# الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية
## «دراسة عاملية»


## د. حسن الموسوي

- دكتوراة في الإرشاد والتوجيه التربوي النفسي – جامعة برمنجهام – بريطانيا عام ١٩٩١م.
- قسم علم النفس – كلية التربية الأساسية – الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب – الكويت.

# الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية «دراسة عاملية»


## الملخص:

يهدف هذا البحث إلى دراسة الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية وإبراز العوامل الديموجرافية والدينامية المرتبطة بهذه الضغوط. ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق استبانة الضغوط النفسية (إعداد وتقنين الباحث) على عينة بلغ قوامها (١٢٤) تتضمن (٤٦) مرشداً نفسياً و(٧٨) أخصائياً نفسياً ممن يعملون في مدارس الثانوية في المناطق التعليمية الخمس في دولة الكويت. وقد روعي أن تتباين العينة في المتغيرات التالية: (الجنس - العمر - المسمى الوظيفي - الخبرة).

أسفرت المعالجات الإحصائية الكمية (النسبة التائية - معامل الإرتباط - معامل الشيوع - التحليل العاملي) وكذلك المعالجات الكيفية (تحليل المضمون) عن النتائج التالية:

١ - لا توجد فروق جوهرية بين إستجابات الأخصائيين النفسيين والمرشدين النفسيين على إستبانة الضغوط النفسية.

٢ - أن الأخصائيين النفسيين ذوي الخبرة الأكثر، أقل إحساساً بالضغوط من أقرانهم ذوي الخبرة الأقل.

٣ - أظهر التحليل العاملي أن الضغوط النفسية لدى العاملين في الحقل النفسي تعزي لثلاثة عوامل هي: (حب المهنة - إشباع الحاجات - المتغيرات الديموجرافية).

٤ - أكدت نتائج تحليل المضمون لإستجابات عينة الأخصائيين النفسيين أن الضغوط الشائعة لدى هذه الفئة تتمثل في: (عدم وجود مكان ثابت للعمل - عدم تفهم الأقسام العلمية لطبيعة العمل - قلة الحوافز وقلة الترقيات - ثقل الأعباء المهنية - عدم تعاون الأسرة).

أما الضغوط الشائعة لدى المرشدين النفسيين فهي تتمثل في (تدني نظرة المجتمع - عدم تفهم أولياء الأمور - ضعف العلاوات والرواتب - قلة فرص الترقية).


## مقدمة

تعد ظاهرة الضغوط النفسية من أكثر الظواهر النفسية والاجتماعية تعقيدا، ويلاحظ أن هذه الظاهرة تزايدت مع تزايد سرعة التقدم التكنولوجي، بل أن بعض الباحثين ينظرون إليها باعتبارها إفرازة للفجوة التي حدثت بين التقدم المادي واللامادي.

ومع إغتراب الإنسان عن الله، تلاحقت الضغوط على الإنسان واستشرت في جنبات الحياة المختلفة. إن الضغوط النفسية، شأنها شأن القلق، والعدوان، فهي من توابع الوجود الإنساني، شأنها في حياتنا شأن ملح الطعام، الذي لا غنى عنه في حالة الاعتدالية، ولكننا نمنعه عند الإسراف في استخدامه. إن الهروب من الضغوط، يعد ضرباً من ضروب المستحيل، حيث إن ذلك يعني نقص فعاليات الفرد والإخفاق في الحياة؛ (Kobassa, 1979, p.11).

إننا لا نتصور إنساناً دون ضغوط إلا في حالة الموت فقط، غير أن التعرض المستمر للضغوط، ولا سيما في مستواها الشديد، يمكن أن يؤدي للارتباك في الحياة، والعجز عن اتخاذ القرار، ونقص التفاعل مع الآخرين، وتفشي أعراض الأمراض الجسمية، وغير ذلك من نواحي الاختلال الوظيفي Dysfunctioning؛ (Cohen & Wills, 1995, p.257).

وفي ضوء إحساس الباحث بتفشي هذه الظاهرة لدى العاملين بدولة الكويت، وبناء على ما لمسه، من عزوف الأخصائيين والمرشدين النفسيين عن عملهم، جاءت فكرة هذا البحث، مستهدفة الوقوف على أسباب الضغوط النفسية، وتحديد مصادرها.

إن ثمة مِهَناً تقتضي من المرء التخفيف من التوتر، وتتطلب من ممارسيها ضبط عوامل الضغط والقلق حتى يتسنى لهم أداء واجباتهم الوظيفية، على النحو المرضي والمتوقع، فلا يعقل أن ينجح الأخصائي النفسي، في تقليص ضغوط وقلق مرضاه وهو يعاني بدرجة واضحة من هذه الضغوط، إذ كان فاقد الشيء لا يعطيه.

والبحث الحالي يستهدف تشخيص ظاهرة الضغوط لدى عينة من العاملين في الحقل النفسي (الأخصائي النفسي - المرشد النفسي) وذلك لتحديد مظاهر هذه الضغوط، وكذلك مصادرها، واستجلاء أسبابها.

## أهمية البحث

تقاس أهمية البحث العلمي، بما له من أهمية، في جوانب الحياة المختلفة، ويمكن أن تحدد أهمية البحث، في ضوء الاعتبارات الآتية:

- إن توحد الباحث مع ظاهرة ما، لدى فئة ما، والميل لها، لا يقلل من موضوعية الباحث، بل يُعد ذلك من قبيل تفعيل الدافعية للعمل. ولقد عمل الباحث فترة في حقل الإرشاد النفسي، وخبر عن كثب متاعبه، وهذا يعكس الأمر الذي حمله لإجراء هذا البحث، والوقوف على نتائجه، وهذا الاعتبار يعكس الأهمية السيكولوجية.
- إن محاولة تشخيص ظاهرة الضغوط النفسية لدى فئة الأخصائيين والمرشدين النفسيين، والوقوف على مصادرها وأسبابها، يمكن أن يساعد القائمين على الأمر في وضع استراتيجيات الوقاية والعلاج لهذه الظاهرة، عند هذه الفئة.
- إن أهمية البحث الحالي يمكن أن تعزى إلى تصميم الباحث استبانة الضغوط النفسية، لدى الأخصائي – المرشد النفسي، وتقنينها على البيئة الكويتية، وهذا يعد إثراء للمكتبة السيكولوجية، التي تشكو ندرة هذه الفنيات.
- يسعى البحث الحالي إلى المزاوجة بين المنهجين السيكومتري والكلينيكي حيث يتم التعرف على طبيعة الضغوط النفسية، مصادرها، أسبابها اعتمادا على إحدى الفنيات السيكومترية (استبانة الضغوط)، وكذلك من خلال إحدى الفنيات الكلينيكية (مقابلة مفتوحة)، وهذا من شأنه أن يعمق سبل البحث ووسائله، ويضفي قدرا من المصداقية على النتائج.
- إن نتائج البحث الحالي والفنيات المستخدمة فيه يمكن أن توظف في بحوث تالية، فما العلم إلا خبرات متراكمة يمكن أن تساعدنا في النهاية على تقديم نظرية علمية في مجال التخصص.
- إن من الأهمية بمكان أن نكشف عن علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الديموجرافية، (السن، الجنس، الخبرة) لدى المشتغلين بمهنة الأخصائي – المرشد النفسي، والوقوف على العوامل المختلفة المؤثرة في ظاهرة الضغوط النفسية، حيث يتم استخدام التحليل العاملي كوسيلة إحصائية.
- هذه الظاهرة في حدود علم الباحث، لم يتم معالجتها، عند هذه الفئة المهنية (الأخصائي – المرشد النفسي) وهذا من شأنه، أن يعطي معنى وأهمية خاصين لموضوع البحث الحالي.

## أهداف البحث

**يهدف البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:**

- إعداد استبانة الضغوط النفسية لدى العاملين في الحقل الإرشادي والنفسي، مع توفير الخصائص السيكومترية اللازمة لتقنينها على عينة من المجتمع الكويتي.
- الوقوف على مصادر الضغط لدى هاتين الشريحتين المهنيتين.
- معرفة العوامل الكامنة والمسئولة عن الضغوط النفسية لدى عينة البحث الحالي.
- معرفة الفروق بين الأخصائي النفسي والمرشد النفسي من جهة الضغوط النفسية.

## مشكلة البحث

**وتتحدد مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن الأسئلة الآتية:**

أ - ما الضغوط النفسية الشائعة كما عبر عنها العاملون في المجال النفسي والإرشادي؟

ب - هل تختلف الضغوط النفسية باختلاف عينتي البحث (أخصائي نفسي، مرشد نفسي)؟

ج - هل تختلف الضغوط النفسية باختلاف متغير الجنس؟

د - هل تختلف الضغوط النفسية باختلاف متغير الخبرة؟

هـ - هل تختلف الضغوط النفسية باختلاف متغير العمر؟

و - ما العوامل التي ترتبط بالضغوط النفسية لدى العاملين في هذا المجال النفسي والإرشادي؟

## حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بعدة متغيرات، بحيث يمكن القول: إن أي اختلاف في هذه المتغيرات يمكن أن يؤدي إلى اختلاف نتائج البحث، فهي بمثابة المقومات الرئيسية التي تبرز ملامح هوية البحث وتعيين نتائجه. وتتمثل حدود البحث الحالي عموما في المتغيرات التالية:

**أ - عينة البحث**

وهي تتضمن (ن = ١٢٤) من العاملين أخصائيين نفسيين ومرشدين نفسيين، ويلاحظ أن العينة تتضمن الذكور والإناث، كما يتباين فيها مستوى الخبرة وكذلك العمر، وسيتضح ذلك فيما بعد عند الحديث عن وصف العينة.

**ب - أدوات البحث**

يعتمد البحث الحالي على أداتين، إحداهما: سيكومترية، تتمثل في **استبانة الضغوط النفسية** التي أعدت بمعرفة الباحث، وهي تتضمن أربعين عبارة، تدور في فلك ستة مكونات أساسية هي (حب المهنة، الإعداد المهني، إشباع الحاجات النفسية، العلاقات الإنسانية، أهمية المهنة في المجتمع، سمات الشخصية المرتبطة بالمهنة).

أما **الأداة الثانية** فتتمثل في المقابلة الحرة التي أجراها الباحث مع عينة من الأخصائيين والمرشدين. وسنوضح ذلك فيما بعد.

**ج - فروض البحث**

يهتم البحث الحالي بالتحقق من صحة بعض الفروض التي تدور في فلك المتغيرات الأساسية المرتبطة بظاهرة الضغوط النفسية وسيتم بيان ذلك في إجراءات البحث.

**د - منهج البحث ووسائل المعالجة**

يعتمد البحث الحالي في تشخيص ظاهرة الضغوط النفسية لدى العاملين في الحقل النفسي والإرشادي على المنهج الوصفي، كما سيعتمد على الإحصاء البارمتري (النسبة التائية، معامل الارتباط - التحليل العاملي).

## الأصول النظرية للبحث وأدبياته

إن مصطلح الضغوط النفسية لا يزال يكتنفه قدر كبير من الغموض، شأنه في ذلك شأن كثير من المفاهيم السيكولوجية والتربوية، وإن الاختلاف ليس فقط مجرد تعريف المصطلح، وإنما لحق الاختلاف أيضا بالمصطلحات البديلة للضغوط النفسية التي تستخدم في المواقف المختلفة (Cox, 1978, p.31).

وتشير الأدبيات المعنية بهذا المصطلح إلى أن نشأة مفهوم الضغوط يرتبط تاريخيا بميدان الهندسة، وهي تعني في الاستخدام العلمي قوة خاصة أو تأكيدا لكلمة أو فكرة خلال الكلام أو الكتابة؛ (Lazarus, 1966 p.51).

ثم انتقل المفهوم إلى مجال علم الاجتماع ١٩٤٦، حيث أوضح كوكس Cox أن الضغوط تظهر في مجموعة المتاعب troubles التي يقصد بها المواقف التي تخرج عن النمط العادي للحياة أو مواقف تعرقل الأنشطة العادية. وتعد الضغوط النفسية إحدى ظواهر الحياة الإنسانية، حيث يتعرض لها الإنسان في مواقف وأوقات متباينة، فهي تتطلب منه التوافق، وإعادة التوافق مع البيئة. إن ظاهرة الضغوط لا تختلف كثيرا عن بقية الظواهر النفسية كالقلق والإحباط والعدوان، فهي من توابع الوجود الإنساني، كما أن الضغوط لا تكون دائما على نحو سلبي فمحاولة الهروب منها تعني بوضوح نقص فعاليات الفرد وإخفاقه في الحياة، (Kobasa, 1979, p.11). ولقد أكد سيلي Selye المعنى السابق، فالإنسان لا يستطيع العيش دون التعرض للضغوط المعتدلة، أما تعرضه للضغوط المتكررة والشديدة في الوقت نفسه فإنها يمكن أن تفضي إلى أعراض بعض الأمراض الجسمية. ويوضح سيلي (Selye 1976) أعراض الضغوط النفسية في ثلاثة أطوار، ففي **الطور الأول** (الإنذار بالخطر) يؤدي الضغط إلى تنشيط آليات التوافق. وفي **الطور الثاني** (المقاومة) يؤدي الضغط إلى استخدام آليات التوافق. وفي **الطور الثالث** (الإجهاد والاستنزاف) يؤدي الضغط إلى إنهاك آليات التوافق؛ (Selye, 1976 p.50).

ومن المفيد عند دراسة الضغوط معرفة الظروف الضاغطة stressors conditions، فالضغوط التي يعاني منها الكبار يمكن أن تنتقل آثارها إلى الصغار فتصبح بالنسبة لهم مصادر ضغط؛ (انظر: العربي، ١٩٨٥ ص٢٠). والمواقف الضاغطة عموما إذا تضمنت تحقيق مطالب في حدود إمكانات الإنسان وقدرات الإنسان، فإنها تساعده على تحقيق التوافق وتكوين الصداقات، أما إذا كانت المواقف الضاغطة تفوق قدرات المرء، وتتجاوز غاية وسعه فإنها تؤدي به إلى الاغتراب عن الذات. وهذا ما أكدته دراسات كل من (Miller, 1982 p.60)، (شعيب، ١٩٨٩، ص٢٥)، (ياسين، ١٩٩١، ص٢٤٢).

## مصادر الضغوط النفسية

تؤكد الدراسات النفسية أن مصادر الضغوط متباينة ومتداخلة في آن واحد، ويمكن أن تتمثل مصادر الضغوط في البيئة الخارجية، كما يمكن أن تتجسد أيضا من خلال المتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية، وقد تبرز معالم هذه الضغوط من النظم والقواعد واللوائح المجتمعية، كما أن الخوف والتهديد والإحباط تعد جميعها مصادر للضغوط النفسية؛ (Lazarus, 1966 p.104).

إن ثمة دراسات أخرى تؤكد أن أحداث الحياة وما تشتمل عليه من اضطراب للعلاقات الإنسانية وتهديد الإنسان لأخيه الإنسان تعد أيضا من مصادر الضغوط الشائعة في الحياة. هناك دراسات تبرز مصادر الضغط من خلال أبعاده الفسيولوجية، حيث تعتبر ارتفاع درجة الحرارة والرطوبة وتفشي الميكروبات من الأعراض الفسيولوجية للضغوط المهددة للجسم التي تنشط على إثرها الآليات الدفاعية لمقاومة الفيروس والاحتفاظ بالحياة.

ولقد استطاع مكبرايد (Mcbride, 1983) أن يبلور لنا مصادر الضغوط التي تضمنتها البحوث منذ ١٩٣٠ فيما يلي:

كثرة الأعمال الإدارية، المسئوليات الإضافية، تدني الراتب، ظروف العمل السيئة، الانتقال من عمل لآخر دون تهيئة الفرد نفسيا، ضعف الإمكانات المادية، الحياة الاجتماعية للمؤسسة، الإرهاق، التدخين، ضعف الأنشطة، تضخم الضرائب، ضعف الاتصال، النقد، الخوف من الفشل، الانعزالية والوحدة، نظرة المجتمع المتدنية، عدم التعاون، الأنانية، اللامبالاة، ضعف الدافعية.

وفي دراسة قام بها كاشوي وتايلور (Cushway & Tylor, 1994) لمعرفة مستويات الضغط ومصادره عند ٦١ أخصائية نفسية و٤٠ أخصائيا نفسيا يتراوح أعمارهم بين ٢٥-٦١، أظهرت النتائج أن الأخصائيين النفسيين المؤهلين أبدوا

ضغطا أقل من المتدربين، والأخصائيات النفسيات أظهرن مستويات الضغط وأعراضه السيكولوجية أكثر من الذكور، وأن الذكور الأقل خبرة أظهروا مستويات ضغط أكثر من ذوي الخبرة، ولم يتبين ذلك عند الإناث.

## الآثار التي تترتب على الضغوط النفسية

تشير الدراسات النفسية والطبية المختلفة، إلى أن للضغوط النفسية آثاراً فسيولوجية وأخرى نفسية واجتماعية يمكن أن نجملها فيما يلي:

### الآثار الفسيولوجية

وتتمثل الآثار الفسيولوجية المرتبطة بالضغوط في (اضطراب الجهاز الهضمي، الإسهال، الإمساك المزمن، اضطراب الجهاز التنفسي، ارتفاع ضغط الدم، الصداع النفسي، انتشار الأمراض الجلدية، تضخم الغدة الدرقية، البول السكري، التشنج العضلي، التهاب المفاصل الروماتيزمي، اضطرابات الغذاء كفقدان الشهية، أو الشره والبدانة والميل للتقيؤ والغثيان (Hass, 1978, p.32)، ويضيف هيلجرد وكويك بعض الآثار الفسيولوجية الأخرى مثل النوبات القلبية، قرحة المعدة، ارتفاع نسبة الكلسترول (Hilgard, 1979, p.431)، (Quick & Quick, 1987, p.5).

وأوضحت دراسة هاوس وآخرون (House, et al., 1987) علاقة الضغوط المهنية وأثرها في الصحة الجسمية مثل الإصابة بالذبحة الصدرية، قرحة المعدة، الحكة الجلدية، السعال، ضغط الدم، الصداع، مرض القلب؛ (p.24).

### الآثار النفسية

تكاد تجمع نتائج البحوث النفسية على أن للضغوط آثارا نفسية تتمثل في اضطراب إدراك الفرد، وعدم وضوح مفهوم الذات لديه، كما أن ذاكرته تضعف وتصاب بالتشتت، ويصبح أكثر قابلية للمرض النفسي والعقلي

والجسمي؛ (Capler, 1981, p.413). كما أن تكرار الضغوط الشديدة يؤدي بالفرد إلى الغضب والخوف والحزن والشعور بالاكتئاب، وكذلك الشعور بالخجل والغيرة؛ (Lazarus, 1966, p.27).

إن الضغوط النفسية يمكن أن تؤدي إلى اضطراب النمو، وعدم الثقة في النفس، وتزيد من تشتت الانتباه (القرشي ١٩٩٣ ص٨٣). وترتبط عموما الضغوط باضطراب الأداء وضعفه وتشوش السمع، والحركات الزائدة، وكراهية الذات، وضعف الأنا، وتصدع الهوية، والميل للاغتراب، وكثرة الشكوى من المرض، والرغبة في النعاس (Johnson, et al, 1989, p.33).

وفي دراسة قام بها بيرس ومولي (Pierce & Molloy 1990) أسفرت عن وجود علاقة دالة بين إحساس المعلم بالضغط النفسي أو عدم الرضا المهني وبين بعض سمات الشخصية مثل الإنبساط، العصابية، وجهة الضبط، والقدرة على التحمل؛ (p.37).

وفيما يتصل بسمات الشخصية وعلاقتها بالضغط النفسي فقد أجرى كل من هبنر وميلز (Huebner & Mills, 1994) بحثا لمعرفة مستويات الضغط النفسي والعلاقة بين الضغط النفسي وسمات الشخصية والدور المتوقع لعينة من ٩٠ أخصائياً نفسياً تم تعينهم أخصائيين في المدرسة، دلت النتائج أن سمات الشخصية مرتبطة بالضغط النفسي ارتباطا دالا، وأن مستويات الضغط النفسي مرتبطة بالترعات الفردية والتنافسية ارتباطا ضعيفا. وقد ظهر من خلال إجابات الأخصائيين النفسيين أن هناك ارتباطا كبيرا بين الضغط النفسي وعدم الرضا بالدور المتوقع منهم مفضلين تكريس الجزء الأكبر من وقتهم في عملية الإرشاد والاسترشاد.

وقد توصل كوهن ووليمسون (Cohen & Williamsons, 1991) إلى أن هناك دليلا مقنعا على وجود ارتباط بين الضغوط النفسية وزيادة السلوك المرضي.

## الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات

وسوف نهتم في هذا المقام باستعراض عينة من الدراسات السابقة التي تدور في فلك الضغوط النفسية، وعلاقتها ببعض المتغيرات بغية الوصول إلى تحديد فروض البحث، وكذلك خطواته وإجراءاته.

تشير كثير من الدراسات إلى أن ثمة ارتباطا بين الدعم والمستوى الاجتماعي وبين الضغوط النفسية، وهذا ما أكده جود جونسون Good Johnson حيث طبق مقياسين، أحدهما لقياس أحداث الحياة، والآخر لقياس الدعم الاجتماعي على ١٦٧ من المراهقين البيض والسود الذين ينتمون لمستويات اجتماعية متباينة، وقد خلص البحث إلى أن الدعم الاجتماعي له تأثير يسير في تخفيف الضغوط النفسية، وأن الذي يزيد من إحساس الفرد بالضغوط النفسية هو المشكلات الشخصية، منها كما أكد جونسون أن الضغوط تزداد عند الطبقات الاجتماعية المنخفضة التي تعيش في ظل أحداث الحياة السلبية؛ (Good Johnson, 1982, p.35).

وفي الاتجاه نفسه أجرى أندرو وآخرون بحثا سنة (١٩٩٢) على عينة قوامها ٨٢١ زوجا من التوائم الإناث وقد أسفرت الدراسة عن:

- أن المتغيرات البيئية تؤثر بوضوح في تخفيف الضغوط النفسية.
- أن الدعم الاجتماعي بعيد الأثر في تخفيف الضغوط النفسية.
- أن ثمة علاقة إيجابية بين الدعم الاجتماعي والتكيف مع الضغط، ولا سيما الأفراد الذين لديهم ضبط داخلي (Andrew, et al., 1992, p.257).

وفي دراسة أخرى لكسلر Kessler حول الضغوط والطبقات الاجتماعية، طبق الباحث مقياس أحداث الحياة، والمقابلة الإكلينيكية على عينتين، الأولى تمثل الطبقة الاجتماعية المنخفضة الت يتتعرض لأحداث ضاغطة، أما العينة الثانية فتمثل الطبقة الاجتماعية المرتفعة، ولكنها تتعرض لأحداث ضاغطة، ولقد تمخض هذا البحث عن:

- أن أحداث الحياة الضاغطة تؤثر في العينتين دون تمييز، حيث تأثر أبناء الطبقة الاجتماعية المرتفعة بالضغوط تماما كأبناء الطبقة الاجتماعية المنخفضة.
- أن ضعف الدعم الاجتماعي، يعتبر مصدر قوي من مصادر ضغوط الحياة.
- أن شعور الأفراد بالضغط النفسي يتباين بتباين ظروفهم البيئية، كما يتباين أيضا بتباين خبراتهم وإدراكهم للمواقف.
- تؤكد هذه الدراسة أن الإناث أكثر شعورا بالضغط وأكثر تعرضا له؛ (Kessler, 1982, p.11).

وحول العلاقة بين الضغوط وأوقات الفراغ أجرى هوكسما وآخرون (Hoeksma, et al., 1993) بحثا عن العلاقة بين الضغط النفسي عند المعالجين النفسيين والأنشطة الجانبية في وقت الفراغ، وقد تبين وجود ارتباط دال بين وقت الفراغ والضغط النفسي المنخفض. كما وجد أن نشاط الاسترخاء له ارتباط كبير بالضغط النفسي، وأن النشاط الكتابي والسمات الديموغرافية الأخرى لها علاقة دالة بالضغط النفسي.

وحول العلاقة بين الضغوط النفسية ومهنة التدريس، وجد عبدالسميع في دراسة قام بها (١٩٩٠) أن هناك علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي للمعلمين والمناخ النفسي الاجتماعي المدرسي، وأن المعلمين الأعلى إدراكا للمناخ النفسي المدرسي أقل في الضغط النفسي، كما أن المعلمات أقل في الضغط النفسي من المعلمين وأن المعلمين المؤهلين تربويا أقل ضغطا من غيرهم من المعلمين. (عبدالسميع، ١٩٩٠، ص٢٠).

وفي دراسة أخرى قام بها عسكر وآخران (١٩٨٦) وجدوا أن أكثر الفئات تعرضا للإحتراق النفسي هم المعلمون الكويتيون خاصة من ذوي سنوات الخبرة ما بين ٥-٩ سنوات.

وعن المشكلات الأكاديمية، وعلاقتها بالضغوط النفسية أجريت العديد

من البحوث التي وظفت طرائق البحث المختلفة، فبعضها يستعين بالمنحى النوموستيك، والآخر يستعين بالتوجه الايديوجرافيك، والثالث يزاوج بين المنحيين، وعموما فإنه يمكن أن نجمل نتائج هذه البحوث فيما يلي:

- أن مصادر الضغط الأكاديمي تتمثل في: الأصدقاء، الوالدين، المدرسة، الخوف من الفشل. ويلاحظ أن المتغيرات الاجتماعية والشخصية تعد عوامل أساسية في الضغط الأكاديمي (Charles, et al. 1987, p.20).
- أن الأساتذة أكثر شعورا بالضغط من الطلبة، وأن طلاب السنوات النهائية، أكثر إحساسا بالضغوط من السنوات الأولى.
- أن الإحساس بالضغوط النفسية أكثر شيوعا لدى هيئة التدريس الذين يعملون بالكليات النظرية.
- أن ثمة مصادر للضغوط النفسية لدى المدرسين تتمثل في: غلاء الأسعار، ضعف الرواتب، غموض المستقبل، الخوف، التحيز، تدني نظرة المجتمع، الروتين، الاغتراب المهني، التسلط الإداري، اللوائح المعقدة (ياسين، ١٩٩٢، ص٢٤٢).
- أم مصادر الضغط بالنسبة للطالب فتتمثل في: الرسوب، الامتحانات، المذاكرة، المناهج المملة، الحشو الزائد في المقررات الدراسية (ياسين، ١٩٩٢).

وعن ضغوط الحياة وعلاقتها بتوافق كل من الأباء والأبناء أجرى لورنس وآخرون، بحثا طبقوا فيه مقاييس الضغوط النفسية، التوافق، تقدير الذات، على ٣٣١ تلميذا من مرحلة التعليم الأساسي، وقد أسفر البحث عن وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط الحياتية والاستجابات الوالدية، كما تبين أيضا أن ضغوط الحياة تؤثر سلبيا في الوظائف النفسية. (Lowrence, et al., 1987, p.583).

وفي موضوع الدراسة السابقة أجرى Yonalezer بحثه للتعرف على علاقة الضغوط بالتوافق لدى العائلات اليهودية التي لديها أطفال معاقون، وقد أسفرت نتائج تطبيق اختبارات الضغوط النفسية والمقابلات الشخصية عن:

- أن مصادر الضغوط لدى العائلات اليهودية، تتمثل في: الأزمات المالية، نقص الدعم الاجتماعي، الخجل من وجود طفل معاق، وقد أكدت الدراسة نفسها، أن العائلات التي يوجد فيها طفل معاق، تتوافق مع المشكلة بشكل معقول، وأن وجود الطفل المعاق يؤثر في الأسرة، ويسبب لها ضغوطا بشكل واضح. (Yonalezer, 1990, p.15).

وعن علاقة الضغوط التي تتعرض لها الأم الحامل بالأبنية المعرفية للأطفال حديثي الولادة طبق بلي وآخرون (Billy, et al., 1981) مقياس القدرات العقلية على (٤١) طفلا وطفلة، قسمت لثلاث مجموعات، وقد عرضت المجموعة الأولى لضغوط الصدمة الكهربائية، أما المجموعة الثانية فقد تعرضت للضغوط النفسية وتم معالجتها في الوقت نفسه، والمجموعة الثالثة لم تتعرض لأية ضغوط، وقد خلص البحث إلى: أن الضغوط التي تتعرض لها الأم الحامل تؤثر سلبيا في سلوك الصغار، كما تؤثر أيضا سلبيا في القدرة المعرفية للجنين (Billy, et al., 1981, p.45).

وخلاصة القول، فإن تحليل الدراسات السابقة أسفر عن أن الضغوط النفسية ترتبط بعدة عوامل يمكن إجمالها على النحو الآتي:

- أن مصادر الضغط في المجال الأكاديمي تتمثل بإبلاغ الآباء بسلوك أبنائهم، التأنيب المنفرد، خصم الدرجات، تكليف التلميذ بأعمال إضافية، طرده من الفصل، حرمانه من الأنشطة الاجتماعية، العقاب أمام زملائه، الإنذار بالفصل، تحويله لفصل آخر، العقاب البدني، طول المقررات الدراسية، الامتحانات، طرق التدريس، عدم معرفة أساليب المذاكرة، عدم إلمام المعلم بالسبل التربوية، عدم احترام مشاعر التلميذ، عدم مساعدته في حل مشكلاته، الدرجة المنخفضة، المعاملة السيئة، سوء البناء المدرسي.
- أن ذوي المستويات الاقتصادية المنخفضة أكثر إحساسا بالضغوط النفسية.
- أن الدعم الاجتماعي يخفف من حدة الضغوط النفسية.
- يتباين إحساس الأفراد بالضغوط النفسية بتباين الظروف البيئية.

- الضغوط النفسية تزيد من درجة الاعتقاد بالخرافة والسحر.
- للمتغيرات الاجتماعية تأثير كبير بوصفها مصدرا للضغط الأكاديمي.
- الاختلاط بين الجنسين يخفف حدة الضغوط الحياتية.
- أن الضغوط الحياتية تؤدي إلى مشكلات الصحة النفسية.
- تعد الأزمات المالية ونقص الدعم الاجتماعي من أكثر مصادر الضغط شيوعا.

## تعريف المفاهيم

إن من أهم المفاهيم التي يتضمنها البحث الحالي مفهوم الضغوط النفسية، ولقد استطاع الباحث في ضوء تحليل الدراسات السابقة دراسة الأدبيات المعنية بظاهرة الضغوط أن يخلص إلى التعريف الإجرائي الآتي:

الضغوط النفسية هي «مجموعة المواقف الاجتماعية والمهنية والأكاديمية السارة وغير السارة التي ينجم عنها توترا في حالة عدم إرضائها، مما يؤدي بالفرد إلى الإخفاق والشعور بالفشل».

## إجراءات البحث

تتضمن إجراءات البحث الحالي، الأبعاد الآتية:

### أولاً: خطوات البحث

ويمكن أن نجملها فيما يلي:

- تحليل التراث الفلسفي والاجتماعي والسيكولوجي لظاهرة الضغوط على الصعيدين العربي والأجنبي، وذلك بغية تحديد فنيات البحث، والوقوف على سبل إنتقاء العينة، وصياغة الفروض.
- إعداد استبانة البحث وأدواته (الضغوط النفسية) وتقنينها (حساب الصدق – الثبات – التمييز – الاتساق الداخلي) على عينة استطلاعية، وبيان كيف تكون مماثلة للعينة الأساسية في المتغيرات الديموجرافية.

- تطبيق استبانة البحث - بعد التجريب - على عينة البحث الاستطلاعية.
- معالجة بيانات البحث بالأسلوب الكمي من خلال إخضاع استجابات المفحوصين للتحليل باستخدام حزمة البرامج الإحصائية (SPSS).
- مناقشة نتائج البحث في ضوء الدراسات السابقة المتصلة بمجال الضغوط النفسية.

**ثانياً: إعداد استبانة الضغوط**

يعلم المشتغلون بالبحث النفسي أن المكتبة العربية زاخرة بالعديد من الدراسات التي تعالج ظاهرة الضغوط، وإن كان أغلبها يدور في فلك الضغوط النفسية في المجال المدرسي والأكاديمي، إلا أن المكتبة العربية تشكو من ندرة خاصة في بحوث الضغوط في المجال المهني ولا سيما مجال مهنة الأخصائي النفسي، ويمكن أن يعد هذا مبررا لقيام الباحث بإعداد استبانة الضغوط النفسية لدى العاملين في المجال النفسي، يضاف لما تقدم أن مقياس واستبيانات الضغوط النفسية في المجال المهني التي أعدت على الثقافات الأجنبية لا يمكن توظيفها على الثقافة الكويتية إلا بعد تحريرها من أثر الثقافة الأجنبية، ولعل المسوغ الأخير لقيام الباحث بإعداد الاستبانة يتصل بأن الاستبيانات السابقة لم تتضمن البعد الخاص بسمات الشخصية باعتبارها مصدرا مرتبطا بالضغوط النفسية؛ (Huebner & Mills, 1994, p.53).

وأيا كان الأمر فقد حاول الباحث أن يستفيد من المقاييس السابقة، وأن يستخلص بعض العبارات والمحاور التي تتصل بالضغوط من خلال الإفادة من الدراسات السابقة، بحيث يمكن الوصول إلى أداة تتمتع بالخصائص السيكومترية الضرورية.

## كيف تم إعداد الاستبانة؟

مر إعداد استبانة الضغوط بعدة خطوات منهجية، هدفت إلى زيادة

مصداقية الأداة في الكشف عن الضغوط النفسية لدى العاملين في المجال النفسي، ويلاحظ أن هذه الضغوط - حسب فرضية البحث الأساسية - تعتمد على ستة أبعاد أساسية هي (حب المهنة - الإعداد المهني - إشباع الحاجات النفسية - العلاقات الإنسانية - أهمية المهنة في المجتمع - سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة)، فقد كشفت الاستبانة المفتوحة التي طبقت على (١٠) من العاملين في المجال النفسي، وكذلك الدراسات السابقة عن أهمية الأبعاد الستة مصدرا للضغوط، وعموما فإن خطووات إعداد الاستبانة مرت بالخطوات التالية:

أ - **تعريف الضغوط النفسية:** «هي مجموعة المواقف المهنية والاجتماعية والشخصية التي ينجم عن عدم إشباعها توتر يؤدي بالمرء إلى الإخفاق والفشل».

ب - **أهداف الاستبانة:** تهدف الاستبانة إلى تشخيص الضغوط النفسية والاجتماعية والمهنية التي تواجه العاملين في المجال النفسي، مع محاولة التحقق من صلاحيتها، وتوفير الخصائص السيكومترية اللازمة.

ج - **صياغة بنود الاستبانة:** استفاد الباحث من استجابات عينة الدراسة الاستطلاعية على الاستبانة المفتوحة كما استفاد أيضا من نتائج الدراسات السابقة في تحديد أبعاد ومكونات الاستبانة، وقد خلص الباحث إلى ستة مكونات أساسية، تتضمن اثنتين وخمسين عبارة.

د - **صدق المحكمين:** بعد تحديد مكونات الاستبانة، وصياغة مفرداتها، تم عرضها على خمسة محكمين من أساتذة علم النفس، لإبداء الرأي في تعريف الضغوط والمكونات الأساسية لها، والحكم على مقدار صلاحية العبارات الموضوعة لقياس المكون الذي صيغت من أجله، وقد أسفر التحكيم عن:

- إضافة بعض العبارات وحذف بعض العبارات مزدوجة المعنى أو الموحية بالمعنى.

- تعديل صياغة بعض العبارات.
- تحويل بعض العبارات لصياغات سالبة بحيث تكون بعض الصياغات سالبة والبعض الآخر موجبة.
- الإبقاء على العبارات التي بلغت نسبة الاتفاق عليها أكثر من ٨٥٪ ويمكن أن نبين في الجدول الآتي الصورة النهائية للاستبانة بعد إجراء صدق المحكمين.

**جدول رقم (١)**

**يوضح مكونات الاستبانة وأرقام كل مكون كما ورد في الصورة النهائية**

| مكونات الاستبانة | أرقام مفردات كل مكون |
|---|---|
| حب المهنة | ١ - ٤ - ١٩ - ٢٤ - ٢٩ - ٣٤ - ٣٩ |
| الإعداد المهني | ٣ - ٨ - ١٤ - ١٨ - ٢٣ |
| إشباع الحاجات | ٧ - ١٢ - ١٧ - ٢٢ - ٢٧ - ٣٢ - ٣٧ |
| العلاقات الإنسانية | ٢ - ٩ - ١٣ - ٢٨ - ٣٣ - ٣٨ |
| أهمية المهنة في المجتمع | ٦ - ١١ - ١٦ - ٢١ - ٢٦ - ٣١ - ٣٦ |
| سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة | ٥ - ١٠ - ١٥ - ٢٠ - ٢٥ - ٣٠ - ٣٥ - ٤٠ |

**طريقة التصحيح**: تم إعطاء الدرجات على الاستبانة كما يلي:

| نوع البنود | نعم | إلى حد ما | لا |
|---|---|---|---|
| البنود الإيجابية | ٣ | ٢ | ١ |
| البنود السلبية | ١ | ٢ | ٣ |

علما بأن أرقام البنود الإيجابية هي (١ - ٤ - ١٣ - ٢٤ - ٢٧ - ٢٩ - ٣١ - ٣٤ - ٣٩ - ٤٠)، وأن أرقام البنود السلبية هي (بقية أرقام مفردات المقياس)، وبناء على مفتاح التصحيح المقترح فإن الدرجة العظمى على الاستبانة = ١٢٠، أما الدرجة الدنيا للاستبانة = ٤٠.

**صدق الاستبانة**: يعتبر الصدق من أهم شروط صلاحية الاستبانة، إذ أن

الاستبانة التي ينقصها الصدق لا يمكن الاعتماد عليها، (مليكة، ١٩٩٢، ص١١١). وفي ضوء ما تقدم تم حساب صدق الاستبانة باستخدام طريقتين، الأولى تتصل بصدق المحكمين، وقد سبق الإشارة لها، والثانية تتصل بالصدق العاملي الذي نشير إليه فيما يلي:

**الصدق العاملي**: تم حساب الصدق العاملي باستخدام طريقة المكونات الأساسية (هوتيلنج Hoteling) كما تم تدوير العوامل بطريقة Varimax rotation وذلك بالنسبة للعينة البالغ قوامها (ن = ١٢٤) وتضمن التحليل ثمانية متغيرات: (حب المهنة - الإعداد المهني - إشباع الحاجات - العلاقات الإنسانية - أهمية البحث في المجتمع - سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة - العمر - الخبرة) ويلاحظ أن التحليل العاملي قد أسفر عن عدة نتائج، يمكن إجمالها على النحو التالي:

- أن هناك ثلاثة عوامل ترتبط بظاهرة الضغوط النفسية.
- أن مكونات الاستبانة تتمتع بتشعبات عالية نوضحها فيما يلي:

أ - حب المهنة ٩٧.

ب - الإعداد المهني ٧٠.

ج - إشباع الحاجات النفسية ٥٥.

د - العلاقات الإنسانية ٨٤.

هـ - أهمية المهنة في المجتمع ٧١.

و - سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة ٣٦.

إن مكونات الاستبانة تكون معا تجمعا يفيد الترابط والتماسك، ويعطي معنى بأنها جميعا تدور حول ظاهرة واحدة يمكن أن نسميها ظاهرة الضغوط النفسية، وهذا هو معنى الصدق.

## التجانس الداخلي

يعد التجانس الداخلي أحد أنواع الصدق البنائي Construct validity الذي يعني ارتباط كل بند من بنود الاستبانة بالدرجة الكلية وقد تم حساب معامل الارتباط بين كل بند من بنود الاستبانة والدرجة الكلية لها لحساب التجانس الداخلي ويمكن أن نوضح ذلك في الجدول الآتي:

**جدول رقم (٢)**

**يوضح قيم معاملات الارتباط بين بنود الاستبانة والدرجة الكلية لها**

| م | ر | م | ر | م | ر | م | ر |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ١ | ,٢١ | ١١ | ,٣٦ | ٢١ | ,٤٧ | ٣١ | ,٢٧ |
| ٢ | ,٤٤ | ١٢ | ,٧١ | ٢٢ | ,٢٣ | ٣٢ | ,٣٣ |
| ٣ | ,٨٦ | ١٣ | ,٦٢ | ٢٣ | ,٦١ | ٣٣ | ,٦٢ |
| ٤ | ,٥٣ | ١٤ | ,٤٣ | ٢٤ | ,٧٢ | ٣٤ | ,٢٣ |
| ٥ | ,٣٤ | ١٥ | ,٣٥ | ٢٥ | ,٥٣ | ٣٥ | ,٤٤ |
| ٦ | ,٣٩ | ١٦ | ,٢٧ | ٢٦ | ,٤٦ | ٣٦ | ,١٩ |
| ٧ | ,٥٢ | ١٧ | ,٣٣ | ٢٧ | ,٢٨ | ٣٧ | ,٢٣ |
| ٨ | ,٥٦ | ١٨ | ,٣٩ | ٢٨ | ,٢٩ | ٣٨ | ,٦٢ |
| ٩ | ,٣٤ | ١٩ | ,٣١ | ٢٩ | ,٤٧ | ٣٩ | ,٤٣ |
| ١٠ | ,٢٤ | ٢٠ | ,٣٥ | ٣٠ | ,٦٣ | ٤٠ | ,٤٥ |

**ولحساب درجة د - ح = ن - ٢ مستوى الدلالة عند ،٠١ = ٠,٢٢٨**

**١٢٤ - ٢ = ١٢٢ مستوى الدلالة عند ،٠٥ = ٠,١٧٤**

وبتحليل قيم معامل الارتباط الواردة في الجدول السابق يتضح أن جميعها على مستوى الدلالة الذي يتراوح قيمته ما بين ٠١, و٠٥,، ويتضح في ضوء ما تقدم أن الاستبانة تتمتع بالاتساق الداخلي، وهذا أحد أنواع الصدق البنائي.

**ثبات الاستبانة**: تم حساب ثبات الاستبانة باستخدام معادلة كيودر - ريتشاردسون Kuder - Richardson، وذلك بالاعتماد على البيانات الواردة في الجدول الآتي:

**جدول رقم (٣)**

**يوضح الخصائص الإحصائية للعينة على استبانة الضغوط النفسية**

| مكونات الاستبانة | م | ع | ع$^{٢}$ |
|---|---|---|---|
| حب المهنة | ٤١١,١٨ | ٤٦٠,٢ | ٠٥,٦ |
| الإعداد المهني | ٤٧٥,٨ | ٥٧٤,١ | ٤٧,٢ |
| إشباع الحاجات | ٦٣٧,١٢ | ٣٥٩,٢ | ٥٦,٥ |
| العلاقات الإنسانية | ٥٨٠,١١ | ٨٠٨,١ | ٢٦,٣ |
| أهمية المهنة في المجتمع | ٦٦٩,١٢ | ٦٢٤,٢ | ٨٨,٦ |
| سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة | ٤٩١,١٩ | ٠٨٥,٣ | ٥١,٩ |
| **الدرجة الكلية** | **٢٦٣,٨٣** | **٩١,١٣** | **٧٣,٣٣** |

وبعد حساب الثبات بالمعادلة المذكورة تبين أنه مساو لـ (,٨٧) وهو معامل ثبات ذو دلالة عالية.

## وصف الاستبانة

تتألف استبانة الضغوط النفسية من أربعين عبارة تقيس في مجملها الضغوط النفسية على أبعاد ستة هي (حب المهنة، الإعداد المهني، إشباع الحاجات، العلاقات الإنسانية، أهمية المهنة في المجتمع، سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة) وقد سبق إيضاح ذلك في الجدول رقم (١).

ويلاحظ أن الاستجابات حددت على سلم مؤلف من ثلاث اختيارات (نعم - إلى حد ما - لا) وعلى المفحوص أن يجيب على العبارة بوضع علامة تحت الاختيار الذي يتفق ورأيه، ويلاحظ أيضا أن الدرجة العظمى على الاستبانة تصل إلى ١٢٠ وهي تدل على الضغوط النفسية المرتفعة، وأن الدرجة الدنيا (٤٠) وهي تعكس الضغوط النفسية المنخفضة.

تتألف عينة البحث الرئيسية من (١٢٤) جميعهم يعمل في الحقل النفسي،

وإن اختلف المسمى وطبيعة المهنة حيث يلاحظ أن هذه العينة تتضمن (٤٦) مرشدا نفسيا و(٧٨) أخصائيا نفسيا، وقد تم اختيار العينة عشوائيا من مدارس المرحلة الثانوية في المناطق التعليمية الخمس، وروعي أن تتباين في بعض المتغيرات الديموجرافية التي كانت موضع جدل في الدراسات السابقة، وعموما فإنه يمكن وصف العينة في ضوء المتغيرات المختلفة كما في الجدول الآتي:

**جدول رقم (٤)**

**يوضح وصف العينة من حيث المتغيرات الديموجرافية**

| المتغيرات الديموجرافية | | ن | ٪ | م | ع |
|---|---|---|---|---|---|
| الجنس | ذكور | ١١ | ٩,٨ | ٣٤,٧٩ | ١٦,١٤ |
| | إناث | ١١٣ | ١,٩١ | ٢,٨٤ | ٧٤,١٣ |
| العمر | ٢٠-٢٤ | ٥ | ٤ | ١,٩٠ | ٣,١١ |
| | ٢٥-٢٩ | ٣٣ | ٦,٢٦ | ٢,٩٣ | ٢,١٤ |
| | ٣٠-٣٤ | ٥٠ | ٣,٤٠ | ٩١ | ٢,١٣ |
| | ٣٥-٣٩ | ٣٣ | ٦,٢٦ | ٩٦ | ١,١٤ |
| | ٤٠- فأكثر | ٣ | ٤,٢ | ٩٧ | ٧,١٣ |
| مسمى الوظيفة | مرشد نفسي | ٤٦ | ١,٣٧ | ٣٥,٨٤ | ٦,١٥ |
| | أخصائي نفسي | ٧٨ | ٩,٦٢ | ٩,٨٢ | ٣,١٣ |
| الخبرة | ١-٥ | ٤٦ | ١,٣٧ | ١,٨٢ | ٤,١٣ |
| | ٦-١٠ | ٣٨ | ٦,٣٠ | ٥,٨٣ | ٨٠,١٣ |
| | ١١-١٥ | ٣٤ | ٤,٢٧ | ٩,٨٧ | ٧,١٢ |
| | ١٦- فأكثر | ٦ | ٨,٤ | ٨٨ | ٩,١٣ |

## مسوغات اختيار العينة

اختيرت العينة من فئتين تعملان في المجال النفسي والإرشادي، وذلك للكشف عن مصادر الضغوط النفسية التي يعاني منها العاملون في هذا المجال، وقد روعي عند اختيار العينة أن تتضمن المتغيرات الديموجرافية الأساسية (الجنس – العمر – الخبرة – نوع الخدمة النفسية).

إن اختيار العينة من الأخصائيين النفسيين، والمرشدين النفسيين جاء للوقوف على نوعية الضغوط النفسية ومصادرها لدى العاملين في هذين المجالين، وجاء أيضا للتحقق من صحة بعض الفروض التي تمت صياغتها في هذا الصدد.

## إجراءات البحث الميدانية

تم تطبيق استبانة الضغوط النفسية على أفراد العينة الكلية التي تضمنت عينتين فرعيتين (أخصائي نفسي، ومرشد نفسي) ويلاحظ أن التطبيق تم على شكل مجموعات، طلب منهم الباحث الاستجابة على بنود الاستبانة بعد أن شرح لهم التعليمات وقد اتبعت هذه الطريقة لتعذر المقابلة الفردية.

وبعد مرحلة التطبيق تم تفريغ الاستبانة بالحاسوب، كما تم معالجة فروض البحث من خلال الإحصاء البارومتري (النسبة التائية – معامل الارتباط – معامل الشيوع – التحليل العاملي) حيث أن أداة البحث، وفروضه وحجم عيناته تقتضي هذا النوع من الإحصاء.

## نتائج البحث ومناقشته

إن مما هدف إليه البحث الحالي هو التحقق من صحة بعض الفروض التي نستعرضها فيما يلي:

**الفرض الأول ونصه:**

(توجد فروق ذات دلالة بين الأخصائيين النفسيين والمرشدين النفسيين في الضغوط النفسية لصالح الأخصائي النفسي).

وللتحقق من صحة هذا الفرض عولجت استجابات عينة الأخصائي النفسي والمرشد النفسي باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين العينات، ونوضح ذلك في الجدول الآتي:

**جدول رقم (٥)**
**يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين عينة**
**(الأخصائي النفسي - المرشد النفسي)**

| القيمة الإحصائية / العينة | ن | م | ع | ت | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| مرشدون نفسيون | ٤٦ | ٣٥,٨٤ | ٦,١٥ | ٠,٩١٤ | غير دالة |
| أخصائيون نفسيون | ٧٨ | ٩,٨٢ | ٣,١٣ | | |

بالنظر للجدول السابق رقم (٥) الخاص بقيمة (ت) لدلالة الفروق بين عينة الأخصائي النفسي والمرشد النفسي، وبالرجوع إلى قيمة «ت» الجدولية، يتبين أنها غير دالة، ويلاحظ أن هذه النتيجة الإحصائية تؤكد عدة معاني يمكن استعراضها فيما يلي:

- أنه توجد فروق جوهرية بين استجابات الأخصائيين والمرشدين النفسيين على استبانة الضغوط النفسية.
- أن النتيجة السابقة يصحبها عدة دلالات نفسية، فجميع أفراد العينتين يعملون في حقل نفسي واحد، ومن ثم فإن ضغوط مهنة الأخصائي النفسي تكاد تكون هي ضغوط المرشد النفسي من حيث:
- أن كليهما يعمل مع الطلاب.
- أن ثمة حقيقة ديموجرافية مفادها أن نسبة الإناث في العينة الأساسية تصل إلى ١١٣ من حجم العينة البالغ قوامها (ن = ١٢٤) أي بنسبة ٩١٪، ولا شك أن

طبيعة التشريح البيولوجي تؤثر في المعطى السلوكي لها - وبما أن أغلب العينة من الإناث فهذا أدى إلى أن تكون الاستجابة واحدة بالرغم أن المثير الوظيفي والمهني مختلف (أخصائي نفسي، ومرشد نفسي).

- إن ثقافة المجتمع الكويتي تكاد تكون ثقافة واحدة، فالعادات والتقاليد وأسلوب الحياة متشابهة ومن ثم فإن الاستجابة للأحداث تكاد تكون واحدة، فضلا عن أن التجانس المكاني والاقتصادي في دولة الكويت حيث إن الجميع ينعمون بخير البحر وبمنتج الأرض، هذا فضلاً عن الانسجام والتقارب في المستوى الاقتصادي، كل هذا يمكن أن يؤدي إلى عدم وجود فروق بين عينتي المرشد النفسي والأخصائي النفسي في الضغوط النفسية المهنية والاجتماعية. وهكذا فإن الفرض الأول لم يتحقق، فإحساس أفراد العينتين الفرعيتين بالضغوط يكاد يكون واحدا وذلك للأسباب التي سبق الإشارة إليها آنفا.

**الفرض الثاني ونصه**

«تتباين الضغوط النفسية بتباين الخبرة وذلك لصالح العينة ذات الخبرة العُلْيا».

وعولجت استجابات عينة البحث للتحقق من صحة هذا الفرض في ضوء متغير الخبرة باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق، ونوضح ذلك في الجدول الآتي:

**جدول رقم (٦)**

**يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الخبرة القليلة والخبرة الكبيرة**

| القيمة الإحصائية / فئات الخبرة | ن | م | ع | ت | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| الخبرة القليلة | ٤٦ | ٨,٨٧ | ٦,١٣ | ٩١,٢ | ٠,٠١ |
| الخبرة الكبيرة | ٤٠ | ٧,٨٢ | ١,١٢ | | |

يتضح من الجدول السابق أن الأكثر خبرة في مجال الحقل النفسي أقل ضغوطا من الأقل خبرة، ويمكن أن يعزى ذلك إلى عدة اعتبارات، نسوقها على النحو التالي:

- إن زيادة الخبرة ترتبط عادة بزيادة العمر فكلما نضج الفرد وزاد عمره صقلت خبراته وزادت مهاراته مما يؤهل المرء لحل المشكلات الحياتية والمهنية.
- إن المرء مع بداية حياته المهنية يواجه ما يسمى «بمحاولات التوافق» وما يتبع ذلك من مشكلات سوء التوافق مع زملاء جدد يختلفون عنه في أسلوب الحياة.
- إن المستجدين في أي عمل يجهلون الكثير من فنيات هذا العمل وطرق حل المشكلات الخاصة بهذه الفنيات وبمرور الأيام وما تحمله في ثناياها من مواقف إشكالية تزداد حصانة المرء فلا يلدغ من الإشكالية مرتين.
- إن الذكاء المهني – إن جاز التعبير – يتم الحصول عليه من خلال تراكم المواقف وكلما زاد الذكاء المهني استطاع المرء أن يروض مشكلات المهنة، ومن ثم تتلاشى الضغوط وتتبدد.
- من المتفق عليه أن أصحاب العمل يفضلون الأكثر خبرة وأنه كلما زادت الخبرة زاد المقابل المالي الخاص بها – وأن تفضيل أصحاب العمل لمن هم أكثر خبرة يكون في ضوء ما يتم إنجازه في العمل أو أن إنجاز الأعمال لا يتأتى في ضوء مناخ مهني يتصف بالاستقرار والتحرر من الضغوط النفسية.

إن النتيجة السابقة تتفق مع نتائج العديد من البحوث التي أكدت أنه كلما زادت الخبرة قلت الضغوط النفسية. (Cashway & Tyler, 1994, p.35).

**الفرض الثالث ونصه**

«إن الضغوط النفسية لدى العاملين في المجال النفسي ترتبط بعدة عوامل يمكن تحليلها عامليا وكيفيا».

وللتحقق من صحة الفرض السابق عولجت استجابات عينة البحث باستخدام الفنيتين الآتيتين:

أولاً: التحليل العاملي لمكونات الاستبانة الستة، مضافا إليها (متغيري العمر والخبرة) وبهذا يصبح مجموع المتغيرات التي أجري لها التحليل العاملي ثمانية متغيرات وذلك للإجابة على الشق الأول من الفرض وللتحقق من إمكانية إبراز العوامل التي تؤثر في الضغوط النفسية، وذلك على نحو كمي.

ثانياً: تحليل مضمون إجابات الأسئلة المفتوحة التي وجهت لعينة البحث الكلية والتي تستهدف معرفة مصادر الضغوط في المهنة، ولماذا التحق بهذا العمل؟ وهذه الفنية تجيب على الشق الثاني من الفرض، حيث إمكانية تحليل العوامل المرتبطة بالضغوط بأسلوب كيفي. وعلى هذا النحو يكون الباحث قد زاوج بين الأسلوبين الكمي والكيفي بغية الوصول إلى الحقيقة النسبية السيكولوجية. وعموما فإنه يمكن استعراض نتائج معالجة الفرض السابق على النحو التالي:

**أولاً: التحليل العاملي**

تم التحليل العاملي لاستجابات العينة (ن = ١٢٤) على استبانة الضغوط التي تتكون من ستة مكونات مضافا إليها متغيري العمر والخبرة وقد طبقت طريقة المكونات الرئيسية Principle Components لهوتلنج Hotiling، كما تم تدوير العوامل بطريقة Varimax Rotation وحسبت درجة التشبع للعوامل بعد التدوير عند القيمة (٠.٣) ويمكن استعراض مراحل التحليل العاملي عبر الخطوات التالية:

**١ - مصفوفة الارتباطات Correlation Matrix للمتغيرات الثمانية الخاصة بالعينة الأساسية (ن = ١٢٤)**

ويمكن استعراض هذه المصفوفة فيما يلي:

**جدول رقم (٨)**

**يوضح مصفوفة الارتباطات (ن = ١٢٤) لثمانية متغيرات**

| متغيرات البحث | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | ٨ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| حب المهنة | ١ | | | | | | | |
| الإعداد المهني | ,٢٩ | ١ | | | | | | |
| إشباع الحاجات | ,٢٤ | ,٣١ | ١ | | | | | |
| العلاقات الإنسانية | ,١٩ | ٤٥ . | ,٣٤ | ١ | | | | |
| أهمية البحث في المجتمع | ,٢٣ | ,٤٠ | ,٤٣ | ,٣٥ | ١ | | | |
| سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة | ,٤٨ | ,٣٥ | ,٤١ | ,٣٩ | ,٢٥ | ١ | | |
| العمر | ,١٨ | ,١٩ | ,٢١ | ,٢٤ | ,٢٩ | ,١٥ | ١ | |
| الخبرة | ,١٧ | ,١٨ | ,٢٠ | ,٢٧ | ,١٨ | ,٣٤ | ٣,١٧ | ١ |

ولحساب مستوى الدلالة يتبع الآتي: د.ح = ن – ٢ = ١٢٤ – ٢ = ١٢٢

وبالكشف عن قيمة ر الجدولية يتضح:

أن مستوى الدلالة عند ٠١, = ٢٢٨,. وأن مستوى الدلالة عند ٠٥, = ١٧٤,.

وفي ضوء ما تقدم يمكن أن نصوغ الحقائق السيكومترية الآتية:

- إن مكونات الاستبانة الثمانية (عدا العمر والخبرة) تترابط معاً في وحدة قياسية تعكس مقدار ما تتمتع بها الاستبانة من اتساق داخلي.
- إن متغيرات البحث الستة تقيس شيئا واحدا يمكن أن نسميه بالضغوط النفسية.
- إن مستوى الدلالة عند أغلب المتغيرات = ٠١,
- إن مستوى الدلالة ضعيف نسبيا في العلاقات بين العمر وسمات الشخصية، حيث بلغت قيمة ر ١٥,.

**٢ - مصفوفة العوامل بعد التدوير**

ولقد أسفر التحليل العاملي للمتغيرات الثمانية عن وجود ثلاثة عوامل تم تدويرها بطريقة Varimax Rotation ويمكن استعراض هذه العوامل في الجدول الآتي:

**جدول رقم (٩)**

**يوضح مصفوفة العوامل بعد التدوير وحساب قيمة التشبع عند (٠,٣)**

| العوامل / المتغيرات | ع١ | ع٢ | ع٣ |
|---|---|---|---|
| حب المهنة | ,٦١ | ,٣١ | ,٨٨ |
| الإعداد المهني | ,٧٠ | | |
| إشباع الحاجات | ,٥٥ | ,٣٩ | ,٣٤ |
| العلاقات الإنسانية | ,٨٤ | | |
| أهمية المهنة في المجتمع | ,٧١ | | |
| سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة | ,٣٦ | | ,٧٣ |
| العمر | | ,٨٦ | |
| الخبرة | | ,٨٩ | |

ونجد بالنظر إلى مصفوفة العوامل المستخلصة من التحليل العاملي الواردة في الجدول أعلاه أن التحليل العاملي أسفر عن وجود ثلاثة عوامل، يمكننا استعراضها على النحو الآتي:

**العامل الأول:** وهو يتمتع بتشبعات عالية وقوية، حيث حظيت ستة متغيرات من مجموع متغيرات هذا العامل البالغ قوامها ثمانية متغيرات بتشبعات تراوحت بين ٣٦, كما هو الحال في سمات الشخصية المرتبطة بنجاح المهنة، وبين ٨٤, في متغير العلاقات الإنسانية.

إن القراءة السيكولوجية لمضمون هذا العامل والمتغيرات التي يحتويها تقتضي منا تسجيل الملاحظات العلمية الآتية:

- إن مكونات استبانة الضغوط تجمعت معا لتشكل جملة عوامل الضغوط النفسية وهذا يشير إلى تماسك مكونات الاستبانة وتجانسها مما يعني تمتعها بالصدق العاملي والذي يعد من أدق أنواع الصدق.
- إن هذا العامل يمكن أن يسمى بعامل «الأبعاد النفسية للضغوط لدى العاملين في المجال النفسي»، ويلاحظ أن متغير العلاقات الإنسانية جاء في صدارة متغيرات هذا العامل، مما يؤكد أن ضعف العلاقات الاجتماعية في أي مجال يمكن أن تشكل مصدرا لتوتر العاملين، فالمناخ المهني السوي لا بد أن يحظى برعاية المسئولين واهتمامهم إذا أرادوا تحقيق أهداف المؤسسة.
- أن حب المهنة لا يأتي من خلال متغيرات نفسية واجتماعية وديموجرافية محددة، وهذا ما أكدته تشبعات هذا العامل، حيث اتضح أن حب المهنة (٦١,) ترتبط بكل من الإعداد المهني الجيد (٧٠,)، وإشباع الحاجات (٥٥,)، والعلاقات الإنسانية (٨٤,)، وإحساس الفرد بأهمية عمله في المجتمع (٧١,) وكذلك توفر سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة (٣٦,)، إذ أن غياب هذه السمات يمكن أن يؤدي إلى زيادة الضغوط.
- إن حب المرء لمهنته لا يمكن أن يتم إلا إذا أحس أنه يفهم آليات هذا العمل، ويقف على خطواته، ويلم بمهاراته (Huebner, Mills, 1994, p.53)، إذ أن عدم تأهيله وإعداده للعمل يمكن أن يشعره بالعجز والفشل وعدم مسايرة الأقران في نجاحاتهم المهنية، وهذه المشاعر لا يمكن أن تفضي إلى حب المهنة، بل من المؤكد أنها تؤدي إلى العزوف عنها والتسرب منها، والإنسان لا يمكن أن ينتمي إلى عمل لا يشبع حاجاته النفسية والمادية بل عادة ما يسعى المرء للعمل الذي يؤكد ذاته ويحقق حاجاته.
- إن الشخص يزداد حبه لعمله كلما شعر بأهمية عمله في المجتمع، وأن مهنته مصدر لفخره، والواقع أن كل عمل له درجة من الأهمية، والذي يزيد من

قيمة هذه الأهمية هو نظرة الآخرين لهذا العمل وتقديرهم له واحتياجاتهم لمنتجه المادي والمعنوي.

- إن تمتع الفرد بالمهارات اللازمة لعمله وتوفر السمات المتطلبة للأداء، يمكن أن تزيد الفرد انتماء وحبا لهذا العمل، وهذا ما تشير إليه تشبعات العامل الأول، حيث حظي متغير سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة بتشبع قدره ٠,٣٦.

**العامل الثاني**: لقد حظي العامل الثاني بأربعة تشبعات أساسية، يمكن إيضاحها فيما يلي:

- الخبرة ٨٩,
- إشباع الحاجات ٣٩,
- العمر ٨٦,
- حب المهنة ٣١,

ويلاحظ أن تشبعات هذا العامل عالية حيث تراوحت بين ٣١, (حب المهنة)، ٨٩, (الخبرة)، وعموما فإن ثمة معاني سيكولوجية يمكن تسجيلها من تشبعات العامل الثاني كما يلي:

- يمكن تسمية هذا العامل بالمتغيرات التي حظيت بأعلى تشبع، ويمكن في ضوء ذلك تسميته بعامل النضج وحب المهنة.
- يشير هذا العامل إلى أنه كلما نضج الإنسان وازدادت خبراته الحياتية والمهنية أقبل على عمله وتحمس له وعرف كيفية التغلب على صعوبات المهنة ومتاعبها. هذا فضلا عن أن الخبرة المهارية والفنية لا تعني زيادة رصيد المرء من نجاحات معنوية فقط، وإنما تعني أيضا زيادة الراتب وتعدد مصادر الرزق، وكل هذا من شأنه التغلب على مصادر الضغط الاقتصادي وإشباع الحاجات المادية والنفسية.
- إن زيادة الخبرة تعني الارتقاء في السلم الوظيفي والمهني، وتعني أيضا زيادة مواءمة المرء لمهنته وحبه لها والتخفيف من ضغوط العمل.

**العامل الثالث**: يلاحظ أن تشبعات هذا العامل قليلة، وإن كانت ترقى بنا إلى إمكانية تسمية العامل وتفسيره. ويلاحظ أن تشبعات هذا العامل تتمثل في ثلاثة متغيرات، هي على النحو الآتي:

- حب المهنة ,٨٨
- سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة ,٧٣
- إشباع الحاجات ,٣٤

إن المعاني السيكولوجية التي يمكن استخلاصها من تشبعات العامل الثالث نسجلها على النحو الآتي:

- إن العامل الثالث يمكن تسميته بعامل حب المهنة (,٨٨) حيث حظي حب المهنة بأعلى تشبع.
- إن أكبر مصادر للضغوط النفسية التي يمكن أن يواجهها الفرد غالبا ما تنبثق من (نفور المرء لعمله وكراهيته له).
- إن عدم توفر مهارات العمل والسمات المرتبطة بالنجاح في المهنة تسبب توترا للمرء مما يؤدي إلى إخفاقه في العمل.

والتحليل العاملي يؤكد عموما الحقائق الآتية:

١ - أن أهم مصدر للضغوط التي يكمن في كل من نفور المرء من عمله وعدم حبه له وعدم إشباع الحاجات، حيث ورد متغير حب المهنة عبر العوامل الثلاثة المشار إليها في الجدول السابق، وكذلك متغير إشباع الحاجات.

٢ - ارتباط المتغيرات الديموجرافية بالضغوط النفسية، حيث أكدت الدراسات ارتفاع الضغوط أو انخفاضها بكل من: الحالة الاجتماعية، العمر، التعليم، الخبرة، المستوى الاقتصادي والاجتماعي.

٣ - تمتع استبانة الضغوط النفسية بالصدق العاملي، حيث تجمعت مكونات استبانة الضغوط في العامل الأول.

وهكذا يكون الشق الأول من الفرض الثالث قد تحقق، حيث أكد التحليل العاملي أن ثمة عوامل مختلفة تؤثر في الضغوط النفسية لدى العاملين في المجال النفسي يمكن قياسها كميا. يبقى التحقق من صحة الشق الثاني من الفرض الثالث المتمثل في الكشف عن العوامل التي تؤدي إلى الضغوط النفسية، وذلك من خلال فنية تحليل المضمون للأسئلة المفتوحة.

**ثانياً: تحليل مضمون استجابات العينة على الأسئلة المفتوحة**

وجه الباحث سؤالا مفتوحا لعينة من العاملين في المجال النفسي وذلك بطريقة المقابلة (ن = ٣٥) وكان يستهدف تحقيق تحديد مصادر الضغط النفسي لدى عينة البحث بالأسلوب الكيفي، ويمكن توضيح نتائج تحليل المضمون بما يلي:

**أولا: مصادر الضغط النفسي لدى عينة البحث ككل.**

أسفر تحليل مضمون استجابات العينة على السؤال المفتوح ومعالجته بمعامل الشيوع عن وجود عدة مصادر للضغوط يُبينها في الجدول الآتي:

**جدول رقم (١٠)**
**يوضح معامل الشيوع لمصادر الضغوط النفسية**
**لدى عينة المرشدين والأخصائيين**

| مصادر الضغط | معامل الشيوع |
|---|---|
| تدني نظرة المجتمع | ,٨٥ |
| ضعف العلاوات والترقيات | ,٨٥ |
| زيادة العبء الوظيفي | ,٨٣ |
| الخلط بين عمل الأخصائي وعمل المرشد وعدم وضوح دور كل منهما | ,٨٣ |
| ضعف التعاون بين المرشد والأخصائي | ,٧٩ |
| قلة عدد العاملين في التخصص | ,٧٩ |
| عدم تعاون الإدارة المدرسية | ,٧٧ |
| عدم التفاهم مع أولياء الأمور | ,٧٧ |
| تفضيل الخدمة الاجتماعية على الخدمة النفسية | ,٧٦ |
| عدم وجود روح الفريق في إطار العمل | ,٧٥ |
| التكليف بأعمال خارج التخصص | ,٧٥ |
| عدم التعاون بين الخدمة النفسية والخدمة الاجتماعية | ,٧٥ |
| كثرة التنقل وعدم الاستقرار في مكان واحد | ,٧٥ |

وبتحليل مضمون الجدول السابق الخاص بقيم معامل الشيوع لمصادر الضغوط لدى عينة البحث (ن = ٣٥) يتضح ما يلي:

- أن جميع قيم معامل الشيوع تراوحت بين ٨٥, كما هو الحال في (بصدد تدني نظرة المجتمع، ضعف العلاقات والترقيات)، ٧٥, هو الحال في (عدم وجود روح الفريق في مجال العمل، التكليف بأعمال خارج التخصص، عدم التعاون بين الخدمة النفسية والخدمة الاجتماعية، كثرة التنقل وعدم الاستقرار في مكان واحد).
- أن أكثر مصادر الضغوط شيوعا هي كما يلي:

  أ - تدني نظرة المجتمع ٨٥,

  ب - ضعف العلاقات والترقيات ٨٥,

  ج - زيادة العبء الوظيفي ٨٣,

  د - الخلط بين عمل الأخصائي وعمل المرشد ٨٣,

- أنه برغم تباين المهام الوظيفية لكل من الأخصائي النفسي والمرشد النفسي إلا أنهما استشعرا بهذه الضغوط، فالمجتمع لا يقدر العاملين في الحقل النفسي (مرشد، أخصائي) وقد تجلى ذلك في ضعف العلاوات وتأخر الترقيات، وذلك قياسا بالأعمال الأخرى، كما انعكس أيضا في زيادة العبء الوظيفي، وتكليف الأخصائي بأعمال خارج اختصاصه، فالأدوار والمهام الوظيفية لأي منهما غير واضحة للمسئولين. إن هذه النظرة المتدنية للعاملين في الحقل النفسي، تعكس عدم الاعتراف بالخدمة النفسية، ويمكن أن نلمس ذلك في تفضيل المسئولين للخدمة الاجتماعية على الخدمة النفسية، وعدم تقبل أولياء الأمور لطبيعة المهنة ومن ثم عدم التعاون مع العاملين بها، وكثرة تنقل الأخصائي والمرشد من مكان إلى آخر لتأدية مهامه الوظيفية دون أن يحصل على المقابل المعنوي أو المادي المتوقع أو المأمول، فضلا عن تكليف المسئولين للأخصائي والمرشد بأعمال خارج التخصص.

إن هذه الضغوط الخارجية تركت بصماتها وأدت إلى ضغوط داخلية مثل

ضعف التواصل بين الأخصائي النفسي والمرشد النفسي وضياع أدوارهما، وعدم وجود روح الفريق في إطار العمل.

**ثانياً: مصادر الضغوط لدى عينة الأخصائي النفسي**

إن تحليل مضمون استجابة عينة الأخصائي النفسي (ن = ٢٠) على السؤال المفتوح السابق ذكره، تم معالجته بمعامل الشيوع، ويمكن أن نوضح ذلك بالجدول الآتي:

**جدول رقم (١١)**
**يوضح قيم معامل الشيوع لمصادر الضغط النفسي**
**لعينة الأخصائي النفسي (ن = ٢٠)**

| مصادر الضغوط | معامل الشيوع |
|---|---|
| كثرة الذهاب للمدارس والتنقل بها دون مقابل | ,٩٠ |
| عدم تفهم الأقسام العلمية بطبيعة العمل | ,٩٠ |
| ضعف الحوافز وقلة الترقيات | ,٩٠ |
| قلة عدد الأخصائيين مما يزيد من عبء العمل | ,٨٨ |
| عدم تعاون الأسرة | ,٨٨ |
| عدم تقدير المسئولين بالدولة | ,٨٧ |
| عدم توفر الإمكانات (الاختبارات والأدوات) | ,٨٧ |
| الخلط بين عمل الأخصائي النفسي والأخصائي الاجتماعي | ,٨٥ |
| ضعف فرص التدريب | ,٨٥ |
| انعدام روح الفريق | ,٨٥ |
| عدم تعاون العاملين في مجال الخدمة النفسية والخدمة الاجتماعية | ,٨٥ |
| التكليف بأعمال خارج التخصص | ,٨٤ |
| الحاجة إلى التدريب في بعض المجالات | ,٨٤ |
| عدم العدالة في الترقيات | ,٨٤ |
| ضعف التواصل مع الزملاء | ,٨٣ |
| ضعف التواصل مع الإدارة | ,٨٣ |
| تفضيل الخدمة الاجتماعية على الخدمة النفسية | ,٨٣ |
| عدم عدالة التقويم | ,٨٢ |
| عدم وجود الأخصائي الاجتماعي عند الحاجة إليه | ,٨٢ |

وبتحليل قيم معامل الشيوع الواردة في الجدول السابق يمكننا أن نخلص إلى عدة ملاحظات نسوقها على النحو التالي:

- إن جميع قيم معامل الشيوع الواردة في الجدول السابق تتراوح بين، ٩٠,، ٨٢, فهي جميعا قيم مرتفعة وعالية.
- إن أكثر مصادر الضغوط شيوعا وتأثيرا في تقبل الأخصائي النفسي لمهنته في: عدم وجود مكان ثابت للعمل فهو دائم الترحال والتنقل من مدرسة إلى أخرى، وما يتضمنه هذا الترحال والتنقل من أعباء مادية لا تحظى بالمقابل المادي أو العائد النفسي، فضلاً عما سبق فإن الأخصائي النفسي يستشعر عدم تفهم الأقسام العلمية لطبيعة عمله، وأن الحوافز ضعيفة والترقيات قليلة مع أن الأعباء ثقيلة نتيجة قلة عدد الأخصائيين، وعدم تعاون الأسرة.
- إن المرء يمكن أن يتبدد شعوره بالتعب رغم ثقل العبء المهني إذا شعر بتقدير المسئولين له، ولكن الذي يزيد الشعور بالضغط النفسي هو تجاهل المسئولين لما يبذله الأخصائي من جهود في الآخرين رغم عدم توفر الإمكانات. إن تجاهل المسئولين للأخصائي النفسي يمكن أن يتجسد بوضوح في عدم تمييز العاملين بين عمل الأخصائي النفسي والأخصائي الاجتماعي، فهذا الخلط بين المهام يمكن أن يسبب ضغوطا نفسية للأخصائي النفسي.
- إن الأخصائي النفسي يشعر أنه في وضع لا يحسد عليه، ففرص التدريب قليلة، ولا توجد لغة مشتركة بين فريق العمل الذي ينتمي إليه، فالجسور بين الخدمة الاجتماعية والخدمة النفسية واهية وضعيفة، ولعدم وضوح المهام فكثيرا ما يكلف بأعمال خارج تخصصه، مما يؤدي به إلى الخطأ والفشل، وما يصاحب ذلك من ضغوط نفسية.

**ثالثا: مصادر الضغوط لدى عينة المرشد النفسي**

ويمكن أن نوضح في الجدول الآتي قيم معامل الشيوع لمصادر الضغط كما عبرت عنها عينة المرشد النفسي (ن = ١٥) في السؤال المفتوح الذي وجه لهم.

**جدول رقم (١٢)**

**يوضح قيم معامل الشيوع لمصادر الضغط النفسي لعينة المرشد النفسي**

| مصادر الضغوط | معامل الشيوع |
|---|---|
| تدني نظرة المجتمع | ,٩٠ |
| عدم تفهم أولياء الأمور | ,٩٠ |
| قلة العلاوات | ,٨٨ |
| عدم تعاون الإدارة المدرسية | ,٨٨ |
| ضعف الرواتب وفرص الترقية | ,٨٧ |
| عدم الإعلان عن الوظيفة في الوسائل الإعلامية | ,٨٦ |
| الخلط بين مهام الأخصائي النفسي والمرشد الاجتماعي | ,٨٦ |
| عدم وجود صلاحيات التعبير في العمل | ,٨٥ |
| العمل الروتيني | ,٨٥ |
| قلة عدد المرشدين | ,٨٥ |
| عدم التعاون بين رفقاء المهنة الواحدة | ,٨٤ |
| عدم الاستقرار في مكان واحد | ,٨٤ |
| زيادة العبء الوظيفي | ,٨٣ |
| كثرة الكتابة في الملفات والأعمال الكتابية | ,٨٢ |
| ضعف الإمكانات | ,٨٢ |
| التكليف بأعمال خارج التخصص | ,٨١ |

وهكذا يتحقق الفرض الثالث حيث أوضح التحليل العاملي لمكونات الاستبانة ومتغيرات البحث وتحليل المضمون للسؤال المفتوح أن الضغوط النفسية لدى العاملين في الحقل النفسي (أخصائي نفسي ومرشد نفسي) تتأثر بعدة متغيرات، وأن هذه المتغيرات يمكن قياسها عبر استبانة الضغوط، كما يمكن تحليلها عامليا وكيفيا من خلال التحليل العاملي، وتحليل المضمون.

**وخلاصة القول:** فإن الدراسة الحالية أسفرت نتائجها عن عدة قضايا نُجْمِلُها فيما يلي:

أولاً: لا توجد فروق جوهرية بين استجابات الأخصائيين والمرشدين النفسيين على استبانة الضغوط النفسية.

ثانيا: إن العاملين في المجال النفسي الأكثر خبرة أقل إحساسا بالضغوط من الأقل خبرة.

ثالثا: إن ثمة عوامل مختلفة تؤثر في الضغوط النفسية لدى العاملين في المجال النفسي، حيث أكد التحليل العاملي وجود ثلاثة عوامل تؤثر في الضغوط النفسية لدى العاملين في الحقل النفسي هي:

أ - الأبعاد النفسية للضغوط لدى العاملين في المجال النفسي التي تتمثل في (حب المهنة - الإعداد المهني - إشباع الحاجات النفسية - العلاقات الإنسانية - أهمية المهنة في المجتمع - سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة) لأن فقدان هذه الأبعاد النفسية يؤدي مجتمع - سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة - إذْ كان فقدان هذه الأبعاد النفسية يؤدي إلى ضغوط نفسية.

ب - عامل النضج وحب المهنة.

ج - عامل سمات الشخصية المرتبطة بالنجاح في المهنة.

رابعا: أن ثمة عوامل ترتبط بالضغوط لدى عينة البحث أكدتها نتائج تحليل المضمون، وقد سبق استعراضها في الجداول أرقام (١٠، ١١، ١٢).

# المراجع

## أولا: المراجع العربية


- القرشي، عبدالفتاح (١٩٩٣). الضغوط التي تعرض لها الأطفال الكويتيون خلال العدوان العراقي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي. **عالم الفكر**، المجلد (٢٢) العدد الأول.
- العربي، مديحة (١٩٨٥). مكانة الدراسات التربوية والدور الذي يجب أن تقوم به كليات التربية في تطوير التعليم العالي. **حولية كلية التربية**، الفيوم، جامعة القاهرة.
- شعيب، علي (١٩٨٩). مستوى الضغط النفسي لدى طلاب الثانوية العامة. بحوث المؤتمر السنوي للطفل المصري. جامعة عين شمس.
- مليكة، لويس (١٩٩٢). **علم النفس الاكلينيكي**. ج(١)، القاهرة. ص١١١.
- ياسين، حمدي (١٩٩١). اتجاهات الطلاب وأساتذتهم نحو الجامعة في ضوء الضغوط النفسية. رؤية سيكومترية تحليلية - كلية التربية، جامعة القاهرة، ص٢٤٢.
- عبدالسميع، محمد (١٩٩٠). الإنهاك النفسي للمعلم وعلاقته بالمناخ النفسي والاجتماعي المدرسي. رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية، جامعة المنصورة.
- عسكر، علي وجامع، حسن، والأنصاري، محمد (١٩٨٦). مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الإحتراق النفسي (دراسة ميدانية). **المجلة التربوية- جامعة الكويت**، ٣(١٠) سبتمبر ١٩٨٦ : ٩-٤٣.

## ثانيا: المراجع الأجنبية

Andrew, et al. (1992). Social Support, depressed mood and adjustment to stress: A genetic epidemilogic investigation. **Journal of Personality of Social Psychology.** 26, 257 - 272.

Billy, S.G. et al. (1981). The effects of parental stress on rat off Springs learning ability. **The Journal of Pschology,** 107, 45-51.

Caplar, G.D. (1981). Mastery of Stress: Psychological Aspects. **American Journal,** 52 (4), 413.

Charles, et al. (1987). **Stress and Anxiety.** Univ. of South Florida, Washington.

Cohen, S. & Williamson, G.M. (1991). Stress and infectious disease in humans. **Psychological Bulletin,** 109 (1), 5-24.

Cohen, S. and Wills, T. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. **Psychological Bulletin,** 92, 257-310.

Cox, T. (1978). **Stress**. London: MacMillan, Univ. Park Press, Baltimore.

Cushway, D. & Tylor, P. (1994). Stress and coping clinical psychologists. **Stress - Medicine,** Jan. 10 (1) 35-42.

Good Johnson, M. T. (1982). Correlates of Adolescent Life Stress as Related to Teto Facts.

Hass, K. (1979). **Abnormal Psychology**. New York: Northland Co.

Hilgard, E. R., et al. (1979). **Introduction to Psychology**. New York: Harcourt Brace Jovansvich, Inc.

Hoeksma, J., Guy, J. & Brown, C. (1993). The relationship between psychotherapist burnout and satisfaction with leisure activities. **J. psychotherapy in - Private - Practice,** 12 (4), 51-57.

House, J. S. (1987). Research on work stress and health. In J. C. Quick, R.S. Bhagat, J. E. Daltm, & J. D. Quick (Eds.), **Work Stress: Health Care Systems in the Work place.** N. Y.: Prager.

Huebner, E. & Mills, L. (1994) . Burnout in school psychology: The contribution of personality characteristics and role expectations. **J. Special Services in the Schools,** 8 (2) 53-67.

Johnson, et al. (1989). Trauma in the Lives of Children Crisis and Stress Management Techniques for Counselors and Other Professionals. Hunter House.

Kessler, R. C., (1982). Stressful Life Events Personality and Health. **Journal of Personality and Social Psychology,** Vol. 37.

Kobsas, S.C. (1979). Stressful life events, Personality and health: An inquiry into hardiness. **J. of Personality and social Psychology.** 37 (1) 1-11.

Lazarus, R. S., et al. (1966). **Psychological Stress and Coping Process.** New York: McGraw Hill.

Lowrence, et al. (1987). Life stress and adjustment effects of the events of the events experienced by young adolescents and their parents. **Development. Psych.,** 23 (4), 583.

Mc Bride, C. (1983). **Teachers Stress and Burn out; Contemporary issues in special education.** New York, MC. Graw Hill Comp. p. 223-239.

Miller, S. (ed) (1982). **Child Stress**. New York: Doubledancy Company Inc.

Pierce, M. & Molloy, G. (1990). Psychological and biographical differences between secondary school teachers experiencing high and low levels of burnout. **British Journal of Edu. Psychology**. 20 (1), 37-50.

Quick, J.C. & Quick, J. (1987). **Organizational Stress and Preventive Managment.** New York, MC Graw Hill ine. p.5.

Selye, H. (1976). Stress. In J.H. Eysenck, **Encycolpedia of Psychology.** Vol. 2. p. 282.

Styles, K. & Cavanagh, G. (1977). Stress in teaching and how to handle it. **English J.** 66, 76-79.

Yonaleyzer, (1990). "Perceived Stress and Adjustment in religious families with a child who is disabled". **Journal of Psy.** Vol. 1, p. 425.

# PSYCHOLOCICAL STRESSES AMONG WORKERS IN THE FIELD OF PSYCHOLOCICAL SERVICE

**Dr. Hassan Al-Mousawi**
*College of Basic Education - Kuwait*

## Abstract:

This research aims to study the psychological stresses among workers in the field of psychological service, and explore demographic dynamic factors related to these stresses.

To achieve this, Psychological Stresses Questionnaire adapted by the researcher has been carried out on a sample of (124) workers divided into (46) psychological counsellors and (78) psychologists who work in secondary schools in five educational districts in State of Kuwait. Differences in the following variables (gender, age, occupation, experience) have been considered.

The quantitive statistical treatment (T-ratio, correlation coefficient factor analysis), and qualitative statistical treatment (content analysis) show the following results:-

1. There are no significant differences between psychological counsellors' responses and those of psychologist on the Psycholocigal Stresses Questionnaire.
2. Psychologists with relatively good experience are less stressed than those with little experience.
3. The factor analysis shows that psychological stresses among workers in the field of psychology could be ascribed to (vocational intrest, satisfying certain needs, demographic variables). Further more, a sample of psychologists' responses show that the most common stresses could be a result of the unavailability of working offices, lack of understanding the nature of work by academic departments, low salaries, excessive work, non-cooperative families.

The counsellors frustrating factors, on the other hand, lie in the society's attitude, lack of parents' understanding, low payment and allowances and poor promotion opporturities.