

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tibirett -
Faculté des Sciences Sociales et Humaines



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محمد أوحاج
- البويرة -
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية

تخصص: علم النفس العيادي

الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة

-ولاية البويرة-

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في علم النفس العيادي

إعداد الطالبة:

* بوخرشوفة تمازيغت

* شيبان سعيدة

السنة الجامعية: 2019/2018

شكر وتقدير

الحمد لله على جزيل عطائه وعلى نعمه الكثيرة التي لا تعد ولا تحصى بفضلته وبفضل توجيهات الأستاذة "اشروف سليمة" والأستاذ "سعدوني توفيق" أثمر جهدي هذا العمل المتواضع كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى كل أساتذة قسم علو النفس.

الإهداء

إذا خيروني بان اختار قلبا بدل من الذي أعيش به لاخترتك أنت وإذا
كان التذرع جائزا بالروح لسلمتها ل كانت وجعلتك تعيشين بها دهرا آخر
وإذا قلت لك احبك وأعشقتك فإنها لصغيرة عليك، وإذا قلت أنت روحي
في جسدي فما أسمى روحك يا "أمي"

إلى جميع إخوتي ورفقاء حياتي أطال الله في عمرهم والى كل من مد
لي يد المساعدة من قريب أو بعيد.

ملخص الدراسة:

إن الهدف العام من هذا البحث هو معرفة مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة بولاية البويرة، فمربيات الطفولة المسعفة لديهن أدوار كثيرة تتطلب مهارات مختلفة حيث جاء سؤال الإشكالية ما مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة؟ فجاءت فرضية البحث كالتالي تعاني مربيات في دار الطفولة المسعفة من ضغط نفسي مرتفع.

وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج العيادي المناسب لموضوع الدراسة فعلى اعتباره يهتم بدراسة الفرد وكيته كشخصية متميزة وشاملة اعتمدنا عليه للتعرف على شخصية مبحوثاتنا والكشف عن اضطرابهن فتكونت مجموعة البحث من سبعة مربيات 5 مربيات متزوجات واثنان عزباء بهدف الإجابة على إشكالية البحث ومحاولة التحقق من فرضية الضغط النفسي لدى المربيات.

وفي هذا الصدد استعملنا المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس الضغط النفسي للدكتور فقيه العيد للكشف عن مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة.

الفهرس

شكر وتقدير

الإهداء

ملخص الدراسة

فهرس عام

قائمة الجداول

تمهيد.....أ-ب

1.....الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

2.....1-الإشكالية

5.....2-الفرضية

5.....3-أسباب اختيار البحث

6.....4-أهداف البحث

6.....5-أهمية البحث

6.....6-تحديد المهام

8.....الفصل الثاني: الضغط النفسي

تمهيد

- مفهوم الضغط النفسي.

- مصطلحات مرتبطة بالضغط النفسي.

- أنواع الضغط النفسي.

- مصادر الضغوط النفسية.

- أعراض الضغط النفسي.

- النظريات المفسرة للضغوطات النفسية.

- علاج الضغط النفسي.

خلاصة

9.....الفصل الثالث: مربيات الطفولة المسعفة.....

- إعداد مربية الطفولة المسعفة.
- خصائص مربية الطفولة المسعفة.
- دور المربية في دار الطفولة المسعفة.

خلاصة

الجانب التطبيقي

10.....الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية.....

11.....تمهيد.....

12.....1-المنهج المتبع.....

12.....2-مجموعة البحث.....

12.....3-شروط انتقاء مجموعة البحث.....

13.....4-خصائص مجموعة البحث.....

13.....5-الأدوات والتقنيات المستعملة.....

16.....خاتمة.....

17.....قائمة المراجع.....

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	خصائص مجموعة البحث	

تتكفل المربيات بدار الطفولة المسعفة بالأطفال المحرومين ويقمن بتلبية حاجاتهم النمائية المختلفة خاصة الأساسية منها كالحاجات العضوية الجسدية (كالأكل، والملبس، المشرب، والمغسل، والراحة، والنوم) بالإضافة الأمن النفسي والرعاية التربوية التي يوفرها لهم، منذ الميلاد حتى سن السادسة ولأن طبيعة هذه الفئة الضعيفة والعاجزة تستلزم الكثير من المتطلبات فإن المربيات يقمن بمنحهم كل الحنان والعناية التي بإمكانهن تقديمها لهم بغية نومهم بشكل سليم دون الإحساس المستمر بالنبذ أو الشعور بالنقص والحرمان جراء التخلي عنهم ولهذا تبذل المربيات جهودا كبيرة لتقريب نظام التكفل البيداغوجي التربوي المؤسستي إلى نظام التنشئة الاجتماعية ضمن الأسرة من خلال حمايتهم ورعايتهم وتربيتهم وتنشئتهم كأطفال أسوياء نسبيا مستقلين ذاتيا، متقبلين لوضعيتهم بشكل عادي وهذا يتطلب الكثير من الطاقات النفسية والقدرات العقلية والجهود البدنية التي تسخرها المربيات لخدمة هؤلاء الأطفال غير أن الاستمرار في هذه المهنة التي تستلزم العمل الوجداني في أكثر من غيره والتعرض لظروف مهنية لا تخدم مصالح المربيات أو تحد من طموحاتهن ومع تكرار الضغوط المهنية وزيادة الصراعات الداخلية وقد تسوء صحتهن النفسية ويعرضهن للإصابة بالضغط النفسي كنتيجة للمعوقات التي تواجههن تحول دون قيامهن بدورهن بشكل كامل فان ذلك يؤدي إلى إحساسهن بالعجز والقصور في تأدية العمل المطلوب منهن وهذا يشكل خطرا يهدد عمل مربيات الطفولة المسعفة بسبب ما قد ينجم عنه من تأثيرات سلبية على المريية والطفل المسعف وحالة الضغط النفسي تظهر في المهن الإنسانية الخدماتية أين يحس الفرد بأنه يستنزف طاقاته الإنسانية الخدماتية والجسدية إلى درجة الإنهاك المزمن وهذا يؤثر على صحته ويجعله معرضا للاضطرابات نفسية وسيكوسوماتية كثيرة وقد يعرضه لفقدان الانسجام والاتساق في علاقاته الأسرية والاجتماعية على هذا الأساس جاءت هذه الدراسة للكشف عن مستوى الضغط النفسي لدى المربيات العاملات بدار الطفولة المسعفة.

كما تسعى الدراسة لاستقصائية تأثير بعض العوامل المهنية كالسن، المؤهل العلمي، التخصص الوظيفي، فترة العمل، الحالة العائلية والخبرة المهنية مع التوافق النفسي للمربيات في دار الطفولة المسعفة.

حيث قسمنا الدراسة إلى أربع فصول:

الفصل الأول: عبارة عن تقديم موضوع الدراسة عرضنا فيه الإشكالية حيث ذكرنا أهداف الدراسات السابقة أين تناولت متغيرات الدراسة، واعتماد عليها قمنا بصياغة الإشكالية التالية: هل مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة؟

ثم اقترحنا الإجابة كحل مؤقت للإشكالية تمثلت في الفرضية التالية:

- تعاني المربيات في دار الطفولة المسعفة من ضغط نفسي مرتفع.
- ثم بينا أسباب البحث وأهميته وأوضحنا الهدف المرجو منه.
- وكأخر عنصر في هذا الفصل حددنا مفاهيم الدراسة (اصطلاحا، وإجراءيا).

الفصل الثاني: بعنوان الضغط النفسي تعرضنا فيه للجانب النظري للدراسة.

وتطرقنا إلى مفهوم الضغط النفسي، المصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي، أنواع الضغوط النفسية ومصادر الضغوط النفسية، أعراض الضغط النفسي، وأهم النظريات المفسرة للضغوط النفسية وكأخر عنصر هو علاج الضغط النفسي.

أما الفصل الثالث: بعنوان مربيات دار الطفولة المسعفة حيث تطرقنا إلى تعريف مربية الطفولة المسعفة، إعداد مربية الطفولة المسعفة، خصائص مربية الطفولة المسعفة، وكأخر عنصر دور المربية في دار الطفولة المسعفة. الفصل الرابع: بعنوان إجراءات الدراسة الميدانية ذكرنا فيه أهم الخطوات المنهجية والمنهج المتبع وتحدثنا عن مجموعة البحث وشروط انتقائها وأهم الخصائص وأهم الأدوات المستعملة وفي هذا استخدمنا مقياس الضغط النفسي وبيننا طريقة جمع البيانات وأخيرا ختمنا الدراسة بخاتمة.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1. الإشكالية.
2. الفرضيات.
3. أسباب اختيار البحث.
4. أهداف البحث.
5. أهمية البحث.
6. تحديد المهام.

1. الإشكالية

لرعاية الامومية المشبعة بالحب، الحماية والحنان أهمية بالغة في تحقيق نمو سوي للطفل الرضيع، الذي يمر بأكثر المراحل النمائية ضعفا وعجزا، فصغره وعدم نضجه العصبي والوظيفي يجعلانه في تبعية دائمة للكبار على الأخص أمه التي يعتبرها أهم موضوع يتعلق به بفضل ما توفره من إشباع حاجاته ومتطلباته التي تحفظ بقاؤه، فضلا عن الأمن النفسي الذي يساعده عن النمو بشكل سليم بهدف استقلاليته وتميزه والعكس صحيح، فانعدام هذه الرعاية أو فقدانها بسبب تخلي الأم عن ابنها لكونه غير شرعي مثلا سيعرضه للإصابة بمختلف الاضطرابات الناتجة الحرمان الامومي ولتقادي هذه الاضطرابات يجب تعويض الأم البيولوجية ببديلات عنها وهذا سعت الدولة لتحقيقه من خلال فتح دور للطفولة المسعفة وتخصيص حاضنات ومرييات لخدمة ورعاية هذه الفئة المحرومة وتنشئتها بصحة نفسية وعقلية، فتربية أطفال مسعفين يعتبر أمر صعب في مؤسسة حكومية ذات نظام حريص على امن وصحة المقيمين بها، أكثر من عاملاتها أمر يشحن جو العمل بكثير من الضغوط، فالمرييات تعانين من نوعين أساسيين من الضغوط، ضغوط مهنية مرتبطة ببيئة العمل وضغوط أسرية مرتبطة بالمسؤوليات اتجاه العائلة، فاختلاط الأدوار وعجز العاملات عن مواجهة مصادر الإحاطات المهن يؤدي بهن إلى الوقوع في ضغوط العمل خاصة إذا كانت متطلبات عملهن فوق طاقتهن.

فمهنه الحاضنة أو المربية في دور الطفولة المسعفة تحتم لعطاء الحنان والعطف للأطفال المحرومين من كل ما قد توفره الأسرة من حب وعناية ما يحقق راحة نفسية لهؤلاء المرييات ويجعلهن متوافقات مع ذواتهن، فيسخرن المزيد من الطاقات للعمل الى جانب صعوبات التحكم في مسببات الضغوط النفسية والمهنية سينخفض مستوى أدائهن المهني ويقل عطائهن للأطفال ويصبح عملهن روتيني أي إضافة إلى شعورهن بالإرهاك وعدم جدوى الإبداع والتحديد، مع الشكوى من مختلف الأعراض المرضية كآلام الظهر، أوجاع الرأس، المفاصل والأكتاف، القلق، السكري، الضغط الدموي...الخ.

تشير هذه الأمراض إلى ظهور الضغط النفسي فقد بين العديد من الدراسات بان العاملين في المهن الإنسانية ذات الطابع الخدماتي الاجتماعي كالتب، التمريض، التربية والتعليم أكثر عرضة للضغط النفسي من باقي المهن الأخرى إلا أنها تتباين في شدتها وطبيعتها، ولموضوع الضغط النفسي العديد من الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية:

أولا: الدراسة الجزائرية

1. دراسة ناجية دايلي (2013م) دراسة لنيل شهادة الماجستير

بعنوان الضغط النفسي لدى المرأة المتروجة العاملة في الميدان التعليمي وعلاقته بالقلق.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي والقلق عند أفراد العينة وكذلك معرفة نوعية العلاقة بين كل بعد من أبعاد الضغط العلاقة بين كل بعد من أبعاد الضغط النفسي والقلق لدى أفراد العينة، ومعرفة إذا كانت هناك فروق في درجة كل من "الضغط النفسي، والقلق" حسب متغير الطور التعليمي، والخبرة المهنية، وعدد سنوات الزواج عند أفراد العينة.

وتكونت العينة من 30 امرأة عاملة في سلك التعليم بمتوسطة صادق طرابلسي بمدينة سطيف وطبق عليهن مقياس الضغط النفسي بدرية كمال احمد، ومقاس القلق لجانيت تايلو ومقابلة وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين البعد الضغط النفسي والقلق لدى المرأة المتزوجة العاملة في ميدان التعليمي.

وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين البعد الأسري للضغط النفسي والقلق لدى أفراد العينة، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين البعد الحصي للضغط النفسي والقلق لدى أفراد العينة.

ثانياً: الدراسات لعربية

1. دراسة محمد حمزة الزيدوي (2004)

بعنوان: (مصادر الضغوط النفسية و... النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات).

كالجنس، والعمر، والحالة الاجتماعية، والخبرة التدريسية و المؤهل العلمي.

بلغ حجم العينة (115) معلم ومعلمة اختيروا بطريقة عشوائية من مدارس جنوب الأردن، استخدم الباحث

مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي حيث تضمن ثلاثة أبعاد موزعة على (22) فقرة وأوضحت النتائج الآتية:

• إن معلمي التربية الخاصة في جنوب الأردن يعانون من مستويات مختلفة من الضغوط النفسية والاحتراق النفسي تراوحت من المتوسط إلى العالي.

• إن أكثر مصادر الضغوط هي المرتبطة بالإبعاد الآتية: قلة الدخل الشهري والبرنامج الدراسي المكتظ والمشاكل السلوكية والعلاقات مع الإدارة وعدو وجود التسهيلات المدرسية وعدم وجود حوافز مادية وعدم تعاون الزملاء والعلاقات مع الطلبة ونظرة المجتمع المتدنية لمهنة التعليم.

• إن المعلمين يعانون من الإجهاد الانفعالي أكثر من المعلمات.

• هنالك خروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير سنوات الخبرة لصالح المعلمين.

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية واضحة تعزى لمتغير الدخل الشهري.

2. دراسة شوقية إبراهيم (1993)

بعنوان الضغط النفسي لدى معلمي الفئات الخاصة ومعلمي التعليم العام في ضوء بعض المتغيرات مثل: جنس المعلم ومدة خبرته وعلاقته بتلاميذه وحاجاته الإرشادية.

بلغ حجم العينة (180) معلم، 80 من معلمي الفئات الخاصة و(100) من معلمي التعليم العام بالمنصورة، استخدمت الباحثة مقاييس الإنهاك النفسي للمعلم، العلاقات الشخصية بمدرسته ويشمل علاقته بتلاميذه وزملائه وإدارة مدرسة وأوضحت النتائج الآتية:

- إن معلمي التربية الخاصة ترتفع الضغوط لديهم مقارنة بمعلمي التعليم العام.
- هناك ارتباط سالب بين مدة خبرة المعلم والضغوط النفسية لمهنة التدريس.
- المعلمون الأكثر ضغوطاً هم الأكثر اضطراباً في علاقتهم بتلاميذ ويزميلاتهم بإدارة المدرسة.
- أهم مصادر ضغوط مهنة التدريس هي علاقة المعلم بطلابه وزملائه وإدارة المدرسة وصراع وعبئ الدور واتجاهات المجتمع نحو هذه المهنة.

ثالثاً: الدراسات الأجنبية

دراسة اسبل 1989 Asbell الولايات المتحدة الأمريكية.

عنوان الدراسة: أساليب التعامل مع الضغوط النفسية.

- هدفت الدراسة إلى معرفة ضغوط الحياة ومنقصاتها اليومية وأساليب مواجهتها لدى أفراد عينة الدراسة.
- تكونت عينة الدراسة من 181 شخص في نيويورك .
- أدوات الدراسة مقياس طرق المواجهة المنفتح ومقياس.... النفسية ومقياس ... الحياة اليومية وقائمة الأعراض الجسمية وقائمة الأعراض المرضية لهوبكنز .

حيث توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية بين أساليب المواجهة المستخدمة وهي أساليب التكيف الايجابية، (التنفس الانفعالي، المساندة الاجتماعية).

- وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والأعراض المرضية.

بعض الدراسات المتعلقة بمهنة المربية

دراسة دروسي سعاد (2017)

بعنوان: الضغط النفسي لدى مربيات التعليم التحضيري

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى:

- التعرف على الأسباب التي تؤدي إلى الضغط النفسي لدى المربيات التعليم التحضير وكذلك التعرف على مدة تعرض مريبات التعليم التحضيري إلى الضغوط النفسية والتعرف على طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي وأثارها على مريبات التعليم التحضيري.

وتكونت الدراسة من 8 حالات تم انتقاء 5 حالات فقط.

والتي تتوفر لديهن شروط الدراسة وطبق عليهن مقياس الضغوط النفسية من إعداد وتصميم الدكتور فقيه العيد. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- الحالة الأولى تعاني من ضغط نفسي مرتفع مقدر ب 80 درجة.

- الحالة الثانية تعاني من ضغط نفسي متوسط مقدر ب 70 درجة.

- الحالة الثالثة تعاني من ضغط نفسي مرتفع مقدر ب 80 درجة.

- الحالة الرابعة تعاني من ضغط نفسي متوسط مقدر ب 40 درجة.

- الحالة الخامسة تعاني من ضغط نفسي مرتفع مقدر ب 81 درجة.

فمريبات الطفولة المسعفة تهدف ولو بقليل من الرقابة الامومية والأسرية التي حرم منها هؤلاء الأطفال المحرومين جراء التخلي عنهم رغم عجزهم وبغية مساعدتهم على بناء شخصيات قوية ذات تربية سليمة قادرة على معالجة الحياة وعراقلها وهذا ما يستلزم منهن تصريف اكبر قدر من الطاقة النفسية والعقلية والجسدية مع وجود عوامل سليمة ذاتية أو مهنية قد يعرضهن إلى الضغط النفسي ومن هنا نتساءل:

ما مستوى الضغط النفسي عند المربيات في دار الطفولة المسعفة؟

2. الفرضية

- تعاني المربيات في دار الطفولة المسعفة من ضغط نفسي مرتفع

3. أسباب اختيار البحث

تكمن أسباب اختيار الموضوع فيما يلي:

- معاناة مريبات الطفولة المسعفة نتيجة انقسام أدوارهن المتعددة.

- زيادة عمل النساء العاملات.

4. أهداف البحث

ويتمثل في هدف رئيسي واحد:

- معرفة مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة.

5. أهمية البحث

تتمحور أهمية الدراسة فيما يلي:

- إلقاء الضوء على الحالة النفسية لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة مع إبراز اثر الضغط النفسي لديهن حيث انه من المتعارف أن العبء الكبير في تربية هذه الفئة من الأطفال ورعايتهم في كثير من المجتمعات من بينها المجتمع الجزائري.
- قلة الدراسات والأبحاث العلمية والمحلية التي تطرقت لموضوع الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة.
- محاولة الخروج بنتائج علمية وعملية يمكن الاستفادة منها في إيجاد الحل لخفض مستوى الضغط النفسي الذي تعاني منه المربيات.
- تعتبر هذه الدراسة كفرصة للمربيات في التعبير عم ما يعانين من ضغوط نفسية وتوجيههن إلى كيفية مواجهتها والتكيف معها.
- كما تساهم هذه الدراسة في إثراء الرصيد المعرفي للطالب والباحث في الجامعة الجزائرية حول هذا الموضوع.

6. تحديد المفاهيم

6-1- الضغط النفسي

التعريف الاصطلاحي:

ويعرف سيلبي selye (1976) الضغط النفسي باعتباره استجابة غير محددة للجسم لأي مطلب. (وليد السيد احمد خليفة و مراد علي عيسى، 2008، ص129)

ويشير علي عبد السلام(2000) إلى أن الضغوط النفسية سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها الفرد نتيجة للتعامل مع البيئة ومع متطلبات البيئة المحيطة به وتفرض عليه سرعة التوافق في مواجهته لهذه (الأحداث لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية والوصول إلى تحقيق التوافق مع الحياة. (ص131،132، 2008)

فالضغط النفسي في مستواه العادي هو المصدر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل والجسم فإذا كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المطلوب من الإنسان مستمتعا بالاستشارة المتضمنة فيها فان الضغط هنا يكون مرغوبا فيه، أما إذا كانت الطاقة غير مناسبة للاستشارة وغير متوافقة مع المتطلبات فان الإنسان بحالة ضارة تبدو في شعوره بمستوى مرتفع أو زائد من الضغوط.

التعريف الإجرائي:

هو عبارة عن تجارب وإحساسات خاصة بالفرد والتي من خلالها يشعر باختلالات نفسية أو عضوية والتي يترتب عليها بدورها التوتر والقلق وعدم الاستقرار وكل ما ينتج عن عوامل في البيئة الخارجية أو المنظمة أو الفرد نفسه ويعبر عنه من خلال المقياس الضغط النفسي، وحسب ما يقيسه المقياس.

6-2- مربية دار الطفولة المسعفة

اصطلاحاً:

اعتبر جون ديوي بان التربية هي الحياة-كما تعرف- بالعمل المنسق المقصود الهادف إلى نقل المعرفة وخلق القابليات وتكوين الإنسان والسعي به في طريق الكمال من جميع النواحي وعلى مدى الحياة. (عمر احمد الهمشري، ص18، 2007)

التعريف الإجرائي:

تعرف المربية في دار الطفولة المسعفة على أنها القائمة على مرافقة الطفل من دخوله للمركز إلى غاية وصوله إلى أعلى المستويات، تتكفل المربية بالتربية والتلقين والتوجيه المعرفي والسلوكي والحسي للطفل، تساهم المربية في دار الطفولة بالممارسة النفسية والحسية والحركية للطفل وهذا ما يتطلب منها مكتسبات في علم النفس التربوي والعيادي أو بمعنى آخر هي الأم البديلة التي وظفتها الدولة في مراكز ومؤسسات ذات طابع إداري واستقلالية مالية.

الجانب النظري:

الفصل الثاني: الضغط النفسي

تمهيد

- 1- مفهوم الضغط النفسي
- 2- مصطلحات المرتبطة بالضغط النفسي
- 3- أنواع الضغط النفسي
- 4- مصادر الضغط النفسي
- 5- أعراض الضغط النفسي
- 6- النظريات المفسرة للضغوط النفسية
- 7- علاج الضغوط النفسية

خلاصة

الفصل الثالث: مربيات الطفولة المسعفة

تمهيد

- 1- تعريف مربية الطفولة المسعفة
- 2- إعداد مربية الطفولة المسعفة
- 3- خصائص مربية الطفولة المسعفة
- 4- دور المربية في دار الطفولة المسعفة

خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: منهجية البحث

تمهيد

1- المنهج المتبع

2- مجموعة البحث

3- شروط انتقاء مجموعة البحث

4- خصائص مجموعة البحث

5- الأدوات والتقنيات المستعملة.

تمهيد

الضغط النفسي في العمل هو إدراك الفرد لوجود متطلبات وتغيرات في بيئة العمل تفوق طاقته مما يؤدي إلى التوير والضيق لدى الفرد فعندما نتحدث عن مصادر أو أسباب الضغط النفسي في العمل فإننا نتحدث غالبا عن ظروف العمل وأنظمتها وذلك لأنها تحد من حرية الأفراد وتجبرهم على الالتزام بقواعد العمل وأنظمتها غير مرنة ومن بين الأعمال التي تسبب الضغط النفسي نجد منها عمل المربيات الطفولة المسعفة.

أما العناوين التي جاءت في هذا الفصل فهي كالتالي: المنهج المتبع، مجموعة البحث، شروط انتقاء مجموعة البحث، خصائص مجموعة البحث والأدوات والتقنيات المستعملة.

1- المنهج المتبع

المنهج: هو الطرق الواضح أو الخطة المرسومة أي طريقة البحث ومصطلح المنهج في اللغة أجنبية يقابله كلمة Méthode بالفرنسية، أما من الناحية اللغوية تعني الكيفية أو السبيل. (خادب الهادي وقدي عبد المجيد، 1996، ص19)

فلكل دراسة ميدانية في علم النفس العيادي منهج معين يستخدمه الباحث حسب معايير الانتقاء التي يراها مناسبة لفرضيته التي استخدمها والتي بصدها تحاول أن تجاوب عن السؤال المطروح في الإشكالية وتوصله بذلك إلى الأهداف المسطرة من الدراسة في موضوعنا الذي يعالج مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة لولاية البويرة تطرقنا إلى استخدام المنهج العيادي الذي يعد من المناهج الأكثر استعمالاً في علم النفس العيادي حيث أخذ علم النفس العيادي أو الإكلينيكي مصطلح دراسة الحالة ليعبر عن الأشخاص اللذين يعانون من اضطراب بدني أو انفعالي ولقد اعتمدنا على المنهج العيادي كونه المنهج الملائم لطبيعة فرضياتنا وموضوع الدراسة من جهة ولفردامة الحالات من جهة أخرى.

ويعرف d.la gache المنهج العيادي على أنه يتناول السيرة من منظورها الخاص، وكذلك التعرف على مواقف وتصرفات الفرد اتجاه وضعيات معينة محاولاً بذلك التعرف على بنيتها كمكمل يكشف الصراعات التي تحركها ومحاولات الفرد لحلها. (chahroui et benony, p16, 2002)

2- مجموعة البحث

مجموعة البحث تم اختيارها حسب طبيعة البحث العلمي تم اختيار مجموعة البحث بطريقة غير احتمالية وهي يتم اختيارها بشكل غير عشوائي تتفق أسس وتقديرات معنية يضعها الباحث.

من بين هذه الطرق غير الاحتمالية لجأنا إلى اختيار مجموعة البحث بطريقة الفرضية يقوم الباحث باختيارها وفق للغرض الذي يستهدف تحقيقه من خلال البحث.

خيارنا لمجموعة البحث جاء وفق هذه المراحل وتم بذلك اختيار مربيات في دار الطفولة المسعفة لولاية البويرة يعملنا في فترات مختلفة صباحية، مسائية، وليلية ومع كل الأطفال المقيمين بالدار منهم الرضع والأطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة.

3- شروط انتقاء مجموعة البحث

من بين المعايير التي لجأنا إليها لاختيار مجموعة البحث هي:

- المؤشرات الفيزيولوجية للضغط النفسي: والتي تتمثل في التعب، التعرق الكثير، ازرقاق العين... الخ
- المؤشرات النفسية للضغط النفسي: الانفعال المؤثر، النرفزة، النبرة الصوتية العالية، الشكوى الكثيرة... الخ

الفصل الرابع: منهجية البحث

4- خصائص مجموعة البحث

قمنا بتلخيص خصائص مجموعة البحث في الجدول التالي:

الجدول رقم (1): خصائص مجموعة البحث

المتغيرات الحالات	الجنس	التخصص الدراسي	المستوى الدراسي	السن	الحالة العائلية	الخبرة المهنية
أنيسة	أنثى	علم النفس التربوي	ليسانس	33 سنة	متزوجة	8 سنوات
لويزة	أنثى	علم النفس الأطفونى	ليسانس	38 سنة	متزوجة	5 سنوات
فتيحة	أنثى	علم النفس العيادي	ليسانس	28 سنة	متزوجة	3 سنوات
سمرا	أنثى	مربية أطفال	السنة الثالثة ثانوي	25 سنة	عزباء	سنتان
نعيمة	أنثى	علم النفس الشيخوخة والإعاقة	ماستر	29 سنة	متزوجة	6 سنوات
نجاه	أنثى	مربية أطفال	السنة الثالثة ثانوي	33 سنة	عزباء	4 سنوات
هبة	أنثى	مستشارة توجيه	ليسانس	36 سنة	متزوجة	6 سنوات

وفقا للجدول لدينا 7 مربيات تتراوح أعمارهم بين 25 و 38 سنة لاحظنا أن 5 منهم متزوجات واثنان غير متزوجات لدين ستة منهم حاصلون على شهادة عليا واثنان لديهم مستوى البكالوريا، خبرة العمل بين سنتين وثمانى سنوات.

5- الأدوات والتقنيات المستعملة

من أجل جمع المعلومات والبيانات لدراسة مستوى الضغط النفسي لدى المربيات وجب علينا استعمال أدوات جمع البيانات والتي تتجاوز مع متطلبات البحث.

5-1- أدوات جمع البيانات: من أهداف استعمال أدوات البحث هي:

- جمع المعطيات والحقائق المتعلقة بموضوع البحث.
- يعتمد عليها الباحث لموضوع بحثه وعدم الخروج عن الأسطر العريضة له، تطرقنا في بحثنا هذا إلى المقابلة العيادية فاخترنا المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس الضغط النفسي.

5-2- المقابلة العيادية:

هي الطريقة التي نلجأ إليها عادة للحكم على شخصيات الأفراد حكم سريعا شاملا عن طريق التحدث معهم ومقابلتهم بشكل مباشر. (سهير كامل أحمد، 2002، ص33)

5-3- المقابلة العيادية النصف موجهة:

هي التي تعتمد على قدرات الأخصائي الذي يقوم بها من خلال خلق جو ملائم من الثقة المتبادلة والمشجعة من أجل التفاعل الإيجابي والمستقل كما تعتمد على شخصية الأخصائي النفسي وخبرته. (رجاء محمود أبو علام، ص427، 2001)

5-4- المقياس المستعمل للدراسة الميدانية:

لأي دراسة في علم النفس العيادي حول الضغط النفسي في ميدان العمل مقياس لقياس حدة الضغط لذا في بحثنا اخترنا مقياس الضغط النفسي من إعداد تصميم الدكتور فقيه العيد والذي يصدره المشروع الوطني للبحث حول التصميم وترجمة وتكييف اختيارات الصحة النفسية في مجلة القياس النفسي سنة 2013.

ويتضمن هذا المقياس 40 بند تتوزع على أربعة أبعاد رئيسية:

البعد الأول: يتناول حدة الإجهاد ويقاس درجة الضغط النفسي.

البعد الثاني: يتناول المشكلات النفسية الجسدية التي يعاني منه الفرد.

البعد الثالث: يتناول مدى كفاءة الفرد في الوقت الراهن.

البعد الرابع: يتناول المشكلات الانفعالية التي يعاني منه الفرد كانعكاس مباشر لشدة الضغوط.

5-5- تعلية الاختيار:

فيما يلي مجموعة من العبارات تصف مشاعرك وأخرى تصف الظروف تربطها على المستوى الأسري أو المهني أو الصحي والمطلوب منك فقط وضع علامة في الخانة المناسبة والإجابة تكون على كل الأسئلة فإذا لم تكن متأكدة من الإجابة فلا مانع من التخمين ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة بالنسبة للأسئلة ولكن المطلوب منك أن تغبر بصدق عن مشاعرك ووضعيتك الصحية.

طريقة تصحيح المقياس والحصول على الدرجات الخام: حيث تعطي 03 درجات عندما تكون الإجابة ب غالبا ودرجتين على كل إجابة ب قليلا ودرجة واحدة على كل إجابة ب نادرا وصفر على كل إجابة ب لإتمام وتعطي هذه الدرجات سواء أمام العبارات التي تقيس شدة الإجهاد أو التي تحسن كفاية الفرد أو العبارات التي

الفصل الرابع: منهجية البحث

تقيس المشكلات الانفعالية من (0-39) درجة منخفض، من (40-79) درجة متوسط، من (80-120) درجة مرتفع. (فقيه العيد، ص24، 2013)

5-6- مكونات المقياس: يشمل المقياس 40 بند تتوزع على النحو التالي:

من البند الأول إلى غاية البند 10 تعبر عن حدة الإجهاد.

من البند 11 إلى البند 20 تعبر عن المشكلات الجسدية.

من البند 21 إلى البند 30 يعبر عن كفاية الفرد.

من البند 31 إلى البند 40 يعبر عن المشكلات الانفعالية.

خاتمة:

استهدفت الدراسة التعرف على الضغط النفسي لدى مربيات الطفولة المسعفة وكذا محاولة التعرف على درجات الضغط النفسي، إن مهنة مربيات الطفولة المسعفة تفرض على المربيات مواجهة الكثير من الضغوط لذا تعجز الكثير منهن على أداء مهامهن بصورة فعالة فالمربيات يتعاملن مع أطفال صغار من فئة خاصة والمتمثلة في الطفولة المسعفة، نظرا لما تتطلب هذه المهنة من أعباء ومتطلبات كثيرة وبشكل مستمر، من خلال ما تم تقديمه حول الدراسة وانطلاقا من إشكالية البحث التي جاءت كتالي: ما مستوى الضغط النفسي لدى المربيات في دار الطفولة المسعفة؟ ثم وضعت الفرضية التي مفادها تعاني المربيات في دار الطفولة المسعفة من ضغط نفسي مرتفع.

وبعد التطرق إلى الجانب النظري الذي يحتوي على أربعة فصول انتقلنا إلى منهجية الدراسة حيث قمنا بالدراسة في مؤسسة الطفولة المسعفة بالبيورة حيث اخترنا كمربيات واستخدمنا الأدوات التالية: المقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس الضغوط النفسية لدكتور محمد الفقيه.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

الكتب باللغة العربية:

1. خادي الهادي، قدي عبد الحميد، 1996، المرشد المفيد في المنهجية وتقنيات البحث العلمي، دار هومة.
2. د.وليد السيد أحمد خليفة، د.مراد على عيسى سعد، 2008، الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي، الطبعة الأولى، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية، دار الوفاء.
3. دجاء محمود أبو علام، 2001، مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجمعيات، مصر، الطبعة الأولى.
4. سهير كامل أحمد، 2002، علم النفس الاجتماعي بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية، للكتاب، ب.ط، الإسكندرية القاهرة.
5. عمر أحمد همشري، مدخل إلى التربية، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2007.

الكتب باللغة الأجنبية:

6. Chahraoui khadidja et benoni, 2000, méthode évolution et recherche en psychologie chimique.

قائمة الدراسات والمجلات:

7. دروسي سعاد، 2017، الضغط النفسي لدى مربيات التعليم التحضيري، دراسة ميدانية لخمس حالات، جامعة الطاهر مولاي، سعيدة، الجزائر، رسالة ماستر.
8. شوقية إبراهيم، 1993، الضغط النفسي لدى معلمي الفئات الخاصة ومعلمي التعليم العام في ضوء بعض المتغيرات، الطبعة الأولى، مكتبة الأزجلو المصرية.
9. فقيه العيد، 2013، مجلة القياس النفسي يصدر المشروع الوطني للبحث حول تصميم وترجمة تكييف اختبارات الصحة النفسية، دار الكنوز للإنتاج والنشر والتوزيع.
10. محمد حمزة الزيدوي، 2004، مصادر الضغوط النفسية والاحتراف النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، الطبعة الأولى، الجامعة الأردنية.
11. ناجية دايلي، 2013، الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في الميدان التعليمي وعلاقته بالقلق، رسالة ماجستير، جامعة فرحات عباس، سطيف (الجزائر).

الدراسات باللغة الأجنبية:

12. Asbell.L.B (1989), style of coping, Daily Hass les ; and Hardiness as Mediators and outcome in the stress-illness relationship, A prospective Study, DAI-B, 49/12, P551.