استراتيجيات التكيف لدى أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة وعلاقتها بتعدد المهام البيداغوجية وغير البيداغوجية

Coping strategies among primary school teachers to stressful situations and its relation to the multitude of pedagogical and non-pedagogical tasks

سفيان برينات[1]*، نذيرة إغمين[2]

[1] جامعة 8 ماي 1945 - قالمة (الجزائر)، brinet.soufyane@univ-guelma.dz

[2] جامعة 8 ماي 1945 - قالمة (الجزائر)، Ighemine.nadira@univ-guelma.dz

تاريخ الاستلام: 2021/09/01 تاريخ القبول: 2022/01/06 تاريخ النشر: 2022/06/07

ملخص:

هدفت هذه الدّراسة إلى الكشف عن علاقة استراتيجيات تكيّف أساتذة التعليم الإبتدائي مع الوضعيات الضّاغطة بتعدّد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية، وتحديد أثر كل من متغيري طبيعة التكوين وسنوات الخبرة، وتم اختيار عينة عرضية قدرت ب 110 أستاذ وأستاذة، وقد تم استخدام النسخة المكيفة على البيئة الجزائرية لمقياس استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة (CISS) لأندلر وباركر، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1. لا توجد علاقة بين استراتيجيات التكيف وتعدد مهام أساتذة التعليم الابتدائي البيداغوجية وغير البيداغوجية.

2. يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي دائما استراتيجية حل المشكل للتكيف مع الوضعيات الضاغطة، وعادة ما يستخدمون استراتيجيتي الانفعال والتجنب .

3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في استخدام استراتيجيات التكيف لدى أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغيري طبيعة التكوين وسنوات الخبرة.

كلمات مفتاحية: *أستاذ التعليم الإبتدائي، استراتيجيات التكيف، الوضعيات الضاغطة، المهام البيداغوجية المهام غير البيداغوجية*

Abstract:

This study aims to examine the link between the coping strategies of primary school teachers to stressful situations and their several pedagogical and non-pedagogical tasks, also to determine the impact of their training nature and work experience.

A convenience sample of 110 male and female teachers was selected and tested under the Endler & Parker's Coping Inventory for Stressful Situations (CISS) (Adapted according to the Algerian environment).

The study had come to the following results:

* المؤلف المرسل: سفيان برينات، الإيميل: **brinet.soufyane@univ-guelma.dz**

1. There is no relationship between the coping strategies and the several pedagogical and non-pedagogical tasks of primary school teachers.

2. Primary school teachers always use the problem-solving strategy to loose stressful situations, and usually use the Emotion strategy and avoidance strategy.

3. There are no differences of statistical nature in the use of coping strategies among primary school teachers with stressful situations due to differences in their nature of training and work experience.

***Keywords**: Primary school teachers; coping strategies; to stressful situations; pedagogical tasks; non-pedagogical tasks.*

مقدمة:

المدرسة هي نواة التغيير بالمجتمع، وهي أساس رقيه وازدهاره ونمذجة أفراده ففي دراسة شاملة أجراها معهد اليونسكو للإحصاء موسومة بنظرة داخل المدارس الابتدائية لمؤشرات التعليم العالمية (WEI) بعدة بلدان لعام 2008، يقول مدير المعهد هاند ريك فاندر بول **Hendrik van der Pol** "لماذا يفشل نظام التعليم في تزويد طلابه بتعليم جيد؟ المدارس هي واحدة من الأماكن الأولى للبحث عن الإجابات، انها تمثل عنصرا حيويا في نجاح أي جهد لتحسين جودة التعلم". (Zhang et al., 2008, p. 4)

يعتبر التعليم من المهن الشاقة خاصة لمن يدرس في المرحلة الابتدائية لتعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية، ففي دراسة مسحيّة أُجرتها النقابة الوطنية للمعلمين والمعلمات في المملكة المتحدة عام 2017 أن نصف المجيبين من المعلّمين والمعلّمات دون سن 35 توقعوا أن يتركوا المهنة في غضون السنوات الخمس المقبلة بسبب عبء العمل، أغلب الأبحاث التي تناولت الموضوع بالدراسة والتحليل بينت أن المدرسين وفي مختلف المراحل التدريسية يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط، والتي كانت انعكاساتها سلبية على مردودهم المهني وعلى صحتهم النفسية والجسمية، وتأتي هذه الضغوط من مصادر تتعلق كلها بطبيعة مهنة التدريس ومتطلباتها كما دلت عليها نتائج دراسة علياء قاسمي الحسني وعبد الرحمن تلي حول مصادر الضغط المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي. (تلي، قاسمي الحسني، 2021، ص762)

فإذا كان الاعتدال هو مفتاح الصحة الجسدية فإن التوازن هو مفتاح الصحة النفسية، وهو ما يدفع أساتذة التعليم الابتدائي لاستخدام استراتيجيات للتكيف مع هذه الضغوط للتخفيف من آثارها وتحقيق التوازن.

1. الإشكالية:

يعتبر الضغط النفسي من بين المشكلات التي عانى ولا يزال يعاني منها الأفراد خاصة في ظل تغير نمط الحياة ومتطلباتها من فترة زمنية الى أخرى، والضغط النفسي "عبارة عن مشاكل

وصعوبات يواجهها الانسان وتعترض طريقه وتعوقه فترة عن الاستمرار، وتتطلب منه أن يحاول حلها وإزالتها من طريقه". (عبد الله أحمد، 2018، ص.17)

وتختلف مصادر الضغوط ومسبباتها من فرد لآخر، وتعد ضغوط العمل أو ما يطلق عليه بالضغوط المهنية، من أهم العوامل التي تؤثر على الفرد خاصة صحته النفسية وكذا أدائه الوظيفي إذا لم يستطع السيطرة عليها، ومن بين المهن التي صنفت ضمن المهن الضاغطة نذكر مهنة التعليم فقد توصلت دراسة بريطانية إلى أن المعلمين أكثر عرضة للضغط المرتبط بالوظيفة مقارنة بغيرهم من المهنيين، وقدتم وضع استراتيجية تهدف لإزالة العبء غير الضروري للمعلمين عند تقييم أداء المدرسة. (Heckman, 2019)

واذا ما أخذنا أستاذ التعليم الابتدائي في الجزائر نموذجا، نجد أن مهامه لم تعد تقتصر على اكساب المعرفة للمتعلم ومرافقته في سيرورة تطوير تفكيره بشكل منهجي (المهام البيداغوجية)، بل تعدتها الى مهام أخرى جديدة يمكن أن نطلق عليها مصطلح المهام غير البيداغوجية، والتي فرض عليه القيام بها مثل مرافقة التلاميذ في الساحة، والاشراف عليهم أثناء عملية الإطعام وغيرها ،الأمر الذي أصبح يشكل عبئا اضافيا عليهم ،وكان من ضمن أسباب العديد من الحركات الاحتجاجية التي شهدها الوسط التربوي في السنوات الأخيرة دون الوصول الى حلول مقنعة ترضي الطرفين.

الأمر الذي ولد لدينا الرغبة في تسليط الضوء على طبيعة استراتيجيات التكيف التي يتبناها أساتذة التعليم الابتدائي وعلاقتها بتعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية، وقد تمحورت اشكالية دراستنا حول مجموعة من التساؤلات نوردها فيما يلي:

هل توجد علاقة بين استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة وتعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية؟

ماهي الاستراتيجيات المعتمدة من طرف أساتذة التعليم الابتدائي للتكيف مع الوضعيات الضاغطة في ظل تعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية؟

هل توجد فروق في استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الإبتدائي مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير طبيعة التكوين؟

هل توجد فروق في استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الإبتدائي مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير سنوات الخبرة؟

2. الفرضيات:

- توجد علاقة بين استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة وتعدد مهاهم البيداغوجية وغير البيداغوجية.
- يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية حل المشكل للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.
- يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية الانفعال للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.
- يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية التجنب للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.

■ **الفرضيات الاحصائية:**

- توجد فروق بين أساتذة التعليم الابتدائي في استخدام استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير طبيعة التكوين.
- توجد فروق بين أساتذة التعليم الابتدائي في استخدام استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

3. الأهداف:

- الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة وتعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية.
- التعرف على استراتيجيات التكيف المتبناة من طرف أساتذة التعليم الابتدائي في مواجهة الضغوط.
- التعرف على تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية (طبيعة التكوين، سنوات الخبرة) على طبيعة استراتيجية تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة.

4. الأهمية:

- محاولة الخروج بنتائج علمية وعملية حول موضوع تعدد مهام أساتذة التعليم الابتدائي والذي يعتبر أحد أبرز الأسباب التي جعلت المدرسة الجزائرية تعيش حالة من الاضطرابات ترجمت في حركات احتجاجية واضرابات جعلت العلاقة بين وزارة التربية والأساتذة واولياء التلاميذ في تشنج.
- قلة الدراسات والأبحاث التي تناولت موضوع تعدد مهام أستاذ التعليم الابتدائي.

5. تحديد المصطلحات:

1.5 أستاذ التعليم الابتدائي:

1.1.5 التعريف الاصطلاحي:

يعرفه كولينز و و. براين (2011) هو كل من يمتهن التعليم في المدرسة الابتدائية، وتنطوي مهمته على قيادة الموضوع والقدرة على تدريسه لمختلف التلاميذ، إضافة لرصد وفهم كيفية تطورهم وتعلمهم والتفكير بشكل منهجي حول ما يمارس، والعمل الجماعي لتعزيز التعلم لديهم. (Collins & O'Brien, 2011)

2.1.5 التعريف الإجرائي:

هو موظف مهمته تدريس التلاميذ وتربيتهم وتكوينهم فكريا وأخلاقيا وجسميا وتطبيق المنهاج الدراسي، محدد في النصوص التشريعية والتنظيمية والمناشير الوزارية المعد لمرحلة التعليم الابتدائي.

2.5 استراتيجيات التكيف:

1.2.5 التعريف الاصطلاحي:

تعرف في قاموس الجمعية الامريكية لعلم النفس بأنها: سلسلة من الإجراءات أو عملية تفكير تستخدم في مواجهة موقف ضاغط أو غير سار أو في تعديل رد فعل المرء على مثل هذا الوضع. وعادة ما تنطوي استراتيجيات التكيف على نهج واع ومباشر للمشاكل، على النقيض من آليات الدفاع. انظر أيضا التعامل مع السلوك; آلية التكيف؛ العاطفة تركز على التكيف; مشكلة تركز على التكيف. (VandenBos, 2015, p.252 p.253)

2.2.5. التعريف الإجرائي:

هي طرق وآليات يستخدمها أستاذ التعليم الابتدائي للتكيف مع الوضعيات الضاغطة من خلال استجابات سلوكية وانفعالية، وهي أيضا مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أستاذ التعليم الابتدائي على كل استراتيجية يتضمنها مقياس (CISS)، ويعد ارتفاع درجة استراتيجية على اعتمادها للتكيف مع الكثير من الوضعيات الضاغطة.

3.5 الوضعيات الضاغطة:

1.3.5 التعريف الاصطلاحي:

يعرفها علي (2000) نقلا عن (مغزي بخوش، 2019، ص17) أنها سلسلة من الأحداث الخارجية التي الفرد نتيجة تعامله مع البيئة المحيطة به، والتي تفرض عليه الأحداث لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية، والوصول إلى تحقيق التوافق.

2.3.5 التعريف الاجرائي:

هي مدى تقييم الأستاذ لحالة من المشاكل المدركة والمتفاعلة في بيئة العمل، نتيجة تعرضه لأحد مصادر الضغط النفسي داخل المدرسة أو القسم: كسلوك التلاميذ داخل القسم، الأعباء البيداغوجية، مراقبة وتنظيم التلاميذ في الساحة...إلخ والتي تؤدي الى إعاقة سبل تحقيق التوافق النفسي.

4.5 المهام البيداغوجية:

1.4.5 التعريف الاصطلاحي:

حددها القرار الوزاري رقم 831 المؤرخ في 91/11/13، وبمقتضى المادة 41 من المرسوم التنفيذي 08 – 04 المتضمن القانون رقم 41 في: تربية التلاميذ وتعليمهم من النواحي الفكرية والخلقية والمدنية والبدنية، وتلقينهم استعمال تكنولوجيات الإعلام والاتصال وتقييم عملهم المدرسي، وحدد نصاب عملهم بثلاثين (30) ساعة من التدريس في الأسبوع.

2.4.5 التعريف الاجرائي:

هي مجموع الممارسات التعليمية المتمركزة حول التلميذ، والتي يقوم بها أستاذ التعليم الابتدائي لرفع كفاءاته خاصة الأكاديمية منها: كتحضير الدروس وتقديمها، وهي محددة في النصوص التنظيمية.

5.5 المهام غير البيداغوجية:

التعريف الإجرائي:

هي مهام أوكلت لأستاذ التعليم الابتدائي لأدائها خارج القسم دون سند قانوني كحراسة التلاميذ خارج الأقسام سواء بالفناء أو المطاعم المدرسية.

6. الدراسات السابقة:

- دراسة صونيا و' براين (2019) Sonia. O'Bryan الموسومة باستراتيجيات التكيف مع الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الابتدائي حيث هدفت لتحديد الضغوط المرتبطة بالعمل ومظاهرها الجسدية والانفعالية إضافة للتعرف على استراتيجيات التكيف للحد منها وقد قامت الباحثة بتطبيق جرد الإجهاد المعلم Teacher Stress Inventoryالتي وضعها الدكتور مايكل ج. فيميان Dr. Michael J. Fimian في عام 1984 على عينة متكونة من 400 معلم للصف الخامس ابتدائي K-5 في 17 مقاطعة شمال ولاية مينيسوتا بالولايات المتحدة الامريكية، تم اختيارهم بطريقة قصدية لسهولة الوصول اليها او قربها من الباحثة، وقد كشفت نتائج

الدراسة أن الضغوط المرتبطة بالعمل الأكثر وضوحا وصفت من خلال العبارات التالية: هناك الكثير من العمل للقيام به، تؤثر سلوكيات الطلاب سلبا على قدرتي على أداء وظيفتي، هناك القليل من الوقت للتحضير لدروسي/مسؤولياتي ؛ وأولوياتي الشخصية كانت قصيرة التغير بسبب متطلبات الوقت في العمل. وهي تمثل المظاهر العاطفية للضغط، أما مظاهره الجسدية فقد عبر عنها ب: الشعور بالتعب قبل الوصول إلى العمل؛ الإرهاق البدني؛ والتعب على مدى فترة قصيرة من الزمن، أما الاستراتيجيات الأكثر استخداما للتكيف مع الضغوط نذكر اللجوء للعلاقات الشخصية والعائلية، ممارسة النشاط البدني والترفيه.(O'Bryan, 2019)

- دراسة موتو إيزايا ماخيثا (2019) MOTHO ISAIAH MAKHETHA بعنوان استراتيجيات التكيف مع الضغط لمنع الاحتراق النفسي بين معلمي المدارس الابتدائية في ليزوتو (جنوب افريقيا) والتي هدفت إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الضغط والاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي، تحديد الآثار النفسية للاحتراق النفسي. والتعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها للتكيف مع الضغط.

وقد اعتمد الباحث على العينة العشوائية الطبقية لاختيار عينة من 350 أستاذا، اعتمد في الدراسة الاستطلاعية على المقابلة النصف موجهة مع 20 أستاذا، فيما يخص الدراسة النهائية فقد قامت بتطبيق الإصدار الثاني لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي – مسح المعلمين Maslach Burnout Inventory Educators' Survey (MBI - ES) وفق المنهج الوصفي، وكان من أبرز نتائجها: أن عبء العمل ،المناخ التنظيمي ،صراع الدور ،عدم انضباط التلاميذ وشخصية المعلم متغيرات تنبؤية للاحتراق النفسي للمعلمين، كما أن المعلمين يخففون درجات الضغط من خلال توظيف استراتيجيات التعامل مع الضغوط البناءة والحيادية. (Makhetha, 2019)

- دراسة جينيفر رامسي توليفر (2019) Jennifer Ramsey Tolliver الموسومة بضغوط المعلم ومواجهته: دراسة حالة كيفية، وقد هدفت إلى استكشاف آثار الضغط على المدرسين وطرق معالجته من خلال استراتيجيات التكيف، ولتحقيق اهداف الدراسة اعتمدت الباحثة على الدراسة الاستقصائية للتقييم الذاتي على الانترنت لكل من الضغط النفسي آليات التكيف المتصورة وقد تم اعتماد هذه البيانات لوضع دليل مقابلة مع عينة الدراسة المتمثلة في 13 معلما من مدرسة واحدة تم دعوتهم عبر البريد الإلكتروني، بعد تحليل المقابلات توصلت الباحثة الى أن تهيئة بيئات عمل إيجابية داخل المدرسة ، و تبني اتصال فعال، يمكن أن يحد من آثار الضغط وتبني استراتيجيات للتكيف، كما أن الحاجة إلى إدراك الضغط وفهم آثاره أمران هامان لتفاعلات المدرسين في تنفيذ استراتيجيات التكيف. وهناك حاجة إلى أساليب

ونماذج قائمة على البحث للحد من آثار الضغط على المدرسين، كما أن تحديد استراتيجيات التكيف يستخدم خطوط إرشادية لخارطة عمل مستقبلا.(Ramsey-Tolliver, 2019)

- وجاءت دراسة كاترين داماريس قارث (2015) Katherine Damaris Garth بعنوان منع إجهاد المدرسين: مصادر الضغط واستراتيجيات التكيف لدى المدرسين ذوي الخبرة، حيث هدفت هذه الدراسة إلى فهم مصادر الضغط واستراتيجيات التكيف على المستويات الخمس للنموذج الإيكولوجي الاجتماعي (الداخلي، التواصل الشخصي، المؤسسات، المجتمع والسياسات العامة) من شأنه أن يساعد الباحثين/المربين في المستقبل على وضع برامج تهدف إلى الحد من ضغوط المدرسين في الفصول الدراسية ، وخاصة بالنسبة للباحثين والمعلمين في المستقبل، وقد اعتمدت الباحثة على المنهج الكيفي qualitative methods وقد أجرت مقابلتين نصف موجهة لمدة 30 إلى 55دقيقة، الأولى تضمنت ثلاث محاور، الأول: تحديد مصادر الضغوط من خلال مستويات النظام الإيكولوجي الاجتماعي، اما المحور الثاني: معرفة استراتيجيات التكيف مع المواقف الضاغطة، أما المحور الثالث فهو التعرف على كيفية اكتساب المعلمين لاستراتيجية التكيف، أما المقابلة الثانية اعتبرتها الباحثة كدليل متابعة لتوضيح الاستجابات التي لم تكن واضحة خلال المقابلة الأولى وموضوع المحور يمثل المستوى، حيث قامت بالملاحظة لمدة 30 إلى 60 دقيقة، وبعد المقابلات بوقت قصير على المشاركين بعينة قوامها سبعة معلمين خبراء في المدرسة الابتدائية، وبعد تحليل المقابلات أسفرت النتائج عن وجود 14 مصدرا للضغط منها: نقص المعرفة او التدريب، إضافة للسلوكيات السلبية للتلاميذ، أما استراتيجيات التكيف كانت متنوعة، منها ثلاثة اكثر شيوعا هي: إنشاء شبكة دعم، والتكيف مع الحالة إضافة إلى تهيئة بيئة شبيهة بالمنازل، فمعظم المدرسين اكتسبوها من خلال التجارب الشخصية والأشخاص والمهنيين ذوي الخبرة، و وبعضها الآخر مستفادة من البرامج التكوينية.(Damaris Garth, 2015)

*** التعقيب على الدراسات السابقة:**

تتسم الدراسات السابقة التي استعرضناها بالحداثة (2015،2019)، كما أن أساتذة التعليم الابتدائي يعتبرون التعليم من المهن المجهدة سواء الجانب الجسدي أو النفسي، ويتضح جليا استخدامهم لاستراتيجيات مختلفة للتكيف مع الوضعيات الضاغطة والنقطة المشتركة بينهم انهم اكتسبوها من خلال تجاربهم الشخصية أو علاقاتهم الاجتماعية، غير أن هناك تباينا لدى الأساتذة في استخدام هذه الأساليب وقد يرجع ذلك إلى اختلاف أدوات الدراسات وكذلك العينات التي طبقت عليها تلك الأدوات ومجتمع الدراسة، ولكن الدراسة الحالية تتشابه مع هدف الدراسات السابقة كونها تسعى للتعرف على الاستراتيجيات التي يستخدمها الأساتذة للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.

7. منهج الدراسة وإجراءاتها:

1.7. منهج الدراسة:

غالبًا ما يقوم الباحث باختيار الطرق الواجب استخدامها في دراسته من خلال إجابته على أسئلة مثل ما هو سؤال بحثي؟ ما هي افتراضاتي النظرية؟ لما أنا مهتم به؟ يمكننا بعد ذلك البدء في العمل على الطرق التي قد تكون الأنسب ففي علم النفس تستخدم مجموعة من الأساليب النوعية والكمية، مع الجدير بالذكر أنه لا توجد طريقة بحث مثالية، فلكل منها مزايا وعيوب، لذا يختار الباحث أفضل طريقة لتحقيق الأهداف المرجوة. (Cook & Wood, 2021, p. 14)

وقد اعتمدنا في دراستنا الحالية على تطبيق المنهج الوصفي الارتباطي، فمعظم علماء المنهجية مثل مقراث (1963) وجالفو وميلر (1970)، وساكس (1968)، وآرى (1972)، وبست (1981)، وغيرهم يعدون البحث الارتباطي أحد أنواع المنهج الوصفي وأسلوب من أساليب تطبيقه إلا أن اعتماد الكثير من الباحثين عليه خاصة في ميداني العلوم الاجتماعية والإنسانية، جعل بعضهم يعرضونه مفصلاً في كتاباتهم مثل: فان دالين (1952)، ساكس (1968) ولهمان ومهرنز(1979) ، أما البعض الآخر فقد عده منهجاً قائماً بذاته، ولم يعرضه كفرع من المنهج الوصفي. ومن هؤلاء بورق وقول (1979) وإيزاك ومايكل (1981).(المنهج الوصفي الارتباطي، 2019)

2.7. مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من أساتذة التعليم الابتدائي الذين يزاولون مهامهم على مستوى مجموعة من الابتدائيات بولاية قالمة، وقد اعتمدنا في دراستنا على العينة العشوائية الصدفية لأن فترة توزيع الاستبيان كانت في نهاية الموسم الدراسي من 14 إلى 24 جوان 2021، والتي تزامنت مع تسخير أساتذة التعليم الابتدائي للعمل في الاختبارات الرسمية (شهادة التعليم الأساسي وشهادة التعليم الثانوي)، حيث قمنا بتوزيع 250 استبيان وقد تم استرجاع 180، استبعد منها 70 بسبب عدم استجابة الأستاذ على أحد البنود أو تسجيل استجابتين على نفس البند، ليكون قوام عينة بحثنا 110 أستاذ للتعليم الابتدائي ينتمون لـ 44 مدرسة ابتدائية.

3.7. أدوات الدراسة:

تتعدد أدوات جمع البيانات في البحوث العلمية والتطبيقية ويختلف استخدامها من بحث لآخر حتى تتلاءم وطبيعة المتغيرات التي يسعى الباحث لدراستها ميدانيا، فبعد صياغة الإشكالية ووضع الفروض وتحديد كل من اهمية واهداف البحث وجمع المادة العلمية للظواهر

المراد دراستها وكذلك تحديد المنهج المستخدم في الدراسة، يتضح للباحث الأدوات التي تمكنه من تحقيق اهداف بحثه.

***المقابلة:**

يقول كول مان أندرو في قاموس أوكسفورد لعلم النفس أن المقابلة "اجتماع منظم يتم فيه استجواب شخص كجزء من عملية الاختيار بين المرشحين لمنصب أو صحفي أو أي شكل آخر من أشكال التحقيق؛ على وجه التحديد طريقة لجمع البيانات التي تنطوي على استجواب وجها لوجه أو الهاتف من المواضيع أو المجيبين من قبل الباحث. قد تكون المقابلة موجهة نسبيا أو غير موجهة". (Colman, 2015, p. 1350)

وقد اعتمدنا في دراستنا الاستطلاعية على المقابلة الحرة مع 20 أستاذ التعليم الابتدائي والهدف منها:

- رصد المهام غير البيداغوجية التي يقوم بها أستاذ التعليم الأساسي داخل المدرسة الابتدائية.

- التعرف على طبيعة التكيف: هل هو سيرورة (التكيف مع موقف او وضعية ضاغطة بالتركيز على الانفعال)، او هو سمة في الشخصية (التركيز على المشكل)؟ وذلك لاختيار الأداة الأنسب في دراستنا الأساسية لقياس استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الاحداث والوضعيات الضاغطة.

بعد اجراء المقابلة تم التوصل للنتائج التالية:

I. محور المهام الغير بيداغوجية: التي يقوم بها أستاذ التعليم الابتدائي:

- تنظيم صفوف التلاميذ في الساحة.
- مراقبة التلاميذ في فترة الراحة.
- مرافقة التلاميذ للمطعم المدرسي.
- الإشراف على إطعام التلاميذ.
- حجز نقاط التلاميذ في الأرضية الرقمية.
- تعقيم أيدي التلاميذ. (مهام ظرفية: تطبيق البروتوكول الصحي في ظل تفشي فيروس كوفيد 19)
- توزيع الأقنعة الواقية. (مهام ظرفية: تطبيق البروتوكول الصحي في ظل تفشي فيروس كوفيد 19)

II.محور طبيعة استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة: من خلال تحليل استجابات الأساتذة توصلنا الى انهم يركزون على إدارة المشكل ومواجهة الوضعية الضاغطة، وهم يعتمدون نفس الاستراتيجيات للتعامل مع نفس الوضعيات ومنه نستنتج أن التكيف سمة.

*قائمة التكيف مع الوضعيات الضاغطة لأندلر وباركر (1984) Coping Inventory for Stressful Situations (CISS) Endler et Parker:

اعتمدنا في دراستنا على النسخة المترجمة والمقننة من مقياس (CISS) المتكون من 48 بند على البيئة الجزائرية سنة 2006 بمركز البحث في الأنثروبولوجيا الثقافية والاجتماعية Center for Research in Cultural and Social Anthropology(CRCSA) بجامعة وهران من قبل الباحثين: فرحي فيصل، كبداني خديجة، قويدري مليكة، شعبان الزهرة. (عريس، 2017، ص.113)

يعتبر مقياس قائمة التكيف مع الوضعيات الضاغطة سلما يسمح بقياس الجوانب المتعددة الأبعاد للمواجهة: أساليب مواجهة موجهة نحو المهام، موجهة نحو الانفعال أو موجهة نحو التجنب ويسمح بمقارنة درجات الاستجابة بمتغيرات أخرى ترتبط بالصحة والشخصية، ويعتبر من مقاييس التقدير الذاتي حيث يعتمد على الورقة والقلم فقط، يتضمن 48 بندا تقيس ثلاثة أبعاد موزعة عشوائيا كما يلي:

الجدول 1: يوضح توزيع فقرات مقياس (CISS) على ابعاده الثلاثة

الأبعاد	الفقرات	المجموع
حل المشكل	47-46-43-42-41-39-36-27-26-24-21-15-10-6-2 -1	16
الانفعال	45-38-34-33-30-28-25-22-19-17-16-14-13-8-7-5	16
التجنب	48-44-40-37-35-32-31-29-23-20-18-12-11-9-4-3	16
المجموع		48

المصدر: مغزي بخوش،، 2019، ص202

يطبق المقياس بطريقة فردية أو جماعية، حيث يقوم المفحوص برسم دائرة حول الرقم الذي يناسب نمط رد فعله اتجاه الوضعية الضاغطة وفق سلم متدرج من 1 إلى 5، حيث 1 يقابله نادرا و5 يقابلها كثيرا، مرورا بإجابات وسطية 2،3،4 حتى تسمح بتحديد الدرجة التي تتناسب مع ردة فعله، ويمكن توضيح اوزان الاستجابة في الجدول التالي:

نادرا	أحيانا	عادة	دائما	كثيرا
1	2	3	4	5

بناءا على سلم التنقيط المعتمد في الدراسة الحالية قمنا بوضع مجالات لتفسير نتائج استجابة مفردات العينة على مقياس استراتيجيات التكيف(CISS) كالتالي:

الدرجة	الدلالة
15-01	نادرا ما يستخدم الاستراتيجية
31-16	يستخدم الاستراتيجية أحيانا
47-32	عادة ما يستخدم الاستراتيجية
63-48	دائما استخدام الاستراتيجية
80-64	كثيرا ما يستخدم الاستراتيجية

❖ **الخصائص السيكو مترية للمقياس:**

قمنا باستخدام قائمة التكيف مع الوضعيات الضاغطة (CISS) وقد تم اختياره لعدة اعتبارات نذكر منها توفر المقياس مترجم ومقنن على البيئة الجزائرية، واعتماد عديد الباحثين في الجامعات الجزائرية عليه في دراساتهم ورسائلهم الجامعية مثل دراسة مغزي بحوش أميمة تحت عنوان إستراتيجية مواجهة الزوجة العاملة لمواقف الحياة الضاغطة (2019)، ودراسة قشي محمد بعنوان استراتيجيات التعامل مع مصادر الضغط المهني في ضوء متغيرات الخلفية الفردية لدى أعوان الحماية المدنية (2018)، دراسة عريس نصر الدين الموسومة باستراتيجيات تكيف أطباء مصلحة الإستعجالات في وضعيات الضغط النفسي (2017)، والملاحظ هنا حداثة هذه الدراسات.

4.8 أساليب المعالجة الإحصائية:

الأساليب الإحصائية التي اعتمدناها في معالجة البيانات المتحصل عليها موضحة كما يلي:

الجدول 2: يوضح الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات

استخدام برنامج SPSS للمعالجة الاحصائية للبيانات	
الإحصاء الوصفي	الإحصاء الاستدلالي
-النسب المئوية. -التكرارات. -الانحراف المعياري. - المتوسط الحسابي.	-معامل ارتباط "بيرسون." -مقياس "T" لدراسة الفرق. -تحليل التباين أحادي التصنيف

8. خصائص عينة الدراسة:

1.8 الجنس:

الجدول 3: توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
ذكر	17	%15.5
أنثى	93	%84.5
المجموع	110	%100

الشكل 1: توزيع عينة الدراسة حسب متغير

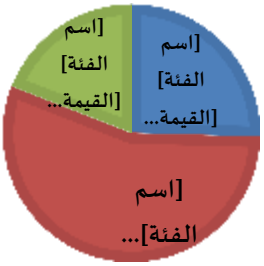
يتضح لنا من خلال الجدول 3 والشكل 1 أن هناك تباينا كبيرا جدا في نسبة الاناث التي بلغت 84.5% مقارنة بنسبة الذكور التي تمثل 15.5% فقط من عينة الدراسة، فالمتتبع للإحصائيات والمؤشرات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم ووزارة التعليم العالي والبحث العلمي يلاحظ مدى اقبال الطالبات للالتحاق بالمدارس العليا لأساتذة التعليم الابتدائي، أيضا العدد الكبير للإناث حاملات الشهادات الجامعية في مسابقة توظيف أساتذة التعليم الأساسي.

2.8 السن:

الجدول 4 :توزيع عينة الدراسة حسب متغير السن

السن	التكرار	النسبة المئوية %
أقل من 30 سنة	28	25.45
من 30- 40 سنة	61	55.45
أكبر من 40سنة	21	19.1
المجموع	110	%100

الشكل 2 :توزيع عينة الدراسة حسب متغير السن



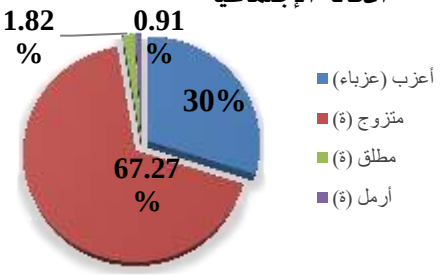
نلاحظ من خلال الجدول 4 والشكل 2 أن أساتذة التعليم الابتدائي الذين تتراوح أعمارهم من 30 إلى 40 سنة يمثلون أكثر من نصف عينة الدراسة بنسبة 55.5%، أما نسبة الاساتذة الذين تقل أعمارهم عن 30 سنة بلغت 25.45%، أما نسبة 19.1% فمثلت الذين تجاوز سنهم 40سنة.

3.8 الحالة الاجتماعية:

جدول 5: توزيع عينة الدراسة حسب متغير الحالة الإجتماعية

الحالة الإجتماعية	التكرار	النسبة المئوية %
أعزب (عزباء)	33	%30
متزوج (ة)	74	%67.27
مطلق (ة)	02	%01.82
أرمل (ة)	01	%0.91
المجموع	110	%100

الشكل 3: توزيع عينة الدراسة حسب متغير الحالة الإجتماعية



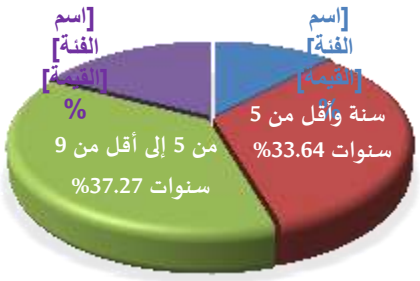
يتضح من خلال الجدول والشكل لنا أن أغلبية الأساتذة هم من المتزوجين بنسبة 67.28% فيما بلغت نسبة العزاب 30%، أما المطلقين فقد قدرت نسبتهم ب 1.82%، أما الأرامل فمثلوا 0.91% فقط من أفراد العينة.

4.8 سنوات الخبرة:

جدول 6:توزيع عينة الدراسة حسب متغير سنوات الخبرة

سنوات الخبرة	التكرار	النسبة المئوية %
أقل من سنة	13	%11.82
ما بين سنة وأقل من 5 سنوات	37	%33.64
من 5 إلى اقل من 9 سنوات	41	%37.27
أكثر من 9 سنوات	19	%17.27
المجموع	110	%100

الشكل 4: توزيع عينة الدراسة حسب متغير سنوات الخبرة



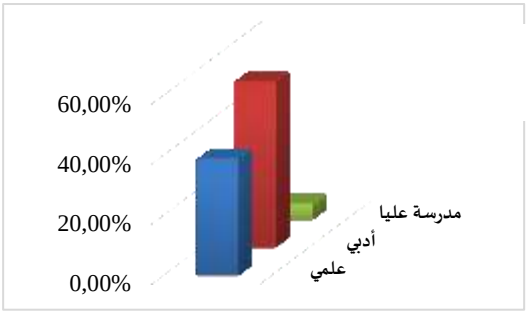
من خلال استقرائنا للجدول والشكل نلاحظ تقارب نسب افراد العينة وفق متغير سنوات الخبرة، حيث مثل الأساتذة الملتحقون حديثا بميدان التعليم الأساسي 11.8 %، أما الذين تتراوح خبرتهم ما بين سنة إلى 5 سنوات فبلغت نسبتهم 33.64%، فيما مثلت نسبة

37.27% الأساتذة الذين تراوح خبرتهم في ميدان التعليم من 5 إلى 9 سنوات، في حين مثل الأساتذة الذين تزيد سنوات خبرتهم عن 9 سنوات نسبة 17.27%.

5.8 طبيعة التكوين:

الشكل 5: توزيع عينة الدراسة حسب متغير طبيعة التكوين

طبيعة التكوين الجامعي	العدد	النسبة المئوية %
تخصص علمي	43	% 39.09
تخصص أدبي	61	%55.45
مدرسة عليا	06	%05.46
المجموع	110	%100



جدول 7: توزيع عينة الدراسة حسب متغير طبيعة التكوين

نلاحظ من خلال الجدول والشكل أن أكثر من نصف العينة ذو تخصص أدبي في الجامعة بنسبة بلغت 55.45%، في حين مثلت نسبة 39.09% الأساتذة ذو التخصص العلمي، أما خريجي المدارس العليا لأساتذة التعليم الابتدائي 05.46% فقط من عينة الدراسة.

9.عرض ومناقشة النتائج:

1.9عرض النتائج:

1.1.9**عرض نتائج الفرضية الأولى:** (توجد علاقة بين استراتيجيات التكيف لدى أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة وتعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية)، للتحقق من الفرضية العامة قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا حساب معامل الارتباط بيرسون.

الجدول 8: يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون بين مقياس استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة (CISS) وتعدد مهام أساتذة التعليم الابتدائي البيداغوجية وغير البيداغوجية

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
استراتيجيات التكيف	156.27	19.35	0.01	0.988
المهام البيداغوجية	6.96	2.40		

من خلال الجدول يتضح لنا ان قيمة "R" المحسوبة 0.01 وهي منعدمة بمستوى دلالة (0.988)، وهو أعلى من مستوى الدلالة المعتمدة في الدراسة (0.05) وبالتالي نرفض الفرضية المقرة بوجود علاقة بين استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة وتعدد مهام أساتذة التعليم الابتدائي البيداغوجية وغير البيداغوجية.

2.1.9 عرض نتائج الفرضية الثانية: (يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية حل المشكل للتكيف مع الوضعيات الضاغطة)، وللتحقق من هذه الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات مفردات العينة نحو مقياس استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة (CISS)، والجدول التالي يمثل النتائج المتحصل عليها:

الجدول 9: يمثل المتوسط لحسابي والانحراف المعياري لاستراتيجية حل المشكل

استراتيجية حل المشكل	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة
	62.17	8.27	80	32

من خلال استقرائنا للجدول نجد ان المتوسط الحسابي لاستراتيجية حل المشكل هو 62.17، ويقابله حسب مقياس التصحيح المعتمد في دراستنا فإن هذه الدرجة تقع في مجال 48-63، أي دائما ما يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية حل المشكل للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.

3.1.9 عرض نتائج الفرضية الثالثة: (يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية الإنفعال للتكيف مع الوضعيات الضاغطة)، وللتحقق منها قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات مفردات العينة نحو مقياس استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة (CISS) والجدول التالي يمثل النتائج المتحصل عليها:

الجدول 10: يمثل المتوسط لحسابي والانحراف المعياري لاستراتيجية الإنفعال

استراتيجية الإنفعال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة
	47.01	14.33	120	20

نلاحظ من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي لاستراتيجية الانفعال هو 47.01، وهي تقع حسب مقياس التصحيح المعتمد في دراستنا ضمن المجال 32-47 أي عادة ما ستخدم أساتذة العليم الابتدائي استراتيجية الإنفعال للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.

4.1.9 عرض نتائج الفرضية الرابعة: (يعتمد أساتذة التعليم الابتدائي استراتيجية التجنب للتكيف مع الوضعيات الضاغطة)، وللتحقق منها قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات مفردات العينة نحو مقياس استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة (CISS) والجدول التالي يمثل النتائج المتحصل عليها:

الجدول11: يمثل المتوسط لحسابي والانحراف المعياري لاستراتيجية التجنب

استراتيجية التجنب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة
	47.00	09.73	69	20

نلاحظ من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي لاستراتيجية الانفعال هو 47.00، وهي تقع ضمن المجال 32-47 في مقياس التصحيح المعتمد، ومنه يستخدم أساتذة العليم الابتدائي استراتيجية الإنفعال عادة للتكيف مع الوضعيات الضاغطة.

5.1.9 عرض نتائج الفرضية الإحصائية الأولى: للتحقق من فرضية الفروق بين أساتذة التعليم الابتدائي في استخدام استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة حسب متغير طبيعة التكوين، قمنا باستخدام اختبار "F" لتحليل التباين أحادي التصنيف وكانت النتائج كالآتي:

الجدول12: يبين الفروق في استراتيجيات التكيف حسب طبيعة التكوين

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة SIG
استراتيجيات التكيف (CISS)	بين المجموعات	1862.223	2	931.111	2.558	0.082
	داخل المجموعات	38953.595	107	364.052		
	المجموع الكلي	40815.818	109			

من خلال النتائج الموضحة في الجدول، نلاحظ أن قيمة F= 2.55 وهي دالة عند مستوى الدالة المحسوبة SIG= 0.082 والذي هو أكبر من مستوى الدلالة المعتمدة في دراستنا (0.05) ومنه نرفض الفرضية البديلة المقرة بوجود فروق ذات دلالة احصائيا في استراتيجيات تكيف أساتذة التعلم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير طبيعة التكوين، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الاختلاف في استخدام أساتذة التعليم الابتدائي إستراتيجيات تكيف مع المواقف الضاغطة تعزى لمتغير طبيعة التكوين.

6.1.9 عرض نتائج الفرضية الإحصائية الثانية: (الفروق بين أساتذة التعليم الابتدائي في استخدام استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة حسب متغير سنوات الخبرة)، ولاختبار الفرضية، استخدام الاختبار "F" لتحليل التباين أحادي التصنيف، وفيما يلي النتائج التي تم التوصل إليها:

الجدول13: يبين الفروق في استراتيجيات التكيف وفق متغير سنوات الخبرة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة SIG
استراتيجيات التكيف (CISS)	بين المجموعات	170.873	3	56.958	0.149	0.930
	داخل المجموعات	40644.945	106	333.443		
	المجموع الكلي	40815.818	109			

من خلال النتائج الموضحة في الجدول، نلاحظ أن قيمة F= 2.55 وهي دالة عند مستوى الدالة المحسوبة SIG= 0.08 والذي هو أكبر من مستوى الدلالة المعتمدة في دراستنا (0.05)، ومنه نرفض الفرضية البديلة المقرة بوجود فروق ذات دلالة احصائيا في استراتيجيات تكيف أساتذة التعلم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية التي تنفي وجود اختلاف في استخدام استراتيجيات تكيف لأساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

2.9 مناقشة عامة للنتائج:

من خلال الدراسة وتحليل البيانات، تم التوصل إلى أنه لا توجد علاقة بين استراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الإبتدائي مع الوضعيات الضاغطة وتعدد مهامهم البيداغوجية وغير البيداغوجية، حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون "**R**"= 0.01 أي أن العلاقة غير دالة إحصائيا فمعاناة الأساتذة من مستويات مختلفة من الضغوط التي تعرضوا لها من مصادر متعددة، وهو ما أكدته كل من دراسة صونيا أو براين (2019) ودراسة كاترين داماريسقارث (2015) حيث عددت 14 مصدرا للضغط منها نقص المعرفة والسلوكيات السلبية للتلاميذ، والتكيف مع هذه الوضعيات الضاغطة لا تطلب فقط امتلاك أستاذ التعليم الإبتدائي قدرات فكرية ومعرفية مطورة بطريقة جيدة، بل عليه أيضا أن يمتلك مهارات اجتماعية وجدانية تتكامل مع مهاراته المعرفية الفكرية للتكيف مع المتغيرات المتسارعة.(حسين و بن سعد, 2021)

إن اعتماد أساتذة التعليم الابتدائي دائما على استراتيجية حل المشكل للتكيف مع الوضعيات الضاغطة بمتوسط حسابي بلغ 62.17 قد يرجع لكون أسلوب حل المشكلات أحد أساليب مقاربة الكفاءات التي ينتهجها أستاذ التعليم الأساسي في المدرسة الجزائرية، والتي ترتكز على فسلفة مساعدة التلميذ على تحقيق دجات عالية في التكيف مع محيطه، وهي تعتمد أساسا على بذل مجهود يؤدي لبناء معارف تحول مع الوقت لقدرات وكفاءات تتسم بالفعالية، و ممارسة الأساتذة اليومية ولسنوات طويلة لهذا الأسلوب قد يكون له تأثير كبير على تبنيهم له حتى في حياتهم اليومية لمعالجة الإشكاليات (مثال: وضعيات ضاغطة) وإيجاد الحلول المناسبة لها، أما اعتمادهم عادة على أسلوب الإنفعال للتكيف مع الوضعيات الضاغطة بمتوسط قدره 47.01 والذي يعتبر حسب دراسة موتو إيزايا ماخيثا (**2019**) أحد المتغيرات التنبؤية للاحتراق النفسي للأستاذ نتيجة عجزه عن إدارة مشاعره وبلوغه مستويات مرتفعة من الضغط، والتي قد تؤدي إلى تناقص القدرة على المواجهة والمقاومة، ومن ثم ينتج التوتر والتعب الذي يظهر على شكل قلق متزايد واستثارة وزيادة العدوانية والإحساس بالعجز في حل المشكل، أما 47 فمثلت المتوسط الحسابي لاستراتيجية التجنب التي يعتمدها الأستاذ للتكيف مع الوضعيات الضاغطة، فهو يتجنب إما الوضعيات الضاغطة لا يستطيع التعامل معها، أو التوتر والصراع الداخلي الناتج عن الوضعيات الضاغطة وهى غالبا ما تكون ميكانيزامات دفاعية لا شعورية وقد تصبح شعورية لاحقا عند تحقيقها للتوافق والتوازن النفسي، ويمكن ان يترجم أيضا في الاستقالة من التعليم خاصة عند الأساتذة الشباب فقد توصلت الدراسة التي أجرتها النقابة الوطنية للمعلمين والمعلمات في المملكة المتحدة عام 2017 أن نصف المجيبين من المعلّمين والمعلّمات دون سن 35 توقعوا أن يتركوا المهنة في غضون السنوات الخمس المقبلة بسبب عبء العمل المتطلّب.(*المعلّمون والمعلّمات الشباب هم مستقبل* المهنة, 2019)

إن عدم وجود فروق في إستراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة حسب متغير طبيعة التكوين، قد يرجع أساسا لعملية إعدادهم وتكوينهم في مرحلة ما قبل الالتحاق بالمهنة (تسمى أيضا مرحلة التكوين الأولى)، والتي تشمل تعميق المعارف التخصصية الأساسية واكتساب المهارات المهنية والتطبيقية، فنجاعة الاستراتيجيات المستخدمة للتكيف قد تعتمد على الإعداد الذي يتلقونه أثناء الخدمة، كما أن عدم وجود

فروق في إستراتيجيات تكيف أساتذة التعليم الابتدائي مع الوضعيات الضاغطة حسب متغير سنوات الخبرة، قد يرجع لمصدر اكتسابهم للاستراتيجيات من خلال التجارب الشخصية والبرامج التكوينية والعنصر الأهم هو الذكاء الوجداني وهو ما أكده عبد القادر حسين وابن سعد أحمد (2021) حول استخدام مهارات الذكاء الوجداني لمواجهة الضغوط.

الخاتمة:

لقد تمحورت الدراسة حول موضوع مهم في الصحة النفسية المدرسية، ألا وهو استراتيجيات التكيف مع الأحداث الصادمة والوضعيات الضاغطة لدى أساتذة التعليم الابتدائي حيث هدفت الدراسة الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين استراتيجيات التكيف وتعدد مهام الأساتذة البيداغوجية منها وغير البيداغوجية، والتعرف على الاستراتيجيات المتبعة من الأساتذة للتكيف، ومحاولة معرفة إذا كانت تتأثر بمتغير طبيعة التكوين و متغير سنوات الخبرة، وبعد جمع البيانات من خلال تطبيق مقياس استراتيجيات التكيف مع الوضعيات الضاغطة لأندلر وباركر(CISS)، ومعالجتها إحصائيا بالاعتماد على برنامج SPSS، تم التوصل إلى نتائج مفادها عدم وجود علاقة بين استراتيجيات التكيف وتعدد مهام الأساتذة البيداغوجية منها وغير البيداغوجية كما أنهم يعتمدون دائما على استراتيجية حل المشكل للتكيف، بينما عادة ما يستخدمون الانفعال والتجنب كاستراتيجيات للتعامل مع المواقف الضاغطة، كما أنه لا توجد فروق في استراتيجيات التكيف سواء حسب متغير طبيعة التكوين أو متغير سنوات الخبرة.

استنادا لكل ما تم التطرق إليه آنفا يمكن تقديم بعضا من الإقتراحات:

- إجراء دراسات وبحوث تتناول العلاقة بين استراتيجيات التكيف ومتغيرات أخرى مثل الرضى الوظيفي، الأداء المهني والعلاقة مع التلاميذ... إلخ.
- تطوير البحث الحالي بإجرائه على عينة أكبر للخروج بتوصيات ترفع للهيئات الوصية.

قائمة المراجع:

المراجع باللغة العربية:

1. تلي، عبد الرحمن.، وقاسمي الحسني، علياء. (2021). مصادر الضغط المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي –دراسة ميدانية –. تنمية الموارد البشرية، 16(2)، 750–773.
2. حسين، عبد القادر.، وبن سعد، أحمد. (2021). الذكاء الوجداني وعلاقته بإدراك الضغط النفسي لدى معلمي التعليم الابتدائي—دراسة تطبيقية بمدارس التعليم الابتدائي بولاية الأغواط. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 13(2)، 27–42.

3. عبد الله أحمد، مبروكة. (2018). الضغوط النفسية والتوافق النفسي للمتقاعدين. مركز الكتاب الأكاديمي.

4. عريس، نصر الدين. (2017). استراتيجيات تكيف أطباء مصلحة الإستعجالات في وضعيات الضغط النفسي—دراسة ميدانية على عينة من الأطباء بالمستشفى الجامعي لتلمسان [أطروحة دكتوراه علم النفس العيادي، جامعة أبي بكر بلقايد – تلمسان].
http://dspace.univ-tlemcen.dz/handle/112/12321

5. فريق العمل الدولي الخاص المعني بالمعلمين (10 مارس، 2019) المعلّمون والمعلّمات الشباب هم مستقبل المهنة.
https://teachertaskforce.org/ar/blog/almlwmwn-walmlwmat-alshbab-hm-mstqbl-almhnt*(consulted 25 / 08 / 2021))*

6. مغزي بخوش، أميمة. (2019). إستراتيجية مواجهة الزوجة العاملة لمواقف الحياة الضاغطة—دراسة ميدانية لعينة من السيدات العاملات بالقطاعات الحكومية الخدماتية (التعليم، الصحة، البريد، الضمان الاجتماعي) مدينة – بسكرة – [أطروحة دكتوراه. علم النفس العيادي، جامعة محمد خيضر – بسكرة].http://thesis.univ-biskra.dz/4649/

7. المنهج الوصفي 'الارتباطي'. (03 مارس 2019). مجله سيرتفايند
https://certifind.com/blog/%d8%a7%d9%84%d9%85%d9%86%d9%87%d8%ac-%d8%a7%d9%84%d9%88%d8%b5%d9%81%d9%8a-%d8%a7%d9%84%d8%a7%d8%b1%d8%aa%d8%a8%d8%a7%d8%b7%d9%8a/

(Consulted 31 / 07 / 2021)

المراجع باللغة الأجنبية:

1. Collins, J. W., & O'Brien, N. P. (Eds.). (2011). *The Greenwood dictionary of education* (2nd ed). Greenwood.
2. Colman, A. M. (2015). *A dictionary of psychology* (Fourth edition). Oxford University Press.
3. Cook, E., & Wood, L. (2021). *Health psychology: The basics*. Routledge, Taylor & Francis Group.
4. Damaris Garth, K. (2015). *Preventing teacher attrition: Expert teachers' sources of stress and coping strategies* [Doctor of Philosophy in Curriculum and Instruction]. Mississippi State University.
5. Heckman, W. (2019, September 22). Teachers suffer more stress than other workers, study finds. *The American Institute of Stress*. https://www.stress.org/teachers-suffer-more-stress-than-other-workers-study-finds (consulted 24 / 08 / 2021)
6. Makhetha, M. I. (2019). *Stress coping strategies to prevent burnout amongst primary school teachers in Lesotho [DOCTOR OF EDUCATION]*. *UNIVERSITY OF SOUTH AFRICA.*
7. O'Bryan, S. M. (2019). *Work-Related Stress and Coping Strategies for Elementary Teachers* [Doctor of Education in Educational Administration and Leadership, Cloud State University].

https://repository.stcloudstate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1072&context=edad_etds

8. Ramsey-Tolliver, J. R. (2019). *Teacher Stress and Coping: A Qualitative Case Study* [Doctor of Education]. Concordia University.
9. Zhang, Y., Postlethwaite, T. N., Grisay, A., UNESCO/OECD World Education Indicators Programme, & UNESCO Institute for Statistics (Eds.). (2008). *A view inside primary schools: A world education indicators (WEI) cross-national study*. UNESCO Institute for Statistics.