

## درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون



This work is licensed under a  
Creative Commons Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License.

البريد الإلكتروني: [Kutibah\\_momani@yahoo.com](mailto:Kutibah_momani@yahoo.com)

نشر إلكترونيًا بتاريخ: ٦ يوليو ٢٠٢٢م

دون أي تأثير سلبي، وتحفيز مديري المدارس على تقديم سبل الدعم النفسي والاجتماعي للمعلمين.  
الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، المرحلة الابتدائية، محافظة عجلون.

### Abstract

The study aimed to identify the degree of availability of dimensions of mental health among primary school teachers in Ajloun Governorate, and for differences in this degree according to the gender variable of the teacher, the study sample consisted of (88) male and female teachers who were selected in a simple random way from public school teachers in Ajloun Governorate, and the study used The survey descriptive approach, and the results showed that the degree of availability

### الملخص

هدفت الدراسة التعرف على درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون، ولفروق في هذه الدرجة تبعاً لمتغير جنس المعلم، تكونت عينة الدراسة من (88) معلم ومعلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من معلمي المدارس الحكومية التابعة لمحافظة عجلون، واستخدمت الدراسة النهج الوصفي المسحي، وأظهرت النتائج أن درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون جاءت بدرجة تقدير متوسطة، وعدم وجود فروق في هذه الدرجة تبعاً لمتغير جنس المعلم، وفي ضوء ذلك قدمت الدراسة مجموعة من التوصيات أبرزها ضرورة تلبية الحاجات والمتطلبات الأساسية التي تحسن من صحة المعلم النفسية وذلك لضمان سير العملية التعليمية

ومؤشرات سلوكية (الشكوى المتكررة من المشاكل، ومؤشرات فسيولوجية تظهر على هيئة أعراض جسمية مختلفة)، وهذا يهدد قدرة الفرد على إيجاد التوازن بين ضغوط الحياة والقدرات اللازمة لمواجهة هذه المتطلبات، والعمل على إحداث نوع من التوازن بين المطالب والضغوط والإمكانات التي عادة ما تكون غير متوازنة (Nathalie, 2015).

يعد المعلم فرداً من أفراد المجتمع ويتأثر كما يتأثرون بكافة العوامل والضغوط الحياتية مثل الأسرة والضغوط الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، وفي جميع أنواع الضغوط يكون المعلم مطالباً بإنجاز الكثير من المهمات التي تفوق قدراته، وإمكاناته، أو كلاهما معاً (المطيري ومنصور، 2021). كما تعد شريحة المعلمين ركناً أساسياً في النظام التعليمي، والشريحة الأكبر نسبياً من موظفي وزارة التربية والتعليم، كما أن التعليم هو وسيلة إعداد الأجيال في الحاضر والمستقبل؛ فإن المعلم هو أحد أهم المداخل الأساسية لمدخلات العملية التعليمية للدور الذي يقوم في نجاح التربية والتعليم وبلوغ غاياتها، وتحقيق أهدافها في تطوير الحياة للأفضل (Kovess-Masféty, Rios-Seidel, & Sevilla-Dedieu, 2007). وأشار يانج وآخرون (Yang, You, Zhang, Lian, & Feng, 2017) لأهمية دور المعلم في بناء مجتمع قوي ومتناسك ومتطور علمياً وعملياً.

إن الصحة النفسية للمعلم تستلزم تحقيق التوازن بين مختلف المظاهر الجسمية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية والمعرفية له، حيث لا يعتبر هذا التوازن كميًا فقط لكنه ذاتي بالدرجة الأولى، يتحدد بعدد من الأبعاد أهمها الرضا المهني

of dimensions of mental health among primary school teachers in Ajloun governorate came with a medium rating, and there were no differences in this degree according to the gender variable of the teacher. Improving the mental health of the teacher in order to ensure the progress of the educational process without any negative impact, and to motivate school principals to provide means of psychological and social support for teachers.

**Keywords:** mental health, primary school, Ajloun governorate.

\* مقدمة

واجه العالم في العامين الماضيين وفي الوقت الحاضر، حالة من الارتباك وعد الاستقرار في النواحي الاقتصادية والسياسية والاجتماعية، وكان من أهم أسبابها انتشار فايروس كورونا المستجد "Covid-19" والذي هدد العالم بأكمله، فزعزع النظم الاجتماعية في العالم وتأثر جميع القطاعات من هذه الجائحة، الذي انعكس على حياة الأفراد والمجتمعات بصورة متفاوتة ومتباينة وكان لها تأثير بشكل كبير على مختلف شرائح المجتمع دون تمييز ولكن بصورة متفاوتة، وكان لمنظومات التعليم نصيب من هذا التأثير خاصة بعد قرارات التوجه إلى التعليم عن بعد، والتعليم المدمج، كما تعرض الصحة النفسية للطلبة والمعلمين والإدارة المدرسية جراء الخوف من انتقال هذا الفايروس.

أن الأحداث الضاغطة تؤثر سلباً على الصحة النفسية والجسدية التي تعبر عنها دلالات ومؤشرات نفسية تأتي على شكل إحباط وقلق واكتئاب وعصبية زائدة،

أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة  
عجلون.

### \* مشكلة الدراسة

إن الصحة النفسية في العمل هي في الأصل عبارة  
عن جملة من الاستجابات الجسمية والانفعالية السلبية تحدث  
عندما لا تتناسب متطلبات العمل مع قدرات ووسائل  
وحاجات العمل وهي موجودة في جميع المهن والوظائف إلا  
أن شدتها تزداد مع المهن المرتبطة بالتعامل المباشر مع الناس.

ومن خلال خبرة الباحث ومعايشته للميدان التربوي  
وإحساسه بأهمية الصحة النفسية في العمل التربوي لتحقيق  
الأهداف المنشودة، وبعد استطلاع آراء عدد من التربويين  
العاملين في الحقل التربوي، إذ أكد غالبيتهم وجود مؤشرات  
توضح الحاجة إلى تحقيق مستويات مرتفعة من الصحة النفسية  
لبلوغ الأهداف المرجوة.

ومن خلال اطلاع الباحث على الدراسات السابقة  
التي أجريت في الميدان التربوي كدراسة شاعة (2015)،  
ودراسة شيخ العبد والزامل (2016) التي بينت أهمية الصحة  
النفسية للمعلمين، كما أنها مسؤولة اجتماعية ووسيلة للفهم  
والتفاعل المتبادل لجهود وموارد كل أطراف المجتمع والتنسيق  
بينهما من أجل تحقيق الصالح العام في المجالات المختلفة في  
المجتمع ومن خلالها سيلعب الفرد دوراً هاماً في الحياة  
السياسية والاجتماعية لمجتمعه، وتكون لديه الفرصة أن  
يشارك في وضع الأهداف العامة للمجتمع وكذلك أفضل  
الوسائل لتحقيق وإنجاز الأهداف.

والراحة النفسية في العمل من أجل تحسين جودة العمل. وذكر  
كلاً من المطيري ومنصور (2021) أن رضا المعلم يتمحور  
حول مظاهر تحفيزية (طبيعة عمله، وافتخاره بعمله، وحماسه  
تجاه عمله)، ومظاهر خارجية ترتبط بالاحترام المتبادل  
والاعتراف والجزاء المقدم، وتبقى الاستقلالية في المهنة دون  
ضغوط والعلاقات والتفاعلات مع الطلبة والزملاء والإدارة  
مصدراً للرضا في التعليم.

كما أكد كوتروكس (Cottraux, 2012) أن  
الانفعالات من بين العوامل الأساسية التي تحدد طبيعة الصحة  
النفسية للمعلم إن لم تكن أهمها والتي تؤثر على حياة المعلم،  
كما أنه ينبغي للوصول إلى ازدهار مهني تعليمي يجب التركيز  
على عامل الانفعالات والاستفادة منها وتوظيفها من أجل  
جودة تعليمية أحسن، وكما أشار ميردا واكستيرمرا وري  
(Mériida-López, Extremera, & Rey, 2017) أن للانفعالات دور كبير على الصحة النفسية  
للمعلمين ووجوب تحديد العامل الدينامي للانفعالات التي  
تعتبر مصدراً للتقلبات والتأرجح في الإحساس بالراحة من  
عدمه، وأن حدة الانفعالات السلبية أو الإيجابية هي التي تحد  
دينامية الدرس وطبيعته وجودته، وأن الانفعالات تؤثر على  
مزاج الطلبة وعلى مدى استيعابهم وانتباههم للدرس في  
مراحلهم التعليمية الأولى.

تعد مرحلة التعليم الابتدائي نقطة هامة في حياة  
الطلبة إذ تنمو كفاءته النفسية والحركية وتبلور لديه عمليات  
التفكير والتدريب على الملاحظة والمقارنة والترتيب والتحصيل  
ويكتب التغيير الأساسية واللغة الشفهية والكتابة والحساب،  
لهذا تعد هذه المرحلة لبنة أساسية في حياة الأفراد، وفي ضوء  
ذلك يسعى الباحث من خلال دراسته التعرف إلى درجة توافر

في ضوء ذلك تم تحديد مشكلة الدراسة بالإجابة عن سؤال الدراسة الآتي: ما درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون؟

#### \* أسئلة الدراسة

١- ما درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) بين أفراد عينة الدراسة لمتوسطات درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون تعزى إلى متغير (الجنس)؟

#### \* أهداف الدراسة

هدفت الدراسة التعرف إلى:-

١- درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

٢- الاختلاف في متوسطات درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون تبعاً لمتغير الدراسة (الجنس).

#### \* أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة من خلال:-

١- كونها تتحدث عن درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

٢- إظهار أهمية الصحة النفسية داخل المؤسسات التعليمية وفي البيئة المدرسية وتحديد درجتها.

٣- وضع الصورة أمام أصحاب القرار في وزارة التربية والتعليم لأهمية الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الابتدائية.

٤- تزويد الباحثين في هذا المجال بإطار نظري ودراسات سابقة حول موضوع الصحة النفسية للمعلمين.

#### \* حدود الدراسة

تحدد الدراسة بالحدود التالية:-

**الحد البشري:** اقتصرت الدراسة على المعلمين والمعلمات العاملين في المدارس الحكومية في محافظة عجلون.

**الحد المكاني:** طبقت هذه الدراسة على المدارس الحكومية في محافظة عجلون.

**الحد الزمني:** طبقت هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام 2021-2022.

#### \* مصطلحات الدراسة

تضمنت الدراسة عدداً من المفاهيم والمصطلحات التي لا بد من تعريفها إجرائياً واصطلاحياً وهي:-

١- **الصحة النفسية:** الحالة النفسية العامة للفرد، وهي حالة كاملة من الراحة العقلية والاجتماعية والنفسية، وهي ليست فقط غياب المرض أو ظهور أي شكل من أشكال المعاناة (Haag, 2017, 41).

ويعرفها الباحث إجرائياً: بأنها درجة استجابة أفراد عينة الدراسة على مقياس درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

#### \* الدراسات السابقة

#### أولاً- الدراسات العربية

أجرى شاعة (2015) دراسة هدفت التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية مساهمة في الكشف عن العالقة بين الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى المعلمين والفروق بين الجنسين

التدخل على مستوى فردي، وتحتهم على تعلم سلوكيات جديدة مكيفة بطريقة أفضل لصعوبات العمل الراهنة والتي تؤثر مباشرة على صحتهم. يظهر في هذا الإطار مفهوم الرجوعية التربوية كاقترح باستبدال مسألة معرفة العوامل المؤسساتية والشخصية التي تزيد من احتمال ظهور الأمراض المهنية، بمسألة معرفة العوامل التي تزيد من احتمالية الانتقال من حالة ضغط مزمن مرتفع إلى حالة فعالية وصحة شاملة وهذا من منظور علم النفس الإيجابي.

وأجرى موسى (2018) دراسة هدفت التعرف على الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايي النيل الأبيض وسنار، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (291) معلم ومعلمة، وأظهرت النتائج ارتفاع الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايي النيل الأبيض وسنار، وعدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع والولاية والعمر ومدة الخدمة، وجنس المعلم.

وأجرى محمد (2019) دراسة هدفت التعرف على مدى توافر معايير الصحة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي للتلاميذ اللائحين السوريين في مرحلة تعليم الأساس بولاية الخروطم، اتبعت الباحثة المنهج الوصفي، يتكون مجتمع البحث من التلاميذ والتلميذات السوريين في مدرسة سمية بنت الخياط للبنات ومدرسة الأستاذ عبد الله الطيب للبنين بلغ حجم العينة (100) تلميذ وتلميذة، وقامت الباحثة باستخدام مقياس الصحة النفسية وقامت الباحثة بتصميمه لكي يتناسب مع العينة ويقاس السمة المطلوبة وأظهرت النتائج: تتسم الصحة النفسية لدى التلاميذ السوريين بمرحلة

وسنوات الخبرة. ولتحقيق هذه الأهداف تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وبخنا الموضوع من جانب النظري من خلال عرض بعض الدراسات السابقة حول الموضوع، وكذا بعض الأدبيات حول الموضوع، وبعدها قدمنا استبيان لعينة استطلاعية مكونة من (30) معلماً، ثم قمنا بتطبيقه على عينة البحث المقدر عدد أفرادها (113) معلماً من بعض ابتدائيات بلدية المسيلة، وذلك بعد اختبار الخصائص السيكومترية لها. وقد أسفرت نتائج البحث على ارتباط عكسي بين الضغوط النفسية والصحة النفسية، وأفاد الدراسة أنه لا توجد فروق بين الجنسين وكذا الخبرة في كل الضغط النفسي والصحة النفسية.

أجرى شيخ العيد والزالمي (2016) تهدف الدراسة التعرف إلى مستوى الصحة النفسية للمعلمين الحكوميين، وعلاقته بمستوى أدائهم في ضوء عدم انتظام رواتبهم، وتكونت عينة الدراسة من (176) معلماً ومعلمة، واستخدمت استبانة لتحقيق أهداف الدراسة مكونة من (44) فقرة، موزعة على بعدين، ومن أهم نتائج الدراسة: أن الصحة النفسية والأداء المهني لغالبية المعلمين تأثرت بشكل سلبي بعدم انتظام الرواتب، وهناك ارتباط واضح بين مستوى الصحة النفسية للمعلمين الحكوميين، ومستوى أدائهم المهني في ضوء عدم انتظام رواتبهم، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس وذلك لصالح المعلمين.

أجرى أوامليلي (2017) دراسة هدفت التعرف على الصحة النفسية للمعلم في ظل مفاهيم علم النفس الإيجابي، حيث تظهر العرضية المرضية عند المعلمين فوائد

الأساس بالارتفاع، لا توجد علاقة ارتباطية بين الصحة النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى التلاميذ السوريين.

وأجرى بلقاسمي وأحمد (2021) دراسة هدفت للكشف عن تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ولاية مستغانم الجزائرية، تكونت عينة الدراسة من (88) معلم ومعلمة من بيئتين مختلفتين (ريفية، حضرية)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، وأظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد 19 مرتفعة، ولا توجد فروق في هذا المستوى تبعاً لمتغير جنس المعلم.

#### \* التعليق على الدراسات السابقة

تشابهت الدراسة الحالية مع غالبية الدراسات السابقة من حيث الهدف وهو التعرف على درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون، وأيضاً من حيث المنهج حيث تم استخدام المنهج الوصفي المسحي في الدراسة الحالية وفي الدراسات السابقة، واختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث العينة حيث تم استخدام عينة من معلمي محافظة عجلون، وتميزت عن الدراسات السابقة أنها تحدثت عن أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

واستفادت الباحثة من الدراسات السابقة ما يلي:-

١- فهم مشكلة الدراسة المتعلقة بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية.

٢- إبراز أهمية الدراسة الحالية في التعرف إلى درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

٣- اختيار وسائل جمع البيانات المناسبة للدراسة.

٤- تفسير نتائج الدراسة وتوضيحها ومناقشة النتائج.

٥- اختيار المعالجات الإحصائية المناسبة للدراسة.

#### \* منهج الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وذلك لملاءمته لأهداف وطبيعة الدراسة.

#### \* مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظة عجلون خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2022/2021، تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة وتكونت من (88) معلماً ومعلمة من معلمي المدارس الحكومية في محافظة عجلون، تم توزيع أداة الدراسة عليهم، والجدول (1) يبين توزع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس).

جدول (1) التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	44	50.0%
	أنثى	44	50.0%
المجموع		88	100.0%

#### \* أداة الدراسة

استخدمت الاستبانة أداة لقياس درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون، حيث قام الباحث بتطويرها من خلال الخطوات الآتية:-

١- الاطلاع على البحوث والدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة كدراسة محمد (2019)، ودراسة بلقاسمي وأحمد (2021).

٢- الاطلاع على الأدب النظري المتعلق بموضوع الصحة النفسية.

٣- تحديد الفقرات الرئيسية للاستبانة ومقياس التصحيح المناسب لها.

٤- صياغة الفقرات التي تضمنتها الأداة بشكل مناسب.

٥- إعداد الاستبانة بصورتها الأولية.

٦- عرض الاستبانة بصورتها الأولية على مجموعة من السادة المحكمين لتحديد مدى موضوع الدراسة، وتم العمل بتوجيهاتهم.

٧- تجهيز الاستبانة بصورتها النهائية حيث اشتملت على (26) فقرة لقياس درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

#### \* صدق المحتوى

تم التحقق من صدق المحتوى لاستبانة درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون، بصورتها الأولية من خلال عرضها على (10) محكمين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإدارة التربوية والمناهج وطرق التدريس والقياس والتقويم وعلم النفس التربوي من أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات الأردنية الحكومية والخاصة، وقد طلب من المحكمين إبداء ملاحظاتهم وآرائهم حول درجة صحة هذه الفقرات ودرجة مناسبة كل فقرة للأداة، وإضافة أو حذف أو تعديل أي فقرة يرونها مناسبة، وبعد استعادة الاستبانات جرى تعديل الاستبانة بناء

على ملاحظات المحكمين، وذلك باعتماد درجة اتفاق (80%) من المحكمين على الأداة الأولية، وتم التعديل على بعض الفقرات ولم يتم حذف على أي من فقرات الاستبانة.

#### \* صدق البناء

لاستخراج دلالات صدق البناء للمقياس، قامت الباحثة باستخراج معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية لدى عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة تكونت من (30) معلماً ومعلمة، حيث تم تحليل فقرات المقياس وحساب معامل ارتباط كل فقرة من الفقرات، حيث أن معامل الارتباط هنا يمثل دلالة للصدق بالنسبة لكل فقرة في صورة معامل ارتباط بين كل فقرة وبين الدرجة الكلية وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.54-0.84)، والجداول أدناه يبين ذلك.

جدول (2) معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على

مقياس درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة

#### الابتدائية في محافظة عجلون

معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة
**71	14	**57	1
**59	15	**70	2
**57	16	**84	3
**70	17	**71	4
**84	18	**78	5
**57	19	**68	6
**70	20	*54	7
**57	21	**71	8
**70	22	**59	9
**57	23	**57	10
**70	24	**70	11

معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة
**0.84	25	**0.71	12
**0.71	26	**0.64	13

\*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) // \*\*دالة

إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

وتجدر الإشارة أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائية، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات.

\* ثبات أداة الدراسة

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة مكونة من (30) معلماً ومعلمة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين حيث تراوحت قيم معاملات الثبات بين (0.72 - 0.86)، وقيم الاتساق الداخلي تراوحت ما بين (0.71 - 0.84) وجميعها قيم مرتفعة، واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

\* إجراءات تصحيح أداة الدراسة

تم اعتماد سلم ليكرت الخماسي لتصحيح مقياس الدراسة، وذلك بإعطاء كل فقرة من فقراته درجة واحدة من بين درجاته الخمس (موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، موافقة بدرجة منخفضة، موافق بدرجة منخفضة جداً) وهي تمثل رقمياً (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب، وقد تم اعتماد المقياس التالي لأغراض تحليل النتائج:-

من 1.00 - 2.33 قليلة

أكبر من 2.33 - 3.67 متوسطة

أكبر من 3.67 - 5.00 مرتفعة

وقد تم احتساب المقياس من خلال استخدام المعادلة الآتية:

(الحد الأعلى من المقياس 5 - الحد الأدنى من المقياس 1) /

عدد الفئات المطلوبة 3

1.33 = 3 / (1-5)

ومن ثم إضافة الجواب (1.33) إلى نهاية كل فئة.

\* متغيرات الدراسة

تشتمل هذه الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة

الآتية:-

أولاً: المتغير المستقلة

الجنس: وله فئتان: (ذكر، أنثى).

ثانياً: المتغير التابع

تقديرات عينة الدراسة على مقياس الدعم النفسي والاجتماعي للطلبة بالمرحلة الأساسية الدنيا على التكيف في البيئة المدرسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة مدارس تربية منطقة السلط في ظل جائحة كورونا.

\* المعالجات الإحصائية

تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية لتحليل البيانات:-

استخدم برنامج التحليل الإحصائي (Spss)

لتحليل البيانات ومعالجتها كالاتي:-

١- معامل كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) التأكد

من الاتساق الداخلي لفقرات الأداة.

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
4	18	أشعر بأن زملائي يتقبلون آرائني	3.75	.381	مرتفعة
5	1	أخبر زملائي بما يشغل بالي	3.75	.327	مرتفعة
6	15	أجد سهولة في التعبير عما بداخلي	3.74	.685	مرتفعة
7	16	يزعجني الشخص الذي يسيء إلى سمعة المدرسة	3.62	.505	متوسطة
8	3	أشعر بالسعادة حتى ولو كنت مع زملائي في المدرسة	3.62	.549	متوسطة
9	4	أعيد لزملائي ما أعتز عليه من أشياءهم المفقودة	3.60	.731	متوسطة
10	17	يزعجني إثارة المشاكل داخل المدرسة	3.55	.589	متوسطة
11	6	أشعر بأن الجميع يحبني في المدرسة	3.55	.627	متوسطة
12	5	أرتاح عندما يتم المحافظة على ممتلكات المدرسة	3.55	.663	متوسطة
13	11	أقضي وقتاً ممتعاً في المدرسة	3.54	.418	متوسطة
14	2	أقبل بسهولة مزاح زملائي	3.54	.381	متوسطة
15	9	أرتاح عندما استمر في الحديث مع زملائي بصورة عامة	3.51	.757	متوسطة
16	8	انزعج من ما يقوم في شتتي	3.51	.542	متوسطة
17	10	أشعر بالارتياح عندما أكون داخل المدرسة	3.49	.579	متوسطة
18	19	لا أشعر بالخجل عندما يواجه المدير الأسفلة	3.14	.757	متوسطة

٢- التكرارات والنسب المئوية لوصف خصائص أفراد عينة الدراسة.

٣- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتكرارات والنسب المئوية للإجابة على السؤال الأول.

٤- اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples t-test) لتعرف دلالة الفروق بين متوسطات تقديرات أفراد عينة الدراسة، والتي تعزى لمتغير الجنس للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني.

\* عرض ومناقشة النتائج

أولاً: عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول: ما درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	12	أشعر بالتقدير من زملائي	3.96	.347	مرتفعة
2	13	التزم بما يتفق عليه زملائي	3.87	.424	مرتفعة
3	14	أجد الانسجام مع زملائي	3.78	.518	مرتفعة

يؤدي إلى التأثير على إثبات الذات والشعور بالرضا مما يدفع المعلم على تقبل التقدير من زملاءه.

كما يعزى ذلك إلى أن الصحة النفسية لها الأثر الكبير في التكيف على البيئة المدرسية من خلال نوعية المدارس والأنظمة المتبعة وملاءمة الأنشطة التي يشارك بها المعلم فهي تعمل كمصدر مهم ومؤثر على الدافعية التي بدورها تعمل على زيادة تقدير المعلم لذاته والتقليل من دافع الانسحاب.

وأشارت عبد الهادي (2013) أن البيئة المدرسية التي تشمل نوعية ونمط التفاعلات والعلاقات، فهي تؤثر على احتياجات المعلم إذ كانت التفاعلات عدائية واستبدادية فهي تزيد من القلق والإحباط، وتدفع إلى ردود فعل معاكسة، أما المعاملات الودية المبنية على المساواة والاحترام فإنها تزيد من دافع التعاون، وتحسن احترام الذات والآخرين.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة شيخ العيد والزالمي (2016) أن الصحة النفسية والأداء المهني لغالبية المعلمين تأثرت بشكل سلبي بعدم انتظام الرواتب، وهناك ارتباط واضح بين مستوى الصحة النفسية للمعلمين الحكوميين، ومستوى أدائهم المهني في ضوء عدم انتظام رواتبهم.

واختلفت هذه النتيجة عن نتيجة دراسة بلقاسمي وأحمد (2021)، والتي أظهرت أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد 19 مرتفعة.

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
19	20	أجد نفسي راغب في مساعدة زملائي	3.12	.579	متوسطة
20	22	لا أشرح شعور زملائي	2.94	.418	متوسطة
21	23	لا أتضايق من مراقبة زملائي لي أثناء قيامي بأي عمل	2.88	.347	متوسطة
22	24	أتعامل بحذر مع زملائي	2.78	.424	متوسطة
23	26	لا أتغيب عن الحصة	2.75	.347	متوسطة
24	21	أسرع في إنجاز الأعمال التي يكلفني بها المدير	2.66	.424	متوسطة
25	7	لا أشعر بالحجل عندما يوجه زميلي سؤال	2.49	.589	متوسطة
26	25	أشعر أن الأساتذة في المدرسة يقصون علي	2.45	.418	متوسطة
		الأداة ككل	3.35	0.44	متوسطة

يبين الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.45-3.96)، حيث جاءت الفقرات (12، 13، 14، 1، 18، 15) في المراتب الأولى على التوالي بدرجة تقدير مرتفعة، بينما جاءت باقي فقرات المقياس بدرجة تقدير متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (3.35)، وفيما يلي عرض لأعلى فقرات وأدنى فقرات.

جاءت الفقرة رقم (12) والتي تنص على " أشعر بالتقدير من زملائي " في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.96)، بينما جاءت الفقرة رقم (25) ونصها "أشعر أن الأساتذة في المدرسة يقصون علي " بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.45).

وقد يعزى ذلك إلى أن الصحة النفسية متطلب أساسي لتدعيم مواطن القوة لدى شخصية المعلم وتخطي العثرات التي تكون عائقاً التي تكون مظهرها معرفياً وذاتياً، مما

ثانياً: عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني:  
هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  
( $\alpha = 0.05$ ) بين أفراد عينة الدراسة لمتوسطات درجة  
توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية  
في محافظة عجلون تعزى إلى متغير (الجنس)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات  
الحسابية والانحرافات لدرجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى  
معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون تعزى إلى متغير  
(الجنس)، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية  
تم استخدام اختبار "ت" لأثر الجنس لدرجة توافر أبعاد الصحة  
النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون تعزى  
إلى متغير (الجنس)، والجدول أدناه توضح ذلك.

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت"  
لأثر الجنس على درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي

المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون

المحور	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الأداة ككل	ذكر	44	3.34	0.309	0.259	86	0.784
	أنثى	44	3.36	.349			

يتبين من الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة  
إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لمتغير  
جنس المعلم لأثر درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي  
المرحلة الابتدائية في محافظة عجلون.

وقد يعزى ذلك إلى أن المعلمين والمعلمات يعون  
بأهمية الصحة النفسية ويدركون بهذه الأهمية وخاصة لتكليفهم  
في البيئة المدرسية، وذلك من خلال الدورات التدريبية وورش  
العمل التي تقوم بها وزارة التربية والتعليم، التي تعمل على

الفصل ما بين الحياة خارج المدرسة والحياة بداخلها كي لا  
يتأثر عمل المعلمين بأي ضغوط تؤثر على صحتهم النفسية.  
كما قد يعزى ذلك إلى قدرة المعلم على التوافق التام  
والتكامل بين الوظائف البدنية والنفسية المختلفة للمعلم مع  
القدرة على مواجهة الأزمات النفسية والصعوبات والمشاكل  
التي تطرأ عادة على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة  
والرضا والكفاية، وقدرة المعلم على التوافق مع نفسه ومع  
المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية  
من التأزم والاضطراب، مليئة بالتحمس.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة وقد  
اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة شاعة (2015) التي  
أظهرت على ارتباط عكسي بين الضغوط النفسية والصحة  
النفسية، وأفاد الدراسة أنه لا توجد فروق بين الجنسين وكذا  
الخبرة في كل الضغط النفسي والصحة النفسية.

واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة شيخ  
العبيد والزاملبي (2016) أن الصحة النفسية والأداء المهني  
لغالبية المعلمين تأثرت بشكل سلبي بعدم انتظام الرواتب،  
وهناك ارتباط واضح بين مستوى الصحة النفسية للمعلمين  
الحكوميين، ومستوى أداؤهم المهني في ضوء عدم انتظام  
رواتبهم، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين  
متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس  
وذلك لصالح المعلمين.

#### \* التوصيات

في ضوء ما تقدم من عرض ومناقشة لنتائج الدراسة،  
قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات كالاتي:-

السوريين في مرحلة تعليم الأساس بولاية الخرطوم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان.

بلقاسمي، بوعبد الله وأحمد، مسعودي (2021) تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي: دراسة ميدانية بولاية مستغانم، مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية، 16(3)، 233-275.

موسى، منتصر. (2018). الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية: دراسة حالة ولايتي النيل الأبيض وسنار، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإمام مهدي، الجزائر.

المطيري، محمد ومنصور، فالج. (2021). المرونة النفسية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت، مجلة القراءة والمعرفة، 21(11)، 239-263.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Haag, P. (2017). Concilier bien être et travail (BEST) introduction à la psychologie positive appliquée à l'éducation: programme d'intervention à destination des enseignants. BEST.

Cottraux, J. (2012). Psychologie positive et bien-être au travail. Masson.

١- ضرورة تلبية الحاجات والمتطلبات الأساسية التي تحسن من صحة المعلم النفسية وذلك لضمان سير العملية التعليمية دون أي تأثير سلبي.

٢- تحفيز مديري المدارس على تقديم سبل الدعم النفسي والاجتماعي للمعلمين.

٣- عمل دراسات مشابهة لهذه الدراسة مع الأخذ بالاعتبار العينة والمكان التي استخدمت في هذه الدراسة.

٤- تعميم نتائج هذه الدراسة على وزارة التربية والتعليم وعلى جميع مدارس المملكة، للاستفادة من نتائجها.

\* قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية

أومليلي، حميد. (2017). الصحة النفسية في ظل مفاهيم علم النفس الإيجابي: نموذج الرجوعية التربوية، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 1(7)، 131-142.

شيخ العيد، إبراهيم والزامل، أيمن. (2016). مستوى الصحة النفسية للمعلمين الحكوميين وعلاقتها بمستوى أدائهم في ضوء عدم انتظام رواتبهم، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 7(21)، 79-90.

شاعة، حمزة. (2015). الضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

محمد، تقوى. (2019). مدى توافر معايير الصحة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي للتلاميذ اللاجئين

- Nathalie, Billandeau et (2015). Satisfaction professionnelle des enseignants du secondaire, *éducation et formation*, n°.88. pp. 201-220.
- Kovess-Masféty, V., Rios-Seidel, C., & Sevilla-Dedieu, C. (2007). Teachers' mental health and teaching levels. *Teaching and Teacher Education*, 23(7), 1177-1192.
- Mérida-López, S., Extremera, N., & Rey, L. (2017). Emotion-regulation ability, role stress and teachers' mental health. *Occupational Medicine*, 67(7), 540-545.
- Yang, R., You, X., Zhang, Y., Lian, L., & Feng, W. (2019). Teachers' mental health becoming worse: the case of China. *International Journal of Educational Development*, 70, 102077.