراق .

8/ أديب محمد الخالدي ، (2009) ، **المرجع في الصحة النفسية** ، ط 1 ،الأردن ، دار وائل للنشر .

9/ قاسم محمد عبد الله ، (2008) ، **مدخل إلى الصحة النفسية** ، ط 4 ، الأردن ، دار الفكر .

10 / صلاح الدين شروخ و آخرون، (2003)، **منهجية البحث العلمي**، الجزائر ، دار العلوم للنشر و التوزيع .

11/ فؤاد صبيرة و آخرون . (2014). **الضغوط النفسية و علاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي و معلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية** ، مجلة جامعة تشرين للبحوث و الدراسات العلمية جامعة تشرين ، المجلد 36 ، العدد 4 ، 2014 ،369- 370 .

12/ حمزة الأحسن . (2015) . **الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية و انعكاساتها على مستوى تقدير الذات لديهم** ، مجلة العلوم النفسية و التربوية ، المجلد1 ، العدد1 ،2015، 188- 215 .

13/ بوبكر دبابي و عقيل بن ساسي . (2010) . **مقارنة مستوى الاحتراق النفسي عند كل من معلمي المرحلة الابتدائية و أساتذة التعليم المتوسط و أساتذة التعليم الثانوي** ، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، 40 .

14 / حسين عبد الحميد عيسى ، (2013) ، **الذكاء الاجتماعي و علاقته بالاتزان الانفعالي و الرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور بمحافظة غزة** ، رسالة ماجستير (منشورة) في علم النفس ، الجامعة الإسلامية ، فلسطين .

15/ أسماء لشهب و براهمي إبراهيم ، (2017) ، **معلم المرحلة الابتدائية و تحديات تعامله مع التلاميذ ذوي صعوبات التعلم** ، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، العدد 30، 2017 ، 227 .

16/ سيد صبحي ، (2003) ، **الإنسان و صحته النفسية** ، مصر ، مكتبة الأسرة .

17/ عبد العزيز قوصي ، (1952) ، **أسس الصحة النفسية** ، ط4 ، مصر ، مكتبة النهضة المصرية .

18/ عبد المجيد نشواتي ، (2003) ، **علم النفس التربوي** ، ط4 ، مصر ، دار الفرقان للنشر و التوزيع .

19/ شارف خوجة مليكة ، (2011) ، **مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين – دراسة مقارنة في المراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي ، متوسط ، ثانوي)** ، رسالة ماجستير(منشورة) في علم النفس و علوم التربية ، جامعة تيزي وزو ، الجزائر .

20/ عقون آسيا ، (2012) ، **الضغط النفسي المهني و علاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة** ، رسالة ماجستير (منشورة) في علم النفس العيادي ، جامعة سطيف ، الجزائر .

21/ حامد عبد الله طلافحة ، (2013) ، **ضغوط العمل عند معلمي الدراسات الاجتماعية للمرحلة الأساسية في الأردن و المشكلات الناجمة عنها** ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية و النفسية ، المجلد 21 ، العدد 1 ، 257- 294 .

22/ صالحي سعيدة ، (2012) ، **سمات الشخصية في منظور العوامل الكبرى للشخصية** ، مجلة الباحث ، العدد 6 ، 2012، 34- 42.

23/ محمد كمال محمد حمدان ، (2010) ، الاتزان الانفعالي و القدرة على اتخاذ القرار لدى ضباط الشرطة الفلسطينية ، رسالة ماجستير (منشورة) في علم النفس ، الجامعة الإسلامية غزة ، فلسطين .

24/ محمد سلمان مسلم ضحيك ، (2004) ، **القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظات غزة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي** ، رسالة ماجستير(منشورة) في علم النفس ، الجامعة الإسلامية بغزة ، فلسطين .

25/ مجدي . (2015) . الصحة النفسية ، (التاسعة ، 15 سبتمبر ، 2015) من الموقع : **Forums .alkafeel .net**

/forum/archive/49332.htmwww.bafree.net

26/ مجدي. (2015) . الصحة النفسية ، التاسعة ، 16 سبتمبر ، 2015)