

## التحفيز الإجهاد المهني وعلاقته بسمات الشخصية لدى مربيات التعليم الأولي

” مربيات مؤسسة زاكورة بمدينة الدار البيضاء لمودجا ”

د. شيراز زيان<sup>1</sup> / هزار كوزي<sup>2</sup>



### الملخص

يهدف هذا البحث إلى الكشف عن مستوى الإجهاد لدى مربيات التعليم الأولي وتشخيص مصادره، وكشف العلاقة بين مستوى الإجهاد وسمات الشخصية لدى مربيات التعليم الأولي، وتسليط الضوء على أهمية سمات الشخصية في علاقتها بالمهنة واستثمار هذه السمات في التوظيف، وذلك في إطار دراسة وصفية تتكون من مجتمع البحث عدده (200) مربية، وعينتها من (50) مربية تابعة لمؤسسة زاكورة للتعليم الأولي بالمغرب. مستعينين بمجموعة من الأدوات البحثية وهي اختبار أيزينك لسمات الشخصية ومقياس مستوى الإجهاد ومقياس مصادر الإجهاد، ومن أبرز النتائج التي توصلنا إليها في هذا البحث هي وجود سمات شخصية مختلفة لدى أفراد العينة لصالح سمات الشخصية التي تميل إلى الانبساط والالتزان، كما بينت نتائج البحث أيضا عن وجود مستوى إجهاد منخفض لدى العينة وذلك بنسبة 66%. كما بينت نتائج البحث عن وجود مصادر إجهاد مختلفة ترأسها الحوافز والنمو المهني ومستوى التأهيل المهني، يليها العلاقة بالناس، كما كشف هذا البحث عن علاقة ذات دلالة إحصائية بين سمات الشخصية ومستوى الإجهاد وهي علاقة قوية وذلك باعتماد على برنامج الرزم الإحصائية SPSS.

كلمات مفتاحية: الإجهاد المهني؛ سمات الشخصية؛ الشخصية؛ مربيات التعليم الأولي؛

<sup>1</sup> حاصلة على شهادة الدكتوراه في علوم التربية، تخصص علم النفس التربوي، أخصائية نفسية، جامعة محمد الخامس بالرباط، كلية علوم التربية (المغرب)، ziane.chiraz23@gmail.com

<sup>2</sup> حاصلة على شهادة الماستر في علم النفس الصحي الإكلينيكي، جامعة ابن طفيل، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية (المغرب)، موظفة بمؤسسة زاكورة للتعليم الأولي، h.kouzi@fondationzakoura.org

Title of the article: Occupational stress and its relationship with personality traits in female primary school teachers

the educators at the Zagora Foundation in Casablanca are a case in point

Chiraz Ziane / Hazar Kouzi

### Abstract

The aim of this research was to reveal the level of stress among primary school teachers and to diagnose its sources. And revealing the relationship between stress levels and personality traits in primary school teachers. And highlighting the importance of personality traits in their relationship to the profession and investing these traits in the job, in a descriptive study made up of a research population of (200) nannies and sampled from (50) nannies affiliated to the Zagora Foundation in Morocco, using a set of research tools, namely the Eysenck test of personality traits, the stress level scale and the sources of stress scale, after having examined a set of previous studies and references dealing with the research variables, while guaranteeing their validity and stability. Answering the study's questions and hypotheses.

One of the most important discoveries we made in this research was the presence of different personality traits among the sample members, with personality traits tending towards extraversion and balance. The research results also showed a low level of stress among the sample, with a rate of 66%.

The research results also showed the presence of different sources of stress, led by incentives, professional growth and stress levels. Graduation from the seminar, followed by relationships with people. This research also revealed a statistically significant relationship between personality traits and stress levels, which constitute a close relationship, based on the SPSS statistical programme.

**Keywords:** Occupational stress; Personality traits; Personality ; educators in primary education.

## مقدمة:

إن إنسان القرن الواحد والعشرين يعيش ظروف حياتية صعبة وذات إيقاع سريع، فأصبح التغيير سمة العصر الذي نعيش فيه ودوامه هذا التغيير السريع والتقدم التكنولوجي أوقعت الإنسان في عدة اضطرابات كالقلق وضغط الدم، والاكتئاب والإجهاد، هذا الأخير الذي أصبح مصطلحا متداولاً بين أغلب الأخصائيين والباحثين في علم النفس، وأصبح لغة الدارسين والمهتمين بالصحة النفسية للفرد عموماً والعامل خصوصاً.

ويعاني العامل أو الأجير أو الموظف بصفة عامة مهما كان موقع عملهم من إجهادات مختلفة ومهنة المربي والمربية في التعليم الأولي كغيرها من المهن تشهد مجموعة من الإجهادات التي تؤثر على مستوى أداء المربيات أثناء تأديتهن لمهامهن.

خاصة مع تطور التعليم الأولي بالمغرب وتعميمه كما جاء في قانون الإطار 51.17 لمنظومة التربية والتكوين والبحث العلمي بحيث يعتبر من أهم الرافعات التي جاء بها، ومواكبة لهذا التطور من النموذج التقليدي الذي كان يلقب (بجامع والمسجد) إلى نموذج عصري بالمؤسسات العمومية والشبه العمومية،

ويعتبر المربي أو المربية هو الحلقة الأهم خاصة أننا نتحدث عن الطفولة المبكرة وبذلك لا بد للبحث العلمي الاهتمام به وبشخصيته وتوظيف الشخص المناسب في المكان المناسب.

فالإجهاد له أيضاً علاقة بشخصية الفرد ومدى تقبله للحياة وهروبه منها، لذلك فمفهوم الشخصية يعدّ من أكثر مفاهيم علم النفس شيوعاً واستخداماً ومن أكثرها جاذبية، ومع ذلك فهو مفهوم معقد يصعب تعريفه نظراً لاستناد تعريفه على مناهج نظرية متعددة، مما يترتب على ذلك اختلافهم في افتراضهم حول طبيعة البشر، ويعدّ مفهومًا متعدد الأوجه يشتمل على المظاهر الجسمية الخارجية، والمظاهر الاجتماعية والانفعالية، بالإضافة إلى جوانب أخرى مخفية لسبب ما.

وعليه تأتي هذه الدراسة لتحاول تقديم إطار نظري وعملي للتعرف على العلاقة التي تربط بين الإجهاد المهني وسمات للشخصية لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء نموذجاً.

## 1. إشكالية البحث وأسئلته

يعد الإجهاد النفسي من أكثر الظواهر الاجتماعية والنفسية تعقيداً والتي تزداد يوماً بعد يوم، نتيجة لسرعة التقدم التكنولوجي، وإفرازات العولمة الفكرية، فالإجهاد النفسي يحدث من جراء عبء العمل وكثرة الضغوط وفقدان القدرة على الابتكار والتركيز، ويؤثر الإجهاد النفسي على إنتاجية الإنسان عموماً ومربي التعليم الأولي خصوصاً في الجانبين التربوي والتعليمي، وهناك معوقات تحول دون قيام المربي والمربية بدوره

كاملاً، وقد تكون هذه المعوقات اقتصادية أو أمنية أو اجتماعية أو شخصية، الأمر الذي يسهم في شعورهم بالعجز عن تقديم المستوى الذي يطلب منهم .

ومن المعلوم أن مهارات الشخص تتأثر بعوامل عدة، منها أبعاد الشخصية للفرد، فالشخص المسؤول والقيادي يواجه معدلات سريعة من التغيير التقني والاجتماعي والاقتصادي نظراً لكونه يعمل في بيئة ديناميكية متغيرة يحتاج فيها إلى مهارات قيادية عالية، لذا تلعب سمات الشخصية دوراً في تنمية المهارات لدى القائد وتجعله مؤهلاً وقادراً على قيادة العمل بكفاءة وفاعلية، وإن تشكيله أبعاد الشخصية تختلف من قائد إلى آخر في انعكاسها على المهارات. (العمامرة، 2013م، ص36)

لذا في إطار هذا السياق يمكن صياغة إشكالية البحث كما يلي:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإجهاد وعلاقته بسمات الشخصية لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء؟
  - والذي انبثق عنه الاسئلة الفرعية التالية:
  - ماهي سمات الشخصية لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء؟
  - ما هو مستوى الاجهاد لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء؟
  - ماهي مصادر الإجهاد المهني لدى مربيات التعلم الأولي بمؤسسة زاكورة الدار البيضاء؟
2. فرضيات البحث

بناء على ما سبق أن ورد في الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة الفرضيات التالية:

### الفرضية المركزية:

-أفترض أنه هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإجهاد المهني وسمات الشخصية لدى مربيات التعليم الأولي.

### الفرضيات الفرعية

- أفترض أن هناك سمات شخصية مختلفة لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء.
- أفترض أن هناك مستوى إجهاد مهني عالي الشدة لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء.
- أفترض أن هناك مصادر مختلفة للإجهاد المهني لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء.

### 3. الضبط الاجرائي لمفاهيم البحث

❖ الإجهاد المهني:

أنه حالة من الضعف والوهن التي تصيب مربيات التعليم الأولى نتيجة لضغوط العمل من ظروف تعترضهن في مكان عملهن، بحيث تساهم عدة مصادر مختلفة في ظهوره والتي تؤدي في الأخير إلى شعورهن بالإجهاد الذي يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات سلوكية ونفسية ينتج عنها خلل في العمل ويعبر عن ذلك بالاستجابة على مقياس الإجهاد المهني . (Dictionnaire de la psychologie larousse ,1996 , p249)

❖ سمات الشخصية:

هي الدرجات التي يحصلن عليها مربيات التعليم الأولى في مقياس أيزينك للشخصية.

❖ مربيات التعليم الأولى

مربيات التعليم الأولى بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء للموسم الدراسي 2022 - 2023

4. منهج البحث

انطلاقاً من طبيعة هذه الدراسة وأهدافها والتساؤلات التي تسعى للإجابة عنها، سوف يتم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي وذلك من خلال التركيز على المقاربة الوصفية التحليلية، وكذا الكمية والنوعية مع كشف العلاقات بين أبعادها المختلفة.

إن المنهج الوصفي لا يقف عند حدود وصف ظاهرة، وإنما يذهب إلى أبعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم بقصد الوصول إلى تقييمات ذات معنى، بقصد التبصر بتلك الظاهرة، فضلاً عن أن الأبحاث الوصفية لا تقتصر على التنبؤ بالمستقبل، بل إنها تنفذ من الحاضر إلى الماضي لكي تزداد تبصراً بالمستقبل. (بوحوش ، والذنيبات، 2011، ص56)

5. مجتمع البحث وعينته

1.5 مجتمع البحث

يتحدد مجتمع البحث ب( 200) مربية من مؤسسة زاكورة للتعليم الأولى بدار البيضاء في مجموعة من مدن المملكة .

2.5 عينته

أما العينة هي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله ووحدات العينة قد تكون أشخاصاً، مثلما هو الحال في دراستنا بحيث يتكون عدد عينة من (50) مربية وذلك باختيارنا لثلاثة مؤسسات بثلاثة مناطق تابعة لمؤسسة زاكورة بمعدل 10 مربيات بمدينة سطات و)

10) مربيات من سيدي قاسم و (10) من مدينة العرائش والذي تم اختيارهم بطريقة قصدية مراعاة للوقت المخصص للبحث وهي نسبة مقبولة لتمثيل مجتمع البحث.

جدول (1): متغيرات توزيع أفراد عينة البحث حسب الجنس ووفقا للعمر والمستوى التعليمي والخبرة المهنية

والمنطقة الجغرافيا

المجموع	النسبة المئوية	التكرار	المتغيرات	
30	86,66%	26	من 20 سنة إلى 30 سنة	
	6,66%	2	من 31 سنة إلى 40 سنة	
	6,66%	2	من 41 سنة فما فوق	
30	16.66%	5	بكالوريا	
	66%	20	باك +1	
	16.66%	5	باك +2	
30	90%	27	من ستة أشهر إلى 5 سنوات	
	10%	3	من 5 سنوات إلى 10 سنوات	
	0	0	من 10 سنوات إلى 15 سنة	
	0	0	من 15 سنة إلى 20 سنة	
	0	0	كم 20 سنة إلى ما فوق	
30	33%	10	العرائش	
	33%	10	سيدي قاسم	
	33%	10	سطات	

المصدر: (مركزية مؤسسة زاكورة للتعليم الأولي بالدار البيضاء)

## 6. أدوات البحث

### 1.6 مقياس مستوى الإجهاد

يهدف هذا الأخير إلى قياس مستوى الإجهاد من خلال مدى ظهور أعراضه المختلفة. كان منطلقه مقياس أعدته الباحثة بن زروال فتيحة في أطروحتها لنيل شهادة الدكتوراه بحيث صدقه (0.82) ثباته (0.97) وهي نسب مقبولة. (بن زروال، 2002)

### 1.1.6 وصف المقياس وهدفه وطريقة تصحيحه

تتكون هذه الأداة من جزأين، خصص أولهما للمعلومات الشخصية التي تتعلق بالجنس والعمر، والمستوى التعليمي وسنوات الخبرة. أما الثاني فقد خصص لأعراض الإجهاد؛ يمثلها 50 بندا، تتوزع على ثلاثة أبعاد وهي: 19 بند ينتهي للأعراض الجسدية، و16 بند ينتهي للأعراض النفسية و15 بند ينتهي للأعراض السلوكية.

يهدف هذا المقياس إلى قياس مستوى الإجهاد لدى عينة البحث على مستوى مقياس ليكرت الخماسي الذي يحمل البدائل التالية: أبدا، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما. وبالنسبة لألية تحليل بنود المقياس ستم وفقا للأوزان من 5 إلى 1:

### 2.6 مقياس الشخصية

وبالنسبة لقياس سمات الشخصية سنستخدم على مقياس آيزنك للشخصية Eysanck Personality Questionnaire وهو من أهم مقاييس الشخصية متعددة العوامل، حيث يقيس أكثر من جانب في الشخصية. وقد نشرت لأول مرة عام 1964م ثم صدرت النسخة المعدلة منها عام 1975م، وبالنسبة لصدق هذا المقياس يتمتع بصدق مقبول حيث أنه يرتبط ارتباطا له دلالة بعدد من الاختبارات الشخصية الأخرى مثل اختبار كاليفورنيا للشخصية تايلور للقلق. اختبار العوامل الستة عشر في الشخصية كاتل، أما ثابته فهو تشير دراسة التعليمات إلى أن الاختبار له معاملات ثبات مرتفعة تتراوح بين 0,74 و0,97 وهي معاملات ثبات قوية.

### 3.6 مقياس مصادر الإجهاد

#### 1.3.6 وصف المقياس

يتكون المقياس من جزأين أولهما مخصص للمعلومات الشخصية حول الجنس والعمر، ومستوى التعليم، والخبرة المهنية والقسم الثاني متعلق بمصادر الإجهاد المهني، بحيث يتكون هذا المقياس من 30 بندا مقسمة على ثمانية أبعاد: العلاقة مع الرئيس عدد بنوده 5، العلاقة مع الزملاء عدد بنوده 4، العلاقة مع الناس عدد بنوده 4، عبئ العمل أيضا أربعة بنود، أما بعد الحوافز والنمو المهني وطبيعة العمل ومستوى بعد وسائل العمل والظروف الفيزيائية فهي تحتوي على 3 بنود لكل بعد، وفي البعد الثامن والآخر فهو بعد مستوى التأهيل المهني الذي يحتوي على 4 بنود.

## 3.6. 2 الهدف من المقياس وطريقة التصحيح

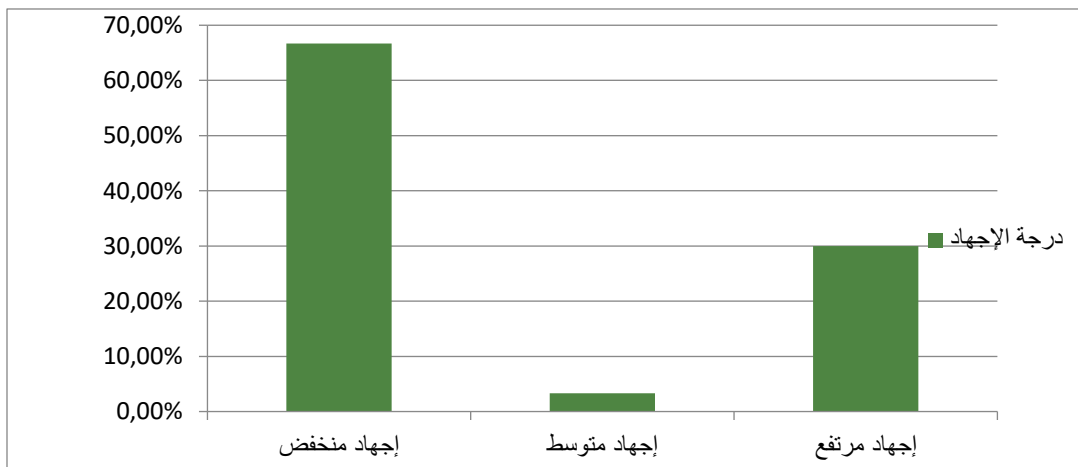
وصمم هذا المقياس بهدف تحديد مصادر الضغط لدى عينة البحث وفق سلم ليكرت الخماسي في الشدة والذي يحمل خمسة بدائل: أبدا ، نادرا ، أحيانا ، غالبا ، دائما . والذي يصحح بنفس طريقة اختبار مستوى الاجهاد.

## 7. نتائج البحث

## 1.7 عرض نتائج مقياس الإجهاد

للقوفوف على مستوى الإجهاد لدى عينة البحث، تم تنقيط النتائج على وزن مقياس ليكرت الخماسي ، فصار لكل فرد من أفراد العينة درجة تعبر عن مستوى الإجهاد لديه في ثلاثة مجموعات: ذوي الإجهاد الخفيف والإجهاد المتوسط والإجهاد الشديد . وتبين النتائج أن المتوسط الحسابي لهذه الدرجات هو 131.56 بانحراف معياري مقداره 46.80.

أما المبيان رقم (01) فيوزع أفراد العينة على مختلف درجات الإجهاد، حيث يغطون أغلب درجات المقياس، بدءا من 59 كأقل درجة وصولا إلى 229 أقصى درجة تتراوح بين 87 كحد أدنى، و 209 كحد أقصى.

المبيان 1: توزيع درجات الإجهاد حسب تكرارها

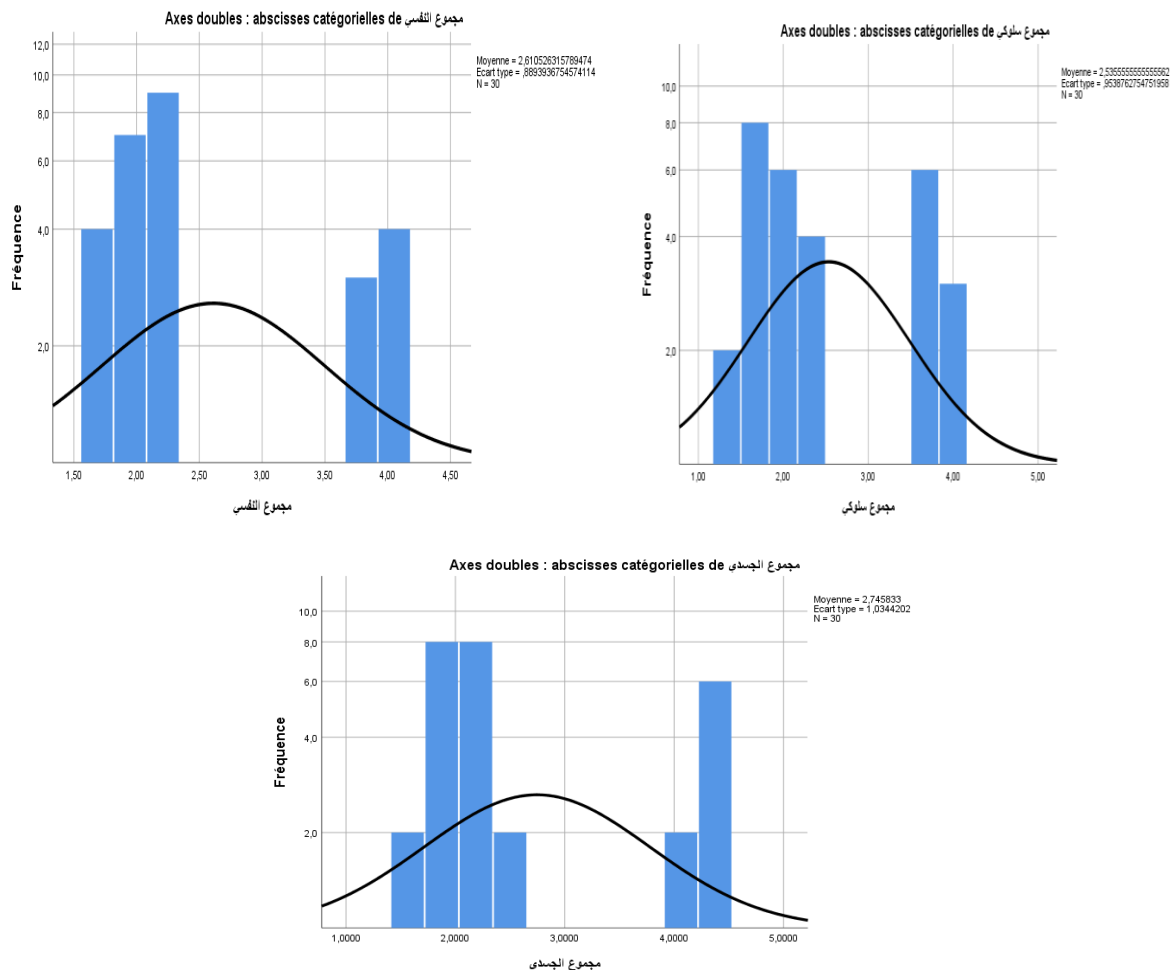
نلاحظ من خلال المبيان أعلاه أنه تم تصنيف هذه الدرجات إلى ثلاثة ، حيث نلاحظ ميل الإجهاد للانخفاض لدى ما يقارب 66.67% من أفراد العينة. في حين حصلت درجة الإجهاد المرتفع على 30% مما يعني أن مستوى الإجهاد لدى أفراد عينة البحث يميل للانخفاض عموما . وبالنسبة للنتائج الجزئية لمقياس الإجهاد المتعلقة بأعراض الإجهاد فجاءت على الشكل التالي :

**جدول (2): ترتيب أعراض الإجهاد حسب الدرجة**

المرتبة	متوسط الحسابي	نوع الأعراض
1	2,745833	النفسية
2	2,610526	الجسدية
3	2,535556	السلوكية

ويظهر الجدول رقم (02) أن المتوسطات الحسابية للأنواع الثلاثة من الأعراض متقاربة، إلا أن هناك ميلا لظهور الأعراض النفسية منها أولا، فالجسدية، ثم السلوكية أي أن الإجهاد لدى أفراد العينة يرتبط بالأعراض النفسية أكثر.

وتوضح المبيانات أسفله نتائج توزيع أعراض الإجهاد حسب متوسطات ظهورها حسب :

**المبيان 2: توزيع أعراض الإجهاد حسب متوسطات ظهورها**

## 1.1.7 مناقشة وتفسير نتائج مقياس الإجهاد

بناء على النتائج العامة والنتائج الجزئية التي توصلنا إليها عبر المقياس يظهر لنا على أن هناك مستويات إجهاد مختلفة لدى عينة البحث، لصالح الإجهاد المنخفض وأما بالنسبة للنتائج الجزئية فإن الأعراض النفسية هي الأقوى. ونفسر هذه النتيجة على أن سمات الشخصية لدى المرهبات هي التي تلعب دورا كبيرا في تديبرهن للوضعيات الضاغطة في العمل وهذا ما يتفق مع دراسة فتيحة بن زروال (2008) التي خلصت على أن هناك علاقة موجبة دالة بين نمطي الشخصية أ، ج ومستوى الاجهاد. و علاقة سلبية دالة بين نمط الشخصية (ب) ومستوى الاجهاد لدى عينة من العاملين في المجال الطبي .

## 2.7 نتائج مقياس سمات الشخصية

## 1.2.7 عرض نتائج مقياس سمات شخصية

## الجدول رقم(3):نتائج مقياس سمات الشخصية

نوع الشخصية	الدرجة	الصفة	العينة	نوع الشخصية	الدرجة	الصفة	العينة
الانبساط والاتزان	5	درجة الكذب	16	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	1
	15	درجة الانبساط والانتواء			16	درجة الانبساط والانتواء	
	8	درجة الاتزان والانفعال			10	درجة الاتزان والانفعال	
الانبساط والاتزان	2	درجة الكذب	17	الانتواء والانفعال	3	درجة الكذب	2
	17	درجة الانبساط والانتواء			8	درجة الانبساط والانتواء	
	10	درجة الاتزان والانفعال			14	درجة الاتزان والانفعال	
الانتواء والانفعال	5	درجة الكذب	18	الانبساط والاتزان	1	درجة الكذب	3
	11	درجة الانبساط والانتواء			16	درجة الانبساط والانتواء	
	14	درجة الاتزان والانفعال			8	درجة الاتزان والانفعال	
الانتواء والانفعال	2	درجة الكذب	19	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	4
	12	درجة الانبساط والانتواء			18	درجة الانبساط والانتواء	

	14	درجة الاتزان والانفعال			12	درجة الاتزان والانفعال	
الإنبساط والإنفعال	5	درجة الكذب	20	الانبساط والاتزان	4	درجة الكذب	5
	14	درجة الانبساط والانطواء			19	درجة الانبساط والانطواء	
	14	درجة الاتزان والانفعال			12	درجة الاتزان والانفعال	
الانبساط والإتزان	3	درجة الكذب	21	الانبساط والانفعال	3	درجة الكذب	6
	15	درجة الانبساط والانطواء			17	درجة الانبساط والانطواء	
	8	درجة الاتزان والانفعال			15	درجة الاتزان والانفعال	
الانطواء والانفعال	4	درجة الكذب	22	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	7
	10	درجة الانبساط والانطواء			14	درجة الانبساط والانطواء	
	13	درجة الاتزان والانفعال			11	درجة الاتزان والانفعال	
الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	23	الانبساط والاتزان	2	درجة الكذب	8
	17	درجة الانبساط والانطواء			15	درجة الانبساط والانطواء	
	11	درجة الاتزان والانفعال			11	درجة الاتزان والانفعال	
الانطواء والانفعال	3	درجة الكذب	24	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	9
	12	درجة الانبساط والانطواء			14	درجة الانبساط والانطواء	
	15	درجة الاتزان والانفعال			11	درجة الاتزان والانفعال	
الانبساط والانفعال	5	درجة الكذب	25	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	10
	15	درجة الانبساط والانطواء			16	درجة الانبساط والانطواء	
	15	درجة الاتزان والانفعال			9	درجة الاتزان والانفعال	
الانطواء الانفعال	3	درجة الكذب	26	الانبساط والاتزان	5	درجة الكذب	11
	12	درجة الانبساط والانطواء			19	درجة الانبساط والانطواء	

	16	درجة الاتزان والانفعال			12	درجة الاتزان والانفعال	
الانطواء والانفعال	5	درجة الكذب	27	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	12
	11	درجة الانبساط والانطواء			14	درجة الانبساط والانطواء	
	13	درجة الاتزان والانفعال			12	درجة الاتزان والانفعال	
الانطواء والانفعال	3	درجة الكذب	28	الانبساط والاتزان	5	درجة الكذب	13
	12	درجة الانبساط والانطواء			15	درجة الانبساط والانطواء	
	15	درجة الاتزان والانفعال			9	درجة الاتزان والانفعال	
الانبساط والاتزان	4	درجة الكذب	29	الانطواء والانفعال	2	درجة الكذب	14
	14	درجة الانبساط والانطواء			11	درجة الانبساط والانطواء	
	11	درجة الاتزان والانفعال			13	درجة الاتزان والانفعال	
الانبساط والاتزان	4	درجة الكذب	30	الانبساط والاتزان	3	درجة الكذب	15
	14	درجة الانبساط والانطواء			16	درجة الانبساط والانطواء	
	12	درجة الاتزان والانفعال			10	درجة الاتزان والانفعال	

من خلال هذا الجدول أعلاه نلاحظ اختلافا في أنماط الشخصية لدى المبريات والمقدرين ب (30) مبرية، وحسب نتائج المقياس فإن 60% من أفراد العينة يميلن الى سمات الانبساط والاتزان وأن 10 % يملن إلى نمط الانبساط والانفعال مع غياب نمط الانطواء والاتزان لدى العينة وحضور نسبة 30% من نمط الانطواء والانفعال لدى العينة وهذا يدل على أن النمط الغالب في العينة هي مجموعة سمات الانبساط والاتزان. أما صفة الكذب فلم تظهر لدى أفراد هذه العينة. ويوضح الجدول التالي توزيع سمات شخصية لدى العينة :

جدول (4):توزيع أفراد العينة حسب سمات الشخصية

النسبة المئوية	تكرار	سمات المجموعة
60,00%	18	مجموعة الانبساط والاتزان
10,00%	3	مجموعة الانبساط والانفعال
0,00%	0	مجموعة الانطواء والاتزان
30,00%	9	مجموعة الانطواء والانفعال

## 2.2.7 مناقشة وتفسير نتائج مقياس سمات الشخصية

تظهر نتائج مقياس أيزينك لسمات الشخصية أن النمط الغالب لدى أفراد العينة هو نمط الانبساط الاتزان وهي نتيجة منطقية خاصة أن مهنة التعليم الأولي هي مهنة تحتاج مقومات نفسية لدى المربية وهي نفسها سمات الشخصية الانبساطية والتي تتحلى بالحيوية والنشاط وسمات القيادة والمهارات الاجتماعية، خاصة أننا نتحدث عن أطفال مرحلة الطفولة المبكرة التي يجب اثارها وتحفيزها من أجل التعلم ، والتي تحتاج أنشطة حركية وتعتمد على بيداغوجيا اللعب، لهذا يجب على الجهات المختصة اختيار المربيات بعناية خاصة واستثمار جميع الاليات النفسية والبيداغوجية من أجل ضمان الجودة خاصة أن تأثيرها لا يتوقف على المهارات الفنية وإتقانها للمواد العلمية فقط، إنما على اتجاهاتها ومعتقداتها التي تنعكس على الأطفال الذين يعتبرونها القدوة والمثل الأعلى.

وهذا ما يتفق مع نظرية سمات الشخصية التي يدور جوهرها حول أن طبيعة سمات الأفراد لها دور كبير في تحديد سلوكه والسمات لا يمكن ملاحظتها بالعين المجرد وإنما يستدل عليها عن طريق السلوك وهذه السلوكيات هي الأساليب التي سيدبر بها الوضعيات الضاغطة التي يعيشها وبالتالي الفروق الفردية على مستوى سمات تلعب دورا حاسما في تحديد مستوى الاجتهاد وفي نجاح المهني في عمله وما تتطلب تلك الوظيفة من سمات كما هو حال المربية.

## 3.7 نتائج مقياس مصادر الإجهاد المهني

## 1.3.7 عرض نتائج مقياس مصادر الإجهاد المهني

من أجل معرفة مصادر الإجهاد المهني لدى عينة البحث اعتمدنا مجموعة من الوسائل الإحصائية كما يظهر في الجدول أسفله من أجل تمكيننا من ترتيب مصادر الإجهاد من الأقوى ترتيب إلى الأضعف ترتيب كما هو موضح في الجدول 11 :

جدول (5): النتائج الإحصائية لمصادر الإجهاد

مصادر الإجهاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين	الاتواء
الحوافز والنمو المهني	03,8422	1. 1223	1.260	-0.801
مستوى التأهيل المهني	03.7392	1.18466	1.403	-0.701
العلاقة بالناس	03.5385	0.97543	0.951	-0.312
العلاقة برؤساء العمل	03.2192	1.0592	1.122	-0.031

0.068	0.695	0.83377	03.1841	عبء العمل
0.401	1.111	1.05413	02.7506	العلاقة بين الزملاء
0.088	0.628	0.79255	02.6795	طبيعة العمل
0.083	0.802	0.89562	02.6650	وسائل العمل وظروف الفيزيقية

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن مصدر الحوافز والنمو المهني هو المصدر الذي حقق أعلى نسبة متوسط حسابي في بنوده ب 03,8422 بعدها يليها مستوى التأهيل المهني بنسبة 03.7392، تليها العلاقة بالناس والعلاقة بالموارد البشرية، بعدها في المرتبة الرابعة العلاقة بالرؤساء تليها مصدر عبئ العمل .

#### 4.7 عرض نتائج العلاقة بين مقياس الإجهاد ومقياس سمات الشخصية

انطلقنا في هذا البحث من مجموعة من الفرضيات كانت أبرزها الفرضية المركزية التي نهدف من خلالها إلى الكشف عن العلاقة بين سمات الشخصية ومستوى الاجهاد ولتحقق منها اعتمدنا برنامج الرزم الإحصائية SPSS بالاعتماد على قيمة معامل بيرسون وجاءت النتائج على الشكل التالي :

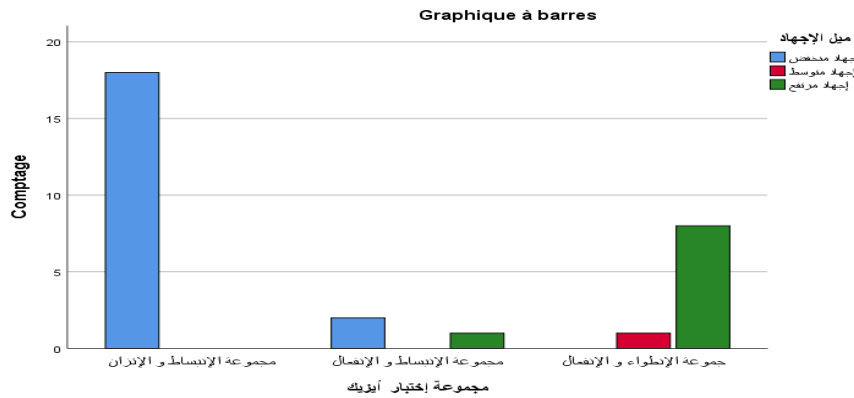
Tests du khi-carré			
	Valeur	ddl	Signification asymptotique (bilatérale)
khi-carré de Pearson	27,148 <sup>a</sup>	4	,000
Rapport de vraisemblance	34,594	4	,000
N d'observations valides	30		

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة الإحتمالية (p-value) المحصل عليها هي 0 عند مستوى الدلالة 0.05، عند درجة الحرية 4 ، وبالتالي بما أن (p-value) تساوي 0 وهو أصغر من مستوى الدلالة ومنه فإننا نستنتج أن هناك علاقة بين سمات الشخصية ومستوى الإجهاد وبالتالي تحققت الفرضية المركزية للبحث، وهذا ما أكدته مقارنة قيمة كاي التربيعية لبيرسون المحسوبة والمجدولة، حيث أن قيمة كاي التربيعية لبيرسون المحسوبة (27.14) أكبر من قيمة كاي التربيعية لبيرسون المجدولة (9.488) ولتوضيح قوة هذه العلاقة اعتمدنا العامل الاحصائي V de Cramer :

Mesures symétriques <sup>c</sup>			
		Valeur	Signification approximative
Nominal par Nominal	Phi	,951	,000
	V de Cramer	,673	,000
	Coefficient de contingence	,689	,000
N d'observations valides		30	

الذي يدل علاقة قوة العلاقة بين نتائج اختبار سمات الشخصية ونتائج اختبار مستوى الاجتهاد ويبين المبيان التالي العلاقة بين سمات الشخصية لدى المربيات بمستوى الإجهاد :

### المبيان 3: يوضح العلاقة بين سمات الشخصية لدى المربيات بمستوى الإجهاد



تظهر نتائج البحث أن هناك علاقة قوية بين نتائج اختبار أيزينك لشخصية وما بين اختبار مستوى الاجتهاد وهذا ما يتفق مع مجموعة من الدراسات السابقة التي تختلف مع دراستنا على مستوى طبيعة العينة وسمات الشخصية التي تناسب تلك الوظيفة ولكن تبقى متفقة مع دراستنا على مستوى العلاقة بين سمات الشخصية ومستوى الاجتهاد ومن بين هذه الدراسات نجد دراسة بن اسلام ، بن زروال (2014) ، بعنوان خصائص الشخصية المقاومة للإجهاد المهني لدى مدراء وأفضت النتائج الرئيسة للبحث إلى وجود علاقة موجبة دالة بين الاتصال البشري ومستوى الإجهاد المهني. وعلاقة سالبة دالة بين نجاح معالجة الواقع ومستوى الإجهاد المهني. وعلاقة موجبة دالة بين الاتصال البشري السطحي ومستوى الإجهاد المهني. وعلاقة سالبة دالة بين الحرارة الداخلية الموقفة ومستوى الإجهاد المهني. وعلاقة سالبة دالة بين مراقبة العدوانية ومستوى الإجهاد المهني وعلاقة سالبة دالة بين الانبساط الذي يميل للانطواء ومستوى الإجهاد المهني.

وهذا ما يتفق أيضا مع دراسة قارة (2020)، بعنوان أنماط الشخصية وعلاقتها بأنواع القيادة لدى مدراء المستشفيات والتي خلصت نتائجها إلى أن أبرز أنماط الشخصية هي نمط الشخصية المتفردة، ثم نمط الشخصية الباحثة، ثم نمط الشخصية المتحدية. وأبرز أنواع القيادة هي النوع التحويلي، ثم النوع التبادلي، ثم النوع الديمقراطي.

وأثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية وأنواع القيادة لدى مدراء المستشفيات والعيادات متعددة الخدمات.

### 8. اختيار الفرضيات

تأتي هذه المرحلة بعد عرض النتائج العامة والجزئية للبحث كخطوة إجرائية ومناقشتها وتفسيرها على ضوء الدراسات السابقة لنصل إلى مرحلة اختبار فرضيات البحث:

#### التحقق من الفرض الفرعية الأولى:

-أفترض أن هناك سمات شخصية مختلفة لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء .  
ونلاحظ من خلال نتائج اختبار الشخصية الذي اعتمدهنا لايزينك أن هناك سمات مختلفة لدى أفراد العينة لصالح مجموعة الانبساط والاتزان بنسبة % 60 والتي وجدنا أنها ثلاثة مجموعات مع غياب الشخصية التي تميل إلى الانطواء والاتزان وبالتالي نقبل الفرضية الفرعية الأولى .

#### التحقق من الفرضية الفرعية الثانية:

-أفترض أن هناك مستوى إجهاد مهني عالي الشدة لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء .

ومن خلال نتائج اختبار مستوى الاجهاد لدى أفراد العينة تظهر النتائج أن % 66 حصلن في الاختبار على مستوى اجهاد مهني منخفض ، في حين أظهرت النتائج أن ذوي الإجهاد العالي هي نسبة % 3.33 وبالتالي نستنتج رفض الفرضية الفرعية الثانية وتعويضها بأفترض أن هناك مستوى إجهاد مهني منخفض الشدة لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء .

#### التحقق من الفرضية الفرعية الثالثة :

-أفترض أن هناك مصادر مختلفة للإجهاد المهني لدى مربيات التعليم الأولي بمؤسسة زاكورة بالدار البيضاء .

لتحقق من هذه الفرضية الفرعية الثالثة اعتمدهنا اختبار مصادر الاجهاد المهني والتي أظهرت نتائجه بروز أنواع مختلفة من مصادر الاجهاد والذي حصدت نسبة تكرار عالية وبالتالي قبول الفرضية الثالثة.

ومن خلال التحقق من نتائج الفرضيات الفرعية وباعتمادنا نتائج العلاقة الاحصائية ما بين نتائج اختبار أيزينك للشخصية وما بين نتائج اختبار مستوى الاجهاد بالاستعانة ببرنامج الرزم الاحصائية SPSS بالاعتماد تحديدا على معامل بيرسون للكشف عن العلاقة بحيث وجدناها أنها 0 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 ومنه فإن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإجهاد وسمات الشخصية ومنه فإن الفرضية المركزية صحيحة وتم قبولها.

## خاتمة

في الأخير يمكن القول أن موضوع البحث في الإجهاد، بعلاقته بسمات الشخصية لدى مربيات التعليم الأولي هو موضوع راهني والذي يتطلب دائما البحث والتطوير من أجل ضمان جودة التكوين، والرفع من مستوى الموارد البشرية لهذا القطاع ، خاصة أن قطاع التعليم الأولي عرف في الآونة الأخيرة تطورا ملحوظا سواء في تعميمه أو تجوديه ، ومن أبرز النتائج التي توصلنا إليها في هذا البحث هي وجود سمات شخصية مختلفة لدى أفراد العينة لصالح سمات الشخصية التي تميل إلى الانبساط والالتزان ، كما بينت نتائج البحث أيضا عن وجود مستوى إجهاد منخفض لدى العينة وذلك بنسبة 66%. كما بينت نتائج البحث عن وجود مصادر إجهاد مختلفة ترأسها الحوافز والنمو المهني ومستوى التأهيل المهني، يليها العلاقة بالناس، كما كشف هذا البحث عن علاقة ذات دلالة إحصائية بين سمات الشخصية ومستوى الإجهاد وهي علاقة قوية.

## توصيات

وفي ضوء النتائج التي خلصنا إليها نقترح جملة من التوصيات وهي كما يلي:

- الاستفادة من فلسفة هذا البحث بصفة عامة من خلال استثمار أنماط وسمات الشخصية من خلال عمليات الانتقاء المهني، خاصة المهن الأكثر عرضة للإجهاد والاستفادة منه بصفة خاصة لانتقاء مربيات التعليم الأولي واختيار المربيات ذات سمات الشخصية الأقل إجهادا.
- تشخيص مصادر الاجهاد المهني في مختلف مؤسساتنا، والوقوف على معالجة وترميم مصادر الاجهاد المهني
- ضرورة إدماج موضوع الإجهاد ضمن محتويات المقررات التعليمية بالجامعة لمجموعة من المسالك والتخصصات مثل علم النفس، علم النفس الصحة، علم النفس الشغل ، تدبير المؤسسات التعليمية ، علوم التربية، تدبير الموارد البشرية ..... وازهار كيفية تدبيره ومعالجته .
- إذكاء الوعي في مختلف المؤسسات حول ظاهرة الإجهاد (ماهيته، مصادره، تأثيراته، مواجهته).
- الاعتماد الفعلي لدورات تدريبية دورية على التنفيس الانفعالي، خاصة في المهن الأكثر عرضة للإجهاد.

- ألبرت كارل، ترجمة حمزة حسين (2014)، أنماط الشخصية أسرار، وخفايا، دار كنوز، عمان .
- بن زروال، فتيحة (2008)، أنماط الشخصية وعلاقتها بالإجهاد، رسالة دكتوراه، جامعة قسنطينة .
- بوحوش عمار، والذنيبات محمد محمود، مناهج البحث العلمي وطرق لإعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، تونس.
- فتيحة بن زروال (2002)، الإجهاد لدى الأستاذ الجامعي واستراتيجيات المرشد النفسي في علاجه والوقاية منه. مذكرة ماجستير غ منشورة، قسم علو النفس، جامعة باتنة.
- فريحات، ووائل الرضي (2010) ، مستويات الاحتراق المهني لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون .
- قارة (2020)، أنماط الشخصية وعلاقتها بأنواع القيادة لدى مدراء المستشفيات والعيادات متعددة الخدمات بولاية أم البواقي وقسنطينة.
- قانون الإطار 17- 51 منظومة التربية والتكوين والبحث العلمي، 2019، المغرب.
- لعمامرة، محمد حسن (2012)، مبادئ الإدارة المدرسية، دار المسيرة، عمان .
- محمد أحمد النابلسي (1989)، أصول ومبادئ الفحص النفسي. بيروت: جروس برس ط1.
- محمد أحمد النابلسي وآخرون (1991). الصدمة النفسية علم نفس الحروب والكوارث، بيروت دار النهضة العربية، سلسلة الثقافة النفسية.
- وينفريد هوبر، ترجمة مصطفى عشوي (1999). مدخل إلى سيكولوجية الشخصية، ديوان المطبوعات الجامعية، جزائر.
- Bernstein. D.A., Clarke-Stewart, A., Penner, L.A. Roy, E.J. & Wickens, C.D. (2000). Psychology Boston: Houghton Mifflin Company, 5th ed.
- Canouï, P., Mauranges, A. & Florentin, A. (2004). Le burn out: le syndomme d'épuisement professionnel des Soignants de l'analyse aux réponses. Paris: Masson, 2 éd, Paris.
- Carlson, N.R., Buskist, W. & Neil Martin, G. (2000). Psychology of Science of Behaviour. London: Pearson Education.
- Dictionnaire de la psychologie larousse ,1996.