مواقف الحياة الضاغطة لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الأسمرية الإسلامية

كلية التربية نموذجاً

نجاة موسى الفيتوري اشميلة

حنان رمضان علي الديـــب

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مواقف الحياة الضاغطة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة ومحاولة التعرف على ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائياً بين " الذكور . الإناث " على مقياس مواقف الحياة الضاغطة موضع الدراسة استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الاستدلالي ، تكونت عينة الدراسة من (60) عضو هيئة تدريس منهم (30) ذكور و (30) إناث تراوحت أعمارهم بين (35 . 45) عاماً ، تم استخدام استبيان مواقف الحياة الضاغطة من (إعداد الباحثتين)، تم استخدام الأساليب الإحصائية من المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و اختبار " ت "

أسفرت نتائج الدراسة على:

1 . هناك ضغوط نفسية متمثلة في بعد الضغوط النفسية وكان على رأسها وجود صعوبة في القيام بالزيارات والتواصل الاجتماعي.

2 . عدم اهتمام عضو هيئة التدريس بأفراد اسرته واتسامهم بعدم التسامح والمرح.

3 . عدم تناسب طموحات أعضاء هيئة التدريس لبعض المواد العلمية التي يدرسونها.

4 . تدني المستوى دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لصالح الإناث على بعد الضغوط الشخصية.

6 . عدم وجود فرق دال بين الذكور والإناث في الضغوط المهنية.

مقدمة

تعد الجامعة أهم المؤسسات الفعالة في تنمية المجتمع ، ذلك أنها تقوم بإعداد الكوادر المؤهلة أكاديمياّ و عملياً و يعد عضو هيئة التدريس أساس التنمية بجميع مجالاتها لاسيما صناع المستقبل غير أن أعضاء هيئة التدريس في الفترة الأخيرة ظهرت لديهم العديد من المشاكل نتيجة تعقد الحياة و غلاء المعيشة وشح الدورات التدريبية ، في هذا الصدد ترى فشر(**FISHER 1994**) أن الحياة الأكاديمية أصبحت مسببة للضغوط فالحكومات أصبحت أكثر تدخلاً في شؤن الجامعات و زاد عبء العمل فيها فالمناخ الجامعي لا يساعد على الإبداع و أصبح الأستاذ الجامعي يعاني من الضغوط النفسية بسبب العديد من المشاكل منها نقص الرواتب، عدم القدرة على التوفيق بين الحياة الأكاديمية و الاجتماعية.

لأن مهنة التدريس تعد واحدة من المهن الضاغطة أو الملحة على حالته النفسية قد تجعله غير راض عن عمله، قد تضعه في مواقف معينة يشعر بالضيق وعدم الارتياح إزاءها، مما قد ينعكس على مدى توافقه الشخصي والعلمي وفق طبيعة المشكلة أو الموقف الحياتي في بيئية المحيطة به، ولقد دفع ذلك الكثير من الباحثين والمتخصصين لإيلاء موضوع المعاناة من تلك الكثير من الاهتمام من خلال إجراء البحوث التي قد تسهم في عملية التخفيف من تلك الضغوط (المياحي،2010: 5 . 6).

مشكلة الدراسة:

يمكن تحديد مشكلة الدراسة في ثلاثة تساؤلات رئيسية هي:

التساؤل الأول: ماهي أكثر مظاهر (مواقف الحياة الضاغطة) التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الأسمرية الإسلامية "كلية التربية زليتن " ؟، والذي إنبثق منه ثلاثة تساؤلات فرعية هي:

1- ماهي أكثر مظاهر الضغوط النفسية والأسرية التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الأسمرية الإسلامية "كلية التربية زليتن؟

2- ماهي أكثر مظاهر الضغوط الشخصية التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الأسمرية الإسلامية " كلية التربية زليتن؟

3- ماهي أكثر مظاهر الضغوط المهنية التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الأسمرية الإسلامية " كلية التربية؟

التساؤل الثاني: أي نوع من أنواع الضغوط قيد الدراسة (الأسمرية الإسلامية "كلية التربية زليتن أكثر؟

التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية بين أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وفقا لمتغير الجنس؟، وانبثقت من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية الأسرية بين أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وفقا لمتغير الجنس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط الشخصية بين أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وفقا لمتغير الجنس؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط المهنية بين أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وفقا لمتغير الجنس؟

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أهم الضغوط النفسية التي يعاني منها أعضاء هيأة التدريس بكلية التربية زليتن بالجامعة الأسمرية الإسلامية.

أهمية الدراسة:

1- قد تسهم نتائج الدراسة في فهم مواقف الحياة الضاغطة لأعضاء هيئة التدريس مما يساعد في وضع استراتيجيات إدارية وتربوية في لهم.

2- تعتبر الدراسة الحالية مؤشراً هاماً للمسؤولين في التعليم العالي لفهم المشكلات التي يعاني منها أعضاء هيئة التدريس وعمل الخطط لمعالجتها ورفع كفاءة الأستاذ الجامعي.

3- تقع هذه الدراسة في إطار الدراسات التي تهتم بفحص مواقف الحياة الضاغطة ومن ثمت العمل على العوامل الواقية من الأثر النفسي الناتج عن تعرض الفرد لمواقف الحياة الضاغطة

4- تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الشريحة المعنية بالدراسة التي تعتبر دعامة المجتمع في المجال التربوي والذي يعتبر النهوض به بمثابة الصلاح بأجيال ومستقبل الشباب.

مصطلحات الدراسة:

1. الضغوط النفسية:

عرف لازاروس (Lazarus, 2006) الضغوط النفسية على أنها قوة خارجية تؤثر على النظام الفسيولوجي و النفسي للفرد، والضغوط النفسية هي نتاج تقييم المواقف المهددة والتي يتميز بها الفرد عن غيره. (Lazarus , 2006 ;P 88).

التعريف الإجرائي بالضغوط النفسية في هذه الدراسة: هي الدرجة التي يتحصل عليها عضو هيأة التدريس بالجامعة على أستبيان مواقف الحياة الضاغطة المستخدم في الدراسة الحالية.

2. أعضاء هيئة التدريس: هم خريجي الجامعات ممن تحصلوا على شهادات علمية أكاديمية عالية " ماجستير " وإجازة علمية دقيقة دكتوراه " في تخصصاتهم العلمية التي درسوها.

حدود الدراسة: تتحدد الدراسة الحالية بحدودها البشرية المتمثلة في أعضاء هيأة التدريس بكلية التربية زليتن (ذكور . إناث) والزمنية للعام 2019 . 2020.

منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي لمناسبته لأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة: يمثل مجتمع الدراسة جميع أعضاء هيأة التدريس بكلية التربية زليتن الجامعة الأسمرية.

أدوات الدراسة: اعتمدت الدراسة على استبيان مواقف الحياة الضاغطة من إعداد الباحثتين.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (60) عضو هيأة تدريس من الجنسيين (30) ذكور و (30) إناث.

الإطار النظري:

الضغوط اصطلاحاً:

تعريف بيم الن (bem allen1995) "الضغوط تنشا من خلال تفاعل الفرد مع البيئة و تتمثل في أعباء العمل ، صراع الأدوار وفي تشكيلة علاقاته مع الأخرين " (خليفة، 2004 : 60).

تعني الضغوط " تلك الظروف المرتبطة والتوتر والشدة تعيق التوافق عند الفرد ما ينتج عن ذلك من أثار جسمية ونفسية، وقد تنتج الضغوط كذلك من الصراع والإحباط والحرمان والقلق (عثمان، 2008: 96).

فبدءاً من منتصف القرن الماضي بدأت علاقاتنا مع الأخرين تتخذ نمطاً أقل استقرار فإننا نصبح أقل وأقل رضا ونتساءل بعصبية شديدة عما لو كانت القرارات التي تتخذها صحيحة فإن معايرنا للجمال وتوقعنا النجاح

ورغبتنا في السعادة المستمرة الصارمة تجعلنا غير قنوعين بعالم تنمو فيه أجهزة توفير الجهد (روبرت، 2012: 6).

يعد الضغط عنصراً مجدداً للطاقة الانسيابية، وبدون الضغط تصبح الحياة بدون معنى فالفرد القادر على احتواء المتطلبات والاستمتاع بالاستشارة التي تسببها الضغوط فان الضغوط قد تكون مقبولة ومفيدة.

يحدد " مالك لين "متغيرين أساسيين يؤديان بالعمل الى تجاوز حدود الاحتمال، وبالتالي الضغوط النفسية مرتبطة بالعمل، وهما العبء الكمي وهو زيادة حجم العمل المطلوب إنجازه، والعبء الكيفي وهو أن العمل يتطلب مهاماً صعب في تحقيقها، فالمعلمون الذين يدركون بوضوح المهام والمسؤوليات الملقاة على عاتقهم يخبرون توتر ونقصاً في ثقتهم بأنفسهم (عثمان، 2008: 96).

يقصد بالضغوط النفسية كافة المواقف التي يتعرض لها الأفراد عبر حياتهم اليومية سواء أكانت احداث مؤلمة أو سارة. (عبد الخالق، 1998: 36-38).

أهمية الكفاءة في مقاومة الضغوط:

إن مصائر الأمم والمؤسسات والشركات التي نعمل فيها أو نديرها تتوقف على كفاءتنا في الإدارة والتحكم في الضغوط، إن تحقيق الأحلام وإدراك السعادة الشخصية والمحافظة على الصحة تتأمل بشكل أساسي في قوة الأنا (قوة الشخصية) والقدرة على مواجهة ضغوط الحياة. (عثمان، 2008: ص 165).

المؤشرات الدالة على الضغوط النفسية:

أوضح العديد من الباحثين ومنهم كينتون (Kenton , j , 1994 ; 26) أن الضغوط النفسية عدة مؤشرات هي :

1. صعوبة في التفكير. 2. صرامة الرأي وعدم الموضوعية 3 . العدوان والاستثارة بدون مبرر 4 . الخجل والانطواء 5 . عدم القدرة على الاسترخاء.

أسباب الضغوط النفسية:

قدم هول و موراي HALL MURRAY قائمة مختصرة بأسباب الضغوط النفسية .

ضغوط ناتجة عن الأخطار و الكوارث، ضغوط ناتجة عن ولادة أشقاء، ضغوط ناتجة عن و النبذ عدم الاهتمام و الإحتقار، ضغوط ناتجة عن العدوان، ضغوط ناتجة عن الخصوم والأقران المتنافسين، ضغوط ناتجة عن العطف عن الأخر و التسامح، ضغوط ناتجة عن السيطرة وحب السيطرة، ضغوط ناتجة عن الدونية (جماعياً، بدنياً، فكرياً).(عبد المقصود، 2007، 14: 15).

من ناحية أخرى فأن الباحثتين ترى أن هناك عوامل أخرى قد تنضم إلى هذه العوامل سابقة الذكر والتي بدورها إسباب شأنها أن تكون ضغوطاً نفسية مهنية لدى أعضاء هيأة التدريس بالجامعة.

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

1. نظرية المواجهة و الهروب (fight flight theory):

ترجع هذه النظرية للعالم الفسيولوجي و**التر كانون** الذي حاول تفسير الاستجابات الفسيولوجية للضغوط في الدراسة عن كيفية استجابة كل من الإنسان والحيوان اتجاه التهديد الخارجي والمواقف الضاغطة لقد وجد ان هناك عدداً من الأنشطة المتشابهة التي تشير الغدد الكظرية والجهاز العصبي السمبتاوي و زيادة كمية الأدرينالين في الدم ويؤدي إلى سرعة التنفس وزيادة حامضية الدم واندفاعة كالأنسجة العضلية وتحرير الدهون المخزونة التي تهيء الجسم لمواجهة الخطر أو الهروب منه وحدوث تغيرات فسيولوجية مثل اضطرابات في المعدة وزيادة نبضات القلب واضطراب في الكلام. (الدباغ، فخري، 1977: 58)، وقد أطلق عليها ايضا أسم الاستجابة الطارئة الحي إما ان يواجه الضاغط ويتحدى له وإما أن يتجنب هذا الموقع ويهرب منه (حسين، طه، 2012: 52).

2. النظرية المعرفية (THE COYNITIVE THEORY):

تعد نظرية لازاروس وفوكمان من أكثر النظريات شهرة في تغير الضغوط النفسية وترى هذه النظرية الغربية أن الفرد و بيئته يتعايشان معاً في إطار علاقة ديناميكية وترى هذه النظرية أن الضغوط تشير الى الحالة النفسية والعاطفية التي يتم تمثيلها داخل الفرد، ترتكز هذه النظرية على التفاعل والتدخل بين العوامل المتعلقة بالظاهرة باختبارها مؤخراّ و كذلك العمليات العقلية والفردية التي يستعملها الفرد للفهم والتحكم في المؤثر المهدد لكيانه ومن ثم تحديد الأساليب المقاومة التي بإمكانه استخدامها لمواجهته والمفهومان الرئيسيان في هذه العملية هما التقدير المعرفي و المقاومة (Mark , G . M & Smith , A . P , 2008 : 41).

ما سبق تستنتج أن كل نظرية قد فسرت جزءاً من استجابة الضغوط حيث تمثل كل منها توجها مختلفاً في تفسير مفهوم الضغوط حيث يرى لازاروس أن الضغوط تنشا من خلال علاقة القائمة بين الشخص وبيئته فيما يرى والتر كانون ان الضغوط النفسية تظهر من خلال استجابة الفرد الفسيولوجية الصادرة عن مواجهة ما يتعرض له من عومل ضاغطة فهو يركز في نظرية الفرد الفسيولوجية الصادرة عن مواجهة ما يتعرض له من عوامل

وهنا يمكن ذكر بعض النظريات التي فسرت الضغوط النفسية منها نظرية هانز سيلي حول التكيف الفسيولوجي للأحداث الضاغطة ونظرية موراي الذى قدم فيها مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط ونظرية سبيليرجر الذي أعتمد في تفسيرها على نظرية الدوافع ونظرية سيلجمان الذي يطلق عليها العجز المكتسب وغيرها من النظريات .

أنواع الضغوط النفسية:

الضغوط الانفعالية والنفسية (القلق، الاكتئاب، المخاوف)، الضغوط الاجتماعية كالتفاعل مع الأخرين، الضغوط الأسرية بما فيها الصراعات الأسرية والطلاق وغيرها، ضغوط العمل (عبيد 2008: 40).

الدراسات السابقة.

1. **دراسة جعفر عبد الكاظم (2010)**: هدفت الدراسة الى التعرف على ضغوط العمل الملحة التي يتعرض لها أعضاء هيأة التدريس العاملين في الاقسام جامعة الزيتونة الاردنية وتكونت عينة البحث من (104)عضو هيأة التدريس تم اختيارها من بين (312) عضو هيأة التدريس وقام الباحث بناء مقياس ضغوط العمل وأستفرت النتائج إلى أن المجال المعيشي المتمثل بعدم كفائت الراتب الشهري لعضو هيئة التدريس يشكل ملحاً عليه وإن النسبة الجامعية لا تملي الواقع والطموح والعلاقة الاجتماعية متماشية بين أعضاء هيأة التدريس وإن عضو هيئة التدريس يعاني من ضغوط تشعره بالضيق والتوتر النفسي ما يتعكس مليا على رضاه الوظيفي .
2. **دراسة فاطمة بنت على بن ناصر الدوسري (2013)** هدفت هذه الدراسة الى التفرق في العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط النفسية لدى أعضاء هيأة التدريس بجامعة الأميرة نورة بالرياض، وذلك من خلال بحث الفروق بين مرتفعي ومنخفض الذكاء الوجداني في الضغوط النفسية، بالإضافة إلى تعرف أي من مهارات الذكاء الوجداني التي من الممكن استخدامها في التنبؤ بالضغوط النفسية لدى عينة الدراسة، أشتمل مجتمع الدراسة على عينة الدراسة قوامها (132) من الأساتذة بكلية التربية بجامعة الاميرة نورة بالرياض وقد أستخدم مقياس الضغوط النفسية ومقياس الذكاء الوجداني، وأشارت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالضغوط النفسية من خلال الذكاء الوجداني وكذلك لابد من فهم المشاعر ومعرفة تطورها و تحولاتها واستغلال تلك المعرفة في تسير عملية التفكير .
3. **دراسة وائل السيد السيد (2018)**: التي هدفت لدراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى أعضاء هيأت التدريس بجامعة الملك سعود.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي وأدوات الدراسة ومقياس الضغوط النفسية ومقياس جودة الحياة من إعداد الباحث وتكون عينة الدراسة من مجموعة من (140) عضو هيأة تدريس بجامعة الملك سعود و كانت توجد علاقة ارتباط بين الضغوط النفسية وجودة الحياة موجبة.

منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي لمناسبته لأهداف الدراسة

مجتمع الدراسة: يمثل مجتمع الدراسة جميع أعضاء هيأة التدريس بكلية التربية زليتن الجامعة الأسمرية الإسلامية، البالغ عددهم (100).

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (60) عضو هيأة التدريس بنسبة (60 %) وجميع أعضاء هيأة التدريس ذو مستوى أجماعي واقتصادي جيد جداً كما راعت الباحثتين أفراد العينة من أعضاء هيأة التدريس بكلية واحدة و إختارتا الباحثتين التربية نظراً لأنهما تعمل بها، وتطبيق الاستبيان عليهم بصورة منتظمة و كان عددهم (30) ذكور، (30) إناث.

أدوات الدراسة:

نظراً لعدم وجود مقياس لقياس الضغوط النفسية لأعضاء هيأة التدريس بالجامعة قامت الباحثتين في الدراسة الحالية بإعداد استبيان مواقف الحياة الضاغطة للأعضاء هيأة التدريس بالجامعة قامت الباحثتين بإعداده.

الإطار الميداني

منهج الدراسة:

وفقا لطبيعة الدراسة الحالية ومشكلة الدراسة وتساؤلاتها، تم استخدم المنهج الوصفي والذي يقوم على دراسة الظاهرة ووصفها وصفا دقيقا كما توجد في الواقع ويعبر عنها تعبيرا كيفيا أو كميا، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقميا يوضح مقدار الظاهرة أو حجمها ودرجة ارتباطها بالظواهر الأخرى (عبيدات وآخرون، 2004).

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الاسمرية الإسلامية، وقد أخد منهم عينة بلغت 60 عضو من الأقسام الموجودة في الكلية، والجداول التالية توضح خصائص العينة من حيث متغير الجنس:

جدول رقم (1) يبين توزيع أفراد العينة وفقا لمتغير الجنس

التخصص	العدد	النسبة
ذكور	30	%50
أناث	30	%50
المجموع	60	%100

من الجدول رقم (1) تبين أن عدد أعضاء التدريس من الذكور يساوي عدد عضوات هيئة التدريس من الإناث، فقد بلغت نسبة كل منهما 50 %.

تصحيح الأداة: تم تصحيح الأداة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (2) يبين تصحيح استبيان مواقف الحياة الضاغطة لأعضاء هيأة التدريس بالجامعة

موافق جداً	موافق إلى حد ما	لا أدرى	غير موافق الى حد ما	غير موافق اطلاقا
2	1	0	0	0

من الجدول السابق يتبين أن عضو هيئة التدريس يعبر عن شعوره بالضغط عندما يجيب على العبارة بالموافقة المطلقة أو الموافقة إلى حد ما، أما الإجابة عن العبارة بعدم الموافقة عليها فتعني أنه لا يشعر بمظهر الضغط المتعلق بها، عليه فانه سيتم التعبير عن مستوى الضغط وفقا لثلاث مستويات هي:

المستوى الأول: ضغط منخفض وهو الذي يقع متوسطة ما بين 0 إلى 0.66.

المستوى الثاني: ضغط متوسط وهو الذي يقع متوسطة ما بين 0.67 إلى 1.30.

المستوى الثاني: ضغط متوسط وهو الذي يقع متوسطة ما بين 1.31 إلى 2.

كما سيتم مقارنة متوسط كل عبارة بالصفر عند الإجابة عن تساؤلات الدراسة باعتبار أن الصفر هو الدرجة التي يبدأ بعدها شعور عضو هيئة التدريس بالضغط.

صدق الأداة:

للتأكد من صدق أداة الدراسة تم استخدام الصدق البنائي أو صدق التكوين الفرضي، ويعني قدرة الاختبار على قياس تكوين فرضي معيّن أو سمة معيّنة، ويحدد من خلاله مدى ارتباط نتائج المقياس بالحقائق ذات العلاقة بموضوعه. ويستدل على صدق التكوين بعدة طرق منها الصدق التميزي (صدق المقارنة الطرفية)، فقدرة المقياس على التمييز بين المجموعة ذات الأداء العالي على المقياس وبين ذات الأداء المنخفض على المقياس يعد مؤشرا هاما على الصدق، وقد تم التحقق من صدق أداة الدراسة بهذه الطريقة وذلك باستخراج الفروق بين متوسط المجموعة العليا (أعلى 25%من الدرجات)، ومتوسط المجموعة السفلى(أدنى 25% من الدرجات) باستخدام معادلة ت للفروق بين مجموعتين غير متساوية التباين (Independent Samples Test Equal variances not assumed) باعتبار أن هناك فرقا كبيرا في الانحراف المعياري بين المجموعتين.

وأظهرت النتائج كما هو مبين في الجدول رقم (3) أن هناك فروقا دالة إحصائيا بين المجموعتين عند مستوى معنوية 0.05، مما يدل على قدرة الأداة على التمييز.

جدول رقم (3) معاملات تمييز أبعاد

مقياس الاتجاهات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين باستخدام الاختبار التائي

	المتوسط		الانحراف المعياري		قيمة T	درجة الحرية	مستوى المعنوية
	أعلى ربيعي	الأدنى ربيعي	أعلى ربيعي	الأدنى ربيعي			
الأسري الاجتماعي	9,67	2,81	1,23	1,11	16,29	28	0,00
الشخصي	4,60	0,88	0,83	0,96	11,55	28	0,00
المهني	7,00	1,00	1,56	0,82	13,55	28	0,00

من نتائج الجدول السابق يتبين أن مقياس اتجاهات أعضاء هيئة التدريس نحو استخدام تكنولوجيا التعليم في العملية التعليمية تمتع بالقدرة التميزية وذلك من خلال النظر إلى قيمة ت للفروق بين الربيعين الأعلى والأدنى على المقياس والتي كانت دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.001، وبذلك يمكن الاعتماد على المقياس في هذه الدراسة.

الأداة:

تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ لاستخراج ثبات أداة الدراسة، وبلغت درجة ثباتها بهذه الطريقة 0.88، وهي درجة ثبات مرتفعة تجعلنا نطمئن لاستخدامها في جمع بيانات الدراسة.

الإجابة عن تساؤلات الدراسة:

تمثلت تساؤلات الدراسة في ثلاث تساؤلات رئيسية هي:

التساؤل الأول: ماهي أكثر مظاهر الضغوط التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الاسمرية الإسلامية "كلية التربية زليتن" ؟، والذي انبثق منه ثلاثة تساؤلات فرعية هي:

1- ماهي أكثر مظاهر الضغوط الاجتماعية والأسرية التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الاسمرية الإسلامية "كلية التربية زليتن؟

2- ماهي أكثر مظاهر الضغوط الشخصية التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الاسمرية الإسلامية "كلية التربية زليتن؟

3- ماهي أكثر مظاهر الضغوط المهنية التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الاسمرية الإسلامية "كلية التربية"؟

التساؤل الثاني: أي نوع من أنواع الضغوط قيد الدراسة الجامعة الاسمرية الاسلامية كلية التربية زليتن أكثر؟

التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟، وانبثقت من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط الاجتماعية الأسرية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط الشخصية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط المهنية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟

للإجابة عن التساؤلات الفرعية المنبثقة عن التساؤل الأول تم استخدام اختبار ت للفروق للعينة الواحدة (One-Sample Test) والذي تم من خلاله مقارنة متوسط العينة بالمتوسط الفرضي للمقياس (الصفر) كما هو مبين في الجدول التالية:

جدول رقم (4) يبين أكثر مظاهر الضغوط الاجتماعية والأسرية التي يتعرض لها أفراد العينة

العبارة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	مستوى الضغوط
لا يهتم كل منا بالآخر داخل الأسرة	1,20	0,86	10,81	59	0,00	متوسط
لا يوجد استقرار في حياتي الأسرية	0,28	0,64	3,43	59	0,00	ضعيف
أجد تباعدا بيني وبين أفراد أسرتي(في الواجبات و الحقوق)	0,38	0,69	4,30	59	0,00	ضعيف
من الصعب علي أن أرى الناس تعاني	0,43	0,74	4,51	59	0,00	ضعيف
من الصعب علي التكيف خارج المنزل إذا ما أجبرت لذلك	0,60	0,72	6,47	59	0,00	ضعيف
لا يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح و المرح	0,82	0,77	8,22	59	0,00	متوسط
ؤ		0,66	3,94	59	0,00	ضعيف
يلازمني شعور دائم بالأفكار السلبية لمحيطي الاجتماعي	0,47	0,70	5,16	59	0,00	ضعيف
أشعر عموماً أعصابي مشدودة أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين	0,13	0,50	2,05	59	0,04	ضعيف
أشعر أنني ضحية للظروف الاجتماعية بلا حول ولا قوة	0,15	0,48	2,42	59	0,02	ضعيف
أجد صعوبة القيام بزياراتي الاجتماعية و التواصل الاجتماعي	1,23	0,95	10,11	59	0,00	متوسط

من نتائج الجدول رقم (4) يتبين أن جميع قيم ت كانت دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقل عن 0.05، ويدل ذلك على أن أفراد العينة يعانون من مستوى من الضغوط باعتبار أن متوسطهم على جميع مظاهر الضغوط الاجتماعية قد تجاوز الصفر، وبالنظر إلى متوسطات أفراد العينة على مظاهر الضغوط الاجتماعية والأسرية، نلاحظ أن أكثر مظهر ضغط اجتماعي يعاني منه أعضاء هيئة التدريس هو وجودهم صعوبة في القيام بزياراتهم الاجتماعية والتواصل الاجتماعي بمتوسط بلغ 1.23، وهو يقع في المستوى المتوسط من الضغوط، في حين كان أكثر مظهر ضغوط أسري يعاني منه أعضاء هيئة التدريس هو عدم اهتمام كل من أفراد

الأسرة بالأفراد الآخرين داخل الأسرة بمتوسط بلغ 1.20، وهو يقع أيضا في المستوى المتوسط من الضغوط، كما جاء مظهر عدم اتسام سلوك عضو هيئة التدريس بالتسامح والمرح كذلك في المستوى المتوسط من الضغوط بمتوسط بلغ 0.82. بينما جاءت جميع مظاهر الضغوط الاجتماعية والأسرية الأخرى في المستوى الضعيف حيث تراوحت متوسطاتها ما بين 0.13 إلى 0.60. وبذلك يمكن القول بأن أكثر مظاهر ضغوط اجتماعية وأسرية يعاني منها أعضاء هيئة التدريس هي وجودهم صعوبة في القيام بزياراتهم الاجتماعية والتواصل الاجتماعي، وعدم اهتمام كل من أفراد الأسرة بالأفراد الآخرين داخل الأسرة، وعدم اتسام سلوكهم بالتسامح والمرح.

جدول رقم (5) يبين أكثر مظاهر الضغوط الشخصية التي يتعرض لها أفراد العينة

العبارة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	مستوى الضغوط
أتخذ بسرعة القرارات التي تخصني	0,18	0,54	2,65	59	0,01	ضعيف
أشعر بأنني غير قادر على حل المشاكل التي توجهني	0,22	0,56	3,02	59	0,00	ضعيف
اعتقد باني شخص حساس	0,28	0,64	3,43	59	0,00	ضعيف
تنتابني العصبية لأبسط الاصوات المفاجئة	0,28	0,69	3,18	59	0,00	ضعيف
غالبا ما أؤجل ما يجب أن اتخذ من قرارات	0,23	0,62	2,91	59	0,01	ضعيف
اشعر انني متردد جدا في اتخاد قراراتي	0,20	0,55	2,84	59	0,01	ضعيف
غالبا ما أجد نفسي منهمكاً بأفكار سلبية	0,13	0,50	2,05	59	0,04	ضعيف
اشعر بإحساس بعدم تقبل الاخرين لي	0,23	0,59	3,05	59	0,00	ضعيف
لا يقدرني أحد	0,10	0,30	2,56	59	0,01	ضعيف
اعاني من الارق عنما اريد النوم	0,12	0,37	2,43	59	0,02	ضعيف

من نتائج الجدول رقم (5) يتبين أن جميع قيم ت كانت دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقل عن 0.05، ويدل ذلك على أن أفراد العينة يعانون من مستوى من الضغوط باعتبار أن متوسطهم على جميع مظاهر الضغوط الشخصية قد تجاوز الصفر، وبالنظر إلى متوسطات أفراد العينة على مظاهر الضغوط الشخصية نجد أنها تراوحت ما بين 0.10 إلى 0.28، وهي جميعها في المستوى الضعيف من الضغوط، فيما كانت أكثر

المظاهر الشخصية للضغوط انتشارا لدى أعضاء هيئة التدريس هي اعتقادهم بأنهم أشخاص حساسون، وانهم تنتابهم العصبية لأبسط الاصوات المفاجئة.

جدول رقم (6) يبين أكثر مظاهر المهنية التي يتعرض لها أفراد العينة

العبارة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	مستوى الضغوط
المواد التي ادرسها لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي	0,88	0,83	8,29	59	0,00	متوسط
انخفاض المستوى الاداري لرئيس القسم الذي اتبعه	0,80	0,75	8,21	59	0,00	متوسط
اجد صعوبة في انجاز مفردات المقرات الدراسية	0,15	0,48	2,42	59	0,02	ضعيف
يصيبني الا لم جسمياً في الظهر او في أي عضو في جسمي عند قيامي بالعمل داخل الكلية	0,08	0,33	1,93	59	0,06	ضعيف
لا اجد مساعدة من العميد في حل المشكلات التي اتعرض لها مع الطلبة داخل الكلية	0,22	0,56	3,02	59	0,00	ضعيف
اشعر بالتعب عندما ابذل جهد اثناء المحاضرة وتكون مملة نوعا ما	0,22	0,56	3,02	59	0,00	ضعيف
تضعف طموحاتي في نشر الابحاث العلمية بسبب ضيق الوقت وعدم الدعم العلمي	0,25	0,54	3,58	59	0,00	ضعيف
لا اتلقى تامين طبي	0,15	0,52	2,26	59	0,03	ضعيف
اضجر من تدخل رئيس القسم في التدخل في خصوصيات عملي	0,27	0,58	3,57	59	0,00	ضعيف
العبء الدراسي ارهقني وقلل من جودة ادائي الاكاديمي	0,32	0,68	3,63	59	0,00	ضعيف
المرتب الذي اتقاضاه لا يكفي لسد حاجاتي الاسرية	0,50	0,75	5,18	59	0,00	ضعيف
اتضايق كثيرا من كثرة القرارات الفجائية من ادارة الجامعة بشكل متكرر	0,32	0,68	3,63	59	0,00	ضعيف

من نتائج الجدول رقم (6) يتبين أن جميع قيم ت كانت دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقل عن 0.05، ويدل ذلك على أن أفراد العينة يعانون من مستوى من الضغوط باعتبار أن متوسطهم على جميع مظاهر الضغوط المهنية قد تجاوز الصفر، وبالنظر إلى متوسطات أفراد العينة على مظاهر الضغوط المهنية نجد أن عدم

تناسب المواد التي يدرسها عضو هيئة التدريس مع قدراته وطموحاته كان أكثر مظهرا من مظاهر الضغوط المهنية التي يعاني منه عضو هيئة التدريس بمتوسط بلغ 0.88، وهو في المستوى المتوسط من الضغوط، تلاه انخفاض المستوى الاداري لرئيس القسم الذي يتبعه بمتوسط بلغ 0.80، وهو كذلك في المستوى المتوسط من الضغوط. بينما جاءت جميع مظاهر الضغوط المهنية الأخرى في المستوى الضعيف حيث تراوحت متوسطاتها ما بين 0.15 إلى 0.50.

وبذلك يمكن القول بأن أكثر مظاهر ضغوط مهنية يعاني منها أعضاء هيئة التدريس هي عدم تناسب المواد التي يدرسها عضو هيئة التدريس مع قدراته وطموحاته، وانخفاض المستوى الاداري لرئيس القسم الذي يتبعه.

التساؤل الثاني: أي نوع من أنواع الضغوط قيد الدراسة (الاجتماعية الأسرية، الشخصية، المهنية) يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس أكثر بالجامعة الاسمرية الإسلامية "كلية التربية "؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين الأحادي (Anova) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد الضغوط الثلاث (الاجتماعية الأسرية، والشخصية، والمهنية)، واستخدام طريقة شيفيه (Sheffa) لاستخراج دلالة الفروق بين الأبعاد الثلاثة كما هو موضح في الجدولين 7، و8

جدول (7) تحليل التباين بين متوسطات أفراد العينة حول أبعاد الضغوط قيد الدراسة

	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	Fقيمة	مستوى المعنوية
بين المجموعات	578,4	2	289,2	49,4	0,00
داخل المجموعات	1035,3	177	5,84		
المجموع الكلي	1613,7	179			

من الجدول رقم (7) تبين أن قيمة F قد بلغت 49.4، وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.00، مما يدل على وجود فروق معنوية بين متوسطات أفراد العينة حول أبعاد الضغوط قيد الدراسة، وللتعرف على دلالة الفروق بين الأبعاد تم استخدام طريقة شيفيه كما هو مبين في الجدول رقم (8).

جدول (8) يبين دلالة الفروق بين متوسطات أفراد العينة حول أبعاد الضغوط النفسية قيد الدراسة

نوع الضغوط	معنوية الفروق عند 0.05 باستخدام طريقة شيفيه		
	الشخصية	المهنية	الاجتماعية الأسرية
الشخصية	1,9833		
المهنية		4,4000	
الاجتماعية الأسرية			6,3667

تبين من الجدول السابق أن أعلى متوسط كان للضغوط الاجتماعية الأسرية، تلاتها الضغوط المهنية، فيما كانت أقل أنواع الضغوط التي يشعر بها أفراد العينة هي الضغوط الشخصية، وهذه الفروق دالة إحصائيا عند مستوى معنوية 0,05. وبذلك يمكن القول إن الضغوط الاجتماعية الأسرية هي أكثر أنواع الضغوط التي يتعرض لها أعضاء هيئة التدريس التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية بين أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الاسمرية الإسلامية، تليها الضغوط المهنية، فيما كان الضغوط الشخصية هي أقل الضغوط الت يشعرون بها.

التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟، وانبثقت من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط الاجتماعية الأسرية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط الشخصية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط المهنية بين أعضاء هيئة التدريس وفقا لمتغير الجنس؟

للإجابة عن هذا التساؤلات تم استخدام معادلة ت للفروق (Independent Samples Test) كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (9) دلالة الفروق على أبعاد الضغوط النفسية بين أفراد العينة وفقا لمتغير الجنس

البعد	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى المعنوية
	ذكور	أناث	ذكور	أناث			
الاجتماعية الأسرية	6,33	6,40	2,59	2,95	0,09-	58	0,93
الشخصية	1,50	2,47	1,59	1,89	2,14-	58	0,04
المهنية	4,03	4,77	2,27	2,87	1,10-	58	0,28

من الجدول رقم (9) تبين وجود فروقا دالة احصائيا عند مستوى معنوية 0.04 بين أفراد العينة وفقا لمتغير الجنس في البعد الشخصي للضغوط، حيث بلغت قيمة ت 2.14، وبالنظر إلى متوسطات الجنسين نجد أن متوسط الإناث كان أعلى من متوسط الذكور، بمعنى أن عضوات هيئة التدريس يعانين من الضغوط المتعلقة بالبعد الشخصي أكثر من أعضاء هيئة التدريس الذكور.

ومن نفس الجدول تبين عدم وجود فروقا دالة إحصائيا بين أفراد العينة وفقا لمتغير الجنس في البعدين الاجتماعي الأسري والمهني، بمعني أن متغير الجنس ليس له أثر في الشعور بهاذين النوعين من الضغوط. وعليه يمكن القول بأن متغير الجنس يؤثر في شعور الفرد بالضغوط الشخصية فقط، ولا يؤثر في شعور الفرد بالضغوط الاجتماعية الأسرية والضغوط المهنية.

العبارة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
لا يهتم كل منا بالأخر داخل الأسرة	1,03	1,19	6,71	59	0,00
لا يوجد استقرار في حياتي الأسرية	0,58-	1,27	3,57-	59	0,00
تضعف طموحاتي في نشر الابحاث العلمية بسبب ضيق الوقت وعدم الدعم العلمي	0,57-	1,13	3,90-	59	0,00
من الصعب علي ان ارى الناس تعاني	0,35-	1,35	2,01-	59	0,05
من الاصعب علي التكيف خارج المنزل اذا ما أجبرت لذلك	0,13	1,27	0,81	59	0,42
سلوكي مع الاخرين التسامح والمرح	0,57	1,09	4,01	59	0,00
لا أجد نفسي متحمسا لزيارات الاجتماعية المختلفة	0,47-	1,24	2,91-	59	0,01
يلازمني شعور دائم بالأفكار السلبية لمحيطي الاجتماعي	0,17-	1,29	1,00-	59	0,32
اشعر عموماً اعصابي مشدودة اثناء التفاعل الاجتماعي مع الاخرين	1,35-	1,10	9,49-	59	0,00
اشعر انني ضحية للظروف الاجتماعية بلا حول ولا قوة	1,12-	1,12	7,71-	59	0,00
	4,15-	,61	6,79-	59	0,00

تبين من الجدول السابق أن

4,15-	,61	6,79-	59	0,00
9,01-	,53	16,7-	59	0,00
5,88-	,60	9,73-	59	0,00

العبارة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
أجد صعوبة القيام بزياراتي الاجتماعية والتواصل الاجتماعي	0,97	1,40	5,34	59	0,00
سرعة القرارات التي تخصني	-1,00	1,18	-6,57	59	0,00
اشعر بأنني غير قادر على حل المشاكل التي توجهني	-1,07	1,23	-6,70	59	0,00
اعتقد باني شخص حساس	-0,97	1,39	-5,39	59	0,00
تنتابني العصبية لأبسط الاصوات المفاجئة	-0,88	1,40	-4,88	59	0,00
غالبا ما أؤجل ما يجب أن اتخذ من قرارات	-1,03	1,30	-6,15	59	0,00
اشعر انني متردد جدا في اتخاد قراراتي	-0,98	1,23	-6,20	59	0,00
غالبا ما أجد نفسي منهمكاً بأفكار سلبية	-0,83	1,04	-6,18	59	0,00
اشعر بإحساس بعدم تقبل الاخرين لي	-0,90	1,26	-5,54	59	0,00
لا يقدرني أحد	-1,23	0,98	-9,74	59	0,00
اعاني من الارق عنما اريد النوم	-1,08	1,06	-7,90	59	0,00
	9,01-	,53	16,7-	59	0,00

العبارة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
أجد تباعد بيني وبين افراد أسرتي (في الواجبات والحقوق)	0,55	1,29	3,29	59	0,00
المواد التي ادرسها لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي	0,50	1,21	3,19	59	0,00
انخفاض المستوى الاداري لرئيس القسم الذي اتبعه	-1,18	1,05	-8,73	59	0,00
أجد صعوبة في انجاز مفردات المقرات الدراسية	-1,05	0,89	-9,13	59	0,00
يصيبني الا لم جسمياً في الظهر او في أي عضو في جسمي عند قيامي بالعمل داخل الكلية	-0,67	1,19	-4,35	59	0,00
لا أجد مساعدة من العميد في حل المشكلات التي اتعرض لها مع الطلبة داخل الكلية	-0,62	1,11	-4,32	59	0,00
اشعر بالتعب عندما ابذل جهد اثناء المحاضرة وتكون مملة نوعا ما	-1,03	1,21	-6,63	59	0,00
لا اتلقى تامين طبي	-0,77	1,29	-4,59	59	0,00
اضجر من تدخل رئيس القسم في التدخل في خصوصيات عملي	-0,83	1,40	-4,60	59	0,00
العبء الدراسي أرهقني وقلل من جودة ادائي الأكاديمي	-0,35	1,45	-1,87	59	0,07
المرتب الذي اتقاضاه لا يكفي لسد حاجاتي الاسرية	-0,77	1,41	-4,22	59	0,00
اتضايق كثيرا من كثرة القرارات الفجائية من ادارة الجامعة بشكل متكرر	-0,85	1,20	-5,46	59	0,00
	-9,01	,53	-16,7	59	0,00

رؤى تفسيرية للدراسة:

ـ أن أفراد العينة يعانون من مستوى من الضغوط النفسية على جميع مظاهر الضغوط الاجتماعية و أن أكثر مظهر اجتماعي هو صعوبة في القيام بالزيارات الاجتماعية و التواصل الاجتماعي ، اكثر مظهر في الضغوط الاسرية هو عدم اهتمام كل من افراد الاسرة بالآخرين داخل الاسرة ، كذلك عدم اتسام سلوك اعضاء هيئة التدريس بالجامعة بالتسامح و المرح ، يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الزيارات الاجتماعية و التواصل الاجتماعي يعتبر في المجتمع الليبي من الأولويات الراسخة كما انها تأخذ الزيارة وقت طويل و تحضير قبلها ، قد يعزى عدم اهتمام بالأفراد الاخرين كثرت المسؤوليات المهنية من أعداد محاضرات و اجراء

امتحانات و تصحيح كلا هذا قد يرهق عضؤ هيئة التدريس و تجعله أضعف في علاقته الأسرية اما عدم اتسام عضؤ هيئة التدريس بالتسامح و المرح قد يرجع ذلك الى كثرة الضغوط المهنية الملقاة على عاتقه و التي تحول قدرته المادية المتوسطة خاصة في ظل الاعباء المادية وغلاء مستوى المعيشة في مقابل ما هو مطلوب منهم من ادوار اكاديمية و اسرية .

- أفاد افراد العينة انهم يعانون من الضغوط المهنية وعلى راسها عدم تناسب المواد التي يدرسونها لمستوى طموحاتهم وقدراتهم وقد ترجع الباحثتين هذه النتيجة من خلال عملهن كمحاضرات داخل الجامعة لمدة تزيد عن 10 سنوات لافتقار بعض الكليات لأبسط الامكانيات من شاشات عرض ومراجع علمية حديثة ومكتبة إلكترونية واجهزة وعينات وخامات ومعامل لا تكاد ترتقي للمستوى التطبيقي المطلوب مما قد يجعلهم يعيشون في اغتراب عن تخصصهم بين زملائهم وجعل تكلمت العبء الدراسي حتى وإن كان يبعده عن تخصصه بدرجة من الجودة والاتقان.

- أفاد افراد العينة انخفاض المستوي الاداري لرؤساء الاقسام وافتقارهم للخبرة فجلهم حديثي العهد بالتعليم الجامعي وكانوا في مؤسسات التعليم المتوسط مما يوحي بادراه القسم وكأنها ثانوية ويمكن تفسير ذلك في ضوء قلة الامكانيات والتجهيزات المتوفرة داخل القسم.

- أفاد افراد العينة حسب متغير الجنس " ذكور . إناث" أن الإناث أكثر الضغوط على البعد الشخصي من الذكور، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الإناث لديهن متطلبات شخصية أكثر من الذكور بطبع الانثى العاطفي الامر الذي يجعلهن أكثر إحساساً بالأهمية لتلك الضغوط.

. أفاد أفراد العينة حسب متغير الجنس " ذكور . إناث " أنه لا ثمة فروق دالة احصائياً على بعد الضغوط المهنية ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن اللوائح المنظمة للمرتبات والحوافز واحدة ولا تفرق بين الذكر والأنثى.

التوصيات والمقترحات:

اولاّ . التوصيات:

1 . تقديم الدعم النفسي للأعضاء هيئة التدريس من خلال عقد دورات تنمية بشرية وكيفية تنظيم وإدارة الوقت لتواصل الاجتماعي وتحقيق الاتزان الانفعالي والتكيف المهني.

2 . إعادة النظر في رواتب وحوافز أعضاء هيئة التدريس بحث تتناسب وتتوافق مع ما هو مطلوب منهم من محاضرات ولجان امتحانات وتصحيح من ناحية ومساواتهم ببعض الفئات كالرقابة الادارية وديوان المحاسبة والهيئة القضائية والمؤسسة الوطنية لنفط من ناحية.

3 . تطبيق اللوائح والتعليمات في تكليف رؤساء الاقسام وفق الدرجة العلمية والتخصص الدقيق وسنوات الخبرة بحيث يلزم عميد الكلية ورئيس الجامعة بتطبيقها.

4 . إلزام عضؤ هيئة التدريس بتدريس المواد 1ات التخصص الأكاديمي الدقيق ثم العام وعدم الاستماته على تدريس مواد معينة وتكرارها لعدة سنوات بنفس المحاضرات دون تطوير يذكر

ثانياّ . المقترحات:

1 . إجراء دراسة مماثلة باستخدام أدوات ومقاييس أخرى غير التي استخدمت في هذه الدراسة

2 . دراسة الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية للأعضاء هيئة التدريس بالجامعة.

3 . دراسة العلاقة التدريس بين العلاقة للإنجاز نحو المستقبل لأعضاء هيئة التدريس دراسة مقارنة بين التخصصات " علوم تطبيقية . علوم إنسانية ".

قائمة المراجع:

1. الدوسري، فاطمة بنت على بن ناصر (2013) الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط النفسية لأعضاء هيئة التدريس بجامعة الاميرة نورة مجلة العلوم التربوية مجلد (21)، العدد (3) يوليو (ص61- 94). 4

2. الماحي، جعفر عبد كاظم (2010) الضغوط النفسية التي يوجهها عضو هيئة التدريس وأثرها على الرضا الوظيفي وسبل معالجتها في جامعة الزيتونة الاردنية مجلة واسط للعلوم الانسانية العدد (19).

3. السيد، وائل السيد حامد. (2018) دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى اعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود، المجلة الدولية للدراسات.

4. الدباغ، فخري اصول الطب النفساني. وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الموصل (1977).

5. خليفة، عاصم هدى. نوعية الحياة وعلاقتها بالضغوط لدى المرأة العاملة. رسالة ماجستير (غير منشورة) القاهرة جامعة عين شمس كلية الآداب (2004).

6. عثمان، فاروق السيد، القلق وادارة الضغوط النفسية. دار الفكر العزي، القاهرة (2008).

7. عبد الخالق، أحمد محمد (1998) الصدمة النفسية مع اشارة خاصة الى العدوان العراق على دولة الكويت، مطبوعات متابعة الكويت، الكويت.

8. عبد المقصود، أماني وتهاني عثمان الضغوط الاسرية والنفسية الاسباب والعلاج، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية (2007).

9. عبيدات، ذوقان وعدس، عبد الرحمن وكايد، عبد الحق (2004) البحث العلمي، دار الفكر، القاهرة.

10. روبيرت ال. ليهي، بدون قلق، مكتبة جرير. الرياض.

11. طه، حسين، التكافؤ الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، رسالة الماجستير جامعة ديالى، كلية التربية للعلوم الانسانية (2012).

12. Fisher.S. (1994) stress in academic life the mental assembly line Buckingham higher education and open university press.

13. Kenton, J (1994) Dimensional analysis of children stress full life events American, t of community (8).

14. Mark. G.M & Smith. A. P (2008) stress models Are vie and suggested new direction Vol3. EA- OHP series, Edited by Houdon & S. leak Nottingham university press , 111 – 144 .

15. Lazarus; A history of changing outlook. Annual Review of psychology, V O. 44, p p . 1 – 21.

The stressful attitudes of the faculty members of the University of) (Assyrian – Faculty of Education as a model

Najat Musa Al-Fitouri Shamila *

Hanan Ramadan Ali Al-Deeb **

Abstract

The study aimed to identify the stressful life situations of the faculty members of the Asma University of The Faculty of Education Innedja and to try to identify if there are statistically significant differences between "female males" on the measure of the stressed life situations in question, the two researches used the descriptive inference method, The study sample consisted of (60) faculty members of which (30) male and (30) females ranged in age (35 45) years, the study tools were to questionnaire the stressful life situations of (preparation of researchers), used Statistical methods of arithmetic averages, standard deviations and "T" test

The results of the study resulted in the presence of psychological pressures represented after social pressures and was the head of the difficulty in conducting social visits and social networking, the lack of interest of all family members and their intolerance and fun, as well as the lack of suitability of their ambitions for the subjects they study and the low administrative level of the scientific department, and that there are statistical differences between males and females to reconcile females in the distance of personal pressures and the absence of d difference between males and females in professional pressures

* Lecturer at the Islamic University of Assyrian, Faculty of Education Zliten

** Lecturer at Tripoli University College of Education Tripoli