



علم النفس

مجلة فصلية

تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب



الهيئة المصرية العامة للكتاب

العددان الثمانون والحادي والثمانون - يناير - يونيو ٢٠٠٩

- السنة الثانية والعشرون

فى هذا العدد

- كلمة التحرير
• دراسات وبحوث :
- ٤ .د. كاميليا عبد الفتاح
- ٦ .د. ماجد مصطفى العلى
- ٢٢ .د. عبدالرزاق محسن سعود الربيعى
- ٥٢ .د. نجوى اليحفسوفى
- ٦٢ .د. كامل حسن كتلو
- ٨٨ .د. رياض العاسمى
- ١٢٠ .د. عطيات أبو العينين
أ.د. يوسف عز الدين صبرى
- ١٤٦ .د. جمال مختار حمزة
- ١٧٠ .د. أحمد محمد على عبد الجيد
د. هشام إبراهيم إسماعيل النرش
- رسائل جامعية :
- ٢٠٠ إعداد : فاطمة سعيد أحمد بركات
- ٢٠٦ إعداد : فردوس محمود عبد الحميد
- الاكتئاب وعلاقته بكل من الضغوط والتفاؤل وتقدير الذات لدى
عينة من الطلبة المراهقين بدولة الكويت
- التفكير الناقد وعلاقته بالتحصيل الدراسى لدى طلبة كلية
التربية - جامعة الحديدة
- السعادة وارتباطاتها لدى طلاب الجامعة اللبنانيين
- العلاقة بين نمو الهوية النفسية والتكيف الأكاديمى لدى المراهقين
من طلبة الجامعة
- الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية
والاجتماعية لدى طلبة الجامعة من أبناء الريف والمدن
- دراسة استطلاعية عن المشكلات التى تعاني منها الطالبات السعوديات
فى كلية التربية للبنات بالباحة بالملكة العربية السعودية
- الجريمة والعقاب فى رؤيا الجانحين والأسوياء «دراسة نفسية أمبيريقية» ...
- فاعلية برنامج للتدريب العقلى فى تنمية المهارات العقلية والمستوى
الرقمى لسباحى الظهر تحت ١٣ سنة
- الاتجاه نحو القراءة الحرة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية
والديموجرافية لدى الأطفال «دراسة مقارنة بين الريف والحضر»
(رسالة ماجستير)
- خصائص الشخصية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى عينة
من المعلمين الواقعين تحت ضغوط نفسية (رسالة ماجستير)

مقدمة

المعلم هو الأساس الذي تقوم عليه العملية التربوية والتعليمية، لذلك لا بد أن يتمتع بصحة نفسية وجسدية جيدة وبشخصية متكاملة ومتزنة، حيث تنعكس كل أفعاله وتصرفاته على تلاميذه فيؤثر عليهم ويساهم في تطبيع شخصياتهم بسمات معينة .

خصائص الشخصية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى عينة من المعلمين الواقعين تحت ضغوط نفسية(*)

إعداد :

فردوس محمود عبد الحميد

(*) بحث حصلت به الباحثة على درجة الماجستير في التربية عام ٢٠٠٢ - قسم الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة الزقازيق - فرع بنها .
تحت إشراف أ. د. عادل كمال خضر ، د. صالح فؤاد محمد

وتعد الضغوط النفسية Psycho-loical Stress ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان فى مواقف وأوقات مختلفة تتطلب منه توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة شأنها فى ذلك شأن الظواهر النفسية الأخرى كالقلق والإحباط .

وتتعدد وجهات نظر الباحثين فى تعريفهم للضغوط النفسية، فبعض منهم يشير إلى الضغط النفسى على أنه مثير فى البيئة "أفكار أو أحداث أو مواقف مزعجة والبعض الآخر يشير إليه على أنه استجابة الفرد لتلك الأفكار أو الأحداث أو المواقف / المزعجة، والفريق الثالث يشير إليه على أنه عدم المساواة بين المطالب المدركة والموارد الشخصية".

ويعرف كيرياكو وستكليف الضغط النفسى للمعلم على أنه "استجابة انفعالية سالبة للمعلم مثل الغضب أو القلق أو الاكتئاب والمصحوبة بتغيرات فسيولوجية للمرض مثل زيادة سرعة القلب أو إفراز الهرمونات فى الوعاء الدموى كنتيجة للمطالب المفروضة على المعلم لدوره كمعلم".

ويعرف هانز سيلى Selye الضغوط النفسية على أنها: "استجابة الإنسان الانفعالية والسلوكية لأى مطلب يحتاج إليه، فالحياة فى حد ذاتها والمحافظة

عليها تشكل ضغطاً على الإنسان حتى فى أثناء نومه فالضغوط النفسية شىء لا يمكن تجنبه، والخلو التام منها يعنى الموت والفناء".

وقد يؤثر الضغط النفسى على صحة الإنسان البدنية ويصيبه بما يعرف بالاضطرابات السيكوسوماتية، والتي يعرفها محمد الفيومى على أنها "مجموعة من الأعراض التى تصيب بعض أجهزة الجسم أو وظائفه، وتكون من الحدة والإصرار بحيث تقاوم أشكال العلاج الطبى المعروفة والتى تعجز حتى عن تخفيف حدتها".

وتختلف الأمراض السيكوسوماتية عن الهستيريا التحويلية فى عدة أشياء أهمها أن الإصابة فى الأمراض السيكوسوماتية إصابة حقيقية، أما الإصابة فى الهستيريا التحويلية إصابة وهمية بمعنى (اختفاء المرض باختفاء أسبابه).

وتلعب شخصية الفرد دوراً هاماً فى إصابته بالمرض السيكوسوماتى، حيث تعتمد الإصابة على مدى تحمل الفرد للضغوط ومواجهتها أو التغلب عليها أو التكيف معها.

والشخصية كما يذكر أحمد عبد الخالق هى "تنظيم دينامى داخل الفرد له قدر كبير من الثبات والدوام لمجموعة من الوظائف أو

السمات أو الأجهزة الإدراكية والنزوعية والانفعالية والمعرفية والدافعية الجسمية، والتى تحدد طريقة الفرد المميزة فى الاستجابة للمواقف وأسلوبه الخاص فى التكيف للبيئة وقد ينتج من هذا الأسلوب توافق أو سوء توافق".

والدراسة الحالية قد تناولت دراسة أربع خصائص من خصائص الشخصية وهى :

- ١- الانطواء فى مقابل الانبساط .
- ٢- عدم الاتزان الانفعالى فى مقابل الاتزان الانفعالى .
- ٣- عدم الثقة بالنفس فى مقابل الثقة بالنفس .
- ٤- الضبط الخارجى فى مقابل الضبط الداخلى .

مشكلة الدراسة :

فى حياة المعلم ضغوط كثيرة تفرضها عليه مهنته بما فيها من مشكلات وعوائق تؤثر عليه وعلى صحته النفسية والبدنية، فلقد ثبت علمياً أن الضغوط النفسية تؤثر بشكل كبير على صحة الإنسان البدنية وتصيبه ببعض الأمراض الخطيرة والمزمنة كأمراض الجهاز التنفسى وأمراض القلب والجهاز الدورى وأمراض الجهاز الهضمى كقرح المعدة والإثني عشر والقولون.

ودرجات المعلمين منخفضى الضغط المنطويين على مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية وذلك لصالح مرتفعى الضغط المنطويين.

٢- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات المعلمين منخفضى الضغط المنطويين ودرجات المعلمين منخفضى الضغط المنبسطين على مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية.

٤- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات المعلمين مرتفعى الضغط المنبسطين ودرجات المعلمين منخفضى الضغط المنبسطين على مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية.

٥- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات المعلمين مرتفعى الضغط غير المتزنين انفعالياً ودرجات المعلمين مرتفعى الضغط المتزنين انفعالياً على مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية وذلك لصالح مرتفعى الضغط غير المتزنين انفعالياً.

٦- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات المعلمين مرتفعى الضغط غير المتزنين انفعالياً ودرجات المعلمين

بالأمراض السيكوسوماتية لدى عينة من المعلمين الواقعيين تحت ضغوط نفسية ومعرفة مدى تأثير هذه الضغوط على المعلمين فى المرحلة الثانوية، وتحديد أهم خصائص شخصيتهم ومدى إصابتهم بالأمراض السيكوسوماتية نتيجة هذه الضغوط.

هدف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى : دراسة خصائص الشخصية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى المعلمين الواقعيين تحت ضغوط نفسية، وإلى استجلاء الصرح النظرى حول متغيرات الدراسة الثلاثة وتحديد الفروق بين مجموعات الدراسة والإجابة على تساؤلات الدراسة الحالية.

فروض الدراسة :

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات المعلمين مرتفعى الضغط المنطويين ودرجات المعلمين مرتفعى الضغط المنبسطين على مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية وذلك لصالح مرتفعى الضغط المنطويين.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات المعلمين مرتفعى الضغط المنطويين

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة فى التساؤلات الآتية :

١- ما الخصائص الشخصية المميزة للمعلمين الواقعيين تحت ضغوط نفسية؟

٢- هل توجد علاقة بين معايشة المعلمين للضغوط النفسية وبين معاناتهم لأمراض سيكوسوماتية؟

٣- هل توجد علاقة بين خصائص الشخصية تلك وبين هذه الأمراض؟

أهمية الدراسة :

إيماناً منا بأهمية المعلم ودوره الرئيسى فى إتمام العملية التعليمية، بل وإن أى تطور فى التعليم لابد وأن يشمل أولاً المعلم الذى هو حجر الزاوية فى هذه العملية، وبالتالي فإن صحة المعلم النفسية والبدنية تهمننا لأنها تنعكس على تصرفاته وأفعاله مع تلاميذه .

والضغوط النفسية من الظواهر الحياتية التى يخبرها الإنسان "وخاصة المعلم" فيتأثر بها وتؤثر عليه وعلى صحته النفسية والبدنية، فإما أن يتكيف معها ويتغلب عليها أو لا يتحملها فيئن تحت وطأتها ويصاب بالمرض والاعتلال .

ومن هنا كان الدافع إلى دراسة خصائص الشخصية وعلاقتها

منخفضى الضغط غير المتزنين
انفعاليًا على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
غير المتزنين انفعاليًا.

٧- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين
متوسطى درجات المعلمين
منخفضى الضغط غير المتزنين
انفعاليًا ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط المتزنين
انفعاليًا على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية.

٨- لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين
متوسطى درجات المعلمين
مرتفعى الضغط المتزنين انفعاليًا
و درجات المعلمين منخفضى
الضغط المتزنين انفعاليًا على
مقياس الاضطرابات
السيكوسوماتية.

٩- توجد فروق دالة إحصائيًا بين
متوسطى درجات المعلمين
مرتفعى الضغط غير الواثقين
بأنفسهم ودرجات المعلمين
مرتفعى الضغط الواثقين
بأنفسهم على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
غير الواثقين بأنفسهم.

١٠- توجد فروق دالة إحصائيًا بين
متوسطى درجات المعلمين

مرتفعى الضغط غير الواثقين
بأنفسهم ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط غير الواثقين
بأنفسهم على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
غير الواثقين بأنفسهم.

١١- لا توجد فروق دالة إحصائيًا
بين متوسطى درجات المعلمين
منخفضى الضغط غير الواثقين
بأنفسهم ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط الواثقين
بأنفسهم على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية.

١٢- لا توجد فروق دالة إحصائيًا
بين متوسطى درجات المعلمين
مرتفعى الضغط الواثقين
بأنفسهم ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط الواثقين
بأنفسهم على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية.

١٣- توجد فروق دالة إحصائيًا بين
متوسطى درجات المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط
الخارجى ودرجات المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط
الداخلى على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
ذوى الضبط الخارجى.

١٤- توجد فروق دالة إحصائيًا بين
متوسطى درجات المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط
الخارجى ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط ذوى الضبط
الخارجى على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
ذوى الضبط الخارجى.

١٥- لا توجد فروق دالة إحصائيًا
بين متوسطى درجات المعلمين
منخفضى الضغط ذوى الضبط
الخارجى ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط ذوى الضبط
الداخلى على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية.

١٦- لا توجد فروق دالة إحصائيًا
بين متوسطى درجات المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط
الداخلى ودرجات المعلمين
منخفضى الضغط ذوى الضبط
الداخلى على مقياس
الاضطرابات السيكوسوماتية.

هيئة الدراسة :

تتكون عينة الدراسة من ٣٠٠
معلم ومعلمة بالمرحلة الثانوية
"الثانوى العام"
(١٥٠ معلمًا ومعلمة من مدرسة
طوخ الثانوية بنات)، (١٥٠ معلمًا

ومعلمة من مدرسة طوخ الثانوية بنين) بمحافظة القليوبية من كافة التخصصات ممن تتراوح أعمارهم ما بين ٢٥ سنة إلى ٥٠ سنة. حيث قسمت هذه العينة إلى ١٦ مجموعة.

أدوات الدراسة :

استخدمت الدراسة الأدوات التالية :

١- قائمة الضغوط النفسية للمعلمين : إعداد / طلعت منصور وفيولا البيلوى ١٩٨٩م.

٢- مقياس الصحة النفسية المعروف بقائمة كورنل للاضطرابات السيكوسوماتية : إعداد / محمد عماد الدين إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسى، ١٩٧٣.

٣- قائمة سمات الانبساط - الانطواء : إعداد / صلاح الدين أبو ناهية، ٢٠٠٠ م.

٤- قائمة سمات العصابية - الاتزان الانفعالي : إعداد / صلاح الدين أبو ناهية ٢٠٠٠ م .

٥- مقياس الضبط الداخلى - الخارجى للكبار : إعداد / ستيفن نويكى ومرشال دوك، Stephen Nowicki and Mar-shall p. Duke. ترجمة/ رشاد

عبد العزيز، وصلاح الدين أبو ناهية، ١٩٨٧م.

٦- مقياس الثقة بالنفس : إعداد / عادل عبد الله ١٩٩٧م.

الأسلوب الإحصائى :

تم استخدام اختبار (ت) لمعرفة دلالة الفروق بين مجموعات الدراسة .

نتائج الدراسة :

١- تحققت جميع فروض الدراسة الستة عشر، حيث وجدت فروق بين المعلمين مرتقى الضغط المنطويين والمعلمين مرتقى الضغط المنبسطين وذلك لصالح مرتقى الضغط المنطويين وأيضا وجدت فروق بين المعلمين مرتقى الضغط المنطويين والمعلمين مرتقى الضغط المنبسطين وذلك لصالح مرتقى الضغط المنطويين.

كما لم توجد فروق بين المعلمين منخفضى الضغط المنطويين والمعلمين منخفضى الضغط المنبسطين، وأيضا لم توجد فروق بين المعلمين مرتقى الضغط المنبسطين والمعلمين منخفضى الضغط المنبسطين.

٢- وجدت فروق بين المعلمين مرتقى الضغط غير المتزنين انفعاليا والمعلمين مرتقى الضغط المتزنين انفعاليا وذلك لصالح مرتقى الضغط غير المتزنين انفعاليا، كما وجدت فروق أيضا بين المعلمين مرتقى الضغط غير المتزنين انفعاليا والمعلمين منخفضى الضغط غير المتزنين انفعاليا وذلك لصالح مرتقى الضغط غير المتزنين انفعاليا .

كما لم توجد فروق بين المعلمين منخفضى الضغط غير المتزنين انفعاليا والمعلمين منخفضى الضغط المتزنين انفعاليا وأيضا لم توجد فروق بين المعلمين مرتقى الضغط المتزنين انفعاليا والمعلمين منخفضى الضغط المتزنين انفعاليا .

٣- وجدت فروق بين المعلمين مرتقى الضغط غير الواثقين بأنفسهم والمعلمين مرتقى الضغط الواثقين بأنفسهم وذلك لصالح مرتقى الضغط غير الواثقين بأنفسهم، كما وجدت فروق بين المعلمين مرتقى الضغط غير الواثقين بأنفسهم والمعلمين منخفضى الضغط غير الواثقين بأنفسهم وذلك لصالح مرتقى الضغط غير الواثقين بأنفسهم.

كما لم توجد فروق بين المعلمين
منخفضى الضغط ذوى الضبط
الخارجى والمعلمين منخفضى
الضغط ذوى الضبط الداخلى،
وأىضا لم توجد فروق بين المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط
الداخلى والمعلمين منخفضى الضغط
ذوى الضبط الداخلى.

الخارجى والمعلمين مرتفعى
الضغط ذوى الضبط الداخلى
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
ذوى الضبط الخارجى، كما
وجدت فروق بين المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط
الخارجى والمعلمين منخفضى
الضغط ذوى الضبط الخارجى
وذلك لصالح مرتفعى الضغط
ذوى الضبط الخارجى.

وأىضا لم توجد فروق بين
المعلمين منخفضى الضغط غير
الواثقين بأنفسهم والمعلمين
منخفضى الضغط الواثقين
بأنفسهم، كما لم توجد فروق بين
المعلمين مرتفعى الضغط الواثقين
بأنفسهم والمعلمين منخفضى
الضغط الواثقين بأنفسهم.
٤- وجدت فروق بين المعلمين
مرتفعى الضغط ذوى الضبط

