الضغوط النفسية لدى الأساتذة الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموغر افية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط

Psychological pressure among university professors according to some demographic variables at the University of Amar Thelidji Laghouat

لمين عياط*
جامعة عمار ثليجي بالأغواط
Amine Ayate
University of Laghouat
ayateahmedamine@yahoo.fr

محمد بوفاتح
جامعة عمار ثليجي بالأغواط
Mohamed Boufatah
University of Laghouat
boufatahmohmed@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2022/07/07 تاريخ القبول: 2021/03/14 تاريخ النشر: 2022/04/03

- **الملخص:** هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية للأساتذة الجامعين والفروق فيها وفق بعض المتغيرات الديموغرافية (الجنس، العمر، الخبرة). ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة تم بناء أداة لقياس الضغوط النفسية تكونت من (68) فقرة موزعة على عشرة أبعاد، وتم التحقق من صدق وثبات الأداة، وقد شملت عينة الدراسة (117) أستاذا جامعيا من جامعة عمار ثليجي بالأغواط الجزائر. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية مهما كان نوع المتغيرات الديموغرافية، وأن الأساتذة يعانون من ضغوط نفسية متوسطة الشدة، بمعنى آخر فإن أفراد عينة الدراسة يتعرضون للضغوط النفسية المرتبطة بالمصادر المدروسة، وعليه نقترح ما يلي:

- الاهتمام بالأستاذ الجامعي من الناحية المادية والسكنية والاجتماعية والإستراتيجية.
- إجراء دراسات لمعرفة الآليات والإستراتيجيات التي يقاوم بها الأستاذ الجامعي الضغوط النفسية.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي، الضغط الأكاديمي، المتغيرات الديمغرافية، الاستاذ الجامعي.

Abstract: The study aimed to identify the psychological pressures of university professors and the differences in them according to some demographic variables (gender, age, experience). In order to achieve the goals of the study, a tool was built to measure psychological stress, which consisted of (68) items distributed across ten dimensions. The validity and reliability of the tool were verified. The study sample included (117) university professors from the University of Ammar Thaliji in Laghouat, Algeria. The results indicated that there were no differences between the teachers in the psychological pressures, regardless of the type of demographic variables (gender, age, experience) . Teachers suffer from moderately severe psychological stress, in other words, the study sample members are exposed to psychological pressures associated with the sources studied, so we suggest:

- Attention to the university professor in terms of material, residential, social and strategic.
- Conduct studies to find out the mechanisms and strategies by which the university professor resists psychological stress.

*- المؤلف المرسل

Key words: psychological pressures, Academic pressure, Demographic variables, University Professor

- مقدمة ومشكلة الدراسة:

لاشك أن الأستاذ الجامعي يتعرض في أداء مهامه إلى ضغوط عديدة، كالإشراف على الرسائل الجامعية بنوعيها التدرج وما بعد التدرج، والقيام بالبحوث والدراسات داخل الجامعة في إطار فرق البحث، أو في إطار شراكات مع هيئات المجتمع المدني، أو في إطار مبادرات شخصية، بالإضافة إلى دوره الأساسي، وهو التدريس سواء المحاضرات أو الأعمال الموجهة، وما تتطلبه من إعداد وإلقاء، وهذا الدور يصبح أكثر ضغطا إذا علمنا أن عدد الطلبة في تزايد مستمر داخل الفصل الواحد، وما يتبعها من إعداد ومراقبة وتصحيح الامتحانات، ومطالب التأليف العلمي، وكذا القيام بتنوير وتنشيط المجتمع بمداخلاته الإذاعية أو التلفزية أو الصحفية، وعضويته في اللجان العلمية والإدارية ومشاركته في الندوات والملتقيات العلمية المحلية منها والدولية، والمشاركة في تحكيم ومناقشة الرسائل العلمية، والمشاركة في تحكيم المقالات العلمية، وقيامه بأدوار إدارية ومسؤولية على الكليات والأقسام، بالإضافة إلى متطلبات الأسرة ؛ فقد وجد "جمليش" وآخرون Gmelch et al)1984) أن الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأستاذ الجامعي مردها إلى المصادر التالية: عدم توفر دعم كاف للقيام بالبحث العلمي، تدني الدخل صعوبة في نشر المقالات العلمية، فضلا عن النصاب الأكاديمي الزائد، وفي دراسة أجراها "مليندز" و"ديغزمان"1983م Melendez) (& Deguzman وجدا أن مصادر الضغوط النفسية متعلقة بالزملاء، والطلبة، والإدارة ؛ بينما توصل "سلدن"1987م (Seldin) إلى أن مصادر الضغوط النفسية تتمثل في قلة المشاركة في رسم الأهداف والخطط الجامعية بالإضافة إلى العبء الأكاديمي، وتوقعات مستقبلية غير واضحة ومجهولة، وعلاقات بالطلبة غير مرضية ؛ وهذا ما أشارت له دراسة "لاركن" و" كلاجت" 1981م (Larkin & Clagett) في أن أهم مصادر الضغوط النفسية هي: الأمور الأكاديمية ونسبتها 32%، الشؤون الطلابية ونسبتها 28%، الأمور المالية ونسبتها 15% وأمور أخرى بنسبة 25%.

وهذا ما توصلت إليه كذلك دراسة "داي"1991م(Dey) حيث وجدت أن من مصادر الضغوط النفسية الغياب عن العمل، البطء في انجاز العمل، فالمهام الرئيسية للأستاذ الجامعي هي التدريس والبحث العلمي وخدمة المجتمع، وكلها تشكل عبءً كبيرا على أعضاء هيئة التدريس الجامعي في اتجاه تطوير معارفهم بشكل مستمر، وجعل أفكارهم جديدة حتى يصلوا بطلابهم إلى امتلاك مهارات التفكير العلمي السليم، وبالرغم من هذا الدور الريادي إلا أن هذه المهمة تسبب لهم إجهادا نفسيا وعصبيا وجسميا، إن وجود هذه الضغوط النفسية لدى الأساتذة الجامعيين

قد تدفع بهم إلى انخفاض دافعيتهم للإنجاز، وتقلل من مستويات طموحاتهم، وقد تنعكس عليهم بالإيجاب فيستمروا في العمل وفق معاييره المطلوبة له.

فالضغوط النفسية ظاهرة نفسية مثلها مثل الظواهر النفسية الأخرى كالقلق والعنف وغيرها، والأستاذ الجامعي يعتبر في كثير من الأحيان أستاذا وباحثا وإداريا ورب أسرة، فتعرضه للضغوط النفسية قد يحول دون تفكيره في مستوى طموح لائق به وبمكانته العلمية والاجتماعية نتيجة لكثافة وكمية الضغوط النفسية التي يتعرض لها طيلة اليوم الدراسي والعام الدراسي.

فتعدد مهام الأستاذ الجامعي وتنوعها، قد تنهك طاقته الجسمية والنفسية. وفي ظل ذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على التساؤلات التالية:

- هل توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الجنس؟

- هل توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: العمر؟

. هل توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الخبرة؟

- فروض الدراسة

- توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الجنس.

- توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: العمر.

- توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الخبرة.

- أهداف الدراسة:

- الكشف عن طبيعة الفروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الجنس (ذكور –إناث)

- الكشف عن طبيعة الفروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: العمر.

- الكشف عن طبيعة الفروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الخبرة.

- أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من أهمية الموضوع الذي تتناوله، وفي أهمية الأهداف التي رسمتها حول الضغوط النفسية لدى الأساتذة الجامعيين (أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط)، فدراستنا لها تمكننا من التنبؤ بأداء هؤلاء الأساتذة، ومن ثم فإن أهمية الدراسة تتبلور في النقاط الآتية:

- إن التعرف على الضغوط النفسية لدى أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط وقياسها يعد في غاية الأهمية لكل من القيادات الإدارية والبيداغوجية الجامعية والأساتذة الجامعيين، وذلك من أجل وضع الخطط والبرامج لتعديل ظروف العمل إن كان هناك ما يستدعى ذلك، واعتماد أساليب جديدة لمقاومة الضغوط النفسية والرفع من أداء الأستاذ الجامعي.

- تحاول الدراسة الكشف على الفروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الجنس، العمر، الخبرة.

- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

استنادا للإطار النظري للدراسة الحالية فإن الباحث يعرف متغيرات دراسته إجرائيا على النحو التالي:

1- الضغوط النفسية: (Stress): هي تلك الصعوبات والعوائق المادية والمعنوية المتكررة التي تواجه الأستاذ الجامعي في بيئته الجامعية والأسرية والاجتماعية، وتعوق قدرته على تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته، ويتصف الأستاذ بحالة نفسية شعورية تتسم ببعض المظاهر النفسية والجسمية المدرجة في أبعاد استبيان الضغوط النفسية، وتقاس في الدراسة الحالية بهذه الأبعاد، والأبعاد هي:

2- صراع الدور: ونقصد به ذلك الشعور الذي يقع فيه الأستاذ الجامعي نتيجة لقيامه بدورين متعارضين في آن واحد.

3- غموض الدور: ونقصد به ذلك الشعور الذي يشعر به الأستاذ الجامعي عندما يرى نفسه مغيبا عن قضايا تخص عمله وأدواره ومسؤولياته.

4 - ضغوط التدريس (الطلبة): ونقصد بها تلك السلوكات الصادرة عن الطلبة تجاه الأستاذ، وما تسببه من إزعاج أو عائق في تأدية مهامه.

5- عبء العمل: ويتمثل في تلك الأعمال الكثيرة التي يقوم بها الأستاذ الجامعي وتشكل عائقا له بدنيا ونفسيا، ويعجز عن التكيف معها، وتنقسم إلى نوعين أحدهما كمي يتمثل في زيادة حجم العمل المطلوب إنجازه، كالتدريس، والثاني هو العبء النوعي والذي يتطلب مهارات صعبة، مثال ذلك متابعة الإشراف.

6-الضغوط الأكاديمية: وهي تلك الضغوط العلمية والمعرفية التي تثقل عاتق الأستاذ الجامعي والتي تتطلب منه إنجازات مستمرة.

7- عدم المشاركة في صنع القرارات: ونعني بها عدم مشاركة الأستاذ الجامعي في صنع قرارات القسم أو الكلية أو الجامعة، ويتم ذلك بعدم استدعاءه لحضور الاجتماعات أو عدم استشارته، أو الأخذ برأيه في القضايا الجامعية.

8- التفاعل مع الزملاء: نقصد به تلك الصعوبات التي يجدها الأستاذ الجامعي في التعامل والتواصل مع زملائه الأساتذة.

9- الضغوط العائلية والاجتماعية: ونعني بها تلك المشكلات التي يصادفها أو يتعرض لها الأستاذ الجامعي في محيط عائلته، أوفي بيئته الاجتماعية والتي تنغص حياته.

10- ضغوط المستقبل: ويقصد بها تلك التغيرات الفيزيقية والسياسية والاجتماعية والاقتصادية الحاصلة في الحياة أو التي يتوقع حصولها، والتي تخلق صعوبات في حياة الأستاذ الجامعي.

11- المساندة الاجتماعية: ونعني بها افتقاد الأستاذ الجامعي للدعم العائلي والاجتماعي حيث يشعر على أنه وحيد.

12- الأستاذ الجامعي: هو ذلك الشخص المتحصل على شهادة الماجستير أو الدكتوراه، ويعمل في جامعة عمار ثليجي بالأغواط (الجزائر) بصفة دائمة، ويقوم بتدريس عدد من المقاييس الدراسية النظرية والتطبيقية حسب نوع التخصص، ويقوم بالإشراف على الطلبة سواء في التدرج أو ما بعد التدرج، ويشارك في الملتقيات والندوات الداخلية والخارجية، ويشارك في اللجان العلمية والإدارية، أو المجالس العلمية، أو مجالس الإدارة وقد يمارس مهاما إدارية وبيداغوجية، من عميد كلية أو أحد نوابه، إلى رئيس قسم أو نائبه، أو رئيس مجلس علمي للكلية، أو رئيس اللجنة العلمية للقسم، أو رئيس الميدان، أو رئيس شعبة أو تخصص ما.

- الإطار النظري والدراسات السابقة

1- مفهوم الضغط النفسي: ان كلمة الضغط تشير إلى عدة دلالات في ميادين مختلفة منها ما هو طبي وفيزيائي وإنساني واجتماعي، ونفسي، ففي المجال النفسي على سبيل المثال لا الحصر تشاع

كلمة الضغط النفسي (stress)، والضغوط النفسية، وضغط العمل، الضغوط المدرسية، والإجهاد المهني، وغيرها من المصطلحات المتداولة في الدراسات الأبحاث التربوية والنفسية.

ففي اللغة الفرنسية والإنجليزية نجد أن كلمة (stress) المصطلح الأكثر اتفاقا واستخداما بين الباحثين وتعني في كما وردت في قاموس (Larousse) كما يلي:

- الضغط العالي، إرغام، إجهاد (Larousse,2002, p. 329)، على أنه يجب الإشارة أن كلمة (Pressure) الإنجليزية تعني كذلك نفس المعنى، وجاء شرحها على النحو التالي:

- الضغط، الضيق، إلحاح، بل هي مرادفة لكلمة (Stress) كما وردت في نفس القاموس السابق الذكر. (Larousse,2002,p. 258).

أما قاموس (Le Robert) فيشرح كلمة (Stress) بنفس الدلالات والمعنى التي وردت في قاموس (Larousse) (Michel Legrain,1997,p. 1826).

بينما في اللغة اللاتينية فقد جاءت كلمة (Stress) بلفظ (Stringere) وترمز للضغط للضيق، للحصر (Jean Benjamin Stora ,1995, p. 03).

والفضل يعود بالأساس إلى الطبيب "هانز سيلي" (Hans Selye) الذي توصل إلى المصطلح بعد أبحاث عدة، وتجارب معملية على الحيوان والإنسان أجراها بجامعة مونتريال بكندا، ففي العشرينيات توصل إلى زملة الأعراض العامة للمرض (Syndrome General Maladie) وهي استجابة غير نوعية ضد المرض (Jean Benjamin Stora,1995, p. 06).

وفي سنة 1936 نشر أول مقال له حول الموضوع في مجلة (Nature) بعنوان: (A Syndrome Produced By Diverse Nocuous Agents). ومن ذلك جاء اكتشافه للضغط النفسي؛ وفي 1936م نشر مقالا تطرق فيه إلى طبيعة الاستجابات غير المحدودة والمثيرة بواسطة عامل فيزيائي شديد، وابتداء من سنة 1950م شرع (Hans Selye) في نشر تقارير سنوية تتضمن نتائج أبحاثه وتجاربه إلى غاية 1956م، حيث أطلق مصطلح (Stress) على كتاب أصدره بعنوان (ضغوط الحياة) (The Stress Of Life) جمع فيه جميع أبحاثه وتقاريره. (Dominique Chalvin,1985,p. 10)، ومن ذلك التاريخ أصبح يعرف هذا المصطلح في الأبحاث النفسية والاجتماعية والإنسانية والبيولوجية بهذا الاسم.

ولقب "هانز سيلي" بأبي الضغط النفسي، ولم يستعمل هذا المصطلح في كتاباته الأولى إلا في الخمسينيات (Jean Benjamin Stora,1995,p.06) وأشار إلى زملة التكيف (GAS) ليشير بها إلى محاولات الجسم للدفاع عن نفسه ضد العوامل الضارة.

2- تعريف الضغط النفسي:

وحسب (Vera Peiffer,2001)، فإننا لا نكاد نجد تعريفا جامعا مانعا لمفهوم الضغط النفسي (Stress) يجمع عليه علماء النفس والباحثون بسبب عدم وضوحه (Vera Peiffer,2001,p.,18)، ويؤكد (Selye ,1980) ذلك بأنه يحمل مفهوم النسبية، فهو مفهوم علمي يعاني من غموض في فهمه ومعرفته المعرفة الجيدة. (Selye ,1980,p. 127).

وهذا ما يذهب إليه كذلك "هارون توفيق الرشيدي" من أن محاولة تعريف الضغط النفسي من المحاولات التي يكتنفها كثيرا من الصعوبات من الناحية العلمية. معللا ذلك بأن الضغوط النفسية هي ظاهرة معقدة ومتداخلة الأبعاد. (الرشيدي، 1999، ص. ص ص. 15.14).

فهناك من عرف الضغط من خلال المسببات وأثرها، ومنهم من عرفه من خلال طريقة الاستجابة للضغوط، وآخرون عرفوه من خلال تطور العلاقة بين المثير والاستجابة وما يتوسطهما من عمليات داخلية، ومنها ظهر الاتجاه الفيزيقي الذي يرى الضغط كقوة فيزيقية خارجية مثل تعريف "ريس" 1976م (Rice) وتعريف "كوباسا" 1979م ؛ أو الاتجاه الفسيولوجي كما اتضح في تعريف "سيلي" 1976م (Selye) ، أو الاتجاه النفسي كما في تعريف "ماندلر" 1984م، أو الاتجاه التفاعلي المعرفي كما في تعريف "لازاروس "1976م (Lazarus) و" بترسون " 1997م (Patterson).

وفي سنة 1936م نشر أول مقال له حول الموضوع في مجلة (Nature) بعنوان: (A Syndrome Produced By Diverse Nocuous Agents). ومن ذلك جاء اكتشافه للضغط النفسي؛ وفي 1936م نشر مقالا تطرق فيه إلى طبيعة الاستجابات غير المحدودة والمثيرة بواسطة عامل فيزيائي شديد، وابتداء من سنة 1950م شرع (Hans Selye) في نشر تقارير سنوية تتضمن نتائج أبحاثه وتجاربه إلى غاية 1956م، حيث أطلق مصطلح (Stress) على كتاب أصدره بعنوان (ضغوط الحياة) (The Stress Of Life) جمع فيه جميع أبحاثه وتقاريره. (Dominique Chalvin,1985,p.10)، ومن ذلك التاريخ أصبح يعرف هذا المصطلح في الأبحاث النفسية والاجتماعية والإنسانية والبيولوجية بهذا الاسم.

ولقب "هانز سيلي" بأبي الضغط النفسي، ولم يستعمل هذا المصطلح في كتاباته الأولى إلا في الخمسينيات (Jean Benjamin Stora,1995,p. 06) وأشار إلى زملة التكيف (GAS) ليشير بها إلى محاولات الجسم للدفاع عن نفسه ضد العوامل الضارة. (Kimble, C. E,1990, p. 508)

- الدراسات السابقة:

وسنعرض لعدد من الدراسات السابقة التي أجريت على الأساتذة الجامعيين، ويمكن الإشارة للدراسات التالية:

1- دراسة "محمد عبد الرحمن الشقيرات "2001: وأشارت النتائج إلى أن أعضاء هيئة التدريس الأصغر عمرا هم أكثر عرضة للضغوط النفسية، ولم تشر النتائج إلى وجود فروق في شدة الضغوط النفسية بين أعضاء هيئة التدريس في الكليات المختلفة أو فروق راجعة إلى اللقب العلمي أو الخبرة. (الشقيرات،2001، ص.280).

2- دراسة "حسن محمود شمال المحمداوى" 1990: قام بدراسة لقياس الضغوط المهنية لدى أعضاء الهيئة التدريسية في جامعتي: المستنصرية وبغداد بالعراق، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في الضغوط المهنية لأعضاء هيئة التدريس في الجامعة تبعا لمتغيرات الجنس، وسنوات الخبرة الجامعية، الاختصاص، واللقب العلمي وتكونت عينة الدراسة من (323) تدريسيا في جامعتي بغداد والمستنصرية، وأشارت النتائج أن أعضاء الهيئة التدريسية يعانون ضغوطا مهنية كبيرة تبعا لسنوات الخدمة واللقب العلمي والجنس، وأن الاختصاصات الإنسانية أكثر تعرضا للضغوط من الاختصاصات العلمية، كما أن الإناث أكثر تعرضا للضغوط من الذكور، كما بينت النتائج بأن الأساتذة الأقل خبرة من خمسة سنوات أكثر تعرضا للضغوط المهنية، ثم الأساتذة التي تتراوح خبرتهم ما بين خمس سنوات وعشرة سنوات، ثم الأساتذة التي تتراوح خبرتهم ما بين إحدى عشر وتسع عشر سنة، ثم الأساتذة التي تفوق خبرتهم عشرون سنة. (المحمداوي،1990، ص ص. 75-84).

3- دراسة "آجري بليكس "1994 (Blix): هدفت للتعرف على الضغوط التي تواجه أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات المتواجدة شرق الولايات المتحدة الأمريكية، حيث اتضح من خلال إجابات (40%) من عينة الدراسة والبالغ عددها (400) مدرس جامعي، وجد أن الإناث أكثر ضغطا بسبب العبء التدريسي. (Blix, Arlene Gray, And other ,1994,PP.157-169)

4- دراسة "ولفجانج"1993م (Wolfgang): قام بدراسة بكليات الصيدلة بجامعات غرب الولايات المتحدة الأمريكية، وهدفت لمعرفة ضغوط العمل والرضا الوظيفي لأعضاء هيئة التدريس بهذه الكليات، وتكونت عينة الدراسة من (538) عضو هيئة تدريس، وتوصلت الدراسة إلى أن التفاعل مع الطلاب وحجم العمل تأثيرهما قليل في التعرض بضغوط العمل، كما لم تظهر النتائج فروقا بين الأساتذة في ضغوط العمل تعزى للجنس والخبرة والعمر (Wolfgang, Alan P.,1993,P-P,215-221).

5- دراسة "فهرر" سنة1979م (Faherer): أجرى دراسته على أساتذة الجامعات الأمريكية فوجد أن نسبة كبيرة من أعضاء الهيئة التدريسية من الشباب أكثر تعرضا من أكبر منهم سنا، وبناء على ذلك وضح أن أساتذة الجامعة معرضون إلى ضغوط كبيرة في التدريس، وإجراء البحوث والإشراف

على طلبة الدراسات العليا فضلا عن مسؤولياتهم ومهماتهم الأخرى التي تتعلق بالعائلة. (طاهر، 2003، ص ص. 37.36).

- مصادر الضغط النفسي:

تختلف مصادر الضغط النفسي باختلاف الأفراد والمواقف والبيئات، فالأفراد يتباينون في إدراكهم واستجابتهم وتأثرهم بمصادر الضغوط.

إن الأحداث الضاغطة تختلف في دوامها ووحدتها وشدتها، فبعضها يكون قصير المدى مثل انتظار نتيجة مسابقة، أو انتظار موعدا هاما، أو موافقة مؤسسة للعمل فيها والأخرى تكون متواصلة أو يتكرر حدوثها مرارا وباستمرار، كالعمل مع مديرين مستبدين بآرائهم ولا يسمحون حتى بالاتصال بهم فما بالك بالحوار معهم.

وبالرغم من أن مسببات الضغط النفسي كثيرة ومتعددة إلا أن معظم هذه الضغوط تأتي من مصادر مرتبطة بالعمل وطبيعته، ومصادر أخرى مرتبطة بالبيئة الخارجية تؤثر على الأفراد والمنظمات التي يعملون بها، ويؤدي الضغط النفسي في محيط العمل بوجه عام إلى حالة من التدهور النفسي تتسم باضطراب العلاقات مع الإدارة، والزملاء، والتلاميذ، والطلبة بالنسبة للمعلمين. (مكردناشر، 2003، ص ص. 160. 161)

- تصنيف مصادر الضغوط النفسية:

لا يختلف اثنان في أن الحياة الإنسانية مليئة بالكثير من الضغوط، وذلك لأنها متغيرة باستمرار، فأي تغير في الحياة يبعدنا عن التوازن لفترة من الوقت ويجبرنا على المواجهة والمقاومة، يشكل مجموعة من الضغوط الأساسية، وهذه الضغوط قد تكون إيجابية مثل الزواج، البدء في عمل جديد، وغيرها أو قد تكون سلبية مثل الطلاق، المرض، الوفاة...وغيرها من التغيرات والأحداث التي تطرأ على الفرد.

ويصنف كل من "زيلاقي" و "والاس" 1987م (Szilagy & Wallace) مصادر الضغط النفسي إلى ثلاث مجموعات رئيسية هي:

1- الأسباب التنظيمية: والتي تتمثل في: زيادة أو نقص عبء العمل، غياب أو ضعف المحفزات، مدى موضوعية تقييم الأداء، طبيعة العمل أساليب التنظيم غموض الدور، تعارض الدور، المستقبل الوظيفي.

2- الأسباب الوظيفية: وتتمثل في بيئة العمل المادية، المسؤولية عن الغير محدوديات المشاركة في صنع القرار، احتياجات السلامة المهنية، محدودية الوقت، ضعف التغذية الراجعة.

3- الأسباب الشخصية: وتتمثل في المشكلات الأسرية، المشكلات الاقتصادية، عوامل الضغط الوسيطية، النمط السلوكي الشخصي (أندرو دي. سيزلاقي وماك جي. والاس،1991، ص ص. 184.183)

- المصادر الاجتماعية: وتتمثل فيما يلي:

أولا- أحداث الحياة: وتضم ظروف الحياة والتغيرات الفيزيقية، والتغيرات الاجتماعية، التغيرات الاقتصادية وتشمل كذلك التغيرات السياسية؛ فهذه الأحداث الفيزيقية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية تمثل مثيرات للضغط النفسي لأنها تحدث تغيرا غير عادي في الأنشطة والوظائف الفسيولوجية والنفسية والعقلية للفرد.

ثانيا- الأعباء: يؤدي الإنسان في حياته العملية والشخصية العديد من الأعمال والمهام التي يؤَمن بها معيشته، وتتطلب الأعمال قدرا معينا من الطاقة الجسمية والنفسية لإنجازها، وإذا لم يستطيع الفرد تحمل أعباءه المتزايدة والتي تفوق قدرته على التحمل فيعجز عن التكيف معها مما يسبب له ضغطا نفسيا.

ويحدد "ماك لين" (Mac Liene) متغيرين أساسيين يؤديان بالعمل إلى تجاوز حدود الاحتمال، وبالتالي إلى ضغوط نفسية مرتبطة بالعمل، وهي: العبء الكمي: وهو زيادة حجم العمل المطلوب إنجازه، والعبء الكيفي: وهو أن العمل يتطلب مهاما صعبة في تحقيقها. (البيلاوي،2006، ص. 27).

ثالثا- الأوضاع الأسرية: لعل من أهم المشاكل التي تواجه الأفراد في بيئتهم الأسرية، أوضاع أسرهم، فقد يعيش بعض الناس حياة صعبة، وآخرون يعيشون حياة أقل قساوة، وفئة ثالثة تعيش حياة سعيدة، ومهما كانت هذه الأوضاع تجعل الفرد أقرب للتعرض للضغط النفسي.

رابعا- الإعلام: تبث وسائل الإعلام بمختلف أنواعها العديد من الأخبار والأحداث المتنوعة التي تحدث في نقاط كثيرة من العالم تصبح مصدر إزعاج وتوتر للإنسان مما يعرضه إلى ضغط نفسي.

8-1-2 - المصادر التنظيمية: وتتضمن المصادر التالية:

- بيئة العمل: تعتبر بيئة العمل من أكثر المصادر شيوعا في حدوث الضغط النفسي، لما تتميز به من تنوع في العوامل المسببة للضغط النفسي كالعمل بالتناوب، كما يوجد في هذه البيئة الخطر المادي، والمتمثل في خطر الآلات أو الإضاءة أو الضوضاء والتي تترك العامل يشعر دائما بخطر التهديد، كما نلاحظ علاقة العامل مع الزملاء أو الرؤساء والمرؤوسين، الرضا الوظيفي من عدمه يعتبر من العوامل المسببة للضغط النفسي. (الطريري، 1994، ص.52).

- **صراع الدور(Role Conflict)** : يعتبر من أهم المصادر الشائعة للضغوط في بيئة العمل بالمنظمة، ويتحقق مثل هذا النوع من الضغوط عندما يواجه الفرد بطلبين متعارضين والإبقاء على أحدهم يتعارض مع تحقيق الآخر فإنه يعاني من صراع الدور.

وقد قسم "ماتسون" و" ايفانسفيك" 1987م (Matteson & Ivancevich) صراع الدور إلى:

أ- صراع الدور الموضوعي: وهو عندما يتلقى الفرد متطلبات متناقضة من شخصين أو أكثر.

ب- صراع الدور الذاتي: وينتج عن الصراع بين المتطلبات الرسمية للدور ورغبات الفرد الخاصة به وأهدافه وقيمه.

- **غموض الدور: (Role Ambiguity)**: ويمثل غموض الدور عدم التأكد فيما يتعلق بماذا يعمل الفرد؟ متى؟ كيف؟

وينشأ غموض الدور من الافتقار إلى المعلومات التي يحتاجها الفرد في أداء دوره في المؤسسة التي يعمل بها، مثل المعلومات الخاصة بحدود سلطته ومسؤولياته وطرق تقييم الأداء.

كما ينشأ عندما يوجد نقص في وضوح ما يتعلق بهذا الدور، حيث يكون دوره المهني غير واضح، فلا يعرف ماهو المتوقع منه أو ما يجب عليه أن يؤديه. (إسماعيل، 2004، ص ص. 66 - 69). ويعتبر غموض الدور كذلك عن نقص في المعرفة والمعلومات للقيام بالأنشطة المرتبطة بتوقعات الدور.

وقد عرفه "ماتسون " و "إيفانسفيك " 1987م (Matteson Ivancevich &) بأنه نقص واضح في أهداف العمل ومدى مسؤوليات الفرد في عمله. (Matteson & Ivancevich,1987,p.44).

- **عبء العمل:** حدد "ماك لين" 1980م (Mac Lean) متغيرين أساسين يؤديان بالعامل إلى تجاوز حدود الاحتمال، وبالتالي إلى ضغوط مرتبطة بالعمل هما (منصور، والببلاوي،1989، ص5):

- العبء الكمي وهو زيادة حجم العمل المطلوب إنجازه.

- العبء الكيفي أو النوعي وهو أن العمل يتطلب مهاما صعبة في تحقيقها.

- مصادر الضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي:

إن مهمة التدريس من المهن الضاغطة أو التي يتوفر فيها مصادر متعددة للضغط والتي يمكن تصنيفها بحسب الأدبيات السابقة وخبرة الباحث في التدريس الجامعي بما يلي: صنف كل من "نيوكمب" و" كلارك" 1985م (New Comb & Clark) مصادر الضغط النفسي عند أعضاء هيئة التدريس الجامعي في الجامعات إلى قسمين (الشقيرات، 2001، صص. 291.290):

***مصادر العمل وتشمل:** البيروقراطية الإدارية، والاتجاه السلبي واللامبالاة من الزملاء، والطلبة والإداريين، عدم توفر وسائل التعلم المناسبة، عدم توفر ظروف العمل المناسبة من مكاتب وإضاءة وتدفئة، تدني الرواتب، وعدم الأمان الوظيفي وتدني مستوى الطلبة، وقلة قنوات الاتصال بين الهيئة التدريسية والإدارية وعدم الإخلاص في العمل، وصعوبة الترقية، والتقدم العلمي.

***مصادر أخرى:** مثل مسؤوليات الأسرة والقلق المالي، والدين، والصراع السياسي وعوامل شخصية أخرى.

ولقد أشارت دراسة كل من "لاركن" و"كلاجت" 1981م (Larkin & Clagett) أن من أهم مصادر الضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي ونسبتها كما يلي: الأمور الأكاديمية (32%) الشؤون الطلابية (28%) الأمور المالية (15%) أمور أخرى (25 %)، كما أشارت مؤسسة "كارنج" 1985م (Carnegie) للتقدم العلمي إلى أن (50% - 60%) من مصادر العمل تكون داخل الجامعات.

وفي دراسة تتبعية لضغوط العمل عند أعضاء هيئة التدريس في الجامعات النيوزلندية قام بها "شالمر" 1998م (Chalmer) أشارت نتائجها إلى مايلي (الشقيرات، 2001، ص ص. 292.291):

- أن التغيرات التي حدثت في الجامعات كان لها تأثير سلبي وليس إيجابي على أعضاء هيئة التدريس الجامعي.
- زيادة الشكوى من الأمراض المرتبطة بالضغوط النفسية، وتدني في صحتهم الجسمية والنفسية.
- لم يحدث تحسن في نوعية عمل أعضاء هيئة التدريس سواء في مجال التدريس أو التقدم العلمي والأبحاث.
- الذين يعملون ساعات أطول أو يأخذون العمل للبيت يتعرضون لمستوى أعلى من الضغوط.
- (40%) من أعضاء هيئة التدريس وجدوا عملهم يشكل لهم مصدرا للضغوط النفسية.
- زيادة عبء العمل شكلت مصدرا هاما من مصادر الضغوط النفسية.
- تدني الرواتب والمكافآت.
- التعامل مع الطلبة وخدمتهم والأعمال الإدارية المرتبطة بهم.
- عدم دعم البحوث والإجازات العلمية.

وأشارت مراجعة "داي" 1994م (Dey) لمصادر الضغوط النفسية عند مدرسي الجامعات في الولايات المتحدة إلى أن العبء التدريسي والنشر والأبحاث والترقية هي من أهم مصادر الضغط بالترتيب.

كما صنف "بلازي" 1990م(Blassé) من خلال دراسته أن هناك ثلاثة مصادر أساسية ترتبط بالضغوط التي يواجهها التدريسي هي:

- ضغوط ترتبط بطبيعة العمل(التدريسي).
- ضغوط ترتبط بخصائص الطلبة.
- ضغوط ترتبط بالمناخ التدريسي.

كما وجد "بغات" 1985م (Pratt)خمسة مصادر أساسية للضغوط النفسية التي يتعرض لها التدريسي وهي (طاهر،2003، ص ص. 31.30):

- ضعف قدرة بعض التدريسيين على التغلب على المشكلات التدريسية.
- ضعف التعاون بين الطلبة داخل الصف.
- وجود الطلبة العدوانيين في سلوكهم.
- المناهج وطرق التدريس المستخدمة.
- العلاقة بين التدريسيين مع بعضهم البعض.

وأجرى "جمليش" وآخرون 1984م (Gmelch al.,) دراسة على عينة عشوائية مكونة من (1920) عضو هيئة التدريس، بينت أن 60% من الضغوط النفسية تعود إلى المصادر التالية (الشقيرات، 2001، ص. 290):

- توقعات وطموحات ذاتية عالية
- عدم توفر دعم كافي للقيام بالبحث العلمي.
- عدم توفر الوقت لمتابعة التقدم العلمي وكل ماهو جديد في مجال التخصص.
- تدني الدخل وصعوبة في نشر الأبحاث العلمية والنصاب الأكاديمي الزائد.
- بالإضافة إلى عدم الترقية والاشتراك في لجان مختلفة ومتعددة.

وفي دراسة أخرى أجراها "مليندز" و"ديغزمان" 1983م (Melendez & Deguzman) وجدا أن مصادر الضغوط النفسية متعلقة بالزملاء والطلبة والإدارة من حيث عدم الاكتراث واللامبالاة ثم زيادة العبء الكمي.

وفي مراجعة أجراها "سلدن"1987م (Seldin) لمجموعة من الدراسات على الأكاديميين واستنتج أنهم محبطون في الجامعات نتيجة للضغوط النفسية المختلفة التي يتعرضون لها أثناء

عملهم ومن أهمها: قلة مشاركتهم في رسم الخطط والأهداف الجامعية، عبء أكاديمي كبير، ووقت قليل، تدني الرواتب عدم الحصول على الاعتبار والتقدير الكافي، توقعات مستقبلية غير واضحة ومجهولة وعلاقات بالطلبة غير مرضية (الشقيرات، 2001، ص. 290).

يشير "دنهام" 1992م (Dunham) في كتاب له بعنون (Stress In Teaching) إلى أن هناك ثلاثة مصادر تتعلق بالضغوط النفسية لمهنة التعليم وهي زيادة المهام الملقاة على عاتق المعلم والمشاكل السلوكية داخل الصف، والضغوط من قبل الإدارة.

ولقد أوضح كل من "على عسكر" و"أحمد عباس عبد الله "1988م أن "ماك برايد" (McBride)بعد استعراضه للبحوث التي تناولت موضوع الضغوط في التدريس منذ الثلاثينيات وحتى الوقت الحاضر، قد أشار إلى أن مصادر الضغوط على المعلمين تعزى إلى كثرة الأعمال الكتابية؛ والتلاميذ المشاغبين، واتجاهاتهم السلبية نحو المدرسة وعامل المدرسة، وعامل الوقت، وكثافة الفصول، والمسؤوليات الإضافية، والراتب غير الكافي، وظروف العمل البيئية (علي عسكر، وعبد الله،1988، ص.69).

ويتضح مما سبق أنه لا توجد قائمة مقبولة وموحدة لدى الباحثين بالمواقف الضاغطة، إذ أن مصادر الضغط النفسي متنوعة ومتعددة وفيها جانب إيجابي ولا يلحق الضرر بالفرد بل يعتبر مفيدا ومحرضا له على العمل والإنتاج والإبداع وحسن الأداء أما الجانب الثاني فهو سلبي يتمثل في الألم الذي يعاني منه الفرد.

- إجراءات الدراسة الميدانية

إن الوقوف على النتائج النهائية للدراسة يتطلب معرفة الإجراءات المنهجية المستخدمة في الوصول إليها، فصحة نتائج أي دراسة أو خطأها يرجع في الأساس إلى الخطوات المنهجية المتبعة في ذلك.

1- منهج الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة الرامية إلى معرفة الضغوط النفسية لدى الأساتذة الجامعيين، وجد الباحثان في المنهج الوصفي أنه الأنسب لذلك، لما يشمل عليه هذا المنهج من خطوات علمية تنطلق من التساؤل والافتراض وصولا إلى اختبار الفرضيات وفقا للمنهج العلمي في خطواته الأساسية المعروفة.

2- مجتمع الدراسة وعينته:

اقتصرت الدراسة على عينة من أساتذة كليتي العلوم الإنسانية والاجتماعية والتكنولوجيا، وقد تم اختيار عينة كليات الدراسة اختيارا عشوائيا بسيطا.

أما عينة الأساتذة فقد تم اختيارها اختيارا عشوائيا بسيطا والبالغ عددها (117) أستاذا جامعيا من بين (258) أستاذا جامعيا بنسبة (45.34%)، كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول رقم:01يمثل نسبة عينة الدراسة

الرقم		التكرار	عدد الأفراد المختارين للعينة	النسبة المئوية %
01	العلوم الاجتماعية	81	76	93.82%
02	التكنولوجيا	177	41	23.16%
المجموع		258	117	45.34%

3- أدوات جمع البيانات:

لجمع بيانات هذه الدراسة ولغايات تحقيق أهدافها، وللإجابة عن تساؤلاتها تطلبت الدراسة الحالية بناء أداة خاصة بمتغيرات الدراسة، وبعد مراجعة الأدب التربوي والنفسي من كتب وبحوث ودراسات ومقالات ومقاييس نفسية ذات صلة بموضوع الدراسة وتتناسب مع أساتذة الجامعات وتراعي خصوصيات البيئة الجزائرية، كما اعتمد الباحث على خبرته علما على أنه أستاذا جامعيا، بالإضافة إلى إجراءه مناقشات مستفيضة مع بعض الأساتذة الجامعيين.

- توزيع الاستبيان:

يتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (68) فقرة، تقيس (10) أبعاد، كل بعد يتضمن عددا معينا من الفقرات، والجدول التالي يوضح توزيع البنود على أبعاد استبيان الضغوط النفسية.

جدول رقم :02يوضح توزيع البنود على أبعاد استبيان الضغوط النفسية

الرقم	الأبعاد	رقم البنود	عدد البنود
01	صراع الدور	7-6-5-4-3-2-1	07
02	غموض الدور	13-12-11-10-9-8	06
03	ضغوط التدريس	19-18-17-16-15-14	06
04	عبء العمل	28-27-26-25-24-23-22-21-20	09
05	الضغوط الأكاديمية	35-34-33-32-31-30-29	07
06	عدم المشاركة في صنع القرارات	40-39-38-37-36	05
07	التفاعل مع الزملاء	49-48-47-46-45-44-43-42-41	09
08	الضغوط العائلية والاجتماعية	59-58-57-56-55-54-53-52-51-50	10
09	ضغوط المستقبل	65-64-63-62-61-60	06
10	المساندة الاجتماعية	68-67-66	03
مجموع البنود			68

- طريقة الإجابة وتفسير الدرجات:

تكون الإجابة على بنود الاستبيان متدرجة على متصل من خمس خيارات وفق سلم "ليكرت" (likert) تمثل بدائل الأجوبة، وهي:

فالخيار الأول (تنطبق علي دائما) ويقدر بخمسة (05) درجات، أما الخيار الثاني للإجابة (تنطبق علي غالبا) ويقدر بأربعة (04) درجات، أما الخيار الثالث للإجابة (تنطبق علي أحيانا) يقدر بثلاثة (03) درجات، أما الخيار الرابع (لا تنطبق علي) يقدر بدرجتين (02)، أما الخيار الخامس والأخير (لا تنطبق علي أبدا) يقدر بدرجة واحدة (01).

وتجدر الإشارة أن جميع بنود المقياس موجبة ماعدا البندين (رقم15، ورقم19) فهما سالبان ويجاب عنهما مثل البنود السابقة، لكن تقدر درجاتهما عكس الدرجات السابقة.

وتم تقسيم تفسير درجات المبحوث على الاستبيان إلى ثلاثة مستويات، عالية متوسطة، منخفضة، ولتحديد هذه المستويات اعتمد الباحث في ذلك على حساب المدى وطول الفئة، وهذا ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول رقم:03يبين تفسير درجات استبيان الضغوط النفسية

طريقة حساب الفئات		الفئة	المستوى
90.66 = 3÷ 272 = 68-340	158 = 90 + 68	158 -68	ضعيف
	249 = 90 + 159	249-159	متوسط
	340 = 90 + 250	340-250	عال
	عدد البنود		68

- عرض وتفسير نتائج الدراسة

1- الفروق باختلاف الجنس: توجد فروق بين أساتذة جامعة عمار ثليجي بالأغواط في الضغوط النفسية تعزى للمتغيرات التالية: الجنس.

جدول رقم:04يبين قيم "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكوروالإناث في متغير الضغوط النفسية

عينة الذكور			عينة الإناث			قيمة "ت"	درجة الحرية	قيمة "p"	مستوى الدلالة الإحصائية
ن	م	ع	ن	م	ع				
89	197,44	33,86	28	188,82	28,10	01,22	115	0,22	غير دال عند 0.05

يتبين من الجدول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الضغوط النفسية حيث أن مستوى المعنوية لقيمة(p) (0,22) لاختبار (ت) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0,05) المقبولة في العلوم النفسية والاجتماعية، وهي قيمة غير دالة إحصائيا، مما يشير إلى عدم وجود فروق بين الجنسين، ويلاحظ أن الفروق المعنوية بين متوسط الذكور (197,44) ومتوسط الإناث (188,82) لا يمكن اعتباره كمؤشر لتأثير عامل الجنس في حدوث الضغوط النفسية حيث يعاني الذكور والإناث من الضغوط النفسية بنفس الدرجة تقريبا. فإن الفرق بين المتوسطين ليس له دلالة إحصائية، فهذه النتائج تجيب على جزء من الفرض التاسع للدراسة وتؤكد على تحقق الفرض الصفري في جزءه الأول.

2- الفروق باختلاف العمر:

جدول رقم: 05يبين نتائج اختبارتحليل التباين الأحادي للفروق في متغيرالضغوط النفسية تعزى للعمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	قيمة "p"	مستوى الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	3765,05	02	1882,52	01,78	0.17	غير دال عند 0.05
داخل المجموعات	120038,39	114	1052,96			
المجموع	123803,45	116	/			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متغير الضغوط النفسية تعزى للعمر، حيث أن مستوى المعنوية لقيمة(p) (0,17) لاختبار (ف) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0,05) المقبولة في العلوم النفسية والاجتماعية، وهي قيمة غير دالة إحصائيا، فهذه النتائج تجيب على جزء من الفرض التاسع للدراسة، وتؤكد على تحقق الفرض الصفري في جزءه الثاني.

3- الفروق باختلاف الخبرة:

جدول رقم: 06يبين نتائج اختبارتحليل التباين الأحادي للفروق في متغيرالضغوط النفسية تعزى للخبرة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	قيمة "p"	مستوى الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	974.51	02	487.25	0.45	0.63	غير دال عند 0.05
داخل المجموعات	122828.94	114	1077.44			
المجموع	123803,45	116	/			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في متغير الضغوط النفسية تعزى للخبرة، حيث أن مستوى المعنوية لقيمة (p) (0,63) لاختبار (ف) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0,05) المقبولة في العلوم النفسية والاجتماعية، فهذه النتائج تجيب على جزء من الفرض التاسع للدراسة، وتؤكد على تحقق الفرض الصفري في جزءه الثالث.

- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

قبل أن نبدأ في تفسير النتائج ومناقشتها نود أن نشير إلى ما يلي:

1- حظي موضوع الفروق بين الجنسين في شتى ميادين النشاط الإنساني باهتمام كبير من قبل علماء النفس، وأظهرت معظم الدراسات النفسية عند الجنسين وفي مختلف المراحل العمرية فروقا بين الفئتين كانت في أغلبها لصالح الذكور، وتعليقا على هذه القضية يرى الباحثون " شاكر عبد الحميد، وجمعة سيد يوسف، وعبد الله معتز " أن هذه الفروق تمتد في نظام هابط في الحجم يمتد من التفاوت إلى التباعد الهائل في مهن الإنجاز إلى الفروق الكبيرة في الاهتمامات إلى الفروق المعتدلة في سمات وبنية الشخصية، ثم الفروق الضئيلة في مدى الاستعدادات الواضحة.

وقد ظهر اتفاق شبه عام بين العلماء على أن العامل الكبير في هذه الفروق يتمثل في البواعث والضغوط الاجتماعية والثقافية التي تدرب وتحدد للرجال والنساء أدوارهم التي تحظى بالموافقة والقبول والاحترام وبما يتمشى مع جنسهم داخل الأسرة وداخل المجتمع، هذا إضافة إلى الدور المحتمل للعامل البيولوجي. (عبد الحميد، ويوسف، ومعتز، 1989، ص. 152).

ويعلق الباحث "حسن علي حسن " في كتابه (سيكولوجية الإنجاز) على هذه الأطروحات بقوله: تمثل قضية الفروق الجنسية واحد من أكثر المشكلات إلحاحا وإثارة للجدل في معظم البحوث المتعلقة بالظواهر النفسية إلى درجة أن ثمة اتهام يوجه لعلم النفس بالتحيز الجنسي في البحوث التي يجريها. (حسن،1998، ص.57).

كما انتهى "ماكوبي وجاكلين"1994م (Maccoby. E, Jacklin) في كتابهما المعنون بـ : "علم النفس الفروق" في مراجعتهم النقدية المكثفة لما يقرب من ألفي كتاب ومقال حول الفروق الجنسية إلى أن أوجه التشابه بين الذكور والإناث أكثر من أوجه التباين. (حسن،1998، ص.60).

ولعل منطقية هذا الطرح تبدو واضحة في العديد من الدراسات ومنها دراستنا التي لم تتوصل إلى وجود فروق بين المتغيرات الديموغرافية في الضغوط النفسية.

ونبرر ذلك بما يذهب إليه "جان بنجامان ستورا" (1997) Jean Benjamin Stora بتغير دور المرأة في غالبية البلدان الغربية تغيرا جذريا، فالضرورات الاقتصادية الممزوجة بتأثير حركات

الدفاع عن النساء دفعتهن إلى الحياة الفاعلة المهنية وإلى التطلع إلى تسلق درجات التنظيمات. (ستورا، 1997، ص. 53).

إذا كان هذا الواقع ينطبق على الدول الغربية فإنه ليس ببعيد عنا، خاصة مع بداية الألفية الحالية حيث ظهرت مظاهر التمدن والتعلم على المرأة العربية وأصبحت قاب قوسين أو أدنى من سيطرتها على مفاصل الحياة.

وباستقراء نتائج الامتحانات من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة الجامعية نجد أن الأوائل من الإناث وبمعدلات مرتفعة وبنسب كبيرة.

2- من واقع النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية وعلى ضوء المشكلة التي تناولتها والفروض التي تحاول اختبارها، وما كشفت عنه نتائج بعض الدراسات السابقة التي أشير إليها في الدراسة الحالية وعلى ضوء المناقشة السابقة، ومن خلال التراث السيكولوجي الذي أمكننا الاطلاع عليه، وانطلاقا مما تم استخدامه من أساليب إحصائية في تحليل النتائج، يتم مناقشة وتفسير دلالات النتائج على النحو التالي:

- الفروق باختلاف الجنس:

يتضح من الجدول رقم (03) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس وبهذه النتيجة تحقق الفرض الصفري في جزءه الأول.

ومعنى هذا أن أستاذات وأساتذة كليتي التكنولوجيا، والعلوم الإنسانية والاجتماعية لديهم مستوى متقارب من الضغوط النفسية وبالتالي لم يؤثر الجنس في الضغوط النفسية.

ويعزو الباحثان ذلك في أن الدور الذي يؤديه الأستاذ الجامعي هو نفسه الذي تؤديه الأستاذة الجامعية، فكلاهما يدرس ويبحث ويخدم المجتمع.

وهذه نتيجة منطقية في عصر تغيرت فيه الأدوار التقليدية للمرأة الجزائرية وخاصة المتعلمة وأصبحت تساهم في تنمية المجتمع وتطوره وتقدمه مثل أخيها الرجل، وبالتالي فكلاهما يتعرض للضغوط النفسية الناتجة عن هذه المساهمة، ولهذا اختفت الفروق بين الجنسين.

كما يمكن تفسير عدم وجود فروق بين الجنسين في الضغوط النفسية إلى أن مصادر الضغوط النفسية التي يتعرضون إليها واحدة سواء داخل الجامعة أو خارجها باعتبارهم ينتمون إلى أسرة تعليمية واحدة، وربما يشابهون في بعض الخصائص الشخصية التي تسمح لهم بإدراك متشابه للمواقف الضاغطة ويتعاملون معها بأساليب وآليات متشابهة وقد تكون واحدة.

كما نرجع ذلك إلى أن البيئة الجامعية – الكليتين- التي يعملون فيها غير ضاغطة بل بيئة طبيعية مريحة، والظروف المهنية فيها مشجعة للعمل.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات التالية:

- دراسة " ولفجانج "1993 (Wolfgang) التي كشفت عن عدم وجود فروق بين الجنسين في الضغوط النفسية.

وتتعارض نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات التالية:

- دراسة " شوبو عبد الله ملا طاهر" 2003 التي أوضحت أنه توجد فروق بين الجنسين في الضغوط النفسية لصالح الأستاذات.

- دراسة "حسن محمود شمال المحمداوي " 1990 التي توصل فيها إلى وجود فروق بين الجنسين في الضغوط النفسية.

- دراسة "آجري بليكس "1994 م (Blix) التي بينت وجود فروق بين الجنسين في الضغوط النفسية لصالح الإناث.

- الفروق باختلاف العمر:

أشارات نتائج الجدول رقم (04) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى لمتغير العمر، وبهذه النتيجة تحقق الفرض الصفري في جزءه الثاني.

ويعود ذلك بتقديرنا إلى أن ثقافة السائدة في المجتمع المحلي والأسرة الجامعية تكاد تكون واحدة، فالعادات والتقاليد وأسلوب الحياة متشابه إلى حد ما ومن ثم فإن الإحساس بالضغوط النفسية والاستجابة لها يمكن أن يكون في مستوى متقارب عند الأستاذ الكبير في السن أو الصغير في السن، فضلا عن التجانس المكاني والمهني، وسلم الرواتب مقبول، والمكانة الاجتماعية في الجامعة أو في المدينة محترم نظرا لكون مدينة الأغواط مدينة صحراوية صغيرة، كل ذلك يؤدي إلى عدم وجود فروق في الضغوط النفسية عند عينة الدراسة بغض النظر عن المراحل العمرية، وفي هذا المجال يرى كل من " كوردوفا وأندريكوسك وكيندي ومكراث وسلون وورد" 1995م (Cordova, Andrykouidk, Kenady, McGrrat , Sloan & Redd) أن متغير العمر الزمني ليس دائما مصدر من مصادر الضغوط بالرغم من أن الأكبر سنا أكثر مواجهة لأنواع الضغوط النفسية (عمر، والدغيم،2007، ص.16). وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسة التالية:

- دراسة " ولفجانج "1993 (Wolfgang) التي كشفت عن عدم وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى للعمر.

وتتعارض نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات التالية:

- دراسة "محمد عبد الرحمن الشقيرات "2001م التي توصلت إلى وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى للعمر وكانت لصالح الأصغر عمرا.

- دراسة "فهرر" 1979م (Faherer) والتي كشفت عن وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى للعمر.

- الفروق باختلاف الخبرة:

أشارت نتائج الجدول رقم (05) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الخبرة، وبهذه النتيجة تحقق الفرض الصفري في جزءه الثالث.

ورغم الاختلاف في سنوات الخبرة بين الأساتذة الجامعيين إلا أنه لا توجد فروق بينهم في الضغوط النفسية ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن حديثي التوظيف بالجامعة لا يحتاجون من يأخذ بأيديهم أو يرشدهم للعمل الجامعي، لأننا نعتقد من خلال ملاحظتنا الميدانية ومشاركتنا في لجان التوظيف على مستوى الكلية والجامعة أن أغلبهم مارسوا العمل الجامعي كأساتذة مشاركين أو مؤقتين أو قدموا من التعليم ما قبل الجامعي وخصوصا التعليم الثانوي لذلك فهم على دراية بأصول التدريس، والتعامل مع الطلبة، والتواصل مع الزملاء والإدارة، أما خبرة البحث العلمي فنعتقد أنهم خبروا جزء منها من خلال إعداد رسالة الماجستير وبالتالي يشعرون بضغط نفسي مشابه لما تشعر به الفئات الأخرى من ذوي الخبرة المتوسطة والطويلة. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسة التالية:

- دراسة "حسن محمود شمال المحمداوي " 1990 التي توصل فيها إلى وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الخبرة.

وتتعارض نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات التالية:

- دراسة "محمد عبد الرحمن الشقيرات "2001م التي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى للخبرة المهنية.

- دراسة " عبد محمد عساف "2001م التي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى للخبرة المهنية.

- دراسة " ولفجانج "1993م (Wolfgang) التي كشفت عن عدم وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية تعزى للخبرة.

- الخاتمة:

تبين من المناقشة السابقة عدم وجود فروق بين الأساتذة في الضغوط النفسية مهما كان نوع المتغيرات الديموغرافية (الجنس، العمر، الخبرة)، وأن الأساتذة يعانون من ضغوط نفسية متوسطة الشدة، بمعنى آخر فإن أفراد عينة الدراسة يتعرضون للضغوط النفسية المرتبطة بالمصادر المدروسة، وعليه نقترح ما يلي:

- الاهتمام بالأستاذ الجامعي من الناحية المادية والسكنية والاجتماعية والإستراتيجية.
- إجراء دراسات لمعرفة الآليات والإستراتيجيات التي يقاوم بها الأستاذ الجامعي الضغوط النفسية.

- قائمة المراجع:

- إسماعيل بشرى (2004.). ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية.

- البيلاوي إيهاب (2006). مقياس ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة. الرياض. دار الزهراء..

- الرشيدي هارون توفيق. (1999). الضغوط النفسية - طبيعتها، نظرياتها. القاهرة. زهراء الشرق.

- الشقيرات محمد عبد الرحمن. (2001). الضغوط النفسية وتأثيرها على الصحة النفسية والصحة الجسدية وعلاقتها ببعض العوامل الديموغرافية عند أعضاء هيئة التدريس في جامعة مؤتة. مجلة كلية التربية. جامعة أسيوط. المجلد 17 العدد الثاني يوليو.

- الطريري عبد الرحمن بن سليمان (1994). الضغط النفسي - مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه، ومقاومته. ط1. المملكة العربية السعودية. مطابع شركة الصفحات الذهبية.

- المحمداوي حسن محمود شمال. (1990). قياس الضغوط المهنية لدى أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الآداب . جامعة المستنصرية العراق.

- المنصور طلعت، والبيلاوي فيولا (1989). قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، كراسة الأسئلة. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية.

- حسن علي حسن (1998). سيكولوجية الإنجاز- الخصائص المعرفية والمزاجية للشخصية الإنجازية – القاهرة. مكتبة النهضة العربية.

- ستورا جان بنجامان (1997). الكرب- الضغط النفسي- ترجمة وجيه أسعد. ط1، دمشق. دار البشائر.

- سيزلاقي أندرو دي. وماك جي. والاس (Andrew D. Szilagy1, JR And Mark J. Wallace, JR) (1991). السلوك التنظيمي والأداء ترجمة جعفر أبو القاسم أحمد مراجعة علي محمد عبد الوهاب، معهد الادارة العامة، الرياض.

- طاهر شوبو عبد الله ملا. (2003). الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعة وفق متغير الجنس مجلة كلية التربية، العدد الأول.

- عبد الحميد شاكر، ويوسف جمعة سيد، ومعتز عبد الله سيد (1989). الفروق بين التفضيل الجمالي، في الأدب خاصة. دراسات نفسية في التذوق الفني. القاهرة دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

- عسكر علي، وعبد الله أحمد عباس (1988). مدى تعرض العاملين لضغوط العمل في بعض المهن الاجتماعية. مجلة العلوم الاجتماعية. العدد (4). المجلد (16). جامعة الكويت.

- مكردناشر طارق (2007). مستوى الضغط النفسي عند الأساتذة اليمنيين والوافدين في جامعة أب- دراسة مقارنة– مجلة الباحث الجامعي العدد12، يناير2007، جامعة أب يناير الآفاق للطباعة والنشر. اليمن.

- Blix, Arlene Gray, and Others (1994). Occupational Stress, Among University Teachers, Educational Research, V36 n2.

-Dominique Chaflin (1985) . Faire Face Aux Stress De La Vie, Quotidienne. Paris, Editions ESF.

-Jean Benjamin Stora (1995) . Le Stress 2em Edition, Dahlab, Alger, que sais-je?

- Kimble, C.E (1990). Social Psychology . Studying Human, Interaction- WM. C. Brown, publishers. USA.

-Larousse (2002). Dictionnaire de Poche Français /Anglais, Engliche. Paris, veuf, 2002.

- Matteson, M.T; & Ivancevich. J .M (1987). Contralling Work Stress: Jassey Bass, Sanfran – Cisco.

-Michel. Legrain (1997) . le Robert Quotidien, paris Imp, France .

-Selye, H. (1980). The Stress Concept Today, Mc Grow- Hill, New York.

-Verra Peiffler (2001). Priniples Of Stress Managment (1996) : Traduit par Maurice Hilleret (Comment Gerer son Stress), Paris Marabout.

- Wolfgang, Alan P. (1993). Job Stress and dissatisfaction among school of pharmacy Faculty Members, American Journal of Pharmaceutical Education, V57n3