جامعة مولـــــــود معمري ـ تيزي وزو ـ
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية
علوم التربية

الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة

دراسة ميدانية بالمراكز النفسية البيداغوجية بولايتي تيزي وزو – بومرداس

مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية الخاصة والتعليم المكيف

إعداد الطلبة:
صحراوي حورية
حمادي صارة

إشراف الأستاذة:
هارون سوميشة

السنـــــــــة الجامـــــــعية:2020 - 2021

إهداء

الى من اخرجنا من الظلمات الى النور و اهدانا الى الصراط المستقيم سيدنا محمد صلى الله عليه و سلم.

الى منبع الحب و العطاء الى التي وهبتني الحياة و اشتقت لسعادتي و بكت لأبتسم امي الحنونة حفضها الله و اطال عمرها.

الى من ضحى بروحه و زرع في نفسي جذور حب العلم و شجعني للنجاح، ابي العزيز حفظه الله و اطال من عمره.

الى اخواتي و اخواني، و اصدقائي و زملائي الكرام

الى من علمني طعم الحياة و سندني و شجعني خطيبي

الى كل انسان مخلص لربه ووطن اهدي لهم جميعا هذا العمل المتواضع.

- صارة -

إهداء

إلى من علمني العطاء دون انتظار...إلى من أحمل إسمه بكل إفتخار...

إلى سندي طيلة مشواري الدراسي "**أبي العزيز**" أطال الله في عمره و حفظه لنا.

إلى ملاكي في الحياة... إلى معنى الحب و معنى الحنان... إلى بسمة الحياة و سر الوجود... إلى من كان دعاءها سر نجاحي و حنانها بلسم جراحي... إلى أغلى الحبايب "**أمي الحبيبة**" أطال الله في عمرها و حفظها لنا.

إلى إخوتي و أخواتي سندي في الحياة بدونهم لا أستطيع العيش و لا متعة للحياة إلا برفقتهم " **أختي إبتسام و زوجها، مريم، محمد و إسلام**" و "**عمي نوردين**" و زوجته "**أمال**" و أبناءهم "**ياسين، أنيس، سيرين، عبد الرحمان و نسيم**"

إلى كل أفراد عائلتي "**جدتي، خالي، خالاتي، أعمامي، عمتي و أبنائهم و بناتهم و أحفادهم**".

إلى أصدقائي " **حفصة، أحلام، عقيلة، منى، نورة، وسام، عبد الرحمان، رشيد، علاء**".

إلى كل أساتذتي و زملائي في الثانوية و الجامعة و أصدقائي في حياتي اليومية .

إلى روح صديقتي الغالية "**نصيرة**" رحمها الله و أسكنها فسيح جناته.

إلى كل من كان له أثر في حياتي دعمني و شجعني أعطاني خطوة نحو الأمام.

حورية

شكر و تقدير

الحمد لله ربي العالمين و الصلاة و السلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد و على اله و صحبه و من تبعهم بالإحسان إلى يوم الدين، و بعد...

نشكر الله تعالى على فضله في انجاز هذا العمل، فله الحمد أولا و أخرا.

نتقدم بالشكر و التقدير و العرفان إلى الأستاذة المشرفة **" هارون شوميسة"** على إشرافها على هذه المذكرة و على الجهد الكبير الذي بذلته معنا، و على نصائحها القيمة التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذه الدراسة، فلها منا فائق التقدير و الإحترام.

كما نتوجه في هذا المقام بالشكر الخاص إلى كل أساتذة قسم علوم التربية الذين

و لم يبخلو في تقديم يد العون لنا و خاصة الدكتورة **" ليلى بوبكري"** شكرا لك.

كما نتقدم بالشكر و الإمتنان إلى أساتذة المناقشين على قبولهم لمناقشة هذا العمل.

و نشكر كذلك المراكز البيداغوجية للمعاقين عقليا بولاية تيزي وزو و بومرداس، الذين فتحوا أبواب مراكزهم لنا و كان لهم فضل كبير على انجاز هذا العمل.

و في الختام نشكر كل من ساهم في انجاز هذا العمل سواء من قريب أو بعيد و لو بكلمة طيبة أو ابتسامة عطرة.

ملخص الدراسة:

ملخص الدراسة باللغة العربية:

تهدف الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى عينة من معلمي التربية الخاصة بالمراكز البيداغوجية النفسية للمعاقين بواقنون، أيت أومالو، ذراع بن خدة بولاية تيزي وزو، و مركز النفسي للمعاقين عقليا بتجلابين، و مدرسة الإبتدائية البشير الإبراهيمي قسم خاص و مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل ولاية بومرداس، ثم معرفة إذا كان ما كان هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب متغير الجنس، الخبرة المهنية و مكان العمل لدى معلمي التربية الخاصة، و قد اتبعنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، و ذلك بالاعتماد على مقياس الضغوط النفسية لدتور فقيه العيد، و مقياس التوافق المهني من إعداد الدكتور صلاح الدين فرح عطاالله، و تم تطبيق الدراسة على 45 معلم و معلمة التربية الخاصة متواجدون في المراكز البيداغوجية للمعاقين عقليا بولاية تيزي وزو و بومرداس ،عد جمع البيانات تمت معالجتهم باستخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل بيرسون، اختبار"ت" و اختبار "ف" لتحليل التباين الأحادي، و ذلك باستخدام SPSS، و توصلنا إلى نتائج التالية:

1. لا توجد علاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة.
2. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب الجنس لدى معلمي التربية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب الخبرة المهنية لدى معلمي التربية الخاصة.
4. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب مكان العمل لدى معلمي التربية.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، التوافق المهني، معلمي التربية الخاصة.

فهرس المحتويات

الرقم	العنوان	الصفحة
	الإهداء	أ
	الشكر و التقدير	ج
	ملخص الدراسة	د
	فهرس المحتويات	ه
	مقدمة	01
	الباب الأول: الجانب النظري	
	الفصل التمهيدي: الاطار العام للدراسة	
01	الإشكالية	6
02	فرضيات الدراسة	11
03	أهمية الدراسة	11
04	أهداف الدراسة	11
05	تعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة	12
06	الدراسات السابقة	13
07	تعقيب على الدراسات السابقة	18
	الفصل الأول: معلم التربية الخاصة	
	تمهيد	25
أولا	التربية الخاصة	26
01	مفهوم التربية الخاصة	26
02	مصطلحات في التربية الخاصة	27
03	الأسس التي تقوم عليها التربية الخاصة	28
04	اتجاهات التربية الخاصة	29
05	أهداف التربية الخاصة	30
06	مبادئ التربية الخاصة	31

ثانيا	معلم التربية الخاصة	32
01	مفهوم معلم التربية الخاصة	32
02	خصائص معلم التربية الخاصة	34
03	دور معلم التربية الخاصة	35
04	إعداد معلم التربية الخاصة	36
	خلاصة الفصل	38
	الفصل الثاني: الضغوط النفسية	
	تمهيد	40
01	تعريف الضغط	41
02	تعريف الضغط النفسي	42
03	بعض المصطلحات النرتبطة بالضغط النفسي	43
04	أنواع الضغط النفسي	44
05	أعراض الضغط النفسي	45
06	النظريات المفسرة للضغط النفسي	48
07	علاج الضغط النفسي	51
	خلاصة الفصل	54
	الفصل الثالث: التوافق المهني	
	تمهيد	56
01	تعريف التوافق	57
02	تعريف التوافق المهني	58
03	مظاهر التوافق المهني	59
04	شروط التوافق المهني	59
05	العوامل المؤثرة في التوافق المهني	60
06	نظريات التوافق المهني	61
	خلاصة الفصل	65

	الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
	تمهيد	68
أولا	اجراءات الدراسة الإستطلاعية	69
01	الدراسة الإستطلاعية و الهدف منها	69
02	عينة الدراسة الإستطلاعية	69
03	نتائج الدراسة الإستطلاعية	70
04	منهج البحث	70
05	أدوات الدراسة	70
06	خصائص السيكومترية لأدوات الدراسة	75
ثانيا	إجراءات الدراسة الأساسية	82
01	عينة الدراسة الأساسية	82
02	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	84
	الفصل الخامس: عرض و مناقشة و تفسير الفرضيات	
	تمهيد	90
	عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الأولى	91
	عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الثانية	93
	عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الثالثة	95
	عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الرابعة	99
	خلاصة الفصل	103
	اقتراحات الدراسة	104
	خاتمة	106
	قائمة المراجع	
	الملاحق	

فهرس الجداول:

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	توزيع العينة الإستطلاعية	70
02	أرقام البنود الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس التواف المهني	73
03	معاملات ارتباط بنود مقياس الضغط النفسي	75
04	معاملات الارتباط بين الأبعاد و بين الأبعاد و الدرجة الكلية لمقياس التوافق المهني	76
05	معاملات الثبات "ألفا كرونباخ" للإتساق الداخلي بين بنود الأبعاد و بنود الدرجة الكلية	77
06	معاملات الإرتباط البنود بأبعاد مقياس التوافق المهني	78
07	معاملات الثبات "ألفا كرونباخ" للاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس و بنود الدرجة الكلية	80
08	معاملات الثبات "ألفا كرونباخ" للاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التوافق المهني و بنود الدرجة الكلية	81
09	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	83
10	توزيع أفراد العينة حسب الخبرة المهنية	83
11	توزيع أفراد العينة حسب مكان العمل	83
12	فحص اعتدالية توزيع بيانات متغيرات الدراسة	91
13	دلالة معامل ارتباط بيرسون الخطي بين الضغوط النفسية و التوافق المهني	92
14	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب الجنس	93
15	الإحصاءات الوصفية لمتغيري الضغوط النفسية و التوافق المهني لمتغير الخبرة المهنية	96

16	نتائج اختبار تحليل التباين "ف" للفروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني وفقا لمتغير الخبرة المهنية	97
17	الاحصاءات الوصفية لمتغيري الضغوط النفسية و التوافق المهني وفقا لمكان العمل	100
18	نتائج اختبار "ف" لتحليل التباين للفروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني وفقا لمكان العمل	101

مقدمة:

يعتبر الضغط النفسي و نتائجه من أهم الموضوعات التي شغلت بال العلماء و الباحثين في جميع المجالات، و تشير الاحصائيات العالمية أن 80% من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية، و أن 50% من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء و المستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، و أن 25% من أفراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغوط النفسية، فتطور الحياة و توسعها و زيادة مطالبها أدى إلى ظهور تلك الضغوط.

تعد الضغوط النفسية من أهم سمات العصر الراهن الذي يشهد تطورات و تغيرات سريعة في جميع المجالات، و لقد اصيبحت الضغوط تشكل جزءا من حياة الإنسان نظرا لكثرة التحديات التي يواجهها في هذا العصر، فهي تكاد تنتشر في مختلف البيئات و المجتمعات خاصة في مهنة تعليم و تدريس ذوي الاحتياجات الخاصة التي يقوم بها معلم التربية الخاصة.

لذلك نجد معلمي التربية الخاصة يستخدمون أساليب متنوعة ترتبط بخصائص النفسية و طبيعة الأحداث ذاتها لمواجهة بعض الأحداث الضاغطة، فمنهم من يستطيع أن يتعامل مع الحدث على نحو الإيجابي و يجد حلول و استيراتيجيات لحل مشاكله، و منهم من يتعامل الحدث بشكل سلبي و يشعر بالتهديد و الخطر و العجز و القصور، و هذا ما يزيد من حدة شعوره بالضغوط النفسية و يسبب لهم عدم التوافق المهني مما يجعلهم يعانون من مشاكل كبيرة.

لذا فالتوافق المهني له دور و أهمية كبرى في حياة الفرد، فهم ينعكس على توافقه النفسي، و بالتالي على حياته و صحته النفسية، هذه الأخيرة التي تحدد قدرة الفرد على التوافق مع نفسه و بيئته و شخصية معلم التربية الخاصة و اتزانه النفسي و صحته النفسية، فتوافق

العامل مهنيا يعتبر مؤشر و حافزا للنجاح مهنة التدريس و تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة، فهو أمر ضروري لقيام أي معلم التربية الخاصة بمهامه.

و انطلاقا من حيوية موضوع الضغوط النفسية و علاقتها بالتوافق المهني، اتجهنا إلى تناول هذين المتغيرين الدراسة من أجل الوصول إلى معرفة العلاقة التي تربط بينها، و من أجل ذلك قسمنا البحث إلى جانبين، الجانب النظري و هو يتكون من:

الفصل التمهيدي: و هو الإطار العام للدراسة الذي قمنا بعرض فيه الإشكالية و تساؤلات الدراسة مع الفرضيات، أهمية الدراسة و أهدافها ثم تعريف الإجرائي لمفاهيم الدراسة و في الأخير قمنا بطرحة مجموعة من الدراسات السابقة و تعقيب عليها

الفصل الأول: خصص لمعلم التربية الخاصة حيث تطرقنا فيه إلى: تمهيد، مفهوم التربية الخاصة، أسس التي تقوم عليها التربية الخاصة، اتجاهات التربية الخاصة، أهداف التربية الخاصة، مبادئ التربية الخاصة، مفهوم معلم التربية الخاصة، خصائص معلم التربية الخاصة، دور معلم التربية الخاصة و في الأخير كيفية أعداد معلم تربية الخاصة و من ثم خلاصة الفصل.

الفصل الثاني: خصص لموضوع الضغوط النفسي حيث تطرقنا إلى: تمهيد، تعريف الضغط، تعريف الضغط النفسي، بعض المصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي، أنواع و أعراض الضغط النفسي، النظريات الفسرة للضغط النفسي ثم علاج الضغط النفسي و في الأخير خلاصة الفصل.

الفصل الثالث: خصص لتوافق المهني تطرقنا إلى: تمهيد حول الموضوع، تعريف الضغط، تعريف التوافق المهني، مظاهر التوافق المهني، شروط التوافق المهني، العوامل المؤثرة في التوافق المهني، نظريات التوافق المهني ثم خلاصة الفصل.

أما الجانب الثاني هو جانب التطيقي للدراسة حيث قسمناه إلى فصلين و يحتوي كل فصل على ما يلي:

الفصل الرابع: و الذي خصص إلى إجراءات المنهجية للدراسة يحتوي على تمهيد، اجراءات الدراسة الإستطلاعية من حيث منهج البحث، عينة الدراسة الإستطلاعية، أدوات التي استخدمت لجمع البيانات و خصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، و اجراءات الدراسة الأساسية التي تحتوي على عينة الدراسة و الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الخامس: و في الأخير تمهيد، عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بكل فرضيات الدراسة، خلاصة النتائج المحصل عليها و في الأخير تقديم اقتراحات و توصيات حول موضوع الدراسة.

الجانب النظري

الفصل التمهيدي: الاطار العام للدراسة

1-الإشكالية.

2-فرضيات الدراسة.

3-أهمية الدراسة.

4-أهداف الدراسة.

5-تعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة.

6-الدراسات السابقة.

7-تعقيب على الدراسات السابقة.

1- الإشكالية :

يعتبر التعليم من أهم استثمارات المجتمعات والشعوب المتقدمة التي تسعى دوما للنهوض بطاقاتها وامكاناتها بما يحقق لها استقلاليتها وسيادتها وتطورها حيث يقوم التعليم باستثمار أهم موارد المجتمع ألا وهي قدرات أفراده وطاقاتهم الذهنية لتحقيق أكبر عائد من التنمية الشاملة في كافة المجالات.

تعد مهنة التعليم من المهن ذات طابع الانساني الذي لا يخلو من المعوقات و الصعوبات، نظرا لما تنطوي عليه من أعباء ومطالب ومسؤوليات بشكل مستمر(عقون،2012)، ولا تأتي هذه المهنة إلا بمعلم كف ومعد إعدادا كافيا إذ أنه له مكانة و أهمية خاصة و يعتبر موضع تقدير و محط ثقة و احترام المجتمع، فالمعلم حريص على أن يكون في المستوى و يعمل على أن يكون له دائما دور المرشد و الموجه في مجال معرفته و خبرته، و يحرص على أن لا يصدر منه إلا ما يؤكد ثقة المجتمع فيه و احترامه له (العوايضة،2016، ص168).

فالمعلم أكبر عامل مؤثر في فاعلية التدريس باعتباره عنصر مهم من عناصر المنظومة التعليم و التعلم و الموجه و القائد لهذه العملية، فدوره لم يعد يقتصر فقط على تزويد المتعلم بالمهارات و الخبرات و العادات و تنمية الميول و الاتجاهات و القيم التي تعمل على تغيير سلوكه نحو الأفضل و تبني شخصيتهم بصورة متكاملة فقط، بل أصبح هناك معلمين يقدمون خدماتهم التدريسية في مجال التعليم و التدريس و تأهيل فئات لها سمات واحتياجات خاصة و هم معلمي التربية الخاصة (محمد أحمد و محمد صالح،2018،ص1534-1535)، الذين اعدوا إعدادا خاصا ليقوموا بتدريس الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة الذين يعانون من نقص يصعب عليهم التعليم بالطرق التقليدية و يختلفون عن العاديين، و يمكن اجمالهم في الفئات التالية: الإعاقة العقلية، الإعاقة السمعية،

الإعاقة الجسدية، الإعاقة الانفعالية، الإعاقة البصرية، صعوبات التعلم، الاضطرابات الكلامية و اللغوية (القشاعلة،2015، ص23-24-27).

تعد مهنة التدريس و العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة من أكثر المهن التعليمية اثقالا بضغوط العمل ، اذ يعاني المعلمون من مشاعر الاحباط و القلق و الاكتئاب، و منهم من يواجه مشكلات صحية معينة، لما تفتضيه هذه المهنة من متطلبات و أعباء إضافية مع فئات متنوعة من الأفراد غير العاديين، اذ يعد كل طالب حالة خاصة تتطلب اعداد الخطط التربوية، و اختيار أساليب التدريس المناسبة، كذلك يحتاج هؤلاء الطلاب إلى الخدمات التدريبية، و الخدمات المساندة كالخدمات الطبية و الارشادية و النفسية، كما أن انخفاض القدرات العقلية و انخفاض مستوى التحصيل لدى هؤلاء الطلاب من شأنه أيضا أن يولد لدى المعلمين الشعور بالضغوط النفسية (الزيودي ،2007،ص191).

تعتبر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة أحد معوقات السير الحسن للعملية التربوية كونهم يتعاملون مع شريحة لا تستطيع الاعتماد الكلي على نفسها في العملية التعليمية (عواشرية،ص49)، و لقد عرف مقدد و خليفة (2012) الضغوط النفسية على أنها "مثيرات ضاغطة في بيئة العمل تكون استجابة لها إما معرفية أو فيسيولوجية أو سلوكية، و تشير إلى مواقف المعلمية الضاغطة، و متاعب العمل التي تحدث قلقا أو ضغطا مزمنا على المعلم عند محاولته لتحقيق متطلبات عمله، و قد يشعر بالإحباط نتيجة عدم تحقيقه لها" (مقدد و خليفة،2012،ص181).

نال موضوع الضغوط النفسية اهتماما واسعا من قبل الباحثين، باعتباره سمة العصر، ويتجلى ذلك بوضوح من خلال البحوث و الملتقيات و الاصدارات المختلفة التي أقيمت حول هذا الموضوع، فالبحث عن مصادر الضغوط بكل أنواعها و مستوياتها يدخل في إطار تجاوز تأثيراتها السلبية التي تتركها على الفرد و المجتمع، و تمثل الضغوط أحد الأسباب المؤدية للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية (خوجة،2018،ص04).

يؤكد Sely (1956) من رواد في مجال الضغط النفسي على أن هناك مجموعة من الأعراض المشتركة التي تظهر لدى الأشخاص الذين يتعرضون للضغط النفسي مثل: ضعف الشهية، والوهن العضلي، وفقدان الاهتمام بالبيئة، وأطلق على هذه الأعراض اسم زملة الضغط العام (صبيرة و كحيلة، 2014، ص361).

و بناءا على ذلك توصلت عدة دراسات حول مجال الضغوط النفسية و من بين هذه الدراسات دراسة الزيودي (2007) التي توصلت إلى وجود مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة كرك في الأردن، كما أشارت دراسة Antoniou (2000) إلى أن معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة أظهروا مستويات عالية من الضغط، و تبين أن مصادر الضغط تتمثل في عدم وجود أي تقدم مع التلاميذ، قلة الاهتمام بالتلاميذ، كثرة العمل، عدم وجود الدعم من الحكومة، قلة المصادر و التجهيزات، عدد التلاميذ المتزايد، تدريس تلاميذ يصعب التعامل معهم ، قلة التعاون بين الزملاء، كما بينت النتائج عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغيرات العمر و الحالة الاجتماعية و سنوات الخبرة(أورد في: جمعة محمد و حبيب،2010). و استهدفت دراسة الدليمي(2005) التعرف على الضغوط النفسية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في مدينة بغداد، وأظهرت النتائج أن الضغوط النفسية التي تعاني منها المعلمات تترتب تنازليا، (جاجان وليث،2015)، كما توصلت دراسة ابراهيم (1993) إلى معرفة الضغط النفسي لدى فئات الخاصة و معلمي التعليم العام حسب متغيرات جنس المعلم و مدة خبرته و علاقته بتلاميذه وزملائه و حاجاته الإرشادية، و أوضحت النتائج إلى أن معلمي التربية الخاصة أكثر ضغوطا من معلمي التعليم العام، كما أوضحت ارتباطا سالبا بين مدة خبرة المعلم و الضغوط النفسية لمهنة التعليم و بالنسبة لنوعية المعلمين، فالمعلمون الأكثر ضغوطا هم أكثر اضطرابا في علاقاتهم و زملائهم و بإدارة المدرسة، كما أظهرت الدراسة أن أهم مصادر الضغوط مهنة التعليم هي علاقة المعلم بطلابه و زملائه و إدارة

مدرسته، و صراع و عبء الدور و اتجاهات المجتمع نحو هذه المهنة (أيبو،2019،ص122).

فحسب بعض الدراسات السابقة التي تم ذكرها في سابق، نجد أنها توصلت أن مختلف معلمي التربية الخاصة لديهم بعض الضغوطات و المشاكل التي تعيقهم في أداء مهنتهم بأكمل وجه و عدم تحقيق التوافق المهني.

حيث يعتبر التوافق المهني سمة لا تتحقق بسهولة نظرا لطبيعة العمل و المهام الملقى على العامل، و يشير المكناسي (2007) أن التوافق المهني يتضمن الرضا عن العمل و رضا الاخرين اتجاهه، و يتمثل في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة و اقتناع شخصي و استعداد لها علما و تدريبا و الدخول فيها و صلاحية المهنة و الكفاءة و الشعور بالنجاح و العلاقات الحسنة مع الرؤساء و الزملاء، و التغلب على المشكلات فلا ينبغي أن نتصور التوافق المهني هو توافق الفرد لبيئة العمل فقط (مكناسي،2007، ص54).

و يعد التوافق المهني مؤشر فعال للحكم على أية مهنة بالنجاح أو الفشل، فعن طريقه يقاس رضا الفرد عن مهنته، و هو أمر ضروري لقيام الفرد بمهام عمله على أكمل وجه، و حسب ما هو مطلوب منه، حتى يحقق الرضا و الارضاء في عمله، الأمر الذي يسهم اسهاما فعالا لتحقيق التوافق بوجه عام، و الذي يؤدي إلى استقرار الفرد في حياته (بدرية،2016،ص02).

فالتوافق المهني يعتبر هاما لأي منظمة أو مؤسسة، فهو إلى جانب الدور الذي يلعبه من حيث ربط التوقعات الفرد بمهام المنظمة التي يعمل بها، يؤدي إلى أن يعزز فيه اهتمامه بتقدم المؤسسة أو المنظمة و نجاحها حيث أن ارتفاع درجة التوافق لدى العاملين يعتبر مؤشرا قويا على نجاح العمل بها و بالتالي تحقيق أهدافها (شموري،2017، ص07). ويتحقق التوافق المهني حسب ما أشارت إليه بدرية (2016) من خلال حصول الشخص

على عمل يناسب قدراته، امكانياته و يرضي ميوله، طموحاته، و يشعره بالنجاح و التفوق، و يدرك من خلاله قبول وتقدير و رضا رؤساءه و يؤدي إلى الرضا النفسي عن مكونات البيئة المهنية، الأمر الذي يجعله قادرا على الاستمرار في العطاء و الحرص على اتقان عمله، و السعي الدائم إلى اكتساب الخبرات و المهارات التي تحسن من أدائه، و ترفع من كفاءاته و انتاجه (الرواحية،2016، ص03).

و تعددت الدراسات حول مجال التوافق المهني و من بين هذه الدراسات دراسة Pam (1989) التي هدفت إلى معرفة علاقة التوافق المهني و المكافاءات و القيم لدى أعضاء هيئة التدريس في المرحلة الثانوية في شمال بريطانيا، و توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين التوافق المهني و بين القيم و المكافاءات، و الفروق في هذه العلاقة بين الذكور و الإناث لم يكن بدلالة احصائية، أما دراسة شموري (2017) فقد توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين القلق و التوافق المهني، و لا توجد فروق دالة احصائيا في استجابة أفراد العينة على كل من مقياسي التوافق المهني و القلق لمتغير الجنس و الخبرة المهنية.

تعتبر كل من الضغوط النفسية و التوافق المهني من بين الموضوعات المهمة التي يجب دراستها و اجراء بحوث عليها في ميدان التربية الخاصة و ذلك لما يعاني معلمي التربية الخاصة من مشاكل و ضغوطات ، و نظرا لأهمية موضوع الضغوط النفسية والتوافق المهني وتعدد الدراسات السابقة هذا الموضوع، أردنا البحث في هذين المتغيرين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة بالمراكز البيداغوجية لذوي الاحتياجات الخاصة بولايتي تيزي وزو وبومرداس. ومنه نطرح التساؤلات التالية:

1- هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة في مراكز البيداغوجية النفسية بولايتي تيزي وزوو و بومرداس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة باختلاف الجنس ؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة باختلاف الخبرة المهنية ؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة باختلاف مكان العمل ؟

2- فرضيات الدراسة :

1-توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة.

2-توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة باختلاف الجنس.

3-توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة باختلاف الخبرة المهنية.

4- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة باختلاف مكان العمل.

3-أهمية الدراسة :

تتجلى أهمية الدراسة في:

- امكانية الاستفادة من نتائج دراستنا لتقليل من المشكلات و الصعوبات التي تواجه المعلمين .
- تعتبر هذه الدراسة استكمالا لما جاء به الباحثون سابقا بخصوص موضوع الضغط النفسي والتوافق المهني.
- تطبق هذه الدراسة على فئة هامة وحساسة في المجتمع وهي فئة المعلمين الذوي الاحتياجات الخاصة.

4-أهداف الدراسة :

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي و التوافق المهني لدى عينة من معلمي التربية الخاصة بمراكز البيداغوجية النفسية واقنون أيت أومالو ذراع بن خدة بولاية تيزي وزو ومركز النفسي للمعاقين بتجلابين و مدرسة الابتدائية البشير الابراهيمي برج منايل و مدرسة الأطفال المعاقين بصريا بولاية بومرداس.
- التعرف على الفروق بين معلمي التربية الخاصة في الضغوط النفسية والتوافق المهني حسب متغير الجنس.
- التعرف على الفروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى عينة من معلمي التربية الخاصة حسب متغير الخبرة المهنية.
- التعرف على الفروق الفردية الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي التربية الخاصة حسب متغير مكان العمل.

5-**التعريف الإجرائي لمفاهيم الدراسة:**

- **الضغوط النفسية** : هي مجموعة من التأثيرات الخارجية و الداخلية التي تواجه معلمي التربية الخاصة في مهنة التدريس، فتؤثر على كيانهم النفسي و تخل من توازنهم مما تسبب لهم صعوبة في التكيف النفسي و الوظيفي، و هذا ما يعبر عنه بالدرجات التي يتحصل عليها معلمي التربية الخاصة في المراكز البيداغوجية النفسية للمعاقين بولاية بومرداس و تيزي وزوو في مقياس الضغط النفسي للدكتور فقيه العيد (2013).
- **التوافق المهني:** هو قدرة معلم التربية الخاصة على تحقيق التكيف بينه و بين بيئته المهنية و الشعور بالرضا و الإرضاء في عمله، و هذا ما يعبر عنه بعدد الدرجات التي يحصل عليها معلمي التربية الخاصة التواجدين بالمراكز النفسية البيداغوجية واقنون ايت أمالو ذراع بن خدة ولاية تيزي وزوو، و بالمركز

النفسي البيداغوجي للمعاقين تي جلابين و المدرسة الابتدائية البشير الابراهيمي و مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل ولاية بومرداس، في مقياس التوافق المهني للدكتور صلاح الدين فرح عطاالله (2009).

- **معلمي التربية الخاصة:** هم المعلمون المتخصصون في تقديم البرامج التربوية الخاصة لفئات ذوي الاحتياجات الخاصة المتواجدون بمراكز النفسية البيداغوجية للمعاقين ذهنيا واقنون و ايت أمالو و ذراع بن خدة في ولاية تيزي وزوو، ومركز النفسي البيداغوجي بتجابين، مدرسة المعاقين بصريا والابتدائية البشير إبراهيمي ببرج منايل ولاية بومرداس.

6- الدراسات السابقة:

إن للدراسات السابقة أهمية وفائدة كبيرتين في مجال البحث العلمي حيث تساعد الباحث في تحديد طرق الدراسة، وتسهيل وضع الفروض، والاطلاع على المناهج المستخدمة، وأدوات جمع المعلومات، وفيما يلي نذكر بعض الدراسات التي تناولت كل من الضغط النفسي والتوافق المهني.

أولا: دراسات تناولت الضغط النفسي:

دراسة جاجان جمعة و ليث حازم حبيب (2010)عنوانها " مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي و معلمات التربية الخاصة في العراق " .

هدفت الدراسة لتعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي و معلمات التربية الخاصة في العراق، و معرفة فيما اذا هنالك فروق في ذلك وفق لمتغير المحافظة و العمر و الجنس و الحالة الاجتماعية و التحصيل الدراسي و عدد سنوات الخدمة بشكل عام و عدد سنوات الخدمة في الصفوف الخاصة .

تألفت العينة من (371) معلما و معلمة يتوزعون على ست مديريات عامة للتربية، واعتمدت الدراسة على استبانة أعدها الباحثان تألفت صيغتها النهائية من (65) فقرة موزعة على خمس مجالات و هي: البيئة المدرسية، الجانب الشخصي، السياسات الإدارية، الدور الوظيفي، العلاقة مع الاخرين، و تم الإجابة عنها وفق لخمسة بدائل.

وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستخدام اختبار T وتحليل التباين، أظهرت النتائج أن هناك ثمانية مصادر للضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات صفوف التربية الخاصة وهي: البيئة الصفية، خصائص التلاميذ، العلاقة مع الأولياء الأمور، المنهج الدراسي، خصائص المدرسة، صراع الدور، غموض الدور، اخيرا عبء الدور.

دراسة غرغار غنية(2015) تحت عنوان " الضغط النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية في ضوء بعض المتغيرات" بالمدارس الابتدائية سباق الخيل1،الشهيد حريزي فرحات، أحمد شوقي، ابتدائية الشهداء، المجمع المدرسي المجاهد هلتالي علي، المجاهد تلي الطيب، ابتدائية بوراس عبد الرحمان بولاية مسيلة.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الضغط النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ضوء بعض المتغيرات، و قد أجريت الدراسة على عينة تتكون من 75 معلما تم اختيارهم بطريقة قصدية، اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي و طبقت استبيان الضغط النفسي على المعلمين، و توصلت النتائج إلى تحقيق الفرضية القائلة بوجود فروق دالة احصائيا في السن، في حين لم تحقق كل من الفرضية القائلة بوجود فروق ذات دلالة احصائية بين أفراد العينة الضغط النفسي تعزي لمتغير الجنس و الخبرة.

دراسة دوسي سعاد (2017) وعنوانها «الضغط النفسي لدى مربيات التعليم التحضيري – دراسة ميدانية لخمس حالات في كل من المؤسسات التعليمية مدرسة علي بومنجل، مدرسة الأمير عبد القادر، مدرسة كياس فاطمة بولاية سعيدة".

هدفت الدراسة لتعرف على أسباب التي تؤدي إلى الضغط النفسي لدى مربيات التعليم التحضيري، و على مدى تعرض مربيات تعليم التحضيري إلى ضغوطات النفسية، وكذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي و اثره على مربيات التعليم التحضيري، و لتحقيق أهداف الدراسة استخدمت المنهج العيادي، و بلغت عينة الدراسة خمس حالات تم اختيارهن بطريقة عشوائية، و استعانت الباحثة بأدوات المتمثلة في المقابلة العيادية النصف الموجهة، الملاحظة، مقياس الضغط النفسي. وتوصلت النتائج إلى أن أغلبية الحالات تعاني من ضغط نفسي مرتفع بسبب اكتظاظ الصفوف الذي يؤدي إلى نقص وسائل التعليمية و بالتالي تحقيق فرضية الدراسة التي تنص أن مربيات التعليم التحضيري يعانون من ضغط نفسي مرتفع.

ثانيا: الدراسات التي تناولت التوافق المهني:

دراسة فحجان سامي خليل(2010) عنوانها" التوافق المهني و المسؤولية الاجتماعية وعلاقتهما بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على التوافق المهني و المسؤولية الاجتماعية و علاقتهما بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة غزة، كما هدت الدراسة إلى التعرف عن مستوى تلك المتغيرات و مدى علاقة التوافق المهني و المسؤولية الاجتماعية بمرونة الانا، و لتحقيق هذا الهدف استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، بلغت العينة 287 معلما ومعلمة، استخدم الباحث مقياس التوافق الهمني، مسؤولية الاجتماعية، مرونة الانا من اعداده، كما استخدم أساليب الاحصائية متمثلة في معامل ألفا كورنباخ، التجزئة النصفية، المتوسطات الحسابية، التكرارات، الوزن النسبي، معامل ارتباط بيرسون، اختبار مان ويتني، و توصل إلى النتائج التالية:

- أن وزن النسبي لدى العينة لمقياس التوافق المهني فوق المتوسط أما مسؤولية الاجتماعية عالي و مستوى مرونة الانا فوق المتوسط.
- معامل ارتباط بيرسون بين مرونة الانا و التوافق المهني إيجابي يعني وجود علاقة طردية قوية أي كلما زادت مرونة الانا زاد التوافق المهني و العكس، و كذلك العلاقة بين مرونة الانا و المسؤولية الاجتماعية طردية قوية أي كلما زادت المرونة الانا زادت مسؤولية الاجتماعية.
- عدو وجود علاقة طردية ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق المهني و المسؤولية الاجتماعية و مرونة الانا حسب متغير الجنس، الحالة الاجتماعية، مؤهل العلمي، سنوات الخبرة، نوع الإعاقة، فئة المعلم و الدخل الشهري.

دراسة الرواحية محمد يوسف (2016) تحت عنوان " التوافق المهني و علاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة للتربية و التعليم بمحافظة الداخلية"

هدفت الدراسة إلى التعرف على التوافق المهني و علاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة للتربية و التعليم بمحافظة الداخلية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي و تكونت العينة من 260موظفا و موظفة في المديرية العامة للطلابية و التعليم بمحافظة الداخلية، استخدمت الباحثة أداتين من اعدادها هما مقياس التوافق المهني و مقياس الفاعلية الذاتية المدركة، و لتحليل نتائج الدراسة تم حساب المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و تحليل التباين الثنائي و معامل ارتباط بيرسون، و توصلت الدراسة إلى نتائج التالية:

- مستوى التوافق المهني والفاعلية الذاتية المدركة مرتفعة جدا.
- وجود علاقة موجبة دالة احصائيا بين التوافق المهني و الفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة الدراسة.

- لا توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التوافق المهني تعزي لمتغير المؤهل الدراسي، بينما توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التوافق المهني تعزي لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما توجد فروق دالة احصائيا تعزى لمتغير سنوات الخبرة اكثر من 15 سنة.

دراسة Lori (2002) هدفت إلى التعرف على ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة ومدى الرضا الوظيفي لديهم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، أما عينة الدراسة تكونت من 250 معلم ومعلمة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الاجهاد والاحباط والاستياء من أهم مظاهر الضغوط التي يعاني منها معلمو التربية الخاصة.

ثالثا: الدراسات التي تناولت كل من الضغط النفسي والتوافق المهني:

دراسة حدي خلو (2019) تحت عنوان "الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة تقرة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي، وكذا مستوى التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي بمدينة تقرة، وذلك من خلال معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي، و معرفة إن كانت توجد فروق بين الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب متغير الجنس و الأقدمية، و قد توصلت الباحثة إلى نتائج التالية:

1-مستوى الضغط النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي مرتفع.

2-مستوى التوافق المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي مرتفع.

3-توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

4-لا توجد فروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى أساتذة تعليم الابتدائي تعزى لمتغير الجنس.

5-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني تعزى لمتغير الأقدمية.

و قد اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الاستكشافي بالاعتماد على استبيان الضغوط النفسية من اعداد الباحثة و استبيان التوافق المهني تبنته الباحثة من شموري كاميليا، طبقت الدراسة على 120 أستاذ ببعض ابتدائيات تقرت، استخدمت الباحثة اساليب الاحصائية بيرسون و اختبار ت، تحليل الاحادي و ذلك باستخدام SPSS.

دراسة فؤاد صبيرة و اخرون (2014) تحت عنوان " الضغوط النفسية و علاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي و معلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية – دراسة ميدانية.

هدفت الدراسة إلى التعرف العلاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى عينة من المعلمين و المعلمات في محافظة اللاذقية بلغ عدده (688) معلما و معلمة، (370) معلمة و (318) معلما، و تعرف على الفروق الفردية بين الذكور و الإناث على مقياس الضغوط النفسية و التوافق المهني الذي كان من اعداد الباحثة، و تعرف الفروق بين أفراد العينة الذين لديهم خبرة مع الأفراد و الذين ليس لديهم خبرة ، و توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى أفراد العينة.
- لا توجد فروق على مقياسي الضغوط النفسية والتوافق المهني وفق متغير الجنس.
- لا توجد فروق بين أفراد العينة على مقياسي الضغوط النفسية والتوافق المهني وفق متغير الخبرة.

7-التعقيب على الدراسات السابقة:

أولا: دراسات التي تناولت الضغط النفسي:

من حيث الهدف:

تنوعت الدراسات السابقة التي تناولت الضغط النفسي من حيث اللأهداف فمنها من حاولت معرفة مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة مثل دراسة حاجان و حبيب (2010) و التي هدفت إلى معرفة فيما ان كانت هناك فروق وفقا لمتغير الجنس و العمر و الحالة الاجتماعية و التحصيل الدراسي و سنوات الخبرة، أما دراسة عرعار (2015) فحاولت التعرف على الضغط النفسي لدى عينة من معلمي المرحلة الابتدائية، أما دراسة دوسي (2017) هدفت إلى التعرف على أسباب التي تؤدي إلى الضغط النفسي لدى مربيات التعليم التحضيري، و على مدى تعرض مربيات التعليم التحضيري إلى ضغوطات النفسية, كذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي و أثارها على مربيات التعليم التحضيري.

من حيث المنهج:

اتبع كل من حاجان و حبيب (2010) و عرعار غنية (2015) على نفس المنهج و هو الوصفي، أما دروسي سعاد (2017) فاتبعت المنهج العيادي.

من حيث العينة :

اختلفت عينة الدراسات السابقة من دراسة إلى أخرى حيث هناك من اعتمدت على معلمي و معلمات التربية الخاصة، و الاخرى على معلمي مرحلة الابتدائية، و الأخيرة على مربيات التعليم التحضيري، كما وجد تباين في أحجام العينات حيث بلغ حجم أصغر

عينة (5 حالات) و ذلك في دراسة دروسي سعاد (2017)، و بلغ حجم أكبر عينة (371 عينة) في دراسة جاجان جمعة و محمد ليث حازم (2010).

من حيث الأساليب الإحصائية المستخدمة:

إن جميع الدراسات السابقة اعتمدت على الحقيبة الإحصائية SPSS، متمثلة في المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري،

معامل ارتباط بيرسون، معادلة ألفا كرونباخ.

من حيث النتائج:

- تبين أن هناك ثمانية مصادر للضغوط النفسية لدى معلمي و معلمات صفوف التربية الخاصة جاجان و حبيب (2010) .
- تبين أن ليس هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي حسب سن لدى معلمي التحضيري كما هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي حسب متغيري الجنس و الخبرة، عرعار(2015).
- تبين أن مربيات التحضيري يعانون من ضغط نفسي مرتفع دروسي سعاد (2016).

ثانيا: الدراسات التي تناولت التوافق المهني:

من حيث الهدف:

تنوعت الدراسات السابقة المتعلقة بالتوافق المهني من حيث الأهداف فمنها من حاولت التعرف على مستوى التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، التعرف على مستوى مرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة و العلاقة بين مرونة الانت و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب متغير (الجنس، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، سنوات

الخبرة، نوع الإعاقة التي يعمل بها، فئة المعلم، الدخل الشهري)فحجان سامي خليل(2010)، أما دراسة الرواحية محمد يوسف(2016) هدفت إلى التعرف على التوافق المهني و علاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة، و هدفت دراسة Lori(2002) إلى التعرف على ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة و مدى الرضا الوظيفي لديهم.

من حيث المنهج المعتمد:

تم الاعتماد في هذه الدراسات على المنهج الوصفي.

من حيث العينة:

اختلفت عينة الدراسة المتعلقة بالتوافق المهني فدراسة فحجان(2010) و دراسة Lori (2002) اعتمدت على عينة معلمي التربية الخاصة، أما دراسة الرواحية(2016) اعتمدت على عينة الموظفين في المديرية العامة للتربية و التعليم بالمحافظة الداخلية.

من حيث الأساليب الإحصائية:

تم الاعتماد في الدراسات السابقة على الحقيبة الإحصائية SPSS متمثلة في معامل الفا كرونباخ، المتوسطات الحسابية، التكرارات، معامل ارتباط برسون.

من حيث النتائج:

- أن الوزن النسي لدى العينة لمقياس التوافق المهني فوق المتوسط أما مسؤولية الاجتماعية عالي و مستوى مرونة الانا فوق المتوسط.
- معامل الارتباط بيرسون بين مرونة الانا و التوافق المهني ايجابي يعني وجود علاقة طردية قوية أي كلما زادت مرونة الانا زاد التوافق المهني و العكس،

وكذلك العلاقة بين مرونة الانا و المسؤولية الاجتماعية طردية قوية أي كلما زادت مرونة الانا زادت المسؤولية الاجتماعية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق المهني و المسؤولية الاجتماعية و مرونة الانا حسب متغير الجنس، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، نوع الإعاقة، فئة المعلم و الدخل الشهري(فحجان،2010).
- مستوى التوافق المهني والفاعلية الذاتية مدركة مرتفع جدا.
- وجود علاقة موجبة دالة احصائيا بين التوافق المهني و الفاعلية الذاتية مدركة .
- لا توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التوافق المهني تعزى لمتغير المؤهل الدراسي، بينما توجد فروق دالة احصائيا تعزى لمتغير سنوات الخبرة أكثر من 15 سنة(الرواحية،2016).
- إن الاجهاد والاحباط والاستياء من أهم مظاهر الضغوط التي يعاني منها المعلمون.

ثالثا: الدراسات التي تناولت الضغط النفسي والتوافق المهني معا:

لقد هدفت كل من دراسة حدي خلو (2019) و دراسة فؤاد صبيرة (2014) إلى هدف واحد وهو معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني، و كذلك معرفة الفروق الفردية في الضغوط النفسية و التوافق المهني من حيث الجنس و الخبرة المهنية، كما أنهما استخدم نفس المنهج و هو المهنج الوصف و نفس الأساليب الاحصائية.

واختلفت العينة من دراسة إلى اخرى حيث اعتمدت دراسة حدي خلو (2019) على أساتذة التعليم الابتدائي في حين اعتمدت دراسة فؤاد صبيرة على معلمات ومعلمين محافظة اللاذقية.

من حيث النتائج:

- مستوى كل من الضغط النفسي والتوافق المهني مرتفع (حدي خلو 2019).
- تبين أن ليست هناك علاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني، و أن ليست هناك فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب متغير الجنس و الخبرة.
- تبين أن هناك علاقة بين الضغوط النفسي و التوافق المهني، في حين ليست هناك فروق دالة احصائيا حسب متغير الجنس و الخبرة المهنية.

أما في دراستنا الحالية فهدفت إلى الكشف العلاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة مع معرفة الفروق الفردية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب الجنس و الخبرة المهنية و مكان العمل لمعلمي التربية الخاصة، و نتائج دراستنا سوف نتطرق إليها في الجانب الميداني، و مكانة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة هي أننا استفدنا كثيرا من تلك الدراسات و ذلك في معرفة المنهجية التي نتبعها في الدراسة وفي تحديد كل من :منهج الدراسة و ذلك بالاطلاع على المناهج المستخدمة في مختلف الدراسات المذكورة، واختيار عينة الدراسة وأدوات التي نستخدمها في الدراسة لجمع المعلومات .

الفصل الأول: معلم التربية الخاصة.

تمهيد.

أولا: التربية الخاصة.

1-مفهوم التربية الخاصة.

2-مصطلحات في التربية الخاصة.

3-أسس التي تقوم عليها التربية الخاصة.

4-اتجاهات التربية الخاصة.

5-أهداف التربية الخاصة.

6-مبادئ التربية الخاصة.

ثانيا: معلم التربية الخاصة.

1. مفهوم معلم التربية الخاصة.

2. خصائص معلم التربية الخاصة.

3. دور معلم التربية الخاصة.

4. اعداد معلم التربية الخاصة.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

يعتبر معلم التربية الخاصة محورا هاما في العملية التربوية و التأهيلية للأطفال غير العاديين، و لهذا فإن عملية اختيار هذه المهنة عملية صعبة، حيث أن معلم التربية الخاصة يتولى مهاما شاقة في تعامله مع فئات ذوي الاحتياجات الخاصة، الذي تحتاج إلى جهد ووقت كبير في تعامل معها. وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم التربية الخاصة، و إلى فئات ذوي الاحتياجات الخاصة، لنتطرق بعدها إلى معلم التربية الخاصة وخصائصه و أدواره وإلى برامج إعداده.

أولا: التربية الخاصة:

1) مفهوم التربية الخاصة Cencept of sécial éducation:

عرفت التربية الخاصة تعريفات متعددة تشترك في مجملها على اعتبار التربية الخاصة تلك البرامج التربوية المتخصصة التي تتناسب مع ذوي الاحتياجات الخاصة والتي تقدم إلى فئات الأفراد غير العاديين وذلك من أجل مساعدتهم على تحقيق ذواتهم وتنمية قدراتهم إلى أقصى حد ممكن و مساعدتهم على التكيف في المجتمع الذين ينتمون إليه (كوافحة، عبد العزيز،2003،ص15).

كما يعرفها العزة (2002) على أنها "مهنة متخصصة تعتمد على العلم وأساليبه البحثية في تقديم خدمات تقتضيها حاجات جماعات من الأفراد في المجتمع لأنهم يختلفون عن الناس العاديين، و تسعى من خلال برامجها هاته الفئة على التكيف مع المحيط التي تعيش فيه وتطوير ما لديها من طاقات والدفع بها إلى أقصى حد ممكن من أجل تحقيق الذات" (العزة،2002،ص12).

تعرف حسب المعجم التربوي وعلم النفس أنها مصطلح شامل يستخدم للتعبير عن البرامج والخدمات المقدمة للأطفال الذين ينحرفون عن أقرانهم العاديين (سواء من الجانب الجسمي أو العقلي أو الإنفعالي)، لدرجة تجعلهم بحاجة إلى الخبرات أو أساليب أو مواد تعليمية خاصة، تساعدهم على تحقيق أفضل عائد تربوي ممكن سواء في الفصول العادية أو الخاصة، أما في القانون الأمريكي العام (94-142) تعرف بأنها فرع من التعليم يقدم دون مقابل، لمواجهة الحاجة الخاصة للمعوق بما في ذلك: التعليم داخل غرفة الدراسة، والتربية البدنية، و الإرشاد الأسري، وكذا الخدمات التعليمية بالمستشفيات والمعاهد (عقون،2012).

وعليه ، نستخلص أن التربية الخاصة هي نوع من الخدمات التربوية المتخصصة تقدم لجميع الفئات التي تواجه صعوبات تؤثر سلبياً على قدرتهم على التعلم و التي تتلاؤم مع طبيعته إعاقتها من حيث النوع والشدة والدرجة ، كما أنها تتضمن أيضاً برامج و خدمات مخصصة لفئات ذوي القدرات والمواهب المتميزة.

2) مصطلحات في التربية الخاصة:

الضعف Impirement: مصطلح يشير إلى محدودية الوظيفة، و بخاصة الحالات التي تعاني من العجز الحسي كالضعف السمعي أو البصري.

العجز Disability: يشير إلى تشوه جسدي أو مشكلة خطيرة في التعلم أو التكيف الاجتماعي نتيجة وجود الضعف، غالبا ما يستخدم للدلالة على صعوبات الجسمية.

الإعاقة Handicap: هي حالة من عدم القدرة على تلبية الفرد لمتطلبات أداء دوره الطبيعي في الحياة، و المرتبط بسنه وجنسه وخصائصه الاجتماعية والثقافية، وذلك نتيجة للإصابة أو العجز في أداء الوظائف الفيزيولوجية أو السيكولوجية.

(شمسي،الدعدعي،2008،ص27).

فئات غير العاديين:

يطلق على فئات غير العاديين بذوي الاحتياجات الخاصة ، أو العجز أو النقص، و مصطلح ذوي الاحتياجات الخاصة أطلق على هذه الفئة لاعتبارات انسانية من المصطلحات السابقة، و قد أشار Hallahan & kauffman إلى وجود ثماني فئات من الأفراد غير العاديين تنطوي تحت مظلة التربية الخاصة و هي :

- الموهبة و التفوق.(Giftednes and creativity)
- الإعاقة العقلية.(Mental Impairment)

- الإعاقة البصرية.(visual Impairment)
- الإعاقة السمعية.(Hearing Impairmen)
- الإعاقة الانفعالية.(Emotional Impairment)
- الإعاقة الحركية.(Motor Impairment)
- صعوبات التعلم.(Learing Disabilities)
- اضطرابات النطق أو اللغة (Language & speach Disouds)(القمش و المعايطة،2006،ص20).

فالأفراد غير العاديين هم الذين ينحرفون عن المتوسط بالاتجاه السلبي أو الايجابي انحرافا ملحوظا عن العاديين في نموهم العقلي أو الانفعالي أو الاجتماعي أو الحسي أو الحركي أواللغوي، وهذا يتطلب اعداد طرق التشخيص ووضع برامج تتناسب مع هذه الفئة من طرف المربيين والمعلمين، وكذلك اختيار طرق التدريس المناسبة لهم وذلك من أجل تحقيق التكيف وتنمية قدراتهم إلى أقصى حد ممكن الوصول إليه الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة (كوافحة وعبد العزيز،2003،ص15).

3) الأسس التي تقوم عليها التربية الخاصة:

تقوم التربية الخاصة على الأسس التالية:

أ-الأساس الديني: دعت الديانات السماوية و المذاهب إلى المساواة في الحقوق و الواجبات كما دعت إلى ضرورة رعاية المجتمع لأبنائه الضعفاء، فجاء كل ذلك ليمثل أحد مؤشرات الأساسية في أي مجتمع اتجاه أبنائه المعاقين

ب- الأساس القانوني: تمثل الإعلانات العالمية و التشريعات و النصوص القانونية التي صدرت عن مختلف المؤتمرات و هيئات الأمم المتحدة، والدساتير والمواثيق المتعلقة بحقوق الإنسان والإعلانات العالمية لحقوق المعوقين وما تضمنه من توجيهات خلقية وأبعادا انسانية، اعترافا عالميا لحقوق المعوقين، أن هذا الاعتراف يقضي فيما يقضي بضرورة الالتزام دول العالم جميعها بتبني تلك الاعلانات والسياسات و تنفيذها و سن القوانين التي تكفل تلك الحقوق (القريوتي و اخرون، 1995،ص29).

ج-الأساس الإقتصادي: يعني الاهتمام بتقديم الخدمات التعليمية العامة والمهنية للمعوقين وتدريبهم وفق قدراتهم حتى لا يشكل هؤلاء الأشخاص عبئا على مجتمعهم، إن هذه التدابير التربوية توفر لهم فرص التعليم وتعالج بطالتهم عن الإنتاج، وتحول قطاعا كبيرا منهم إلى الإسهام في الأنشطة المجتمعية

د- الأساس الاجتماعي-التربوي: أي الاهتمام بالفرد ضمن مجموعة التي ينتمي إليها وتعليمه متطلبات العيش الكريم بها، وهذا ما ساعد على ظهور الاتجاه التربوي المسمى (التأهيل المعتمد على المجتمع المحلي) فالشخص المعاق يتعلم الأشياء من حوله، وطريقة العيش ضمن الجماعة التي يعيش فيها لكي يرضي رغباته ويشبعها و ضمن العيش الكريم (الخطيب 1999).

4) اتجاهات التربية الخاصة:

تعمل برامج التربية الخاصة بحكم الفئات التي تعنى بها في اتجاهين هما:

أ- **الاتجاه الوقائي:** حدد في 1976 من طرف منظمة الصحة العالمية، وهو مجموعة من الاجراءات المنظمة والمقصودة هدفها هو التقليل وعدم حدوث خلل أو قصور التي تؤدي إلى عجز في مختلف الوظائف الفيزيولوجية أو السلوكية عند الفرد.

ب- **الاتجاه العلاجي:** يقوم هذا الاتجاه على إزالة القصور أو تخفيف من حدوث الإعاقة عن طريق التعويض، فعند المعاق سمعيا مثلا يتم دعم الحاسة البصرية أو الحسية، وذلك لتأهيل المعاق باستغلال امكاناته وطاقاته الكاملة إلى أقصى حد ممكن (كوافحة، عبد العزيز،2003،ص16-17).

5) أهداف التربية الخاصة:

تهدف التربية الخاصة إلى تربية وتعليم وتأهيل ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة بفئاتهم المختلفة، كما تهدف إلى تدريبهم على اكتساب المهارات المناسبة حسب امكاناتهم وقدراتهم وفق خطط مدروسة وبرامج خاصة بغرض الوصول إلى أفضل مستوى وإعدادهم للحياة العامة والاندماج في المجتمع.

و تتمثل أهداف التربية الخاصة حسب العزة (2002) في:

- ✓ تساعد الأطفال غير العاديين أن يكونوا نافعيين في المجتمع ويشعرون على أنهم أناس عاديين.
- ✓ استثمار قدرات الآفراد غير العاديين والسعي لتطويرها وتنميتها.
- ✓ التعرف على الأطفال غير العاديين وذلك من خلال أدوات القياس والتشخيص المناسبة لكل فئة و معرفة نسبة انتشار هذه الفئة في المجتمع وتقديم الخدمات المناسبة لهم.
- ✓ اعداد وسائل تعليمية وتكنولوجية خاصة بكل فئة من فئات التربية الخاصة لتسهيل عملية تعليمهم كالوسائل البصرية للمكفوفين والسمعية للصم والبكم والحركية لذوي الإعاقة الحركية والعقلية والنطقية لذوي اضطرابات النطق واللغة والانفعالية السلوكية لذوي أصحاب الإعاقات.
- ✓ توعية أفراد المجتمع بأسباب الإعاقة و كيفية الوقاية منها.

- ✓ تقديم الارشاد النفسي و خدمات التأهيل و التدريب لأصحاب هذه الحاجات ليستطيعوا الإستقلالية ما امكن من ذويهم.
- ✓ مساعدة افراد ذوي الاحتياجات الخاصة على التكيف في المجتمع وتحقيق ذواتهم.
- ✓ تغيير اتجاهات الأفراد المجتمع نحو فئات غير العاديين من سلبية إلى ايجابية (العزة،2002،ص13-14).

والهدف الرئيسي للتربية الخاصة هو تقديم الخدمات الخاصة لذوي الاحتياجات الخاصة لتوفير الظروف المناسبة لهم لكي ينمو نموا سليما الذي يؤدي إلى تحقيق ذاتهم عن طريق تحقيق إمكاناتهم و تنميتها إئلى أقصى مستوى يصلوا إليه .

6) مبادئ التربية الخاصة:

هناك عدة مبادئ تستند إليها التربية الخاصة، وأشار الوافي (2018) إليها وهي ما يلي:

- ✓ حق الرعاية والتعلم لجميع ذوي الاحتياجات الخاصة ويشمل كل الأطفال الذين يعانون من مختلف الإعاقات.
- ✓ تأكيد مبدأ الفروق بين من هم بحاجة إلى التربية الخاصة على الرغم من وجود حاجات متشابهة بين الفئات المختلفة.
- ✓ وضع خطط التربوية الفردية منها و الجماعية لمواجهة الاحتياجات التربوية الخاصة بكل فئة مع تحديد معايير معينة من الوصول إلى الهدف في مستويات التحصيل والمهارات الحية والحركية و المهنية مع عدم اغفال دور الأسرة في هذا الجانب.

- ✓ تحديد السبل والوسائل والأدوات التي يمكن استخدامها للمساعدة في تحقيق هدف احداث التغير في حياة الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة التي منها ما يخص(تقويم الأداء لهم).
- ✓ تقديم خدمات التربوية الخاصة بالتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة حسب أسلوب الإدماج بأقل محددات البيئة، ويتضمن هذا المفهوم على سبيل المثال وجود تلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة بمرحلة دراسية معينة مع اقرانهم العاديين لتوفير أقصى درجة ممكنة من التفاعل الاجتماعي.
- ✓ التربية الخاصة المبكرة أكثر فاعلية من التربية في المراحل العمرية المتقدمة، فمراحل الطفولة المبكرة مرحلة حساسة على صعيد النمو، ويجب استثمارها إلى أقصى حد ممكن وكذلك يعتبر الكشف والتدخل المبكر من أحد المبادئ الأساسية في ميدان التربية الخاصة، وتقديم هذه الخدمات يكون في مراكز المتخصصة أو في البيت (الوافي،2002،ص10-11).

ويعمل في هذه المهنة أخصائيون في مجالات متعددة لتوفير خدمات التربوية الخاصة للأطفال ، و يقوم كفريق متعدد التخصصات حيث يعمل كل أخصائي على تزويد الطفل المعاق بخدمات ذات علاقة بتخصصه، و غالبا ما يشمل الفريق: معلم التربية الخاصة، المعالج النفسي، المعالج الوظيفي، أخصائي علم النفس و المرشد، أخصائي التربية الرياضة المكيفة، أخصائي علاج النطق، و الأطباء و الممرضين والأخصائي الاجتماعي، و يتدخلون كفريق يقدمون خدمات تعتمد على برامج تربوية نفسية، اجتماعية تحتاجها كل فئة من فئات التربية الخاصة.

ثانيا: معلم التربية الخاصة.

1) مفهوم معلم التربية الخاصة:

إن معلم التربية الخاصة يعتبر حجر الزاوية في العملية التربوية و التأهيلية للأطفال غير العاديين، و لهذا فإن عملية اختيار لهذه المهمة المتزايدة الأعباء مهمة، حيث أنه يتولى مهاها شاقة في تعامله مع فئات خاصة الذين يحتاجون إلى جهد ووقت كبير، وبدأ التزايد بالطلب عنه بسبب الزيادة في عدد المعاقين في العالم (فحجان،2010،ص83).

يعرف معلم التربية الخاصة على أنه " المعلم الذي أعد اعدادا خاصا ليقوم بتدريس الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة مما يتطلب تعليمهم حاجات خاصة تميزهم عن غيرهم من التلاميذ العاديين وبطرق تدريسية بديلة، ويقوم بتدريس بالطرق والاستيراتيجيات خاصة التي تتلاءم مع هذه الفئة وفق لاحتياجاتهم وقدراتهم وخصائصهم وظروفهم" (القشاعلة،2015،ص ص 27-28).

وتؤكد جمعية الأطفال غير العاديين (2000) على أن معلمي التربية الخاصة تتوفر لديهم مهارة في استخدام التقنيات التعليمية الخاصة والقدرة على توفير بيئة تعليمية هادفة تسهم في بناء اتجاهات ايجابية نحو استخدام الوسائل والتقنيات التعليمية للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، كما تؤكد الجمعية على ان يقوم المعلمون بمساعدة التلاميذ على استخدام وسائل التواصل المختلفة التي تسهم في ادماج تلك الفئة بالمجتمع الخارجي (نصار واخرون،2015،ص608).

و يعرفه راضي الواقفي(2001):"الشخص الموكل له رعاية و تأهيل الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في المدارس و مؤسسات التربية الخاصة، وهو الذي يقوم

بتربيتهم و تعليمهم من أجل اكسابهم مهارات و خبرات تساعدهم على الاندماج، وهذا بطرق واجراءات بيداغوجية خاصة" (أورد، بوزنزن،2015،ص44).

و في تعريف شامل و مبسط يمكن القول أن معلم التربية الخاصة يكون من خريجي الأقسام المتخصصة في مجال التربية الخاصة و الحاصل على شهادة ديبلوم أو بكالوريا، ويكون مؤهل خصيصا للعمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة ولديه خبرة عامة في مجالات الكشف والتعرف و التأهيل لفئات غير العاديين .

2) خصائص معلمي التربية الخاصة:

إن مهنة معلم التربية الخاصة مهنة صعبة وشاقة، تتطلب توفر صفات وخصائص لا تتوفر في المعلم العادي، ومن بين هذه الخصائص و الصفات نذكر ما يلي:

1-حب مهنته، والاعتزاز بها، والاجتهاد في كسب مهاراتها.

2-الإلمام بتاريخ العوقين الذين نجحوا أو تغلبوا على إعاقاتهم.

3-الصبر، والأمل و تحمل المشاق بروح التفاؤل، والإيمان بحتمية النجاح، والتحلي بالهدوء وعدم الاستعجال وكضم الغضب.

4-المرح، و الشخصية الانبساطية، حب الأطفال، و التعاطف معهم.

5-حب الاطلاع و القدرة على الابتكار بطرق غير تقليدية.

6-التعاون مع الزملاء و تبادل الاستشارات و المواظبة على المؤتمرات.

7-تقدير حالة أسرة الطفل المعاق وتقدير ظروفها الاقتصادية والتعاون معها.

8-عدم مقارنة المعلم نفسه في مدارس الأطفال العاديين، فإن ذلك يدمر نفسه ويحطم إرادته.

9-ملاحظة التلاميذ بدقة وتشجيعهم على الابتكار والتحرر من قيود العاطفة (عبدالرحيم،1997،ص23).

ويرى فحجان (2010) من خلال تجربته العلمية أن هناك بعض الصفات الاخرى لمعلم التربية الخاصة و هي كالتالي :

- أن يعي مواطن القوة والضعف لديه.
- أن تكون لديه الثقة بالنفس والقدرة على النجاح.
- أن يكون لديه القدرة على اتخاذ القرار.
- أن يتقبل أي طالب مقدرا لحاجاته.
- أن يعد البيئة الغنية للتعليم سواء كان ذلك بشكل فردي أو جماعي.
- أن يستطيع التعرف على مشكلات الطفل السلوكية والنفسية (فحجان،2012،ص85).

3) دور معلم التربية الخاصة:

إن معلم التربية الخاصة يعمل مع فئات يعانون من الإعاقات العقلية، الانفعالية، السلوكية، الجسمية و غيرها فيجب عليه أن يكون ذات تأهيل عالي و حاصل على درجة متقدمة في التعليم، و تدريبات تعليمية خاصة لذوي الاحتياجات الخاصة، فيمكن حصر دور معلم التربية الخاصة فيما يلي :

- ✓ وضع البرامج والخطط اللازمة لتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة وتكييفها وفق متطلبات وتوفيرها بما يسمح للمعلم والمتعلم من تحقيق أهداف البرنامج.
- ✓ توفير الوسائل والمتطلبات اللازمة لتدريب تلك الفئة .
- ✓ السهر على المتابعة والتقويم المستمر لضمان نجاح عملية التربوية.

العمل على بث الوعي في أوساط المجتمع و الأسر في التعامل مع ذوي الإعاقة باعتبارهم جزء من المجتمع وشريحة حساسة (بلعباس،و بوعبدالله،2021،ص208).

- ✓ تكييف الدروس و استيراتيجيات التدريس التي تتلاؤم مع فئات الخاصة.
- ✓ تعليمهم مهارات الحياتية المستقلة و أساسيات التواصل و القراءة و الكتابة.
- ✓ تقديم المعلومات بطريقة يسهل فهمها من جانب ذوي الاعاقات (محمد،2013،ص2).
- ✓ توفير خبرات تعليمية لعمليات بناء المعرفة.
- ✓ جعل التعليم واقعيا ذا مضمون حيث يسهل تطبيقه في الحياة.
- ✓ اعطاء للمتعلم ثقة بقدرته على بناء معرفة.
- ✓ تغيير و تنمية ميول التلاميذ وقدراتهم ، وتعديل اتجاهاتهم وطرق تفكيرهم ومظاهر سلوكهم (عقون،2012،ص147).

4) إعداد معلم التربية الخاصة:

يعد المعلم الجيد من أهم العناصر في رفع العملية التربوية بصفة عامة والتربية الخاصة بصفة خاصة، فالمعلم هو العامل الأساسي في تطوير العملية التعليمية، اذ لا يمكن لأي جهد تربوي أن يقلل من أهمية دور المعلم لأنه من العوامل الرئيسية في التطوير التربوي، فعملية اعداد المعلم وتدريبه المستمر الخدمة تمثل مكانا بارزا في أولويات تطوير الفكر التربوي في معظم دول العالم، و بهذا لا بد من الالتفات إلى ضرورة تخطيط البرامج التدريبية على أساس احتياج الفعلي في مجال تعليم غير العاديين، وضرورة وضع معايير لاختيار معلم التربية الخاصة حيث يتميز بخصائص شخصية تؤدي إلى نجاح هذه المهنة (فحجان،2010،ص84).

ونظرا لاختلاف الحاجات التدريبية من مرحلة لاخرى فإنه ليس هناك محتوى محدد للبرامج أو الدورات التدريبية إلا أنه من خلال الدراسات والأدب التربوي الذي يتناول موضوع التدريب المعلمين أثناء الخدمة ويمكن الخروج ببعض المؤشرات فيما يتعلق بهذا الجانب وهي:

- ضرورة صب محتوى برامج تدريب أثناء الخدمة على مواجهة المشاكل الفعلية الموجودة في الميدان كمشكلة التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

- ضرورة احتواء البرنامج التدريبي على الحقائق و المعلومات و المهارات و الأفكار و الأساليب والمناهج الأكاديمية والكفايات تهم المعلميين في عملهم التربوي (القمش و السعايدة،2014،ص150-151).

وبين كل من القمش والسعايدة (2014) أن برامج التدريب يجب أن تتضمن على مايلي:

-مواد البروتوكول وهي المواد التربوية، النفسية، الأكاديمية، وذات علاقة بأساليب التفكير و الاستنباط.

- مواد التدريب و تتمثل في الاستيراتيجيات و الأساليب الفنية و طرق التدريس المستخدمة.

- نظام للاستفادة بما قدم في البرنامج التدريبي من خلال ما يسمى بنظام التدريب فيقوم المعلم بتنظيم مواقف التعلم و استيراتيجياته لاظهار مدى استفادة مما احتواه البرنامج أو الدورة (القمش و السعايدة،2014،ص152).

خلاصة الفصل :

يلعب المعلم دورا هاما في العملية التربوية ، فهو مفتاح العملية كلها، و هو حجز الزاوية في العملية التعليمية و التدريسية، إن معلم التربية الخاصة يعمل على غرس القيم و المهارات و المعرفة في نفوس التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة، لذا وجب اعداده جيدا خاصة و أنه يتعامل مع فئة لديها قصور في بعض أو جميع نواحي النمو، لذا يجب الانتقاء الجيد لمعلم التربية الخاصة قبل اعداده، فعملية الانتقاء تلعب دورا مهما في عملية التكفل و تدريس ذوي الاحتياجات الخاصة، لأن عدم الاعداد التربوي يؤثر سلبا على التأهيل التلاميذ و تحصيلهم.

الفصل الثاني: الضغوط النفسية.

تمهيد.

1-تعريف الضغط.

2-تعريف الضغط النفسي.

3-بعض المصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي.

4-أنواع الضغط النفسي.

5-أعراض الضغط النفسي.

6-النظريات المفسرة للضغط النفسي.

7-علاج الضغط النفسي.

خلاصة الفصل

تمهيد :

يعتبر موضوع الضغط النفسي "Stress" ونتائجه على الأفراد من الموضوعات الهامة التي شغلت بال العلماء في مجالات الصحة العامة وعلم النفس والتربية ومختلف العلوم الإنسانية، ويرى المتخصصون في هذا المجال أن الضغط النفسي هو واحد من المشكلات العصر الحديث، فهو يعتبر من المواضيع التي حازت على اهتمام الباحثين في علم النفس والعلوم الإنسانية عموما، حيث أن الضغط يعد بمثابة ظاهرة نفسية معقدة و متعددة الجوانب، لهذا خصصنا فصل من الجانب النظري للضغط النفسي الذي تناولنا فيه مفهوم الضغط والضغط النفسي، ثم أشرنا إلى بعض المصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي وأنواع وأعراض الضغط النفسي، لننتقل إلى النظريات المفسرة للضغط النفسي وطرق العلاج منه.

1. تعريف الضغط:

على الرغم من أن كلمة الضغط أصبحت مألوفة واعتيادية لدى المتخصص والعادي، وباتت جزء من مصطلحات هذا العصر، إلا أن معناها ما يزال ملتبسا عند الكثير من الكتاب والباحثين، حيث لم يتفقوا على تعريف محدد وواضح يمكنه أن يعكس دقة الضغط، وحتى نزيل هذا الغموض سنتطرق إلى بعض تعاريف حول الضغط:

- عرفت دايلي(2013) الضغط على أنه: " رد فعل سيكولوجي وعقلي، ناتج عن استجابات الأفراد للتوترات البيئية والصراعات والأحداث الضاغطة"(دايلي،2013،ص31).
- عرفته عاشور(2012) على أنه: " قوة خارجية تؤثر في النظام سواء كان فردا أو منظمة وتؤدي إلى حدوث تغيرات داخلية في صورة لجهاد"(عاشور،2012ص188).
- عرفه Ress على أنه مثيرات أو تغيرات في البيئة الداخلية أو الخارجية يكون على درجة عن الشدة و الحدة و الدوام بحيث يثقل القدرة الكيفية للكائن الحي إلى حده الأقصى في ظروف معينة يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك وعدم التوافق، أو الاختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض (سلامي،2008،ص60).
- يشير مشري(2016) على أن الضغط هو وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو على جزء منه لدرجة توجد لديه احساسا بالتوتر أو تشويها في تكامل شخصية، وحينما تزداد شدة الضغوط فإن ذلك قد يفقد قدرة الفرد على التوازن ويغير نمط سلوكه عما هو إلى نمط جديد (ص04).

من خلال التعاريف التي تم إدراجها في السابق نستنتج أن الضغط هو حالة أو قوة داخلية تؤثر على الفرد بشكل سلبي و تجعله يفقد توازنه الداخلي.

2. مفهوم الضغط النفسي:

يعتبر الضغط النفسي من المواضيع التي حازت على اهتمام العلماء و الباحثين في علم النفس ومختلف العلوم الإنسانية وتعددت التعريفات لمفهوم الضغوط النفسية بتعدد الخلفيات والنظريات، وهنا سوف نشير إلى بعض التعاريف لضغوط النفسية :

- ❖ يعرف عبدالمعطي (2006)الضغوط النفسية بأنها تلك المثيرات الداخلية أوالخارجية، التي تكون على درجة كبيرة من الشدة، بحيث تقللمن توافق الفرد وانسجامه مع متطلباتها، مما يؤدي إلى الاختلال الوظيفي والسلوكي لديه (أورد،قريطع،2017،ص475).
- ❖ عرف Feldman الضغوط النفسية بأنها عملية تقييم الأحداث كمواقف مهددة ومتحدية والإستجابة لها تتم عبر تغيرات جسمية وانفعالية ومعرفية سلوكية. أما Patterson فعرفها على أنها التفاعل المعقد بين فرد معين وبيئة محددة وهذا التفاعل يحدث عندما يشعر الفرد بالتهديد والتحدي (مشري،2016،ص6).
- ❖ عرفه بطرس حافظ بطرس 2008 :أنه حالة من التوتر النفسي الشديد، واالتعصاب، يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد، وتخلق عنده حالة من اختالل التوازن واضطراب في السلوك(بطر س، 2008 ،ص 3).
- ❖ فالضغ وط النفسي ة "stress "هي إذاً إحدى الظواهر في حياة الإنسان، تظهر في مواقف الحياة المختلفة ، مما يتطلب من الفرد توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة ، ولأهمية موضوع الضغوط النفسية فقد ركز كثير من علماء الطب وعلم النفس والتربية وعلم الاجتماع والعلوم الأخرى على وضع عدة تعريفات للضغط النفسي (نايل وعبد اللطيف ، ص18).
- ❖ عرفته البيرقدار (2010)على أنه " حالة من الإجهاد الجسمي أو العقلي التي تحدث تغيرات سريعة في الجهاز العصبي المستقبل والتي تضع بظروف تحاول اجباره

على التصرف بشكل يرضاه أو لا يرضاه ، ويكون الضغط صادرا من داخل الفرد أو من البيئة"(ص31).

- ❖ هي مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الإستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفيزيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى (عقون،2012).

من خلال التعاريف السابقة نستنتج أن الضغط النفسي هو مجموعة من مثيرات و مواقف داخلية نتيجة لتغيرات فيزيولوجية و سيكولوجية، يمكن أن تحدث لدى الفرد بعض الاضطرابات و التوترات التي تفقده التوازن و تعيقه على التكيف مع نفسه و مع الاخرين.

3.بعض المصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي:

تنوعت المصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي حيث نجد منها ما يلي :

القلق: استجابة انفعالية تتميز بمشاعر الخوف والخشية والتوتر الفيزيولوجي، و هو يعرقل قدرة الفرد على التركيز و التفكير بوضوح، و هو توتر شامل ينشأ من خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد على التكيف (عقون،2012).

الإجهـ ـاد: هو نتيجة تأثير عامل (طبيعي،أو نفسي، أو اجتماعي) تظهر في تعابير متنوعة (مظهر عقلي، نفسي، بيولوجي)، في وجود عوامل مساعدة (الزمن، الاستعداد الوراثي...) (بن زروال فتيحة 2010. ص 246).

التعـ ـب : هو فقدان الكفاءة وعدم الرغبة في القيام بأي مجهود عقلـ ـي أو جسـ ـمي نتيجة المجهود المستمر والمكثف، وينتهي أثره بحصول الفرد على الراحة والنوم.

الإحباط: ويعبر عن إعاقة الفرد عن الوصول لأحد الأهداف الهامة التي يرغب في تحقيقها، أو منعه من التصرف بالطريقة التي يفضلها للقيام بعمله.

الاحتراق النفسي: هي حالة من الإنهاك الجسدي والانفعالي والعقلي تظهر على شكل إعياء شديد و شعور بعدم الجدوى و فقدان الأمل و تطور مفهوم ذات سلبي و اتجاهات سلبية نحو العمل و حياة الناس (العرايضة،2016،ص201).

4. أنواع الضغط النفسي:

تعددت أنواع الضغوط التي يتعرض لها الإنسان، فهناك الضغوط المؤقتة و الضغوط المزمنة، و هناك الإيجابية و السلبية، وهناك السارة والمؤلمة، ولا يمكن حصر هذه الأنواع فقط لأن الضغوط ترتبط بمواقفها، و قدرة الإنسان على تقبلها و التعامل معها. و فيما يأتي أنواع الضغوط:(أيبو،2019،ص75).

- **الضغوط المفاجئة و العنيفة:** وهي الضغوط العنيفة التي تحدث فجأة و تؤثر على الكثير من الأشخاص كالزلازل، البراكين، و هذه الأحداث تؤثر على مئات من الشعوب و الضغط الناتج هو ضغط عام.
- **الضغوط الشخصية:** و تشمل أحداث الحياة الرئيسية، مثل: وفاة شخص عزيز أو فقدان وظيفة وغير ذلك...
- **الضغوط البيئية و الاجتماعية:** وتشمل المشاكل التي يصادفها المرء في حياته اليومية مثل: الانتظار، الخلافات العائلية، ازدحام...، و هذه الضغوط تختلف من وقت لأخر و من شخص لأخر(أيبو،2019،ص76).

يمكن تقسيم الضغوط إلى ضغوط ايجابية و ضغوط سلبية و هذا التقسيم يأتي وفقا للأثار المترتبة عليها:

- **الضغوط الإيجابية:** و هي مفيدة ولديها انعكاسات ايجابية، حيث تولد الشعور بالسعادة السرور وتيكون الفرد قادر على الإنجاز و الإنتاج بسرعة الحسم.
- **الضغوط السلبية:** و هي الضغوط التي لديها انعكاسات سلبية على الفرد و صحته النفسية و تنعكس على أدائه و انتاجه و تجعل الفرد يشعر بالإحباط و عدم الرضا عن العمل (أيبو،2019،ص77).

5- أعراض الضغط النفسي:

عندما يفشل الفرد في التحكم بالمصادر التي تسبب له ضيقا فانه يمر بخبرة أو حالة تعرف بالمواجهة أو الهرب و مع استمرار المصادر المسببة للضغط تظهر الأعراض، و يجدر التنبيه إلى أن الأعراض المختلفة لا تظهر جميعها في وقت واحد و لا على جميع الأشخاص (عسكر،2009) فلكل واحد نقطة ضعف و إمكانات خاصة به و يدرك الموقف بطريقة تختلف عن الاخرى، و تصنف الأعراض الناتجة عن الضغوط كالتالي:

- **أعراض فيسيولوجية:**

يؤثر الضغط النفسي سلبا على النواحي الفيسيولوجية و يظهر التأثير كالاتي:

- إفراز كمية من الأدرينالين في الدم مما يؤدي إلى سرعة ضربات القلب و ارتفاع ضغط الدم و زيادة نسبة السكر فيه، و اضطرابات الأوعية الدموية (Pierroloo،2003،p3).
- ارتفاع مستوى الكولسترول في الدم مما يؤدي إلى تصلب الشرايين و الأزمات القلبية، جفاف الفم و اتساع حدقة العين (حسن،2006).

- **أعراض جسدية:**

- العرق الزائد.
- التوتر العالي.

- الصداع بأنواعه.
- ألم في العضلات و خاصة الرقبة و الأكتاف.
- عدم انتظام في النوم (أرق، نوم الزائد، الاستيقاظ المبكر على غير العادة).
- اصطكاك الأسنان.
- الام الظهر و خاصة الجزء السفلي.
- الاسهال و المغص.
- التهاب الجلد، طفح جلدي.
- عسر الهضم.
- القرحة.
- التغيير في الشهية.
- التعب.
- زيادة التعرض للحوادث التي تؤدي الى اصابات جسدية.

➢ **أعراض انفعالية:**

- سرعة الانفعال.
- تقلب المزاج.
- سرعة الغضب.
- العدوانية و اللجوء إلى العنف.
- الاكتئاب.
- سرعة البكاء.

➢ **أعراض معرفية:**

- النسيان.
- صعوبة في التركيز.
- صعوبة في اتخاذ القرار.

- اضطراب في التفكير.
- ذاكرة ضعيفة أو صعوبة في استرجاع الأحداث.
- استحواذ فكرة واحدة على الفرد.
- انخفاض في الانتاج أو دافعية منخفضة.
- انجاز المهام بدرجة عالية من التحفظ.
- تزايد عدد الأخطاء.
- اصدار أحكام غير صائبة.

➢ **أعراض خاصة بالعلاقات الشخصية:**

- عدم الثقة غير المبررة بالأخرين.
- لوم الغير .
- نسيان المواعيد و الغائها قبل فترة وجيزة.
- تصيد اخطاء الاخرين.
- التهكم و السخرية.
- تبني سلوك و اتجاه دفاعي في العلاقات مع الاخرين (عسكر،2009،ص45).

مما سبق يتضح أن هناك الكثير من الأعراض و العلامات الشائعة و التي على الرغم من أننا نلاحظها إلا أننا نفشل في أن ندرك أنها ليست سوى ضغوطات نفسية، و يعد كلا من الاكتئاب و مشاكل النوم و القلق و التوتر و ضعف التركيز و الخمول و الأحداث المتغيرة في حياتنا بعض من العلامات الكثيرة التي يجب أن نتعامل معها. كما أن الأعراض تختلف من شخص لأخر و من نوع مشكل لأخر.

6- النظريات المفسرة للضغط النفسي:

بعد تناولنا لأعراض الضغوط النفسية سنتعرف إلى أهم النظريات المفسرة للضغط النفسي و التي تعددت بتعدد العلماء و الباحثين:

➢ **تفسير هانز سيلي Hans Selly:**

كان Hans Selly متأثرا بتفسير الضغط النفسي تفسير فيزيولوجي، و تنطلق نظريته من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقر، وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر Selly أن أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضغط عالمية، وهدفها المحافظة على الكيان والحياة.

وحددSelly ثلاثة مراحل للدفاع ضد الضغط ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام (عثمان،2001،ص98).

- الفزع: و فيه تظهر تغيرات و استجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي الضاغط، و نتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم وعندما يكون الضاغط شديدا فإن مقاومة الجسم تنهار وتحدث وفاة.
- المقاومة: وتحدث هذه المرحلة حين يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف عندها تختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى و تظهر تغيرات واستجابات أخرى تدل على التكيف.
- الإجهاد: وهي مرحلة التي تعقب مرحلة المقاومة و يكون الجسم فيها قد تكيف، غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة قد ينتج عنها أمراض التكيف.

➢ **تفسير المعرفي:**

يعتبر لازا ورس (1950) أول من قدم هذا التفسير و ركز على تقييم الفرد للموقف تقييما ذهنيا، و الذي يفسر بواسطته الضغط النفسي فالتقييم الذهني عبارى عن الكيفية التي يدرك

بها الفرد الموقف الذي يتعرض له، فيبدأ في تقويمه أو تقديره، أي يصدر حكما على هذا الموقف و على أساس الحكم الذي يصل إليه الفرد يشعر بالضغط النفسي (بن ويس،2018،ص15-16).

- **تفسير Spielberg er:**

قد اهتم Spielberg er في نظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية الضاغطة و يميز بين حالات القلق الناتجة عنها و يفسر العلاقات بينها و بين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي (كبت – إنكار – إسقاط)، أو تستدعي سلوك التجنب بالهروب من المواقف الضاغطة، كما يميز بين مفهوم الضغط ومفهوم القلق، فالقلق عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغوط، ويميز كذلك بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد، فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي (بلقاسم، شتوان،2016،ص119-120).

- **نظرية التحليل النفسي:**

ترى نظرية التحليل النفسي أن وجود خبرات سابقة لدى الأفراد يختارها العقل الباطن منذ سنوات العمرالأولى، يتسبب عنها وجود استعداد مسبق لدى بعض الأشخاص دون غيرهم لتفاعل مع مواقف التهديد أثناء الأزمات، متأثرين بهذه الخبرات المخزنة فينشأ الاظطراب (عسكر،2000،ص229).

وحسب وجهة Frued يحاول الهو السعي وراء اشباع الغرائز ولكن دفعات الانا تسد الطريق ولا تسمح للرغبات الصادرة بالإشباع مادام لا يتماشى مع القيم و معايير المجتمع، ويتم ذلك عندما تكون الانا قوية، أما حينما تكون ضعيفة وكمية الطاقة المستثمرة لديها منخفضة فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات،

ومن ثم لا تستطيع الانا القيام بوظائفها، ولا تستطيع تحقيق التوازن بين متطلبات الهو ومتطلبات الواقع الخارجي وعلى هذا ينتج الضغط . ويؤكد كذلك على دور العمليات اللاشعورية والاليات الدفاعية في تحديد السلوك السوي و اللاسوي للفرد حينما يتعرض لمواقف ضاغطة ومؤلمة فإنه يسعى إلى تفريغ انفعالاته السلبية الناتجة عنها عبر ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية، و على هذا الخوف أو القلق أو انفعالات سلبية أخرى تكون مصاحبة للمواقف الضاغطة التي يمر بها الفرد ويتم تفريغها بصورة لاشعورية عن طريق الكبت و الأفكار(عبيد،2008،ص133).

- **النظرية السلوكية:**

تنفرد هذه النظرية إلى الضغوط النفسية على أنها نتيجة لعوام مصدرها البيئة وهذه العوامل يمكن التحكم بها، وقد لا يمكن ذلك والسبب الرئيسي ينبع من البيئة ، وتذهب النظرية السلوكية على أن بعض الأفراد يتأثرون أكثر من غيرهم بضغوط البيئة، ولهذا فإن هذه النظرية تظهر اثارا مختلفة من حيث شدتها وحدتها والسلوكية على اختلاف مراحلها (القديمة و الحديثة) تؤكد على العامل البيئي في الضغوط النفسية، بالإضافة إلى ذلك فهي ترى أن أنماط التوافق و سوء التوافق متعلمة من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد، و قد اعتقد "واطسن" و "سكينر" أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري، و لكن تتشكل بطريقة الية عن طريق تلميحات البيئة و اثباتها، و قد اختلف "واطسن" و "سكينر" حيث ألغى "واطسن" دور الإنسان إذ يقول "إن التوافق يتشكل بطريقة الية" بينما رفض "باندورا" كل تغير للسلوك الإنساني بطريقة ميكانيكية و أوضح "توكمن" أنه عندما يجد الأفراد علاقاتهم مع الأخرين غير مثابة فإنهم ينسلخون عن الاخرين، ويبدون اهتماما أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية و ينتج عن هذا أن يؤكد السلوك شكلا شاذا أو غير متوافق (عسكر،228،2000).

مما سبق نلاحظ أن نظريات اختلفت في تفسير الضغوط النفسية، فكل نظرية فسرته حسب اتجاهاتها ، فنجد Selly فسر الضغط النفسي على أنه متغير مستقل و هو استجابة كعامل ضاغط، و في إطار الدفاع ضد الضغط حدد ثلاث مراحل الفزع–المقاومة و الإجهاد، أما لازا روس اهتم كثيرا بالإدراك و التقدير المعرفي، في حين ذهب Spielberg er في نظريته إلى تفسير الضغط على أن القلق مقدمة ضرورية لفهمه، و ترجع نظرية التحليل النفسي إلى وجود خبرات سابقة لدى الفرد منذ سنوات العمر الأولى بالمقابل ترجع نظرية السلوكية أن مصدر الضغوط النفسية لدى الفرد ينبع من البيئة.

7- علاج الضغط النفسي:

يتضمن علاج الضغط النفسي ما يلي:

أولا: علاج الأعراض المرضية للضغط النفسي: يتم باستخدام العقاقير الكيميائية النفسية مثل: مضادات الاكتئاب و القلق، التي تحقق أعراض التوتر و تساعد على النوم، و يجب أن يكون ذلك تحت إشراف الطبيب لان إساءة استعمال تلك العقاقير من قبل المريض قد تسبب له الإدمان(عقون،2012،ص72).

ثانيا: العلاج النفسي للضغط العام: يقصد بالعلاج النفسي كل مجهود فردي أو جماعي، يهدف إلى تخفيف الام ومعاناة واضطرابات النفس، ويؤثر في سلوك الإنسان بالوسائل النفسية فقط (الدباغ،1974،ص350)، ويعتبر من أقدم العلاجات، وتعددت مدارسه والتي تهدف كلها إلى علاج المريض نفسيا بطرق تتفق مع نظرياته (زهران،1978،ص197-198)، ولعل من الناس من يفقد السيطرة على نفسه ويعجز عن التحكم في زمام الأمور، مما يتطلب وضعه تحت علاج النفسي:

- **العلاج النفسي تحليلي:** يساعد هذا الأسلوب على كشف كل الصراعات والاحباطات الداخلية والنزاعات المكبوتة والتي ينتج عنها ضغوط نفسية داخلية.

- **العلاج السلوكي المعرفي:** يمكن تخفيف الشد والتوتر العضلي بالتدريب على الاسترخاء والتأمل واليوغا، كما يمكن معالجة الأفكار السلبية التي تنتج عنها الأعراض من خلال تدريب المريض على السيطرة والتحكم في حالات الانفعال.
- **العلاج المعرفي:** يركز على ضرورة تحديد الشخص لمصادر الضغط لديه، من أجل وضع الاستراتيجيات الملائمة للتحكم فيها أو إزالتها.
- **العلاج الديني:** ويقوم على مبادئ وأسس منها:

- **الإيمان بالقضاء والقدر:** وتعني إحساس المؤمن بأن كل أمور بيد الله وأن مهما اضطربت الأحداث وتقلبت الأحوال فلن تبث فيها إلا مشيئة الله لقوله "**والله غالب على أمره و لكن أكثر الناس لا يعلمون**" (يوسف،21).
- **تقوية الوازع الديني:** إن الدين لا يشكل جزءا مهما في حياة الفرد فحسب بل يؤدي إلى فوائد فعلية على المستوى الصحي العام و النفسي و الجسدي، فالإيمان الروحي أو الديني بالقيم و المبادئ والمثل والنظم الشرعية من أقوى العوامل التي تحفظ صحة الفرد العقلية والجسدية بما فيها من أمراض العصر من قلق، اكتئاب ، أزمات نفسية والاجتماعية ، التي تتخذ أعراضها شكلا جسديا كقرحة المعدة والقولون، الصداع النفسي، الربو، الحساسية... وغيرها من الأمراض السيكوماتية (العيسوي،2001،ص54-57).
- **تقوى الله تعالى والتقرب إليه بالعمل الصالح:** لقوله تعالى: "**و من يتق الله يجعل له مخرجا**"(سورة الطلاق، الآية 02).
- **الاستعانة بالصبر و الصلاة :** لقوله تعالى :"**يا أيها اللذين امنوا استعينوا بالصبر والصلاة إن الله مع الصابرين**" (سورة البقرة،153).
- **حسن الظن بالله:** لقوله تعالى : "**لا تيأسوا من روح الله إنه لا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون**" (سورة يوسف،87).

- **ذكر الله:** بالاعتقاد و القول و الفعل، فإن ذلك من أسباب تفريج الهموم و استقرار النفس و طمأنينتها لقوله تعالى :" **الذين امنوا وتطمن قلوبهم ألا بذكر الله تطمئن القلوب**" (سورة الرعد،28).

من خلال كل ذلك نستخلص أنه عند التأكد من اصابة الشخص بالضغط النفسي و ذلك بظهور عدة أعراض التي ذكرناها سابقا، فهنا لا بد من اتخاذ الاجراءات اللازمة لتقليل من الشعور بالتوتر والقلق والسيطرة، وذلك باستخدام طرق علاج الضغط النفسي. ويعتمد علاج الضغط النفسي على تحديد السبب، قدرة المريض على مساعدة النفسية واللجوء إلى المساعدات الطبية والأدوية إن لزم الامر .

خلاصة الفصل:

و في الأخير نستخلص أن الضغط النفسي هو بمثابة استجابة نفسية فيزيولوجية غير تكيفية اتجاه مواقف الحياة، نتيجة لتعرض الفرد لمواقف ضاغطة التي تفقده القدرة على التوازن في الحياة، ففي نهاية الفصل تطرقنا إلى مجموعة من الطرق العلاجية التي تهدف إلى تخفيف من حدة الضغط و تسعى إلى تحقيق التكيف الفرد مع مختلف أحداث الحياة.

الفصل الثالث: التوافق المهني.

تمهيد

1. تعريف التوافق.

2. تعريف التوافق المهني.

3. مظاهر التوافق المهني.

4. شروط التوافق المهني.

5. العوامل المؤثرة في التوافق المهني.

6. نظريات التوافق المهني.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

يعد التوافق المهني من أهم الطرق التي تؤدي إلى نجاح أي مهنة، فهو مهم جدا في حياة الأفراد العاملين في مؤسسات الدولة أو غيرها، حيث يعتبر أمر ضروري لقيام الفرد بعمله بأكمل وجه حسب ما هو مطلوب منه، فهو يعتبر عبارة عن عملية ديناميكية مستمرة يقوم بها الفرد لتحقيق أهدافه و سد حاجاته، و عن طريقه يقاس مدى تكيف الفرد مع مهنته وتلائمه معها ومدى توافق العامل في بيئة العمل، وفي هذا الفصل سنحاول عرض مفهوم التوافق المهني، مظاهر التوافق المهني، شروط التوافق المهني، العوامل المؤثرة في التوافق المهني، ونظريات التوافق المهني.

1) تعريف التوافق :

لغة:

التوافق مأخوذة من وفق الشيء اي لائمه و اتفق معه (المعجم الوسيط، 1047،2008).

اصطلاحا :

التوافق عملية توازن بين الكائن الحي و الانسان و ما يحيط به، ومجتمعه ومعايير بيئته الاقتصادية والسياسية، والخلقية (عبيد، و اخرون، 2014، ص478).

- ❖ يعرف هيجان (2004)التوافق على أنه "العملية المستمرة التي يقوم بها الفرد من اجل تحقيق التكيف والانسجام بينه وبين المهنة او الوظيفة التي يؤديها وبينه وبين بيئة العمل(حجازي،2013،ص424).
- ❖ وعرفته حجازي (2013) على أنه نجاح معلم التربية الخاصة في تحقيقه التكيف بينه وبين بيئة عمله من خلال العمل مع الطلاب ذوي الإعاقة وشعورها بالرضا عن مكانة مهنته في المجتمع، وعلاقاته مع ذوي الاحتياجات الخاصة وزملائه، ومسئوليه في العمل (نفس مرجع السابق).
- ❖ ويعرفه زهران (2005) بأنه عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة (زهران،2005،ص78).
- ❖ كما عرفه السماري أنه هو: "الأسلوب الـ ذي بواسـ طته يـ صبح الـ شخص أكثـ ر كفـ اءة في علاقته مع بيئته، وهو محاولته لمواجهة متطلبات الـ ذات، ومتطلبـ ات البيئـ ة" (السماري،2006،ص 13).

التوافق هو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته و حل صراعاته و مواجهة مشكلات حياته من اشباعات و إحباطات وصولا لما يسمى بالصحة النفسية أو

السواء أو الانسجام مع الذات و مع الاخرين في الأسرة و العمل في التنظيمات التي ينخرط فيها.

2)تعريف التوافق المهني:

تعريف طه(2001):بأنه توافق الفرد لمختلف العوامل البيئية التي تحيط به في العمل، وتوافقه للتغيرات التي تطرأ على هذه العوامل البيئية، وتوافقه لخصائصه الذاتية المتمثلة في قدراته الخاصة وميوله ومزاجه (الرواحية،2012،ص23).

و عرف فحجان (2010) التوافق المهني بأنه العملية المستمرة التي يقوم بها الفرد من أجل تحقيق التكيف والانسجام بينه وبين الوظيفة التي يؤديها (الرواحية، نفس مرجع السابق،ص23).

و عرفه شاذلي (1990) بأنه وجود علاقات منسجمة مع البيئة تتضمنه القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبي معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية. وعلى ذلك يتضمن التوافق كل التباينات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم إشباع العلاقة المنسجمة مع البيئة (شموري،2017،ص51).

أما إبراهيم شوقي عبد الحميد عرف التوافق المهني التوافق المهني هو ذلك العملية التي يسلك بها الفرد ويتفاعل وينسجم مع بيئته العمل وذلك من خلال مجموعة فريدة من قدراته وحاجاته (مكناسي،2007،ص58).

تضمنت كل التعريفات أن التوافق المهني جز من أجزاء التوافق العام ويتضمن انسجام العامل في بيئة العمل ليحقق التكيف والتوائم في المهنة والتصدي للظروف التي تواجهه في مجال عمله حتى يستطيع تحقيق تكيف سليم في بيئة العمل لما يحدث من تغيرات في ها بجميع مجالاتها وخاصة إذا كانت تحقق طموحاته ورغباته وميوله .

مما سبق يمكن تعريف التوافق المهني بانه عملية التوافق بين العامل وعمله و علاقته بزملائه، كما ان حالة الرضا التي يشعر بها العامل بعد سعيه لخلق نوع من الانسجام بينه و بين بيئته المهنية.

3)مظاهر التوافق المهني:

ان الحكم على العام على انه متوافقا مهنيا او غير متوافق يتطلب منا معرفة مؤشرات التوافق المهني التي يمكننا بواسطتها الحكم على توافق الفرد من عدمه و يمكن حصرها من خلال المظاهر السلوكية العديدة التي يتحذها التوافق المهني فيما يلي:

أ) القدرة على الحفاظ على العلاقات الاجتماعية مع الاخرين و تنميتها

ب)القدرة على التعامل بذكاء مع المشكلات اللاتي يواجهها العامل في مهنته.

ت)القدرة على الالتزام بمواعيد العمل و الاهتمام و الاجتهاد في العمل.

ث)القيام بالأداء الوظيفي على الشكل الجيد.

ج) الاستقرار و التوازن الانفعالي(مكناسي،2007،ص47)

4)شروط التوافق المهني:

توجد شروط توفرها يضمن تحقيق التوافق المهني من بينها:

1. شعور العامل بالرضا عن مستواه الاقتصادي.
2. شعوره بان صاحب العمل يقدره و يهتم به.
3. ادراكه ان رؤسائه او المشرفين عليه، يحرصون على مصالحه قدر حرصهم على مصالح العمل.
4. حبه لنوع العمل الذي يؤديه.
5. توفر فرصة الترقية في العمل.
6. توفر فرصة التدريب المهني في العمل.

7. توفر فرص الاستفادة من افكاره و آرائه الخاصة بالإنتاج و تحسينه.
8. شعوره بالأمن و الاستقرار النفسي في العمل (اولاد حيموده، 2005، ص79).

5)العوامل المؤثرة في التوافق المهني:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر في توافق العامل مع مهنته فتجعله منه راضيا أو غير راضيا عن المهنة التي يقوم بها، و يمكن حصر هذه العوامل في ثلاث جوانب:

- ✓ عوامل شخصية.
- ✓ عوامل ترتبط بالعمل.
- ✓ عوامل خارجية.

العوامل الشخصية: تعد خصائص الشخصية و النفسية و العقلية من العوامل المؤثرة على حياة العامل، فالأمراض الجسدية و نفسية و الاضطرابات الانفعالية غيرها تقلل من تفاعل العامل مع زملائه كما تجعله يتأخر في عمله مما يجعله ينخفض في ادائه وتوافقه مع مهنته.

العوامل المرتبطة بالعمل: يعد وجود العوامل المادية و الاجتماعية المحيطة بالعامل في مجال عمله بالشكل الذي يضمن استمرار العمل في ظروف مريحة تساعده على أداء العمل وفق النظام المحدد دافعا قويا للاهتمام بالعمل و الإخلاص له والتشتت به في حين أن ظروف العمل القاهرة من تعب والملل و سوء العلاقات مع المسؤولين وصراع مع الزملاء وقلة الوسائل والتسلط صرامة التعليمات كلها تؤدي إلى شعور العامل بالاستياء نحو عمله ويؤثر على رضاءه وتوافقه في العمل بشكل عام.

العوامل الخارجية: يرتبط توافق الفرد بتوافقه مع بيئته الخارجية لأنه يتأثر بها، و ينعكس هذا التوافق على مظاهر الحياة المختلفة و خاصة العمل، حيث وجد أن الكثير من المشاكل

التي تواجه العامل في عمله هي نتيجة للمشاكل خارج نطاق العمل(اسعادي،2007،ص49).

بالإضافة إلى هذه العوامل يوجد عوامل اخرى للتوافق المهني و هي:

العمر، الجنس، مستوى التعليم، التدريب، نوع المهنة، ونمط الشخصية، التو افق العام والتكيف خارج نطاق العمل والمكانة الاجتماعية والاقتصادية للعامل وظروفه المادية وكل ما يعكس رضاه عن عمله، بما في ذلك مكونات بيئة العمل وعالقات العامل بزملائه ووجهة نضره في مشرفيه ورؤسائه ومرؤوسيه وأجوره وفي الظروف المحيطة بالعمل ونوعه وعدد ساعاته ومتطلباته (نفس مرجع السابق،49).

6)نظريات التوافق المهني:

هناك الكثير من النظريات التي عملت على تفسير التوافق لدى الأفراد وبطبيعة الحال يصعب سردها كله، ولكن يمكننا أن نشير الى أهمها و هي كالتالي:

- **النظرية البيولوجية الطبية(Biological medicaltheroy):**

يقرر روادها أن جميع أسباب الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ، و مثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات و الجروح أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد، وترجع اللبنات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داروين، مندل، جالتون، كالمان و غيرهم(شموري،2017،ص54).

- **نظرية المادية:**

و قد ظهرت هذه النظرية في نهاية القرن 19 و بداية القرن 20 عرفت باسم التنظيم العلمي للعمل بقيادة " فريديك ونسلو تايلور" و قد حاول تايلور تحديد الأسس العلمية والقيم

المادية التي تساعد الإدارة على زيادة الإنتاج بأقل جهد ممكن و زمن ، وتعتبر هذه النظرية أن الإنسان العامل الاقتصادي بطبعه يسعى جاهدا لزيادة أمواله، فحسب هذه النظرية فإن الفرد يطمح إلى تحقيق أكبر قدر من الأموال حيث يعمل على زيادة الإنتاج بغرض تحسين أجره وبالتالي جمع أكبر قدر من الأموال.

- **نظرية التحليل النفسي:**

يرى فرويد أن الفرد المتمتع بالتوافق هو القادر على الحب والعمل المنتج، وأن الإنسان بطبيعته معرض لصراعات داخلية، لأن سلوكه مدفوع بدوافع لا شعورية، وأنه في صراع دائم بين دوافع لا يقبلها المجتمع، ومطالب و نواهي يقر بها المجتمع، إن الشخص القلق غير متوافق اجتماعيا، وتوجد لديه اتجاهات ملتوية تجاه عمله وعلاقات الإجتماعية (الرواحية،2012،ص19).

- **نظرية علم النفس الفردي:**

أشار ادلر أن أصعب ما يفعله الإنسان هو أن يعرف نفسه و يسعى لتغييرها، فهو مفسر الحياة و مترجمها، و يبحث عن خبرات جديدة لإشباع حاجاته نحو تحقيق الذات أو حمايتها، وهو الهدف الأول الذي يندرج تحته كل أنماط السلوك الإنساني (الرواحية،2012،ص19)

- **النظرية السلوكية:**

طبقا للسلوكية فإن أنماط التوافق وسوء التوافق تعد متعلمة أو ومكتسبة، وذلك من خلال الخبرات التي تعرض لها الفرد السلوك التوافقي تشتمل على الخبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز والتدعيم، ولقد اعتمد واطسون وسكينر

عملية التوافق الشخصي لا تمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري، لكنها تتشكل

بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة أو إثباتها ولقد رفض كل من بندور ا وماهوني وهما

من السلوكيين المعرفيين تفسير تشكيل الطبيعة الإنسانة بطريقة آلية ميكانيكية، حيث أكد بأن

السلوك وسمات الشخصية نتاج للتبادل بين ثلاث عوامل هي المثيرات وخاصة الاجتماعية

منها والسلوك الإنساني والعمليات العقلية كما أعطى وزنا كبيرا للتعلم عن طريق التقليد(شموري،2017،ص57).

- **النظرية الاجتماعية:**

ترى أصحاب هذه النظرية أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق فلقد ثبت أن هناك اختلاف في الاتجاه نحو الخمور بين اليابانيين والأمريكيين وكذلك ظهر اختلاف الأعراض الإكلينيكية للأمراض العقلية بين الأمريكيين الايطاليين وبين الأمريكيين الايرلنديين، ووضح رواد هذه النظرية أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق، ومن أشهر أصحاب هذه النظرية فيرز، دنهام، هولنجزهيد، ردليك وغيرهم ما سبق أتضح أن المحاولات التي بذلت من أجل التنظير لتفسير ظاهرة التوافق والتي تعتبر من أهم الظواهر التي قد يبنى عليها علم النفس.

لذلك فلا بد من النظرة التكاملية لتلك النظريات أو وجهات النظر المختلفة ولا يقتصر تفسير ظاهرة التوافق أو سوءه إلى نظرية واحدة فقط من النظريات السالفة الذكر، بل الإنسان ما هو إلا محصلة التفاعل بين تلك القوى الثلاث، والتوافق ليس من السهل تفسيره من زاوية واحدة وا ٍ همال وجهات النظر الأخرى سواء كان ذلك في سواءه أو لا سوائه (نفس المرجع السابق،ص59-60)

خلاصة الفصل:

من خلال ما تناولناه في هذا الفصل نستنتج أن التوافق المهني هو مدى تلاؤم الفرد و بيئة عمله و يسعى كل فرد عامل لتحقيق هذا النوع من التوافق، و الذي هو هدف العامل و أرباب العمل على حد سواء، و هذا من أجل نوع من التقدم و اشباع حاجيات النفسية و المادية و الاجتماعية للبيئة المحيطة به، و كلما توفرت الشروط و الظروف و العوامل المساعدة يمكننا تحقيق أكبر قدر من التوافق المهني.

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة.

تمهيد

أولا: اجراءات الدراسة الإستطلاعية.

1. الدراسة الإستطلاعية و الهدف منها.
2. عينة الدراسة الإستطلاعية.
3. نتائج الدراسة الإستطلاعية.
4. منهج الدراسة الإستطلاعية.
5. أدوات الدراسة.
6. خصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ثانيا: إجراءات الدراسة الأساسية.

1. عينة الدراسة الأساسية.
2. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

خلاصة الفصل

اقتراحات

تمهيد:

بعدما تناولنا الجانب النظري الموضح في الفصول السابقة و بعد طرح عدة تساؤلات،نحاول الإجابة باتباع خطوات علمية و منهجية من أجل الوصول إلى نتائج أكثر مصدقية، و في هذا الفصل سنقوم بعرض اجراءات الدراسة الاستطلاعية و الأساسية و قد تضمن عدة خطوات ميدانية منها المنهج المتبع و مجتمع الدراسة ثم أدوات القياس التي تم الاعتماد عليها في جمع المعلومات بالاضافة إلى تحديد العينة الأساسية و في الاخير ادراج الاساليب الاحصائية المستخدمة لمعالجة النتائج.

أولا: الدراسة الاستطلاعية:

1. الدراسة الاستطلاعية و الهدف منها:

هي الدراسة التي يمكن من خلالها استطلاع و معرفة الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها، و التعرف على أهم الفرضيات التي يمكن اخضاعها للبحث العلمي و هي مرحلة مهمة من مراحل البحث العلمي، لأن من خلالها نتأكد من وجود عينة الدراسة فهي عبارة عن دراسة استكشافية يمكن من خلالها الحصول على معلومات أولية حول موضوع البحث، و تسمح لنا بالتعرف على الظروف و الامكانيات الموجودة في الميدان.

الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

- ضبط متغيرات البحث و تحديد منهجيته بشكل أفضل.
- التأكد من توفر العينة و امكانية التطبيق.
- التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث بعد تطبيقها على عينة إستطلاعية.
- التحقق من البنود الواردة في أداة البحث.

2. عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت العينة الاستطلاعية من 20 معلم التربية الخاصة للعام الدراسي 2020-2021 بمركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا واقنون ولاية تيزي وزو، ومدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل ولاية بومرداس.

الأفراد	مركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا واقنون تيزي وزو	مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل بومرداس	مجموع
عدد الافراد	9	11	20
الذكور	0	5	5
الإناث	9	6	15

جدول رقم(1) يبين توزيع العينة الاستطلاعية.

يوضح جدول رقم (01) أن العينة الاستطلاعية وزعت بشكل عشوائي من خلال الجنس (ذكر_ أنثى) و من خلال المركز.

3. نتائج الدراسة الإستطلاعية:

من خلال الدراسة الإستطلاعية التي قمنا بها قمنا بضبط متغيرات البحث و تحديد منهجيته، تأكدنا من وجود العينة و طبقناها كما تأكدنا من الخصائص السيكومترية للبحث المتمثلة في الصدق و الثبات .

4. منهج البحث:

يستخدم المنهج في انجاز أي بحث علمي، و منهج الدراسة الحالية هو المنهج الوصفي الذي يعتمد على " دراسة الواقع أو ظاهرة كما توجد في الواقع و يهتم بوصفها وصفا دقيقا و يعبر عنها تعبيرا كيفيا و كميا"(بوحوش و ذنيبات،2007،ص147)، و المنهج الوصفي هو أسلوب أو نمط يتم استخدامه لدراسة ووصف الظواهر و المشكلات العلمية وصف دقيق للوصول إلى التفسيرات المنطقية المبرهنة بهدف إتاحة الفرصة للباحث لوضع إطارات محددة للمشكلة واستخلاص عدد من الأسباب التي أدت لحدوث الظاهرة أو المشكلة.

5. أدوات القياس:

لقد اعتمدنا في هذه الدراسة على أداتي (02) قياس تتمثل في:

1-مقياس الضغوط النفسية لفقيه العيد 2013.

2-مقياس التوافق المهني لصلاح الدين فرح عطاالله 2009.

-مقياس الضغوط النفسية:

هو أداة تساعد على جمع البيانات و هو مقياس موضوعي مقنن لعينة من السلوك في ظل اظروف مضبوطة، و هو يقيس مستوى الضغط النفسي عند الأفراد.

- وصف المقياس:

المقياس الذي قمنا بتطبيقه في البحث هو مقياس الضغوط النفسية من إعداد و تصميم الدكتور فقيه العيد و الذي يصدره المشروع الوطني للبحث حول التصميم و ترجمة و تكييف اختبارات الصحة النفسية في مجلة القياس النفسي (2013) و هو مقياس يوفر كثير من الوقت و الجهد للباحثين و أداة مفيدة للفحص و التشخيص بالنسبة للعاملين في في مجال الصحة النفسية و يتضمن هذا المقياس مجموعة من بنود تتوزع على أربعة بنود رئيسية:

البعد الأول: يتناول حدة الإجهاد و يقيس درجة الضغط النفسي.

البعد الثاني: يتناول المشكلات النفسية الجسدية التي يعاني منها الفرد.

البعد الثالث: يتناول مدى كفاءة الفرد في الوقت الراهن.

البعد الرابع: يتناول المشكلات الانفعالية التي يعاني منها الفرد كانعكاس مباشر لشدة الضغوط (هزلة،2020،ص39).

مكونات المقياس:

يشمل المقياس على 40 بند يتوزع على النحو التالي:

من بند الأول إلى غاية البند 10 تعبر عن حدة الإجهاد.

من بند 11 إلى غاية بند 20 تعبر عن المشكلات الجسدية.

من بند 21 إلى غاية بند 40 يعبر عن المشكلات الانفعالية.

تعليمة الإختبار:

فيما يلي مجموعة من العبارات تصف مشاعرك و أخرى تصف الظروف تربطها على المستوى الأسري أو المهني أو الصحي و المطلوب منك فقط وضع علامة x في الخانة المناسبة و الإجابة تكون على كل الأسئلة فإذا لم تكن متأكد من الإجابة فلا مانع من التخمين ليست هناك إجابات صحيحة و أخرى خاطئة بالنسبة للأسئلة، و لكن المطلوب منك أن تعبر بصدق عن مشاعرك و وضعيتك الصحية.

طريقة تصحيح المقياس:

استخم الباحث طريقة الإجابة التي تعتمد على مدى شدة بروز السلوك المراد قياسه، حيث تعطى 03 درجات عندما تكون الإجابة ب: غالبا و درجتين عندما تكون الإجابة ب: قليلا و درجة واحدة عندما تكون الإجابة ب: نادرا و صفر عندما تكون الإجابة ب: لا، و تعطى هذه الدرجات سواء أمام العبارات التي تقيس شدة الجهاد، أو التي تقيس كفاية الفرد و العبارات التي تقيس المشكلات الانفعالية.

من 0- 39 درجة منخفضة.

من 40 – 79 درجة متوسطة.

من 80- 120 درجة مرتفعة.

- **مقياس التوافق المهني:**

تعليمات المقياس :

تظهر أهمية تعليمات المقياس في أنها توضح للمفحوص كيفية الإجابة كما أنها تعطيه فكرة موجزة عن نوع الإجابة المطلوبة منه (الصدق الظاهري) ، و تبين له أهمية استجابته و تؤكد جدية هذه الاستجابات و الغرض منها ، أي أنها تعني إثارة دوافعه و حثه على التعاون ما أمكن لكي نضمن درجة استجابة عالية من المفحوصين.

إجراءات تطبيق المقياس:

يصلح المقياس للتطبيق بطريقة فردية و طريقة جمعية ، و ليس له زمن محدد للتطبيق أما التصحيح فقد أعطيت أوزان للإجابة لكل بديل من الخمسة في الحالة الايجابية (5دائما ، 4غالبا ، 3 أحيانا ، 2 نادرا ، 1 لا يحدث) و في الحالة السلبية (1 دائما ، 2 غالبا ، 3 نادرا ، 5 لا يحدث) و يوضح الجدول أرقام البنود الخاصة بكل من أبعاد المقياس :

البعد	أرقام البنود الإيجابية	أرقام البنود السلبية	عدد البنود	مدى الدرجات
الأداء التوافقي	1-7-13-19-25-31-37-43-49-55-61-66-71-79-83-87-91-95	75	19	19-95
الرضا عن طبيعة المهنة و بيئة العمل	2-14-20-26-32-37-44-56-67-72-76-88-96	50-62-80-84-92	20	20-100

	100-99			
البعد الذاتي	3-9-15-21-27- 33-51-57-63- 68-73-77-81- 85-93-97	39 89-45-	19	95-19
البعد الإجتماعي	4-22-34-40-46- 52-64-69-78- 82-90-93-93- 98-101	8-10-12- 58-74	22	10-22
الاتجاه نحو الطفل غير العادي	29-35-41-47-59	5-11-17- 23-53	10	15-10
البعد الإقتصادي	6-12-18-24-30- 42-47-54-80	36-60-65	12	60-12

جدول رقم(02) يمثل أرقام البنود الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس.

6. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

مقياس الضغط النفسي:

الصدق: للتحقق من صدق مقياس الضغط النفسي تم استخدام طريقة الصدق الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها، وقد اشتمل المقياس على أربعة أبعاد تمثلت في: حدة الاجهاد، والمشكلات الجسدية، وكفاية الفرد، والمشكلات الانفعالية.

البُعد	رقم البند	معامل الارتباط	البُعد	رقم البند	معامل الارتباط	البُعد	رقم البند	معامل الارتباط
حدة الاجهاد	1	0,56**	(تابع)	15	0,62**	(تابع)	29	0,45**
	2	0,43**		16	0,61**		30	0,54**
	3	0,67**		17	0,43**	المشكلات الانفعالية	31	0,54**
	4	0,68**		18	0,68**		32	0,74**
	5	0,63**		19	0,30*		33	0,36*
	6	0,61**		20	0,31*		34	0,63**
	7	0,57**	كفاية الفرد	21	0,38**		35	0,63**
	8	0,65**		22	0,75**		36	0,67**
	9	0,37*		23	0,70**		37	0,79**
	10	0,42**		24	0,78**		38	0,53**
المشكلات الجسدية	11	0,57**		25	0,69**		39	0,82**
	12	0,56**		26	0,67**		40	0,77**
	13	0,67**		27	0,59**	** الارتباط دال عند 0,01		
	14	0,78**		28	0,48**	* الارتباط دال عند 0,05		

جدول (03): معاملات ارتباط البنود بأبعاد مقياس الضغط النفسي

يوضح الجدول (03) أن معاملات ارتباط بين البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها مقبولة تتراوح بين (0,30) و(0,82)، ودالة احصائيا عند (0,05). حيث تراوحت معاملات ارتباط البنود مع بُعد "حدة الاجهاد" بين (0,37) و(0,68)، وبين البنود وبُعد المشكلات الجسدية بين (0,30) و(0,78)، وتراوحت بين البنود وبُعد كفاية الفرد بين (0,38) و(0,78)، وبين البنود وبُعد المشكلات الانفعالية تراوحت بين (0,36) و(0,82). أظهرت النتائج أن معاملات ارتباط البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها مقبولة لأنها تتعدى الحد الأدنى (0,30)، ودالة احصائيا عند 0,05 مما يؤكد على اتساق (صدق) البنود بالأبعاد التي تندرج ضمنها، وبالتالي مقياس الضغط النفسي يتمتع بالصدق.

كما تم التحقق من الصدق بحساب معاملات ارتباط الأبعاد فيما بينها، وارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، والجدول (04) يوضح معاملات ارتباط الأبعاد فيما بينها، وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الضغط النفسي.

الأبعاد	حدة الاجهاد	المشكلات الجسدية	كفاية الفرد	المشكلات الانفعالية	الدرجة الكلية
حدة الاجهاد	---	0,56**	0,65**	0,60**	0,83**
المشكلات الجسدية	---	---	0,68**	0,50**	0,78**
كفاية الفرد	---	---	---	0,75**	0,91**
المشكلات الانفعالية	---	---	---	---	0,87**

** الارتباط دال عند 0,01

جدول (04): معاملات الارتباط بين الأبعاد، وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التوافق المهني

يوضح الجدول (04) أن معاملات ارتباط أبعاد المقياس فيما بينها مرتفعة تراوحت بين (0.50) و(0,75)، وجاءت معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية مرتفعة تراوحت بين (0,78) و(0,91). وهذا يدل على اتساق الأبعاد فيما بينها، واتساقها مع الدرجة الكلية مما يشير أيضاً إلى صدق مقياس الضغط النفسي.

الثبات: تم تقدير ثبات مقياس الضغط النفسي باستخدام طريقة "ألفا كرونباخ "للاتساق الداخلي بين بنود كل بُعد من أبعاد المقياس (حدة الاجهاد، المشكلات الجسدية، كفاية الفرد، المشكلات الانفعالية)، والاتساق الداخلي بين البنود الكلية للمقياس، والجدول رقم (05) يوضح معاملات الثبات "ألفا" للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.

الأبعاد	عدد البنود	معامل ألفا
حدة الاجهاد	10	0,75
المشكلات الجسدية	10	0,73
كفاية الفرد	10	0,80
المشكلات الانفعالية	10	0,84
المقياس الكلي	40	0,92

جدول (05): معاملات الثبات "ألفا كروبناخ" للاتساق الداخلي بين بنود الأبعاد وبنود الدرجة الكلية

يوضح الجدول (05) أن معامل الثبات ألفا للدرجة الكلية للمقياس الكلي مرتفع بلغ (0,92)، كما أن معاملات ثبات أبعاد المقياس مرتفعة بلغ في بُعد "حدة الاجهاد" (0,75)، وفي بُعد "المشكلات الجسدية" (0,73)، وفي بُعد "كفاية الفرد" (0,80)، وفي بُعد "المشكلات الانفعالية" (0,84). كشفت نتائج تقديرات الثبات لألفا كرونباخ بأن مقياس الضغط النفسي يتمتع بثبات مرتفع.

مقياس التوافق المهني:

الصدق: تم التحقق **من** صدق مقياس التوافق المهني باستخدام طريقة الصدق الداخلي بتقدير معاملات ارتباط البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها، والجدول (06) يوضح معاملات ارتباط البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها.

الثبات: لتقدير ثبات مقياس التوافق المهني تم استخدام معاملات "ألفا كرونباخ" بين بنود كل بُعد من أبعاد المقياس، ومعامل ألفا بين البنود الكلية للمقياس، والجدول رقم (07) يوضح معاملات الثبات "ألفا" للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.

البعد التوافقي		(تابع)		(تابع)		(تابع)	
رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	-0,002	50	0,265	77	0,316*	100	0,360*
7	0,482**	56	0,334*	81	0,548**	102	0,566**
13	0,316*	62	0,404**	85	0,302*	الاتجاه نحو الطفل غير العادي	
19	0,405**	67	0,430**	89	0,494**	5	0,351*
25	0,301*	72	0,315*	93	0,592**	11	0,494**
31	0,566**	76	0,668**	97	0,541**	17	0,602**
37	0,409**	80	0,327*	البعد الاجتماعي		23	0,427**
43	0,139	84	0,373*	4	0,192	29	0,226
49	0,328*	88	0,252	8	0,331*	35	0,543**
55	0,240	92	0,229	10	0,260	41	0,422**
61	0,412**	96	0,523**	12	0,388**	47	0,479**
66	0,250	99	0,556**	22	0,376*	53	0,240

71	0,532**	101	0,325*	28	-0,008	59	0,419**
75	0,521**	البعد الذاتي		34	0,467**	البعد الاقتصادي	
79	0,356*	3	0,113	40	0,385**	6	0,525**
83	0,426**	9	0,574**	46	0,256	12	0,483**
87	0,437**	15	0,314*	52	0,557**	18	0,678**
91	0,597**	21	0,252	58	0,243	24	0,645**
95	0,584**	27	0,550**	64	0,606**	30	0,593**
الرضا عن طبيعة المهنة وبيئة العمل		33	0,325*	69	0,537**	36	0,351*
2	0,419**	39	0,440**	74	0,318*	42	0,562**
14	0,488**	45	0,501**	78	0,348*	47	0,102
20	0,414**	51	0,195	82	0,391**	54	0,704**
26	0,348*	57	0,552**	86	0,663**	60	0,344*
32	0,398**	63	0,553**	90	0,558**	65	0,389**
37	0,211	68	0,442**	93	0,584**	80	0,366*
44	0,265	73	0,559**	98	0,557**		

** الارتباط دال عند 0,01

* الارتباط دال عند 0,05

جدول (06): معاملات ارتباط البنود بأبعاد مقياس التوافق المهني

يوضح الجدول (06) أن معظم معاملات ارتباط بين البنود بالأبعاد التي تنتمي إليها مقبولة تتعدى الحد الأدنى (0,30)، حيث تتراوح بين (0,301) و(0,704)، ودالة احصائيا عند (0,05). باستثناء معاملات ارتباط البنود رقم (1، 43، 55، 66) بالبُعد التوافقي، والبنود رقم (37، 44، 50، 88، 92) بالرضا عن طبيعة المهنة وبيئة العمل، والبنود رقم (3، 21، 51)، ومعاملات ارتباط البنود رقم (4، 10، 28، 46، 58) بالبعد الاجتماعي، والبنود رقم (29، 53) بالاتجاه نحو الطفل غير العادي، والبند رقم (47) بالبعد الاقتصادي، حيث جاءت معاملات ارتباطها أقل من الحد الأدنى (0,30) وغير دالة احصائيا عند مستوى 0,05 مما

تطلّب حذفها، ليضبح عدد بنود المقياس (82) بنداً. أكدت معظم معاملات الاتساق الداخلي بين البنود والأبعاد التي تنتمي إليه، لذا فالبنود التي تم الابقاء عليها في مقياس التوافق المهني تتمتع بالصدق.

تم التحقق أيضاً من الصدق الداخلي للمقياس بحساب معاملات ارتباط الأبعاد فيما بينها، وارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية، والجدول (07) يوضح معاملات ارتباط الأبعاد فيما بينها، وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التوافق المهني.

الأبعاد	البعد التوافقي	الرضا عن طبيعة المهنة وبيئة العمل	البعد الذاتي	البعد الاجتماعي	الاتجاه نحو الطفل غير العادي	البعد الاقتصادي	الدرجة الكلية
البعد التوافقي	---	0,493**	0,568**	0,512**	0,557**	,407**0	0,645**
الرضا عن طبيعة المهنة وبيئة العمل	---	---	0,643**	0,626**	0,431**	0,627**	0,835**
البعد الذاتي	---	---	---	0,656**	0,426**	0,552**	0,859**
البعد الاجتماعي	---	---	---	---	0,526**	0,550**	0,862**

الاتجاه نحو الطفل غير العادي	---	---	---	---	---	0,391**	0,549**
البعد الاقتصادي	---	---	---	---	---	---	0,715**

** الارتباط دال عند 0,01

جدول (07): معاملات الثبات "ألفا كرونباخ" للاتساق الداخلي بين الأبعاد مقياس وبنود الدرجة الكلية

يوضح الجدول (07) أن معاملات ارتباط أبعاد المقياس فيما بينها مقبولة تراوحت بين (0,391) و(0,643)، كما جاءت معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية مرتفعة تراوحت بين (0,549) و(0,715). تؤكد معاملات ارتباط المحصلة بين الأبعاد على اتساقها، كما تؤكد معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية على اتساقها مع بعضها. وهذا يدل على صدق مقياس التوافق المهني.

الثبات: للتحقق من ثبات مقياس التوافق المهني تم استخدام معامل "ألفا كرونباخ" للاتساق الداخلي بين البنود، وذلك بالنسبة للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (08) يوضح معاملات ألفا لأبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

الأبعاد	عدد البنود	معامل ألفا
البعد التوافقي	15	0,88
الرضا عن طبيعة المهنة وبيئة العمل	15	0,87
البعد الذاتي	16	0,89
البعد الاجتماعي	17	0,84

الاتجاه نحو الطفل غير العادي	8	0,72
البعد الاقتصادي	11	0,81
المقياس الكلي	82	0,92

جدول (08): معاملات الثبات "ألفا كروبناخ" للاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التوافق المهني وبنود الدرجة الكلية

يوضح الجدول (08) أن معامل ألفا للمقياس الكلي مرتفع بلغ (0,92)، كما أن معاملات ثبات أبعاده التي تراوحت بين (0,72) و(0,89) مرتفعة تدل على الاتساق الداخلي بين بنود الأبعاد. وبناء عليه يتمتع مقياس التوافق المهني بثبات مرتفع.

ثانيا:إجراءات الدراسة الميدانية:

1. عينة الدراسة الميدانية و كيفية اختيارها:

بعد تطبيق العينة الاستطلاعية و التأكد من أداة الدراسة، و اختيار مجتمع البحث و العينة المماثلة له، قمنا بتطبيق اجراءات الدراسة الأساسية و كان ذلك خلال أواخر شهر جوان و أوائل جويلية 2021 في بعض المراكز البيداغوجية للمعاقين بولاية تيزي وزو و بومرداس، و قد طبقنا ميدانيا للتأكد من فهم أفراد العينة التعليمة و الفقرات، و التأكد من اجابتهم على كافة البنود، و قد قدر معدل الزمن المناسب للاجابة على القياسيين بنسبة لمعلمي التربية الخاصة بساعة إلى ساعة و نصف و قد تكونت العينة من 45 معلم و معلمة التربية الخاصة، حيث تم توزيع أفراد العينة حسب الجنس، الخبرة المهنية و مكان العمل.

الجنس	عدد الأفراد	النسبة المئوية
ذكر	13	28.9
أنثى	32	71.1
المجموع	45	100.0

جدول(09) توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

الخبرة المهنية	عدد الأفراد	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	24	53.3
من 5 سنوات إلى سنوات10	16	35.6
10 سنوات فما فوق	5	11.1
المجموع	45	100.0

جدول (10) توزيع أفراد العينة حسب الخبرة المهنية.

مكان العمل	عدد الأفراد	النسبة المئوية
المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا أيت أومالو تيزي وزو	8	17.8
المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا واقنون تيزي وزو	9	20.0
المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا ذراع بن خدة تيزي وزو	3	6.7

المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين تجلابين تيزي وزو	3	6.7
مدرسة الإبتدائية البشير الإبراهيمي ببرج منايل بومرداس	6	13.3
مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل بومرداس	16	35.6
المجموع	45	100.0

جدول (11) توزيع أفراد العينة حسب مكان العمل

2. الأساليب الإحصائية المستخدمة: اعتمدنا في دراستنا على:

- اختبار كولومجروف–سميرنوف و اختبار شابيرو–ويلك للتحقق من اعتدالية بيانات متغيري الدراسة (الضغوط النفسية،التوافق المهني) لدى معلمي التربية الخاصة.

- معامل بيرسون الخطي لتحقق من العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة.

- اختبار"ت" لدلالة الفروق بين عينتين مستقلتين للتحقق من دلالة الفروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب متغيري الجنس لدى معلمي التربية الخاصة.

- اختبار"ف" لتحليل التباين الأحادي الاتجاه لدلالة الفروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب متغيري الخبرة المهنية و مكان العمل لدى معلمي التربية الخاصة.

الفصل الخامس: عرض و مناقشة و تفسير نتائج الفرضيات

تمهيد.

1-عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الأولى.

2-عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الثانية.

3-عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الثالثة.

4-عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الرابعة.

استنتاج العام.

اقتراحات الدراسة.

تمهيد:

بعدما تطرقنا في الفصل السابق إلى الجانب المنهجي، سنحاول في هذا الفصل عرض و تفسير نتائج الفرضيات التي تم التوصل إليها من خلال المعالجة الإحصائية في ضوء الإطار النظري قصد تحقيق أهداف الدراسة و التأكد من صدق الفرضيات و عدمه.

قبل اختبار فرضيات الدراسة تم التحقق من اعتدالية توزيع بيانات متغيرات الدراسة (الضغوط النفسية، التوافق المهني) باستخدام اختبار كولمجروف–سميرنوف واختبار شابيرو–ويلك، حيث تظهر النتائج الموضحة في الجدول (12) نتائج اختبارات الاعتدالية.

المتغيرات	اختبار كولمجروف–سميرنوف			اختبار شابيرو–ويلك		
	قيمة الاختبار	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	قيمة الاختبار	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الضغوط النفسية	0,090	45	0,200	0,964	45	0,169
التوافق المهني	0,089	45	0,200	0,965	45	0,194

جدول (12): فحص اعتدالية توزيع بيانات متغيرات الدراسة

أظهرت نتائج الجدول (12) بأن متغيري الدراسة التي تتمثل في الضغوط النفسية والتوافق المهني تتوزع توزيعاً اعتداليا، فقد أظهرت القيم الاحتمالية المحصلة من اختبار كولمجروف–سميرنوف واختبار شابيرو–ويلك بأنّها غير دالة احصائياً عند 0,05. وبالتالي فانه يمكن استخدام الأساليب الاحصائية البارامترية لاختبار فرضيات الدراسة.

1–عرض و مناقشة و تفسير نتائج الخاصة بالفرضية الأولى:

1–1–عرض نتائج الفرضية :

توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة.

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط "بيرسون" الخطي للكشف عن العلاقة الارتباطية بين متغيري الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، والجدول(13) يوضح نتائج دلالة معامل ارتباط بيرسون الخطي بين المتغيرين.

متغيرات الدراسة	التوافق المهني
الضغوط المهنية	-0,194
القيمة الاحتمالية	0,202
عدد الأفراد	45

جدول (13): دلالة معامل ارتباط بيرسون الخطي بين الضغوط النفسية والتوافق المهني

يوضح الجدول (13) أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند 0,05 بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، فقد جاء معامل بيرسون الخطي بين متغيري الضغوط النفسية والتوافق المهني ضعيف وسالب بلغ (-0,194)، وهذه غير دالة احصائياً عند مستوى 0,05 لأن القيمة الاحتمالية (0,202) أكبر من 0,05.

فالعلاقة بين المتغيرين عكسية ضعيفة، حيث كلما زادت درجات معلمي التربية الخاصة في الضغوط النفسية انخفضت درجاتهم في التوافق المهني، والعكس كلما انخفضت درجات معلمي التربية الخاصة في الضغوط النفسية زادت درجاتهم في التوافق المهني، ولكن بدرجة متوسطة. وبناء عليه كشفت هذه النتائج بأنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند 0,05 بين بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة.

1-2-مناقشة و تفسير نتائج الفرضية:

تنص الفرضية الأولى على أنه توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، و بناءا على الجدول (13) الموضح أعلاه و النتائج الموضحة و بعد المعالجة الإحصائية التي دلت على أنه لا توجد علاقة في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، أي عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند 0.05 بين المتغيرين، بمعنى كلما زادت درجات معلمي التربية الخاصة في الضغوط النفسية انخفضت درجاتهم في التوافق المهني والعكس، ويعود السبب في ذلك إلى أن الضغوط الحياتية التي يتعرض إليها معلم التربية الخاصة ليس لها بالضرورة أية علاقة أو صلة بخلق مستوى من التوافق لديه

ليساعده في النجاح المهني من جهة وفهم الشخصية وحل المشكلات من جهة أخرى، فالمعلم التربية الخاصة الناجح هو القادر على الفصل بين مشكلاته الشخصية وبين عمله وهو الذي يستطيع عزل مؤثرات البيئة الخارجية عن مستوى التوافق المهني.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع دراسة فؤاد صبيرة و اخرون (2014) التي كانت تحت عنوان الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية، حيث توصل إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى أفراد العينة، استخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية و كذلك مقياس التوافق المهني، في حين اختلفت هذه نتائج مع نتائج دراسة حدي خلو (2019) التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني، و قد يعود هذا الاختلاف في النتائج إلى الاختلاف على خصائص عينة البحث ومكانها.

2- عرض و مناقشة و تفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب الجنس.

2-1-عرض النتائج:

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين عينتين مستقلتين للكشف عن الفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقاً لمتغير الجنس لدى معلمي التربية الخاصة، والجدول (14) يعرض نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق في المتغيرين وفقاً للجنس.

المتغيرات	الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
الضغوط النفسية	ذكر	13	37,46	15,38	0,457-	43	0,650
	أنثى	32	40,56	22,36			
التوافق المهني	ذكر	13	392,92	45,70	0,881	43	0,383

	أنثى	32	380,53	41,56			

جدول (14): نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني حسب الجنس

يوضح الجدول (14) أنه لا توجد فروق دالة احصائياً عند 0,05 في الضغوط النفسية وفقاً للجنس، حيث أن قيمة "ت" (0,457-) عند درجات حرية (43) غير دالة احصائيا عند 0,05 لأن القيمة الاحتمالية (0,650) أكبر من مستوى الدلالة (0,05)، ويظهر ذلك من خلال المتوسط الحسابي لدرجات الذكور (47,46) الذي جاء متقارباً مع المتوسط الحسابي لدرجات الاناث (40,56) بانحرافين معياريين بلغت قيمهما (15,38) و(22,36) على التوالي.

كما يوضح الجدول (14) أنه لا توجد فروق دالة احصائياً عند 0,05 في التوافق المنهي حسب متغير الجنس، فقيمة "ت" (0,881) عند درجات حرية (43) غير دالة احصائياً عند 0,05 باعتبار أن القيمة الاحتمالية (0,383) أكبر من 0,05. حيث أن المتوسط الحسابي للذكور (392,92) متقارب مع المتوسط الحسابي للإناث (380,53) بانحرافين معياريين بلغا على التوالي (45,70) و(41,56).

وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب الجنس.

2-2-مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب الجنس، و بناءا على الجدول أعلاه والنتائج الموضحة وبعد المعالجة الإحصائية فإن الفرضية لم تتحقق، فقد دلت النتائج على أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب الجنس أي عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث، وقد يعود ذلك إلى تساوي الجنسين في الظروف الإجتماعية والبيئية التي يعشونها والتي تؤثر عليهم بشكل متساو.

فبالنسبة للضغوط النفسية فكلا الجنسين يعاني من نفس درجة الضغط، فبالرغم من تعدد العراقيل أو الصعوبات في مختلف المجالات الحياتية و المهنية فالذكور يشعر وبالقلق و اليأس والاحباط مثل الإناث وهذا راجع لعدة أسباب من بينها وجود مشكلة في المناهج و البرامج الخاصة بذوي الاحتياجات الخاصة، شعور بالإحباط والقلق المستمر في ممارسة مهنة التدريس مع الفئة الخاصة، تكرار وعدم وجود شيء جديد في المناهج، وقد اختلفت هذه النتائج مع نتيجة دراسة عرعار غنية(2015) التي عنوانها الضغط النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ضوء بعض المتغيرات، حيث توصلت نتائج دراستها إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين أفراد العينة لضغط النفسي تعزي متغير الجنس.

أما بالنسبة للتوافق المهني فكلا الجنسيين متوافقان مهنيا و هذا يعني أن مهنة التدريس لها دور مهم في حياة المعلم حيث تساعده في تحقيق إشاعاته و مستلزماته المادية والمعنوية، والتعبير عن ذاته، وكذلك وجود نفس الطموح والمثابرة والجدية في عمل كلا الطرفين، وارتباطهما بمهنتهما وتمسك بها، نظرا لأنها تحقق طموحهم وتشبع حاجاتهم المادية والمعنوية وتساعدهم على التغلب على الظروف والصراعات التي تواجههم في مجال العمل، وقد اتفقت نتيجة هذه الفرضية لمتغير التوافق المهني مع دراسة فحجان سامي خليل (2010) التي عنوانها التوافق المهني والمسؤولية الإجتماعية و علاقتهما بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة حيث توصلت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود علاقة طردية ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق المهني حسب متغير الجنس.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة فؤاد صبيرة و اخرون (2014) التي تم ذكرها سابقا و كانت نتائجها تشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا في الضغط النفسي والتوافق المهني.

3- عرض و مناقشة و تفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة:

3-1- عرض نتائج الفرضية:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب الخبرة المهنية.

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي الاتجاه "ف" لدلالة الفروق بين العينات المستقلة، للكشف عن الفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقاً لمتغير الخبرة المهنية لدى معلمي التربية الخاصة، والجدول (15) يعرض نتائج اختبار تحليل التباين "ف" لدلالة الفروق في المتغيرين وفقاً للخبرة المهنية. وقبل عرض نتائج اختبار "ف" تم عرض نتائج الاحصاءات الوصفية (المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية) لدرجات فئات الخبرة المهنية لمعلمي التربية الخاصة.

المتغيرات	الخبرة المهنية	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الضغوط النفسية	أقل من 5 سنوات	24	39,58	21,49
	من 5 إلى 10 سنوات	16	43,94	19,14
	10 سنوات فما فوق	5	26,40	16,88
التوافق المهني	أقل من 5 سنوات	24	379,04	42,24
	من 5 إلى 10 سنوات	16	389,25	43,93
	10 سنوات فما فوق	5	392,00	46,63

جدول (15): الاحصاءات الوصفية لمتغيري الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقا لمتغير الخبرة المهنية.

يوضح الجدول (15) أن المتوسطات الحسابية لفئات الخبرة المهنية لدى معلمي التربية الخاصة في الضغوط النفسية متقاربة بين فئة أقل من 5 سنوات (39,58) ومن 5 إلى 10 سنوات (43,94)، ولكن متباعدة بينهما وبين فئة 10 سنوات فما فوق (26,40) بانحرافات معيارية بلغت (21,49) و(19,14) و(16,88) على التوالي. كما يوضح الجدول (15) أن المتوسطات الحسابية لفئات الخبرة المهنية لدى معلمي التربية الخاصة في التوافق المهني متقاربة فيما بينها، حيث أن المتوسط الحسابي لفئة أقل من 5 سنوات (379,04)، وفئة من 5 إلى 10 سنوات (389,25)، وفئة 10 سنوات فما فوق (392,00)، بانحرافات معيارية بلغت على التوالي (42,24)، و(43,93)، و(46,63). أظهرت النتائج بأن درجات معلمي التربية الخاصة في الضغوط النفسية والتوافق المهني متقاربة بين فئات الخبرة المهنية.

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	القيمة الاحتمالية
الضغوط النفسية	بين المجموعات	1172,029	2	586,015	1,427	0,252
	داخل المجموعات	17251,971	42	410,761		
	الكلي	18424,000	44			
التوافق المهني	بين المجموعات	1350,486	2	675,243	0,360	0,700
	داخل المجموعات	78683,958	42	1873,428		
	الكلي	80034,444	44			

جدول (16): نتائج اختبار تحليل التباين "ف" للفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقاً للخبرة المهنية

يوضح الجدول (16) أن الفروق في الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة وفقاً للخبرة المهنية غير دالة احصائياً عند 0,05، حيث أن قيمة "ف" (1,427) عند درجات حرية (2، 42) غير دالة احصائيا عند 0,05 لأن القيمة الاحتمالية (0,252) أكبر من 0,05. فلا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية معلمي التربية الخاصة حسب الخبرة المهنية.

كما يوضح الجدول (16) أن الفروق في التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة وفقاً للخبرة المهنية غير دالة احصائياً عند 0,05، حيث أن قيمة "ف" (0,36) عند درجات حرية (2، 42) ليست دالة احصائيا عند 0,05 على اعتبار أن القيمة الاحتمالية (0,70) أكبر من 0,05. وعليه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية معلمي التربية الخاصة حسب الخبرة المهنية.

كشفت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب الخبرة المهنية.

3-2- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية:

من خلال الجدولين الموضحين أعلاه وبعد المعالجة احصائية فان الفرضية التي تنص على أن هناك فروق دالة احصائيا في الضغوط النفسية والتوافق المهني حسب متغير الخبرة لم تحقق، من خلال النتائج توصلنا على أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في الضغوط النفسية والتوافق المهني حسب متغير الخبرة، ويفسر ذلك إلى أنه كلما زادت سنوات الخبرة بسبب الفترة التي قضاها المعلم بمهنة التدريس زادت الأعباء ومن ثم زادت قدراتهم على التعامل معها بالشكل الأمثل وزادت قدرتهم على تحمل المسؤولية الملقاة على عاتقهم، يقابل ذلك حماس ودافعية المدرسين الذين التحقوا حديثا وامضوا فترة قليلة في هذه المهنة وربما يفسر ذلك تلاشي أثر الخبرة في شعور معلمي التربية الخاصة بالتوافق مع مهنة التدريس.

فبالنسبة للضغط النفسي فقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة غنية عرعار (2015) التي تم ذكرها سابقا توصلت إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا في الضغط النفسي حسب متغير الخبرة، أما بالنسبة للتوافق المهني فقد بينت نتائج دراسة الرواحية محمد يوسف(2016) إلى وجود فروق في التوافق المهني تعزي متغير الخبرة.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة حدي خلو (2019) التي عنوانها الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى أساتذة التعليم الإبتدائي، حيث توصلت هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا في الضغط النفسي والتوافق المهني لدى أساتذة التعليم الإبتدائي حسب متغير الخبرة.

4- عرض و مناقشة و تفسير النتائج الخاصة بالفرضية الرابعة:

4-1-عرض نتائج الفرضيات :

توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب مكان العمل.

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ف" لتحليل التباين الأحادي الاتجاه لدلالة الفروق بين العينات المستقلة، للكشف عن الفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقاً لمكان العمل لدى معلمي التربية الخاصة، حيث يعرض الجدول (17) نتائج اختبار "ف" لتحليل التباين لدلالة الفروق في المتغيرين وفقاً لمكان العمل. وقبل عرض نتائج اختبار "ف" تم عرض نتائج الاحصاءات الوصفية (المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية) لدرجات فئات مكان العمل لدى معلمي التربية الخاصة.

المتغيرات	مكان العمل	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الضغوط النفسية	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا أيت أومالو تيزي وزو	8	48,00	14,81
	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا واقنون تيزي وزو	9	40,00	28,59
	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا ذراع بن خدة تيزي وزو	3	35,33	4,93
	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين تيجلابين بومرداس	3	57,00	20,78
	مدرسة الابتدائية البشير الابراهيمي قسم خاص ببرج منايل بومرداس	6	35,17	11,32
	مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل بومرداس	16	34,56	21,20
التوافق المهني	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا أيت أومالو تيزي وزو	8	363,13	37,44
	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا واقنون تيزي وزو	9	396,00	44,71
	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا ذراع بن خدة تيزي وزو	3	364,00	61,21
	المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين تيجلابين بومرداس	3	406,67	45,46
	مدرسة الابتدائية البشير الابراهيمي قسم خاص ببرج منايل بومرداس	6	396,17	38,26
	مدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل بومرداس	16	382,94	42,31

جدول (17): الاحصاءات الوصفية لمتغيري الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقا لمكان العمل.

يوضح الجدول (17) أن المتوسطات الحسابية لدرجات معلمي التربية الخاصة في الضغط النفسية وفقا لمكان العمل (المراكز النفسية البيداغوجية) متقاربة إلى حدّ ما، حيث تراوحت بين (35,33) و(57,00) بانحرافات معيارية متباعدة تراوحت بين (4,93) و(28,59). كما يوضح الجدول (17) أن المتوسطات الحسابية لدرجات معلمي التربية الخاصة في التوافق المهني حسب مكان العمل (المراكز النفسية البيداغوجية) متقاربة، فقد تراوحت بين (363,13) و(406,67) وبانحرافات معيارية تراوحت بين (37,44) و(61,21). أظهرت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات معلمي التربية الخالصة في الضغوط النفسية والتوافق المهني أنها متقاربة نوعاً ما بين المراكز النفسية البيداغوجية.

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	القيمة الاحتمالية
الضغوط النفسية	بين المجموعات	2052,563	5	410,513	0,978	0,443
	داخل المجموعات	16371,438	39	419,780		
	الكلي	18424,000	44			
التوافق المهني	بين المجموعات	8429,132	5	1685,826	0,918	0,479
	داخل المجموعات	71605,313	39	1836,034		
	الكلي	80034,444	44			

جدول (18): نتائج اختبار "ف" لتحليل التباين للفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني وفقاً لمكان العمل.

يوضح الجدول (18) بأن الفروق في الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة وفقاً لمكان العمل (المراكز النفسية البيداغوجية) غير دالة احصائياً عند 0,05، حيث أن قيمة "ف" (0,978) عند درجات حرية (5، 39) غير دالة احصائيا عند 0,05، فالقيمة الاحتمالية (0,443) أكبر من 0,05. فلا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية معلمي التربية الخاصة حسب مكان العمل.

ويوضح الجدول (18) أن الفروق في التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة تبعاً لمكان العمل غير دالة احصائياً عند 0,05، حيث أن قيمة "ف" (0,918) عند درجات حرية (5، 39) غير دالة احصائيا عند 0,05 باعتبار أن القيمة الاحتمالية (0,479) أكبر من 0,05. وعليه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية معلمي التربية الخاصة وفقاً لمكان العمل.

أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند 0,05 في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب مكان العمل.

4-2-مناقشة و تفسير نتائج الفرضية:

نصت هذه الفرضية على وجود فروق دالة احصائيا في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب مكان العمل، وبعد المعالجة الاحصائية والنتائج الموضحة في الجدول أعلاه توصلنا إلى أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب مكان العمل، وبعد المعالجة الإحصائية والنتائج الموضحة توصلنا إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا في الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب مكان العمل أي المراكز البيداغوجية (المركز النفسي البيداغوجي للمعاقين عقليا بأيت أومالو، واقنون، ذراع بن خدة بولاية تيزي وزو. والمركز البيداغوجي بتجلابين وابتدائية البشير الابراهيمي قسم خاص ومدرسة الأطفال المعاقين بصريا ببرج منايل بومرداس)، وهذا يفسر أن درجة الضغط النفسي وفقا لمكان العمل أي مراكز البيداغوجية التي

تم ذكرها سابقا متقاربة إلى حد ما أي كل مراكز البيداغوجية التي ذكرناها لديها نفس درجة الضغط النفسي فهي غير دالة احصائيا عند 0.05، وكذلك التوافق المهني غير دال احصائيا عند 0.05 حسب المراكز البيداغوجية، و رغم اختلاف مكان العمل إلا أنه لا يوجد فروق في الضغط النفسي والتوافق المهني، يمكن ارجاع النتائج المتعلقة بهذه الفرضية المتمثلة في عدم وجود فروق في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة تعزي لمتغير مكان العمل إلى تشابه ظروف العمل ووسائله في كل المراكز السيكو بيداغوجية التي أجري فيها البحث بحكم تقارب الولايتين من جهة و تشابه فئات ذوي الاحتياجات الخاصة الموجودة في هذه المراكز والمتمثلة في الإعاقة العقلية و البصرية من جهة أخرى، مما جعل من خصائص أفراد عينة البحث متشابهة.

خلاصة الفصل:

لقد تناولنا في هذا الفصل عرض و تفسير النتائج من خلال التساؤلات و الفرضيات و الأساليب الإحصائية المستخدمة، و كان ملخص النتائج المتوصل إليها كالتالي:

1- لا توجد علاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة حسب متغير الجنس.

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني لمعلمي التربية الخاصة حسب متغير الخبرة المهنية.

4- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية و التوافق المهني حسب متغير الخبرة المهنية.

اقتراحات الدراسة:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الحالية، فإننا وضعنا مجموعة من التوصيات و الاقتراحات و هي كالتالي:

1-اجراء بحوث و دراسات في مجال الضغوط النفسية ربطا بمجالات اخرى من التوافق المهني.

2-الاهتمام بمعلمي التربية الخاصة مهنيا و نفسيا من خلال عقد ندوات و الدورات التدريبية لرفع من مستوى ادائهم و الوصول بهم إلى الكفاءة العالية في مهنتهم.

3-وضع برامج ارشادية للتخفيف من ظاهرة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.

4-اجراء دورات تدريبية و تاهيلية تساعد المعلمين على التعرف على الصعوبات التي تعترضهم أثناء قيامهم بمهنتهم و التغلب عليها.

5-الاهتمام بالنشاطات الترفيهية و الرياضية المقدمة لمعلمي التربية الخاصة، كإقامة حفلات و الرحلات لتحسين العلاقات بين الزملاء.

6-العمل على حل المشكلات التي يتعرض اليها معلمي التربية الخاصة خارج نطاق العمل كمشكلات المواصلات، السكن...و التي تؤثر بطريقة ما على كفاءاته التدريسية.

7-الاهتمام بتدريب مديري و مشرفي مدارس التربية الخاصة على كيفية تقديم المساعدة و المساندة للمعلمين بصفة عامة، و معلمين الاقل خبرة بصفة خاصة.

8-وضع سياسة أجور عادلة تتماشى مع مجهودات التي يبذلها معلم التربية الخاصة.

9-توفير الامكانيات المادية و البيداغوجية المتطورة و النفسية للمعلم التربية الخاصة لتعزيز توافقه المهني، و عدم تكلفته بمهام الاداري لتخفيف الضغط عليه و تحسين علاقته مع المسؤولين.

10- تنظيم حفلات تكريمية للمعلمين لتعزيز الثقة في أنفسهم و الرفع من تقدير الذات لديهم و تقدير مجهوداتهم النبيلة، و هذا راجع إلى تراجع مكانة معلمي التربية الخاصة في المجتمع و احتقار مهنته.

11- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة للعمل على خفض حدة الضغوط النفسية التي تسبب في أحيان كثيرة مشكلات و اضطرابات نفسية.

خاتمة:

ان ما توصلنا اليه من خلال هذه الدراسة هو الكشف عن علاقة الضغوط النفسية بالتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، و هذا الأمر الذي حوصلة النتائج و حصر الأهداف، فقد كشفت الدراسة عن عدم وجود علاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، كما أنه لا توجد فروق دالة احصائية بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لمعلمي التربية الخاصة حسب الجنس، الخبرة المهنية و مكان العمل.

و تجدر بنا الإشارة إلا أن البحث في هذا الموضوع قد أجاب عن التساؤلات المطروحة في الإشكالية، و تم التحقق من صحة الفرضيات التي وضعت في هذه الدراسة، و قد جاءت هذه الدراسة مكملة للدراسات التي جاءت قبلها، في حين فتحت لنا أبواب معرفة مهنة تدريس و تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة و الصعوبات التي يعاني منها معلمي التربية الخاصة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع :

- القرءان الكريم.
- اسعادي، فارس. (2007). *مساهمة في دراسة اثر مرض الربو على التوافق المهني* [رسالة ماجستر]. جامعة منتوري قسنطينة.
- أولاد حيمودة، جمعة. (2005). *الاتجاه نحو المهنة و علاقته بالتوافق المهني لدى مستشاري التوجيه المدرسي و المهني* [مذكرة نيل شهادة ماجستر]. كلية الادب و العلوم الانسانية جامعة ورقلة.
- أيبو، نائف علي. (2019). *الضغوط النفسية*. دار المعرفة الجامعية للطبع و النشر و التوزيع.
- بطرس، حافظ بطرس. (2008). *التكيف و الصحة النفسية للطفل*(ط1). دار المسيرة للنشر عمان الأردن.
- بلعباس، نادية، و بوعبد الله ميلود الدواجي. (مارس، 2011). دور المعلم في التعلم التهجين لذوي الاحتياجات الخاصة، *المجلة العلمية للتربية الخاصة*، مجلد3(العدد1)، الصفحة 203_229. ISSN:268L_2857
- بلقاسم، محمد، و شتوان، حاج. (2016). الضغوط النفسية و علاقتها بأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي، *مجلة العلوم النفسية التربوية*(العدد1).
- بن زروال، فتيحة. (2010). *أنماط الشخصية و علاقتها بالإجهاد* [رسالة دكتوراه]. علم النفس العيادي جامعة منتوري قسنطينة.

- بوحوش، عمار، و الذنيبات، محمد محمود. (2007). *مناهج البحث العلمي و طرق اعداد البحوث*(ط1). الديوان الطبوعات الجامعية الساحة المركزية بن عكنون الجزائر.

- بوزنزن، نصيرة. (2015). *مصادر الضغوط العمل لدى معلمي مؤسسات التربية الخاصة* [رسالة ماستر]. في العلوم التربية توجيه و ارشاد تربوي.

-جاجان، جمعة محمد، و حبيب، ليث حازم. (2010). مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي و معلمات التربية الخاصة في العراق. *مجلة الأبحاث كلية التربية الأساسية*، المجلد 10(العدد3)، الصفحة 1_22.

- حجازي، جولتان حسن. (2013). فاعلية الذات و علاقتها بالتوافق المهني و جودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، المجلد 9(العدد4). الصفحة 419-433.
- حسن، مصطفى عبد المعطي. (2006). *ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها* (ط2). مكتبة الزهراء عمان.
- خطيب، فريد. (1999). *الوجيز في تعليم الأطفال المعوقين عقليا* (ط1). مؤسسة شيرين عمان.
- خوجة، مليكة شارف. (2018). *مصادر الضغوط المهنية و دافعية الانجاز لدى المدرسين الجزائريين* [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة الجزائر2 أبو قاسم سعد الله.
- دايلي، ناجية. (2013). *الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في ميدان التعليمي و علاقته بالقلق* [رسالة ماجستر]. كلية العلوم الإجتماعية و الإنسانية قسم علم النفس و علوم التربية و الأرطفونيا.
- الدباغ، فخري. (1974). *أصول الطب النفسي*(ط1). دار الطليعة للطباعة و النشر و التوزيع.
- زهران، حامد. (1988). *الصحة النفسية و العلاج النفسي*(ط4). دار المعارف القاهرة.
- زهران، عبد السلام. (2005). *الصحة النفسية و العلاج النفسي*(ط4). عالم الكتب القاهرة.

- الزيودي، محمد حمزة. (2007). مصادر الضغوط النفسية و الإحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك و علاقتها ببعض المتغيرات. *مجلة جامعة دمشق*، المجلد 23(العدد 02)، الصفحة 189-219.
- سلامي، باهي. (2008). *مصادر الضغوط المهنية و الاظطرابات السلوكية لدى مدرسي الإبتدائي و المتوسط و الثانوي* [رسالة دكتوراه]. كلية العلوم الإنسانية.
- السماري، عبد الله عبد العزيز. (2006). *التوافق المهني و علاقته العمل في الأجهزة الأمنية* [رسالة ماجستر]. قسم التربية و الدراسات الإنسانية في الإرشاد و التوجيه.
- شمسي، غزلان، و الدعدعي، محمد. (2008). *توافق الأسري و الزواجي لدى عينة من أباء و أمهات الأطفال المعاقين* [مذكر ماجستر]. الإرشاد النفسي جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية.
- شموري، كاميليا. (2017). *القلق و علاقته بالتوافق المهني لدى المعلمين و المعلمات في المرحلة الإبتدائية* [رسالة ماجستر غير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية جامعة محمد بوضياف.
- صبيرة، فؤاد، و كحيلة، ريم. (2014). الضغوط النفسية و علاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي و معلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية دراسة ميدانية. *مجلة جامعة تشرين للبحوث و الدراسات العلمية، سلسلة الأداب و العلوم الانسانية*36(العدد4). الصفحة 359_372.
- عاشور، خديجة. (2012). ضغوط العمل النظريات و النماذج. *مجلة العلوم الإنسانية*، مجلد (27)، الصفحة 187_207.
- عبد الرحيم، عبد المجيد. (1997). *تنمية الأطفال المعاقين*، دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع القاهرة.

- عبيد، السيد ماجدة بهاء. (2008). *الضغط النفسي و مشكلاته و أثره على الصحة النفسية*(ط1). دار صفاء عمان.
- عثمان، سيد فاروق. (2001). *القلق و إدارة الضغوط النفسية*(ط1). دار الفكر العربي القاهرة.
- العرايضة، عماد صالح نجيب. (2016). مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة. *مجلة العلوم النفسية و التربوية*، مجلد2(العدد1)، الصفحة 197_227.
- العزة، سعيد حسني. (2002). *المدخل إلى التربية الخاصة للأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة المفهوم-التشخيص-أساليب التدريس*(ط1). الدار العلمية للنشر و التوزيع و دار الثقافة للنشر و التوزيع عمان_ وسط البلد_ساحة الجامع الحسيني_ عمارة الحجيري.
- عسكر، علي. (2000). ضغوط العمل و أساليب المواجهتها(ط2). دار وائل عمان.
- عسكر، علي. (2003). *ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها*(ط3). دار الكتاب الحديث الجزائر.
- عقون، أسيا. (2012). *الضغط النفسي المهني و علاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة* [رسالة ماجستر غير منشورة]. كلية الأدب و العلوم الإنسانية و العلوم الإجتماعية جامعة فرحات عباس سطيف.
- عوايشرية، سعيد سليمان. (ب.س). رؤية المستقبلية في مجال تدريب معلم التربية الخاصة. *مجلة الحقوق و العلوم الانسانية*. المجلد الأول (العدد22)، جامعة سطيف 2.
- العيسوي، عبد الرحمان. (2001). *سيكولوجية الإسلام و الإنسان المعاصر*(ط1). دار الراتب الجامعية بيروت.

- فحجان، سامي خليل. (2010). *التوافق المهني و السؤولية الإجتماعية و علاقتها بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة* [رسالة ماجستر غير منشورة]. الجامعة الاسلامية غزة.
- قريطع، فراس. (2017). الضغوط النفسية لدى معلمين و علاقتها بالرضا عن الحياة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، مجلد 13(العدد4)، الصفحة 475_486.
- القريوتي، يوسف، والسرطاوي، عبد العزيز، والصمادي، جميل.(1995). *المدخل إلى التربية الخاصة*(ط1). دار القلم الإمارات العربية المتحدة.
- القشاعلة، بديع عبد العزيز. (2015). *المرشد دليل معلم التربية الخاصة*(ط1). مطبعة بيسان رهط فلسطين.
- القمش، مصطفى نوري، و السعايدة، ناجي منور. (2014). *قضايا و مشكلات المعاصرة في التربية الخاصة*(ط1). دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة عمان.
- كوافحة، تيسير، وعبد العزيز، عمر. (2003). *مقدمة في التربية الخاصة*(ط1). دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة عمان.
- محمد أحمد، زينب عمر، و محمد صالح، سيدة عبد الصمد. (17-18 يوليو_تموز 2018). *الاتجاهات المعاصرة في العلوم الإجتماعية، الإنسانية و الطبيعية*. مؤتمر العالمي الدولي التاسع. http://kmshare.net/isac2018
- محمد، عادل، عبد الله. (2013). دور المعلم التربية الخاصة و معلم الدعم و معلم الظل في تعليم الأطفال ذوي الإعاقة. *مجلة التربية الخاصة جامعة الزقاقيق*(العدد2).
- محمد، يوسف عبد الفتاح. (1999). الضغوط النفسية لدى المعلمين و حاجاتهم الإرشادية. *مجلة مركز البحوث التربوية*، المجلد(العدد15)،الصفحة 195_224.
- مشري، سلاف. (2016). الضغط النفسي في المجال المدرسي:المفهوم و المصادر و الإستيراتيجيات المواجهة. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية و الإنسانية جامعة بابل*، المجلد(العدد29)، الصفحة 3_16.

- مكناسي، محمد. (2007). *التوافق المهني و علاقته بضغوط العمل لدى موظفي المؤسسات العقوبية* [رسالة الماجستر]. قسم علم النفس و العلوم التربوية و الأرطفونيا علم النفس العمل و التنظيم.
- نايل، أحمد العزيز، و لطيف، أحمد أبو سعود. (2009). *التعامل مع الضغوط النفسية*(ط1). دار الشروق رام الله.
- نصار، سامي محمد، و نشو، هوزان محمد أحمد، و عبد الشافي، دين حسن. (2015). إعداد معلم التربية الخاصة بالمملكة العربية السعودية. *مجلة علوم التربية*(العدد الثالث)، الصفحة 604_634.
- الوافي، عبد الله بن عواد بن سعد. (2018). *طرق تدريس الرياضيات لذوي الاحتياجات الخاصة*(ط1). شعلة الإبداع للطباعة وللنشر جمهورية مصر العربية.
- يوسف، سيد جمعة. (2008). *إدارة الضغوط النفسية*(ط1). مركز تطوير الدراسات العليا و البحوث في العلوم الهندسة القاهرة.

مرجع باللغة الأجنبية:

- PIRRE LOO، HENRI LOO، et ANDER GALINOWSKI. (2003). 3eme Ed، Masson، Paris.

>

الملاحق

كح ف دفا(02) مقياس الضغوط النفسية : فقيه العيد 2013

	العبارات	لا	نادرا	قليلا	غالبا
1	أشعر بالارتباك الشديد عندما يحدث حدث غير متوقع				
2	عندي مدة و أنا أشعر بالعصبية و الإجهاد				
3	لم أتمكن في الاونة الأخيرة من معالجة عدة مشاكل أساسية				
4	واجهت في الأونة الأخيرة عدة أحداث لم أتمكن من تجاوز أثرها				
5	لم تعد لي الثقة بالنفس في مواجهة المشكلات التي تطرأ في حياتي				
6	ينتابني شعور بأن أموري الشخصية لا تسير نحو الواجهة الحسنة				
7	أشعر أن هناك الكثير من الأمور العالقة التي تحتاج إلى الحسم				
8	ينتابني الشعور دوما أنني غير قادر على حل كل الأمور العالقة				
9	أفكر كثيرا في الأمور العالقة التي يجب إتمامها في الوقت المناسب				
10	اشعر بالارهاق و أن الوقت غير كاف لانجاز أعمالي				
11	لدي الام جسدية كالام الظهر و المفاصل و الام الرأس و العنق و الظهر				
12	منذ مدة و أنا أعالج و لم أتمكن من الشفاء التام				
13	أصبحت أعاني من مشكلات هضمية و اشعر بالرغبة في التقيء				
14	عضلاتي متوترة و اجد صعوبة في التنفس				
15	اشعر بخفقان سريع القلب				
16	ينتابني حالة من الدوخة و الدوران				
17	أصبحت أعاني من صعوبات في التبول و التبرز				

18	أصبحت أعاني من صعوبة في النوم و اشعر بالتعب صباحا				
19	أصبحت شهيتي للطعام تتناقص يوما بعد يوم				
20	أعاني من مشكلات على مستوى الجلد بدون شفاء واضح تام				
21	ليس لي الوقت للاستحمام و الترفيه بسبب كثرة المشاكل				
22	حيوتي و نشاطي بدأت تتراجع في الاونة الأخيرة				
23	فعلا فقد أصبحت المشاكل العائلية و المهنية تثقل كاملي				
24	بدأت أشعر بفقدان السيطرة على تصرفاتي و انفعالاتي				
25	أشعر أن هناك الكثير من الأمور التي أصبحت تضغط علي				
26	أشعر أنني فقدت القدرة على الاسترخاء				
27	أشعر أنني في مواجهة مستمرة للأحداث غير سارة				
28	أشعر بخيبة أمل عندما اشعر أن الأمور تسير عكس ما أريد				
29	أصبحت أشعر أن قدراتي الجنسية تتراجع بشكل كبير				
30	أصبحت اتعب اكثر من المعتاد				
31	اشعر بالاحباط عندما تصبح الأمور خارج السيطرة				
32	أصبحت أشعر بالانزعاج الشديد عندما أفشل				
33	أصبحت أخاف كثيرا من الموت				
34	أصبحت أكثر غضبا من السابق				
35	تنتابني لحظات اشعر فيها بالمرارة و الحزن				
36	فقدت الاهتمام بالأشياء و أصبحت لا أجد المتعة في شيء				
37	أشعر أنني منشغل كثيرا و مهموم في الاونة الاخيرة				

38	أصبح ينتابني الشعور أن شيئا ما سيء سيحدث لي				
39	أصبحت أعاني من سوء التركيز و صعوبة في ضبط الأمور				
40	أشعر أن أفكاري مشوشة و أجد صعوبة في اتخاذ القرارات				

ملحق رقم (01) : الاستبيان

جامعة مولود معمري تيزي وزو

كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية

قسم العلوم الإجتماعية

تخصص تربية الخاصة و تعليم المكيف

معلومات شخصية :

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

الأقدمية : أقل من 5 سنوات ☐ من 5-10 سنوات ☐ 10 سنوات فما فوق ☐

اسم المركز :

التعليمات

أخي الفاضل معلم التربية الخاصة ،

أختي الفاضلة معلمة التربية الخاصة ،

في إطار انجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في التربية الخاصة تحت عنوان: **الضغط النفسي و علاقته بالتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة .**

نضع بين أيديكم مجموعة من العبارات نرجو منكم الإجابة عليها بصدق ، لأن نجاح البحث متوقف على مستوى صدقكم معنا ، كما أن هذه المعلومات ستستغل لغرض البحث العلمي مع العلم أنه لا يوجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة ، و شكرا لتعاونكم معنا

ملاحظة : تكون الإجابة بوضع علامة (X) أمام الإجابة المنسبة

ملحق(03) قائمة بأسماء الأساتذة المحكمين لأداة الدراسة

التعليمات

أخي الفاضل معلم التربية الخاصة ،

أختي الفاضلة معلمة التربية الخاصة ،

في الجدول أدناه مجموعة من البنود المتعلقة بطبيعة مهنة معلم التربية الخاصة ، و المرجو منك التكريم بقراءتها بعناية ، ثم وضع علامة (X) أسفل احدى خيارات الإجابة التي تناسبك (دائما ، غالبا ، نادرا ، لا يحدث) ، و تستخدم الإجابات لأغراض البحث العلمي فقط .

العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	لا يحدث
1-أهتم بتعديل سلوك الأطفال غير العاديين					
2-تهتم الإدارة بحل مشكلات العمل دون تأخير					
3-أشعر بالأمان و الطمأنينة في هذه المهنة					
4-أشعر أن تقدير الناس لمعلم التربية الخاصة أقل من تقدرهم لمعلمي الأطفال العاديين					
5-عملي مع الأطفال غير العاديين يجعلني أشعر بالسعادة و الفخر					
6-تدر هذه المهنة دخلا يشبع حاجاتي و رغباتي					
7-أهتم بمراعاة الفروق الفردية بين الأطفال غير العاديين					
8-أشعر أن كثيرا الناس يعتقدون أن تعليمهم الأطفال غير العاديين أمر غير مهم					

9-أشعر بالسعادة في عملي					
10-ينتابني الشعور أن أسرتي غير راضية عن عملي					
11-الطفل غير العادي يمثل عبئا ثقيلا على معلم التربية الخاصة					
12-أشعر أن الأجر الذي أتقاضاه يتناسب مع جهدي					
13-أقوم بتوجيه و إرشاد والدي الطفل غير العادي					
14-أشعر بأن الموجه الفني مصنف في تقييم أدائي المهني					
15-ينتابني شعور بأنه لا يوجد من يحب مهنته أكثر مني					
16-أشعر هذه المهنة معزولة عن المجتمع					
17-يساوي الخوف على صحتي لاختلاطي بالأطفال غير العاديين					
18-أشعر أن مرتبي كافي للعيش الكريم					
19-أجيد طريقة التدريس التي تناسب الطفل غير العادي					
20-يستخدم الموجه الفني أساليب إشرافية تساعد المعلم على تحسين عمله التدريسي					
21-أشعر في أغلب الأوقات بالرضا عن عملي					
22-لدي مقدرة جيدة على إقامة العلاقات الإجتماعية					
23- أشعر بالملل من بطء التقدم الدراسي للطفل غير العادي					
24-أشعر بالرضي عن فرص الترقي المتاحة أمامي					

25-أعمل على تعويد الأطفال على الإعتماد على أنفسهم					
26-التوجيه الفني يتم بطريقة ديمقراطية تعاونية					
27-أفضل العمل كمعلم تربية خاصة حتى لو سنحت لي الفرصة الانتقال لمهنته الاخرى					
28-لست على وفاق تام مع زملائي في العمل					
29-أشعر بأنني موضع ثقة تلاميذي غير العاديين					
30-أحصل على ترقيتي في وقت محدد					
31-أسعى للاستفادة من الحواس العاملة لدى الطفل غير العادي و تنميتها					
32-العبء الأكاديمي و الإداري موزع بين المعلمين					
33-أشعر أن معظم من يعملون بالتربية الخاصة جديرون بالإحترام					
34-أسعى لحل الخلافات التي تحدث بين الزملاء					
35-أري أن ينال تعليم الطفل غير العادي اهتمام أكثر					
36-أشعر أنه لا أمل في تحسين ظروف و أوضاع معلمي التربية الخاصة					
37-أهتم بتنمية الدافع للتعليم لدى الأطفال غير العاديين					
38-تتوفر بالمعهد أثاثات مريحة و مكتملة					
39-ينتابني الشعور بأن معلمي التربية الخاصة أقل شأنا من غيرهم					
40-أحب أن أعمق صلاتي مع الزملاء					

المهنة					
41-أرغب في قضاء معظم وقتي مع الأطفال غير العاديين					
42-ينال معلم التربية الخاصة حافزا عندما يؤدي عملا جيدا					
43-أهتم بتنمية الإدراك الحسي لدى الطفل غير العادي					
44-الإجازات و العطلات المدرسية كافية و مناسبة					
45-أنصح أصدقائي بعدم العمل كمعلمين للتربية الخاصة					
46-أتمنع بصحبة الزملاء هذا المعهد					
47-أضع تلاميذي غير العاديين بمكانة أبنائي					
48-أشعر أن حوافز العمل الإضافي مجزية					
49-أهتم بتعويد الطفل غير العادي على الدقة و الملاحظة					
50-ينتابني شعور بأن مباني المعهد ضيقة بدرجة مزعجة					
51-أشعر بالرغبة في استمرار هذه المهنة رغم مصاعب المختلفة					
52-أكون مسرورا بوجودي مع الأخرين بهذا المعهد					
53-أتضايق من كثرة مشكلات الأطفال غير العاديين					
54-تتوفر لمعلم التربية الخاصة امتيازات مناسبة					
55-أهتم بتحضير و تجهيز الدروس					
56-النظافة داخل المعهد تثير في نفسي الرضا و السرور					

57-أتمنى أن يستمر في هذه المهنة المهنة حتى الإحالة للمعاش					
58-أشعر أحيانا بالوحدة رغم وجودي مع الأخرين بالمعهد					
59-أهتم بحل المشكلات الشخصية للأطفال غير العاديين					
60-أشعر بالضيق من عدم تطبيق هيكل وظيفي خاص بمعلمي التربية الخاصة					
61-لا أجد صعوبة في توصيل المادة للطفل غير العادي					
62-إضاءة الفصول و الكاتب ناقصة بدرجة مزعجة					
63-أشعر بالفخر لانتمائي للعاملين في مجال التربية الخاصة					
64-نعمل في هذا المعهد كعائلة كبيرة سعيدة					
65-فرص معلمي التربية الخاصة محدودة في الإعارة					
66-أشعر أنني قادرة على حل ما يواجهني من مشكلات مهنية					
67-تتوفر التهوية داخل مباني المعهد بصورة جيدة					
68-أشعر بأن الفرصة متاحة لي للتقدم وظيفيا					
69-أتمتع بعلاقة طيبة مع إدارة المعهد					
70-ينال معلم التربية الخاصة حظه من الانتداب أسوة بغيره من المعلمين					
71-أشعر أن الوقت يمر سريعا أثناء اليوم الدراسي					
72-كمية الضوضاء بالمعهد قليلة					

73-أجد في هذه المهنة مجالا لتطوير مواهبي و قدراتي					
74-تقوم الإدارة بالتمييز و المحاباة في تعاملها مع المعلمين					
75-أجد صعوبة في ممارسة عملي					
76-تتوفر بالمعهد الوسائل التعليمية المناسبة					
77-أشعر بأنني ناجح في هذه المهنة					
78-تولي الإدارة النشاط الإجتماعي اهتماما معقولا					
79-أشعر بأن حجم العمل الذي أقوم به فوق طاقتي					
80-برامج إعداد معلمي التربية الخاصة غير كافية للتأهيل المهني					
81-أشعر أنني اكتسبت خبرة قيمة في مجال التربية الخاصة					
82-أهتم بمساعدة زملائي في العمل و التعاون معهم					
83-أهتم بالاطلاع على كتب و مراجع التربية الخاصة					
84-هناك نقص في البرامج التدريبية أثناء الخدمة لمعلمي التربية الخاصة					
85-أحصل على تقدير و اعتراف لكفاءتي في العمل					
86-نعمل في المعهد بروح الفريق الواحد المتجانس					
87-أشعر بالرغبة في الاستزادة العلمية في مجال التربية الخاصة					
88-أري أن المناهج التي تدرس للأطفال غير العاديين متجددة و مواكبة					

89-أشعر أن مهنة معلم التربية الخاصة مهنة روتينية لا مجال فيها للابتكار و التنويع					
90-تتسم إدارة المعهد بالديموقراطية					
91-أتبع طرق التدريس التي تنمي مهارات الأطفال غير العاديين					
92-ينتابني الشعور بأن مناهج الحالية غير كافية لإعداد الطفل غير العادي					
93-أتمتع بالصبر و طول البال في مجال عملي					
94-أتاحت لي مهنتي الحالية تكوين علاقات طيبة مع أولياء الأمور					
95-أنوع طرق التدريس لتشويق الأطفال غير العاديين					
96-تبذل محاولات لتطويرمناهج التربية الخاصة					
97-إيماني بالأهداف الإنسانية لهذه المهنة ثابت لا يتزعزع					
98-ألمس تعاونا من أولياء الأمور فيما يختص بتربية أبناءهم					
99-تسهم المناهج الحالية في تنمية شخصية الطفل غير العادي					
100-لأولياء الأمور إسهام في دعم أنشطة المعهد					
101-الأنشطة بالمعهد تجذب الأطفال غير العاديين و نثير اهتمامهم					
102- تسعدني إقامة علاقات و اتصالات مع الهيئات و المؤسسات المهتمة بأمر المعاقين					