



استمارة: ضغوط العمل عند المعلمين

عبيد بن عبدالله العمري

أستاذ مشارك، قسم الدراسات الاجتماعية، كلية الآداب

جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية

(قدم للنشر في 9 / 3 / 1423هـ؛ وقبل للنشر في 28 / 8 / 1423هـ)

أداة الدراسة:

لقد تم قياس متغير ضغوط العمل باستخدام مقياس عسكر وآخرين. ويتضمن المقياس سبعة أبعاد للضغوط هي: سلوك التلاميذ، وعلاقة المعلمين ببعضهم البعض، وعلاقة المعلم بالإدارة، وعلاقة المعلم بالمشرف التربوي، وتقدير مهنة التدريس، والصراعات الذاتية والأعراض النفسجسمية للضغوط. وقد اشتمل كل مجال على عبارات أربع للتعرف على ما يتعرض له المعلم من ضغوط في كل جانب. وبالتالي تكون مجموع بنود المقياس 28 بنود. (العبارات من رقم 1 إلى رقم 28).

وتتم الإجابة عن عبارات المقياس باختيار المبحوث لإحدى الإجابات المناسبة على مقياس ليكرت الخماسي، الذي يبدأ من 1 إلى 5 حيث يعني كل رقم الآتي: 1=غير موافق بشدة، 2=غير موافق، 3=لا أدري، 4=موافق، 5=موافق بشدة. ويتمتع هذا المقياس وفقا لاستخدامه السابق من قبل مبتكره عسكر وآخرين بدرجة ثبات عالية بلغت 0.72 وفقا لطريقة ألفا كرونباخ.

وقد تم قياس متغير عبء العمل ومتغير طبيعة العمل ومتغير الأمان الوظيفي باستخدام مقياس الهنداوي لمصادر ضغوط العمل، بعد إجراء تعديلات طفيفة على بعض العبارات، ويتألف من الآتي:

- أولاً: عبء العمل (العبارات ذات الأرقام 29، 30، 31).
 - ثانياً: طبيعة العمل (العبارات ذات الأرقام 32، 33، 34).
 - ثالثاً: المستقبل والأمان الوظيفي (العبارات ذات الأرقام 35، 36، 37).
- أما متغير صراع الدور ومتغير غموض الدور فقد تم قياسهما من خلال العبارات

الآتيه:

أولاً: صراع الدور الوظيفي (العبارات ذات الأرقام 38، 39، 40)

- 1- يجب أن أؤدي بعض النشاطات بطريقة أعتقد أنها خاطئة.
- 2- العمل في ظل سياسات وإرشادات متعارضة.
- 3- يجب أن أفعل أشياء ضد مبادئ الشخصية



ثانيا: غموض الدور (العبارات ذات الأرقام 41، 42، 43)

- 1- أنا غير متأكد من حدود سلطتي في وظيفتي الحالية.
- 2- افتقار وظيفتي إلى الوضوح و الأهداف المحددة.
- 3- أنا غير متأكد من مسؤوليات وظيفتي.

ثالثا: الثبات

استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي لقياس معامل الثبات لمقياس ضغوط العمل ومقياس مصادر الضغوط وهي عبء العمل، وطبيعة العمل، والأمان الوظيفي، وصراع الدور الوظيفي، وغموض الدور الوظيفي، حيث بلغ معامل الثبات لمقياس ضغوط العمل 0.86. أما مقياس مصادر الضغوط، فقد بلغ معامل الثبات لعبء العمل، طبيعة العمل، والمستقبل الوظيفي، وصراع الدور وغموض الدور (0.65) و(0.62) و(0.69) و(0.64) و(0.77) على التوالي، كما هو مبين في جدول رقم 1. وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية ومقبولة من الثبات. ويتضمن جدول رقم 1 هذه المعاملات.

جدول رقم 1. معامل الثبات

المقياس	درجة الثبات
ضغوط العمل	0.86
عبء العمل	0.65
طبيعة العمل	0.62
الأمان الوظيفي	0.69
صراع الدور الوظيفي	0.64
غموض الدور الوظيفي	0.77



استمارة: ضغوط العمل عند المعلمين

م	العبارة	موافق بشدة	موافق	لا أدري	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أشعر بأن تصرفات تلاميذي تزيد من ضغوط العمل علي.	5	4	3	2	1
2	أشعر أن زملائي يعتقدون أنني لا أؤدي عملي بشكل جيد.	5	4	3	2	1
3	يضايقني ما ألقاه من صعوبات في التعامل مع الإدارة	5	4	3	2	1
م	العبارة	موافق بشدة	موافق	لا أدري	غير موافق	غير موافق بشدة
4	تضايقني مطالب المشرف التربوي.	5	4	3	2	1
5	أشعر بأن أوليئه أمور تلاميذي لا يمنحونني ما أستحقه من تقدير.	5	4	3	2	1
6	أشعر بالضيق بسبب عدم مقدرتي على إنجاز ما يطلب مني.	5	4	3	2	1
7	أشكو من تكرار تعرضي لبعض مظاهر المرض مثل (أوجاع المعدة، آلام الظهر، الصداع...).	5	4	3	2	1
8	أفقد صبري عندما لا يستجيب تلاميذي لمطالبتي الدراسية منهم.	5	4	3	2	1
9	يضايقني عدم تعاون زملائي معي فيما يتصل بعملي.	5	4	3	2	1
10	أشعر بأن الإدارة تهتم بالأعمال الروتيني أكثر من اهتمامها بالأعمال الفنية.	5	4	3	2	1
11	أشعر بأن زيارة المشرف التربوي تهدف إلى اصطيد أخطائي.	5	4	3	2	1
12	أشعر بأن مهنة التدريس من أقل المهن من حيث التقدي الاجتماعي.	5	4	3	2	1



1	2	3	4	5	أشعر أن الوقت المتاح لي أقل من متطلبات عملي.	13
1	2	3	4	5	أحس بالإعباء لأقل جهد أبذله.	14
1	2	3	4	5	يضايقتني ما أحس بعدم نقص في دافعية تلاميذي.	15
1	2	3	4	5	تضايقتني بعض التصرفات الشخصية لزملائي.	16
1	2	3	4	5	أحس بأن عملي لا يلقي ما يستحقه من تقدير لدى الإدارة.	17
غير موافق بشدة	غير موافق	لا أدري	موافق	موافق بشدة	العبرة	م
1	2	3	4	5	أشعر بأن عملي لا يلقي ما يستحقه من تقدير لدى المشرف التربوي.	18
1	2	3	4	5	أشعر بأن فرص الترقى المادية في مهنة التدريس أقل منها في المهن الأخرى.	19
1	2	3	4	5	أشعر بالعجز عن التعبير لرؤسائي عما أتعرض له من ضغوط في العمل.	20
1	2	3	4	5	أشعر بالإرهاك في نهاية اليوم المدرسي.	21
1	2	3	4	5	أشعر بصعوبة في ضبط الصف.	22
1	2	3	4	5	أحس بأن بعض المعلمين يمارسون ضغطاً على زملائهم غير المساييرين لهم.	23
1	2	3	4	5	أشعر بالضيق عندما أجد نفسي مضطراً لأن أسلك على غير طبعي في تعاملتي للإدارة.	24
1	2	3	4	5	أشعر بصعوبة فهم توجيهات المشرف التربوي المرتبطة بتطوير العملية التدريسية.	25
1	2	3	4	5	أشعر بأن فرص الترقى المعنوية في مهنة التدريس أقل منها في المهن الأخرى.	26
1	2	3	4	5	تضايقتني تضحيتي بوقت راحتي في سبيل إنجاز متطلبات عملي.	27
1	2	3	4	5	أشعر بأني في حاجة للشكوى لغيري مما ألقاه في مهنة التدريس.	28
1	2	3	4	5	حجم العمل الذي أقوم به أكثر من اللازم.	29



1	2	3	4	5	وقت العمل المخصص لايسمح بأداء كل ما هو متوقع مني.	30
1	2	3	4	5	جدول الحصص متغير وغير ثابت.	31
1	2	3	4	5	المسؤولية عن الغير.	32
1	2	3	4	5	إمكانياتي وقدراتي لا تستغل بالشكل السليم.	33
1	2	3	4	5	المراجعون سريعو الانفعال.	34
غير موافق بشدة	غير موافق	لا أدري	موافق	موافق بشدة	العبارة	م
1	2	3	4	5	محدودية فرص النمو والترقي بالمدرسة.	35
1	2	3	4	5	عدم الشعور بأمان للمستقبل الوظيفي بالمدرسة.	36
1	2	3	4	5	فرص النمو الوظيفي غير واضحة بالمدرسة.	37
1	2	3	4	5	يجب أن أؤدي بعض النشاطات بطريقة أعتقد أنها خاطئة.	38
1	2	3	4	5	العمل في ظل سياسات وإرشادات متعارضة.	39
1	2	3	4	5	يجب أن أفعل أشياء ضد مبادئ الشخصية.	40
1	2	3	4	5	أنا غير متأكد من حدود سلطتي في وظيفتي الحالية.	41
1	2	3	4	5	افتقار وظيفتي إلى الوضوح و الأهداف المحدد	42
1	2	3	4	5	أنا غير متأكد من مسؤوليتي وظيفتي.	43