

ضغط العمل واثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.
د. الجومي محمد¹، ا.دبوزازوة مصطفى²

¹ جامعة أبو القاسم سعد الله - الجزائر 2 (الجزائر)، mohammed.eljoui@univ-alger2.dz

² جامعة الجزائر 02 (الجزائر)، Mostefa.bouzazoua@univ-alger2.dz

تاريخ الاستلام: 2025/12/25 تاريخ القبول: 2026/05/09 تاريخ النشر: 2026/06/01

الملخص :

تهدف الدراسة إلى التعرف على ضغط العمل واثره على استقرار الحياة الاسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار واثر هذا الضغط على استقرار الحياة الاسرية لديهم والتي غالبا ما يكون له انعكاسا سلبيا على تغيير مزاج العلاقات داخل الأسرة خصوصا مع الشريك الزوجي والأبناء ، حيث طبقت الدراسة على عينة عشوائية من الأستاذات الجامعيات بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار ، إضافة إلى معرفة اثر شغل المرأة العاملة بهذا القطاع على رفاهية زوجها وعائلتها ، وكذا معرفة نوع الضغط الذي تحمله من عملها إلى منزلها وأسرته ومدى تأثيره على تربية الأبناء واستقرار الأسرة من خلال أداتين قام الباحث ببناء أداة للكشف عن الضغوط المنزلية والتفاعلات الزوجية وتربية الأبناء ومقياس المزاج اليومي للضغط ، مع تحديد الأبعاد ذات العلاقة بالموضوع ، كما اخترنا المنهج الوصفي للدراسة ومتغيرات : الخبرة المهنية ، السن ، وعدد الأطفال ، مدة الزواج ، ولتحقيق هذا الهدف أجريت الدراسة على عينة كان عددهن ستون استاذة (60) تم اختيارهن بالطريقة العشوائية، وطبق عليهن استبيان الضغط في مجال العمل واستبيان المزاج اليومي للحياة الاسرية.

وقد أظهرت النتائج أن الأستاذات الجامعيات بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار لديهن ضغط عمل حيث كان له تأثير منخفض على حياتهن الاسرية كما بينت النتائج وجود اثر ضعيف غير دال إحصائيا بين ضغط العمل واستقرار الحياة الاسرية لديهن.

كلمات مفتاحية: ضغط العمل، استقرار الحياة الاسرية، الأستاذة الجامعية ، جامعة احمد درايعية بادرار.

Abstract:

This study aims to identify work-related stress and its impact on the stability of family life among female professors at Ahmed Draïa University in Adrar Province. The study examines the effect of this stress on the stability of their family lives, which often has a negative impact on the mood and relationships within the family, particularly with their spouses and children. The study was conducted on a random sample of female professors at Ahmed Draïa University in Adrar Province. It also seeks to understand the impact of working women in this sector on the well-being of their husbands and families, as well as the type of stress they carry from work to their homes and families, and its effect on child-rearing and family stability. Two instruments were developed by the researcher to measure

domestic stress, marital interactions, and child-rearing, along with a daily mood scale for stress. The study also identified relevant dimensions and employed a descriptive methodology. The variables considered were: professional experience, age, number of children, and length of marriage. To achieve this objective, the study was conducted on a randomly selected sample of sixty (60) female professors at Ahmed Draïa University in Adrar Province. Astress questionnaire was administered to them. The study examined the work environment and daily mood in relation to family life. The results showed that female professors at Ahmed Draïa University in Adrar experienced work-related stress, which had a low impact on their family life. The results also indicated a weak, but not statistically significant, relationship between work-related stress and the stability of their family life.

*المؤلف المرسل: د. الجومي محمد .

1. مقدمة

عندما نتحدث عن ضغط العمل، فإننا نعني بذلك قضية لازمت الإنسان منذ وجوده على الأرض، فقد وجد ليعمل، وكان هذا العمل ولا يزال مصدر الشقاء وذلك مصداقاً لقوله تعالى « لقد خلقنا الإنسان في كبد » (سورة البلد الآية 04) ولقد ترتب على هذا العمل وما صاحبه من شقاء مواجهة الإنسان للعديد من المخاطر والتحديات في حياته تلك التي جلبت له الضغط ، هذه المخاطر استطاع الإنسان أن يتكيف مع بعضها بل ويسخر بعضها لصالحه، في حين كانت بعض هذه المخاطر والتحديات قاسية وشديدة ترتب عليها تعاسته وفناؤه.

ومع ألفة الإنسان للضغط وتفاعله معها وشيوع استخدام مصطلح الضغط لدى معظم الأوساط ، فإن من أهم المشكلات التي واجهها بعض المهتمين بموضوع الضغط بصفة عامة وضغط العمل بصفة خاصة، هي محاولة التوصل إلى تعريف متفق عليه ذلك أن مصطلح الضغط وبالرغم أنه أصبح الآن من المصطلحات المألوفة في مجال علم النفس والسلوك الإداري، لا يزال يُعرف بطرق متباينة كثيراً ما يختلف بعضها عن بعض، إذ إن الكثير من الناس يستخدمون مصطلح "الضغط" في حياتهم العامة لكنهم يقصرون أو يعجزون عن تحديد ماذا يقصدون بهذا المصطلح بشكل قاطع والكيفية التي يمكن أن يصفوا بها واقع الضغط، والأسباب التي تؤدي إليها ونتائجها. هذه الحيرة في تحديد مفهوم الضغط وأسبابه ونتائجه جعلت من الصعب الحصول على صورة شاملة وواضحة لضغط العمل بصفة خاصة لذا فإننا حين نناقش مفهوم الضغط تجدر بنا أن نستعرض بعض الأدبيات المتعلقة بدراسة الضغط لكي نتعرف على وجهات النظر الخاصة به في العصر الحديث وتعريفاته . (عبد الرحمان بن احمد بن محمد هيجان 1998ص13).

أكد الكيبسي (1998) على أن السلوك الإنساني أصبح المحور الأساسي لنجاح أي منظمة أو فشلها لأن الإنسان هو العنصر الحي الوحيد الذي يسهم في تحريك كل الطاقات والمتغيرات أو المدخلات في العملية التنظيمية بوجه عام ، وان مدى توظيف واستثمار تلك الموارد والطاقات هو رهن لكفاءة الفرد وسلوكه

(الكيبسي عامر حضير 1998ص 86)

ضغط العمل وأثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

فيعتبر البشر المتغير المحوري في كل المنظمات والذي بدوره تفقد الأصول المادية قيمتها تماما فالبشر هم الذين يخلقون الحركة في المنظمات وهم الذين يبعثون فيها مظاهر النشاط والعمل ، وهم يقومون بهذا الدور لأن المنظمات هي أدواتهم للإنتاج والتبادل وإشباع الحاجات ويمكن القول ، بان التطور السريع في المعرفة عن السلوك الإنساني في المنظمات بدأ من حيث انتهت تجارب هوثورن الشهيرة التي تمت في شركة وسترن الكتيك الأمريكية وقد قام بتلك التجارب التون مايو وأعوانه والتي تمخضت عنها حركة العلاقات الإنسانية التي ظهرت كرد فعل على النظريات الكلاسيكية التي سبقتها وهي البيروقراطية، الإدارة العلمية ، والتقسيم الإداري (عاشور احمد صقر 1989 ص 7). ولأن مهمة العمل في هياكل ومرافق الدولة تعتبر من بين المهن الاجتماعية التي تزود وتدفع بالمجتمع لتحقيق الرقي والرفاهية والاستقرار الحقيقي الذي يتطلبه ونظراً للمسؤوليات الملقاة على عاتق هذه الفئة العمالية تجاه هذه المجتمع ، فإنها من أكثر المهن التي تسبب ضغط مهنية ونفسية والتي يمكن إرجاعها إلى واحد أو أكثر من العوامل الثلاثة : الفرد - المؤسسة - البيئة المحيطة.

- وفي ظل التغيرات الدائمة والمستمرة لدى الأستاذات الجامعيات بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار خاصة وإن العاملات يعشن ضغوطات مهنية كثيرة ومتعددة يرجع بعضها إلى شخصيتهن التي تحدد قدرتهن على التكيف مع المتغيرات السريعة والكبيرة في مجال عملهن وما ينظم أو يقيد عملهن من قرارات ولوائح وقوانين ويرجع البعض الآخر إلى البيئة الاجتماعية الخارجية ومدى تقديرها لدورهن ولأهميتهن ، مما يجعل عملهن مضطرب أحياناً وهذا ما ينعكس على مردودهن بصفة عامة.

فما هو الأثر الذي يخلفه ضغط العمل على مستوى استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار؟

2. فروض الدراسة:

1. توجد فروق دالة إحصائية في مستوى أثر ضغط العمل على الحياة الأسرية للأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار وفقاً لمتغير الخبرة المهنية .
2. توجد فروق دالة إحصائية في مستوى أثر ضغط العمل على الحياة الأسرية للأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار وفقاً لمتغير السن.
3. توجد فروق دالة إحصائية في مستوى أثر ضغط العمل على الحياة الأسرية للأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار وفقاً لمتغير عدد الأطفال .
4. توجد فروق دالة إحصائية في مستوى أثر تقلبات ضغط العمل على الحياة الأسرية للأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار وفقاً لمتغير مدة الزواج.

3 - أهداف الدراسة :

يسعى هذا البحث الى تحقيق ما يلي/

1. معرفة اثر تقلبات ضغط العمل على استقرار الحياة الاسرية لدى للأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

2 . تهدف الدراسة الى تحديد طبيعة تقلبات ضغط العمل للأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية والتي يكون لها انعكاسا كبيرا على الجو الاسري والشريك الزوجي والسعادة والاستقرار الاسري ويمكن تلخيص الأهداف في ما يلي :

3 . الكشف عن ضغط العمل الذي يثقل كاهل الاستاذات الجامعيات والذي يرافقهن حتى خارج اوقات عملهن والذي يتعدها للأسرة والزوج والأبناء .

4 . التعرف على ما إذا كان عامل الخبرة والأقدمية والسن وعدد الأبناء ومدة الزواج يجعلون من الأستاذات الجامعيات بجامعة احمد درايعية بأدرار ان تتحكم في المشاكل والضغوط التي تواجههن في عملهن ومنع انتقال ضرر هذه الضغط للأبناء او اي فرد تربطهم به علاقة.

4 - أهمية الدراسة :

تتلور اهمية الدراسة من خلال ما يلي:

1. قد تفيد الدراسة في تزويد المسؤولين وأرباب الأسر أن للأستاذة الجامعية أعباء وضغط يصعب عليها مواجهتها في العمل وانتقال هذه الضغط للأسرة ربما سيشكل خطرا وتفككا لها وهدم الرابطة الزوجية وعدم التحكم الجيد في تربية الأبناء تربية سليمة .

2. قد تفيد نتائج هذه الدراسة في إحاطة للأستاذة الجامعية على مستوى الشبائيك بالأسباب التي كانت وراء إحساسهم بالضغط التي تواجههم في هذه المهنة لما لها من عقبات وصدمات وأعباء حتى يتمكن من التعايش معها ويتكيفن مع وظيفتهن الخاصة ومع حياتهن.

3 . قد تفيد نتائج هذه الدراسة في تزويد المسؤولين على مستوى قطاع التعليم العالي بأسباب الضغط المهني الذي تعاني منه للأستاذة الجامعية بالقطاع واثار هذه الضغط على نسق واجباتها الاسرية وعملها ومختلف الحلول التي تنتهجها لخلق جو عمل خال من الضغط والمشاكل، وبهذا سيتمكن المسؤول من تحسين بيئة العمل بهذه المؤسسة والتخفيف من القيود المهنية والضغط التي تعرقل السير الحسن للعمل

4 . إن هذه الدراسة تقع ضمن الدراسات التي تهتم بضغط العمل باعتبارها مشكلة عامة ومتزايدة تزايد كبير في هذا العصر المحمل بالأعباء والضغوط بسبب تعقد ظروف العمل في أغلب القطاعات العامة أو الخاصة، وبالتالي ستساهم نتائجها ولو جزئيا في علاج هذه المشكلة .

5 . ان هذه الدراسة تندرج ضمن الدراسات التي تهتم بضغط العمل باعتباره مشكلة عامة ومتزايدة في هذا العصر المحمل بالأعباء بسبب تعقد ظروف العمل وبالتالي تفيد نتائجها في علاج هذه المشكل.

5 - تحديد مفاهيم الدراسة:

الضغط لغة: هو مرادف للضيق والرحمة، الشدة، القهر، الكرب وتستخدم القواميس الأجنبية. الاضطراب أو التوتر الجسدي أو النفسي يمكن أن ينتج عن أي سبب كان سواء كانت أسباب فيزيولوجية بهيئة فيزيقية .

ب . اصطلاحا :فحسب سيللي 1956 هو مجموعة استجابات غير محددة من الجسم لاعتداء معين مهما كان نوعه يسمى معتدى سيكولوجي والتي تسمح إلى حد معين يتحمل العواقب و النتائج الفيزيولوجية الناتجة عنه.

ضغط العمل وأثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

كما يعرفه لافاسور "lavasseur" استجابة جسم الإنسان لمتطلبات خارجية توجد في الوسط الذي يعيش فيه ، غير أن عوامل الضغط في الحقيقة لا يمكن حصرها في العوامل الخارجية فقط إذ أن للعوامل الداخلية القدرة على إحداث الضغط.

ج . **الضغط** : يطلق عليه مصطلح المرض الخفي وهو عبارة عن ردود أفعال فيزيولوجية وانفعالية ونفسية لحوادث أو أشياء معينة مهددة للفرد في بيئة العمل الانفعال الحاد وسرعة الغضب والميل للانسحاب من العمل ويصبح الفرد سهل الإثارة وارتفاع حدة التوتر والقلق والكآبة وعدم القدرة على التركيز حتى في أبسط المهام العادية وبالتالي يصبح الشخص عدوانيا وأكثر انفعالا ، وعدم القدرة على إصدار قرارات و الإحساس بالذنب و الإجهاد و اللامبالاة وفقدان الثقة في قدراته الشخصية.(ييورك برس-2001 ص 06).

-ويعرف «سيدعبد العالي»:2002 أنضغطة العمل بأنهم مجموعة التغيرات الفيزيولوجية والجسمية والنفسية التي يعانيها العامل أو الموظف كرد فعل لمجموعة من المؤثرات المؤثر عليه في بيئة العمل والتي لم يعد العامل قادر على تحملها أو الوفاء لمتطلباتها ، لذلك يعرف استجابة ضغط العمل بأنه كافة أنماط السلوك الانفعالي التي تدل على حالة الإجهاد الجسدي والنفسي كتغيير عن حالة عدم التوافق مع متطلبات مواقف انجاز العمل والمهام بالمستوى الذي تعود الفرد عليه لكثرة الأعباء والمهام وتعددتها وتراكمها وفقاً لنمط الشخصية .

ويرى «هارون توفيق الرشدي» الضغط المهني ينتج عن مصادر متعددة موجودة في بيئة العمل وأشار «سيدعبد العال» 2002 أن الضغط عبارة عن استجابة تدل على حالة الإجهاد الجسدي والنفسي لكثرة الأعباء والمهام ودرس الضغط عن طرق الآثار المترتبة عليه .

وإن مهنة التدريس تعتبر من أهم الوظائف الأساسية في المجتمع والتي بدورها تزود المجتمع بالأفراد المؤهلين علمياً واجتماعياً وأخلاقياً ، ويعتبر العمل في مهنة التدريس مصدراً للضغوط والتوترات عرفه عسكر (1988) بأنه حالة تعكس التوافق الضعيف بين الفرد و المواقف التي يتعرض لها في محيط عمله، و التي تجعله يدرك أن مواجهته لمتطلبات المحيط المهني تحمل عبئا كبيرا عليه (عمر مصطفى محمد النعاس 2008 ص133).

د . **ضغط العمل**: هي مجموعة من التفاعلات الفرد و بيئته و التي تتسبب في حالة عاطفية أو وجدانية غير سارة كالتوتر والقلق (عبد الفتاح صالح خليفان 2010 ص 603)

د . **العمل**: هو كل نشاط اجتماعي يؤدي وظيفتين أساسيتين الإنتاج و تقديم الخدمات التي يحتاجها المجتمع وربط الفرد بنمط العلاقات الداخلية التي يبني عليها المجتمع ، فالعمل هو بذل جهد أو نشاط مقابل أجر مادي .

هـ . **الحياة الأسرية**: هي النمط الذي يعيشه مجموعة من الأفراد (غالباً الزوج والزوجة والأبناء) تربطهم علاقات قرابة، أو دم، أو تبني، ويتفاعلون معاً ضمن وحدة اجتماعية واقتصادية واحدة.

و. **الأستاذة الجامعية** : هي التي لديها وتمتلك مؤهلات تربوية و علمية لغرض التدريس في الجامعة و حاصلة على شهادات منها الدراسات العليا ، الدراسات المعمقة ، الماجستير او الدكتوراه والتي تقوم بمهام عديدة منها التدريس ، والإشراف، والتأطير والبحث.

ي **الجامعة**:

هي مؤسسة التعليم العالي تحتوي على أساتذة وطلبة و إداريين يربطهم هدف هو التعليم والبحث لخدمة المجتمع و نميته وتحقيق التقدم والازدهار في كل المجالات.

6 . البحوث والدراسات السابقة :

الدراسات العربية:

١ . دراسة علي عسكر:

هدفت هذه الدراسة إلى مقارنة درجة الضغط التي يتعرض لها العاملون في كل من مهنة التدريس ، الصحة و الخدمة النفسية والاجتماعية وقام الباحثان بتصميم استبيان مكون من ثلاثة أجزاء هي بيانات عامة وبنود تتمثل في مجالات العمل المختلفة و عبارة تتضمن الظاهر الفيزيولوجية و النفسية الناجمة عن الضغط و تم حساب صدق الاستبيان أما الثبات فحسب بإعادة التطبيق بعد أسبوعين و الذي وصل إلى 0.86 لمجالات العمل و 0.82 للأعراض الفيزيولوجية و شملت عينة الدراسة 353 من العاملين بالمهن السابقة بعضها اختير بالطريقة العشوائية فتوصل البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المهن رغم اختلاف المتوسطات بينهم ، كذلك لوحظ فروق ذات دلالة إحصائية تبين بعض المهن المبحوثة في مجالات العمل المختلفة ولم تظهر أي فروق دالة حول المتغيرات الديموغرافية عدا متغير الجنس حيث تبين أن الإناث أكثر تعرضاً للضغط من الذكور في بعض المهن كما إن المتزوجين أكثر عرضة من غير المتزوجين ولوحظ أن 43% يعانون من الصداع و 52% يشعرون بالإرهاق و 20.2% يشعرون بعدم الأمان الوظيفي (د/الطاف ياسين د/اسماعيل طه العدد 12 ص 55).

ب . دراسة المحمداوي 1990:

هدفت الدراسة إلى قياس الضغط المهنية لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة العراقية و إلى الكشف عن الفروق في الضغط المهنية تبعاً لمتغير الجنس و سنوات الخبرة و المؤهل العلمي و اللقب العلمي و تكونت عينة الدراسة من 323 عضو هيئة تدريس ، وقد استخدم الباحث استبانة لقياس الضغط المهنية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

معاناة أعضاء هيئة التدريس من ضغط مهنية كبيرة

تعرض الإناث للضغط بشكل يفوق تعرض الذكور بها .

أعضاء هيئة التدريس في الكليات الإنسانية أكثر تعرضاً للضغط المهني من أعضاء هيئة التدريس بالكليات العلمية (محمود المحمداوي 1990 ص 12).

ج . دراسة ابولباد 1995:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مصادر ضغط العمل لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك بالأردن ، والتعرف على ما إذا كان هناك علاقة بين الضغط و متغير الجنس ، والحالة الاجتماعية ، والخبرة ، و الرتبة الأكاديمية لأعضاء هيئة التدريس ، وتكونت عينة التدريس من 230 عضو هيئة تدريس من مختلف الكليات اختيروا عشوائياً ، وقد استخدم في هذه الدراسة مقياس لقياس الضغط المهنية واستمارة خاصة بالمعلومات الشخصية وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

وجود مصادر ضغط ذات مستوى مرتفع لدى أعضاء هيئة التدريس في مجال طبيعة المهنة ، و طبيعة العمل الإداري والعلاقات مع أعضاء هيئة التدريس وكذلك العلاقة مع الطلاب والبيئة التدريسية .

د دراسة الفاعوري 1991:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الضغط المهني الذي يواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن بهدف وضع برامج وقائية للسيطرة على تلك الضغط لتحقيق منها، وتكونت عينة الدراسة من 300 معلمة من مدارس التربية في

ضغط العمل وأثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأساتذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

القطاع الحكومي و الخاص للعام 1990 واستخدمت الباحثة استبيان مقياس الضغط المهنية من إعدادها المشرف وتكونت من 40 فقرة موزعة على ستة أبعاد رئيسية تمثل مصادر الضغط المهني لدى معلمات التربية الخاصة. وتشمل الأبعاد التالية: خصائص المتعلم، المناهج والأدوات والوسائل التعليمية، خصائص المعلمة، ظروف العمل مع المعوقين، العلاقات مع الإدارة، العلاقة بالزملاء وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :

تمثلت مصادر الضغط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة على التوالي ، في العلاقات مع الإدارة ، خصائص المتعلم، وظروف العمل مع المعوقين ، والمناهج والأدوات، والوسائل التعليمية والعلاقة مع الزملاء .

أظهرت أبعاد المناهج والأدوات والوسائل التعليمية مستوى اقل من الضغط المهني مقارنة لباقي المصادر الأخرى.(د/عمر مصطفى محمد النعاس 2008 ط1- ص102-103-104)

دراسة وافييه صحراوي 2011هـ .

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الضغط المهني والولاء التنظيمي لدى أساتذة التعليم العالي لجامعة الجزائر ومحاولة الوقوف على العلاقة بين الضغط المهني والولاء التنظيمي ،ولتحقيق هذا الهدف أجريت الدراسة على عينة من أساتذة جامعة الجزائر كان عددهم 100 أستاذ اختيروا بالطريقة العشوائية ،وطبق عليهم مقياس الضغط المهني والولاء التنظيمي.

وأظهرت نتائج الدراسة إن أساتذة التعليم العالي بجامعة الجزائر يعانون من ضغط العمل كما أظهرت نتائج الدراسة إن أساتذة التعليم العالي لديهم ولا تنظيمي منخفض ،كما بينت النتائج وجود علاقة عكسية ضعيفة غير دالة إحصائيا بين الضغط المهني والولاء التنظيمي لدى أساتذة التعليم العالي بجامعة الجزائر(دراسات في العلوم الاجتماعية والانسانية- العدد17-2011 ص 127) .

و. دراسة زيدان احمد السرطاوي 1997 :

نشير هذه الدراسة إلا أن آثار الضغط السالبة والمؤذية لا تنعكس على المدرس فقط بل على الطالب كذلك ،وقد نجد الكثير من المعلمين غير راضين عن عملهم مما يفقدهم الاهتمام بعملهم وبطلهم وينتابهم شعور بالتشاؤم واللامبالاة وقلة الدافعية وفقدان القدرة على الابتكار في مجال التدريس والتغيب غير المبرر بالإضافة إلى عدم القدرة على التركيز والغضب وسرعة الاستنارة وارتفاع ضغط الدم والكآبة والنظرة السوداوية للحياة والصراع وزيادة لنسبة الكوليسترول، وقد يتعدى إلى أمراض القلب والقرحة .

دراسة غسان الحلو 2000ل .

فقد أظهرت هذه الدراسة إن أكثر مصادر الضغط لدى المعلمين هي حجم العمل وصراع الدور، والعلاقات مع الزملاء في العمل ، وانخفاض مستوى الدخل ، والمناخ المدرسي ومثل هذه النتائج ظهرت إلى حد كبير في دراسة محمد المشقيرات 2000 حيث إن مستوى الدخل والنمو المهني والعبء الدراسي وارتفاع عدد الطلبة في الفصول الدراسية من أكثر المصادر إثارة للضغط بهيئة التدريس .

الدراسات الأجنبية:

1993Fontana &Abouserie . دراسة فونتانا وأبوسيرع

أثبتت هذه الدراسة انه من بين كل أربعة مدرسين يوجد مدرس واحد يدرك ضغط مهنة التدريس في أعلى مستوياتها وأخطرها مما يجعلهم ينفرون منها فيؤدون أداء سلبيا وسيئا ينعكس على تحصيل طلابهم فيكون منخفضا وضعيفا.

Dinham Steve 1992دراسة دينهام ستيف

هدفت دراسة "دينهام ستيف" 1992 إلى التعرف على أسباب استقالة المعلمين من مهنة التدريس ، وهل الاستقالة هي استجابة واضحة للتعرض لضغط قوية جدا و تكونت عينة الدراسة من 57 معلم حديثي الاستقالة من التعليم الابتدائي بمقاطعة نيو ويلز بأستراليا وكانت المقابلة هي الأداة المستخدمة في الدراسة في الدراسة لسؤال هؤلاء المعلمين عن رؤيتهم للأسباب التي أدت بهم إلى ترك المهنة.

وقد بينت النتائج إن من أهم أسباب الاستقالة كان وصول المعلم إلى نقطة حرجية في اتجاهاته نحو مهنة التدريس تلك التي يعجز المدرس فيها عن مسيطرة التغيرات في العملية التعليمية ومقاومتها ، و أيضا معاناته من الاتجاهات السلبية للمجتمع نحو مهنة التدريس ونقص العائد المادي وسوء أخلاق الطلاب و سوء العلاقة مع الزملاء.

Schwarzer, Greenglass, Burk 1996ج . دراسة بيرك و جرينجلاس و شوارزر

"بعنوان تأثير ضغط العمل و الدعم الاجتماعي و اثر عدم الثقة بالنفس على الاحتراف الوظيفي ونتائجه" بين المعلمين و مديري المدارس وقد أسفرت الدراسة على إن مصادر ضغط العمل لدى أفراد الدراسة تتركز في كمية العمل وغموض الدور ، وصراع الدور، والدعم الإشرافي و أوضحت الدراسة إن من بين الآثار الناتجة عن ضغط العمل كأمراض القلب و الشعور بالاكتئاب و أظهرت الدراسة أيضا إن هناك علاقة قوية بين التوقعات ومستوى الاحتراف الوظيفي (أمل بنت سلامة 2006 ص12).

الجانب التطبيقي

1. منهج الدراسة الميدانية وإجراءاتها:

ا . المنهج المستخدم:

يعتبر المنهج المتبع في البحث أساس كل دراسة علمية، وبالنسبة للمنهج المتبع المستخدم في هذه الدراسة، فيمكن وصفه على أنه مزيج بين المنهج الوصفي والمنهج الاستدلالي، إذ يظهر المنهج الوصفي التحليلي من خلال استخدام طرق إحصائية متعددة في معالجة الاستبيان واستخلاص النتائج انطلاقا من البيانات المجمعة منه، ويظهر المنهج الاستدلالي عند استنباط استنتاجات مختلفة انطلاقا من تفسيرات ما تم التوصل إليه، ومن ثم تعميم هذه النتائج.

3-مجتمع وعينة الدراسة:

يشير مصطلحمجتمع الدراسة إلى مجمل المشاهدات أو المفردات التي تكون محل الدراسة، أما عينة الدراسة فهي تمثل فقط ذلك الجزء من مجتمع الدراسة يتم اختياره وفق أسلوب المعاينة المناسب، بحيث يتم الاحتفاظ بنفس خصائص المجتمع الأصلي للبحث الميداني، وذلك لإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج، وتعميمها على جميع أفراد ومشاهدات المجتمع.

1-3 . التعريف بمجتمع وعينة الدراسة

بالنسبة لهذه الدراسة فهي تتمحور حول ضغط العمل واثره على استقرار الحياة الاسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار، مع دراسة ميدانية تمت من خلال التوزيع الالكتروني للاستبيان والذي تم إعداده لأجل القيام بالعمل الميداني الخاص بهذا الموضوع على عينة من استاذات جامعة احمد درايعية بولاية ادرارببلغ عددهن60 استاذة ، وذلك بعد التأكد من صدق وثبات أداة الدراسة

ضغط العمل وأثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

(الاستبيان)، وفي ما يلي وصف لمجتمع وعينة الدراسة.

2-3. جدول رقم 01: يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير الخبرة المهنية:

يمكن توضيح التوزيع الإحصائي للعينة حسب متغير الخبرة المهنية كما يلي:

الرقم	المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية%
01	الخبرة المهنية	أقل من 10 سنوات	20	33,3%
02		10 سنوات فما فوق	40	66,7%
	المجموع		60	100%

المصدر: تم إعداده بناء على مخرجات برنامج SPSS

يوضح الجدول رقم (1) من خلال الجدول يتضح أن الاستاذات المنتمين لعينة الدراسة حسب متغير الخبرة 10 سنوات فما فوق شكلن الاغلبية، حيث كانت نسبة تمثيلهن 66.67% أما الاستاذات الأقل من 10 سنوات فكانت نسبة تمثيلهن في العينة 33.33%.

3-3-جدول رقم 02 : يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير السن:

يمكن توضيح التوزيع الإحصائي لأفراد العينة حسبمتغير السنوفق الجدول الموالي:

الرقم	المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية%
01	الفئات العمرية	أقل من 40 سنة	30	50%
02		من 40 سنة فما فوق	30	50%
	المجموع		60	100%

المصدر: تم إعداده بناء على مخرجات برنامج SPSS

من خلال الجدول وضحت النتائج أن توزيع أفراد عينة الدراسة نسبة أفراد العينة متساو حسب متغير السن لكل من فئة أقل من 40 سنة ومن فئة 40 سنة فما فوق وقد بلغتا الفئتين نسبة 50% لكلهما.

4-3- جدول رقم 03 : يوضح توزيع العينة حسب متغير عدد الأطفال:

في الجدول الاتي توضيح للتوزيع الإحصائي للعينة حسب متغير عدد الأطفال وفق الجدول الموالي:

الرقم	المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية%
01	عدد الأطفال	من دون أطفال	12	20.0
02		من 1 الى ثلاث أطفال	30	0,50
03		أكثر من 3 أطفال	18	0,30
	المجموع		60	100%

المصدر: تم إعداده بناء على مخرجات برنامج SPSS

تبين النتائج في الجدول أعلاه أن توزيع عينة الدراسة حسب متغير عدد الأطفال نتج عنه أن مجموع الأستاذات من دون أطفال شكلن ما نسبته 20,00% من مجمل أفراد العينة، ثم بعها الأستاذات أكثر من 3 أطفال شكلن ما نسبته 30.00% بينما الأستاذات اللواتي لديهن "من طفل واحد إلى ثلاث أطفال كن الأغلبية بنسبة 50.00%.

5-3- جدول رقم 04: يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير فترة الزواج:

يمكن توضيح التوزيع الإحصائي لأفراد العينة حسب متغير فترة الزواج وفق الجدول الموالي:

الرقم	المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية
01	مدة	أقل من 10 سنوات	24	40%
02	الزواج	من 10 سنوات فأكثر	36	60%
المجموع			60	100%

المصدر: تم إعداده بناء على مخرجات برنامج SPSS

تضمن الجدول توزيع أفراد عينة الدراسة حسب فترة الزواج حيث وضحت النتائج أن الأستاذات اللواتي لديهن فترة زواج من 10 سنوات فما فوق شكلت ما نسبته 60.00% من أفراد العينة بينما اللواتي لديهن فترة زواج أقل من 10 سنوات فقد بلغت نسبتهن 40.00%.

جدول رقم 05: يوضح قيمة معامل الثبات العام Alpha Cronbach

المحاور	عدد العبارات	ثبات المحاور
المحور الأول : الضغط في مجال العمل	48	0.885
المحور الثاني: المزاج اليومي للحياة الأسرية	24	0.693
مستوى الثبات العام	72	0.873

المصدر: تم إعداد الجدول بناء على مخرجات SPSS.

يتضح من خلال الجدول أن معامل الثبات العام لمحاور الدراسة مرتفعاً حيث بلغت نسبته 87.3% لكل فقرات الاستبيان، فيما تراوح معامل ثبات المحاور ما بين 69.30% كحد أدنى و 88.50% كحد أقصى وهذا يحمل دلالة على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات ويمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة حسب مقياس دانلي الذي اعتمد 60% كحد أدنى.

الجدول رقم 06: يوضح نتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لمستوى ضغط العمل وفقاً لمتغير الخبرة المهنية:

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية (DF)	م.مجموعة المربعات	قيمة (F) المحسوبة	مستوى الدلالة (SIG)
الانحدار	بين المجموعات	0,138889	1,000000	0,138889	0,288600	0,592475
الخطأ	داخل المجموعات	42,350000	88,000000	0,481250		
المجموع	_____	42,488889	89,000000	/		

المصدر: تم إعداد الجدول بناء على مخرجات SPSS

من خلال الجدول نلاحظ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاتجاهات أفراد العينة حول مستوى تقلبات ضغط العمل بالنسبة لاستاذات جامعة احمد درايعية بادري تعزى لمتغير الخبرة المهنية، نظراً أن قيمة F المحسوبة أقل

ضغط العمل وأثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

من قيمة F الجدولية وهو ما نلاحظه من خلال مستوى دلالة اختبار التباين حيث انها تجاوزت 0,05. وهذه النتائج تستدعي قبول الفرضية العدمية (الصفريّة).

جدول رقم 07 : يوضح نتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لمستوى الضغط وفقا لمتغير السن:

من خلال مضمون الجدول أعلاه لاحظنا عدم وجود فروق دالة احصائية في اتجاهات أفراد العينة حول مستوى ضغط وأعباء العمل للأستاذة الجامعية بجامعة ادرار تعزى لمتغير السن، ونظرا أن قيمة F المحسوبة هي أقل من قيمة F الجدولية هو ما نلاحظه من خلال مستوى دلالة اختبار التباين حيث تجاوزت 0,05. وهذه النتائج تقتضي إلى قبول الفرضية العدمية (الصفريّة).

الجدول رقم 08: يوضح نتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لمستوى المصدر: تم إعداد الجدول بناء على مخرجات SPSS

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ عدم وجود فروق ذات دالة احصائية لاتجاهات أفراد العينة حول مستوى ضغط وأعباء العمل للأستاذة الجامعية بجامعة ادرار تعزى لمتغير عدد الأطفال، نظرا أن قيمة F المحسوبة أقل من قيمة F الجدولية وهو ما لاحظناه من خلال مستوى دلالة اختبار التباين حيث تجاوزت 0,05. وهذه النتائج تقتضي إلى قبول الفرضية العدمية (الصفريّة).

الجدول رقم 09 : يوضح نتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لمستوى الضغط وفقا لمتغير فترة الزواج:

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية (DF)	م.مجموعة المربعات	قيمة (F) المحسوبة	مستوى الدلالة (SIG)
الانحدار	0,312963	1	0,312963		
الخطأ	42,175926	88	0,479272	0,652997	0,421222
المجموع	42,488889	89	/		

المصدر: تم إعداد الجدول بناء على مخرجات SPSS

من خلال الجدول نلاحظ عدم وجود فروق ذات دالة إحصائية لاتجاهات أفراد العينة حول مستوى تقلبات ضغط العمل لأستاذات جامعة ادرار تعزى لمتغير فترة الزواج، نظرا أن قيمة F المحسوبة أقل من قيمة F الجدولية وهو ما نلاحظه من خلال مستوى دلالة اختبار التباين حيث أن قيمته تجاوزت 0,05. وهذه النتائج تقتضي إلى قبول الفرضية العدمية (الصفريّة).

الخاتمة :

أظهرت النتائج أن الأستاذات الجامعيات بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار يعانين من ضغط العمل، كما بينت النتائج وجود اثر ضعيف غير دال إحصائيا بين ضغط العمل واستقرار الحياة الأسرية لديهن. ولقد جاءت هذه الدراسة الميدانية بهدف تحليل أثر ضغط العمل وأثرها على استقرار الحياة الأسرية للأستاذات الجامعيات بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار حيث غالبا ما يؤدي الضغط لديهن إلى التفكك الأسري والعائلي وارتفاع معدلات الطلاق والذي يرجع بالدرجة الأولى إلى الزيادة الكبيرة في معدلات الضغط في محيط العمل، وخصوصا في حالة عمل كل من الزوجة والزوج طوال الوقت، فمن الصعب أن تبقى لديهن طاقة كافية للالتزامات الأسرة خصوصا إذا كان الزوجين أو أحدهما يواجه ضغطا في العمل.

أما تأثير هذه الضغط على الأطفال فإنها تولد صراعا بين كل من العمل أو الوظيفة ورعاية الأطفال وبالرغم من عدم توفر دراية كاملة لدينا حتى الآن حول تأثير الطلاق والانفصال عن الأطفال على المدى الطويل إلا إننا ندرك تماما أن ذلك ليس بالطريق الأمثل لخلق جيل خال من الضغط ولا شك أن ذلك يستلزم بالضرورة عناية شديدة في تحقيق التوازن بين مطالب كلا من العمل والأسرة لأن غالبا ما ينشأ الضغط عندما يفشل الشخص في الموازنة بين مطالبه المتصارعة للقيام بمهام عمله ورعاية الأطفال والحياة الاجتماعية التي ينتهي إليها .

ضغط العمل وأثره على استقرار الحياة الأسرية لدى الأستاذة الجامعية بجامعة احمد درايعية بولاية ادرار.

قائمة المراجع:

الكتب :

- الكبيسي عامر خضير 1998 التنظيم الإداري الحكومي بين التقليد والمعاصرة الجزء 02 دار الشروق للطباعة والنشر.
عاشور احمد صقر 1989 السلوك الإنساني في المنظمات الإسكندرية مصر.
محفوظ جودة، 2008 /التحليل الإحصائي الأساسي، الطبعة الأولى عمان، الأردن دار وائل للنشر ..
عبد الرحمان بن احمد بن محمد هيجان 1998 ضغط لعمل مصادرها ونتائجها وكيفية ادارتها معهد الإدارة العامة الرياض.
عمر مصطفى محمد النعاس 2008 /الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية جامعة أكتوبر .
علي عسكر 2003 ضغط الحياة وأساليب مواجهتها الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق الطبعة 3 دار الكتاب الحديث .
محمد وليد شهاب ، أكتوبر 2018 ، التوزيع الطبيعي، محاضرات في الإحصاء المتقدم لطلبة الدراسات العليا، الجامعة غير مذكورة.
يورك برس 2001 /الحد من ضغط العمل الطبعة 1 لبنان مكتبة ناشرون.

المقال:

- عبد الفتاح صالح خليفان مجلة جامعة دمشق المجلد 26 العدد 21 جامعة مودة الاردن 2010
- د/عمر مصطفى محمد النعاس الضغط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية جامعة 07 أكتوبر 2008 .
- د/الطاف ياسين د/اسماعيل طه الضغط المهنية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى أساتذة الجامعة مجلة البحوث التربوية والنفسية العدد 12.
- دراسات في العلوم الاجتماعية والإنسانية مجلة تصدر سداسيا كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة الجزائر
- العدد 17-2011
- د/أمل بنت سلامة الشامان كلية التربية جامعة الملك سعود 2006 رسالة التربية وعلم النفس العدد 26.

الرسائل:

- قاصب حسين، 2019 الخيارات الاستراتيجية لمنظمات الأعمال السياحية ودورها في تحقيق الميزة التنافسية:
دراسة مقارنة بين منظمات الأعمال الفندقية بالجزائر وتونس، أطروحة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة
دكتوراه الطور الثالث تخصص إدارة أعمال استراتيجية، قسم علوم التسيير، كلية العلوم الاقتصادية والتجارية و
علوم التسيير، جامعة أكلي محند أولحاج، البويرة، الجزائر.

مواقع الانترنت:

تم الاطلاع عليه عبر الرابط :

https://www.researchgate.net/publication/328251050_altwzy_altbyy يوم 2023-12-11 على

الساعة 02:05