

السلامة النفسية وعلاقتها بالإجهاد المهني لدى المرشدين التربويين

الباحثان

أ.م علي داود سليمان وزارة التربية / مديرية تربية الانبار ALidawoodsulaman @ gmail.com

07812300928/هـ

أ.د سالم حميد عبيد وزارة التربية / مديرية تربية الانبار Salimhamedabeed74 @gmail.com

07902683373/هـ

الملخص

هدف البحث التعرف على مستوى السلامة النفسية ومستوى الاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين, ودلالة الفروق للمتغيرين وفق متغير الجنس (ذكور - اناث), وطبيعة العلاقة الارتباطية بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين. ولغرض تحقيق اهداف البحث الحالي تم تبني مقياس السلامة النفسية (Baeva & Bordovskaia,2015), وكذلك قام الباحثان ببناء مقياس الاجهاد المهني. وقد طبق المقياسين على عينة البحث الحالي التي تألفت من المرشدين التربويين في المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة الانبار وكانت عينة البحث من (250) مرشد ومرشدة. وحللت البيانات باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss وأظهرت النتائج الاتي:-

- *- افراد عينة البحث من المرشدين التربويين لديهم مستوى عالٍ من السلامة النفسية .
- *- المرشدين التربويين عينة البحث لديهم اجهاد مهني .
- *- لا توجد فروق في مستوى السلامة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور/ اناث), وتوجد فروق في الاجهاد المهني تعود لصالح الذكور.
- *- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين (السلامة النفسية والاجهاد المهني) أي كلما ارتفع مستوى السلامة النفسية قل الاجهاد المهني والعكس صحيح .

وفي ضوء النتائج التي توصل اليها الباحثان قدم عدد من التوصيات والمقترحات.

الكلمات الدالة: السلامة النفسية, الاجهاد المهني, المرشد التربوي.

Psychological well-being and its relationship to professional stress among educational counselors

The two researchers

Mr. Ali Dawood Suleiman, Ministry of Education / Anbar Education

Directorate, ALidawoodsulaman @ gmail.com M /07812300928

Prof. Dr. Salem Hamid Obaid Ministry of Education / Anbar Education

Directorate Salimhamedabeed74 @gmail.com M/07902683373

Summary

The aim of the research is to identify the level of psychological well-being and the level of professional stress among educational counselors, the significance of the differences of the two variables according to the gender variable (males - females), and the nature of the correlation between psychological well-being and professional stress among educational counselors. For the purpose of achieving the objectives of the current research, the psychological well-being scale (Baeva & Bordovskaia, 2015) was adopted, and the researchers also built the occupational stress scale. The two scales were applied to the current research sample, which consisted of educational counselors in schools affiliated with the General Directorate of Education in Anbar Governorate. The research sample consisted of (250) male and female counselors. The data was analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) and the results showed the following:

- *- The members of the research sample of educational counselors have a high level of psychological safety.
- *- The educational counselors, the research sample, suffer from professional stress.
- *- There are no differences in the level of psychological well-being according to the gender variable (male/female), and there are differences in occupational stress in favor of males.
- *- There is an inverse correlation between (psychological safety and occupational stress), that is, the higher the level of psychological safety, the lower the professional stress, and vice versa.

Through the results reached by the researchers, a number of recommendations and proposals were presented.

Keywords: psychological safety, occupational stress, educational counselor.

المشكلة

الحياة اليومية التي يعيشها الافراد تختلف بايجابياتها وسلبياتها وقد تحمل درجات متفاوتة من الضغوط ممكن أن تؤدي الى اضطرابات في جوانب معينة من حياتهم، وأن أي اضطراب او خلل في توازن الافراد يسبب لهم الاجهاد المهني في بيئة العمل، مما يؤدي الى انخفاض الاداء وتدني جودته. والمرشد التربوي هو فرد داخل مجتمع، يعيش تحت مناخ يرتكز على قيم ذلك المجتمع وفلسفته، وقد يواجه مختلف السلوكيات والعلاقات والاتجاهات وحتى الميول والاراء، التي قد يكون لها الاثر في الحد من سلامته النفسية في بيئة العمل سواء كان ذلك سلباً أم ايجاباً.

والمرشد التربوي يعمل في بيئة مدرسية ضمن مؤسسة تربوية، هذه البيئة هي محصلة عوامل تنظيمية عدة منها سلوك مدير المدرسة مع المرشد التربوي، وعلاقة المرشد التربوي مع زملائه المدرسين او المعلمين داخل المدرسة، وتعامل المرشد التربوي مع مشكلات الطلبة او التلاميذ المعقدة سواء كانت سلوكية او نفسية او

اجتماعية او عاطفية او تربوية, هذه العوامل بشكلها العام هي ما تحدد السلامة النفسية للمرشد التربوي في بيئة العمل, كون السلامة النفسية هي شعور المرشد التربوي بالأمان للتعبير عن نفسه دون الخوف وهذا الشعور ينشأ عن بيئة المدرسة(بيئة العمل), حيث عرفها (ويليام خان,1990) أنها "القدرة على إظهار ما في النفس تجاه الحياة المهنية دون الخوف من العواقب السلبية على الصورة الذاتية أو المكانة أو المهنة" (Zaman &Abbasi,2020;170).

والاجهاد المهني يحدث للفرد نتيجة التغيرات المتنوعة في مجالات الحياة والتي ادت الى ظهور بعض المشاكل التي تتفاوت اثارها على الافراد, ومن الممكن أن تؤدي إلى اختلاف في السلوك أو عدم التوافق أو اختلاف وظيفي مما يؤدي إلى ظهور الاجهاد المهني, وعرفه (Sauter et al,2009) على أنه "الاستجابات النفسية والفسيولوجية السلبية المحتملة التي تحدث عندما لا يتطابق ما تطلبه الوظيفة من جهد مع قدرات الموظفين ومواردهم واحتياجاتهم"(Sauter et al,2009:125).

وبما ان المرشد النفسي يعد حجر الزاوية في المؤسسة التربوية فاذا شعر بتهديد السلامة النفسية او بأجهاد مهني وما ينجم عنهما من اثار نفسية وسلوكية, فانه يؤثر على ادائه والعملية الارشادية والمؤسسة التربوية. وتأسيسا على ما تقدم يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي من خلال الإجابة عن التساؤل الآتي:

ما علاقة السلامة النفسية بالاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين؟

الاهمية:

أهمية البحث الحالي يمكن إيجازها عن طريق النقاط الآتية:

- 1- يهتم البحث الحالي بمفهومي السلامة النفسية والاجهاد المهني كونهم من المفاهيم الحديثة على الصعيد المحلي والعربي, وامكانية توضيفهما بشكل علمي في العملية الارشادية.
- 2- تضمن البحث الحالي شريحة مهمة في المجتمع وهي فئة المرشدين التربويين, كونهم قادة يعتمد عليهم في بناء جيل سليم.
- 3- حظي مفهوم السلامة النفسية ومفهوم الاجهاد المهني باهتمام بالغ في الدراسات الاجنبية, لذا جاء البحث لايضاح اهمية هذه المتغيرات ودورها الفاعل في عمل المرشد واعداده وتطويره.
- 4- توفير إطار نظري لمصطلح السلامة النفسية ومصطلح الاجهاد المهني للباحثين.
- 5- توفير مقاييس مناسبة للبيئة العراقية لقياس السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى (الذكور/الاناث) من المرشدين التربويين في المؤسسة التربوية.
- 6- يساعد البحث الحالي المسؤولين في مجال الارشاد التربوي لتقديم برامج ارشادية وتدريبية وتطويرية تساعد على تجنب الآثار السلبية للاجهاد المهني وتنمية السلامة النفسية.

- 7- اضافة معرفية للمكتبة المحلية في مجال بحث العلاقة بين السلامة النفسية والاجهاد المهني.
- 8- نتائج البحث يمكن ان تسهم في مجال استثمار الموارد البشرية وتفسير السلوك, وتساعد على تطوير واقع عمل المرشد التربوي.

أهداف البحث: .

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على :-

- 1- مستوى السلامة النفسية لدى المرشدين التربويين.
- 2- دلالة الفروق في مستوى السلامة النفسية لدى المرشدين التربويين وفق متغير الجنس(ذكور - اناث).
- 3- مستوى الاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين.
- 4- دلالة الفروق في مستوى الاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين وفق متغير الجنس(ذكور - اناث).
- 5- طبيعة العلاقة الارتباطية بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين.

حدود البحث :

يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين من (الذكور - الإناث) العاملين في المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية والاعدادية التابعة للمديرية العامة للتربية في محافظة الانبار للعام الدراسي (2023-2024) م

تحديد المصطلحات:-

اولاً : السلامة النفسية

عرفها كل من

- 1- (Kark & Carmeli,2009): "هي ممارسات واجراءات إدارة المنظمة الرسمية وغير الرسمية، والتي توجه وتدعم انشاء جو مفتوح وجدير بالثقة في بيئة العمل" (Kark & Carmeli,2009:34).
- 2- (Bava & Bordovskaia,2015): هي "حماية الافراد من المخاطر والاهانات والصراعات والتهديدات الخارجية والداخلية وتعزيز احساسهم بالامن والطمأنينة والراحة والانتماء بشكل يساعد على التطوير الايجابي للأفراد والتي تدعم ثباتهم ومقاومتهم تجاه المؤثرات السلبية" (Bava & Bordovskaia,2015:29).
- 3- (Wang,et al,2018): "حالة يشعر بها الفرد بالانتماء النفسي والمهني، والامان للمساهمة، وتحدي الوضع الراهن دون خوف من التعرض للاحراج، او التهميش، او العقاب"(Wang,et al,2018:1727).
- 4- التعريف النظري: اعتمد الباحثان تعريف **بيفا وپروفيسكا(2015)** كتعريف نظري للبحث الحالي لتبني نظريته ومقياسه.

5- **التعريف الاجرائي** : بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد التربوي من خلال إجابته على فقرات مقياس السلامة النفسية الذي اعتمد في هذا البحث.

ثانياً: الاجهاد المهني

عرفه كل من

1- (Lazarus,1985): "التقييم الذهني ورد الفعل من جانب الفرد للمواقف الضاغطة والتقدير المعرفي الذي يعتمد على طبيعة الفرد حيث ان تقدير الذات ليس مجرد ادراك مبسط للعناصر المكونة للموقف ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط, ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها العوامل الشخصية، والعوامل الخارجية بالبيئة الاجتماعية، والعوامل المتصلة بالموقف نفسه" (Lazarus.,1985:770).

2- (Nobert,1996): " الحالة التي يكون فيها الجسم مهدد بفقدان الاتزان، وهذا بسبب مواقف أو عوامل تعترض الأجهزة العاملة وتصددها عن تحقيق التوازن، وكل عامل من شأنه أن يخل بهذا الاتزان سواء أكان ذو طبيعة فيزيقية أم كيميائية أم نفسية" (Nobert,1996:249).

3- **عثمان (2001)**: " تلك الظروف المرتبطة بالضغط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تستلزم نوعاً من إعادة توافق الفرد وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية وقد ينتج الإجهاد كذلك من الصداق والإحباط والحرمان ولقلق" (عثمان,2001: 96).

4- **التعريف النظري**: اعتمد الباحثان تعريف (Lazarus,1985) كتعريف نظري للبحث لتبني نظريته.

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد التربوي من خلال إجابته على مقياس الاجهاد المهني المعد في هذا البحث.

ثالثاً: المرشد التربوي:

تعريف وزارة التربية(2002): "هو احد اعضاء الهيئة التدريسية المؤهل تأهيلا علميا وتربويا لممارسة عمله الارشادي والتوجيهي في المدرسة ودراسة مشكلات الطلاب التربوية والاجتماعية والسلوكية والنفسية ,ومساعدتهم على ايجاد الحلول والمعالجات المناسبة لتلك المشكلات والقيام باكتشاف ذوي القدرات والقابليات العلمية والاهتمامات والميول والعمل على تنميتها من خلال الاستعانة بجميع مصادر البيانات المتوفرة بعد التأكد من دقة وصحة تلك البيانات"(وزارة التربية ,2002: 30).

الفصل الثاني

الإطار النظري ودراسات سابقة:

أولاً: السلامة النفسية

الاتجاه النظري في تفسير السلامة النفسية

نظرية بيغا وبروفيسكا(2015)

نظرية بيغا وبروفيسكا تؤكد بان طبيعة التفاعل الاجتماعي بين المرشدين والطلاب في البيئة التعليمية، تحقق لهم السلامة النفسية من خلال شعورهم بالأمان وأنهم بعيدون عن الخوف والتهديدات مما يولد لديهم احساس بالانتماء للبيئة التعليمية ويستثير المثابرة والارتقاء كونها شرط أساسي في تطور الإمكانيات والخدمات الارشادية المقدمة للطلبة لتعزيز الصحة النفسية لديهم(Baeva & Bordovskaia,2017:110).

والسلامة النفسية هي أساس النمو الشخصي والتغيير في البيئة، لانها تعزز الثقة بالنفس واحترام الذات، وتنمية الشعور الإيجابي للأفراد، والاندماج مع الآخرين(Baeva & Bordovskaia,2015:33).

كما أن طبيعة عمل المرشد التربوي لاينحصر بمعرفته النظرية وانما يتعدى الامر الى ما هو عملي في مجال مهنته الارشادية في بناء وتعديل شخصية التلاميذ والطلبة لتمكينهم من مواجهة التحديات والسعي لتوفير بيئة خالية من أي عنف نفسي وتوفير برامج إرشادية وتدريبية مساندة لتحقيق السلامة النفسية(Hutt,2018:34).

وتعدّ السلامة النفسية هيكل يتضمن الحالة الذهنية والشخصية والاجتماعية، والتي تمكن الفرد من تخطي الصعوبات في بناء العلاقات مع الآخرين(Kirkman etal,2017:56).

وبينت نظرية بيغا وبروفيسكا أن ضعف الشعور بالسلامة النفسية يجعل الفرد حساس تجاه المواقف اليومية والتهديدات الداخلية والخارجية، مما يؤدي إلى انخفاض القدرة على مواجهة الصراعات والأزمات النفسية التي يتعرض لها، بينما الشعور بالسلامة النفسية يؤدي الى حماية الذات من التهديدات المحتملة، وخلق بيئة آمنة، تحقق المستوى الأمثل لتفاعل الفرد مع البيئة الاجتماعية(Baeva & Bordovskaia,2017:109).

واشارة نظرية بيغا وبروفيسكا الى ان البيئة التعليمية الخالية من العنف النفسي تساعد المرشد على التفاعل مع الآخرين والاندماج معهم، اما البيئة التعليمية التي تشهد اضطرابات تعليمية ونفسية فانها تولد ضغوطاً نفسية لدى المرشد، ينجم عنها حالة عدم الاستقرار النفسي الذي يستنفذ طاقاته وتحول دون قدرته على التركيز فيما يقوم به من أعمال(Wheeler& Gittel,2015:713).

واوضحت نظرية بيغا وبروفيسكا ان إشباع المرشد حاجاته النفسية يقوده إلى الاتزان النفسي، وعدم إشباعها يؤدي إلى إصابته بالاضطراب النفسي، وهذا بدوره يقوده إلى شكلين من أشكال التكيف الإنساني هما:

* - التكيف الجيد: ويعني ان المرشد يتسم بالتوازن والمقدرة على التوفيق بين حاجاته الشخصية والمتطلبات المحيطة به، مما يعود عليه بحالة من الراحة والاطمئنان والسعادة (Wheeler& Gittel,2015:719) .

* - التكيف السيئ: والذي يعني عدم اتزان شخصية المرشد، وإشباع الحاجات بطرق غير مشروعة، وسلوكيات غير مناسبة بالنسبة للمجتمع، ويؤدي الجانب النفسي للمرشد اثرا مهماً في تشكيل شخصيته، وكيفية تعامله مع المواقف المحيطة به، وفي مراحل نموه الطبيعية (Gu , Wang & Wang:2016:92) .

كما ركزت نظرية بيغا وبروفيسكا على اهمية البيئة التعليمية، وكيفية تهيئتها لتحقيق الأهداف التعليمية، ولا بدّ أن يقوم المجتمع المدرسي بتوفير بيئة ذات قيم ومبادئ وممارسات إيجابية، تُشكّل ثقافة مدرسية جديدة، تحتوي على منظومة من القيم والعادات والتقاليد والممارسات الإيجابية من قبل أعضاء المجتمع المدرسي، تراعي العملية التربوية وتخدم بيئة الطالب وبيئة التعليم والتعلم والبيئة السليمة والأمنة وتستخدم الأساليب التربوية الحديثة (Gu , Wang & Wang:2016:96) .

اعتمدَ الباحثان نظرية بيغا وبروفيسكا (2015) وذلك لعدة اسباب منها:

- * - هذه النظرية تناولت مفهوم السلامة النفسية وأكدت على اهمية التفاعل الاجتماعي بين المرشد و(المعلمين / المدرسين) وبين المرشد و(التلاميذ/ الطلاب) لتوفير بيئة آمنة فكريا ونفسياً.
- * - السلامة النفسية هي أساس النمو الشخصي والتغيير في البيئة الجماعية.
- * - كونها من النظريات الحديثة والتي تبين أن السلامة النفسية تدعم وتوفر الشعور بالأمان النفسي ولكن الأمان النفسي لا يوفر السلامة النفسية.

ثانياً: الاجهاد المهني

*** - التفسير النظري للاجهاد المهني**

النظرية المعرفية ريتشارد لازاروس(1985)

أشارت نظرية ريتشارد لازاروس الى ان طريقة تفكير الفرد تجاه المواقف التي يتعرض لها تسبب الضغط له، والاستجابة للضغط تحدث فقط عندما يدرك الفرد موقفه الحالي بأنه مهدد، وأن ردة الفعل تظهر عندما يدرك الفرد أن بعض القيم او المبادئ المهمة تبدو مهددة. ثم بعد ذلك يقوم بعملية البحث عن طرق واساليب المواجهة التي يستند اليها في التعامل مع الموقف المسبب للضغط، ثم القيام بالواجهة للموقف الضاغط وهو ماسمّاه لازاروس بعملية التقييم الاولي والثانوي، واعادة التقييم.

- * - التقييم الاولى يعتقد الفرد بأن مواجهة الموقف الضاغط يسبب له بعض المخاطر الشخصية.
- * - التقييم الثانوي فإنه يجيب على التساؤل ماذا يمكن أن نفعله تجاه هذه المشكلة حيث يقارن الفرد بين مايمتلك من مهارات تكيفية وبين المتطلبات الخارجية فإذا كانت المهارات تتناسب مع المتطلبات يكون الضغط الذي يحدث قليل أو لا يحدث، أما إذا كانت المهارات اقل من المتطلبات ينتج الضغط .
- * - اعادة التقييم يستخدم فيها الفرد التغذية الراجعة وهي خبراته السابقة ومذكراته الجديدة وما يمتلك من معارف ومهارات لاختيار دقة كل من التقييم الاولى والثانوي (Lazarus.,1985:768).
- بينت النظرية المعرفية ل(ريتشارد لازاروس) أن التقدير المعرفي يعتمد على طبيعة الفرد حيث ان تقدير الفرد للتهديد لا يعتمد على ادراك مبسط لمحتويات الموقف، وإنما على التفاعل ما بين الخبرات الشخصية للفرد والبيئة المحيطة، وتقييم الفرد للموقف يعتمد على عوامل هي(عوامل شخصية، وعوامل خارجية، وعوامل متصلة بالموقف نفسه)، وينشأ الاجهاد عندما يحدث تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد ويكون ادراكه في مرحلتين هما:-
- المرحلة الاولى/ تهتم بتحديد ومعرفة بعض الاحداث المسببه للاجهاد.
- المرحلة الثانية/ يتم تحديد الاساليب والطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف(Lazarus.,1985:770).
- ويرى لازاروس إن تعرض الفرد للعوامل الضاغطة يمر بثلاث مراحل هي:-
- * - مرحلة التعرض للعوامل الضاغطة:
- الفرد يتعرض لنوعين من العوامل الضاغطة هي:-
- المتطلبات البيئية: وتشمل الأحداث الخارجية (الأسرية، والبيئة الاجتماعية والاقتصادية) التي تتطلب من الفرد التوافق معها.
- المتطلبات الشخصية: وتتضمن طموحات الفرد وأهدافه التي يسعى لتحقيقها خلال حياته
- (Lazarus.,2001:37).
- * - مرحلة تقويم وتقدير الموقف الضاغط:
- وجود مرحلتين لتقويم الموقف الضاغط هما:
- التقييم الأولي: يقيم الفرد الموقف الذي يتعرض له على أنه سلبي أو ايجابي، شديد أو ضعيف.
- التقييم الثانوي: يحدد الفرد طرق واساليب التعامل مع المواقف وحرية الاختيار والتقييم ونتائج اختيار أي منها، واحتمال نجاحها(Coyen,1980:152).

*** - مرحلة المواجهة، أو الاستجابة للضغط:**

يحاول الفرد اختيار واحدا من البدائل المتاحة (الфизиولوجية أو المعرفية أو السلوكية) لاجل التخلص من تأثير الوقت وللاستجابة وظيفتان: _

- إدارة المشكلة المسببة للضغط بهدف تقليل الأثر الناتج عن مصدر الضغوط .

- تنظيم الانفعالات بهدف تحويل مصدر الضغوط (Edword, 1999: 10).

واكد لازاروس بأن الاجهاد المهني ينشأ عندما يكون الموقف اكبر من امكانيات وقدرات الفرد على مواجهته (Lazarus, 1993 236).

حسب رأي لازاروس ان الافراد يستعملون إستراتيجيات تكيفهم مع البيئة التي ينتمون اليها في ضوء تقييمهم

للحدث، اذا كان ايجابى يكون انفعالهم ايجابى، واذا الحدث سلبى فإنه يؤدي إلى الضيق أو أستعمال

إستراتيجيات جديدة وملائمة (Folkman, 1997:216)

اعتمد الباحثان على النظرية المعرفية ريتشارد لازاروس (1985) لمفهوم الاجهاد المهني للأسباب التالية:-

* - النظرية هي الأنسب لعينة البحث من المرشدين التربويين كون عملهم يتطلب اجهاد مهني.

* - نظرية م ريتشارد لازاروس (1985) تناولت مفهوم الاجهاد المهني بشكل واضح ومن خلالها تم بناء مقياس

البحث الحالي.

* - قدمت نظرية ريتشارد لازاروس (1985) تعريفا نظريا للاجهاد المهني، وأن النظرية قادرة على تفسير نتائج

البحث الحالي.

* - الدراسات السابقة التي تناولت السلامة النفسية

1- دراسة (الحسناوي, 2021)

العافية الشخصية والسلامة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الارشادية لدى المعلمين

هدفت الدراسة التعرف على العافية الشخصية والسلامة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الارشادية والتعرف على

العلاقة بين متغيرات البحث بعضها مع البعض الآخر، ودلالة الفروق تبعا لمتغير الجنس (ذكور/اناث).

ولغرض تحقيق اهداف الدراسة تم تبني مقياس العافية الشخصية (Myers&, Sweeney, 2005) ومقياس

السلامة النفسية (Baeva and Bordovskaia, 2015) وكذلك قامت الباحثة ببناء مقياس الكفاءة الارشادية,

وقد طبقت المقاييس الثلاثة على عينة الدراسة التي تألفت من (400) معلم ومعلمة في محافظة كربلاء,

وحللت البيانات باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss وأظهرت النتائج ما يأتي :

- *- إن المعلمين المرشدين لديهم مستوى عالٍ من العافية الشخصية .
- *- إن المعلمين المرشدين لديهم مستوى عالٍ من السلامة النفسية .
- *- إن المعلمين المرشدين يمتلكون كفاءة ارشادية بمستوى عالٍ.
- *- توجد علاقة ارتباطية طردية بين (السلامة النفسية والكفاءة الارشادية) أي كلما ارتفع مستوى السلامة النفسية للفرد تحسنت كفاءته الارشادية .
- *- لا توجد فروق في العلاقة بين السلامة النفسية والكفاءة الارشادية تبعا للجنس (ذكور – اناث) (الحسناوي,2012).

2- دراسة (الشهري,2022)

السلامة النفسية وعلاقتها بدور المرشد الطلابي في مدارس التعليم العام بمدينة مكة. هدفت الدراسة التعرف على العلاقة فيما بين السلامة النفسية ودور المرشد الطلابي في مدارس التعليم العام. وتحقيقاً لذلك قامت الباحثة ببناء مقياس السلامة النفسية وبناء مقياس دور المرشد الطلابي، وقامت الباحثة بتطبيق المقياسين على عينة الدراسة والبالغة (221) مرشدة. وحللت البيانات باستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة وأظهرت النتائج ما يأتي:

- *- وجود مستوى اعلى من المتوسط للسلامة النفسية لدى المرشحات/موجهات الطالبات.
- *- ارتفاع مستوى دور المرشحات/موجهات الطالبات في مدارس التعليم العام.
- *- وجود علاقة ارتباطية موجبة جداً بين السلامة النفسية ودور المرشحات/موجهات الطالبات (الشهري,2022).

دراسات سابقة تناولت الاجهاد المهني

1- دراسة (العامري,2009)

الاسناد الاجتماعي وعلاقته بالاجهاد لدى المرشدين التربويين.

هدفت الدراسة الى التعرف على الاسناد الاجتماعي وعلاقته بالاجهاد لدى المرشدين التربويين. قام الباحث ببناء اداتين الاولى لقياس الاسناد الاجتماعي والاداة الثانية لقياس الاجهاد، واجريت الدراسة على عينة مكونة (150) مرشد ومرشدة. وبعد معالجة البيانات باستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة توصلت نتائج الدراسة الى الاتي:-

- *- إن المرشدين التربويين حصلوا على إسناد اجتماعي قليل بشكل عام وحسب مجالات المقياس.
- *- الإجهاد لدى المرشدين التربويين مرتفعاً بشكل عام، وموجود في كل مجال من مجالات الإجهاد.

*- العلاقة بين الإسناد الاجتماعي والإجهاد علاقة عكسية، أي أن المرشدين التربويين الذين يعانون من إسناد اجتماعي قليل، يقابله إجهاد كبير (العامري، 2009).

2- دراسة (دويج، 2022)

الاجهاد المهني وعلاقته بالصمود النفسي لدى المرشدين التربويين

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الاجهاد، ومستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين، ودلالة الفرق في الاجهاد المهني والصمود النفسي على وفق متغيرات النوع (ذكور-إناث) ومدة الخدمة، والحالة الاجتماعية. وللتحقق من اهداف الدراسة قامت الباحثة بأعداد مقياس (الاجهاد المهني) وتبني مقياس (جاسم، 2019) لقياس الصمود النفسي. طبقت المقاييس على عينة الدراسة البالغة (400) مرشد ومرشدة في محافظة بغداد، وبعد معالجة البيانات باستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة اظهرت النتائج الآتية:-

- *- إن افراد عينة البحث من المرشدين التربويين لديهم اجهاد مهني .
- *- إن عينة البحث من المرشدين التربويين يتمتعون بصمود نفسي.
- *- وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة بين الاجهاد المهني والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين.
- *- وجود فرق في الارتباطية بين الاجهاد المهني والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين وفقاً لمتغير الجنس يعود لصالح الذكور (دويج، 2022).

الفصل الثالث

منهجية البحث والإجراءات

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي قام بها الباحثان تضمن تحديد مجتمع البحث، اختيار العينة، إعداد أداتي البحث والتحقق من دقة الخصائص السيكومترية لها، والوسائل الاحصائية المستعملة في البحث، وعلى النحو الآتي:

أولاً: منهجية البحث

لتحقيق اهداف البحث الحالي لابد من اتباع منهجية علمية محددة، اذا اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي لأن المنهج الوصفي لا يتوقف عند وصف الظاهرة وجمع المعلومات والبيانات وتبويبها، بل يتضمن تفسير لهذه البيانات، واجراء عمليات المقارنة (المحمودي، 2019: 48).

ثانياً: مجتمع البحث

"وهو المجموعة الكبرى التي تشكل مجموعة الافراد الذين يمثلون موضوعاً لمشكلة البحث الذي نرغب بتعميم النتائج عليه" (المنيزل والعتوم, 2010: 18).

يتألف مجتمع البحث من المرشدين التربويين والمرشدات التربويات في المديرية العامة لتربية محافظة الانبار، للعام الدراسي (2023-2024) والبالغ عددهم (600) بواقع (320) مرشد تربوي و(280) مرشدة تربوية حسب إحصائية المديرية العامة لتربية الانبار/قسم التعليم والملاك/شعبة الإرشاد التربوي.

ثالثاً: عينتنا البحث

إ- عينة البحث:

تضمنت عينة البحث (250) مرشد ومرشدة اختيروا وفقاً لما يتناسب مع عددهم في مجتمع البحث وبحسب الجنس (ذكور/إناث).

ب: عينة التطبيق (عينة التحليل الاحصائي)

تم اختيار عينة التحليل الاحصائي البالغ عددهم (300) مرشداً ومرشدة، في محافظة الانبار بواقع (150) مرشداً و(150) مرشدة، موزعين على مختلف المدارس المشمولة بالإرشاد.

رابعاً: مقياسا البحث

المقياس الأول: مقياس السلامة النفسية

بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة في مفهوم السلامة النفسية تبني الباحثان مقياس السلامة النفسية ل(بيفا وبروفيسكا, 2015) لتمتعه بخصائص سايكومترية جيدة، وملائم لقياس متغير البحث، ويناسب طبيعة العينة. ترجمه المقياس من اللغة الإنكليزية الى اللغة العربية، للتأكد من صلاحية الترجمة لمقياس السلامة النفسية عرض على مجموعة من المختصين باللغة الإنكليزية عن طريق الترجمة العكسية من اللغة العربية الى اللغة الإنكليزية للتحقق من دقة الترجمة، يتكون المقياس من (12) فقرة وله بدائل (5) متدرجة (1-5) على وفق مفتاح التصحيح الذي يشير الى إعطاء الدرجة (5) موافق جداً (4) موافق (3) محايد (2) معارض (1) معارض جداً وتحقق هذه البدائل احد شروط بناء المقاييس النفسية بطريقة ليكرت.

أ- التحليل المنطقي لفقرات المقياس (صدق المقياس):

استخرج الباحثان مؤشرين لصدق المقياس هما الصدق الظاهري وصدق البناء وكالاتي:-

*- الصدق الظاهري

للتأكد من ملائمة الفقرات للبيئة المحلية عرض مقياس السلامة النفسية بعد ترجمته، والمكون من (12) فقرة مع بدائله ومفتاح التصحيح، على مجموعة من المختصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والقياس

النفسية، طلب منهم فحص فقرات مقياس السلامة النفسية، ومدى ملائمة كل فقراته، وبعد جمع آراء المحكمين وباستخدام قيمة (كا2) لدلالة الفرق بين عدد الموافقين وغير الموافقين من المحكمين على كل فقرة، أقيمت جميع الفقرات كونها نالت الموافقة، لأن الفرق بين قيمتي (كا2) المحسوبة والجدولية ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05).

ب- التحليل الإحصائي للفقرات (صدق البناء)

ويعني هذا النوع من الصدق مدى العلاقة بين الأساس النظري للاختبار وبين فقراته، وتم إيجاد صدق البناء وفق الآتية:-

* - القوة التمييزية للفقرات:

طبق الباحثان مقياس السلامة النفسية على أفراد العينة البالغ عددهم (300) مرشد ومرشدة وصحت استمارات الإجابة، ولاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس رتبت درجات أفراد العينة من أعلى درجة كلية إلى أقل درجة كلية وحددت المجموعتان الطرفيتان بالدرجة الكلية ونسبة (27 %) من كل مجموعة، وبلغ عدد الأفراد في كل مجموعة (81) مرشد ومرشدة، واستعمل الباحثان الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين في حساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (160)، وقد تبين أن جميع فقرات المقياس مميزة لأن القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة أكبر من القيمة التائية الجدولية والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (1) يبين القوة التمييزية لفقرات مقياس السلامة النفسية

ت الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (0,05)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	4,689	0,548	3,621	1,152	9,173	دالة
2	4,404	0,775	3,450	1,128	8,622	دالة
3	4,394	0,786	3,435	0,981	8,499	دالة
4	4,489	0,674	3,342	1,051	10,216	دالة
5	4,463	0,735	3,712	0,982	6,418	دالة
6	4,646	0,648	3,527	0,986	10,743	دالة
7	4,795	0,771	3,678	1,147	9,576	دالة

دالة	10,505	0,979	3,603	0,481	4,645	8
دالة	10,689	0,884	3,645	0,614	4,738	9
دالة	10,786	0,893	3,695	0,598	4,662	10
دالة	11,996	0,866	3,486	0,688	4,778	11
دالة	9,0331	1,107	3,448	0,769	4,663	12

* - علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال والدرجة الكلية للمقياس

اعتمد الباحثان في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، تبين أن معاملات الارتباط جميعاً دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (298)، عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (0,113). والجدول يوضح ذلك.

جدول (2) قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس السلامة النفسية

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	0.622	7	0.581
2	0.479	8	0.498
3	0.490	9	0.560
4	0.541	10	0.499
5	0.485	11	0.589
6	0.401	12	0.488

د - الخصائص السيكومترية لمقياس السلامة النفسية

الصدق والثبات هي أهم الخصائص السكومترية للمقاييس النفسية

* - الصدق: استعمل الباحثان مؤشرين لصدق مقياس السلامة النفسية هما:-:

ـ صدق المقياس (الصدق الظاهري)

تحقق ذلك عن طريق الإجراءات التي قام بها الباحثان والخاصة بالتحقق من صلاحية المقياس بفقراته والتعليمات والبدائل بعرضة على مجموعة من خلال المختصين، تبين اتفاقهم جميعاً على صلاحية الفقرات الـ (12) كافة ولم تحذف أي فقرة.

ـ صدق البناء

تم التحقق من صدق البناء عن طريق الاجراءات الاتية:-

ـ القوة التمييزية للفقرات عن طريق الفرق بين اوساط المجموعة العليا والدنيا تبين ان جميع الفقرات مميزه.

ـ قد تحقق ذلك عن طريق العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس.

*** - الثبات**

للوصول الى الدرجة الحقيقية للمقياس لابد من حساب ثباته, وقد حسب الثبات بطريقتين هما:-

- ثبات الاختبار (اعادة الاختبار)

قام الباحثان بحساب الثبات بهذه الطريقة بعد تطبيق المقياس على (50) مرشداً ومرشدة وكانت المدة الزمنية بين التطبيق الاول والثاني (14) يوم, وهي مدة مناسبة, تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين التطبيق الاول والثاني وبلغ معامل الثبات (0.82).

- ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ

أستخرج الثبات بهذه الطريقة عن طريق اخذ عينة عشوائية من عينة التحليل الاحصائي بلغت (50) مرشد ومرشدة, وباستعمال معادلة كرونباخ بلغ معامل الثبات (0,78).

وصف مقياس السلامة النفسية بصيغته النهائية:-

اصبح المقياس بصورته النهائية مكون من (12) فقرة, كل فقرة لها (5) بدائل هي (موافق جداً, موافق, محايد, معارض, معارض جداً), يعطى لها عند التصحيح (1,2,3,4,5), تحسب الدرجة الكلية للمجيب على فقرات المقياس بحسب اختيارة للبدل, وعليه فان اعلى درجة للمقياس (60), وادنى درجة هي (12), وان المتوسط الفرضي للمقياس هو (36).

المقياس الثاني: مقياس الاجهاد المهني:-

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي أعد الباحثان مقياساً للاجهاد المهني وفق شروط المقاييس العلمية كالصدق والقدرة على التمييز والثبات، وفيما يأتي خطوات بناء المقياس:

*** -** تحديد مفهوم الاجهاد المهني من خلال تعريف لازروس المستند الى (نظريته) بانه "التقييم الذهني ورد الفعل من جانب الفرد للمواقف الضاغطة والتقدير المعرفي يعتمد على طبيعة الفرد حيث ان تقديركم التهديد ليس مجرد ادراك مسبق للعناصر المكونة للموقف ولكنه رابطته بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها العوامل الشخصية والعوامل الخارجية بالبيئة الاجتماعية والعوامل المتصلة بالموقف نفسه" (Lazarus, 1985:770).

*** -** في ضوء التعريف والنظرية المتبناة تم تحديد مجالات مفهوم الاجهاد المهني وفق الاتي:-

- الطبيعة الشخصية: وهي العوامل المتعلقة بالفرد التي أدت الى تكوين شخصيته، كالوراثة والبيئة والتركيبية الذاتية الخاصة به، والعوامل التي تتعلق بطبيعة الشخصية.

- طبيعة العمل: تشمل فترة العمل والهيكل التنظيمي والهيكل الإداري

- مصادر الاجهاد: ويعني عدم وضوح المسؤوليات المهنية المطلوبة من الفرد وهذا يحدث عادة في بداية والنقل، والترقية، استلام العمل الجديد، والنقل، والترقية.

- آثار الاجهاد: أثاره على الفرد تكون على المستوى الصحي والبدني والنفسي، وأثر المنظمة يشمل ترك العمل، والتأخير عن العمل، والاثار الاجتماعية السلوكي.

- علاقات العمل: وهو ما يترتب على ضغوط العمل بحيث يصبح جو العمل غير صحي ومن ثم ينخفض الأداء وتزداد التكاليف .

*- إعداد فقرات المقياس بصيغته الأولية:

تم أعداد (30) فقرة لقياس الاجهاد المهني موزعة على مجالات المقياس الخمسة ولكل مجال (6) فقرات وأمام كل فقرة خمسة بدائل مندرجة للإجابة هي (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا)، تعطى لها عند تصحيح الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي للفقرات المصاغة باتجاه ايجابي ويعكس التصحيح ويكون (1,2,3,4,5) على التوالي للفقرات المصاغة باتجاه سلبي، وقد تم ترتيب الفقرات للمجالات الخمسة عشوائيا.

أ: التحليل المنطقي لفقرات مقياس الاجهاد المهني (صدق المقياس)

تم التحقق من صدق المقياس عن طريق الصدق الظاهري وفق الاتي:

عرض مقياس الاجهاد المهني على مجموعة من المختصين في علم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وطلب منهم فحص فقرات كل مجال من مجالات الاجهاد المهني، ومدى ملائمة كل فقرة للمجال الذي تنتمي إليه، وبعد جمع اراء الخبراء على فقرات مقياس الاجهاد المهني وباستخدام قيمة (كا2) لدلالة الفرق بين المحكمين على كل فقرة، اظهرت النتائج ان قيمة (كا2) المحسوبة اكبر من الجدولية، فأبقيت جميع الفقرات.

ب- التحليل الإحصائي للفقرات (صدق البناء)

تم التحقق من صدق البناء من خلال الآتي:-

*- القوة التمييزية للفقرات:

لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الاجهاد المهني استخدم الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وعدت الفقرة مميزة إذا كانت قيمتها التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96)، وتبين أن جميع فقرات المقياس مميزة، عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (160) والجدول الاتي يوضح ذلك.

جدول(3) يبين معاملات تمييز فقرات مقياس الاجهاد المهني

مستوى الدلالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت الفقرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	12,044	1,277	2,967	0,604	4,649	1
دالة	11,133	1,211	3,043	0,846	4,722	2
دالة	11,767	1,105	2,912	0,716	4,679	3
دالة	9,966	1,016	2,750	0,917	4,835	4
دالة	10,877	1,102	3,088	0,798	4,988	5
دالة	12,164	1,017	3,021	0,844	4,791	6
دالة	11,644	1,100	3,166	0,711	4,670	7
دالة	8,976	1,018	2,809	0,875	4,833	8

دالة	7,333	1,181	2,355	0,684	4,267	9
دالة	8,677	1,109	2,322	0,844	4,178	10
دالة	6,918	1,260	2,419	0,945	4,735	11
دالة	8,415	1,064	2,711	0,807	4,544	12
دالة	7,128	1,137	2,870	0,871	4,366	13
دالة	6,809	1,118	2,588	0,954	4,896	14
دالة	5,877	1,250	2,650	0,841	4,711	15
دالة	7,665	1,310	2,746	0,843	4,290	16
دالة	6,466	1,206	2,231	0,760	4,621	17
دالة	7,076	1,217	2,547	0,845	4,755	18
دالة	6,910	1,128	3,107	0,773	4,966	19
دالة	5,677	1,136	2,366	0,844	4,393	20
دالة	5,744	0,906	2,433	0,614	4,669	21
دالة	8,177	1,216	2,859	0,843	4,934	22
دالة	7,023	1,120	2,912	0,866	4,333	23
دالة	5,126	1,421	2,719	0,812	4,423	24
دالة	4,980	1,012	2,269	0,968	3,987	25
دالة	4,295	1,096	2,518	0,684	4,471	26
دالة	5,630	1,123	2,743	0,876	4,135	27
دالة	6,464	1,214	3,222	0,8644	4,693	28
دالة	4,988	1,066	2,906	0,723	4,081	29
دالة	7,120	1,233	2,911	0,843	4,962	30

* - علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال والدرجة الكلية للمقياس

استعمل الباحثان معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمجال، وبين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، تبين أن معاملات الارتباط جميعاً دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (298)، عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (0,113). والجدول يوضح ذلك.

جدول (4) قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالمجال ودرجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاجهاد المهني

ت الفقرات	العلاقة بالمجال	العلاقة بالكلية	ت الفقرات	العلاقة بالمجال	العلاقة بالكلية
1	0,582	0,430	13	0,576	0,319

0,303	0,487	14	0,443	0,546	2
0,438	0,599	15	0,322	0,515	3
0,442	0,640	16	0,307	0,590	4
0,416	0,674	17	0,418	0,632	5
0,381	0,495	18	0,487	0,600	6
مجال اثار الاجهاد			مجال طبيعة العمل		
0,462	0,671	19	0,401	0,569	7
0,361	0,563	20	0,456	0,546	8
0,426	0,581	21	0,413	0,621	9
0,371	0,552	22	0,370	0,597	10
0,361	0,490	23	0,412	0,561	11
0,426	0,517	24	0,379	0,594	12
مجال علاقة العمل					
0,431	0,604	28	0,421	0,622	25
0,464	0,547	29	0,460	0,544	26
0,390	0,509	30	0,388	0,578	27

د- الخصائص السيكمترية لمقياس الاجهاد المهني:-

*- الصدق

استعمل الباحثان مؤشرين لصدق مقياس الاجهاد المهني:-

- الصدق الظاهري

تحقق هذا النوع من الصدق عن طريق عرض المقياس بمجالاته وفقراته على مجموعة من الخبراء والمتخصصين الذين أكدوا صلاحية فقراته لقياس ما وضعت لأجل قياسه.

- صدق البناء

وقد تحقق عن طريق المؤشرات الآتية:-

- القوة التمييزية للفقرات عن طريق الفرق بين اوساط المجموعة العليا والدنيا تبين ان جميع الفقرات مميزة.

- قد تحقق ذلك من خلال العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة بالمجال ودرجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

*- ثبات مقياس الاجهاد المهني.

- تم استخراج الثبات بطريقة طريقة اعادة الاختبار

قام الباحثان باستخراج معامل الثبات بعد تطبيق المقياس على المرشدين والمرشدات بفواصل زمني (14) يوما بين الاختبارين, وباستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين لأفراد عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (50) مرشداً ومرشده بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الكفاءة الارشادية (83).

- معادلة الفاكرونباخ

طبقت معادلة الفاكرونباخ على إجابات افراد العينة من المرشدين التربويين والمرشحات البالغ حجمها (50) مرشد ومرشدة وقد بلغ معامل الارتباط (79).

مقياس الاجهاد المهني بصيغته النهائية:-

يتكون مقياس الاجهاد المهني بصيغته النهائية من (30) فقرة موزعة على خمس مجالات هي الطبيعة الشخصية (6) فقرات، وطبيعة العمل (6) فقرات، ومصادر الاجهاد (6) فقرات، اثار الاجهاد (6) فقرات، وعلاقة العمل (6) فقرات، وأمام كل فقرة خمسة بدائل الإجابة (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، تعطى لها عند تصحيح الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي لل فقرات المصاغة باتجاه ايجابي ويعكس التصحيح ويكون (1,2,3,4,5) على التوالي لل فقرات المصاغة باتجاه سلبي، اعلى درجة للمقياس (150) واقل درجة (30) درجة ومتوسط فرضي (90) درجة.

التطبيق النهائي لكلا المقياسين

بعد التأكد من الصدق والثبات لكلا المقياسين تم التطبيق على عينة البحث الاساسية من المرشدين التربويين في محافظة الانبار. حيث بلغ عدد المرشدين (250) مرشداً ومرشدة. قام الباحثان بتوضيح كيفية الإجابة على كلا المقياسين للمرشدين التربويين وبعدها جمعت الاستثمارات لتصحيح المقياسين، وتحويل الإجابات الى درجات خام، ومعالجتها إحصائياً على وفق أهداف البحث.

الوسائل الإحصائية

مربع كاي، معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين، معادلة الفاكرونباخ، اعادة الاختبار.

الفصل الرابع

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها الباحثان وفق الاهداف التي تم تحديدها وتفسيرها ومناقشتها بحسب الإطار النظري والدراسات السابقة، ومن ثم الخروج بمجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات، كما يأتي:-

1- التعرف على مستوى السلامة النفسية لدى المرشدين التربويين.

لتحقيق هذا الهدف طبق مقياس السلامة النفسية على عينة البحث المتكونة من (250) مرشداً ومرشدة، وأظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (47,12) درجة وبانحراف معياري قدره (4,67) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (36) درجة، استخدم الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان الفرق دال احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (43,69) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96)، وبدرجة حرية (249). مما يشير إلى ان المرشدين التربويين يتمتعون بمستوى عال من السلامة النفسية، والجدول يوضح ذلك.

جدول(5) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس السلامة النفسية.

المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
السلامة النفسية	250	47,12	4,67	36	43,69	1.96	دالة

اظهرت هذه النتيجة أن المرشدين التربويين (عينة البحث) يتمتعون بمستوى عال من السلامة النفسية، ويفسر الباحثان النتيجة على وفق نظرية نظرية بيضا وبروفيسكا (Baeva&Bordovskaia,2015) والتي اشارت إلى أن طبيعة عمل المرشد لا ينحصر بالمهام النظرية وحسب وإنما يتعدى الامر الى ما هو عملي في مجال المهن وتحقيق اهداف المنظومة التربوية في بناء وتعديل شخصية التلاميذ والطلبة لتمكينهم من مواجهة التحديات التي تواجههم وتوفير بيئة امنة خالية من أي عنف نفسي بشكل أساسي. كما يعزو الباحثان ذلك إلى دور المرشد التربوي في تقديم الدعم الذاتي وغير الذاتي المبني على أسس علمية صحيحة لجميع التلاميذ والطلبة في البيئة المدرسية، والتحلي بالمرونة والهدوء لبناء شخصيات التلاميذ والطلبة وتمييزها من أجل ضمان استقرارهم ومقاومتهم للتأثيرات السلبية المحيطة بهم لتعزيز السلوك الايجابي لديهم وتمكينهم من القدرة على التجديد والابتكار. وهذا يتفق مع دراسة (الحسناوي,2021)، ودراسة (الشهري,2022) والتي اظهرت نتائجها وجود مستوى عال من السلامة النفسية.

2- التعرف على دلالة الفرق في السلامة النفسية لدى المرشدين التربويين وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/اناث).

لاختبار دلالة الفرق في مقياس السلامة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور/اناث)، بلغ الوسط الحسابي لدرجات الذكور من المرشدين التربويين (46,32) وانحراف معياري (4,34) درجة، فيما كان الوسط الحسابي لدرجات الاناث من المرشدين التربويين (45,16) درجة، وانحراف معياري (4,21) درجة. وباستعمال الاختبار التائي (t- test) لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (1,46) أصغر من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05). والجدول يوضح ذلك.

جدول(6) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في السلامة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/اناث)

الجنس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية*		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الذكور	125	46,32	4,34	1,46	1.96	غير دال
الإناث	125	45,16	4,21			

اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في السلامة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور/ اناث). ويفسر الباحثان هذه النتيجة الى ان المرشدين التربويين (ذكو/ إناث) يعيشون في البيئات التعليمية نفسها وتلقوا الاعداد ذاته ويتعاملون مع تلاميذ وطلاب (ذكور/ اناث) من نفس البيئة والثقافة، وانطلاقاً من مهنتهم الارشادية

وقدرتهم الكبيرة في التأثير على طلبتهم بناءً على معرفتهم في مجال التوجيه والإرشاد بما ينمي شخصية التلميذ أو الطالب. واتفقت نتيجة البحث والتي دلت بعدم وجود فروق ذات دلالة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث) مع دراسة (الحسناوي, 2012).

3- التعرف على مستوى الاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين.

لتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس الاجهاد المهني على عينة البحث من المرشدين التربويين, تم حساب الوسط الحسابي، إذ بلغ (113,64) وانحراف معياري قدره (18,83), ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (90) درجة، استخدم الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان الفرق دال احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (10,23) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96)، وبدرجة حرية (249). مما يشير إلى ان المرشدين التربويين لديهم اجهاد مهني, والجدول يوضح ذلك.

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس الاجهاد المهني

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية*		الدالة 0.05
					المحسوبة	الجدولية	
الاجهاد المهني	250	113,64	18,83	90	10,23	1.96	دالة

اظهرت النتائج أن المرشدين التربويين لديهم اجهاد مهني, يفسر الباحثان هذه النتيجة وفق نظرية لازاروس بأن الاجهاد المهني ينشأ عندما يكون الموقف اكبر من امكانيات وقدرات الفرد على مواجهته. وهذا شئ طبيعي لان العمل الارشادي يتطلب اجهاد مهني لانه يتعامل مع مجتمع طلابي يعج بالمشكلات النفسية والعاطفية والسلوكية والتربوية والصحية. انسجمت نتائج هذا البحث مع دراسة (العامري, 2009) ودراسة (دويج, 2022) والتي اظهرت نتائجها وجود اجهاد مهني.

4- التعرف دلالة الفروق في الاجهاد المهني لدى المرشدين والتربويين حسب متغير الجنس (ذكور/ إناث).

اظهرت نتائج التحليل الاحصائي ان الوسط الحسابي للذكور بلغ (112,61) وانحراف معياري (17,86) اما الوسط الحسابي للإناث كان (108,89), وانحراف معياري (16,78), وباستعمال الاختبار التائي (t- test) لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (2,96) اكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05). وهذا يدل على ان الذكور من المرشدين التربويين لديهم اجهاد مهني. والجدول يوضح ذلك

جدول (8) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في الاجهاد المهني وفقا لمتغير الجنس (ذكور/إناث)

الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية*		الدالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
الذكور	125	112,61	17,86	2,96	1.96	دال

الإناث	125	108,89	16,78		
--------	-----	--------	-------	--	--

أظهرت النتائج وجود فرق في الاجهاد المهني حسب متغير الجنس للمرشدين التربويين يعود لصالح الذكور, ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن شعور الذكور باجهاد مهني بصورة أكثر من الاناث قد يعود الى الاعمال الثانوية التي يمارسونها خارج الدوام من اجل تحسين وضعه المادي, وكذلك المسؤوليات التي تقع على عاتقه خارج البيت او داخله, لان الاجهاد المهني ينشأ عندما تكون الحالة, او الموقف اكبر من امكانيات وقدرات الفرد على مواجهته. وانسجمت نتائج هذا البحث مع دراسة(دويج,2022) والتي دلت نتائجها وجود فروق ذات دلالة تبعاً لمتغير الجنس تعود لصالح الذكور.

5- العلاقة الارتباطية بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين.

لتحقق من هذا الهدف استخدم الباحثان معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين, حيث توصل الباحثان الى نتيجة وجود علاقة عكسية بين متغيري البحث (السلامة النفسية والاجهاد المهني), إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون $(-0,220)$, وعند اختبار الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط, ظهر أن القيمة التائية لمعامل الارتباط $(-3,499)$ وهي داله احصائياً بمقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة $(0,05)$ ودرجة حرية (248) , وهذا يدل على ان هناك علاقة عكسية بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين الجدول الاتي:-

جدول (9) يوضح العلاقة الارتباطية بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين.

العينة	العدد	قيمة معامل الارتباط بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين.		القيمة التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
مرشدين ومرشدات	250	$-0,220$		$-3,499$	1.96	دالة

تشير النتيجة بوجود علاقة عكسية بين السلامة النفسية والاجهاد المهني لدى المرشدين التربويين, أي أن المرشد التربوي كلما كان متمتع بمستوى عال من السلامة النفسية استثمر امكاناته وطاقاته لمواجهة الموقف وانجاز مهام العمل الارشادي, ومتوافق مع المتغيرات التي تحيط به, ويقل لديه الاجهاد المهني, والعكس صحيح. ويرى الباحثان أن هذه النتيجة منطقية لان السلامة النفسية تعني الحماية من المخاطر والصراعات والتهديدات الخارجية والداخلية وتعزيز احساسه بالامن والطمأنينة والراحة وتدعم ثباته ومقاومتهم تجاه المؤثرات السلبية, مما يضعف لديه الاجهاد المهني لأنه يشعر بأن امكانيات وقدرات اكبر من الموقف الذي يواجهه.

*- الاستنتاجات

- 1- إن المرشدين التربويين يتمتعون بالسلامة النفسية في اداء المهام الارشادية, ولديهم اجهاد مهني
- 2- السلامة النفسية لدى المرشدين التربويين تساعد في الحد من الاجهاد المهني في العمل الارشادي داخل المدارس.

3- إن المرشدين التربويين يتمتعون بمستوى عال من السلامة النفسية، لأن المرشد التربوي يسعى لتقديم الدعم المبني على أسس علمية صحيحة ويتسم بالمرونة والهدوء من أجل ضمان استقراره ومقاومته للتأثيرات السلبية المحيطة به.

4- إن المرشدين التربويين لديهم اجتهاد مهني يختلف باختلاف الجنس، والذكور أكثر اجتهاد من الاناث.

*- التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحثان بما يأتي:

1- اشراك المرشدين التربويين بالدورات التأهيلية والتطويرية التي تساعد في تحمل الاجتهاد المهني وتعزيز السلامة النفسية.

2- العمل على تنمية مفاهيم السلامة النفسية والاجتهاد المهني لدى المرشدين التربويين عبر تزويد شعب الارشاد في مديريات التربية باداتي(السلامة النفسية والاجتهاد المهني) للاستفادة منها لتعزيز المفهومين لديهم.

3- تنمية السلامة النفسية والاجتهاد المهني لدى طلبة قسم الإرشاد النفسي والعلوم التربوية والنفسية بوصفهم مرشدي المستقبل ليتمكنوا من إدارة العملية الارشادية مستقبلاً .

*- المقترحات

1- تصميم برامج تدريبية تعتمد على الاساليب الارشادية لتنمية السلامة النفسية، وخفض الاجتهاد المهني لدى المرشدين التربويين.

2- إجراء المزيد من البحوث المشابهة لهذا البحث لتشمل فئات ومجتمعات تعليمية أخرى(المدرء، المدرسين،الاداريين) .

3- اجراء بحوث للكشف عن علاقة السلامة النفسية بمتغيرات أخرى (التفاعل الاجتماعي، المناخ المدرسي، العدالة التنظيمية) لدى المرشدين التربويين.

4- إجراء بحث لمعرفة المشكلات التي تواجه المرشدين التربويين(ذكور/اناث) في البيئة المدرسية والتي تحد من قدرته على العمل الارشادي .

*- المصادر

1- الحساوي،نور مكي حميد(2021): العافية الشخصية والسلامة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الارشادية لدى المعلمين، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية، جامعة بغداد.

2- دويج، سهاد كاظم(2022): الاجتهاد المهني وعلاقته بالصمود النفسي لدى المرشدين التربويين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الاساسية، الجامعة المستنصرية.

3- الشهري، سعاد بنت سفير بنت عبدالله(2022): السلامة النفسية وعلاقتها بدور المرشد الطلابي في مدارس التعليم العام بمدينة مكة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا التربوية، جامعة الملك عبد العزيز، جدة، السعودية.

4- عثمان، فاروق السيد (2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة.

- 5- العامري، علي محسن ياس (2009): **الاسناد الاجتماعي وعلاقته بالاجهاد لدى المرشدين التربويين**، رسالة ماجستير (منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- 6- المحمودي، محمد سرحان (2019): **مناهج البحث العلمي**، ط3، صنعاء، دار الكتب .
- 7- المنيزل، عبد الله فلاح والعنوم، عدنان يوسف، (2010): **مناهج البحث في العلوم التربوية**، الاردن ، عمان ، دار إثراء للنشر والتوزيع.
- 8- وزارة التربية العراقية (2002): **كراس توجيهي في الارشاد التربوي**، اعداد لجنة مختصة، المديرية العامة للتعليم الثانوي، مديرية الارشاد التربوي.

- 9- Bordovskaia A H, Baeva M .(2015b). **Exploring the psychological safety of R&D teams: An empirical analysis in Taiwan**. Journal of Management & Organization, 18,.
- 10- Bordovskaia A H, Baeva.M. (2017). **Linking leader inclusiveness to work unit performance: The importance of psychological safety and learning from failures**. Leadership Quarterly, 23.
- 11- Coyen.J.C & Lazarus R.S. (1980): **Cognitive style, stress perception and coping In I. Kata shand Hand Book of stress and anxiety Contemporary Knowledge**.Theory and treatment-san francisco. developmental psychopathology Pergamon Press:(231-233).
- 12- Edward , C. (1999): **Relation oppraisals coping and adjustment** , Journal of Scounsling Psycholog.
- 13- Folkman, S. (1997): **Meaningful Events as Coping with Chronic Stress**, New York; Plenum Press.
- 14- Gu Q, Wang GG, Wang L. (2016). **Social capital and innovation in R&D teams: The mediating roles of psychological safety and learning from mistakes**. R & D Management,43. <http://dx.doi.org/10.1111/radm.12002>.
- 15- Hutt GK. (2018). **Experiential learning spaces: Hermetic transformational leadership for psychological safety**, consciousness development and math anxiety related inferiority complex depotentiation. (Unpublished doctoral dissertation), Case Western Reserve University.
- 16- Kark R, Carmeli A. (2009). **Alive and creating: The mediating role of vitality and aliveness in the relationship between psychological safety and creative work involvement**. Journal of Organizational Behavior, 30. doi: 10.1002/job.571.
- 17- Kirkman BL, Mathieu JE, Cordery JL, Rosen B, Kukenberger M. (2017). **National diversity and organizational community of practice performance: The moderating effects of psychological safety and media richness**. Unpublished manuscript.
- 18- Lazarus, R. Set Folkman, S(1985): **stress, appraises and coping** .New York springer. Schweitze.
- 19- Lazarus, R, S. (1993): **Coping theory and research: past, present and future** Psychosomatic medicine vo(234- 247) .
- 20- Lazarus, R, S(2001): **Relational meaning and discrete emotions**. In K. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds) **Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research** (pp. 37–67). New York: Oxford University Press.
- 21- Nobert Sillamy (1996) : **Dictionnaire de la Psychologie**, Larousse, Paris.
- 22- Sauter, S., Murphy, L., Colligan, M., Swanson, N., Hunell, J., Scharf, F., ... Tisdale, J. (2009). **Stress... at work (NIOSH)**. Cincinnati, IL: DHHS (NIOS-)CDC. Leka, s. Hassard, J. Yanagida, A.,2012 investigating the impact of psychological risk and occupational stress on psychiatric hospital nurse mental well-being in Japan. **J. Psychiatry. Mental. Health nurse**. 19(2), 123-131.
- 23- Wang, Y, Liu., & zhu, Y.(2018): **Humble leadership, psychological, knowledge sharing and follower creativity: across-level investigation**. Frontiers in psychology, 9,1727.

- 24- Wheeler A, Gittell JH. (2015). **High-quality relationships, psychological safety, and learning from failures in work organizations.** Journal of Organizational Behavior. <http://dx.doi.org/10.1002/job.565>.
- 25- Zaman, U., Abbasi, M. (2020): **Linking transformational leadership and individual learning behavior:** Role of psychological safety and uncertainty avoidance, Pakistan Journal of Commerce and Social Sciences (PJCSS), ISSN 2309-8619, Johar Education Society, Pakistan (JESPK), Lahore, Vol. 14, Iss. 1, pp. 167-201.