

واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم
"دراسة ميدانية ببعض المدارس الابتدائية - بسطيف:"

The reality of mental health among women working in the field of education
"A field study in certain primary schools of Setif."

د. بوعالية شهيرة زاد جامعة لمين دباغين - سطيف 2 boualia.23@hotmail.fr

د. علوي نجاة جامعة الشاذلي بن جديد - الطارف nadjet81@gmail.com

تاريخ القبول: 2019/05/09

تاريخ الاستلام: 2019/02/24

الملخص:

هدفت الدراسة للتعرف على واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم، وقد تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 30 معلمة في طور الابتدائي تم اختيارهم بطريقة قصدية، تم استخدام مقياس الصحة النفسية، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجدت الدراسة أن مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي مرتفع بدرجة كبيرة، توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف - تعزي لمتغير السن، في فارق من (21-31) ومن (32-41)، توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف - لتعزي الأقدمية في العمل بفارق (أقل من 5 سنوات)، (أكثر من 5 سنوات)، توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف - تعزي متغير الحالة الاجتماعية بفارق (متزوجة)، (عازبة).
الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، المرأة العاملة، قطاع التعليم، المدارس الابتدائية

Abstract:

The current study aimed to identify the reality of mental health in women working in the education sector. The descriptive approach was used. The study sample consisted of 30 teachers in the primary stage who were selected in a deliberate manner. The mental health scale was used. The study found the following results: The level of mental health of primary school teachers in primary schools is very high. There are differences in the level of mental health among elementary school teachers in primary schools - Setif - the ratio of the age variable, in difference 21-31 and

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

32-41 , There are differences in the level of self health (Lessthan 5 years) (more than 5 years), there are differences in the level of mental healthamongprimaryschoolteachers in elementarschools -Setif-the social status variable With a difference (married) ,(single).

Keywords: Mental Health, WorkingWomen, Education Sector, PrimarySchool.

أولاً: إشكالية الدراسة

تسعى الصحة النفسية جاهدة إلى الوصول بالفرد للرضا والانسجام النفسي والاجتماعي والروحاني لتحقيق مستويات عالية من العلم والمعرفة، وبالتالي لا يمكن للعلم أن يحقق مستويات عالية من العلم والمعرفة، ولا يحقق أهدافه بعيداً عن الصحة النفسية . فالصحة النفسية تعتبر بمعناها الواسع توجيه الأفراد إلى فهم حياتهم والتغلب على مشكلاتهم، حتى يستطيعوا أن يحبوا وأن يحققوا رسالتهم كأفراد متوافقين مع المجتمع، ونظراً لما تمثله الصحة النفسية من أهمية كبيرة للعمال من الناحية الاقتصادية والإنسانية على حد سواء. والجدير بالذكر أن بدايات ظهور الاهتمام بموضوع الصحة النفسية وعلاج الاضطرابات يرجع إلى العصور القديمة من طرف الصينيون والفراعنة والإغريق، فهم يعتبرون أن العلاج النفسي طرد الأرواح الشريرة من الأبدان.¹ كما أخذ موضوع الصحة النفسية حيزاً هاماً إذ نشط الكثير من الباحثين من السنوات الأخيرة في دراسة موضوع الضغوط والاضطرابات النفسية والمشكلات النفسية التي تصيب أفراد المجتمع سواء كان : طفلاً أو مراهقاً أو كهلاً... الخ . والجدير بالذكر أن هذا التحول أفرز ديناميكية واسعة في آليات الأدوار وتعددتها إذ أصبحت المرأة تمارس أدوار إضافية عن الدور الموجه لها سابقاً ، حيث عرفت نشاطات أخرى خارج البيت جعلت منها عضواً مهماً في الحياة العامة والخاصة ، لكنها وجدت نفسها في صراع بين معايير المجتمع التي تؤكد دورها الإيجابي في الحياة العملية، فأصبحت نتيجة هذا وذاك لها أعباء جديدة فرضها التطور الاجتماعي ، والارتفاع المطرد في مستوى المعيشة ، وهو ما دفع بها للعمل خارج المنزل للمشاركة في ميزانية الأسرة في بعض الأحيان، لإثبات وجودها في أحيان أخرى .

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

ولقد دلت دراسات حديثة أجريت في الولايات المتحدة عن النساء العاملات، على أن النساء أبعد عن الاتزان الانفعالي من الرجال، كما دلت على وجود مؤثرات خاصة شديدة الوطأة على شخصياتهن، وهي مؤثرات لا وجود لها بتاتا عند الرجال، ذلك يعود طبعا إلى أن الاختيار بين البيت والمهنة مشكلة انفعالية حادة تشغل المركز من القلوب كثير من النساء، فتسبب لهن حيرة دائمة وصراعا نفسيا موصولا، إنه اختيارات بين بيت وأطفال مع التضحية ببعض مباحج الحياة التي تتوق إليها المرأة، وبين بيت دون أطفال مع الظفر بهذه الأشياء المرموقة، وقد لا تكون المرأة شاعرة طول الوقت شعورها واضحا بما يخلفه هذا الموقف في نفسها من صراع لكنه صراع له أثر عميق في شخصيتها واتزانها الانفعالي².

خاصة بالشرق الجزائري، تحديدا بمنطقة - سطيف -، نجد المرأة لازالت تكلف بضرورة التوفيق بين أن تكون امرأة بيت بجدارة، وبين التوفيق بوظيفتها بنجاح، حيث يعتبر الرجل الشرقي أن عمل المرأة هو عمل مقبول في حالة قيام المرأة بكل واجباتها الأسرية، بدأ بالاعتناء بالبيت، إلى متابعة الأطفال، وكذلك مراعاة الزوج وتحقيق طلباته الزوجية والعائلية، هذه الطلبات المتتالية قد تشكل عبئا صحيا وضغوطا على الصحة النفسية لدى المرأة العاملة، خاصة إذا لم تجد تفهما من الزوج أو الأطفال في حالة عدم تلبية طلب ما.

وعلى هذا الأساس قد هذا الأمر الذي جعلها تعاني من ضغوطات لا المتناهية من حيث دورها من داخل المنزل كأم وأخت وزوجة إضافة إلى عملها خارج المنزل لإعالة عائلتها هذه الضغوطات أثرت على صحتها النفسية، خاصة ما ذهب إليه "حامد زهران" في توضيح تأثير الصحة النفسية بالظروف المتغيرة باستمرار، حيث وضحتها على أنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافق نفسيا وانفعاليا واجتماعيا مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال إمكاناته إلى أقصى حد ممكن³. ومن هنا ونظرا لأهمية الصحة النفسية للمرأة

العاملة في قطاع التعلي م كان ومن الضروري تشخيصها والوقوف على مكوناتها ومعرفة مستوياتها، مما يمكن المجتمع المدرسي من مدير، أساتذة، ومتعلمين، وإداريين من تحقيق أهدافهم وأهداف المنظمة وبالتالي الارتقاء بمستوى التعليم في جميع المجالات.

ومن هنا نقوم بطرح التساؤلات التالية :

• ما مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم

الابتدائي بسطيف؟

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

- هل توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- تعزي السن؟
 - هل توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- تعزي الأقدمية؟
 - هل توجد فروق في مستوى الصحة النفسية معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي- سطيف- تعزي الحالة الاجتماعية؟
- ثانياً - فرضيات الدراسة
- مستوى الصحة النفسية مرتفع بدرجة كبيرة لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف-.
 - توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- تعزي السن.
 - توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- تعزي الأقدمية.
 - توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي- سطيف- تعزي الحالة الاجتماعية.
- ثالثاً: أهداف الدراسة:
- تهدف الدراسة إلى معرفة مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف-.
 - الكشف عن درجة الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي.
 - التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- على حسب الأقدمية.
 - التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- باختلاف السن.

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

- التعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- باختلاف الحالة الاجتماعية.

رابعاً- المفاهيم الإجرائية لمصطلحات الدراسة:

❖ الصحة النفسية:

هي مجموعة من الطرق أو الإجراءات يقوم الفرد بإتباعها للحصول أو لتحقيق الصحة النفسية كي يستطيع أن يجد حل للمشاكل التي يواجهها ، كذلك تعتبر بأنها قدرة الفرد على اختيار السلوك المناسب مع المواقف أو المشكلات التي تواجهه في المحيط الذي يعيش فيه، وأن يستطيع التعامل جيداً معها، وهي الدرجة الكلية التي تحصل عليها عينة الدراسة من معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- على الاستبيان الصحة النفسية وفق الأبعاد التالية:

✓ البعد الاجتماعي : هي جملة من المؤشرات الاجتماعية التي تؤثر سلباً على الصحة

النفسية لدى المرأة العاملة في طور الابتدائي بما في ذلك العلاقات التي تربطها مع الزملاء داخل المحيط المهني أو خارجه .

✓ البعد الشخصي : هو حالة من التوازن بين الدوافع الذاتية والمتطلبات البيئية ، فهو اتجاه وميول ثابت عند الإنسان .

✓ البعد المهني : هو مجموعة من المهن أو الوظائف يقوم بها الفرد تتطلب مهارات معينة يؤديها من خلال ممارسات تكوينية عن طريق التفاعل .

✓ البعد النفسي : هو إحساس الشخص بالنقص وعدم وجود الثقة في نفسه أو مع الآخرين.

✓ البعد الديني : وهو الجانب الديني للفرد ومدى درجة إيمانه.

❖ المعلم: هو الذي يعمل في المدرسة أو المعهد العلمي والأدبي ، ومن خلاله يتم بناء شخصيات

أبناء الوطن، يتم إعداد هؤلاء المدرسين في كليات التربية المتخصصة في كافة التخصصات العلمية والأدبية ، ومدة الدراسة فيها أربعة سنوات.

خامساً- الطرح النظري:

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

يعتبر علم الصحة النفسية (mental health) ، منجى عام يهدف إلى المحافظة على الصحة النفسية، والحفاظ على الوظائف العقلية في حالة سوية، والوقاية من الاضطرابات العقلية وخفض معدلات حدوثها ، وصولاً إلى الشخصية الصحية السليمة، ويتحقق ذلك من خلال وسائل عديدة منها البرامج التربوية، والعمل على جعل الحياة الأسرية ثابتة ومستقرة من الناحية الانفعالية والوقاية والكشف المبكر عن الحالات وعلاجها.

وقد أسس الأمريكي (كليفورد بير، 1876-1943 beers) الهيئة القومية للصحة النفسية في عام (1908) ، ولم يعد مصطلح (mental health) ، وذلك حسب وفقا لما ورد بمعجم م (جولدنسون)⁴.

وجاء مفهوم الصحة النفسية يوضح في البدء خلو الفرد من أعراض المرض النفسي أو العقلي، وهذا المفهوم يلقي قبولا لدى أصحاب ميادين الطب العقلي ، ولكن يبقى هذا المفهوم ضيق محدود، فعندما نقول أن الصحة النفسية هو الخلو من المرض النفسي ، فإن هذا التعريف يعد تعريفا سلبيا، إذ أن الخلو من الاضطرابات أيأ كانت لا تعني الصحة سواء أكانت بدنية أو نفسية، فالمعروف أن المرض الجسدي أو النفسي لا يأتي فجأة كما يتوهم البعض ولكن ينمو وقد لا يحس الفرد به ويزداد نمو الخلل أو الاضطرابات من الناحية الكمية يصل إلى مرحلة التغير الكيفي وهنا فقط يتضح الخلل أو الاضطراب في الجسم أو النفس⁵.

إلا أن الخلو من المرض النفسي يعد جانب واحد من جوانب الصحة النفسية، فهناك الكثير من الأشخاص الخاليين من أعراض المرض النفسي ولكنهم مع ذلك عن ناجحين في حياتهم، وغير قادرين على تحقيق العلاقات الاجتماعية الطيبة مع غيرهم من الناس في العلم أو الحياة الاجتماعية والتي تتسم بالاضطراب سواء التكيف، فإن مثل هؤلاء الأشخاص يوصفون بعدم تمتعهم بالصحة النفسية بالرغم من خلوهم من أعراض المرض النفسي⁶. في حين هناك تعريفات ايجابية للصحة النفسية والتي هي:

حسب (Dardysantor) فالصحة النفسية هي حالة من الأداء الناجح للوظائف الذهنية مما يؤدي إلى أنشطة إنتاجية وتحقيق علاقات مع الأشخاص الآخرين والقدرة على التكيف مع التغيرات ومواجهة الشدائد فالصحة النفسية أمر لا غنى عنه لتحقيق الرفاهية الذاتية والأسرية وحتى المساهمة في المجتمع المحلي⁷.

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

ونجد أيضا (حامد عبد السلام زهران) يعرفها "الصحة النفسية هي حالة دائمة نسبية ، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصي وانفعالي واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانيته إلى أقصى حد ممكن ، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة ، وتكون شخصيته متكاملة سوية وسلوكه عاديا ، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامه وسلام".⁸

وعليه في ضوء ما سبق نؤثر الأخذ بالاتجاه الإيجابي في تعرف الصحة النفسية ، لأنه اتجاه واسع متكامل يؤمن بفعالية الفرد وقدرته على التأثير بالاستجابات السلوكية المختلفة في مجال الحياة وذلك من حدود الخصائص التي تميزها الطبيعة الإنسانية .

والصحة النفسية للعامل في البيئة المهنية

لا تقل خطرا ولا أهمية عنا لأعراض الجسمية ، فالحالة النفسية تؤثر على إنتاجية العامل وعلم مقدار تعرضه لحوادث العمل وإصاباته ، وعلى ذلك كمنا الحكمة توفير جو صحي مناخية النفسية والعقلية للعامل والعمل على حل مشكلاتهم وإعطائهم حقوقهم وإلزامهم بالقيام بمواجباتهم الوظيفية .

وذلك

حتلا ينقلب الحال إلى السالم في المطالبة بالحقوق العمالية أو الفوضى والتسيب ، والعمل على محاربة العادات السيئة كإدمان الخمر والمخدرات والسهر والمقامرة ، والمعروف أن الإصابة بأي من الأمراض النفسية أو العقلية يضاعف من الأمراض المهنية ويزيد من خطورتها و

يحتاج العامل إلى ضرورة توفير الرعاية النفسية للتخلص من الشعور بالتعب والملل ،⁹ إذن يمكن القول أن الصحة النفسية

تعتبر للعامل هي شعوره بالرضا والسعادة وقدرته على التوافق مع البيئة المهنية ، والعمل على تجنب الاضطرابات والأمراض المهنية وكذلك قدرته على مواجهة العوامل الحياتية الضاغطة ومحاولة التوافق والتكيف معه .

وقد يتعرض العامل في مجال العمل إلى جملة من الاضطرابات النفسية كالاكتئاب النفسي الذي يعرف بأنه حالة من الإجهاد البدني والذهني والعصبي والانفعالي ، وهي حالة تحدث نتيجة للعمل مع الناس والتفاعل معهم لفترة طويلة ، وفي مواقف تحتاج إلى بذل مجهود انفعالي مضاعف ، حيث تشير البحوث الخاصة بالضغط أن قلت الإثارة للفرد في العمل تؤدي إلى آثار السلبية نفسها التي تكون في حالة الثارة الشديدة لذلك ، فالعمل الرتيب الخالي من الإثارة والتنوع والتحدي ربما يؤدي إلى الضغط والاكتئاب .

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم
كذلك من الاضطرابات النفسية التي تصيب العامل في بيئة العمل نجد القلق العصبي وهورد
فعل غريزي مصدره غامض وأسبابه غير معروفة ، ويكمن غالبا في الجانب الغريزي للفرد، إن
هذا النوع من القلق يشكل حالة مرضية تعيق الفرد عن ممارسة حياته الطبيعية وتتصف
بدرجة من الديمومة.

وبناء على ما سبق تكون الأعراض السابقة الذكر سببا في ظهور بعض الأعراض الجسمية
يسببها القلق ، فمشكلة الشخص المصاب بهذا النوع من القلق هو البحث عن مصدر هذا
القلق كونه يرجع عادة إلى سنين سابقة تكمن في مرحلة الطفولة¹⁰ .
وعليه يمكن أن نستخلص أن للصحة النفسية أهمية كبرى في حياة الإنسان، حيث تساعده
على التوافق السليم والناجح في شتى مجالات الحياة ، وبالتالي إذا يمكن القول بفرضية أن
توافق الفرد مع ذاته ومجتمعه سيعود ذلك على أداء عمله بكفاءة وفعالية .

سادسا- الإجراءات المنهجية للدراسة :

قمنا بالإجراءات المنهجية التالية :

❖ **منهج الدراسة :** بما أن دراستها قد هدفت لمعرفة مستوى الصحة النفسية لدى المرأة
العاملة في الطور الابتدائي، فإن المنهج المتبع هو المنهج الوصفي على اعتباره أنه لا يهدف إلى
وصف الظواهر أو وصف الواقع كما هو ، بل إلى الوصول إلى استنتاجات تساهم في فهم
الواقع وتطويره.

❖ **مجتمع الدراسة :** تمثل مجتمع الدراسة بمجموعة من المعلمات في الطور الابتدائي على
مستوى ثلاثة (3) مدارس بولاية - سطيف - وبلغ مجتمع الدراسة (32) معلمة بالمجتمع
الأصلي، غير أنه تم استبعاد 02 استبيانات لعدم استجابة المعلمتين، فتم توزيع الاستبيان
على جميع أفراد العينة (30).

مجتمع الدراسة المدارس بسطيف	ذكور	%	إناث	%	المجموع	%
• محرق لحواس	01	70.2%	14	83.37%	15	40.54%

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

عزوز عبد الوهاب	02	%40.5	14	%83.37	16	%24.43
• بلعيد محمد	02	%40.5	04	%81.10	06	%22.16
المجموع	05	51.13 %	32	%48.86	37	100

❖ اختيار العينة :

مجتمع الدراسة المدارس بسطيف	إناث	%
• محرق لحواس	12	%40
• عزوز عبد الوهاب	14	%66.46
• بلعيد محمد	04	%33.16
المجموع	30	100

❖ أدوات وتقنيات جمع البيانات : تم الاعتماد على الاستبانة الخاصة بالصحة النفسية تتكون من (25) بند مقسمة إلى أربعة محاور كما يلي :

المحور الأول (البعد النفسي): تضم العبارات 1-2-3-4-5-6-7.

المحور الثاني (البعد الاجتماعي): يضم العبارات 8-9-10-11-12-13.

المحور الثالث (البعد المهني): يضم العبارات 14-15-16-17-18-19.

المحور الرابع (البعد الديني): يضم العبارات 20-21-22-23-24-25.

❖ أساليب المعالجة الإحصائية : تم تفرغ درجات الدراسة وإخضاعها للتحليل الإحصائي حيث اعتمدنا على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية واختبار T-
❖ عرض النتائج ومناقشتها:

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

1 - عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأول : والتي نصها : "مستوى الصحة النفسية بدرجة كبيرة لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف-"، وللتحقق من صدق الفرضية قمنا باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة من المعلمات على استبيان الصحة النفسية وذلك كما يلي:

الجدول رقم (1): المتوسطات الحسابية والانحرافات الم عيارية والنسب المئوية لمقياس اصحة النفسية .

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة المحاور	ترتيب المحور
1	البعد النفسي	2.79	0.9	69.25	كبيرة	4
2	البعد الاجتماعي	2.97	1.07	74.25	كبيرة	3
3	البعد المهني	3.07	0.96	76.75	كبيرة	2
4	البعد الديني	3.64	0.61	91	عالية	1
--	المجال الكلي	3.11	0.88	77.81	كبيرة	--

يتضح من الجدول السابق أن مستوى الصحة النفسية لدى المعلمات في الطور الابتدائي مرتفع بدرجة كبيرة بمتوسط حسابي (3.11) وانحراف معياري (0.88) وترتبت محاور استبانة الصحة النفسية كما يلي:

-البعد الديني أعلى مراتب الصحة النفسية بمتوسط حسابي (3.64) وانحراف معياري (0,61).

-البعد المهني في ثاني مراتب الصحة النفسية بمتوسط حسابي (3.07) وانحراف معياري (0,96).

-البعد الاجتماعي في ثالث مراتب الصحة النفسية بمتوسط حسابي (20.97) وانحراف معياري (1.07).

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

	0.58	3.68	17	(41-32)	
0.67	0.25	3.27	13	(31-21)	الدرجة الكلية
	0.88	3.0	17	(41-32)	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) = 2.04

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن قيمة T المحسوبة (0.67) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2.04) عند مستوى (a=0.05) في حالة الاختبار البديليين وأنه توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لمعلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي- سطيف- بفارق السن (31-21) (41-32) وعليه ومن خلال مناقشة نتائج ال فرضية الأولى فنستنتج تحقق فرضية التي نصها توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي- سطيف- تعزي السن".

وهذا ما يتوافق مع وهذا ما يتوافق مع ما ذهب إليه دارسة "الهنداوي"، حيث توصل إلى أن الأقل عمرا هم من لديهم استعداد لتحقيق الصحة النفسية ومواجهة مختلف الضغوط، أي كلما زاد عمر العامل زاد استخدامه للأساليب الإيجابية في المواجهة والتحدي، وتبدو هذه النتيجة منطقية فزيادة سنوات العمر يكون الفرد أكثر وعياً وإدراكاً لظروف العمل ومتطلباته، لذا فإنه يتبع أساليب ذات فاعلية في مواجهة الضغوط أكثر من الأصغر عمراً.¹²

3 - عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة : والتي نصها توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- تعزي الأقدمية.

وللتحقق من صدق الفرضية قمنا باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة من معلمات في المدرسة الابتدائية على الاستبيان للصحة النفسية وذلك كما يلي:

الجدول رقم (3): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت لمجالات متغير الأقدمية

محاو	الأقدمية	حجم	المتوسط	الانحراف	قيمة
------	----------	-----	---------	----------	------

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

المقياس		العينة	الحسابي	المعياري	ت
المحور 1	أكبر من 5 سنوات	24	2.67	0,84	-0.30
	أقل من 5 سنوات	6	2,94	1,08	
المحور 2	أكبر من 5 سنوات	24	2,94	1.02	6.24
	أقل من 5 سنوات	6	0.06	1.02	
المحور 3	أكبر من 5 سنوات	24	3.03	0,9	0
	أقل من 5 سنوات	10	3.03	1.05	
المحور 4	أكبر من 5 سنوات	6	3.69	0,52	0.17
	أقل من 5 سنوات	24	3.63	0.6	
الدرجة الكلية	أكبر من 5 سنوات	6	2,85	0,84	1.51
	أقل من 5 سنوات	24	2,66	0,90	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) = 2.04

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن قيمة T المحسوبة (1.51) وهي أقل من (2.04) عند مستوى الدلالة (a=0.05) في حالة اختيار البديلين ومنه نقبل الفرض الذي يقول "توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي -

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم
سطيف- تعزي الأقدمية بفارق (أقل من 5 سنوات وأكبر من 5 سنوات)، وهذا ما يتوافق مع
وهذا ما يتوافق مع دراسة "عبد الله الضريبي" حول أساليب مواجهة الضغوط النفسية
المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات، حيث توصل إلى أن ويمكن أن تفسر إتباع الفئة العمرية
الأكبر (50 فأكثر) للأساليب الإيجابية وذلك يعود لسبب التقدم في العمر، والذي يكسب
الفرد خبر في الحياة والتعامل مع ضغوطها.

كما يعود إلى أن الفرد كلما تقدم في العمر أصبح أكثر إدراكا وتكيفاً مع الضغوط والوصول إلى
الصحة النفسية، فمع تقدم السن يكون الإنسان قد كون خبرات أمام المواقف
الصعبة والضاغطة، وبذلك يكون أكثر صلابة ومقاومة لضغوط الحياة سواء داخل عمله أو
خارجه أما فيما يخص الفئات الأصغر سناً (20-35)، فإنها تكون أكثر عرضة للتوتر، خاصة
تكون أقل نضجاً في مواجهة الضغوط، فهم في هذه المرحلة في بداية حياتهم العملية وتحمل،
بعض المسؤوليات، التي لم يكونوا يألفوها من قبل لذا فإنهم يتبعون أساليب قد لا
تكون مناسبة فيموا جهة ما يتعرضون إليه من ضغوط في كثير من الأحيان.¹³

4 - عرض ومناقشة فرضية الرابعة: والتي نصها "توجد فروق في مستوى الصحة النفسية
لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف-.

تعزي الحالة الاجتماعية لتحقيق من صدق الفرضية قمنا باستخدام المتوسط الحسابي
والانحراف المعياري لاستجابات عينة المعلمات في الطور الابتدائي على استبيان الصحة
النفسية، كما يلي:

الجدول رقم (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت تعزي الحالة الاجتماعية

م حاور المقياس	الحالة الاجتماعية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت
المحور 1	متزوجة	21	2.79	0.85	0,37
	عازبة	9	2,65	0,98	
المحور 2	متزوجة	21	3.06	1.04	0.73
	عازبة	9	3.76	1,12	
المحور 3	متزوجة	21	3.15	0,85	0,77

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

	1.21	2,85	9	عازبة	
0,77	0,57	3,69	21	متزوجة	المحور 4
	0,69	3.52	9	عازبة	
1.40	0,82	3.17	21	متزوجة	الدرجة الكلية
	1	2,94	9	عازبة	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) = 2.04

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن قيمة T المحسوبة = 1.40 وهي أقل من القيمة الجدولية 2.04 عند مستوى الدلالة (a = 0,05) في حالة الاختبار بذييلين، وأنه نقبل الفرض الذي يقول أنه توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف - بفارق الحالة الاجتماعية (متزوجة - عازبة) وهو ما يتوافق ما توصل إليه استفتاء "بيدجون" في أن 71% من النساء يعملون من أجل إعالة الأسرة 14.

سابعاً - نتائج الدراسة: توصلنا إلى النتائج التالية :

- ❖ تم تحقق الفرضية الأولى والتي تقول : مستوى الصحة النفسية بدرجة كبير لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف-.
- ❖ تم تحقق الفرضية الثانية والتي تقول : توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف- تعزي لمتغير السن .
- ❖ تم تحقق الفرضية الثالثة التي تقول : توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف - لتعزي الأقدمية في العمل بفارق (أقل من 5 سنوات) (أكثر من 5 سنوات) .
- ❖ تم تحقق الفرضية الرابعة التي تقول : توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية في مدارس التعليم الابتدائي - سطيف - تعزي متغير الحالة الاجتماعية بفارق (متزوجة) (عازبة).

ثامناً - التوصيات والاقتراحات:

في ضوء ما توصلنا إليه في دراستنا نقترح التوصيات التالية:

عنوان المقال: واقع الصحة النفسية لدى المرأة العاملة بقطاع التعليم

- ✓ تحسين علاقات العمل من خلال توفير الجو المناسب للتدريس
- ✓ العمل على تحسي الأجر المناسب لطبيعة العمل وكذا العمل على المكافآت المادية لكل عامل يحمل كل مبادرة وابتكار ، طبعاً تكون ذات أثر نفعي على المؤسسة .
- ✓ ضرورة الاهتمام بالصحة النفسية والاجتماعية للمعلمات في الطور الابتدائي كون الصحة النفسية ضرورة أساسية لأداء أعمالها وواجباتها على أكمل وجه .
- ✓ تهيئة الجو الأسري المناسب لمساعدة المعلمات بالطور الابتدائي على أداء عملها كما ينبغي.

- ✓ محاولة تغيير التدريس للمعلمات في الطور الابتدائي ، أي أن يتم مراعات التوزيع الساعي في مراحل التعليم في الابتدائي ، وذلك لكسر الروتين الذي يولد الملل وبالتالي سقوط معنوياتها ونقص أدائها ، وذلك لضمان الراحة والرضا وبالتالي تحقيق صحة نفسية جيدة للمرأة العاملة في طور الابتدائي.
- ✓ محاولة مراعاة التوظيف للمرأة ، بالمدارس التي تكون أقرب لمنطقة سكنها ، وإن تعذر ذلك ، على الأقل يكون هناك تخصيص النقل للموظفين.

قائمة المراجع:

1. محمد مياسا: الصحة النفسية والأمراض النفسية والعقلية، وقاية وعلاج، ط 1، دار الجيل، بيروت، 1997، ص 11.
2. -عويد سلطان المشعان : علم النفس الصناعي ، ط 1، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الإمارات العربية المتحدة، 1992، ص 56.
3. - حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط 4، عالم الكتب للنشر والتوزيع، 2005، ص 94.
4. . أحمد محمد عبد الخالق : أصول الصحة النفسية ، دار المعرفة الجامعية ، مصر، 1997، ص 69.
5. . أشرف محمد عبد الغني شريف : الصحة النفسية بين الإطار النظري والتطبيقات الإجرائية، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع ، 2008، ص 18.
6. . المرجع نفسه، ص 19.

7. taking mental health to school. Dardysantor&others. The Provincial Centre .

Ontario, 2009,p16.,of Excellence for Child and Youth Mental Health atCHEO

8. . حامد عبد السلام زهران، المرجع السابق، ص 09.

9. . عبد الرحمان العيسوي : سيكولوجية العمل والعمال، الجامعية، الإسكندرية، ص 67.

10.. محمد حسن علاوي : مدخل إلى علم النفس الرياضي، 1998، ص 400.

11.تماضر زهري حسون :تأثير عمل المرأة على الأسر في الوطن العربي ، الفيصل ، العدد 2، 20 أوت 1996 ص 38.

12. عبد الله الضريبي : أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية على عينة من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق " مجلة جامعة دمشق ، المجلد 26 ، العدد 4 ، 2010 ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، ص 709.

13.المرجع نفسه ، ص 713.

14.عوفي مصطفى : خروج المرأة لميدان العمل وأثره على التماسك الأسري ، مجلة العلوم الإنسانية ، جامعة قسنطينة، العدد 19، جوان 2013، ص 74.