مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية

عويد المشعان*

ملخص: تهدف هذه الدراسة إلى تعرف على مصادر الضغوط المهنية وفقاً لمتغيرات الجنس والجنسية والتخصص ومدى علاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية. وتكونت عينة الدراسة من (746) من المدرسين، منهم 377 من الذكور و369 من الإناث، ومنهم 363 من الكويتيين، و383 من غير الكويتيين، ومنهم 489 من مدرسي المواد النظرية و257 من مدرسي المواد العلمية. واستخدم في الدراسة مقياس الضغوط المهنية، ومقياس غموض الدور وصراع الدور، ومقياس الاضطرابات النفسية الجسمية.

وكشفت الدراسة عن فروق جوهرية بين الجنسين في المتغيرات التالية: العبء المهني، والتطور المهني، والاضطرابات النفسية الجسمية؛ حيث حصلت الإناث على متوسطات أعلى من الذكور في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية. وظهرت فروق بين الكويتيين وغير الكويتيين في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية تشير إلى تزايد متوسطات المدرسين الكويتيين في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية عن غير الكويتيين، ولم تظهر فروق جوهرية بين مدرسي المواد النظرية ومدرسي المواد العلمية في متغيرين هما: العبء المهني وصراع الدور، حيث كانت الفروق في جانب مدرسي المواد العلمية في العبء المهني، وصراع الدور في جانب مدرسي المواد النظرية، واتضح أن جميع معاملات الارتباط إيجابية وذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية.

مصطلحات أساسية: الضغوط المهنية، المدرسين، الاضطرابات النفسية الجسمية.

* أستاذ مساعد (Associate Prof.)، ورئيس قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت.

مقدمة

تعد مهنة التدريس إحدى المهن الاجتماعية الضاغطة، نظراً لكثرة مسئولياتها ومتطلباتها وزيادة أعبائها التي تجعل بعض المدرسين غير راضين عن مهنتهم، وغير مطمئنين على حياتهم ومستقبلهم المهني والأمني، مما يكون له أثره السلبي على عطائهم وكفاءتهم في الأداء. ولهذا السبب ينبغي الاهتمام بالمدرس نفسياً ومهنياً، حيث إنه يعد حجر الزاوية في المنظومة التعليمية، لأنه يمثل مصدراً أساسياً من مصادر إكساب التلاميذ المعرفة والمعلومات، ويؤثر في تلاميذه بتوقعاته، وبما يدعمه من مظاهر سلوكية، وبما يتبناه من قيم واتجاهات معينة. ويرى بعض الباحثين أن سوء تصرفات التلاميذ وسوء سلوكهم يسهم في ارتفاع الضغوط وانخفاض الروح المعنوية لدى المدرسين (Boyle et al, 1995; Mykletun, 1984; Litt et al, 1986).

وتمثل الضغوط خطراً على المدرس، كما تهدد مزاولته لمهنته بسبب ما ينشأ عنها من تأثيرات سلبية عليه، تتمثل في عدم الرضا المهني، وضعف مستوى الأداء وعجزه عن الابتكار داخل الفصل، وضعف الدافعية للعمل. فينخفض مستوى تحصيل الطلاب. وهذا بدوره يؤدي إلى شعور المدرس بالإنهاك النفسي، وهو الأمر الذي يؤثر في قدرته على أداء عمله بالكفاءة والصورة المرضية (Cook, 1986; Birmingham, 1985; francis, 1985).

ويشير «فاربر» (Farber, 1991) إلى أن معظم المدرسين بمختلف تخصصاتهم يشعرون بعدم الرضا الوظيفي والضغط النفسي بسبب العمل والاحتراق النفسي، وهذا يؤثر في قدرتهم على مواجهة تحديات المهنة، الأمر الذي يؤدي إلى التفكير في ترك المهنة. وكذلك تنتج عن الضغوط المهنية زيادة كبيرة في معدلات المشكلات الانفعالية مثل (القلق والاكتئاب والاضطربات النفسية الجسمية) والاحتراق النفسي مثل (الاستنزاف الانفعالي، وانخفاض تقدير الذات، وانخفاض الإنجاز الشخصي) (Hodge et al, 1994). ويشير «ليت، وتورك» (Litt & Turk, 1985) إلى أن المدرسين يواجهون مستويات متزايدة من الضغوط في عملهم وأن 79% منهم قرروا أن مهنة التدريس هي المصدر الأساسي للضغوط في حياتهم.

ويرى بعض الباحثين أنه – خلال العقد التاسع من القرن المنصرم – أصبح عدد البحوث – التي أجريت في الضغوط النفسية والتي أمكن وضع قاعدة بيانات

أساسية لها – ألف بحث تقريباً (D'Auroa & Fimian, 1988)، وأشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن المدرسين يتعرضون – أكثر من غيرهم – للضغوط النفسية بسبب ما تتسم به هذه المهنة من غموض الدور وكثرة المطالب المتعارضة، واستمرارية التعرض للمواقف الضاغطة (عيسى، 1996).

وتشير دراسات كثيرة إلى ارتفاع الضغوط الواقعة على المدرس بشكل كبير خلال السنوات الحديثة (Borg, 1990; Borg & Falzon, 1989; 1990; 1993; Cooper & Pane, 1991; Fimian, 1988; Boyle et al, 1995).

وكذلك كشفت الدراسات المسحية عن مصادر الضغوط التي واجهها المدرس، إن ما يربو على ثلث المدرسين يرون أن مهنة التدريس مهنة ضاغطة (Boyle et al, 1995; Cable, 1987; Kyriacou & Pratt, 1985; Pithers et al, 1995).

ويعتقد بعض الباحثين أن الضغوط النفسية أصبحت سمةً من سمات العصر الحديث، حيث ينظرون إليها على أنها مرض القرن العشرين، في حين يعدها آخرون: «القاتل الصامت» "The silent killer" (العتيبي، 1997؛ Baron et al, 1990).

ومن استقراء الدراسات السابقة عن الضغوط النفسية لدى المدرسين نجد أن نسبة كبيرة منهم قد أفادوا بأنهم يعانون من مستويات مرتفعة من هذه الضغوط مع اختلاف بلدانهم ومواقع عملهم (باخوم 1991، عيسى 1995، المشعان 1998، Borg, 1990).

الإطار النظري للدراسة

يعد المدرس إحدى الركائز الأساسية في المنظومة التعليمية؛ بسبب الدور الرئيس الذي يقوم به في هذه العملية، وإيماناً بجهد المدرس وعطائه المستمر، وعرفاناً بما لهما من تأثير في مستوى أدائه وكفاءته في العمل، فيجب الاهتمام به، من خلال التعرف على المصادر التي تؤدي إلى زيادة الضغوط عليه، حتى يتعامل المسؤولون مع تلك المصادر الضاغطة للتقليل منها لرفع فعالية العملية التعليمية. وقد قُدِّرت التكاليف – التي تسببها ضغوط العمل للاقتصاد الأمريكي وما تنفقه المنظمات في الولايات المتحدة الأمريكية على الأمراض الناجمة عن الضغوط – بنحو (60 – 100) بليون دولار سنويا (Matteson et al, 1987).

وترتفع معدلات المعاناة من الضغوط بين المدرسين – في المؤسسات التعليمية في العصر الحديث – بسبب ما يشهده عالمنا المعاصر من ثورة معرفية

ومعلوماتية نتيجة للتقدم التكنولوجي الحديث، وبتحقيق الرفاهية للبشرية فقد ندفع ضريبة التقدم، حيث تزداد حياتنا اليومية تعقيداً، وتتفشى الأمراض النفسية والبدنية التي تهدد حياة الإنسان. ومن هذا المنطلق تعرّف الضغوط لدى المدرس بأنها «حالة من الإجهاد النفسي والبدني تنتج عن الأحداث المزعجة أو عن المواقف المحبطة، لتصاحبها انفعالات غير سارة مثل التوتر والإحباط والغضب» (Kyriacou, 1987). كما يعرف «باخوم» (1991) ضغوط المدرس بأنها «شعوره بالعجز عن أداء عمله بسبب ما يواجهه من أعباء زائدة فيما يقوم به من أدوار، وما يواجهه من إحباط ومشكلات في البيئة المدرسية». ويعرف «عبد المولى» (1993) الضغوط النفسية للمدرس بأنها «ما يتعرض له المعلم من مشكلات – في محيط عمله – تسبب له ضعف القدرة على أداء العمل بكفاءة وبصورة مرضية، بل يمكن أن تسبب له أعراضاً مَرَضيَّة أو تؤدي إلى غيابه عن عمله أو تركه». إذن الضغوط المهنية عبارة عن اختلال وظيفي في المنظمة أو المؤسسة، هذا الاختلال يؤدي إلى انخفاض في مستوى الرضا الوظيفي، وضعف الأداء، وانخفاض مستوى الفاعلية.

مصادر الضغوط لدى المدرسين

1 – **صراع الدور**: ويحدث إذا كان هناك تعارض بين متطلبات الدور؛ فعندما يتعرض الفرد لموقف يفرض عليه متطلبات متعارضة؛ كأن تتطلب وظيفته العمل ساعات طويلة، أو السفر مسافات بعيدة، وقد يتعارض ذلك مع متطلبات دوره بوصفه زوجاً أو أباً (عسكر، 1988) فإنه حينئذ يعاني من صراع الدور الذي يتولد عندما تكون هناك متطلبات متعارضة في آن واحد، يقع تحتها الفرد سواء من رئيسه أو زميله في العمل أو مرؤوسيه، بحيث تتعارض مجاراة الفرد لمجموعة التوقعات المتصلة بالعمل مع مجاراة مجموعة أخرى من التوقعات، مما يؤدي إلى حدوث صراع الدور بالنسبة لهذا الفرد (انظر: العبدالقادر، والمير Li & Shani, 1991; 1996).

2 – **غموض الدور**: وهو الافتقار إلى المعلومات التي يحتاجها الفرد عند أداء دوره في المنظمة، أو عدم وضوح مسؤوليات العمل ومتطلباته، ونقص التغذية المرتدة لدى الأفراد من جراء العمل الذي يقومون به، الأمر الذي يؤدي إلى الحيرة والإحباط، ومن ثم الشعور بالضغوط (Powell & Enright, 1990)، كما يكون غموض الدور سبباً في زيادة التوتر وانخفاض الرضا الوظيفي وعدم الثقة بالنفس وارتفاع ضغط الدم مما يؤدي إلى التفكير في ترك العمل (عبدالجواد، 1994). ويمكن القول

بأن غموض الدور عبارة عن نقص في معرفة الواجبات والامتيازات والالتزامات المطلوبة من الفرد وإليه لكي يقوم بأداء عمله (المير، 1995).

3 – **العبء المهني**: يعني قيام الفرد بمهام لا يستطيع إنجازها في الوقت المتاح، أو أن هذه المهام تتطلب مهارة عالية لا يملكها الفرد؛ فقد يعاني المعلم من زيادة عبء العمل المتوقع منه؛ مثل إلقاء المحاضرات، وتحضير الدروس والمشاركة في اللجان، إذن فالمعلم الذي يتحمل زيادة كبيرة في عبء العمل يقع تحت وطأة مستويات عليا من الضغوط بما يترتب عليها من زيادة في ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم. وينقسم العبء المهني إلى عبء كمي ويعني «كثرة أعمال الفرد التي عليه إنجازها في وقت غير كاف»، أما العبء الكيفي «فيحدث عندما يشعر الفرد أن المهارات المطلوبة لإنجاز مستوى أداء معين أكبر من قدراته»؛ أي أن الفرد يفتقر إلى القدرة اللازمة لأداء العمل (عسكر، 1988 ;Powell et al, 1990; Harris et al, 1985)، وأن الإجهاد الزائد وثقل العبء الوظيفي يُعد من مصادر الضغط في مهنة التعليم (عبدالجواد، 1994).

4 – **ضغوط الوقت:** قليل من البشر يؤدون أعمالهم بطريقة أفضل عندما يكونون تحت ضغوط مستمرة، ولكن الغالبية تحتاج – بالإضافة إلى الأجازات والاستراحة المعتادة في أوقات تناول الغذاء والقهوة – إلى أوقات للراحة متزامنة بين نهاية مهمة وبدء مهمة أخرى، وهو وقت لالتقاط الأنفاس للنظر حولنا، وحتى يسترخى العقل بعيداً عن العمل ليجد سبيلاً لتجديد النشاط. ويمكن أن تُقضي مثل هذه الأوقات في تصفح «كتيبات» جديدة أو في البحث عن قطعة «غيار» لجهاز أو آلة نحتاجها لنتجنب الإحساس بالضغط في مجال العمل، ومن ناحية أخرى يجعلنا ذلك نعطي أكثر – في مجال عملنا – وبمزيد من الدقة والتفاني والموضوعية (الفرماوي، وأبو سريع، 1994 ;Fontana, 1989). ويؤكد بعض الباحثين (ذكرى، 1989 ;Tanner et al, 1991) على أن عدم كفاية الوقت للقيام بأعباء المهنة ومتطلباتها يؤدي إلى الضغوط، ومن ناحية أخرى فقلة الوقت اللازم للراحة والاسترخاء تشعر الفرد بالضيق والتوتر والضغط.

5 – **التطور المهني**: تعتبر عوائق التطور المهني أو المستقبل الوظيفي أحد مصادر ضغط العمل؛ مثل الافتقار إلى فرص الترقية في المستقبل وعوائق الطموح، والشك في المستقبل المهني، والتغيير الوظيفي الذي يتعارض مع طموحات الفرد (عسكر، 1988).

ومن عوامل الضغط المرتبطة بهذا المصدر الخوف من الفشل في العمل الجديد، أو الخوف من العجز عن مجاراة التغيرات التكنولوجية أو الاقتصادية أو الاجتماعية؛ فإذا لم يتمكن الفرد من هذا التوافق مع التغيرات الجديدة المصاحبة للترقية الوظيفية فإنه حتماً سيشعر بالضغط، كما أن التقدم في الوظيفة يكون مصدراً للضغط بسبب الشعور بعدم الأمن النفسي أو الوظيفي أو الخوف من الفصل أو التقاعد المبكر أو الترقية غير المناسبة (كأن يرقى الفرد إلى وظيفة غير مناسبة له أو لا يعطى الترقية المناسبة).

الاضطرابات النفسية الجسمية Psychosomatic disorders

مصطلح عام يستخدم للإشارة إلى أي اضطراب له مظاهر جسمية أو عضوية يقف خلفه أي سبب سيكولوجي له درجة محدودة من الشدة، ويمكن تمييز ثلاث فئات فرعية من الاضطرابات النفسية الجسمية فيما يلي:

(أ) الاضطرابات المرتبطة بشخصية الفرد بوجه عام، مثال ذلك «أن الأشخاص شديدي القلق ترتفع لديهم معدلات اضطراب الجهاز التنفسي».

(ب) الاضطرابات المرتبطة ارتباطاً وثيقاً بأسلوب حياة الفرد، مثال ذلك ما أشارت إليه بعض البحوث من «أن الأشخاص الذين يعملون في مهن تتضمن ضغوطاً شديدة يكشفون عن ارتفاع ضغط الدم، واضطراب وظائف المعدة».

(ج) الاضطرابات التي تظهر أساساً بوصفها استجابات أو أرجاع إزاء ظروف خاصة مثل الحساسية الجلدية (Reber, 1995).

وأصبح من المسلم به حالياً أن كثيراً من الاضطرابات الجسمية يمكن أن يكون لها جذور نفسية، ومن هنا فقد نشأ فرع جديد من فروع الطب هو «الطب النفسي الجسمي»، وهي تسمية تؤكد تأثير الضغوط والعوامل النفسية في حدوث الاضطرابات النفسية الجسمية. وأصبحت الاضطرابات النفسية الجسمية تعرف بأنها مجموعة الاضطرابات التي تتميز بالأعراض الجسمية التي تحدثها الصراعات والضغوط النفسية. وتعرف الاضطرابات النفسية الجسمية في دائرة المعارف البريطانية بأنها «الاستجابة الجسمية للصراعات وللضغوط الانفعالية التي تأخذ شكل اضطرابات جسمية مثل الربو، وقرحة المعدة، والقولون، وضغط الدم، والتهابات المفاصل، والاضطرابات الجلدية» (غازي، والطيب، 1984).

وقد تسبب الضغوط المهنية للإنسان كثيراً من الأمراض، والاضطرابات

النفسية الجسمية مثل زيادة الشعور بالقلق والإحباط، وارتفاع ضغط الدم، وآلام الظهر، والتهاب المفاصل، والصداع، والقرحة، والسرطان، والسكر، وأمراض القلب التي تودي سنوياً بحياة ما يربو على نصف مليون أمريكي (العتيبي، 1997 Baron, 1990; Henderx, 1985; Steers, 1991;)، ويشير عدد من الدراسات المنشورة في الآونة الأخيرة إلى أن ارتفاع ضغط العمل قد يضعف جهاز المناعة عند الإنسان، ويقلل من قدرته على مقاومة كثير من الأمراض الخطرة (Baron & Greenberg, 1990).

ويخلص المحارب (1993) – من دراسة البحوث التي أجريت حول العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب في الفترة من (1981 – 1991) – إلى أن الضغوط النفسية تؤثر في أداء الخلايا اللمفاوية، كما تؤثر سلبياً في الجهاز المناعي للفرد، وقد أسفرت كثير من البحوث التي أجريت خلال السنوات العشر الأخيرة عن براهين تؤيد ارتباط الشخصية بالأعراض النفسية الجسمية المختلفة (تركي 1996 Alfred & Smith 1989; Eysenck 1990; Helin & Hannen 1988; Lavander & Sachs, 1987; Mangan & Hookway, 1988; Stelmach 1991; Fredrickson & Georgiades 1992; Schmitz, 1992;).

ويؤكد «باول وزملاؤه» (Powell et al, 1990) أننا أصبحنا في قرن الضغوط النفسية والأزمات؛ حيث تشير الإحصاءات الحديثة إلى أن نسبة 80٪ من أمراض العصر مثل: النوبات القلبية، وارتفاع ضغط الدم، والصداع النصفي، وقرحة المعدة والقولون بدايتها الضغوط النفسية.

ولقد درس الباحثون – بتوسع – الضغوط بوصفها عاملاً من أهم العوامل التي تنذر بقرب الإصابة بأمراض القلب، وهناك اعتقاد بأن الضغط عامل مهم في تطور مرض الشريان التاجي للقلب، وذلك من خلال الممرات العصبية الغدية. وتتضمن الاستجابات للمنبهات الضاغطة زيادة في كل من ضغط الدم، وتجلط الدم، وزيادة الحاجة إلى الأكسجين، وزيادة حامض اليوريك والأحماض الدهنية، وجلوكوز الدم، ولزوجة صفائح الدم (Nixon, 1989).

وقد أجريت دراسات لربط الضغوط بمرض الشريان التاجي للقلب الذي حدث نتيجة لأزمات الحياة مثل: الهجرة، ونقص الدعم الاجتماعي، والصراعات في العمل

وانهيار الزواج، وفقد الأعزاء، وبينت هذه الدراسات أن الضغوط المرتبطة بالعمل التي تتنبأ بمرض الشريان التاجي للقلب ترتبط أيضاً بزيادة مطالب Demands العمل وانخفاض التلقائية أو الذاتية في العمل (Karasek, & Theorell, 1990).

ويرى «أيزنك» أن خصائص الشخصية ونوع الضغوط يجب النظر إليهما على أن لهما أهمية متساوية مع التدخين، ومستوى الكولسترول، وضغط الدم... وغيرها من المتغيرات الفيزيولوجية، واعتماداً على الأدلة – المستنتجة من الدراسات التي أجريت على هذه المتغيرات والروابط بينها – يُسلم «أيزنك» بوجهة النظر التفاعلية، بين الشخصية المهيأة للإصابة بمرض الشريان التاجي للقلب، وسمات الغضب والعدوان (Eysenck, 1987; Eysenck & Vetter, 1988; Grossarth - Maticek et al, 1988)، وفي هذا التكوين النظري يتضح أن الشخصية تتفاعل بوصفها عوامل متعاونة مع الضغوط في الإصابة بمرض الشريان التاجي للقلب (Sookhoo, 1998).

الدراسات السابقة

تشكل الضغوط المهنية التي يواجهها المدرس – في مهنة التعليم – اهتماماً بارزاً للباحثين في مجال علم النفس والتربية، ولهذا يجب تحديد مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها المدرسون في مهنة التعليم، وتؤدي إلى ارتفاع معدلات الإصابة بالاضطرابات النفسية الجسمية.

1 – أشارت نتائج دراسة «هوس» وآخرين (House et al, 1979) إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية التي تتمثل في العبء المهني، وصراع المهنة، وصراع الأدوار، والمشكلات الأسرية، وبين الاضطرابات النفسية الجسمية التي تمثلت في قرحة المعدة، وزيادة ضغط الدم، وأمراض القلب، والذبحة الصدرية.

2 – وكشفت دراسة (Tang & Hammontree, 1992) التي أجريت على عينة تكونت من 60 ضابط شرطة في ولاية «تينسي» بالولايات المتحدة الأمريكية، أنه كلما زاد تعرض ضباط الشرطة لضغوط الحياة والضغوط النفسية زاد معدل إصابتهم بالأمراض النفسية الجسمية.

3 – وأظهرت نتائج دراسة (Steffy & Jones, 1989) أنه يوجد ارتباط بين متغيرات ضغوط العمل، وعدم الرضا عن العمل، وضغوط الحياة، والاضطرابات النفسية الجسمية.

4 – أما دراسة «فاربر» (Farber, 1991) – على عينة مكونة من 365 معلماً ومعلمة (236 معلمة و129 معلماً) – فقد أوضحت أن العبء المهني ومشكلات النظام داخل الفصل من المصادر الأساسية للضغوط المهنية.

5 – كشفت نتائج دراسة «هاريس» وآخرين (Harris et al, 1985) – على عينة مكونة من 130 معلماً بالمرحلة الإعدادية من الريف والحضر (97 معلمة و33 معلماً) – أنَّ زيادة العبء الوظيفي، وزيادة ساعات العمل تؤديان إلى ارتفاع مستوى الضغوط.

6 – كشفت نتائج دراسة «كرياكو، وبرات» (Kyriacou & Pratt, 1985) – على عينة مكونة من 127 معلماً بمراحل التعليم المختلفة – أن مستوى الضغوط لدى الإناث كان أعلى منه لدى الذكور، كما أشارت إلى وجود ارتباط – دال إحصائياً – بين الاكتئاب، والوساوس والقلق، والهستيريا، وكذلك أسفرت الدراسة عن أن ارتفاع مستوى الضغوط يصاحبه ارتفاع في مستوى الشعور بالتوتر والإجهاد الانفعالي والبدني في نهاية اليوم الدراسي. وتشير الدراسة إلى أن تسعة من المعلمين قرروا أنهم امتثلوا للرعاية من الأمراض الناجمة عن الضغوط والتي تتضمن الاكتئاب، والإجهاد العصبي والشلل العصبي.

7 – كشفت نتائج دراسة «بين، وفارنهام» (Payne & Furnham, 1987) – على عينة مكونة من 444 معلماً ومعلمة (192 معلماً و252 معلمة) تم اختيارهم من 14 مدرسة – أن مصادر الضغوط لدى المعلم عبارة عن العبء المهني، وسوء سلوك التلاميذ، وضعف الكفاءة المهنية للمعلم، وسوء العلاقة بين الزملاء؛ وكشفت نتائج الدراسة أن المعلمات كن أكثر شعوراً بالضغوط النفسية من المعلمين.

8 – أوضحت نتائج دراسة (Sin & Cheng, 1985) – على عينة مكونة من 131 مدير أعمال صينياً – أن المديرين من فئة صغار السن، وقليلي الخبرة كانوا أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بأعراض الأمراض النفسية الجسمية عند تعرضهم لضغوط عالية، كما أن المديرات كن أكثر إصابة بالأمراض النفسية الجسمية من المديرين، وكن يعانين من الأعراض التالية: صداع، وآلام في المعدة، وفقدان الشهية، واحتقان الأنف، وصعوبة في النوم.

9 – كشفت دراسة «عبدالمعطي» (1989) – على عينة مكونة من 48 شخصاً (43 مريضاً و15 سوياً) – أنه توجد علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة المرتبطة بالعمل والدخل والأسرة، وبين الإصابة بالاضطرابات النفسية الجسمية.

10 – وأجرى «الفرماوي» (1990) – دراسته على 175 معلماً، وكشفت عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى الضغوط، في حين كشفت عن فروق دالة إحصائياً بين المعلمين المعارين وغير المعارين، حيث إن المعلمين المعارين يشعرون بمستوى مرتفع من الضغوط.

11 – قام كل من «عبدالمقصود، وطاحون» (1993) بدراسة على عينة مكونة من 390 معلماً ومعلمة في كل من مصر والسعودية، وأظهرت النتائج أن الضغوط النفسية لدى المعلمين السعوديين «غير التربويين» كانت أكبر منها لدى المعلمين المصريين «غير التربويين». كما توصلت الدراسة إلى أن المعلمين المصريين كانوا أكثر شعوراً بالضغوط من المعلمات المصريات، ولكن المعلمات السعوديات كن أكثر شعوراً بالضغوط من المعلمين السعوديين.

12 – أجرى «باخوم» (1991) دراسته على المعلمين في المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا وأشارت النتائج إلى أنه لا توجد فروق بين «المعلمين والمعلمات»، ولا بين «المتزوجين وغير المتزوجين» في الضغوط النفسية.

13 – أما دراسة (Cooper & Kelly, 1993) على عينة مكونة من 2638 من المدرسين الأوائل في المملكة المتحدة؛ فقد كشفت عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الضغوط النفسية في المرحلة الابتدائية، في حين أظهرت المعلمات في المراحل التعليمية الأعلى ارتفاعاً في مستوى الضغوط النفسية عن زملائهن.

14 – أجرى «إبراهيم» (1992) دراسته على عينة مكونة من 40 من المصابين بالأمراض «النفسية الجسمية» و40 من الأسوياء، وكشفت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً – دالة إحصائياً – لدى هؤلاء المرضى في تأثرهم بالضغوط الحياتية، حيث تأثر مرضى السكر بالضغوط الانفعالية والاجتماعية والبدنية، في حين تأثر مرضى ضغط الدم بالضغوط البدنية، وتأثر مرضى القولون بالضغوط الانفعالية والبدنية.

15 – أما في دراسة «العتيبي» (1997) على عينة مكونة من 658 موظفاً (462 من الكويتيين، و196 من الوافدين العرب)، فقد أظهرت النتائج أن العمالة الكويتية أكثر تعرضاً لضغوط العمل من العمالة الوافدة، وكذلك كانت العمالة الكويتية أكثر تعرضاً للإصابة بالاضطرابات النفسية الجسمية من العمالة الوافدة العربية.

16 – كشفت دراسة «كوبر، ودافدسون» (Cooper & Davidson, 1982) عن وجود بعض الأعراض «النفسية الجسمية» المرتبطة بضغوط العمل، وتتمثل في

الإنهاك الجسمي بنسبة 69,6%، والقابلية للانفعالات بنسبة 60%، والشعور بالقلق بنسبة 54,4%، والإحساس بالتوتر بنسبة 42,6%، والشعور بالغضب بنسبة 35,6%، والإصابة باضطرابات النوم بنسبة 34,10%، والإحساس بالإحباط بنسبة 34,8%، وعدم الاقتناع بالعمل بنسبة 34,10%، وانخفاض تقدير الذات بنسبة 25,1%، والإحساس بالاكتئاب بنسبة 23,7%.

17 – أما دراسة «هودج» وزملائه (Hodge et al, 1994) – على عينة مكونة من 107 من المدرسين والمدرسات العاملين في المدارس الثانوية العامة والخاصة (61 من المدرسات و46 من المدرسين في جنوب ويلز) – فقد أوضحت أن مدرسي الموسيقا لهم درجات أعلى في مصادر ضغوط العمل، والاحتراق النفسي، والضيق المهني من مدرسي الرياضيات، وبينت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة موجبة بين ضغوط العمل والإجهاد النفسي، وفقدان الشعور بالشخصية، كما ظهر ارتباط سالب بين ضغوط العمل والإنجاز الشخصي.

18 – أما دراسة (Pithers & Fogarty, 1995) – على عينة تكونت من 154 فرداً (83 مدرساً منهم 45 من الذكور و38 من الإناث و71 من العاملين: 34 ذكراً و37 أنثى) – فقد كشفت أن المدرسين أكثر معاناة من التوتر والضغوط النفسية الناتجة عن العمل من العاملين في المهن الأخرى، وبشكل خاص في مقياس العبء المهني، وتبين – أيضاً – أنه توجد فروق بين الذكور والإناث في متغيرات البحث؛ حيث كان متوسط درجات الذكور أعلى من متوسط درجات الإناث «في مقياس المسؤولية تجاه العمل»، في حين حصلت المدرسات على درجات أعلى «في مقياس الضغوط البدنية أو الفيزيولوجية والمساندة الاجتماعية» من الذكور.

19 – قام (Vingerhoets & Guy, 1998) بدراسة على عينة تكونت من 123 من المرضى (107 من الذكور و16 من الإناث)، وقد كشفت التحليلات «العاملية» لاستخبار الشكاوى عن أربعة أبعاد معرفية، وأربعة أبعاد انفعالية/نفسية جسمية، وقد أورد 73% من المرضى شكاوى معرفية، وعلى وجه الخصوص مشكلات تتعلق بمواصلة الانتباه وتقطعه. وذكر 78% شكاوى انفعالية ونفسية جسمية، وخصوصاً زيادة في القلق وعدم الاستقرار الانفعالي. كما ارتبطت شكاوى ما بعد العمليات الجراحية جوهرياً بالقلق والاكتئاب والعصابية، وكشفت تحليلات الانحدار التدرجي عن أنه يمكن التنبؤ – على أفضل وجه – بحدوث أغلب الشكاوى الذاتية (غير

الموضوعية) من خلال التقارير الذاتية للاكتئاب والقلق والعصابية بشكل مختلف في الأبعاد المختلفة للشكاوى الذاتية.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى تعرُّف مصادر الضغوط المهنية، وتقدير مدى شدتها لدى المدرسين الكويتيين والمدرسين غير الكويتيين، وتفصل أهداف الدراسة فيما يلي:

1 – التعرف على العلاقة بين الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية.

2 – التعرف على الفروق بين المدرسين الكويتيين والمدرسين غير الكويتيين في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية.

3 – التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية.

4 – التعرف على الفروق بين مدرسي المواد النظرية ومدرسي المواد العملية في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية.

فروض الدراسة

1 – توجد علاقة بين مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية لدى المدرسين.

2 – توجد فروق – دالة إحصائياً – في مصادر الضغوط المهنية وفقاً لعوامل الجنس والجنسية والتخصص منفصلة ومتفاعلة لدى المدرسين.

3 – توجد فروق – دالة إحصائياً – في الاضطرابات النفسية الجسمية وفقاً لعوامل الجنس والجنسية والتخصص منفصلة ومتفاعلة لدى المدرسين.

المنهج

العينة

تكونت عينة الدراسة من (746) من المدرسين بواقع 377 من الذكور و369 من الإناث، وبواقع 363 من الكويتيين و383 من غير الكويتيين وبواقع 489 من مدرسي المواد النظرية، و257 من مدرسي المواد العلمية، وقد اختيرت عينة الدراسة من عدد من المدارس المتوسطة للبنين والبنات بالمحافظات الخمس لدولة الكويت، وهم من المدرسين الكويتيين وغير الكويتيين، وتراوحت أعمارهم بين 25 و45 سنة، كما تراوحت

خبرة أفراد العينة بين 5 و20 سنة، والعينة متجانسة إلى حد كبير في المستوى الاقتصادي والاجتماعي، وطبقت المقاييس بشكل جمعي في مكان العمل نفسه.

أدوات الدراسة

1 – **مقياس الضغوط النفسية**: وهو من إعداد: «فيميان» (Fimian, 1985)، وتعريب «منصور، والببلاوي» (1989)، ويتكون المقياس من 49 عبارة، يجيب المفحوص عن كل منها بوضع علامة في الخانة المناسبة من بين الاختيارات الخمسة التالية: (نادراً(1)، أبداً(2)، أحياناً(3)، غالباً(4)، دائماً(5))، وقد اختار الباحث مصادر الضغوط المهنية التالية: العبء المهني، الذي يتكون من (6) عبارات، والتطور المهني الذي يتكون من (7) عبارات، وقد استخدم المقياس في دراسة سابقة (Fimian, 1988).

صدق المقياس: قام مُعَرِّبا المقياس بحساب صدقه بطريقتين: الأولى، «الصدق العاملي» والثانية، «الصدق التلازمي»، ففي **الصدق العاملي** قام الباحثان بتحليل مصفوفة معاملات الارتباط بين بنود المقياس المستخلصة من البيانات المستمدة من (680) معلماً بالتعليم الإعدادي والثانوي في مصر، تحليلاً «عاملياً» من الدرجة الأولى وفقاً لطريقة المكونات الأساسية (هوتلنج) والتدوير المتعامد (طريقة الفاريماكس لكايزر)، وقد أسفرت نتائج التحليل عن استخلاص سبعة عوامل لمقياس الضغوط النفسية. كما يتضح فيما يلي: العبء المهني، والتشبعات على هذا العامل هي: 0,784، 0,739، 0,673، 0,661، 0,655، 0,589، والتطور المهني: والتشبعات على هذا العامل هي: 0,743، 0,727، 0,679، 658، 0، 0,638، 0,587، 0,563، والضيق المهني، والتشبعات على هذا العامل هي: 0,754، 0,733، 0,671، 0,627، 0,593 ، 0,567، 0,544، 0,546، وصعوبات إدارة الوقت، والتشبعات على هذا العامل هي: 0,658، 0,625، 0,571، 0,559، 0,540، والمظاهر الانفعالية، والتشبعات على هذا العامل هي: 0,766، 0,753، 0,738، 0,675، 0,547، 0,479، والمظاهر السلوكية والتشبعات على هذا العامل هي: 0,637، 0,551، 0,487، 0,483، 0,459، 0,424، 0,418، والمظاهر الفيزيولوجية والتشبعات على هذا العامل هي: 0,632، 0,574، 0,561، 0,533، 0,468، 0,434، 0,431، 0,422، 0,385، 0,376 وفيما يختص بالصدق التلازمي استخدم الباحثان مقياس الصحة النفسية أو اختبار «كورنل» للاضطرابات النفسية الجسمية من تعريب «محمد عماد الدين إسماعيل» وآخرين (1976) وقد وضعه في الأصل «آرثر وايدر» وآخرون محكاً للمقارنة بينه وبين

مقياس الضغوط النفسية. وقد طبق المقياس على عينة تتألف من (80) معلماً في المرحلتين الإعدادية والثانوية، وكانت معاملات الارتباط لمظاهر الضغوط ومقياس الصحة النفسية (0,348، 0,643) وكلها موجبة ودالة عند مستوى 0,01.

وتحقق الباحث من صدق المقياس باستخدام الصدق التلازمي لحساب معامل الارتباط بين مصادر الضغط (العبء المهني، والتطور المهني) وأنه مشتق من مقياس الضغوط النفسية إعداد: «فيميان» تعريب، منصور، والببلاوي، ومقياس غموض الدور، وصراع الدور، إعداد: «ماك نايل» وآخرين تعريب: «عسكر» (1988) – بوصفه محكاً للمقارنة بين المقياسين، وقد طبق على عينة مكونة من (90) مدرساً ومدرسة، وكان معامل الارتباط 0,853 وهو دال – إحصائياً – ويشير إلى الصدق التلازمي المرتفع.

ثبات المقياس: قام «منصور والببلاوي» (1989) بحساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار، وكان معامل الارتباط هو (0,743) بين درجات أفراد العينة في التطبيقين الأول والثاني، وهو معامل ثبات مقبول. كما قام الباحث الحالي بحساب معامل الثبات باستخدام معامل «ألفا» على عينة البحث وكانت معاملات الثبات لمصادر الضغط كما يلي: العبء المهني 0,756 والتطور المهني 0,693 وهي معاملات مقبولة.

2 – **مقياس غموض الدور وصراع الدور** وهو من تأليف: McNeil & Snavely, 1983 تعريب: «عسكر» (1988)، ويتكون المقياس من (6) عبارات، ويجيب المفحوص عن كل عبارة بوضع علامة في الخانة المناسبة من بين الاختيارات الخمسة التالية: (أبداً(1)، نادراً(2)، أحياناً(3)، غالباً(4)، دائماً(5))، وقد اعتمد «عسكر» (1988) على صدق المقياس وثباته في صورته الأجنبية.

صدق المقياس: قام الباحث الحالي بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق معامل الارتباط بين كل عبارة للمقياس والدرجة الكلية، وتراوحت معاملات الارتباط بين (0,185، 0,683) وهي معاملات دالة إحصائياً.

كما قام الباحث الحالي بحساب معامل الثبات لمقياس غموض الدور وصراع الدور، باستخدام معامل «ألفا» على عينة البحث، وكان معامل الثبات لغموض الدور 0,81 ومعامل الثبات لصراع الدور 0,83، مما يجعل الأمر مطمئناً لاستخدامه على البيئة الكويتية.

3 – **مقياس الاضطرابات النفسية الجسمية:** وهو من إعداد: «فييرا، أنا، بولا، جومز» (Vieira, Anna, Paula, Gomes) تعريب: «عويد المشعان» عام 1995، وقد عرضت الترجمة على خمسة من المحكمين[1] من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس، بكلية الآداب، جامعة الكويت، لإبداء وجهة نظرهم حول الترجمة ومدى ملاءمة الصياغة اللغوية وتطابقها مع الأصل، وقد أبدى المحكمون بعض الملاحظات القيمة التي أخذ بها الباحث وعلى ضوئها أجرى التعديلات الملائمة. وقد تكون المقياس من (24) عرضاً نفسياً جسمياً، ويطلب من المفحوصين وضع علامة (x) في الخانة المناسبة وفق التدرج الخماسي وبيان مدى انطباقها عليه، ومن الأعراض التي اشتمل عليها المقياس: هل تعاني من اضطراب في المعدة؟ هل تعاني من ضيق في التنفس؟ هل تميل إلى البكاء بسهولة؟ هل شعرت بالدوخة (الدوران)؟... إلخ.

صدق المقياس: قام الباحث الحالي بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل فقرة للمقياس والدرجة الكلية، فتراوحت معاملات الارتباط بين (0,32، 0,78) وهي معاملات دالة إحصائياً، وتحقق الباحث من صدق المقياس بطريقة الصدق التلازمي، حيث حسب معامل الارتباط بين مقياس الضغوط النفسية ومقياس الاضطرابات النفسية الجسمية، وكان معامل الارتباط (0,76) وهو دال إحصائياً عند مستوى 0,01، وقد استخدم المقياس في دراسات سابقة على الموظفين الكويتيين وغير الكويتيين في الكويت (المشعان، 1998)، وقام الباحث الحالي بحساب معامل الثبات باستخدام معامل «ألفا» على عينة البحث الأساسية (746) ووصل معامل الثبات إلى 0,689 مما يطمئن إلى استخدامه في البيئة الكويتية.

نتائج الدراسة

يتضح من جدول (1) أنه توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث في متغير العبء المهني، وبالرجوع إلى المتوسطات نجد أن متوسط الإناث أعلى من متوسط الذكور، وهذا يعني أن العبء المهني مصدرٌ أكبر للضغوط المهنية لدى الإناث مقارنة بالذكور.

جدول (1)
تحليل تباين درجة العبء المهني

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم «ف»	نسبة احتمال الخطأ
الجنس	21,177	1	21,177	9,99	,002***
الجنسية	28,811	1	28,811	13,59	,000***
التخصص	11,207	1	11,207	5,29	,048*
التفاعل الثنائي	,711	3	,237	,11	0,95
الجنس X الجنسية	,026	1	,026	,01	0,91
الجنس X التخصص	,462	1	,462	,22	0,64
الجنسية X التخصص	,025	1	,025	,01	0,91
الجنس X الجنسية X التخصص	8,043	1	8,043	3,79	,05
البواقي	152,111	717	2,120	–	–
المجموع الكلي	**1644,201**	**724**	**2,271**	**–**	**–**

1* دال عند مستوى ,05 ** دال عند مستوى 0,01 *** دال عند مستوى 0,001

وتبين أيضاً أن قيمة «ف» بالنسبة لمتغير الجنسية كانت دالة إحصائياً، مما يكشف عن وجود فروق بين الكويتيين وغير الكويتيين، وهذا يعني أن العبء المهني مصدر ضغط أعلى – لدى الكويتيين – من غيرهم. وتبين أيضاً أن قيمة «ف» دالة إحصائياً، مما يكشف عن وجود فروق بين مدرسي المواد النظرية ومدرسي المواد العلمية، حيث إن العبء المهني مصدر أكبر للضغط – لدى مدرسي المواد العلمية – من المواد النظرية، كما أوضحت النتائج أن التفاعل الثنائي لم يصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية، مما يعني أن تأثير الجنس في العبء المهني لا يختلف باختلاف الجنسية أو التخصص، كما أن تأثير الجنسية لا يتوقف على الجنس أو التخصص.

وظهر أن التفاعل الثلاثي بين الجنس والجنسية والتخصص ذو دلالة إحصائية واضحة بالنسبة للعبء المهني، وهذا يؤكد أن الجنس والجنسية والتخصص تتفاعل بما يؤثر في درجات المفحوصين.

جدول (2)
تحليل تباين درجات التطور المهني

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم «ف»	نسبة احتمال الخطأ
الجنس	27,600	1	27,600	13,126	0,000***
الجنسية	8,230	1	8,230	4,01	,046*
التخصص	,032	1	,032	,015	0,90
التفاعل الثنائي	1,678	3	,559	0,266	,85
الجنس X الجنسية	1,000	1	1,000	,476	0,49
الجنس X التخصص	,262	1	,262	,125	0,72
الجنسية X التخصص	,054	1	,054	,026	,87
الجنس X الجنسية X التخصص	,019	1	,019	0,009	0,924
البواقي	150,662	717	2,103	–	–
المجموع الكلي	**1555,992**	**724**	**2,149**	–	–

* دال عند مستوى 0,05 *** دال عند مستوى 0,001

وتكشف النتائج المبينة في جدول (2) عن وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في متغير التطور المهني، وبالرجوع إلى المتوسطات نجد أن متوسط الإناث أعلى من متوسط الذكور في التطور المهني، وهذا يعني أن التطور المهني مصدر ضغط للإناث أكثر منه لدى الذكور، وكذلك توجد فروق جوهرية تشير إلى أن التطور المهني يتسبب في تعرض الكويتيين لضغوط العمل أكثر من غير الكويتيين، أما من حيث التخصص فلم تكن هناك فروق جوهرية بين مدرسي المواد النظرية ومدرسي المواد العلمية في التطور المهني، كذلك لم يكن للتفاعل الثنائي تأثير جوهري في التطور المهني، كما أشارت النتائج إلى أن التفاعل الثلاثي بين الجنس والجنسية والتخصص لم يكن له تأثير جوهري في التطور المهني.

جدول (3)
تحليل تباين متغير غموض الدور

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم «ف»	نسبة احتمال الخطأ
الجنس	1,548	1	1,548	,738	0,39
الجنسية	1,018	1	1,018	,485	0,49
التخصص	,609	1	,608	,290	0,59
التفاعل الثنائي	6,760	3	2,253	1,074	,36
الجنس X الجنسية	,190	1	,190	,091	0,76
الجنس X التخصص	,229	1	,229	,109	0,74
الجنسية X التخصص	2,624	1	2,624	1,251	0,26
الجنس X الجنسية X التخصص	5,23	1	5,23	2,49	,115
البواقي	1504,214	717	2,098	–	–
المجموع الكلي	**1518,794**	**724**	**2,098**	–	–

بالنظر إلى جدول (3) يتضح أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث ولا بين الكويتيين وغير الكويتيين ولا بين مدرسي المواد الأدبية والمواد العلمية في متغير غموض الدور، كما تشير النتائج إلى أن تأثير التفاعل الثلاثي بين الجنس والجنسية والتخصص في غموض الدور لم يكن ذا دلالة إحصائية.

بالنظر إلى جدول (4) يتضح أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في متغير صراع الدور، ولكن توجد فروق بين الكويتيين وغير الكويتيين؛ فمتغير صراع الدور أكثر مصدر للضغط المهني – لدى الكويتيين – منه لدى غير الكويتيين، كما يتضح – أيضاً – من جدول (4) أنه توجد فروق بين مدرسي المواد النظرية ومدرسي المواد العلمية، حيث إن صراع الدور أبرز مصدر للضغط المهني لدى مدرسي المواد النظرية.

جدول (4)
تحليل تباين متغير صراع الدور

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم «ف»	نسبة احتمال الخطأ
الجنس	6,180	1	6,180	3,153	,076
الجنسية	9,733	1	9,733	4,966	,026**
التخصص	32,114	1	32,114	16,384	0,000***
التفاعل الثنائي	19,800	3	6,600	3,367	0,018**
الجنس X الجنسية	8,740	1	8,740	4,459	0,035**
الجنس X التخصص	8,810	1	8,810	4,495	0,034**
الجنسية X التخصص	,042	1	,042	,021	0,884
الجنس X الجنسية X التخصص	,001	1	,001	,001	0,98
البواقي	1405,416	717	1,960	–	–
المجموع الكلي	**1463,192**	**724**	**2,021**	–	–

** دال عند مستوى 0,01 *** دال عند مستوى 0,001

وكذلك يبين جدول (4) أن هناك تفاعلاً – دالاً إحصائياً – بين متغيري الجنس (ذكر/أنثى) والجنسية (كويتي/ غير كويتي)، ويشير هذا التفاعل – بين المتغيرين – إلى اختلاف مستوياتهما بحيث يؤدي ذلك إلى تفاعلهما، كما يشير كون الفرد ذكراً أو أنثى وكذلك كونه كويتياً أو غير كويتي في مجال العمل، أن تأثير الجنس في صراع الدور يتوقف على الجنسية، كما أن تأثير الجنسية يتوقف على الجنس.

وكشفت النتائج – أيضاً – عن تفاعل – دال إحصائياً – بين متغيري الجنس (ذكر/أنثى) والتخصص (مدرس المواد العلمية/ ومدرس المواد النظرية)، وهذا يؤكد أن الجنس والتخصص يتفاعلان بما يؤثر في درجات المفحوصين. أما التفاعل الثلاثي فلم يكن ذا دلالة إحصائية بالنسبة لصراع الدور.

جدول (5)
نتائج تحليل التباين حسب متغير الاضطرابات النفسية الجسمية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيم «ف»	نسبة احتمال الخطأ
الجنس	4556,553	1	4556,553	23,665	0,000***
الجنسية	3927,220	1	3927,220	20,396	0,000***
التخصص	415,854	1	415,854	2,160	0,142
التفاعل الثنائي	945,767	3	315,256	1,637	0,179
الجنس X الجنسية	232,863	1	232,862	1,209	0,272
الجنس X التخصص	2,992	1	2,992	,016	0,0901
الجنسية X التخصص	389,915	1	389,915	2,025	0,155
الجنس X الجنسية X التخصص	891,967	1	891,967	4,634	0,03*
البواقي	138055,475	717	192,546	–	–
المجموع الكلي	**159366,047**	**724**	**220,119**	–	–

* دال عند مستوى 0,05 *** دال عند مستوى 0,001

وبالنظر إلى جدول (5) يتضح أنه توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث وبين الكويتيين وغير الكويتيين في متغير الاضطرابات النفسية الجسمية، وبالرجوع إلى المتوسطات نجد أن متوسط الإناث أعلى من متوسط الذكور، وهذا يعني أن الإناث أكثر اضطراباً (نَفْسِيًّ جِسْمِياً) من الذكور، وكذلك أن متوسط الكويتيين أعلى من متوسط غير الكويتيين، وهذا يعني أن الكويتيين أكثر اضطراباً (نَفْسِيًّ جِسْمِياً) من غير الكويتيين، في حين لم يكن للتخصص دلالة إحصائية بالنسبة للاضطرابات النفسية الجسمية، كذلك تبين أن التفاعل لم يكن له تأثير يذكر في الاضطرابات النفسية الجسمية، باستثناء التفاعل الثلاثي بين كل من الجنس والجنسية والتخصص، فكان دالاً إحصائياً في حالة الاضطرابات النفسية الجسمية، مما يشير إلى أننا بصدد منظومة ثلاثية متفاعلة ولها تأثيرها الواضح في الاضطرابات النفسية الجسمية.

وفي ضوء نتائج تحليل التباين التي عرضنا لها في الجداول السابقة (من 1 – 5) يتضح أن قيمة «ف» كانت ذات دلالة إحصائية في بعض المتغيرات، وغير دالة في بعضها الآخر. ولمعرفة اتجاه الفروق، فقد تم حساب قيمة «ت» بين أفراد المجموعتين موضع المقارنة – في حالة إذا ما كانت قيمة «ف» دالة فقط، كما يتضح من جدول (6). وبالنظر إلى جدول (6) يتضح ما يلي:

أ – بالنسبة للجنس: كشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين الجنسين في المتغيرات الثلاثة التالية: العبء المهني، والتطور المهني، والاضطرابات النفسية الجسمية، حيث حصلت الإناث على متوسطات أعلى من الذكور في هذه الجوانب.

ب – بالنسبة للجنسية: كان لها تأثير جوهري واضح تمثل في وجود فروق جوهرية بين المدرسين الكويتيين وغير الكويتيين في المتغيرات الخمسة، كما تشير إلى تزايد متوسطات المدرسين الكويتيين في كل من العبء المهني، والتطور المهني، وغموض الدور، وصراع الدور والاضطرابات النفسية الجسمية.

ج – فيما يتعلق بالتخصص: فقد كشفت النتائج عن فروق جوهرية بين مدرسي المواد النظرية ومدرسي المواد العلمية في متغيرين فقط هما: العبء المهني حيث كانت الفروق في جانب مدرسي المواد العلمية، وصراع الدور حيث كانت الفروق في جانب مدرسي المواد النظرية.

جدول (6)
المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) وقيمة «ت»
لمصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية من حيث الجنس والجنسية والتخصص

المتغيرات / مصادر الضغوط	الجنس				قيمة «ت»	الجنسية				قيمة «ت»	التخصص				قيمة «ت»
	ذكور		إناث			كويتي		غير كويتي			مدرسو المواد النظرية		مدرسو المواد العلمية		
	م	ع	م	ع		م	ع	م	ع		م	ع	م	ع	
العبء المهني	14,43	4,76	15,82	4,58	4,04**	15,62	4,73	14,59	4,69	2,94**	14,87	4,80	15,59	4,54	2,02*
التطور المهني	18,72	6,91	19,73	6,80	2,02*	20,53	6,10	18,17	6,71	4,33**	–	–	–	–	–
غموض الدور	–	–	–	–	–	6,01	3,13	4,87	2,57	5,35**	–	–	–	–	–
صراع الدور	–	–	–	–	–	6,13	3,24	5,37	3,02	3,29**	5,98	3,27	5,37	2,90	2,64**
الاضطرابات النفسية الجسمية	52,31	13,86	61,45	14,24	8,88**	61,22	15,11	52,41	13,10	8,41**	–	–	–	–	–

* دال عند مستوى 0,05
** دال عند مستوى 0,001

جدول (7)
مصفوفة معاملات الارتباط لمتغيرات البحث لدى العينة الكلية

مصادر الضغوط المهنية	1	2	3	4	5
1 – العبء المهني	–				
2 – التطور المهني	,43**	–			
3 – غموض الدور	,20**	,43**	–		
4 – صراع الدور	0,17**	0,36**	0,56**	–	
5 – الاضطرابات النفسية الجسمية	0,34**	,30**	,25**	,25**	–

** دال عند مستوى 0,001

ويتضح من جدول (7) أن جميع معاملات الارتباط إيجابية وذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية الأربعة المتمثلة في: العبء المهني، والتطور المهني، وغموض الدور، وصراع الدور، والاضطرابات النفسية الجسمية.

مناقشة النتائج

كشفت نتائج هذه الدراسة أنه توجد فروق جوهرية في الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية كما يبين جدول (7)، ويتفق – مع نتائج هذه الدراسة – عدد من الدراسات السابقة (إبراهيم، 1992، العتيبي 1997، عبدالمعطي Cooper & Davidson, 1982; Hendrix, 1985; Hodge et al, 1994; House et al, 1979; Kyriacou & Pratt, 1985; Sin & Cheng 1985; Steffy & Jones, 1988; .Vingerhoets 1998; Tang & Hammontree, 1992)

ومما يؤكد – هذه العلاقة – أن الأفراد الذين يعملون في أعمال تتضمن ضغوطاً شديدة (مثل مهنة التدريس) يعانون من زيادة معدلات الاضطرابات النفسية الجسمية. فيرى «باول» وزملاؤه (Powell et al, 1990) أننا أصبحنا في قرن الضغوط النفسية، وأن 80% من أمراض العصر – كالاضطرابات النفسية الجسمية – بدايتها ضغوط نفسية؛ كما أن ارتفاع الضغوط النفسية قد يضعف جهاز المناعة عند الأفراد، ومن ثم يقلل من قدرتهم على مقاومة كثير من الأمراض الخطرة، وينتج عن الضغوط المهنية زيادة كبيرة في معدلات المشكلات الانفعالية؛ مثل القلق والاكتئاب، والاحتراق النفسي؛ مثل الاستنزاف الانفعالي، وانخفاض تقدير الذات،

وانخفاض الإنجاز الشخصي. وبناء على ما سبق نجد أنه كلما ارتفع الضغط المهني على المدرسين ازداد احتمال إصابتهم بالاضطرابات النفسية الجسمية. وهذا يتطلب وضع برنامج إرشادي وقائي يهدف إلى تقديم استراتيجية للتعامل مع مصادر الضغوط المهنية وكيفية التغلب عليها لدى المدرسين.

كما كشفت نتائج هذه الدراسة عن فروق – دالة إحصائياً – في الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية لدى المدرسين من حيث متغير الجنس كما تبين جداول (1، 2، 5)، فكانت المدرسات أكثر شعوراً بالضغوط المهنية، وأكثر إصابة بالاضطرابات النفسية الجسمية من المدرسين، وقد يرجع السبب في ذلك إلى ما تضطلع به المدرسات من مسؤوليات كثيرة، وما يَقُمْن به من أعباء ومهام ومتطلبات العمل، بجانب مسؤولياتهن بوصفهن زوجات وأمهات في المنزل مما قد يؤدي إلى عدم قدرتهن على التوفيق بين مسؤولياتهن بوصفهن زوجات ومدرسات، وهذا التعارض بين متطلبات الدور ترتبت عليه زيادة في ضغوط العمل على المدرسات أكثر من المدرسين، وهذا يزيد بالتبعية من معدلات الإصابة بالاضطرابات النفسية الجسمية لديهن. وقد يرجع السبب – كذلك – إلى أن الذكور أكثر تحملاً للإحباط في رأي الباحث، وأنهم – أيضاً – أكثر قدرة على مواجهة المواقف الضاغطة والصدمات النفسية من الإناث. وقد أكدت أبحاث «باروخ» وزملائه (Baruch et al, 1987) أن عمل المرأة ودورها بوصفها زوجة وأماً يؤدي إلى صراع الأدوار الذي يعرضها لكثير من الضغوط في العمل؛ فتترتب – على ذلك – زيادة في الاضطرابات النفسية الجسمية، ويؤدي ذلك بدوره إلى مزيد من الضغوط المهنية – لدى المدرسات – مما يتعين عليهن تحقيقه من متطلبات الحياة، فضلاً عن كثير من الواجبات الملقاة على عاتقهن في العمل، وكثير من المسؤوليات والمتطلبات تجاه الزوج والأبناء والأصدقاء. ويتفق – مع نتائج هذه الدراسة – عدد من الدراسات السابقة (العتيبي 1997، عبدالمقصود وطاحون 1993 ;Cooper, & Kelly 1993; Farber, 1991; Kyriacou & Pratt, 1985; Pane & Adrian, 1987; Pithers & Gogarty, 1995).

أما بالنسبة لمتغير الجنسية فقد كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً تشير إلى أن المدرسين الكويتيين أكثر تعرضاً للضغوط المهنية، والاضطرابات النفسية الجسمية من المدرسين غير الكويتيين، كما يتضح من الجداول (1، 2، 4، 5). وقد يرجع السبب في ذلك إلى أن المدرسين الكويتيين أكثر تعرضاً للضغوط المادية التي تعد – من العوامل الضاغطة – في مهنة التدريس في العصر

الحديث. ولكثرة متطلباتها وزيادة أعبائها ومسؤولياتها يحجم المدرسون الكويتيون عنها في معظم الحالات. ومن ينخرط في هذه المهنة – منهم – يعاني من الآثار السلبية التي تعوق العطاء مثل: ضعف فرص الترقي والتطور الوظيفي، والاستقلالية والحرية في العمل، وعدم المشاركة في اتخاذ القرارات، وعدم الشعور بالأمن المادي والوظيفي، وعدم تحقيق الوظيفة للطموحات الشخصية، وعدم تحقيق العدالة والمساواة بين المدرسين، وعدم الشعور بعدالة تقويم الأداء. وكل هذه العوامل مجتمعة أسهمت في خلق بيئة العمل الضاغطة على المدرسين الكويتيين أكثر من المدرسين غير الكويتيين، ومما يعجل – بذلك – أن يطلب من المدرسين الكويتيين القيام بمهام ومسؤوليات وأعباء لا يستطيعون إنجازها في الوقت المتاح، فيصبحون أكثر عرضة للضغوط المهنية والإحباط وصراع الأدوار، كما أن المدرسين الكويتيين قد يعانون من الضغوط المهنية بزيادة الأعباء والمسؤوليات والمهام مثل: إلقاء المحاضرات، وتحضير الدروس، والمشاركة في اللجان، وتترتب على ذلك زيادة في الاضطرابات النفسية الجسمية لديهم. وتتفق مع هذه النتائج الدراسة التي قام بها «العتيبي» (1997). فقد كشفت نتائج دراسته عن أن العاملين الكويتيين أكثر تعرضاً لضغوط العمل، والاضطرابات النفسية الجسمية من العاملين من غير الكويتيين، وتبدو هذه النتيجة منطقية، حيث إن الكويتيين أكثر تعرضاً للضغوط المهنية من غير الكويتيين، ومن ثم نتوقع ارتفاع إصابتهم بالاضطرابات النفسية الجسمية.

ومن ناحية أخرى فإن إقرار المدرسين غير الكويتيين بوقوعهم تحت ضغوط أقل من الكويتيين قد يوضح توجه غير الكويتي نحو العمل؛ فقد ترك غير المواطن بلده في سبيل عمل أفضل، فهو يرى إذن أنه من المتوقع أن تكون لهذا العمل ضغوط أكثر مما اعتاده في وطنه. ومن ثم فإنه يتقبل هذه الضغوط بصدر رحب، ويحاول جاهداً أن يواجهها ويتغلب عليها. ويقنع نفسه بأنها ضغوط طبيعية ومتوقعة. ومن الواضح أن هذا التوجه المعرفي غير موجود عند المدرس الكويتي.

أما من حيث التخصص فقد كشفت نتائج هذه الدراسة أن مدرسي المواد العلمية أكثر تعرضاً للضغوط المهنية – في مصادر العبء المهني – من مدرسي المواد النظرية، وهذه النتيجة منطقية، حيث إن العبء المهني لدى مدرسي المواد العلمية أكثر من العبء المهني لدى مدرسي المواد النظرية. وقد يرجع ذلك إلى طبيعة المواد العلمية، وما تتسم به من أعباء زائدة ومهمات ومسؤوليات يتعين إنجازها، ولكن الوقت المتاح لا يُمَكِّن المدرس من إنجاز كل تلك المهمات، كما أن

هذه المهام قد تتطلب مهارات وقدرات عالية لا يملكها المدرس، أي أن المدرس يفتقر إلى القدرة اللازمة لأداء العمل. وكما يرى «باخوم» (1991) أن المدرس يشعر بعدم القدرة على أداء عمله بسبب ما يواجهه من أعباء زائدة فيما يقوم به من أدوار، وما يواجهه من إحباطات ومشكلات في البيئة المدرسية. فالعبء المهني المرتفع في مهنة التدريس يؤدي إذن إلى زيادة الضغوط المهنية التي ينجم عنها كثير من المشكلات النفسية والصحية والمهنية، مثل انخفاض في كفاءة الأداء والإنجاز المهني، وأمراض الشريان التاجي، وإدمان المخدرات، والشعور بالتعب والأرق والصداع والاحتراق النفسي (Cable, 1987; Cooper, 1986; Farber, Kyriacou & Pratt, 1985; Pithers et al, 1995).

وكذلك بينت نتائج هذه الدراسة أن مدرسي المواد النظرية أكثر تعرضاً للضغوط المهنية فيما يتعلق بمصدر: صراع الدور، وقد يرجع السبب في ذلك إلى أن مهنة التدريس تتطلب العمل ساعات طويلة، وهذا قد يتعارض مع متطلبات دور المعلم بوصفه زوجاً أو أباً، ويرى «رفقي عيسى» (1996) أن المدرسين أكثر من غيرهم تعرضاً للضغوط المهنية، بسبب ما تتسم به هذه المهنة من غموض وصراع الدور، وكثرة المطالب المتعارضة، واستمرارية التعرض للمواقف الضاغطة.

ويحدث صراع الدور – غالباً – عندما تكون هناك متطلبات متعارضة، تقع على المدرس سواء من رئيسه أو زملائه في العمل، بحيث تكون مسايرة المدرس لمجموعة التوقعات ذات الصلة بالعمل تتعارض مع مسايرة مجموعة أخرى من التوقعات، مما يؤدي إلى حدوث الصراع بالنسبة للمدرس. وهذا – من ثم – ينتج ضغوطاً مهنية، تتفاقم عند تراكم المتطلبات المتعارضة في وقت واحد.

التوصيات

من خلال استعراضنا للدراسات السابقة، وما تمخضت عنه دراستنا من نتائج يمكننا تقديم التوصيات الآتية:

1 – زيادة التدريب، والاسترخاء، والطمأنينة من بين العوامل التي تساعد المعلمين على مواجهة الضغوط النفسية في العمل.

2 – زيادة مهارات التفاعل الوجداني في العمل، وذلك عن طريق العائد النفسي الذي يرفع من معنويات المعلمين ويزيد من صلابتهم النفسية في مواجهة ضغوط العمل.

3 – إصلاح وضع المعلم مادياً حتى يتمكن من أن يفي بمتطلباته الحياتية وهذا بدوره يقلل من الضغوط النفسية والمهنية.

4 – إعداد برامج ودورات تدريبية للمعلمين في كيفية مواجهة الضغوط في العمل وتبصيرهم بالطرق والأساليب العلمية للتغلب عليها.

5 – عدم تكليف المعلم القيام بأداء عمل تحت سياسات متعارضة ومتضاربة مما يقلل من الضغوط في العمل.

6 – يجب تحديد مسؤوليات وصلاحيات للمعلم حتى يعرف ما هو متوقع منه بصورة واضحة.

7 – ينبغي على المعلم معرفة ما هو مطلوب منه القيام به بشكل واضح.

وتستثير هذه الدراسة عدداً من الموضوعات التي تتطلب مزيداً من البحوث والدراسة مستقبلاً من أهمها:

1 – أثر الضغوط المهنية في الكفاءة الإنتاجية للمعلم.

2 – الضغوط النفسية لدى معلمي التعليم الفني والتعليم العام.

3 – الضغوط النفسية وعلاقتها بنمط «أ» والثقة بالنفس لدى المعلمين.

4 – بناء برامج إرشادية لخفض مستوى الضغوط لدى عينة من نظار المدارس.

5 – فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض الضغوط لدى عينة من المعلمين.

6 – مقارنة الضغوط في العمل لدى مدرسي الثانوية والمتوسطة والابتدائية.

الهوامش

(1) أ. د. أحمد عبدالعزيز سلامة، د. جاسم محمد الخواجة، د. فاطمة عياد، أ. د. أحمد محمد عبدالخالق، د. حصة الناصر.

المصادر

إبراهيم أحمد إبراهيم (1992). الضغوط الحياتية وعلاقتها ببعض الأمراض السيكوسوماتية. **مجلة مركز البحوث التربوية**. بجامعة قطر، السنة الأولى، العدد الأول.

آدم غازي العتيبي (1997). علاقة ضغوط العمل بالاضطرابات السيكوسوماتية والغياب الوظيفي في دولة الكويت. **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد 25، العدد 2، ص ص 177 – 207.

جمال صديق عبدالمولى (1993). دراسة مقارنة بين المعلمين خريجي النظامين التكاملي والتتابعي في ضوء متغيرات الشعور بالرضا والاتجاه نحو المهنة والشعور بالضغط وأداء تلاميذهم. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية – جامعة المنيا.

حسن العبدالقادر، وعبدالرحيم المير، (1996). اختبار العلاقة بين صراع الدور وغموض الدور والرضا الوظيفي والصفات الديموجرافية للمهنيين العاملين في مجال الحاسوب في المملكة العربية السعودية. **المجلة العربية للعلوم الإدارية**، المجلد الثالث، العدد الثاني، ص ص 223 – 250.

حسن مصطفى عبدالمعطي (1989). الأثر النفسي لأحداث الحياة كما يدركها المرضى السيكوسوماتيين. **مجلة علم نفس**، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد التاسع.

حمدي الفرماوي (1990). مستوى ضغط المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات. المؤتمر السنوي الثاني للطفل المصري: تنشئته ورعايته، ص ص 427 – 451.

حمدي الفرماوي، رضا أبو سريع (1994). الضغوط النفسية، تغلب عليها وابدأ الحياة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

رأفت باخوم (1991). الضغوط النفسية لمعلمي التعليم الثانوي العام والفني بمحافظة المنيا. **مجلة البحث في التربية وعلم النفس**، كلية التربية – جامعة طنطا. مجلد (4) عدد (4)، ص ص 261 – 284.

طلعت منصور، فيولا الببلاوي (1989). **قائمة الضغوط النفسية للمعلمين: كراسة التعليمات.** القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عبدالرحيم علي المير (1995). العلاقة بين ضغوط العمل وبين الولاء التنظيمي والأداء والرضا الوظيفي والصفات الشخصية: دراسة مقارنة. **الإدارة العامة**، الرياض، مجلد 35، العدد الثاني، ص ص 207 – 252.

عبدالمنصف غازي، محمد عبدالظاهر الطيب (1984). **الأمراض الجسمية النفسية.** القاهرة: دار المعارف.

علي عسكر، أحمد عبدالله (1988). مدى تعرض العاملين لضغوط العمل في بعض المهن الاجتماعية. **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد 16، العدد الرابع، ص ص 65 – 88.

عويد سلطان المشعان (1998). مصادر ضغوط العمل لدى المعلمين الكويتيين وغير الكويتيين. المؤتمر الثاني للجمعية السورية للعلوم النفسية، والموسوم بنحو مشروع عربي لتوصيف مهن المساعدة النفسية وتشريع خدماتها، في الفترة من 17 – 19 مايو.

عويد سلطان المشعان (مقبول للنشر «أ»). الاضطرابات الانفعالية والمعرفية والسلوكية والسيكوسوماتية لدى الكويتيين قبل العدوان وبعده. **المجلة العربية للعلوم الإنسانية**، جامعة الكويت.

عويد سلطان المشعان (مقبول للنشر «ب»). مصادر الضغوط في العمل: دراسة مقارنة بين الموظفين الكويتيين وغير الكويتيين في القطاع الحكومي. **مجلة العلوم الإدارية**، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

لورانس ذكرى (1989). **ضغوط العمل لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي: مصادرها والانفعالات النفسية السلبية المصاحبة لها.** القاهرة: المركز القومي للبحوث التربوية.

محمد بخيت (1994). الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية – جامعة عين شمس.

محمد رفقي عيسى (1996). مصادر التأزم النفسي لدى معلمي اللغة العربية بالمرحلة الابتدائية بالكويت وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية. **مجلة الإرشاد النفسي**، العدد الخامس، السنة الرابعة، ص ص 147 – 193.

مصطفى تركي (1995). الاضطرابات التالية للصدمة في دولة الكويت كمؤشر على اختلال الصحة النفسية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لطلبة الكويت. المؤتمر الدولي الثاني عن الصحة النفسية في دولة الكويت، مكتب الإنماء الاجتماعي، ص ص (1 – 3).

ناصر إبراهيم المحارب (1993). الضغوط النفس اجتماعية والاكتئاب، بعض جوانب جهاز المناعة لدى الإنسان: تحليل جمعي للدراسات المنشورة ما بين (1981 – 1991). **دراسات نفسية**، 3، (3) ص ص 335 – 372.

هانم عبدالمقصود، حسين طاحون (1993). الضغوط النفسية للمعلمين وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة عبر ثقافية في كل من مصر والسعودية)، **مجلة كلية التربية** – جامعة عين شمس، ع (17)، الجزء الثاني، ص ص 295 – 333.

وفاء عبدالجواد (1994). فعالية برنامج إرشادي في خفض الضغوط لدى عينة من المعلمين. رسالة دكتوراة (غير منشورة)، كلية التربية – جامعة عين شمس.

Alfred, K.D., & Smith, T.W. (1989) The hard personality: Cognitive and physiological responses to evaluate threat, *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 257 - 266.

Baron, R., & Greenberg, J. (1990). *behavior in organization: Understanding and managing the human side of work*. Boston: Allen and Bacon.

Baruch, G. et al., (1987). Women and gender in research on work and family stress. *American Psychologist*, 42.

Birmingham, J.A. (1985). Job satisfaction and burnout among Minnesota teacher. *Diss. Abs*., 45, 18 - 23.

Borg, M.G., & Riding, R. (1993). Teacher stress and cognitive style. *British Journal of Educational Psychology*, 63, 271 - 286.

Borg, M.G. (1990). Occupational stress in British educational settings: A review. *Educational Psychology*, 10, 103 - 126.

Boyle, G, J., Borg, M., Falzon, J., & Baglioni, Jr. (1995). A structural model of the dimensions of teacher stress. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 49 - 67.

Cable, S.A. (1987). The incidence of influences on stress and burnout in secondary school. *British Journal of educaitonal Psychology*, 57, 279 - 288.

Cook, C.S. (1983). Teacher stress: Attribution of responsibility and social support. *Diss, Abs.* Int., 43, 2172 - 2173 (A).

Cooper, C.l., & Payne, R. (1991). *Personality and stress: Individual differences in the stress process*. Chichester: Jonn Wiley & sons.

Cooper, C., & Davidson, M. (1982). The high cost of stress on women mangers. *Organizational Dynamics*. 10 (4).

Cooper, C., & Kelly, M. (1993). Occupational stress in head teacher: A national U.K. study. *British Journal of Educational Psychology*, 369, 130 - 143.

Eysenck, H.J. (1987). Personality as a predictor of cancer and cardiovascular disease, and the application of behaviour therapy in prophylaxis. *European Journal of Psychiatry*, 1, 29 - 41.

Eysenck, H.J. (1988). The respective importance of personality, cigarette smoking and interaction effects in the genesis of cancer and coronary heart disease. *Personality & Individual Differences*, 9, 479 - 495.

Eysenck, H.J. (1990). Genetic environment of contributions to individual differences: The three major dimensions of personality. *Journal of Personality*, 58, 245 - 261.

Farber, B.A. (1991). *Crisis in education, stress, and burnout in the American teacher*. San Francisco: Jossey - Bass.

Fredrickson, M., & Georgiades, (1992). A personality dimensions and classical conditioning of autonomic nervous system reaction. *Personality & Individual Differences*, 13, 1013 - 1020.

Fimian, M. (1988). The alpha and split - half reliability of the Teacher Stress Inventory. *Psychology in the Schools*, 25, 110 - 118.

Francis, B.R. (1985). The role of organizational control and management on urban teacher stress: A narrative study of a Rochester, New York High School. *Diss Abs. Int*., 45, 12, 3495 (A).

Fontana, D. (1989). *Managing stress*. Published by The British Psychological Society and Routledge.

Grossarth - Maticek, R., Eysenck, H.J., & Vetter, H. (1988). Personality type, smoking habit and their interaction as predictors of cancer and coronary heart disease. *Personality & Individual Differences*, 10, 479 - 495.

Harris, K., Halpin, G.R. & Halpin, G. (1985). teacher characteristics and stress. *Journal of Educational Research*, 78 (6), 346 - 350.

Helin, P., & Hanninen, O. (1988). Gender and personality effect on psychophysiology, activation in an Instructor Candidates Teaching Test. *Journal of Psychophysiology*, 2, 49 - 59.

Hendrix, W. (1986). Factors predictive of stress, organizational effectiveness, and coronary heart disease potentia. *Aviation, Space & Environmental Medicine*, 56 (7), 654 - 659.

Hodge, G.M., Jupp, J., & Taylor, A. (1994). Work stress, distress and burnout in music and mathematics teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 65 - 76.

House, J., et al (1979) Occupational stress and health among factory workers. *Journal of Health & Social Behavior*, 20.

Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic books.

Kyriacou, C., & Pratt, J., (1985). Teacher stress and burnout: An international review. *Educational Research*, 29 (2), 111 - 121.

Lavander, S., & Sachs (1987). Arousal and personality traits, effects of central stimulants in narcolepcy. *Personality & Individual Differences*, 8, 365 - 370.

Litt, M., & Turk, D. (1985). Sources of stress and dissatisfaction in experienced high school teachers. *Journal of Educational Research*, 78, 178, 185.

Mangan, G.l., & Hookway, D. (1988). Perception and recall of aversive material as a function *Personality & Individual Differnces*, 9, 289 - 295.

Matteson, M., & Ivancevich, J. (1987). *Controlling work stress*. London: Jossey - Bass.

McNeill, J., & Snavely, W. (1983). Job - related stressors: A scale analysis. Paper Presented at the Midwest Academy of management convection.

Mykletun, R.J. (1984). Work stress and satisfaction of comprehensive school teachers: An interview study. *Journal of Educational Research*, 29, 57 - 71.

Nixon, P.G. (1989). *Human functions and the heart in health care*. London: John Willey & Sons.

Pane, A.M., & Adrian, F, A. (1987). Dimensions of occupational stress in west Indian secondary school teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 57, 141 - 150.

Pithers, R.T., & Forgarty, G.J. (1995). Symposium on stress, occupational stress among vocational teachrs. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 3 - 14.

Powell, T., & Enrights, S. (1990). *Anxiety and stress management*. New York: Routledge.

Reber, A. (1995). *The Penguin dictionary of psychology*. London: Penguin Books, 2nd ed.

Schmitz, P.G. (1992). Personality, stress reactions and disease. *Personality & Individual Differences*, 13, 683 - 691.

Sin, L., & Cheng, D. (1985). Occupational stress and health among business executives: An exploratory study in an oriental culture. *International Journal of Management*, 12 (1), 14 - 25.

Steers, R. (1991). *Introduction to organizational behavior*. New York: Harper Collins Publishers.

Steffy, B., & Jones, J. (1989). Workplace stress and indications of coronary - disease risk. *Academy of Management Journal*, 31 (3), 686 - 698.

Stelmach, R.M. (1991). Advances in personality theory and research. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 16, 131 - 138.

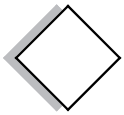
Sookhoo, D. (1998). Coronary heart disease among Asians: Cultural and psychological considerations. *International Psychologist*, 38 (1), 21 - 23.

Tang, T., & Hammontree, M. (1992). The effects of hardiness, police stress, and life stress on police officers illness and absenteeism. *Public Personnel Management*, 21 (4), 493 - 510.

Tanner, C.K., Schnittjer, C.J., & Atkins, T.T. (1991). Effects of the use of management strategies on stress levels of high school principals in the United States. *Educational Administration Quarterly*, 27 (2), 203 - 224.

Vieira, A., & Paula, G. (1994). A study of occupational stressors in retail staff. Ph.D. Thesis in Psychology, University of Surrey.

Vingerhoets, G. (1998). Cognitive, emotional and psychosomatic complaints and their relation to emotional status and personality following cardiac surgery. *British Journal of Health Psychology*, 159 - 169.



Psychology

The Sources of Vocational Stress among Teachers in Kuwait and it's Relation to Psychosomatic Disorders

Owaid Al-Mashaan*

The present study aimed at assessing the relationship between the sources of vocational stress and psychosomatic disorders in light of gender, nationality, and academic specialization in intermediate school teachers. The sample of 746 teachers consisted of 377 males and 369 females, 363 Kuwaitis and 383 non-Kuwaitis, and 489 teachers of literary subjects and 257 teachers of scientific subjects. The three scales employed were a scale for vocational stress, a scale for role ambiguity and conflict, and a scale for assessing psychosomatic disorders. Results revealed significant differences between males and females, and between literary subject teachers and scientific subject teachers on all three scales. Female teachers, as well as Kuwaiti teachers, scored significantly higher for vocational stress and psychosomatic disorders. While there were no significant differences between literary and scientific subject teachers on the above three scales, scientific subject teachers scored higher on vocational burdens, while literary subject teachers scored higher on role ambiguity and conflict. Results also indicated a significant and positive correlation between vocational stress and psychosomatic disorders.

Keywords: vocational stress, teachers, psychosomatic disorders.

* Associate Professor. Dept. of Psychology, Faculty of Social Sciences, Kuwait University.

Journal of the Social Sciences
Vol. 28, No. 1 - Spring 2000, pp 65 - 96.