جامعة غرداية

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

مستويات الضغط النفسي وعلاقته بالأداء البيداغوجي لدى أساتذة جامعة غرداية

(كلية العلوم الانسانية والاجتماعية – نموذجا–)

مذكرة مقدَّمة لنيل متطلبات شهادة ماستر تخصص علم النفس المدرسي

إعداد الطالبة:

بن عطية فضيلة

إشراف الدكتور:

سعادة رشيد

السّنـة الجـامعيـة: 1435 ه 1436 ه - 2014م-2015م

الإهداء

بسم الله الرحمان الرحيم

قل ربي إشرح لي صدري ويسر لي أمري واحلل عقدة من لساني يفقه قولي

إلى من .....

من تحت قدميها تكمن الجنة إلى أمي الحنون

إلى من .....

من جعل مشواري العلمي ممكنا إلى أبي العزيز

إلى من.....

من ساندني وأزرني و تحملني إلى خطيبي الغالي

إلى من....

من دلل كل الصعاب إلى الدكتور سعادة رشيد

إلى من.....

تتلمذت على أيديهم إلى أساتذتي

إلى من.....

من شجعني إلى كل زميلاتي و صديقاتي

إلى هؤلاء جميعا أهدي هذا العمل

بن عطية فضيلة

كلمة شكر

نحمد الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا البحث العلمي

والذي أعطانا الصحة والعافية والعزيمة

فالحمد لله حمدا كثيرا

أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى الدكتور المشرف "سعادة رشيد" على كل ما قدمه لي من توجيهات ومعلومات قيمة ساهمت في إثراء موضوع دراسة في جوانبها المختلفة، كما أتقدم بجزيل الشكر لأساتذة علم النفس

وجزيل الشكر إلى من ساعدني على كتابة وطباعة هذا العمل، ولا يفوتني أن أشكر كل من قدم لي يد العون ولو بكلمة طيبة.

إلى جميع طلبة علم النفس المدرسي

فضيلة

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى البحث عن مستويات الضغط النفسي وعلاقتها بالأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي لكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية، كما تهدف إلى الكشف عن المتغيرات التي يمكن أن يكون لها تأثير في أدائه البيداغوجي والتربوي.

بحيث بلغ عدد أفراد العينة من 85 أستاذا جامعيا من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية, وتم تطبيق في الدراسة الحالية استبيانين الأول يقيس مستوى الضغط النفسي لليفانشاين المكون من 30 بند و 3 تدائل أجوبة. والثاني يقيس الأداء البيداغوجي للأستاذ الجامعي ويتكون من 3 أبعاد من إعداد الدكتور إبراهيم الحسن الحكمي.

ولهذا قمنا بطرح التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي؟

-هل تختلف العلاقة بين الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس؟

-هل تختلف العلاقة بين الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف والخبرة؟

-هل توجد فورق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس ؟

-هل توجد فورق ذات دلالة إحصائية مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص؟

-هل توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة ؟

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس ؟

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص ؟

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة؟

وللإجابة عن هذه التساؤلات تم طرح الفرضيات التالية:

-توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي

-تختلف العلاقة بين الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.

-تختلف العلاقة بين الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة .

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف والتخصص.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة .

-يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص.

-يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة.

ولقد تم البحث من خلال تطبيق استبيان يقيس مستويات الضغط النفسي واستبيان يقيس الأداء البيداغوجي لدى أساتذة جامعة غرداية من كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية باختلاف الجنس والخبرة التخصص , و تمثلت الإجراءات الميدانية في المنهج الوصفي الإرتباطي الذي يلاءم الدراسة.

ومنه توصلنا إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي .

2- لا تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس .

3- لا تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص.

4- لا تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة.

5- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس .

6 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص.

7- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة.

8- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.

9- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص.

10- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة.

Resumé:

L'étude vise à comparer le stress psychologique et de sa relation à la performance avec le professeur de l'université pédagogique de la Faculté des sciences humaines et sociales à l'Université de niveaux Ghardaïa, vise également à détecter les variables qui pourraient avoir un impact sur la performance des pédagogique et éducatif.

Alors que le nombre de répondants de 85 professeur d'université de la Faculté des sciences humaines et sociales, a été appliqué dans l'étude actuelle, les deux premiers questionnaires mesurant la pression psychologique à Avanchain composante de 30 et l'article 3 niveau Tdail réponses. La deuxième mesure la performance du professeur d'université pédagogique et se compose de trois dimensions de la préparation, le Dr Ibrahim al-Hassan Al-Hakmi.

Voilà pourquoi nous posons les questions suivantes:

- Y at-il une corrélation statistiquement significative entre les niveaux de stress et la performance pédagogique de professeur d'université?

- La relation entre la pression de la performance psychologique et pédagogique les répondants diffèrent selon le sexe?

- La relation entre la pression de la performance psychologique et pédagogique les répondants varient en fonction de la spécialisation?

- Y at-il des différences dans les niveaux de stress et la performance pédagogique chez les répondants en fonction de l'expérience?

- Y at-il des différences dans le niveau de stress chez les répondants selon le sexe?

- Y at-il des différences dans le niveau de stress chez les répondants en fonction de la spécialisation?

- Y at-il des différences dans le niveau de stress chez les répondants en fonction de l'expérience?

-Y At-il des différences dans le degré de performance pédagogique à l'échantillon selon le sexe?

- Y at-il des différences dans le degré de performance pédagogique de l'échantillon selon la spécialisation?

- Y at-il des différences dans le degré de performance pédagogique de l'échantillon en fonction de l'expérience?

Pour répondre à ces questions ont été poser les hypothèses suivantes:

- Aucune corrélation statistiquement significative entre les niveaux de stress et la performance pédagogique de professeur d'université

- La relation entre la pression différente de la performance psychologique et pédagogique les répondants selon le sexe.

- La relation entre la pression différente de la performance psychologique et pédagogique les répondants en fonction de l'expérience.

Il existe des différences significatives dans les niveaux de performance de stress et pédagogique les répondants en fonction de la spécialisation

- Il existe des différences importantes dans le niveau de stress chez les différences de réponses, selon le sexe

- Il existe des différences importantes dans le niveau de stress chez les différences de répondants en fonction de la spécialisation

- Il existe des différences importantes dans le niveau de stress chez les différences de répondants en fonction de l'expérience

- Il y avait des différences statistiquement significatives dans le degré de différences de performances pédagogiques parmi les répondants selon le sexe - il ya des différences significatives dans le degré de performance pédagogique à l'échantillon en fonction des différences de spécialisation

- Il y avait des différences statistiquement significatives dans le degré de différences de performances pédagogiques parmi les répondants en fonction de l'expérience

Et je l'ai été à la recherche grâce à l'application d'un questionnaire mesurant les niveaux de stress et des mesures de questionnaire de la performance des pédagogiques des professeurs d'université Ghardaia de la Faculté des sciences humaines et sociales en fonction de la spécialisation et l'expertise du sexe, et les procédures sur le terrain consistait à méthode descriptive qui convient étude corrélative

Et à partir de ce que nous sommes arrivés aux conclusions suivantes:

- Aucune corrélation statistiquement significative entre les niveaux de stress et la performance pédagogique de professeur d'université.

2. La relation entre les niveaux de stress et ne diffèrent pas la performance pédagogique des répondants selon le sexe.

3. La relation entre le stress et la performance pédagogique des répondants en fonction des niveaux de spécialisation ne varient pas

4. La relation entre le stress et les niveaux ne sont pas différents des performances pédagogique des répondants en fonction de l'expérience.

5. Il n'y avait pas de différences statistiquement significatives dans les différences de niveaux de stress parmi les répondants selon le sexe

6 - L'absence de différences statistiquement significatives dans les différences de niveaux de stress chez les répondants en fonction de la spécialisation

7. Il existe des différences statistiquement significatives dans les différences de niveaux de stress chez les répondants en fonction de l'expérience

8. Il existe des différences statistiquement significatives dans la performance pédagogique parmi les répondants selon le sexe

9. Il n'y a statistiquement significatif des différences de performances pédagogiques parmi les répondants en fonction de la spécialisation

10. Il existe des différences statistiquement significatives dans la performance pédagogique chez les répondants en fonction de l'expérience

فهرس المحتويات

الصفحة	العنـــوان
أ	الإهداء
ب	كلمة الشكر و التقدير
ت	ملخص الدراسة
د	فهرس المحتويات
ز	فهرس الجداول
س	فهرس الأشكال
س	فهرس الملاحق
01	مقدمة
	الباب الأول :الجانب النظري **الفصل الأول:الإجراءات الدراسة**
06	1- مشكلة الدراسة
11	2- فروض الدراسة
12	3- أهداف الدراسة
13	4- أهمية الدراسة
13	5- المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة
	الفصل الثاني:مستويات الضغط النفسي
16	تمهيد:
17	1-نبذة تاريخية على ظهور مفهوم الضغط النفسي
18	2-تعريف الضغط النفسي
20	3- أعراض الضغط النفسي
22	4- مصادر الضغط النفسي
24	5-مراحل الضغط النفسي
24	6-مستويات الضغط النفسي

الخلاصة	26
الفصل الثالث:الأداء البيداغوجي	
تمهيد	28
1-مفهوم الأداء	29
2-العوامل المحددة للأداء	29
3-تقييم أداء العمال	31
4-الأداء الوظيفي للعمال	31
5-صفات الأستاذ الجامعة	32
6-التكوين البيداغوجي للأستاذ الجامعة	36
7-تأثير الضغوط النفسية على الأداء المهني	38
خلاصة	42
الباب الثاني :الجانب الميداني **الفصل الرابع :الإجراءات الدراسة الميدانية**	
تمهيد	45
1-منهج الدراسة	46
2- وصف المجتمع الأصلي	46
3-حدود الدراسة	46
4-عينة الدراسة	47
5-أدوات الدراسة	50
6-الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة	51
7-لأساليب الإحصائية المستخدمة	52
الفصل الخامس:عرض و مناقشة و تفسير النتائج	
تمهيد	55
1-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية العامة	56
2-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الأولى	57
3-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الثانية	59

4- عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الثالثة	60
5-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الرابعة	61
6-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الخامسة	62
7-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية السادسة	64
8- عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية السابعة	66
9- عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الثامنة	67
10-عرض و مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية التاسعة	68
-الإستنتاج العام	70
-الإقتراحات	71
-المراجع	73
-الملاحق	78

مقدمة:

تعد الضغوط النفسية من أهم سمات العصر الراهن الذي يشهد تطورات و تغيرات سريعة في جميع مجالات الحياة حيث أصبحت الضغوط النفسية تشكل جزءا من حياة الإنسان نظرا لكثرة التحديات التي يواجهها فأوجب عليه إيجاد طرق لتخفيف من شدتها و التكيف معها لأنها مست جميع المجالات والميادين وهي أنواع منها ضغوط العمل ،الضغوط الإجتماعية، ضغوط الإقتصادية ،الضغوط المدرسية ،الضغوط الأسرية و الضغوط العاطفية.

كما يمكن أن نقول بأن للضغوط النفسية مستويات و مؤشرات تتغير حسب إستجابة الأفراد لهذه الضغوطات ومدى تأثيرها على حياة العملية للفرد لأن للعمل مكانة هامة فهو وسيلة لإشباع الكثير من الحاجات و الدوافع النفسية بل هو محور النشاط الإجتماعي الذي ينبغي أن يحقق فيه أكثر قدر ممكن من التكيف و التوافق فضلا على أنه وسيلة للكسب .

يعد المجتمع الجامعي صورة من المجتمع الكبير , وهو يعاني من عدة مشكلات و خاصة المتعلقة بالعنصر البشري وذلك من خلال محاولة إرضائه و التخفيف من حجم معاناته جراء ما يحصل من ضغوطات داخل و خارج عمله.

ووصفت مهنة التدريس من أكثر المهن معانات من الضغوط و في حالة إستمرارها قد تؤدي إلى حالة نفسية سيئة وهذا ما أشارت إليه العديد من الدراسات إلى أن المدرسين يتعرضون أكثر من غيرهم للضغوط النفسية بسب ما تتسم به المهنة من غموض الدور ،و كثرة المطالب المتعارضة ،وإستمرارية تعرض للمواقف الضاغطة. (عويد سلطان المشعان,2000,ص67)

يعد المدرس أحد محاور العملية العلمية ،لذلك يجب الاهتمام بصحة النفسية و الجسدية و ينبغي النظر إليها بعين الإعتبار من أجل الوصول إلى مردود مثمر لهذه العملية. و المدرس و الأستاذ في النظام التربوي يعتبر أهم أسباب نجاحه وفشله حيث يرى قادة التربية "إن المدرس هو العامل في العملية التربوية وأن المناهج و التنظيم المدرسي و الأجهزة مع أهميتها –تتفاءل أمام هيئة التدريس"
(صالح عبد العزيز , ص426)

وفي هذا الصدد يقول محمد مصطفى زيدان عن دور الأستاذ :"إن الوجه الذي تظهر به الدولة خيرا أو شرا تقدما أو انحطاطا هو من وضع المدرس بما أثره على التلاميذه حيث كان يقوم بتدريسهم..."
(محمد مصطفى زيدان,1986,ص15)

وعليه يمكننا القول بأن الحياة النفسية للأستاذ ومكانته المهنية دورا كبيرا في بناء المجتمع لذا يجب توفير له الظروف الملائمة و المناسبة ليتمكن من تأدية عمله على أحسن صورة وإلا كانت العملية التعليمية فاشلة بالأساس.

إلا أن الأستاذ الجامعي في الجامعة الجزائرية يعيش ضمن تغيرات عميقة و متنوعة في جميع المجالات مما أدى إلى ظهور الضغوط النفسية التي تؤثر على أدائه البيداغوجي و التربوي مهما كانت مستوياتها

ومن هنا يأتي موضوع الدراسة وهذا و الذي نسعى من خلاله إلى معرفة مستويات الضغوط النفسية و علاقتها بالأداء البيداغوجي للأستاذ الجامعي لكلية العلوم الأنسانية و الإجتماعية في جامعة غرداية.

وسوف نعتمد في بحثنا هذا على مجموعة من تقنيات البحث ومناهجه حسب طبيعة الموضوع,ومنها :النهج الوصفي الإرتباطي و الإستمارة ,وبعض الأساليب الإحصائية تماشيا مع الهدف الاساسي للدراسة وهو الكشف عن مستويات الضغط النفسي وعلاقته بالأداء الأستاذ الجامعي في ظل بعض متغيرات ,و إنطلاقا من التراث النظري ثم من الواقع وما تفرزه المعطيات الميدانية و النتائج الإحصائية.

ينقسم البحث إلى قسمين :الباب الأول الخاص بـــ جانب نظري و الباب الثاني الخاص بـــ جانب ميداني ،الجانب النظري وفيه تم التطرق إلى:

– الفصل الأول:

وهو "فصل الإجراءات الدراسة" تم فيه تحديد مشكلة الدراسة، تحديد فرضيات الدراسة، ثم التطرق إلى أهمية الدراسة و أيضا إلى أهداف الدراسة، وكذلك تحديد المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

– الفصل الثاني:

تطرقنا في هذا الفصل الذي يتناول مستوى الضغط النفسي ،إلى نبذة تاريخية عن ظهور مفهوم الضغط النفسي ،كذلك تعريف الضغط النفسي ،أعراض الضغط النفسي ، مصادر الضغط النفسي ,مراحل الضغط النفسي ، مستويات الضغط النفسي ،وأخيرا خلاصة الفصل.

– الفصل الثالث:

وهو الفصل الذي يتناول متغير الأداء البيداغوجي و الذي يضم مفهوم الأداء و العوامل المحددة للأداء ,ثم تقييم أداء العمال ،ثم الأداء الوظيفي لأستاذ الجامعة وصفاته ، وبعدها التكوين البيداغوجي لأستاذ الجامعة ،و تأثير الضغوط النفسية على أداء المهني،وفي الأخير خلاصة للفصل.

أما الجانب الميداني الذي خصص لدراسة الميدانية ويضم فصلين:

- **الفصل الرابع:**

يحتوي على منهج الدراسة ،التذكير بالفرضيات ،حدود الدراسة ،عينة الدراسة ،أدوات الدراسة، الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة ، ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

- **الفصل الخامس:**

و المتعلق عرض نتائج الدراسة و تحليلها ،على ضوء فرضيات البحث .إلى جانب الإستنتاج العام لهذه الدراسة لتكون متبوعة بإستنتاج عام وببعض الإقترحات .

1/مشكلة الدراسة:

إن معظم العاملين في هذا العصر يواجهون ضغوطات نفسية أثناء العمل،لذا يجب على الأستاذ أو العامل القيام بدوره في العمل من أجل زيادة الأداء و تحقيق توافقه السوي داخل عمله ،كما تسبب الضغوطات النفسية الناجمة عن الإرهاق والتعب والتوتر و الملل و القلق النفسي و التي تتمثل في التشاؤم واللامبالاة وعدم الدقة في الأداء وسوء التوافق العام و القيام بالواجبات بصورة تفتقر إلي الاندماج الوجداني الذي يعتبر أحد الركائز الأساسية في مهنة التدريس وغيرها .

ومنه فإن التعليم له أهمية كبرى في بناء المجتمعات فهو يساهم في تطويرها فبواسطة العلم و المعرفة تبنى المجتمعات و الحضارات لذا يجب الاهتمام بالعلم والبحث في سبل تحقيق التعليم الجيد و بالخصوص التعليم الجامعي، وهذا الأخير يتطلب أستاذا متخصصا ومتميز الإعداد و التكوين العلمي و مخلصا في أدائه البيداغوجي لأنه الركيزة الأساسية التي تقوم عليها العملية التعليمية ويجب توفير له ظروف العمل الكفيلة لتحقيق الأداء الجيد ،ونجاحه في عمله ،ومنه فأن كل ظرف أو عامل من العوامل المحيطة بالأستاذ لا تستجيب إلي طموحاته و مركزه العلمي و الاجتماعي وكفاءته تؤثر سلبا على أدائه البيداغوجي و تجعله معرضا للضغوطات التي تعطل أدائه الفكري وبالتالي تؤثر على التطور العلمي و الجامعي على حد السواء .

وعليه فكلما كان الأداء البيداغوجي جيدا و مميزا كلما كان التعليم فعالا و ناجحا ,و العكس فكلما كان الأداء البيداغوجي للأستاذ غير كفئ و غير فعالا كلما كان التعليم رديئا وهذا يؤثر على شخصية الطلاب و بتالي على مستوى التعليم لديهم . كما أن للأداء البيداغوجي الجيد عدة عوامل تحدده منها :كفاءة الأستاذ ومهاراته في التنفيذ و التخطيط للتدريس و إلقائه وتوصيله للمعلومة و بشكل يتناسب ومستوى الطالب بالإضافة إلى إلمامه الكامل و الشامل للمعلومة و المادة الدراسية و متابعة كل تطور ،وأيضا اختيار الطرق الصحيحة و السليمة للتدريس وكذلك شخصية الأستاذ،فأستاذ اليوم يختلف عن الأستاذ في السابق لأنه كان دكتاتوري وهذا يلغي دور الطالب يكبح مواهبه وقدورا ته وهذه تعتبر من أهم معوقات للأداء البيداغوجي الفعال وهذا كان من الاهتمام المختصين و العلماء باعتبار الأستاذ محاط بمجموعة من الضغوطات النفسية التي تؤثر بشكل سلبي أكثر منه أنه إيجابي على الأداء البيداغوجي ،وفي هذا الصدد تؤكد دراسة خليفة وشحاتة (1992) أن المعلم يجب أن يكون منظماً في الشرح، لديه القدرة على الإقناع، متخصصا في المادة التي يدرسها، مرنا في تفكيره وأسلوب تعامله مع الآخرين، متقبلا لرأي الغير، متحدثاً لبقاً متواضعاً، متحليًّا بالصبر،

منضبطاً وملتزماً، متسماً بالنزاهة والموضوعية. كما تشير دراسة الخثيلة (2000، 122) إلى أن دور الأستاذ الجامعي لايقف عند حدود التعليم والتثقيف الإيجابي فحسب، بل يجب أن ينطلق إلى السلبيات فيجعل منها إيجابيات ذات أثر مهم في تشكيل الواقع، بحيث يجعل من الخطأ طريقا إلى الصواب وذلك بالعدول عنه وتخطيه. مع التركيز على فكرة النقد الذاتي.

وعليه يمكن القول بأن الضغوط النفسية هي نتاج إفرازات الحضارات البشرية فهي تختلف و تتطور باختلاف الزمان و المكان ،كما انتقلت ودخلت مجال العمل و خاصة في مجال التعليم الذي يعتبر من أهم المجالات و أكثرها حساسية عن غيرها فهو يزخر بهذه الضغوطات النفسية التي تؤدي إلى أمراض جسمية ومشكلات نفسية و سلوكية التي تعتبر خطرا على صحة الأستاذ وبتالي تؤثر على أدائه لمهامه داخل الصف .وهذا ما أثبتته الدراسات التي ربطت الضغط الزائد بأعراض جسدية و نفسية و مهنية منها :أوجاع الرأس و الظهر و ضعف الأداء و سوء التوافق ، وعليه لا بد من الأخذ بعين الإعتبارأن علاقة الضغوط النفسية و الأداء ليست علاقة بسيطة بل هي أكثر تعقيدا لأن هذه العلاقة ترتبط بالمهنة التي يؤديها العامل كون هذا يتطلب أيضا مراعاة مستوى الضغط ونوع الأداء المقاس و العوامل الشخصية كالعمر و الخبرة و الجنس ،و لقد كان موضوع مستويات الضغط النفسي في علاقته بالأداء البيداغوجي للأستاذ محل اهتمام العديد من الباحثين ومنها الدراسات التالية:

– دراسة حمدي الفرماوي (1990):

عن الضغط النفسي للمعلمين في مراحل التعليمية (من الجنسين) حيث لم تظهر أي فروق دالة فيما بينهم بالنسبة لمستوى ضغوط المهنية ،لكن ظهرت فروق في مستوى الضغط ترجع إلى سنوات الخبرة و التخصص. (حمدي علي الفرماوي ,2009,ص141)

– دراسة هيس و هابلين (1991): إن أكثر المصادر إثارة للضغوط على المعلمين هي كثرة المسؤوليات المهنية و العلاقات مع الإدارة و الزملاء و الطلاب هي من بين العوامل الرئيسة والمحددة للضغوط النفسية و مستوياتها لدى المعلمين كما بين وجود علاقة بين الضغوط التي يتعرض لها المعلمون و مستوى الإنجاز المتوقع منهم . (عبد الفتاح محمد,1999,ص208)

– دراسة نعمات رمضان(1991):عن علاقة الرضا الوظيفي ومستوى الضغوط النفسية ,حيث أسفرت النتائج بوجود علاقة سلبية بين الرضا الوظيفي و مستوى الضغوط النفسية ،و لم تظهر فروقا في مستوى الضغوط التي تعزى إلى الجنس ،في

حين أظهرت نتائج **كايد سلامة (1993)**إلى وجود تباين في مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من المعلمين و المعلمات أنه المعلمات الإناث أكثر ضغوطا نفسية من المعلمين الذكور ودلت النتائج أيضا على وجود فروق في مستوى الضغوط تعزى للخبرة و المرحلة التعليمية التي يدرسونها .

(عبد الفتاح خليفات,عماد الزعلول2003,ص69)

– دراسة الدبابسية(1993):

أجريت هذه الدراسة على 308أستاذ بهدف الكشف عن مستويات الإستفاذ النفسي ، وأظهرت النتائج مستوى متوسط الدرجة من الإستفاذ النفسي بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الإستفاذ النفسي لمتغير المؤهل العلمي على شد ة تكرار الإجهاد لصالح الأساتذة من حملة الشهادة الجامعية.

وتوجد فورق دالة في درجة الإستفاذ النفسي لمتغير الجنس على شدة الضغط الإنفعالي و تكراره وشدة نقص الشعور بالإنجاز وذلك لصالح الذكور.

كما ظهرت فروق ذات دلالة في درجة الإستفاذ النفسي لمتغير سنوات الخبرة على تكرار الضغط الإنفعالي لصالح من ذوي الخبرة القصيرة ، بالإضافة إلى ظهور فورق دالة لمتغير الدخل الشهري على شدة الضغط الإنفعالي و شدة تبدد المشاعر لصالح الأساتذة من ذوي الدخل المرتفع.

– دراسة أبسيري(1996):

حول ضغوط العمل و استراتيجيات التعامل معها وعلاقتها بمستوى الرضا الوظيفي لدى الأستاذ الجامعي "بإستخدام استبيانين الأول للكشف عن عوامل ضغوط العمل و استراتيجيات التعامل معها ،و الثاني لمعرفة العلاقة بين هذه العوامل و الرضا الوظيفي لدى الأستاذ الجامعي ،و توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين الرضا الوظيفي و ضغوط العمل.

(جواد محمد الشيخ خليل ,عبد الله شرير,2008,ص689)

– دراسة محمد الدسوقي الشافعي(1998):أثبتت أنه لا تكاد تخلو مدرسة مهما كانت من المدارس واحدة على الأقل يعاني ضعفا حادا ،وأن بين كل خمسة مدرسين يوجد مدرس يعاني ضعفا حادا . (محمد الدسوقي الشافعي. 1998)

نلاحظ من خلال من هذه الدراسات التي إهتمت في ربط تأثير مستوى الضغوط على الأداء،و أن هذا الأخير يتأثر بالضغوط ولكن هذا التأثير سواء كان ايجابيا أو سلبيا أم يعتمد على عوامل منها ,

،درجة حدة الضغوط ،درجة تعقيد المهنة ،الخبرة السابقة ،الخبرة السابقة للأفراد ،الفروق بين الجنسين و الرتبة الأكاديمية ...إلخ

أما بالنسبة للأداء البيداغوجي هناك عدة دراسات تناولت المهارات التدريسية للأستاذ الجامعي ومن بينها الدراسات التالية:

-**دراسة الخثيلة (2000)**: استهدفت تحديد بعض المهارات التدريسية الفعلية التي يمارسها الأستاذ الجامعي، والمهارات التدريسية المثالية التي ينبغي أن يمارسها، وذلك من وجهة نظر طلابه. واتخذت الدراسة مجتمعاً من طالبات جامعة الملك سعود المتوقع تخرجهن في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 1419/1418 هـــ في مدينة الرياض، وكانت أداة الدراسة استمارة مكونة من (60) فقرة تناولت ستة محاور وتوصلت الدراسة إلى:

-أهمية الوقوف على نوعية معارف الطلاب ووجهة نظرهم كأداة نصل بها إلى واقع التعليم، إلى ومن ثم نتجه فيها سبل تحسين مستوى الأداء للتعليم الجامعي.

- الأنماط المختلفة للمحاضرة سواء التقليدي أو المتنوع أو الميداني، لا يمكن أن تتحمل المسؤولية الكبرى لتوصيل المعرفة، بل البيئات التدريسية المساعدة والتقنيات التعليمية وأساليب التدريس المرتكزة على القراءات والتجارب والخبرات الأخرى والخروج عن الروتين بحيث ينوع العرض بشكل جيد يسهم في تحفيز الطلاب على بذل الجهد وتوظيف كامل طاقاتهم.

-ضرورة تنظيم وبناء المحاضرة على تحديد العمق المناسب للمادة المعطاه من حيث العرض والشرح والوقت والاهتمام بالتغذية الراجعة وأهمية استيعابها لفكر جديد وإضافة في المعرفة.

-الأستاذ الجامعي لا يصل في مستوى أدائه إلى درجة الكفاية المتوقعة منه، ويرجع ذلك إلى حاجة الأساليب التدريسية المهنية إلى تطوير في كثير من المهارات التي تؤدي إلى تحسين العطاء الأكاديمي وزيادة الحاجة إلى التحصيل العلمي في سبيل رفع مستوى الأداء.

- دراسة عفانة (1998): استهدفت تحديد الكفاءات التدريسية التي يمارسها أساتذة الجامعة الإسلامية بغزة كما يراها طلبة الجامعة ومن ثم نتجه فيها وبلغت عينة الدراسة (321) طالباً وطالبة ومن ثم نتجه فيها وأظهرت النتائج قصوراً في الكفايات التي يمارسونها، حيث وصلت إلى (36) كفاية من أصل (100) كفاية. كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الكفايات

التدريسية ترجع إلى الجنس ونوع الكلية التي ينتمي إليها الطلاب.

(إبراهيم الحسن الحكمي,ب س)

إستنتاج عام:

من خلال ماتم عرضه من دراسات سابقة في هذا الموضوع نستنتج أن معظم الدراسات تناولت مصادر و مستويات الضغط النفسي بالرضا او الأداء الوظيفي بحيث دلت النتائج على وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الرضا أوالأداء الوظيفي وعلاقته بالضغوط النفسية في ظل متغير الجنس ومن ثم نتجه فيها بحيث كانت هناك فروق دالة احصائيا بين الذكور و الإناث وذلك لصالح الإناث ومن ثم نتجه فيها كما دلت النتائج أنه توجد فروق دالة احصائيا في مستوى ضغوط النفسية ترجع إلى سنوات الخبرة و التخصص.

أما الدراسات التي تناولت الأداء البيداغوجي أو التربوي للأستاذ الجامعي نلاحظ أنه توجد مهارات تدريسية يجب الأستاذ أن يمارسها حتى يكون الأداء جيدا و في المستوى المطلوب.

كما توصلت نتائج دراسة عفانة (1998)أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الكفايات التدريسية ترجع إلى الجنس و نوع الكلية.

جاءت هذه الدراسة المتمثلة في :مستويات الضغط النفسي وعلاقته بالأداء البيداغوجي للأستاذ الجامعي بجامعة غرداية كون هذه الدراسة من صميم الحياة اليومية لأستاذ الجامعة لأنها تتناول مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي ومنه تتجلى إشكالية الدراسةفي:

-التساؤل العام :

هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي؟

التساؤلات الجزئية:

-هل تختلف العلاقة بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس؟

-هل تختلف العلاقة بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص؟

-هل تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف والخبرة؟

-هل توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس ؟

-هل توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص ؟

-هل توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة ؟

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس ؟

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص ؟

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة

2/**فرضيات الدراسة:** وتتجلى فرضيات الدراسة فيمايلي:

-الفرضية العامة: هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي.

الفرضيات الجزئية:

-تختلف العلاقة بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس.

-تختلف العلاقة بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

– تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف والخبرة.

–توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس .

– توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

– توجد فورق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة .

–يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس .

– يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

– يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة .

3/ أهداف الدراسة:

– الكشف عن العلاقة بين مستويات الضغط النفسي والأداء البيداغوجي في ظل متغير الجنس

– الكشف ع ن العلاقة مستويات الضغط النفسي والأداء البيداغو جي لأساتذة في ظل متغير التخصص.

–الكشف عن العلاقة بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

– الكشف عن العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف والخبرة.

– معرفة الفروق في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس.

– معرفة الفروق في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص .

– معرفة الفروق في في مستوى الضغط النفسي لدى معرفة الفروق أفراد العينة بإختلاف الخبرة .

– معرفة الفروق في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس .

- معرفة الفروق في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص .

- معرفة الفروق في درجة الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة.

- الكشف عن العلاقة بين في ظل رفع من كفاءة الأستاذ و الاهتمام به وخدمته للعملية التربوية.

4/ أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة من أهمية الأستاذ الجامعي كون أدائه أصبح مهما في العملية التربوية لأنه يوصل المعارف و المعلومات للطلاب و تقديم مدى كفاياته المهنية.

- التعرف على مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة .
- توعية الأساتذة بأهمية السيطرة على الضغوط النفسية.
- معرفة الأداء المهني للأستاذ ومستوى الضغط لديهم .
- معرفة مدى كفاءة الأستاذ في عملية التدريس ، و علاقته مع طلابه و مدى تفاعل و التواصل الصفي بينهم.
- وضع مجموعة من التوصيات و الاقتراحات التي تساعد على تفعيل و تحسين الأداء من خلال توفير الجو المناسب للطرفين .

5/ التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

الضغط النفسي: هو الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب من خلال مقياس الضغط النفسي ل:ليفانشتاين ،المتكون من أبعاد التالية: وجدانية ،واجتماعية معرفة الفروق في وسلوكية.

مستويات الضغط النفسي: تحديد مستويات الضغط النفسي من خلال إيجاد الفئة وذلك عن طريق المعادلة التالية:

$$\frac{\text{أعلى درجة} - \text{أدنى درجة}}{\text{عدد بدائل الأجوبة}}$$

الأداء البيداغوجي:

مدى توظيف الأستاذ للقدراته وإمكانياته وكفاءته في إلقاء والتخطيط و التنفيد الدرس وكذا معاملة الطلاب وتحقيق التفاعل بينهم.

و يعرف إجرائيا من خلال هذه الدراسة على أنه الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب من مقياس الأداء التربوي لـــ دكتور **إبراهيم الحسن الحكمي** المتكون من الأبعاد التالية:بعد وجدانية سلوكية إجتماعية و عقلية .

الأستاذ الجامعي: هو الشخص الذي يحتل وظيفة أساسية من وظائف الجامعة وهي التدريس, فهو يمتلك مؤهلات تربوية وعلمية من شهادا ت الدراسات العليا و الماجستير و الدكتوراه,ولديه مهام يقوم بها

من تدريس وإشراف و التأطير و البحث العلمي.

تمهيد:

أصبحت الضغوط النفسية سمة من سمات هذا العصر,فهي تساير تغيرات وتحولات الحاصلة في المجتمع ،فلا يكاد تصور مجتمع يخلو من هذه الضغوطات حتى اعتبرت بمثابة ضريبة يدفعها المجتمع لهذا التطور و التغيرات المسارعة ،وهذا ما دفع بالأفراد إلى مجابهتها و التعايش معها فلا يتوقف تأثير الضغوط على الجوانب الشخصية و البيئية فقط بل انتقلت حتى إلى مجال العمل و انعكس سلبا على الأداء لديهم وفي علاقتهم مع الآخرين و تكيفهم مع ظروف العمل وهذا ما أدى إلى انخفاض في الإنتاجية و تدني جودتها .

لذا سنحاول في هذا الفصل التطرق إلى نبذة تاريخية على ظهور مفهوم الضغط النفسي ،أعراضه ،مصادره ،مراحله ومستوياته.

1/ نبدة تاريخية على ظهور مفهوم الضغط النفسي:

اشتق مصطلح الضغوط من الكلمة الفرنسية القديمة destress والتي شاع استخدامه في القرن السابع عشر وهو يشير إلى معنى الاختناق و الشعور بالضيق أم الظلم ,وقد تحولت في إلى distress إشارة إلى الشيء غير المحبب أو غير المرغوب ...وهي حالة يعاني فيها الفرد من الإحساس بالظلم ما .

(حسن مصطفى عبد المعطي، 2006، ص18)

كما تشير الأدبيات إلى ارتباط مفهوم الضغوط تاريخيا بميدان الهندسة و الفيزياء و الطب,و علم النفس و الصحة النفسية وغيرها من المجالات ،حيث بداء الاهتمام بموضوع الضغط قديما فكان أول من استخدم" قرحة ضغط"العالم " **سوان**" (Swan 1923) ،ثم جاء العالم " **داروين**"(1872 Darwin)بوصف ميكانزمات خوف الإنسان و الحيوان ودلك لرد الفعل أمام المواقف الصعبة ,وفي عام(1928)جاء علم الفزيولوجيا **"التركانون"** الذي يعتبر أول عالم اهتم بمصطلح الضغط و التوازن الداخلي" hameostasie"وذلك لإبراز كيف يدرك الكائن الحي الخطر في البيئة و الاستجابة تكون إما الدفاع أو الهروب ،كما تشير أن حدوث الضغط يؤدي إلى ،انعدام توازن الكائن وبالتالي يستثار الجسم و يحفز بواسطة الجهاز العصبي"السمبتاوي"و"الغددالصماء".

(أحمد نايل العزيز,2009,ص22)

وفي عام(1956) لاحظ العالم "**هانز سيلي** "hans sely" الذي يعد -الأب لدراسة الضغوط_ أن الأفراد بالرغم من اختلاف مصادر الأمراض لديهم إلا أنهم يشتركون في الأعراض التي تصف المرض الخاص لكل منهم . وفي كتابه (stress) غير تعريفه بقوله:" الضغط النفسي هو حالة داخلية للجهاز العضوي تنتج عن الإستجابة إلى عوامل مثيرة ". (عمار الطيب كشرود ،1995، ص 304)

2/تعريف الضغط النفسي:

1/2– التعريف اللغوي :في اللغة العربية له عدة معاني منها ما يقال :ضغطه أي غمره إلى شيء كحائط نحوه ,ويقال ضغط الكلام إذا بالغ في اختصاره أو إيجازه بحيث يتخلى عن التفاصيل ومن تعريفات الكلمة :ضاغطة أو مضاعفة أي حين يزاحم أحدهما الأخر ويضيق كل منهما على الطريق الأخر. (جمعة السيد يوسف ، 2007 ،ص11)

2/2– التعريف الاصطلاحي:

2/2_1 تعريف هانز سيلي:"الضغط النفسي هو حالة من التمزق و البلى داخل الجسم أو التغيرات غير محددة لأي مطلب أو حدث خارجي"

(طه عبد العظيم حسين و سلامة عبد العظيم حسين,2006,ص19)

2/2–2 تعريف ستورا: "هو عامل خارجي يحسه الفرد في الوقت ومكان معين فيستعمل دفاعات علية لمواجهته و التي ترافقها في آن واحد دفاعات بيولوجية". (كوكب الزمان بليردوح,2009,ص11)

2/2–3 تعريف ريس:"أنه أي مثير أو تغير في البيئة الداخلية أو الخارجية ,يكون على درجة من الحدة و الدوام بحيث ينقل القدرة التكيفية للكائن الحي إلى الأقصى و التي في ظروف معينة يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك أو عدم التوافق أو الاختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض,وبقدر استمرار الضغط بقدر ما يتغير اضطراب جسمي و نفسي". (حسن مصطفى عبد المعطي,2006,ص20)

2/2–4 تعريف الفرمان:"الضغط النفسي في مستواه العادي هو المصدر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل و الجسم ,فإن كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المطلوب من الإنسان مستمتعا بالاستثارة المتضمنة فيها فإن الضغط هنا يكون مرغوب فيه ,أما إذا كانت الطاقة غير مناسبة للاستثارة وغير متوافقة مع المتطلبات فإن الإنسان يمر بحالة ضارة تبدو في شعوره بمستوى مرتفع أو زائد من الضغط.

(حمدي على الفرماوي ،المرجع السابق، ص22)

2/2– 5 تعريف جال وآخرون(1996):"استجابات فسيولوجية ونفسية للمواقف و الأحداث ,و التي تفسد و تربك توازن الكائن الحي ،وهي تتولد من مصادر متعددة و تسبب استجابات متنوعة بدرجة كبيرة بعضها سلبي و البعض الآخر إيجابي ،بالرغم من دلالتها السلبية فإن الكثير يعتقدون أن بعض مستويات الضغوط تعتبر ضرورية للحصول على السعادة والصحة النفسية".

(حسن عبد المعطي,مرجع سبق ذكره,ص21)

6-2/2 تعريف هونس و نيفل(1994):"أنه علاقة خاصة بين الشخص و البيئة و التي يتم تقييمها من خلال الشخص بأنها ترهق و تفوق مصادره و تخاطر برفاهيته وصحته النفسية".

ويتفق معه في ذلك " **عبد الرحمان الطريري**" (**1994**)إلى أن هناك ثلاث عناصر تشكل الأساس الذي ينطلق منه الفرد للاستدلال على حالة الضغط و أول هذه العناصر هو البيئة المحيطة بالفرد إذ يوجد فيها ما يثير الفرد و يستفزه و يجعله في وضع غير طبيعي أما العنصر الثاني فهو الأفكار السلبية التي توجد لدى الفرد عند تعرضه لأي أمر من الأمور المثيرة للضغط أما العنصر الثالث فهو الاستجابة البدنية الصادرة من الفرد حيال ما يواجهه مثيرات ضاغطة.

7-2/2 تعريف ليندا دافيدوف:"أنه مجموعة من المؤثرات غير السارة و التي يقيمها الفرد على أنها تفوق مصادر التكيف لديه وتؤدي به إلى خلل في الوظائف النفسية و الفيزيولوجية و الجسمية".

(ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، ص12)

8-2/2- تعريف إبراهيم عبد الستار:"يشير إلى مفهوم الضغط في أبسط معانيه إلى إي تغيير داخلي أو خارجي من شأنه أن يؤدي إلى إستجابة إنفعالية حادة و مستمرة ،أي تمثل الاحداث الخارجة بما فيها ظورف العمل أو التلوث البيئي أو السفر أو الصراعات الاسرية ضغوطا مثلها مثل الاحداث الداخلية أو التغيرات العضوية ،كالإصابة بالمرض أو الأرق". (إبراهيم عبد الستار ,1998,ص118)

ومما سبق نستخلص:أن الضغط النفسي هو حالة من التوتر و القلق تحدث خلل في النمو النفسي و الفسيولوجي للفرد.

3/ أعراض الضغط النفسي:

إن إستمرار الضغط النفسي عند الفرد يظهر لديه إزعاجا و ضيقا يؤثر سلبا على حياته و فيما يلي تصنيف لأعراض الضغوط المختلفة وفي هذه الصدد يرى " **سمير شيخاني**" (**2003**) ،أن التعرض للضغط المفرط ينجم عنه لا توازنات الهرمونية ، يمكن أن تحدث تشكيلة من الأعراض صنفها فيما يلي:

- 1/3-الأعراض الجسدية:

- إضطربات النوم(الأرق،النوم الزائد ،الاستيقاظ المبكر على غير العادة).

- التعب وفقدان الطاقة.

- تغيرات في الهضم (الغثيان ،القيء ،الإسهال).

- فقدان الدافع الجنسي.

- الصداع.

- آلام و أوجاع في أماكن مختلفة من الجسم.

- العدوى.

- عسر الهضم .

- الدوار ،الإغماء ،التعرق ، و الإرتعاش.

- تنمل اليدين و القدمين.

- الوجيب (خفقان القلب بسرعة و قوة)

- نبضات قلب خاطئة.

2/3- الأعراض العقلية:

- إضطربات التفكير.

- النسيان.

- فقدان التركيز.

- انحطاط في قوة الذاكرة.

- صعوبة في إتخاد القرارات .

- التشوش (الفوضى) و الإرتباك.

- الإنحراف عن الوضع السوي.

- نوبات هلع.

- تزايد عدد الأخطاء.

- إصدار أحكام غير صائبة.

3/3-الأعراض السلوكية:

- تغيرات في الشهية (الأكل كثيرا و قليلا).

- زيادة في تناول الكحول و سائر العقاقير.

- إفراط في التدخين .

- التململ .

- القلق التميز بحركات عصبية.

- قضم الأظافر .

- وسواس المرض.

- إضطرابات في الأكل (فقدان الشهية إلى الطعام ،و الشره المرضي).

(سمير الشيخاني,2003)

3/3- الأعراض العاطفية:

- نوبات اكتئاب .

- نفاذ الصبر و الترف أو حدة الطبع.

- نوبات غضب شديدة.

- فساد في العادات و الأحوال (كالنظافة) المفضية إلى صحة و المظهر.

(سمير الشيخاني ,المرجع السابق)

4/مصادر الضغط النفسي:

إختلفت وجهة نظر العلماء في تفسير مصادر الضغوطات النفسية وتعيينها ،من بينهم:

1/4- طلعت **منصور فيولا البيلاوي** (**1989**)أرجعها إلى:

- ضغوطات عبئ المهنة.

- نقص الدافعية.

- الضيق المهني

- صعوبات إدارة الوقت.

2/4- يرى هول **و ليندي** (**1978**)أن مصادر الضغط ترجع إلى:

- ضغط نقص التأثير الأسري و الضياع الأسؤي.

- ضغط الأخطار و الكوارث .

- ضغط البند وعدم الإهتمام.

- ضغوط التنافس.

- ضغوط العدوان ،السيطرة ،القصر و المنع.

- ضغوط العطف ،الإنتماء والصدقات مع الآخرين.

- ضغوط الخداع و الدونية.

3/4- أكد العالم **دافيد فونتانا(1889)**أن مصادر ضغط ترجع إلى:

- المشكلات التنظيمية .

- عدم كفاءة الموظفين :

- ضغوط ساعة العمل الطويلة.

-ضغوط المكانة و الأجر الرتبة.

- ضغوط عدم الإستقرار و وفقدان الأمن.

- ضغوط الغموض و الصراع الدور

- ضغوط المواجهات المتكررة مع الرؤساء.

- ضغوط فقجان التأييد مع الزملاء.

- ضغوط عدم القدرة على تقديم المساعدة و التصرف بفاعلية.

5- مراحل الضغط النفسي:

يعتبر هانز سيلاي من الرواد الأوائل الذين اهتمو بموضوع الضغط النفسي و نتائجه السلبية و المرضية, بحيث قدم نموذجا من ثلاث خطوات تتضمنها الإستجابة للضغط النفسي أطلق عليها إسم: "متلازمة التكييف العام"ويرى سيلاي أن للضغط ثلاث مراحل:

1/5- مرحلة الإنذار: وفيها تنشط العضوية لمواجهة التهديد و تقوم بإفراز الهرمونات ويتسارع النبض و التنفس, ويصبح فيها الشخص في حالة متأهبة للمواجهة أو الهروب.

(محمد أحمد النبلسي آخرون ،1991، ص285)

2/5- مرحلة المقاومة:تعمل العضوية على مقاومة التهديد وكلما زادت حالة الضغط أنتقل الفرد إلى مرحلة المقاومة وفيها يشعر الفرد بالقلق والتوتر ،مما يشير إلى مقاومة الفرد للضغط وقد يترتب على هذه المقاومة وقوع حوادث وضعف القرارات المتخدة و العرضة للأمراض ..لأن الفرد غير قادر على سيطرة في الموقف بإحكام. (أندرو سيزلاقي,1991,ص181)

3/5- مرحلة الإنهاك :هو الفشل في التغلب على التهديد و استمرار الضغط النفسي لفترة طويلة ,مما ينجم عنه استهلاك العضوية لمصادرها الفزيولوجية مما يؤدي إلى انهيار الجسمي أو الإنفعالي ،فعندما تنهار المقاومة يحل الإرهاق و نظر الأمراض المرتبطة بالإجهاد مثل:القرحة العدية ، إرتفاع ضغط الدم ،و الأخطار التي تشكل تهديدا مباشر للفرد و المنظمة على السواء ,ويفسر HEBBالضغط النفسي بطريقة أخرى تبين أن الفرد يعمل تحت ظروف خارجية عن إرادته في التحكم فيها ،فيصبح قلقا ،ضعيف التركيز ،فيقل أداؤه. (الهاشمي لوكيا ، 2002، ص9)

6- مستويات الضغط النفسي:للضغط ثلاث مستويات وهي كالتالي:

1/6- المستوى النفسي: يظهر على شكل صراعات و إحباطات تنشأ عندما يقوم الشخص بمحاولات متكررة تتوج بالفشل في تحقيق هدف معين أو إجتناب موقف ضاغط , وعندما تتكرر هذه الإحباطات بإمكانها أنتولد ضغطا. (سامي عبد القوي علي,1994,ص126)

2/6- مستوى الفزيولوجي:

لقد أثبتت الدراسات التي أجريت حول التغيرات التي تطرأ على الإفراز الهرموني أن هذا الأمر يضطرب عند تعرض الجسم للضغط و بينت التجارب أن النشاط الزائد للغدة الدرقية عادة ما ينجم عنه زيادة في الضغط العصبي كما أن هذا الأخير يؤدي إلى تضخم الغدة الدرقية و زيادة إفرازها مما

يزيد بدوره من شدة التوتر النفسي و حدته. (نصر الدين جابر 1998,ص197)

3/6– مستوى الإجتماعي:إن التفاعل بين الفرد بين الفرد و البيئة التي يعيش فيها ،فهو لا يستطيع العيش بمفرده ،فالفرد حصيلة تفاعل دائم مستمر في المجتمع الذي نشأ فيه من يرى بأن الفرد حيالة هذه الضغوطات الإجتماعية كما أن العادات و التقاليد ،القيم و المعايير تمثل قوة إجتماعية هائلة تسبب ضغطا على الفرد و المجتمع. (ساهر محمود عمر, 1992,ص141)

خلاصة

بإعتبار الضغوط النفسية تشكل خطورة على الصحة النفسية و الجسيمة للفرد وتؤثر على توازنه الإجتماعي و توافقه وتكيفه وهذه الآثار السلبية تتشكل في ضعف مستوى الأداء و العجز عن القيام وممارسة مهامه ,لذا يجب إيجاد طرق ووسائل للتخفيف من مستويات الضغط النفسي التي تختلف بإختلاف أنماط الشخصية و البيئة الإجتماعية للفرد و طرق الإستجابة لها.

تمهيد:

تعتبر الجامعة في الوقت الحالي من مجتمعات المعرفة ، و تعتمد هذه الأخيرة على العنصر البشري المكلف بإنجاز مهامه بفعالية وأداء جيد و مميز, بحيث يعتبر الأداء الجيد من أسباب إمتلاك الثروة العلمية و المعرفية الهائلة.

ومنه فإن أداء الجامعة يتوقف على ثلاثة أصناف كما ذكرها **"محمد ولد خليفة"(1989)** وهي "الأستاذ"و"الطالب"و"الهيكل التنظيمي"، غير أن الوضعية التي يعيشها الأستاذ الجامعي اليوم ساهمت في ظهور عدة مشاكل ومعوقات تؤثر على مستوى أداء البيداغوجي و كفاءته في عمله وصحته النفسية وكذا الجسمية ،وبتالي فشل العملية التعليمية، بحيث يترتب على هذا الوضع البيداغوجي نتائج سلبية منها إنخفاض مستوى العلمي للطلبة ،لذا تستوجب إيجاد إستراتيجيات لتحسين ورفع من الأداء البيداغوجي لأستاذ الجامعة .

وفي هذا الفصل سنحاول تسليط الضوء على الأداء البيداغوجي بشيء من التفصيل و الدقة.. ،فتطرقنا فيه إلى : مفهوم الأداء ،العوامل المحددة للأداء ثم تقييم أداء العمال ،الأداء البيداغوجي لأستاذ الجامعة ،صفات الأستاذ الجامعي، التكوين البيداغوجي لأستاذ الجامعة ثم تأثير الضغوط النفسية على الأداء المهني ،و أخيرا خلاصة الفصل.

1/ مفهوم الأداء:

للأداء عدة مفاهيم مختلفة بإختلاف الدراسات و النظريات ومن أهم المفاهيم ما يلي:

تعريف أدم سميث: لقد أشار في كتابه "**ثروة الأمم**"إلى المزايا التي يمكن تحقيقها بواسطة تقسيم العمل و التخصص وأثاره على تحسين مستوى الأداء . (محمد إسماعيل قباري,بدون سنة,ص499)

تعريف فايول:وضع أهم أسس و قواعد لتنظيم و الإدارة بهدف إيجاد السبل و الوسائل الكفيلة برفع الأداء و تحسينه في الواقع التنظيمي لتجسيد فاعلية أكبر لأهداف التنظيمية.

تعريف تايلور: يرى أن أحسن طريقة لأداء العمل تعتمد على استخدام قوامين الحركة من أجل الوصول إلى معدلات أداء مناسبة للعمال فنادى بصورة الالتزام بها.

تعريف مايو:أشارة إلى وجود عوامل مادية تؤثر على أداء العمال فإنتاجية العمال ومردوهم يرتبط أكثر بالجو السائد بالعمال من جهة و بين العمال الإدارة من جهة أخرى .

ويعرفه بعض التربويون: " تنفيد الدرس و يتطلب من الأستاذ: ربط موضوع بالواقع الإجتماعي للطلاب و أستخدام طرق تدريس متنوعة ,وأستخدام الوسائل التعليمية المناسبة و ربط المادة العلمية بمشكلات الطلاب اليومية و تعيق معلومات هيئة التدريس أكثر مما بالكتاب المدرسي" .

(كمال عبد الحميد زيتون,2003,ص56)

ومنه يمكن القول بأن الأداء هو عبارة عن مجموعة من السلوكات التي يسعى الفرد أو العامل من تحقيق الأهداف مع الإنجاز العمل في مدة زمنية محددة مع الدقة في الأداء و الإتقان من أجل تحقيق الجودة.

2/ العوامل المحددة للأداء:

إن العوامل التي تحدد أداء العامل هي محصلة تفاعل دافعيته للأداء و قدرته عليه و إدراكه لمحتوى ودوره الوظيفي ،ومنه يمكن حصر العوامل المحددة للأداء فيما يلي :

1/2-الدافعية:

هي العملية الذهنية المستمرة التي يحددها نظام السلوك التنظيمي رغباته و حاجاته و يستخدمها في توجيه باقي العمليات الذهنية ،حيث يري **"بارون"** (**1974**) ،أن الدافعية تشير إلى عمليات داخلية تعمل على إثارة السلوك الإنساني و توجيه و المحافظةعليه. (شادية أحمد التل, 2004،ص201)

ولقد حدد **"أور مرود"**(**1995**) وظائف الدافعية في:

- الدافعية تستثير السلوك .

- تؤثر في مستويات الطموح لدى الفرد.

- تؤدي الدافعية إلى حصول الإنسان على أداء جيد.

2/2- القدرة:هي القدرة على كل ما يستطيع الفرد أن يؤديه في الوقت الحاضر من أعمال سواء كانت ذهنية أو حركية فقد عرفها " **ثيرستون**""بأنها صفة تتحدد بما يمكن أن يؤديه الفرد أو أن يقوم بفعله"

(موسوعة علم النفس و التربية ,2001,ص247)

كما ينظر للقدرة على أنها تلك الاستعدادات و القدرات العقلية والقدرات غير عقلية .

1-2/2 القدرة الذهنية: ترتبط القدرة بأداء مختلف المهام الذهنية حيث تتفاوت الحاجة إلى هذه القدرات باختلاف الوظائف, وهي تربط بالذكاء مثل القدرة على فهم الكلمات و المعنى الذي تحتويه وكذا السرعة الإدراكية .

2/2-2القدرة البدنية: إن القدرة ترتبط بالأداء الذي يدل عليها كما عبر عنها **"جوزيف تيفن" الذي** يرى أن القدرة تشير إلى مهارات التي تم بالفعل إنماؤها ،وهي ترتبط بالأداء سواء تعلق هذا الأخير بحركات أو نشاط عقلي .

3/2 الإدراك:هوذلك السلوك الذي يستخدم فيه الفرد خبراته السابقة و حاجاته الحالية و طموحاته و رغباته المستقبلية في تفسير المؤثرات البيئية. (ناصر دادي عدون,2004,ص 98)

وتعتمد عملية الإدراك على مجموعة من العوامل يرتبط بعضها بالخصائص الفيزيائية للمثيرات في حين يرتبط البعض الأخر بالخصائص النفسية للفرد و يتم هذا الإدراك من خلال مرحلتين مترابطتين هما:

3/2-1 الانتباه: وهو توجيه الوعي نحو ما تستقبله حواسنا ويسمى الإدراك الحسي.

3/2-2 النشاط العقلي: الذي يتم بواسطة تكوين مفهوم محدد لما تم الانتباه ليسمى الإدراك العقلي. (محمد جاسم محمد,2004,ص229)

ومما سبق يمكن اعتبار أن التفاعل جملة العوامل مع بعضها البعض في تحديد أداء الأفراد سواء كانت هذه العوامل ترتبط بالعامل أوبيئة العمل أو ظروف العمل.

3/تقييم أداء العمال:

هو الحكم على أداء فرد بناء على معدلات العمل الموضوعية لأداء العمل ... و الهدف منه هم ترتيب الأفراد تنازليا أو تصاعديا حسب مقدرتهم وخبراتهم و عاداتهم (سهيلة محسن الفتلاوي,2003,ص27)

كما تهتم عملية التقييم بكفاءة عناصر الأداء الثلاثة الرئيسية وهي:العمل و الفرد و الإطار التنظيمي الذي يربط الفرد و العمل حيث تنحصر محاور التقييم في قياس و تقييم القدرات و المهارات الفردية مع قياس الخصائص السلوكية وتقييمها بهدف تحسين و تطوير ورفع مستوى أداء العامل و إنتاجيته. ومنه يمكن القول أن تقييم الأداء يوضح مدى توافق وتكيف العامل مع عمله و ظروف عمله ومدى كفاءته في إنجاز المهام الموكلة إليه, من أجل منح فرص الحصول على الترقية و المكافآت و كذا تطوير ورفع من مستوى الأداء وجودته.

4/الأداء الوظيفي لأستاذ الجامعة:

إن العلاقات القائمة في المجتمع سواء كانت علاقات داخلية أو خارجية هي التي تحدد و تشكل أنشطته و عملياته التعليمية التي يجب أن ينتجها النظام التربوي و تحدد فلسفته وأهدافه حيث أن التربية هي التي تحدث تغيرات في الفرد و تعمل بدورها زيادة فاعليته وكفاءته كفرد في المجتمع و تساهم في تطوير اتجاهاته وقيمه وسلوكه,..كما يعتبر التعليم الجامعي أداة أساسية في تكوين الفرد و المجتمع بواسطة الطاقة المحركة و المتمثلة في الأستاذ الذي يعد من أهم أركان التعليم العالي .

ولقد حدد المشروع الجزائري مهام الأستاذ الجامعي في :

- يقوم بتدريس حجم ساعي أسبوعي قدره تسع ساعات تشمل حتما درسين غير مكررين.
- المشاركة في أشغال اللجان التربوية .
- تصحيح نسخ الامتحانات /المشاركة في أشغال المداولات .
- مراقبة الامتحانات و التأكد من حسن سيرها.
- تحضير الدروس وتحديثها /تأطير الرسالات و الأطروحات من الدرجة الأولى و الثانية من الدراسات العليا.
- المشاركة بالدراسات و الأبحاث في حل المشاكل التي تطرحها التنمية ...
- تنشيط و إثراء أشغال الفرق التربوية التي يتكفل بها.
- إنجاز كل دراسة و خبرة مرتبطة باختصاصه.
- استقبال الطلبة لمدة أربع ساعات في الأسبوع لتقديم النصائح لهم و توجيههم
- المشاركة في أشغال اللجان الوطنية أو في مؤسسة أخرى تابعة للدولة التي يرتبط موضوعها بمجال تخصصه.
- تأطير الوحدات التربوية عند الاقتضاء.

كما أن هناك مسؤولية أخرى تضاف إلى مهامه وهي الوظيفة الإدارية إذ يمكن له ان يتولى مناصب إدارية منها :رئيس الجامعة أو عميد الكلية أو رئيس القسم .وتختلف المسؤولية الإدارية باختلاف المناصب الإدارية ,ونتيجة لزيادة الضغوط وأعباء العمل الإداري لدرجة تطغى على مهمة التدريس و البحث العلمي وهذا يؤثر على أدائه التدريسي .

5/صفات الأستاذ الجامعي:

بما أن الأستاذ الجامعي من أهم ركائز التعليم في الجامعة فهو المسؤول عن نقل المعرفة لطلاب الجامعة من أجل تحسين مستوى و نوعية تحصيلهم و تنمية قدراتهم و إكسابهم مهارات و خبرات لخدمة أنفسهم و المجتمع .لذا ينبغي أن يتحلى بمجموعة من الصفات وهي:

1/5-المعارف العلمية:على الأستاذ امتلاك المعرفة العميقة في مجال تخصصه و الإلمام بها.

2/5- المهارات التربوية:

هناك عدة مهارات على امتلاكها للقيام بأدائه في الجامعة منها:

- مهارات الاتصال والتي تتضمن التوصيل و الاستماع و مهارات الإقناع.
- مهارة إقامة العلاقات القوية مع الزملاء الأساتذة .
- مهارات استخدام طرائق التدريس المختلفة و التمكن من اختيار الطريقة المناسبة للمواقف المناسبة.
- مهارات استخدام وسائل التكنولوجيا.
- مهارات التقويم و بناء الاختبارات و إعداد الامتحانات. (محمد مقداد,2005,ص125)

3/5- الكفايات الأخلاقية:

3/5-1 الأخلاقيات المرتبطة بالتدريس:منها

- تدريس ما هومختص فيه فقط.
- تدريس ماهو جديد و ممثل لمحتوى المادة التي يدرسها.
- الحرص على بلوغ أهداف التدريس.

الابتعاد عن الذاتية في تقويم أداء الطلبة.

3/5-2 الأخلاقيات المرتبطة بالبحث العلمي:

- الابتعاد عن الاستبداد العلمي و التطرف في الرأي.
- تجنب كل أشكال الغش في الأبحاث التي ينشرها.

3/5-3 الأخلاقيات المرتبطة بالعمل الإداري:

- عدم استغلال المهنة في تحقيق المصلحة الشخصية على حساب المصلحة العامة.
- أن يحتفظ الأستاذ بكل ما يخص الأساتذة و الطلبة و غيرهم من الأفراد في سرية تامة.

3/5-3-1 الأداء الأكاديمي للأستاذ الجامعي:

يعتبر الأداء الجامعي كل السلوكات التي يقوم بها عضو هيئة التدريس لإنجاز المهام و الوظائف الجامعية التي تشمل التعليم و البحث العلمي وخدمة المجتمع, ولكي يكون الأداء فعالا يجب أن يتوفر التواصل بين الطالب و الأستاذ من ناحية وإنتاج المعرفة من خلال البحث من ناحية أخرى,لأن الأداء الجامعي من أهدافه تحقيق الأستاذ المستوى الأمثل و المنشود للتدريس و البحث العلمي و إنتاج المعرفة لخدمة و تنمية المجتمع. (رشدي أحمد طعيمة,محمد بن سليمان البندري2004,ص70)

ويشمل الأداء الأكاديمي لعضو هيئة التدريس ما يلي :

أ- الأداء التدريسي:

التدريس عملية تهيئة و تشكيل البيئة التعليمية التي تعمل على حدوث التعليم باعتباره مجموعة أنشطة و تفاعلات بين عناصر و مكونات الموقف التعليمي فقد وصفه **"شيفر"**بأنه"نشاط يهدف إلى تحقيق التعلم أو اكتسابه و هو يشمل كل ما يتعلق بتحقيق المهارة و الاكتمال الفكري".

(محمد منير مرسي, 2002,ص82)

إن الأداء التدريسي مهنة ينبغي أن تتوفر فيها مهارات قائمة على المعرفة و التدريب المهارات التدريسية تدل على مستوى الكفاية التدريسية التي تمكن عضو هيئة التدريس من تنمية التعليم بدرجة الإتقان في الأداء لأن مهارة التدريس تشير إلى القدرة على أداء عمل أو نشاط معين ذي علاقة بتخطيط التدريس و تنفيذه وتقويمه. (حسن حسين زيتون,2001,ص12)

و يعتمد التدريس الجامعي على عدة طرق منها المحاضرة و المناقشة ،وحل المشكلات و المشروع...وتمثل طريقة التدريس العنصر الأساسي الذي يترجم الأهداف و المحتوى على أرض الواقع و تنحصر طرق التدريس في الجامعات الجزائرية في :

- طريقة المحاضرة:

هي تقديم لفظي منظم لموضوع المادة الدراسية تعززه غالبا وسائل الإيضاح البصرية و فاعلية المحاضرة ترتبط بشكل وثيق مع نوعية الإعداد فهي تستخدم لإغناء المعلومات أكثر من كونها تقديم المعلومات.

- طريقة المناقشة:

تستخدم هذه الطريقة عادة لتنمية المهارات المعرفية والاتجاهات والمشاعر فهناك المناقشة الحرة و المناقشة البناءة

ومنه نلاحظ أن طريقة المحاضرة هي أكثر طرق التدريس استخداما في الجامعة الجزائرية بينما تستخدم طرق التدريس الحديثة مثل:طريقة المشكلات و المشروع من طرق أساتذة معهد العلوم التكنولوجيا. (لحسن بوعبد الله,1998,ص126)

فاستخدام المستمر و التواصل لطريقة التدريس الإلقائية وعدم استخدام بقية الطرق الحديثة سيؤثر سلبا على العلاقة بين البرامج و حاجات التنمية الاجتماعية و الاقتصادية كما أن الحشو المتزايد

للمعارف المختلفة سيقضي حتما على مهارات التحليل و الاستنباط الفكري الذي ينبغي أن يتميز به الطالب الجامعي أثناء دراسته وبعد تخرجه من الجامعة.

ب- الأداء البحثي:

البحث العلمي المهمة الأساسية في الجامعة ، ومن أهم واجبات الأستاذ الجامعي أكثر إنشغالاته ،ويهدف البحث العلمي إلى تنمية المعارف وإثرائها لإكتشاف معلومات جديدة وحل مشكلات قائمة.

كما صنف البحث العلمي حسب "**اليونسكو**" إلى بحث أساسي وبحث تطبيقي:

فالبحث الأساسي موجه لزيادة المعرفة دون الإهتمام بأي هدف تطبيقي ,أما البحث التطبيقي موجه نحو المعرفة بهدف تطبيقي مباشر ,وهذا ما ركزت عليه الدول المتقدمة و استطاعت من خلاله تحقيق التطور و التقدم التكنولوجي في جميع المجالات .

ج- خدمة المجتمع:

يساهم البحث العلمي في خدمة و بناء المجتمع و الإرتقاء به حضاريا ،لذا أصبحت مهمة خدمة المجتمع وظيفة أساسية للأستاذ بعد وظيفته البحثية و التدريسية وأدائه التدريسي و تتضمن مهمة خدمة المجتمع فيما يلي:

- داخل الجامعة:

وتتمثل في المشاركة في النشاطات غير الدراسية التي يقوم بها الطلبة كإلقاء المحاضرات في موضوعات التخصص العلمي و المشاركة في الندوات الطلابية الثقافية و الفنية.

- خارج الجامعة:

- القيام ببحوث التطبيقية التي تعالج مشكلات المجتمع وتساهم في حلها.
- تقديم الخبرة على المؤسسات التي تطلبها.
- المشاركة في الندوات العلمية التي تنظم في قطاعات غير جامعية بتقديم أعمال علمية فيها.
- الإسهام في الدورات التدريبية لتكوين الإطارات العلمية المسيرة للمؤسسات.
- تأليف الكتب في ميدان التخصص.
- الترجمة و نقل المعارف و اللغات الأجنبية إلى اللغة الوطنية.

(بشير معمرية،2003 ،ص102)

6/التكوين البيداغوجي للأستاذ الجامعي:

يعد الأستاذ الجامعي أحد محاور العملية التعليمية ,لذلك يجب الاهتمام بتكوينه و تدريبه تكوينا بيداغوجيا من أجل الوصول إلى مردود مثمر لهذه العملية.لذا يجب الاهتمام بالإعداد التربوي للأساتذة من خلال تزويدهم و إكسابهم مهارات وخبرات التي تساعدهم في تحسين ورفع أداءهم التربوي ومنه رفع مستواه و كفاءته وكذا خدمة المجتمع و تحقيق أهداف التعليم.

بدأ في التسعينات الاهتمام بالإعداد و التكوين التربوي لعضو هيئة التدريس في الجزائر و تزويدهم بالمهارات من أجل زيادة نوعية التعليم.

6/1- طرق المستخدمة في التكوين البيداغوجي:

- المؤتمرات و الندوات الوطنية .
- إنشاء اللجان التربوية الوطنية لكل علم من العلوم في الجامعة.
- إرسال بعثات و القيام بتربصات في الدول الأجنبية و العربية بغرض التدريب التربوي وإكساب الخبرة.

6/2-إجراءات تكوين الأستاذ:

6/2-1- الإعداد:

هو التكوين الأول الذي يتلقاه عضو هيئة التدريس قبل التحاقه بالمهنة فيتم إعداده تربويا و ثقافيا و علميا بالمؤسسة التي تعمل على إعداده لذلك ، وعادة ما يتم هذا ضمن نظام يسمى **"النمط التكميلي"** أثناء إعداد الأستاذ لدرجة الماجستير.

(بشير معمرية, ،مرجع سابق ،ص139)

وعليه يمكن القول :نلاحظ بأن تكوين و إعداد أو الاهتمام بالإعداد التربوي أو البيداغوجي للأستاذ يكاد غائبا أو شبه منعدم في الجامعات الجزائرية فالتوظيف الأساتذة يكون على أساس الشهادة و ليس غلى ما يملكه الأستاذ من علم و معرفة.

2/6-2-التأهيل:

إعداد الأستاذ تربويا من خلال إجراء دورات تكوينية لرفع من كفاءته وأدائه بكل فاعلية ويشمل البرنامج التأهيل مايلي:

- طرائق التدريس المتنوعة وكيفية استخدامها التقليدية كالمحاضرة بأنواعها الحديثة مثل طريقة المشروع و التعليم المبرمج و التعليم بواسطة الأهداف.
- استخدام أساليب التقويم المتنوعة التقليدية و الموضوعية.
- طرق التعليم على كيفية التعامل مع الطلبة .

(لحسن بو عبد الله ،محمد مقداد,رجع سابق،ص132)

2/6-3- التدريب:

هو نوع من أنواع التعليم يهدف إلى زيادة المهارات المتخصصة للفرد و زيادة أدائه،وهو أنواع.

2/6-3-1-أنواع التدريب:

- **التدريب الأساسي:** وهي المرحلة الأولى لعملية إكساب المعارف و المهارات و الاتجاهات اللازمة لأداء أي عمل ،ويرتبط هذا التدريب بتنمية المحددات الأساسية اللازمة لأداء هذا العمل.

(علي غربي،بلقاسم سلاطنية,إسماعيل قيرة، 2002 ،ص108)

- **التريب المهني:**

مجموعة من الأنشطة و الجهود التي تهدف إلى إكساب الأفراد المعارف و الاتجاهات اللازمة لأداء أعمال سواء بهدف إعدادهم أو رفع مستواهم.

- **التدريب الإضافي:**

أو ما يسمى بالتكميلي وهو جانب التدريب المهني يلي التدريب الأساسي.

2/6-3-2-طرق التدريب:

- اللقاءات و المؤتمرات:هي الندوات و الملتقيات و الأيام الدراسية و حلقات البحث و المناقشة.

- التربصات :هي زيارات الأساتذة لجامعات البلدان الأخرى لفترة زمنية محددة يقوم خلالها بفترة تربصية تدريبية تمكنهم من الإستفاذة بمناهج و طرق البحث العلمي ...

2/6-4- التكوين: هي وسيلة لإعداد الكفاءات ومنح المعارف و السلوكات حيث تكون هذه الكفاءات مؤهلة للأداء الجيد.

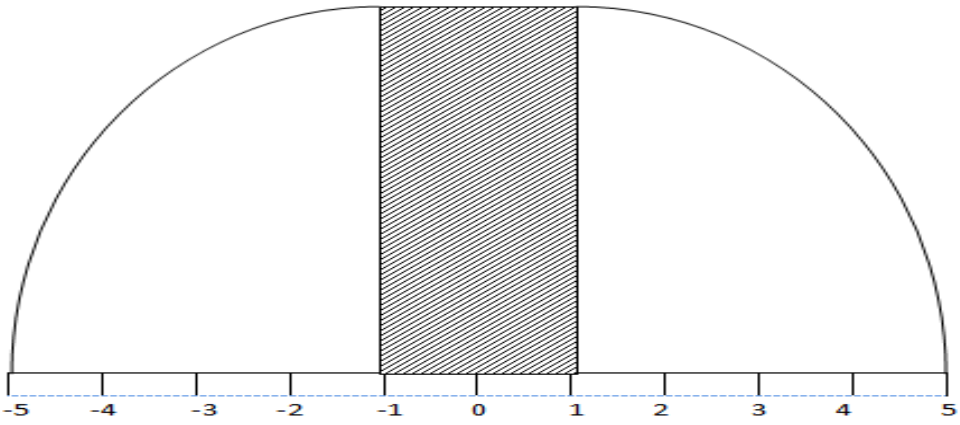
7/تأثير الضغوط النفسية على الأداء البيداغوجي:

تشير العديد من الدراسات إلى أن من الخطأ الافتراض بأن الضغوط يتولد عنها دائما نتائج سلبية ,لكن نتائج هذه الدراسات أثبتت أن وجود قدر ملائم من الضغوط تعتبر ضرورية لتحقيق مستويات متميزة من الأداء في العمل كسرعة في الإنجاز و تشجيع التفكير الإبتكاري المبدع ,زيادة الدافعية للعمل و ارتفاع مستوى الأداء ...وخلق الإحساس بأهمية الوقت ,و زيادة الإنتاجية...

لذا فوجد مستوى معين من الضغوط يحفز الفرد على الأداء و سرعة في الإنجاز ,أما إذا وصلت الضغوط إلى مستوى لا يحتمل فإنها ينتج عنها تأثيرات سلبية على النواحي الجسمية و المعرفية و على أداء الفرد لمهامه.

قام أحد المراكز العلمية التي تتعامل مع تأثيرات الضغوط النفسية على الإنسان باستنتاج نموذجا يماثل منحنى التوزيع الإعتدالي بصورة العلاقة بين مستويات الضغط و تأثيراتها على الإنسان في الشكل التالي:

شكل (1) يوضح العلاقة بين الضغوط و تأثيرها على الصحية و النفسية الأداء في العمل



العبء الزائد	العبء المتوازن	العبء المحدود
– عدم الثقة	– توتر	– إستدعاء الإحداث
– الأفكار السلبية	– تغير في الشهية	– زيادة الأخطاء
– تناقض السلوك	– الطاقة العالية	– التحكم في الأعصاب
– عدم الحسم	–التعب	–التردد
– أخطاء	– التحليل الواقعي	–الإنسحاب
– الأرق	– سرعة التعرض	– إتزان الإنفعالي
– الإنتعاش	– الميل للمهدئات	– تأجيل الإلتزامات
– زيادة الدافعية	– سرعة التعرض	– تأجيل الإلتزمات
_سرعة الإنفعال	– الإنتعاش	– ضعف الذاكرة
– أخطاء الإدراك		

(علي الفرماوي ،مرجع سبق ذكره،2009، ص23)

ومنه فإن الأداء البيداغوجي يختلف باختلاف مستويات الضغوط:

1/7–المستوى المنخفض جدا من الضغوط:يتسم الأداء فيه:

- عدم وجود أهداف محددة يسعى العاملون لتحقيقها .

- انخفاض الدافعية و نقص النشاط.

- نقص المثير التي تتحدى قدرات العاملين و إصابتهم بالملل.

- نقص الدافعية للإنجاز وتحقيق الكفاءة الذاتية .

- عدم توظيف العاملين لمهاراتهم.

- عدم الانضباط في العمل .

- يحافظ العاملون على مستوى أداءاتهم الحالية دون محاولة لتحسينها .

2/7– المستوى المناسب من الضغوط :

- يجعل الأفراد يشعرون بالتوتر الأمر الذي يحمسهم و يدفعهم لكي يسيطرون عليه و يتحكموا فيه.

- ارتفاع الدافعية العاملين وتحسين في الانضباط و المواظبة والسلوك العام في العمل .

- التوتر الناتج عن الضغوط يمثل تحديا لقدرات العاملين مما يزيد الرغبة في الإنجاز .

- الضغوط المناسبة في مجال العمل تمثل عنصر إثارة و التجديد و التحدي و التغيير الذي يشعر الفرد بالرغبة و المتعة في الأداء.

- مقدار معقول من الضغوط في العمل يجعل إفراز الأدرينالين اللازم لنشاط و حيوية الجسم في أنسب صورة مما يزيد من أداء العاملين بكفاءة.

- الضغوط المناسبة تجعل الحياة متوازنة و الأهداف و الغايات محددة.

-يشعر الفرد بالرضا عن العمل و الشعور بالكفاءة و الإنجاز مما يمكنه من الانطلاق في العمل بدون الإحساس بكثير من الصعوبات . (حسن مصطفى عبد المعطي ،مرجع سبق ذكره ، 90)

3/7- المستوى المرتفع من الضغوط :

- تدهور في الأداء العاملين.

- الانشغال بالمشكلات غير المحلولة وعدم القدرة على التركيز في العمل و تشتت الانتباه .

- الميل للحوادث.

- إرتفاع معدل النزاعات و الخلافات مع الآخرين.

- إرتفاع معدل التأخير و الغياب عن العمل و عدم الانضباط للسلوك العام.

- شعور الفرد دائما بوجود كم كبير من الواجبات اليومية و الأعمال التي يجب عليه القيام بها.

- شعور الفرد بالإنهاك الجسمي و الانفعالي .

- يكون الفرد غير قادر على إيجاد وقت للراحة زو الترقية .

- الإصابة بالأمراض العصابية المزمنة أو أحد الأمراض السيكوسوماتية.

- سرعة الإستثارة و مواجهة الأخرين .

- الوقوع في الإحتراق النفسي المرتبط بالعمل.

(أحمد ماهر ، 1993 ،ص91)

الخلاصة:

وفي الأخير نستطيع أن نقول التدريس في الجامعة من أصعب الوظائف لأن لها أهمية كبيرة في إنجاح العملية التربوية والتطور العلمي الجامعي ،لذا فالأستاذ الجامعي يحتاج في أدائه البيداغوجي إلى خلفية تربوية تتميز بالمرونة و قابلية لتطوير ،ومراعية للبعد الإنساني و الحضاري .وعليه فإن كل عامل بيئي لا يلاءم الأستاذ ولا يستجيب إلى طموحاته و مركزه الأجتماعي و العلمي يؤثر سلبا على أدائه لمهامه ويجعله معرضا للضغط النفسي الذي يعطل أدائه البيداغوجي.

تمهيد:

يعبر الجانب النظري أرضية التي ينطلق منها الباحث في دراسته ،إلا أن هذا الجانب وحده لا يكفي إذا لم يدعم بالجانب التطبيقي الذي يمحص الجانب الكمي المعرفي النظري و على هذا أود في هذا الجزء من الدراسة إلى الإجابة عن التساؤلات المطروحة سابقا و بناء قناعات علمية تؤكد أو تنفي ما بنيناه من فرضيات المحتملة ، وسنتطرق في هذا الفصل إلى إجراءات الدراسة من حيث طبيعة المنهج ،حدود الدراسة العينة ،الأدوات المستخدمة ،الخصائص السيكومترية للأدوات ،الأساليب الإحصائية ،ثم عرض و مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الدراسات السابقة للجانب النظري.

1 / منهج الدراسة:

إن طبيعة هذه الدراسة تتوجب علينا إستخدام منهج ملائم لهذا النوع من البحوث و بالتالي فالمنهج الملائم لدراسة هو : **"المنهج الوصفي الإرتباطي"** بإعتباره يقوم على جمع المعلومات و البيانات وتصنيفها و محاولة تحليلها و تفسيرها.

بحيث **يعريفه"تركي رابح"** بأنه:"الطريقة التي يتبعها الباحث لدراسة المشكلة و الكشف عن حقيقة المعلومة" (تركي رابح عمامرة,1984,ص 107)

2/ وصف المجتمع الأصلي:

يتكون مجتمع الدراسة من 85 أستاذا جامعيا وتم إختيارها بطريقة عشوائية ،و يتوزعون حسب الجنس(65)ذكور و (20) ،وحسب التخصص في العلوم الاجتماعية إلى (55) أستاذا ،وفي العلوم الإنسانية (30)أستاذا .و تم إستبعاد أفراد العينة الإستطلاعية المكون من (30) فردا.

3 / حدود الدراسة:

المكانية : أجريت هذه الدراسة بجامعة غرداية في كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، الذي يضم الأقسام التالية: **قسم العلوم الإجتماعية** والذي يضم(قسم علم النفس ،قسم الإجتماع). و **قسم العلوم الإنسانية** الذي يضم :(قسم التاريخ ،قسم العلوم الإسلامية ،وقسم الإعلام و الإيصال) ،بحيث تم توزيع 85إستبيانا في كل من المقياسين.

الزمنية: تمت في السنة الجامعية 2015/2014 م.

البشرية:اعتمدت في هذه الدراسة على عينة قوامها 85أستاذ جامعي في مختلف التخصصات سابقة الذكر.

4/ – الدراسة الإستطلاعية:

إن الدراسة الإستطلاعية لها دور مهم في الحفاظ على دقة البحث و هي تسبق الدراسة الأساسية وذلك من أجل معرفة خصائص العينة و التأكد من صدق أدوات الدراسة.

1/4 – وصف العينة الإستطلاعية:

أجريت الدراسة الإستطلاعية بجامعة غرداية على عينة من الأساتذة كلية العلوم الإجتماعية و الإنسانية ، بطريقة عشوائية تتكون من (30) فردا يتوزعون حسب الجنس إلى (04) إناث ،و(26) ذكور,وحسب التخصص: (06)في علم النفس و(09) في علم إجتماع (09) ،في تاريخ (03) ،وإعلام واتصال(02) ،وفي الشريعة(01) ،وحسب الخبرة :منهم (19)مرتفعي الخبرة و(11) منخفضي الخبرة. طبق عليهم إستبيانين الأول خاص بمستوي الضغط النفسي و الثاني حول الأداء البيداغوجي للأستاذ الجامعي ,وذلك للتعرف على مستوي الضغط النفسي و علاقته بالأداء البيداغوجي . كما تم إختيار العينة لتجريب المقياس قبل وضعه في الصورة النهائية بعد تعديل بعض من بنوده من ناحية صياغة اللغوية.

بحيث طلب منهم وضع علامة (×) أمام العبارة التي تناسبهم.

5/الدراسة الأساسية:

وفقا لطبيعة الموضوع و شروط البحث حاولت اختيار عينة الدراسة بطريقة الحصر الشامل و المكونة من (55)أستاذا.يتوزعون حسب الجنس(41) ذكور (14)إناث .و يتوزعون حسب التخصص علم النفس (12)أستاذا ،علم الإجتماع (14) أستاذا ، وتاريخ(13)أستاذا ،وإعلام و اتصال (7)أساتذة ، و في الشريعة(6)أساتذا . و حسب الخبرة تم حساب المتوسط الحسابي نجد (11).

وبعد توزيع (55) الاستبيان في كلا المقياسين تم إسترجاع (54) إستبيانا وتم إلغاء واحدة منها لعدم استكمالها ، و بالتالي أصبح عدد أفراد العينة الأساسية في شكلها النهائي(53) أستاذا وهذا ما يوضحه الجداول التالي:

الجدول(1):يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

	ذكور	إناث	المجموع
العدد	41	12	53
النسبة المئوية	%77	% 23	100 %

الجدول (2): يوضح توزيع أفراد العينة حسب الخبرة:

العينة / مدة الخدمة	عدد الأفراد	النسبة المئوية
من 1 ـــــ 10 سنة	14	%29,78
من 11 ـــــ 28 سنة	33	%70,21
المجموع	47	%100

يتضح من خلال الجدول أن عدد الأفراد الدين لديهم خبرة أكبر من المتوسط وهو (11) هم الأفراد مرتفعي الخبرة ويمثلون (33) فردا بنسبة تقدر بـــ:(70،21%) ، و الذين لديهم سنوات أصغر من المتوسط فهم الذين يمثلون منخفضي الخبرة وهم (14)فردا بنسبة تقدر بـــ: (29،78%).علما أنه تم حدف الأفراد الذين خبرتهم تساوي المتوسط وهم (6) أفراد.

جدول (3) : يوضح توزيع أفراد العينة حسب التخصص:

التخصص	عدد الأساتذة	النسبة المئوية

	الذكور	الإناث	
قسم علم النفس	9	3	%23
قسم علم الإجتماع	11	4	%28
قسم التاريخ	10	3	%25
قسم العلوم الإسلامية	5	1	%11
قسم إعلام و إتصال	6	1	%13
المجموع	41	12	%100

الجدول (4) :يوضح مستويات الضغط النفسي

فئات الدرجات	مستوى الضغط
90-72	مرتفع
71-51	متوسط
50-30	منخفض

الجدول (5):يوضح مستوى الأداء البيداغوجي

فئات الدرجات	مستوى الأداء البيداغوجي
147_115	مرتفع
114-82	متوسط
81-49	منخفض

أدوات الدراسة:

يعتمد الباحث في جمع البيانات موضوع الدراسة على مجموعة من الأدوات و يعد الإستبيان أكثر ها إستخداما في البحوث العلمية فهو عبارة عن "وسيلة لجمع المعلومات من خلال احتواءه على مجموعة الأسئلة حول متغيرات البحث و يطلب من المستجيبين الإجابة عليها".

(محفوظ جودة,2007,ص 94)

وفي هذه الدراسة اعتمدت على جمع المعلومات و المعطيات عن موضوع الدراسة على مقياسين الأول خاص بمستوى الضغط النفسي الذي يهدف إلى قياس مستويات الضغط النفسي لدى الأساتذة "**لليفانشتاين وآخرون" سنة (1993**)الذي يتكون من وثلاثون عبارة منها نوعين من البنود المباشرة و غير المباشرة.

البنود المباشرة:وعددها 22 بندا وتدل على وجود الضغط مرتفع عندما يجيب المفحوص بالقبول إزاء الموقف الذي يصفه البند و إلى وجود مؤشر إدراك الضغط منخفض عندما يجيب المفحوص بالرفض و تنقط من 01 إلى 03 من اليمين إلى اليسار (دائما ،أحيانا ،أبدا) .

البنود غير المباشرة: وعددها 8 بنود و تدل على وجود مؤشرات إدراك ضغط مرتفع عندما يجب بالرفض ،وعلى مؤشرات إدراك ضغط منخفض عندما يجيب المفحوص بالقبول وتنقط هذه البنود بصفة معكوسة من03 إلى 01.

أما المقياس الثاني الخاص بالأداء البيداغوجي للأستاذ لدكتور **"إبراهيم الحسن الحكمي"** بحيث تم اختياره وفق الأبعاد التي تقيس الأداء البيداغوجي للأستاذ وهي بعد الإعداد للمحاضرة وتنفيذها و يتكون من 20 بندا و 3 بدائل الأجوبة (دائما ،أحيانا ،أبدا).البعد الثاني و هو بعد العلاقات الإنسانية داخل الصف ،الذي يتكون من 20 بند 3 بدائل(دائما ،أحيانا ،أبدا) و البعد الثالث وهو بعد تمكن المهني و العلمي ويتضمن 10 بنود و3 بدائل (دائما ،أحيانا ،أبدا)

علما أنه تم تغيير في الاستبيان من حيث صياغة البنود و عدد البدائل وهذا حسب طبيعة موضوع الدراسة الحالية.

6/الخصائص السيكومترية للمقياس:

1/6- الصدق:

تم تطبيق الأدوات على عينة استطلاعية قوامها 30 أستاذ و أستاذة و تم حساب صدق المقارنة الطرفية أو ما يعرف(بالمقارنة الأطراف) بحيث قمت بترتيب درجات أفراد العينة الإستطلاعية ترتيبا تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة ثم قسموا إلى مجموعتين حسب درجاتهم على المقياس **ليفانشتاين** للضغط النفسي حيث كانت قيمة ت بـــ 9.53 وهي دالة عند 0.01 مما يدل على صدق التميزي لهذا الاختبار .

أما أداة الأداء البيداغوجي و التي تقيس كفاءات الأستاذ التدريسة فقد قدر الصدق بـــ 0.56 عند 0.01 وهذا يدل على صدق الأداة.

2/6- الثبات:

لقد تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية للأداتين بحيث تم حساب معامل الإرتباط ل"برسون" بحيث قيمته للأداة الأولى تقدر بـــ0.93 عند 0.01 ،أما الأداة الثانية فقيمة ر تقدر بـــ 0.53 وهي دالة عند 0.01 وبذلك فإن أدوات البحث على قدر من الصدق و الثبات يمكن تطبيقها في الدراسة الأساسية.

7/ الأساليب الإحصائية المستخدمة:

كثيرا ما يقاس نجاح البحث العلمي بمدى تحكمه في إستخدام لغة الكم و القياس وخطة إختيار الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات ,تعد أحد الدعائم للبحوث النفسية و التربوية, حيث إعتمدت في هذه الدراسة على الأساليب التالية:

1/7- النسبة المئوية:

لعرض السمات الأساسية لأفراد العينة ومدى تمثيلها في العينة ,ولحساب عدد الأفراد المنتمين لكل فئة من فئات مستويات الضغط النفسي ,وكذا الأداء البيذاغوجي عن طريق المعادلة التالية:

$$\frac{\text{س} \times 100}{\text{ن}} = \text{؟ \%}$$

حيث س:هو عدد الأفراد المنتسبين إلى لفئة معينة

ن :أفراد .

2/7– المتوسط الحسابي: بعد حساب النسبة المئوية لتحديد مستويات الضغط و الأداء ثم حساب المتوسط عن طريق المعادلة التالية:

$$= \frac{\text{مجموع الدرجات}}{\text{عدد عينة أفراد}}$$

3/7 – معامل الإرتباط بين متغيرين الدراسة:

– معامل برسون:ونستعمله لغرض معرفة العلاقة بين متغرات الدراسة مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي

4/7– معامل دلالة الفروق بين معادلات الارتباط :

$$\frac{\text{ز}_1 - \text{ز}_2}{\sqrt{\frac{1}{\text{ن}_1 - 3} + \frac{1}{\text{ن}_2 - 3}}}$$

مستوى الدلالة:

1- إذا كان بين 1،96 و 2،58 كان الفرق دالا عند 0،05

2- إذا كان بين 2،58 فما فوق كان الفرق دالا عند 0،01

3- أقل من 1،96 كان الفرق غير دال أي يتم قبول الفرض الصفري

(السيد محمود أبو النيل ,1987,ص:245,246)

7/ 5- إختبار "ت" : معرفة الفروق بين المتوسطات درجات أفراد العينة في متغيري الدراسة (الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي) في ضوء بعض متغير ات الدراسة الوسيطية (الجنس ،التخصص ،الخبرة) .

تمهيد:

من خلال كل ما تطرقت له في الفصل السابق اعتمادا على الأساليب التي ذكرت سيتم عرض وتفريغ البيانات التي تم التوصل إليها و تحليل نتائج الفرضيات ثم مناقشتها و تفسيرها.

1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على أنه:" توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي" .

الجدول رقم (6):يوضح معامل الإرتباط بين مستوى الضغط النفسي و الاداء البيداغوجي

بيانات الإحصائية / المتغيرات	عدد الأفراد	ر المحسوبة	ر المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مستوى الضغط النفسي	53	0,93	0,27	51	دالة عند 0,05
الاداءالبيداغوجي					

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة ر المحسوبة المساوية لـــ : 0,93 أكبر من قيمة ر المجدولة المساوية لـــ:0,27 وذلك عند مستوى الدلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95% مما يعني وجود دلالة إحصائية , وعليه نقبل فرضية البحث التي مفادها "توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأساتذة كلية العلوم الإنسانية ,بالمقابل نرفض الفرضية الصفرية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أساس أن أفراد عينة الدراسة ينتمون إلى كلية واحدة ويدرسون مقاييس متشابهة سواء كانت تنتمي إلى العلوم الإنسانية أو الإجتماعية ,إضافة إلى ذلك ظروف العمل واحدة ,لأن معظم الأساتذة من مناطق بعيدة ومدن أخرى فبعد المسافة تجعلهم يعيشون تحت ضغط نفسي و بتالي ينعكس على أدائهم البيداغوجي .

وتتفق نتائج دراستنا مع دراسة **"هيبس وهابلين 1991"**حول مصادر إثارة الضغوط النفسية و مستوياتها لدى المعلمين كما بين وجود علاقة بين الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلمين ومستوى الإنجاز المتوقع منهم.

2- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية العامة على أنه:" تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأفراد العينة بإختلاف الجنس" .

الجدول رقم (7):يوضح نتيجة معادلة دلالة الفروق بين معاملات الإرتباط حسب الجنس.

البيانات الإحصائية / المتغيرات	عدد الأفراد	ر المحسوبة	لوغاريتم	معادلة دلالة الفروق	مستوى الدلالة
الذكور	41	0,14	0,014	0,67	غير دالة
الإناث	12	0,28	0,028		

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة الفروق بين معادلات الإرتباط يساوي 0,67 وهي قيمة غير دالة لأنها أقل من 1,96 وعليه نرفض فرضية البحث و نقبل الفرضية الصفرية , و يعني ذلك أنه لا تختلف العلاقة بين مستوى الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي باختلاف الجنس .

وعليه يمكن تفسير هذه النتيجة على أساس أن للإناث مهام خاصة بهن تتمثل في الإنشغال البيت و الأطفال....لدى فهن يحاولن التوفيق بين الوظيفة التدريس و متطلبات أخري لذلك تجدهن تحت ضغط نفسي ,أما الذكور يكون الضغط عندهم نتيجة مسؤولياتهم الأسرية و المهنية ,أي أن كلا الجنسين يعانون من ضغوط نفسية ترجع لعدة أسباب سواء كانت مهنية أو أسرية أو شخصية... كلها تؤثر على الأداء البيداغوجي لديهم.

وتتفق نتيجتنا مع دراسة "**نعمات رمضان 1991**"عن الرضا الوضيفي و مستوى الضغوط النفسية لدى المعلمين,حيث أظهرت النتائج عدم وجود علاقةبين مستوى الضغوط النفسية التي تعزى إلى الجنس.

3- عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية العامة على أنه:" تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأفراد العينة بإختلاف التخصص" .

الجدول رقم (8):يوضح نتائج معادلة دلالة الفروق بين معاملات الإرتباط حسب التخصص.

بيانات الإحصائية / المتغيرات	عدد الأفراد	ر المحسوبة	لوغاريتم	معادلة دلالة الفروق	مستوى الدلالة
العلوم الإجتماعية	27	0,30	0,03	0,85	غير دالة
العلوم الإنسانية	26	0,12	0,012		

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة الفروق بين معادلات الإرتباط يساوي 0,85 وهي غير دالة لأنها أقل من 1,96 وعليه نرفض فرضية البحث و نقبل الفرضية الصفرية ,وهذا يعني أنه لا تختلف العلاقة بين مستوى الضغط و الاداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

و يمكن تفسير ذلك أن أفراد العينة يتمتعون بخصائص تؤهلهم في التخفيف من من مستوى الضغط النفسي حتى يتمكنوا من القيام بأدائهم على أكمل وجه.

4- عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية العامة على أنه:" تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأفراد العينة بإختلاف الخبرة" .

الجدول رقم (9):يوضح نتائج معادلة دلالة الفروق بين معاملات الإرتباط حسب الخبرة.

بيانات الإحصائية / المتغيرات	عدد الأفراد	ر المحسوبة	لوغاريتم	معادلة دلالة الفروق	مستوى الدلالة
مرتفعي الخبرة	33	0,11	0,011		غير دالة

منخفضي الخبرة	14	0,04	0,004	0,026	

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة الفروق بين معادلات الإرتباط يساوي 0,026 وهي غير دالة لأنها أقل من 1,96 وعليه نرفض فرضية البحث و نقبل الفرضية الصفرية ,وهذا يعني أنه لا تختلف العلاقة بين مستوى الضغط و الاداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة.

ويمكن تفسير ذلك أن أفراد العينة يتمكنون من التغلب على الضغوطات التي يواجهونها في مهنة التدريس لأنها تتطلب كفاءات و خصائص ليس من السهل توفرها عند كل إنسان و التي تجعلهم متميزين في أدائهم البيداغوجي.

وتتفق نتيجتنا مع دراسة **"داوني ,الكيلاني,عليان1989"** تهدف عن الكشف عن مستوى الضغط النفسي للأستاذ والبحث فيما إذا كانت هناك علاقة جوهرية بين مستويات الجنس ,المؤهل العلمي,و الخبرة, على عينة قوامها 349 أستاذ ودلت النتائج على عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستويات الخبرة التعليمية على بعد الضغط النفسي.

5- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة: التي تشير إلى أنه"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس".

الجدول رقم(10):يوضح نتائج معادلة الفروق"ت" بين الجنسين في الضغط النفسي .

البيانات الإحصائية / المتغيرات	المتوسط	الإنحراف	ع الأفراد	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	م الدلالة
الذكور	58,46	7,93	41	1,46	2,02	51	دالة عند 0,05
الإناث	61,08	4,44	12				

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـــ 1,46 أصغر من قيمة (ت) المجدولة المساوية 2,02 وذلك عند درجة الحرية 51 ومستوى دلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95 %مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في مستوى الضغط النفسي أي أن ظاهرة

الضغط لا تختلف بإختلاف الجنس ,أي لاتوجد فروق ذات دلالة لإحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس .

ويمكن تفسير ذلك على أساس أن الإناث لهم نفس مستوى الضغط الذي يعانيه الذكور بحكم أن للإناث مهام داخل وخارج البيت مما يجعلهن في ضغط مستمر و السعي إلى توفيق و التكيف بين متطلبات متعارضة .

ونتائج المتوصل إليها تتفق مع دراسة **"سنجير1986"** الذي توصل إلى وجود فروق في مستوى الضغط النفسي لمتغير الجنس ,و دراسة **"حمدي الفرماوي 1990"**حيث أظهرت النتائج بعدم وجود فروق دالة لمستوى الضغط النفسي بين الجنسين.

بالمقابل تتعارض مع دراسية **"عباس إبراهيم متولي 2000"**حول الضغوط النفسية و علاقتها بالجنس و مدى الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمين المرحلة الإبتدائية ,على عينة قوامها 240معلم و معلمة ,بحيث أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين و المعلمات في الضغط لصالح الإناث.

6- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة: التي تشير إلى أنه"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص".

الجدول رقم(11):يوضح نتائج معادلة الفروق"ت" بين التخصصين في الضغط النفسي .

البيانات الإحصائية / المتغيرات	المتوسط	الإنحراف	ع الأفراد	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	م الدلالة
العلوم الاجتماعية	57,37	8,15	27	1,73	2,02	51	دالة عند 0,05
العلوم الإنسانية	60,80	60,46	26				

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـــ 1,73 أصغر من قيمة (ت) المجدولة المساوية 2,02 وذلك عند درجة الحرية 51 ومستوى دلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95 %مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

ويمكن تفسير ذلك للأساتذة نفس مستوى الضغط في كلا التخصصين بحكم نفس الكلية وتشابه في بعض المواد التدرسية .

وتتفق نتائجنا مع نتائج دراسة **"بن زروال"** بحيث توصلت هي الأخرى إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي يعزى إلى نوع الكلية في الجامعة. وإتفقت أيضا مع دراسة **"دبابسة 1993"**التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي حسب متغير نوع الكلية.

7- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

لتي تشير إلى أنه"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة".

الجدول رقم(12):يوضح نتائج معادلة الفروق"ت" بين مرتفعي و منخفضي الخبرة في الضغط النفسي .

البيانات الإحصائية / المتغيرات	المتوسط	الإنحراف	ع الأفراد	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	م الدلالة
مرتفعي الخبرة	62,07	6,62	33	1,80	2,02	45	دالة عند 0,05
منخفضي الخبرة	58,21	6,73	14				

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـــ 1,80 أصغر من قيمة (ت) المجدولة المساوية 2,02 وذلك عند درجة الحرية 45 ومستوى دلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95

%مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة,أي أن كل من الفئتين ذوي الخبرة المرتفعة و الفئة المنخفضة أنهم يعانون من الضغوط النفسية .

ويمكن تفسير ذلك أن هذه الفئة (مرتفعي و منخفضي الخبرة)يعانون من ضغوط و ذلك يرجع إلى المناخ البيداغوجي و ما يحتويه من حراك في المنظومة التعليمية في الجامعة, وهي التي تمثل أسباب الضغط.

بحيث جاءت نتائج دراستنا تتعارض مع نتائج التي توصل إليها **"علي الفرماوي1990"** لمستوى الضغوط النفسية للمعلمين في المراحل التعليمية بحيث أظهرت النتائج أنه توجد فروق في مستوى الضغط يرجع إلى سنوات الخبرة .وكذا نتائج دراسة **"كايد سلامة 1993"** على وجود تباين في مستوى الضغوط النفسية لدى عينة المعلمين و المعلمات تعزى إلى الخبرة.

8- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السابعة: التي تشير إلى أنه"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس".

الجدول رقم(13):يوضح نتائج معادلة الفروق"ت" بين الجنسين في الأداء البيداغوجي .

البيانات الإحصائية / المتغيرات	المتوسط	الإنحراف	ع الأفراد	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	م الدلالة
الذكور	116,68	14,71	41	318 ـــ	2,02	51	غير دالة
الإناث	118,08	6,76	12				

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـــ 318- أصغر من قيمة (ت) المجدولة المساوية 2,02 وذلك عند درجة الحرية 51 ومستوى دلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95 %مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس .

ويمكن تفسير ذلك أن كلا الجنسين لديهم نفس الأداء اليداغوجي ويرجع ذلك إلى سمات الشخصية للأستاذ ,وكذا لهم نفس التدريب و التكوين و يتمتعون بكفايات تدريسية من حيث الشرح و تنفيد و تخطيط للدرس وإستعمال تفنيات و أساليب أخرى تساعدهم في تحقيق الأداء الجيد.

ونتيجة هذه الدراسة تتعارض مع دراسة "**عفانة 1998**"حول تحديد الكفايات التدريسية التي يمارسها أساتذة الجامعة الإسلامية من وجهة نظر الطلاب ,بحيث بلغت عينة الدراسة 321طالبا و طالبة و توصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الكفايات التدريسية ترجع إلى الجنس.

9- **عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثامنة:** التي تشير إلى أنه"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص".

الجدول رقم(14):يوضح نتائج معادلة الفروق"ت" بين التخصص في الأداء البيداغوجي .

البيانات الإحصائية / المتغيرات	المتوسط	الإنحراف	ع الأفراد	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	م الدلالة
العلوم الإجتماعية	121,96	8,66	27	2,97	2,02	51	دالة عند 0,05
العلوم الإنسانية	111,84	15,32	26				

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـــ 2,97 أكبر من قيمة (ت) المجدولة المساوية 2,02 وذلك عند درجة الحرية 51 ومستوى دلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95 %مما يعني وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين أساتذة العلوم الإنسانية في الأداء البيداغوجي,أي أن الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أساس فوارق تكوين الأستاذ و خبرة التي يتمتع بها , و كفاءته الشخصية و المهنية إلى جانب ذلك يمكن إعتبار تخصص العلوم الإجتماعية يجعل الأستاذ أكثر تقربا و تفهما من الطالب .

10- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية التاسعة: التي تشير إلى أنه"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الخبرة".

الجدول رقم(15):يوضح نتائج معادلة الفروق"ت" بين مرتفعي و منخضي الخبرة في الأداء البيداغوجي .

البيانات الإحصائية / المتغيرات	المتوسط	الإنحراف	ع الأفراد	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	م الدلالة
مرتفعي الخبرة	121,50	16,14	33	1,37	2,02	45	دالة عند 0,05
منخفضي الخبرة	116,15	10,20	14				

من خلال الجدول يتض لنا أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـــ 1,37 أصغر من قيمة (ت) المجدولة المساوية 2,02 وذلك عند درجة الحرية 45 ومستوى دلالة 0,05 أي بنسبة ثقة 95 %مما يعني لا توجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أساتذة مرتفعي الخبرة و منخفضي الخبرة في الأداء البيداغوجي .

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أساس أن الأساتذة مرتفعي الخبرة لديهم دراية بكل ما هو مناسب لتحقيق الأداء الجيد ,عكس منخفضي الخبرة الذين هم في بداية مشوارهم التدريسي و عدم إكتسابهم للمهارات فهم بحاجة إلى أساليب التدريسية .

وقد توصلت هذه الدراسات إلى أن المعلمين ذوي الخبرة مرتفعة يملكون القدرة على معالجة المواقف المعقدة داخل الفصل، كما أنهم قادرون على صياغة واتخاذ القرارات الملائمة المتعلقة بعملية التعلم داخل الفصل، ومعالجة مادة التعلم من خلال وضع الأفكار الرئيسة بحيث تكون قابلة للفهم وذات معنى

إستنتاج عام:

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مستويات الضغط النفسي والأداء البيداغوجي ،لعينة من الأساتذة الجامعة . وتم إختيارهم بطريقة الحصر الشامل و بعد تحليل البيانات إحصائيا توصلنا إلى النتائج التالية:

1- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى الأستاذ الجامعي .

2- لا تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف الجنس .

3- لا تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة باختلاف التخصص

4- لا تختلف العلاقة بين مستويات الضغط النفسي و الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة.

5- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس.

6 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

7- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة.

8- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الجنس.

9- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف التخصص.

10 -لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء البيداغوجي لدى أفراد العينة بإختلاف الخبرة.

بحيث نتمنى من الباحثين الأخرين بإجراء بحوث و دراسات أخرى لإثراء المكتبة النفسية ,فصد تحقيق نتائج أدق ولمعرفة أهم الحلول التي تخفض من شدة هذه الظاهرة .

إقتراحات

- الاهتمام بالقاعات الدراسية من حيث التنويع في الحجم بحيث تكون هناك قاعات مكيفة

- إعداد برامج ودورات تدريبية للأساتذة لتدريبهم على كيفية مواجهة الضغوط و تبصيرهم بالطرق و الأساليب العملية للتغلب عليها.

- التخفيف من مسببات الضغوط من خلال مراعاة الظروف الفزيقية التي يمارس فيها العمل .

- ضرورة تزويد الأساتذة بدليل يحتوي على قائمة الكفاءات (الإعداد للمحاضرة و تنفيذها ,العلاقات الإنسانية, التمكن العلمي)وغيرها من الكفاءات التي يجب توفيرها في الأستاذ .

- ضرورة توفير تقنيات التعليم ومكبرات الصوت و الأدوات و الأجهزة التي تساعد الأستاذ على الأداء المحاضرات بفاعلية.

- محاولة توفير الأساليب التدريسية المهنية لتطوير من المهارات التي تؤدي إلى رفع مستوى الأداء البيداغوجي.

قائمة المراجع

1-أحمد ماهر ، السلوك التنظيمي مدخل بناء المهارات ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1993.

2-أحمد نايل العزيز ، أحمد عبد اللطيف أبو أسعد ، التعامل مع الضغوط النفسية ، ط1 ، دار الشروق للنشر و التوزيع ، 2009.

3- أندرودي سيزلاقي ، مارك جي ولاس ، السلوك التنظيمي و الأداء ، "ت"جعفر أبو القاسم جعفر ، معهد الإدارة العامة ، الرياض ، 1991.

4- السيد محمود أبو النيل ، الإحصاء النفسي و التربوي ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1987.

5-بشير معمرية ، التعليم الجامعي الواقع وتحديات المستقبل,ط1 ، 2003 .

6-جمعة السيد يوسف ، إدارة الضغوط , ط1 ، مصر ، مركز تطوير الدراسات العليا ، 2007 .

7-تركي رابح عمامرة مناهج البحث في علم النفس ، المدرسة الوطنية للكتاب الجزائري ، الجزائر ، 1984.

8-حسن مصطفى عبد المعطي ، ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها ، ط1 ، القاهرة ، مكتبة زهراء الشرق ، ط1 ، القاهرة ، 2006.

9-حمدي علي الفرماوي ، الضغوط النفسية في مجال العمل و الحياة (مواجهات نفسية في سبيل التنمية البشرية) ، دار الصفاء للنشر ، ط1 ، عمان ، 2009.

10-حسن حسين زيتون ، مهارات التدريس ، عالم الكتب ، ط 1 ، القاهرة ، 2001.

11- رشدي أحمد طعيمة ، محمد بن سليمان البندري ، التعليم الجامعي بين رصد الواقع و رؤى التطور ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، القاهرة ، 2004.

12-سامي عبد القوي علي ،مقدمة في علم النفس البيولوجي ،مقدمة في علم النفس البيولوجي ، مكتبة النهضة المصرية, القاهرة , 1994.

13-ساهر محمود عمر ،سيكولوجية العلاقات الإجتماعية ،دار المعرفة الجامعية ،مصر ، 1992

14-سهيلة محسن كاظم الفتلاوي ، كفايات التدريس، (المفهوم .التدريب.الأداء) ،دار الشروق ،ط1 ،عمان ،2003 .

15- سمير شيخاني ،الضغط النفسي ،دار الفكر العربي ،بيروت ، ط1 ، لبنان ،2003 .

16-شادية أحمد التل ،علم النفس العام ،دار الميسرة ، ط1 ،عمان ، 2004 .

17-صالح عبد العزيز ، التربية الحديثة(مادتها – مبادئه – تطبيقاتها العلمية- التربية – طرق التدريسية) ،دار المعارف ،الجزء الثالث ،ط1 .

18- طه عبد العظيم حسين وسلامة عبد العظيم حسين ،استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية و النفسية ، دار الفكر ، ط1 ،الأردن ، 2006.

19- عبد الفتاح محمد ،

21- علي غربي ،تنمية الموارد البشرية ،دار الهدى للنشر و التوزيع ،عين ميلة ، 2002.

22- عويد سلطان مشعان ،علم النفس الصناعي ،مكتبة الفلاح للنشر و التوزيع ،ط1 ،الإمارات العربية المتحدة ، 1996.

23- كشرود عمار ، علم النفس الصناعي و التنظيمي الحديث ،منشورات فار يونس ، ط1 ،بنغازي ،1995.

24-كمال عبد الحميد زيتون ، التدريس:نماذجه و مهاراته ،عالم الكتب ،ط1 ،القاهرة ، 2003 .

25-كوكب الزمان بليردوح ،الوجيز في الصحة النفسية للشخص المسن ،دار الفكر للطباعة والنشر ، ب ط ، قسنطينة ، 2009.

26- لحسن بو عبد الله ،محمد مقداد ، تقويم العملية التكوينية في الجامعة ،ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر ،1998 .

27_ ماجدة بهاء الدين السيد عبيد ،الضغط النفسي ،دار صفاء للنشر و التوزيع ،ط ،1عمان ، 2008

28-محمد أحمد النابلسي وآخرون ،الصدمة النفسية ،دار النهضة العربية ،بيروت ، 1991.

29-محمد إسماعيل قباري ،علم الإجتماع الإداري و مشكلات التنظيم في المؤسسات البيروقراطية (منشأة المعارف, الإسكندرية) ، د س.

30- محمد جاسم محمد ،علم النفس التربوي و تطبيقاته ،مكتبة دار الثقافة ،ط1 ، 2004 .

31- محمد مقداد ،الجامعة في عهد العولمة ، ط1 ،الجزائر ، 2005.

32- محمد منير مرسي ،الاتجاهات الحديثة في التعليم الجامعي المعاصر و أساليب تدريسه ،عالم الكتب ، ط1 ،القاهرة ، 2002.

33- محمد مصطفى زيدان ،عوامل الكفاية الإنتاجية في التربية ،دار مكتبة الأندلس ،بن غازي ،ليبيا ،1986 .

34- محفوظ جودة ،أساليب البحث العلمي ،في ميدان العلوم الإدارية ،ودار زهران للنشر و التوزيع ، ب ط ،عمان ،2007 .

35-ناصر دادي عدون ،إدارة الموارد البشرية و السلوك التنظيمي ،الجزائر ،دار المحمدية العامة ، 2004.

قائمة المجلات :

36- الهاشمي لوكيا ،الضغط النفسي في العمل: مصادره ،أثاره وطرق الوقاية ،مجلة أبحاث نفسية و تربوية ،مخبر التطبيقات النفسية و التربوية ،قسم علم النفس ،جامعة منتوري – قسنطينة ، 2002 .

37- إبراهيم الحسن الحكمي ،الكفاءات المهنية المتطلبة للأستاذ الجامعي ،مجلة رسالة الخليج العربي ،كلية التربية جامعة أم القرى فرع الطائف ، العدد ، 90.

38- إبراهيم عبد الستار ،الإكتئاب ،سلسلة عالم المعرفة ،العدد239 ،المجلس الوطني للثقافة و الفنون والآداب ،الكويت ، 1998.

39- جواد محمد الشيخ خليل ،عزيزة عبد الله شرير ،سلسلة الدراسات الإنسانية ،مجلة الجامعية الإسلامية, مجلد16 ،العدد الأول ،جانفي2008 .

40- محمد الدسوقي عبد العزيز الشافعي ، الضغوط مهنية التدريس مقارنة بضغوط المهن الأخرى و في علاقتها بالمعتقدات التربوية للمعلمين ،مجلة تربوية ،مجلس النشر العلمي ،جامعة الكويت ،مجلد 12 ،عدد48.

41-موسوعة علم النفس و التربية ،الجزء الرابع ،بيروت ، Edition creps 2001

42- فونتانا أبو سير ع ،مستويات التوتر و نوع الجنس و العومل الشخصية للمعلمين ،مجلة البريطانية للعلم النفس التربوي ،عدد 63 ، 1993.

43-نصر الدين جابر ،الإفراز الهرموني النفسي ،مجلة علم النفس الصناعي ،عدد10 ،جامعة منتوري ،قسنطينة ، 1998.

قائمة الرسائل:

44-بن زروال فتيحة ،"مصادر مستويات الإجهاد المهني لدى الأستاذ الجامعي واستراتيجيات المرشد في علاجه و الوقاية منه" ،رسالة ماجستير ،جامعة باتنة ، 2002.

45- داوني و الكيلاني و عليان ،"مستويات الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن" ،جامعة الكويت ، 1989 .

46- عبد الفتاح خليفات عماد زغلول ،مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية ،مركز البحوث التربوية لجامعة قطر ، 2003.

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة غرداية

معهد العلوم الإنسانية و الإجتماعية

قسم علم النفس

مقياس "مستويات الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي"

أستاذي/ أستاذتي

تحية طيبة....

تهدف هذه الإستبانة إلى التعرف على مستوى الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي.

- إن الهدف الأساسي لهذا البحث هو الإهتمام علمي لا غير.

- نرجوا منكم الإجابة على بنود هذه الإستبيان بدقة و موضوعية من أجل الوصول إلى نتائج موضوعية ودقيقة قدر الإمكان.

تقبلوا منا فائق الإحترام و التقدير.

- **الجنس:** ذكر( ) أنثى( )

- **السن:**( )

- **مدة الخدمة:** 1-10( ) 10-20( ) 20 فأكثر( )

- **نوع الكلية:** إنسانية ( ) اجتماعية( )

الملحق رقم:(1) " مقياس مستوى الضغط النفسي"

الملحق رقم:(2) مقياس الأداء البيداغوجي للأستاذ الجامعي

(بعد الإعداد للمحاضرة وتنفيذها)

الرقم	البنود	دائما	أحيانا	أبدا
01	أنا سريع الغضب			
02	لدي أشياء كثيرة للقيام بها			
03	أشعر بالوحدة و العزلة			
04	أجد نفسي في مواقف صراع			
05	أشعر بالتعب			
06	إخاف من عدم استطاعتي إدارة الأمور لبلوغ الهدف			
07	أعجز في إتخاد القرار			
08	أشعر بالإحباط			
09	أشعر بالتوتر			
10	تبدوا مشاكلي بأنها ستتراكم			
11	مري أشعر أني في عجلة من أ			
12	لدي عدة مخاوف			
13	أنا تحت ضغط مميت مقارنة بالأشخاص الآخرين			
14	أشعر بفقدان العزيمة			
15	أنا خائف من المستقبل			
16	أشعر بأني قمت بأعمال ملزم بها و ليس لأني أريدها			
17	أشعر بأني في موضع أنتقاد وحكم			
18	أشعر بالإنهاك و التعب الفكري			
19	لدي صعوبة في الإسترخاء			
20	أشعر بعبء المسؤولية			
21	لدي وقت الكافي لنفسي			
22	شعر بأني تحت ضغط مميت			
23	اشعر بالراحة			
24	أشعر بوجود متطلبات لدي			
25	أجد نفسي أقوم بأشياء أحب فعلها			
26	أشعر بالهدوء			
27	أنا مليء بالحيوية			
28	أشعر بالحماية			
29	أمتع نفسي			
30	أنا شخص خالي من الهموم			

الفقرات	البدائل

	دائما ا	أحيانا	أبدا
1- لا ألجأ إلى إشغال وقت المحاضرة بأشياء غير مفيدة			
2- أعطي للطلبة فرصاً متساوية في الحوار والمناقشة			
ماهو واضح بالنسبة لهم 3-أقدم للطلاب			
4- أبدو مستمتعاً بالتدريس والعمل مع الطلاب أثنا			
5- أفكاري في المحاضرة متسلسلة ومنطقية			
6- أرتب جيدا للمحاضرة.			
7- موضوعات المقرر التي أقدمها منظمة ومترابطة مع بعضها بشكل ج			
8- أعمل على زيادة الحصيلة المعرفية لطلابي وأبين لهم قابليتها للتطبيق			
9-أحدد للطلاب الموضوعات التي سأقدمها لهم في المحاضرة القادمة			
10-أجعل الطلاب يعملون ويندمجون في المحاضرة ويتجاوبون			
11-أعرف جيداً ما أفعله مع الطلاب في المحاضرة لأني متدرب علي ذالك			
12-أحسن إدارة المحاضرة حتى يتم كل شيء كما أخطط له وفي الوقت المنا			
13-أجعل المقرر الذي أقدمه للطلاب مادة شيقة وذات معني بالنسبة إليهم			
14-أحرص على استخدام الوسائل وتقنيات التعلم الحديثة.			
15- أستثير انتباه الطلاب طوال فترة المحاضرة بأساليب متعددة.			
16- محتوى المحاضرة مناسب للمدة الزمنية المحددة لها			
17- أستخدم التلميحات غير اللفظية والإشارات وتغيير -نغمة الصوت لإثارة انتباه طلاب.			
18-أبرز النقاط المهمة في المحاضرة بكتابتها على السبورة.			
19- أستخدم كل حواسي أثناء المحاضرة.			
20أتجنب السلوكيات المشتتة لانتباه الطلاب أثناء شرح المحاضرات.			

(بعد العلاقات الإنسانية)

الفقرات	البدائل		
	دائما	أحيانا	أبدا
1-ا أتحدث بإخلاص و أتفاعل مع الطلاب			
2- صداقاتي مع طلابي لا تبدو مفروضة عليه			
3- أدرس بشكل ديمقراطي و تعاوني			
4- أرحب بالمناقشة وأقبل وجهة النظر الأخرى من الطلا			
5- أحمل اتجاهات الإيجابية نحو طلابي في تفاعلي ومناقشاتي معه			
6- أشعر الطلاب بالأمن و الثقة عند محاولة الاستفسار أو مناق			
7- أتقبل وجهات نظر الطلاب بل وأدربهم وأشجعهم على ذلا			
8- أتفهم مشكلات الطلاب وأساعدهم في التغلب عليه			
9- أدرك الخصائص النمائية لطلاب			
10- أستمتع بالقدرتي على حسن الإنصات للطلاب، والانتباه إلى آرائ			
11- أبدو مدركاً لمشاعر الطلاب وملماً بمعانيها			
12- أعمل على بث روح الانتماء بين طلا			
13- تكون محاضراتي من إهتمام و قضايا طلابي			
14- يتجاوب الطلبة معي بشكل جي			
15- أتمتع بميول اجتماعية فأقبل على التفاعل الاجتماعي مع الآخر			
16- أتمتع بعلاقات طيبة مع الآخرين من طلاب و زما			
17- أتحلى بالصبر حيال أخطاء طلابي وأعاملهم بالل			
18-أظهر احترامي لشخصية الطلاب بغض النظر عن نجاحهم أو فشله			
19- يتميز جو محاضرتي بالديمقراطية و الحوار			
20- أحترم قرارات واتجاهات الطلاب وأعمل على توجيهها الوجهة الس			

(بعد التمكن العلمي والمهني)

الفقرات	البدائل		
	دائما	أحيانا	أبدا
1-لدي لاطلاع واسع معرفا وفي مجالات متعددة			
2- يتسم الطلاب بالانضباط لكفاءتي العالية في محاضرات.			
3- أجعل محتوى المقرر الذي أقدمه متفقاً مع التقدم العلمي في مج			
4- أنا متمكناً من مادتي العلمية ومسيطراً عليها.			
5- لدي معرفة جيدة بالمجالات المرتبطة بمادة تدريس.			
6- أتناول موضوعات المقرر وأغطيها بشكل جيد.			
7-أنتقل في تناول عناصر المحاضرة من السهل إلى الصعب.			
8- أتدرج من المعلوم إلى المجهول أثناء إلقائي للمحاضرة.			
9-أعمل على نشر الثقافة العامة والخاصة بين الطلاب.			