جامعة
بنغازي الحديثة

مجلة جامعة بنغازي الحديثة للعلوم والدراسات الإنسانية

مجلة علمية الكترونية محكمة

Journal of Benghazi Modern University of Sciences and Humanities

العدد الثالث
لسنة 2019

حقوق الطبع محفوظة

شروط كتابة البحث العلمي في مجلة جامعة بنغازي الحديثة للعلوم والدراسات الإنسانية

1- الملخص باللغة العربية وباللغة الانجليزية (150 كلمة).
2- المقدمة، وتشمل التالي:
- ❖ نبذة عن موضوع الدراسة (مدخل).
- ❖ مشكلة الدراسة.
- ❖ أهمية الدراسة.
- ❖ أهداف الدراسة.
- ❖ المنهج العلمي المتبع في الدراسة.

3- الخاتمة. (أهم نتائج البحث - التوصيات).
4- قائمة المصادر والمراجع.
5- عدد صفحات البحث لا تزيد عن (25) صفحة متضمنة الملاحق وقائمة المصادر والمراجع.

القواعد العامة لقبول النشر

1. تقبل المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والانجليزية؛ والتي تتوافر فيها الشروط الآتية:

- أن يكون البحث أصيلاً، وتتوافر فيه شروط البحث العلمي المعتمد على الأصول العلمية والمنهجية المتعارف عليها من حيث الإحاطة والاستقصاء والإضافة المعرفية (النتائج) والمنهجية والتوثيق وسلامة اللغة ودقة التعبير.
- ألا يكون البحث قد سبق نشرة أو قُدم للنشر في أي جهة أخرى أو مستل من رسالة أو اطروحة علمية.
- أن يكون البحث مراعياً لقواعد الضبط ودقة الرسوم والأشكال - إن وجدت - ومطبوعاً على ملف وورد، حجم الخط (14) وبخط (Arial 'Body') للغة العربية. وحجم الخط (12) بخط (Times New Roman) للغة الإنجليزية.
- أن تكون الجداول والأشكال مدرجة في أماكنها الصحيحة، وأن تشمل العناوين والبيانات الإيضاحية.
- أن يكون البحث ملتزما بدقة التوثيق حسب دليل جمعية علم النفس الأمريكية (APA) وتثبيت هوامش البحث في نفس الصفحة والمصادر والمراجع في نهاية البحث على النحو الآتي:
- أن تُثبت المراجع بذكر اسم المؤلف، ثم يوضع تاريخ نشرة بين حاصرتين، ويلي ذلك عنوان المصدر، متبوعاً باسم المحقق أو المترجم، ودار النشر، ومكان النشر، ورقم الجزء، ورقم الصفحة.
- عند استخدام الدوريات (المجلات، المؤتمرات العلمية، الندوات) بوصفها مراجع للبحث: يُذكر اسم صاحب المقالة كاملاً، ثم تاريخ النشر بين حاصرتين، ثم عنوان المقالة، ثم ذكر اسم المجلة، ثم رقم المجلد، ثم رقم العدد، ودار النشر، ومكان النشر، ورقم الصفحة.

2. يقدم الباحث ملخص باللغتين العربية والانجليزية في حدود (150 كلمة) بحيث يتضمن مشكلة الدراسة، والهدف الرئيسي للدراسة، ومنهجية الدراسة، ونتائج الدراسة. ووضع الكلمات الرئيسية في نهاية الملخص (خمس كلمات).

3. تحتفظ مجلة جامعة بنغازي الحديثة بحقها في أسلوب إخراج البحث النهائي عند النشر.

إجراءات النشر

ترسل جميع المواد عبر البريد الالكتروني الخاص بالمجلة جامعة بنغازي الحديثة وهو كالتالي:

- ✓ يرسل البحث الكترونياً (Word + Pdf) إلى عنوان المجلة info.jmbush@bmu.edu.ly او نسخة على CD بحيث يظهر في البحث اسم الباحث ولقبة العلمي، ومكان عملة، ومجاله.
- ✓ يرفق مع البحث نموذج تقديم ورقة بحثية للنشر (موجود على موقع المجلة) وكذلك ارفاق موجز للسيرة الذاتية للباحث إلكترونياً.
- ✓ لا يقبل استلام الورقة العلمية الا بشروط وفورمات مجلة جامعة بنغازي الحديثة.
- ✓ في حالة قبول البحث مبدئياً يتم عرضة على مُحكِّمين من ذوي الاختصاص في مجال البحث، ويتم اختيارهم بسرية تامة، ولا يُعرض عليهم اسم الباحث أو بياناته، وذلك لإبداء آرائهم حول مدى أصالة البحث، وقيمته العلمية، ومدى التزام الباحث بالمنهجية المتعارف عليها، ويطلب من المحكم تحديد مدى صلاحية البحث للنشر في المجلة من عدمها.
- ✓ يُخطر الباحث بقرار صلاحية بحثه للنشر من عدمها خلال شهرين من تاريخ الاستلام للبحث، وبموعد النشر، ورقم العدد الذي سينشر فيه البحث.
- ✓ في حالة ورود ملاحظات من المحكِّمين، تُرسل تلك الملاحظات إلى الباحث لإجراء التعديلات اللازمة بموجبها، على أن تعاد للمجلة خلال مدة أقصاها عشرة أيام.
- ✓ الأبحاث التي لم تتم الموافقة على نشرها لا تعاد إلى الباحثين.
- ✓ الأفكار الواردة فيما ينشر من دراسات وبحوث وعروض تعبر عن أراء أصحابها.
- ✓ لا يجوز نشر إي من المواد المنشورة في المجلة مرة أخرى.
- ✓ يدفع الراغب في نشر بحثه مبلغ قدره (400 د.ل) دينار ليبي إذا كان الباحث من داخل ليبيا، و (200 $) دولار أمريكي إذا كان الباحث من خارج ليبيا. علماً بأن حسابنا القابل للتحويل هو: **(بنغازي – ليبيا - مصرف التجارة والتنمية، الفرع الرئيسي - بنغازي، رقم 001-225540-0011. الاسم (صلاح الأمين عبدالله محمد)**.
- ✓ جميع المواد المنشورة في المجلة تخضع لقانون حقوق الملكية الفكرية للمجلة.

info.jmbush@bmu.edu.ly

00218913262838

د. صلاح الأمين عبدالله
رئيس تحرير مجلة جامعة بنغازي الحديثة
Dr.salahshalufi@bmu.edu.ly

التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس بكلية الآداب والعلوم المرج وعلاقته ببعض المتغيرات

أ. فخرية محمد علي الذرعاني

(عضو هيأة تدريس بقسم علم النفس - كلية الآداب والعلوم المرج - جامعة بنغازي - ليبيا)

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس بكلية الآداب والعلوم المرج وعلاقته ببعض المتغيرات أيضا هدفت إلى التعرف على الفروق في مستوى التوتر النفسي حسب متغير النوع (ذكور- إناث) والتخصص (العلمي- الأدبي). والتعرف على العلاقة التفاعلية بين النوع والتخصص في مستوى التوتر النفسي وبلغت عينة الدراسة (132) عضو هيأة تدريس بكلية الآداب والعلوم المرج جامعة بنغازي ،وتم استخدام اختبار التوتر النفسي من إعداد (مجدي حبيب، 2008) وأظهرت النتائج أن مستوى التوتر النفسي لدى العينة ككل كان منخفضا عند مستوى دلالة (0.00) كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوتر النفسي حسب متغير التخصص (أدبي- علمي) أيضا بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوتر النفسي حسب متغير النوع عند مستوى دلالة إحصائية (0.00) وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة تفاعلية في التخصص والنوع في مستوى التوتر النفسي.

الكلمات المفتاحية: التوتر النفسي، أعضاء هيأة التدريس.

Abstract

The point of this study is to know the level of the psychological tension of Almarj university teachers and its connection with some variables, also to know the differences of the psychological tension according to the variable GENDRE [MALE+FEMALE]. Specialization [SCIENTIFIC+LITERARY] and to know the connection between the Gender and specialization in the psychological tension level and the sample at this study reached [123] teachers and had tested by [MAGDI HABEB 2008] psychological test The results showed that the psychological tension level was low [000], even showed no differences in the psychological tension between samples [SCIENTIFIC+LITERARY] also a connection between specialization and gender in the psychological tension.

ـ المقدمة:

إن حياة الفرد في تقلب مستمر، وتغير دائم ولا تمضي على وتيرة واحدة بل هي مليئة بالخبرات والتجارب المختلفة، ومن جهة أخرى فإن حياة الفرد مليئة بالمواقف المختلفة والمتطلبات التي تحتاج إلى إشباع سواء على المستوى البيولوجي أو الاجتماعي فإذا ما استطاع الفرد مواجهة هذه المتطلبات وإيجاد حلول لها فإنه يكون قد وصل إلى حالة من التوازن الداخلي (الشبح، 1994: 1،2). فالتوازن يعني أن التوتر النفسي داخل النظام الكلي للشخص متعادل ويختلف من شخص لآخر (احمد، 2004: 205).

وإذا واجة الفرد مواقف ولم يستطيع إيجاد حلول لها زادت مشاكله وزاد توتره النفسي فقد أكد سيلي أن التوتر النفسي هو شيء طبيعي يحدث للفرد ومن المستحيل تجنبه ،وهو نوعان إيجابي يعمل على نشاط الفرد وقد يكون معتدل مفيد للفرد والآخر سلبي يتسبب في ضعف مقاومة الفرد للأمراض النفسية والمؤثرات الخارجية بينما يرى ساراسو أن الفرد يتعرض للتوتر إذ شعر أن لدية نقص في قدراته بينما يرى ميللر (miller) أن التوتر ينشأ عندما يستجيب الفرد للضغوط أما لونق (long) فيرى أن التوتر هو الأعباء والمتطلبات الداخلية والخارجية المفروضة على الفرد وتقييم الفرد لمدى خطورة هذه الاعباء من جهة وشعوره بعدم وجود الكفاءة والقدرة لديه للتعامل مع هذه المتطلبات وطريقة استجابته للضغوط الواقعة عليه في حين يرى شان أن التوتر النفسي هو المثيرات أو المواقف التي تؤثر على المصادر التكيفية ويصبح الحدث مؤثرا اذا أدرك الفرد أنه كذلك بينما عرفه تيلور بانه عملية يحدث من خلالها تقييم الأحداث الخطيرة والمؤلمة والمثيرة للتحدي (ابوعيشة، 1997: 27،28).

والتوتر النفسي كما يرى فلتشر وبين (fletcher, payne) هو نتيجة عدم التوازن بين الحاجات والرغبات الفرد وبين العقبات التي تحول دون تحقيقها (محافظة، 2001: 187). وقد أوضح كيرت ليفين أن الفرد يتجه دائما نحو التوازن ولا يعني التوزان أن النظام الداخلي للفرد يخلو من التوتر النفسي فليس من المحتمل أن يصل الشخص إلى التخلص التام من التوتر ويكون على قيد الحياة فعدم وجود حماس يكون أمرا محزنا جداً (القاضي، 1985: 14)

فالتوتر إذا ما قل وانعدم نهائيا لا يكون محبذا ولكن إذا زاد يكون خطيرا وربما يكون بداية للأمراض النفسية وتعتبر المثيرات السلبية التي يتلقاها الفرد أثناء تفاعله مع البيئة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية وغيرها ،قد تقود الفرد الى توتر نفسي مرتفع ويصبح لدى الفرد حاله من التأهب القصوى وإذا كان التوتر شديد أدى الى انخفاض نشاط الفرد وفتور همته حيال تحقيق أهدافه وقد يؤدي إلى الانهيار والاستسلام وإلى حالات مرضية (مخزومي، 2004: 250)

ولابد أن ننوه أن التوتر أيضا ينتج من عدم التناسق بين احتياجاتنا وقدراتنا وبين ما تقدمه البيئة لنا وما تطلبه منا (ليفي، 1995: 242). وإننا نحتاج إلى قدر معين من العمل ولكن البيئة أما أنها لا تقدم لنا شيء أو أنها تحملنا من العمل أكثر مما نطيق وهذا ما قد يتعرض له عضو هياة التدريس بالجامعة فعضو هيأة التدريس علية متطلبات وواجبات داخل الجامعة وخارجها أيضا كقيامه بالبحوث العلمية والنظرية والتطبيقية التي تسهم في رقي المجتمع وتقدمه وتساعد على حل بعض المشاكل الاقتصادية والاجتماعية وكذلك قيامه بالاختبارات العلمية المبتكرة هذا إلى جانب اعمال الخبرة والاستشارات الفنية والقانونية للمؤسسات وتنظيم الدورات والندوات والمؤتمرات العلمية والتوعوية والثقافية والاهتمام بكافة المجالات واختبار الطلاب ومساعدتهم وإرشادهم وغيرها الكثير (فضل، 1986: 161).

كذلك يعتبر عضو هيأة التدريس بناة الأجيال، وقادة التغيير السياسي والاجتماعي والثقافي مهما تعددت الأجيال، وتعقدت الظروف، وزادت الهموم، ولكن قبل كل هذا، فهم بشر ولديهم مشكلاتهم وحاجاتهم البشرية الشخصية والاجتماعية وأن أية توترات وضغوط يعيشونها قد تؤثر سلباً على فاعليتهم وأدائهم في الجامعة وخارجها (جودة، 2011: 871).

ومما سبق تلاحظ الباحثة أن هنالك أعباء كثيره يقوم بها عضو هيأة التدريس في الجامعة كل حسب تخصصه ونوعه، وإذا زادت هذه الأعباء وغيرها عن الحد المطلوب خصوصا في ظل الظروف الراهنة وما تشهده البلاد من توترات على كافة الأصعدة من الممكن أن يؤدي الى توتر نفسي شديد لعضو هياة التدريس، وبدرجات مختلفة فيما بينهم.

- **مشكلة الدراسة:**

على الرغم من التطور والتقدم الذي يشهده العصر الحالي في الكثير من مجالات الحياة إلا أنه يتصف بالتعقيد وكثرة المتطلبات والواجبات، ويمر عضو هيأة التدريس الجامعي يوميا بعشرات المواقف التي تحتاج إلى مواجهه وتقديم حلول لها، وأن عدم القدرة على إيجاد الحلول لها قد يسبب في ضيق له وتوتر وانفعالات غير سارة (الشبح، 1994: 16) فقد يهدد بخبرات انفعالية غير سارة كالقلق والتوتر وغيرها ويحاول جاهدا التخلص منها (الاشوال، 1994 :16) فالتوترات النفسية تعتبر قوة دافعة للعمل والإنتاج أحيانا، وإن قد رمن التوتر النفسي لازم لإداء العمل ولكن إذا زاد عن الحد الأمثل أو قل أصبح معطلا لجودة أداء العمل وقد يسبب الانهيار والتفكك والفشل (مصلح، 2003 :60).

فالعمل يعني استمرار الحياة ونموها فهو ذو قيمة عظيمة للفرد ففي العمل يقضون معظم أوقاتهم وقد يتفقون ويختلفون مع زملاء العمل ويتنافسون لتحقيق أهدافهم كما هو الحال في الجامعات بين أعضاء هياة التدريس مثلا (محمد، 2010: 31). وأن نجاح أي مؤسسة تعليمية يعتمد بالدرجة الأولى على ما يتوافر لدى هذه المؤسسة من أساتذة يتمتعون بالكفاءة والصحة النفسية وأن العدد المتزايد للطلاب من ذوي التحصيل المتدني ونقص الأجهزة والإمكانيات اللازمة للبحث العلمي في الجامعة، وصعوبة الاشتراك في الندوات والمؤتمرات العلمية الخارجية وقلة المصادر الحديثة والوضع المادي المتمثل في التدني الواضح في مرتبات أعضاء هيأة التدريس قد يؤثر على عضو هيأة التدريس الجامعي الذي يعتبر حجر أساس نجاح المؤسسة التعليمية أو فشلها (أبو سلوم، 77:2012) فأعضاء هيأة التدريس كأفراد فالمجتمع يعيشون عصر ينفرد بالأحداث المميزة فعلى الرغم مما ينطوي عليه العصر الحالي من مكاسب واختراعات إلا أنه يعج بالأحداث المثيرة للتوتر النفسي والاضطرابات النفسية بما يشعر الفرد بتهديد أمنه النفسي والجسمي والمادي والاجتماعي (عبد المعطي، 2006 :185).

ومهنة التدريس من المهن التي تكثر فيها التوترات النفسية أحيانا لم تنطوي عليها من اعباء ومسؤوليات ومطالب بشكل مستمر، الامر الذي يتطلب مستوى عاليا من الكفاءة والمهارات من قبل عضو هيأة التدريس فالجامعة (الزيودي، 2007: 191).

والجامعة تعتبر من أهم المؤسسات التعليمية التي تلعب دورا هاما في تنشئة الأفراد والمجتمعات ولكي تحقق أهدافها لابد من توفر الموارد الأساسية التي تتفاعل فيما بينها لتحقيق هذه الأهداف، ومن بين هذه الموارد، الموارد البشرية والمادية وباعتبار المورد البشري أحد أهم الموارد فلابد من العناية به ولاهتمام به ولأن معرفتنا بان المورد البشري هو عضو هيأة التدريس بالجامعة الذي لا يمكن أن يؤدي مهامه إلا من خلال تقديم العون له والاهتمام به والعناية به و تخفيف من حدة التوتر لدية فهو يعتبر محور المجتمع الجامعي وأحد أهم الجوانب العلمية التعليمية (سعيدة، 2013: 2) ولعل هذا ما دفع (شاندلر) وزملائه إلى أن يصفو مهنة التدريس بالمهنة الأم لأنها تسبق كل المهن الأخرى فهي تعتبر المصدر الأساسي الذي يمد المهن الاخرى بالعناصر البشرية المؤهلة علميا واجتماعيا واخلاقيا (البوهي والبيومي، د ت: 10).

مما تقدم ترى الباحثة آن عضو هيأة التدريس هو أحد أهم الموارد البشرية التي تساعد في تقدم وازدهار التعليم و المجتمع وإن تعرضه لبعض الاضطرابات النفسية كالتوتر النفسي قد يقلل من همته وكفاءته وبالتالي يعتبر هذا الأمر له مردود عكسي على الجامعة والطلاب وعلى

المجتمع فكما نوهنا سابقا فعمله ليس محصورا داخل الجامعات فقط، وبناء على ذلك تتبين لنا مشكلة الدراسة في معرفة مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس بالجامعة.

- **تساؤلات الدراسة:**

1 - ما مستوى التوتر النفسي لدى العينة ككل؟

2- هل هنالك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس تبعا لمتغير التخصص (أدبي - علمي)؟

3- هل هنالك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس تبعا لمتغير النوع (ذكور- اناث)؟

4- هل هنالك علاقة تفاعلية بين النوع والتخصص في التوتر النفسي لدي أعضاء هيأة التدريس؟

- **أهداف الدراسة**:

1- التعرف على مستوى التوتر النفسي لدى العينة ككل.
2- التعرف على الفروق الفردية في مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس تبعا لمتغير التخصص (أدبي- علمي).
3- التعرف على الفروق الفردية في مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس تبعا لمتغير النوع (ذكور- إناث).
4- التعرف على العلاقة التفاعلية بين النوع والتخصص في التوتر النفسي لدي أعضاء هيأة التدريس.

- **أهمية الدراسة:**

تكمن أهمية الدراسة في الاتي:

1- يعتبر موضوع الدراسة الحالي (حسب علم الباحثة) من أوائل الدراسات التي تهتم بالتوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس في الدولة الليبية.
2- تعتبر إضافة جديده للمكاتب العامة والخاصة بسبب ندرة الأبحاث التي تهتم بهذا الموضوع.
3- تسليط الضوء على أهمية التوتر النفسي وتأثيره على أداء العمل، والاهتمام بعضو هيأة التدريس الجامعي من قبل جهات الاختصاص.
4- ستكون نتائج هذه الدراسة بادرة للفت انتباه مؤسسات التربية والتعليم للاهتمام بالحاجات النفسية والاجتماعية والاقتصادية لعضو هيأة التدريس حتى يؤدي رسالته على أكمل وجه.

- **حدود الدراسة:**

الحدود البشرية: أعضاء هيأة التدريس بجامعة بنغازي فرع كلية الآداب والعلوم المرج من التخصصات (العلمية- الأدبية) ومن النوعين (ذكور- إناث) باستثناء المغتربين.

الحدود المكانية: كلية الادب والعلوم - المرج.

الحدود الزمنية: فصل الخريف 2018-2019.

- **مصطلحات الدراسة**:

شملت الدراسة الحالية على المصطلحات التالية:

- التوتر النفسي:tension :

هو الأساس الدينامي وراء الشعور بتهديد الطمأنينة أو بتهديد إي اتزان قائم بالنسبة للشخص ككل او لجانب من جوانبه وما يترتب على ذلك من تحفيز للقضاء على التهديد. (حبيب، 2008 : 1) ويقصد به اجرائيا هو الدرجة الخام التي يتحصل عليها المفحوص على مقياس (مجدي حبيب، 2008).

-عضو هيأة التدريس: faculty member:

هو الأستاذ الجامعي وهو الركيزة الأساسية والحقيقية للجامعة فهو ناقل للمعرفة العلمية فأداؤه يحدد استمرارية وفاعلية المؤسسة الجامعية في القيام بالوظائف المنوطة بها. (سعيدة، 2013: 12) ويقصد بعضو هيأة التدريس في هذه الدراسة كل أعضاء هيأة التدريس ذكورا وإناثا باستثناء المغتربين، من الأقسام الأدبية والعلمية، بكلية الآداب والعلوم المرج بجامعة بنغازي.

- الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع تبين أن هنالك ندرة في الدراسات التي تناولت مثل موضوع الدراسة الحالي (حسب علم الباحثة) حيث هنالك دراسات تناولت موضوع التوتر النفسي ولكن لم تطبق على أعضاء هيأة التدريس بالجامعات الليبية. وبناء على ذلك سوف تقوم الباحثة بعرض بعض الدراسات السابقة التي تم الحصول عليها من الأقدم إلى الأحدث وفيما يلي عرض لهذه الدراسات:

دراسة (أبو مغلي) 1987م هدفت الدراسة للكشف عن مستوى التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الإعدادية والثانوية والحكومية في منطقة عمان حيث بلغت العينة (425) معلما من حملة الشهادة الجامعية وأستخدم استبانة مكونة من جزئيين جزء لقياس مظاهر التوتر وجزء لقياس مصادر التوتر النفسي وتشير النتائج إلى ظهور بعض مظاهر التوتر النفسي لدى العينة وظهور فروق في درجة التوتر النفسي بين المعلمين والمعلمات حيث كان التوتر أعلى لدى المعلمات.

دراسة (الملا) هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة بين التوتر النفسي والقدرة الابداعية حيث بلغت العينة 200 طالب وطالبة ذكورا وإناثا من كلية الآداب جامعة القاهرة واستخدمت الباحثة بطارية لقياس التوتر النفسي وتشير النتائج الى وجود علاقة بين التوتر النفسي والأبداع وتتضح العلاقة بشكل كبير في أن التوتر انما يرتبط بالقدرة الإبداعية في منطقة معينة من هذه السمه وهي المنطقة الوسطى اي الحد الأمثل للتوتر في حين لم يكن للقدرة الإبداعية علاقة بالتوتر النفسي في مناطق اخرى لهذه السمه كما أن التوتر النفسي عامل عام وليس سمة.

دراسة (ربيع) 1972م هدفت هذه الدراسة التعرف على أثر المهنة على الصحة النفسية للمعلمين وتكونت العينة من مجموعه من المعلمين وأستخدم الباحث اختبار منيسوتا متعدد الأوجه ووجد أن هنالك عدد من الاضطراب النفسي والانفعالي لدى فئات مختلفة من المعلمين وأرجعها إلى الضغوط اليومية التي يعانون منها في ممارسة مهنة التدريس (نقلا عن عبدالمعطي، 2006 : 195).

دراسة (الملا) 1973م هدفت الدراسة للتعرف على الفروق النسبية في التوتر النفسي على عينة من المجتمع المصري ذكورا وإناثا وقد طبقت الباحثة بطارية لقياس التوتر النفسي وطبقت فيها 7 اختبارات تقيس التوتر النفسي والتطرف العام والسلبي والإيجابي والتصلب وشدة الدافع والطاقة وقامت بحساب الارتباطات الداخلية بين كل متغيرات التوتر، للتحقق ما إذا كانت كل المتغيرات تقيس شيئا واحدا يمكن أن يطلق عليه اسم التوتر النفسي وقد كان عدد المتغيرات التي حسب عليها الارتباط (14) متغيرا من متغيرات التوتر في كل عينة من عينتي الدراسة ذكور

والإناث، وقد تبين من خلال النتائج أنه لا توجد فروق بين الذكور الإناث في التوتر النفسي (نقلا عن القاضي، 1985 :66، 67).

دراسة (ديراني) 1992م هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مصادر وأسباب التوتر النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الثانوية والحكومية في محافظة عمان، وتكونت العينة من (592)معلما ومعلمة واستخدمت استبانة مكونة من (57) فقرة وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات لصالح الذكور، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات المعلمين والمعلمات تعزى لمتغير التخصص لصالح الذكور كما تبين وجود فروق بين المعلمين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

دراسة troll تورل (1994م) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التوتر النفسي والاستنفاد النفسي في الإدارة التربوية وتكونت العينة من(750) مديراً و(250) مشرفا تربويا في مدينة واشنطن واستخدم الباحث إسبانه خاصه لقياس الاستنفاد والتوتر النفسي وتوصلت هذه الدراسة إلى أن مديرو المدراس يعانون من ارتفاع في مستوى توتر نفسي.

دراسة (عساف) 1996م هدفت هدة الدراسة إلى تحديد مصادر الضغط النفسي لدى مدرسي الجامعات ومدى مساهمة متغير الجنس والعمر والحالة الاجتماعية والتخصص في الضغوط النفسية التي يتعرض لها الاكاديميون وتكونت عينة الدراسة من (177) عضو هيأة تدريس بالضفة الغربية واستخدم الباحث مقياس قام ببنائه لقياس الضغط النفسي للأكاديميين وجاءت نتائج الدارسة إلى أن هنالك تأثير لمتغير الجنس على مصادر الضغط النفسي ووجد أن ضغط العمل من العوامل الرئيسة في الضغط والاجهاد لدى عضو هياة التدريس بالجامعة (نقلا عن ابو عيشة، 1997 :38، 70).

دراسة اوفيجبو ونواديني (Ofoegbu & Nawadiani 2004) وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط لدى أعضاء هيأة التدريس على عينة مكونة من (228) تم اختيارهم من جامعات في نيجيريا وأسفرت نتائج الدراسة على أن عينة الدراسة تعاني من مستويات عالية من الضغوط كما أسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير العمر والخبرة ايضا وجود فروق في الضغوط تعزي لمتغير النوع .

دراسة كاليني وآخرون (Kalyan et al، 2009) تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير الضغوط على مستوى اداء أعضاء هيأة التدريس في شمال الهند وتكونت عينة الدراسة من (207) عضو هيأة تدريس وكشفت النتائج عن أن ضغوط العمل تنعكس سلباً على أداء عضو هيأة التدريس كما بينت الدراسة أن هنالك فروق تعزي لمتغير النوع في أبعاد مقياس الضغوط. (نقلا عن جوده، 2011: 13).

دراسة (تيشلير, Tishler) (ب، ت) هدفت الدراسة إلى معرفة أثر برنامج علاجي على ضبط مستوى التوتر النفسي ومستوى التغذية وتكونت عينة الدراسة أعضاء هيأة التدريس في جامعة مينتيقالو (11) ذكور و(13) إناث قد وزعوا إلى مجموعتين الأولى يتلقى أفرادها التدريب على برنامج علاجي والمجموعة الثانية تعمل كمجموعة ضابطة وقد تكون البرنامج العلاجي من تمارين رياضيه معينه وقد طبق البرنامج لمدة ثلاثة أيام اسبوعيا ولمدة (28) أسبوعا وقد طبقت اختبارات قبلية وبعدية واشارت النتائج الى ان البرنامج ادى إلى خفض التوتر النفسي انخفاضا دالا لدى أفراد المجموعة العلاجية (نقلا عن الشبح، 1994 :39).

- **منهج الدراسة:**

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي (المقارن) فهو الأكثر ملائمة للدراسة الحالية فالمنهج الوصفي (المقارن) لا يقوم فقط بجمع المعلومات والبيانات عن ظاهرة ما وتفسيرها

والتنبؤ بها بل يتعدى ذلك ليشمل إجراء مقارنه وتحديد أوجهه الشبه والاختلاف بين الظواهر او العينات. (عبدالعزيز، 2010: 187).

- **مجتمع الدراسة:**

يشمل مجتمع الدراسة الحالية أعضاء هيأة التدريس بجامعة بنغازي فرع الآداب والعلوم المرج (أدبي- علمي) للعام الجامعي (2018- 2019) وقد بلغ عدد أعضاء هيأة التدريس باستثناء المغتربين في كلية الآداب والعلوم المرج (204) منهم (85) اناث و(119) ذكور والجدول (1) يوضح توزيع فراد مجتمع الدراسة حسب التخصص (أدبي- علمي) والنوع (الذكور- الإناث).

جدول (1) يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب التخصص والنوع.

الأقسام	الذكور	الإناث	المجموع
الأدبية	97	43	140
العلمية	22	42	64
المجموع الكلي	119	85	204

- **عينة الدراسة**:

العينة هي مجموعة جزئية من المجتمع الكلي تحوي بعض العناصر يتم اختيارها منه (النجار، 2013 : 106) وتبعا لمنهج الدراسة وأهدافها تم اختيار العينة وفقا للمعاينة العشوائية النسبية الطبقية حيث أن الاختيار العشوائي يوفر فرصة متكافئة لجميع وحدات العينة في الاختيار (الهمالي، 2003: 237) لن طبيعة مجتمع الدراسة متباين من عدة طبقات، وقد قامت الباحثة بالاتصال بمكتب شؤون أعضاء هيأة التدريس بكلية الآداب والعلوم المرج للحصول على قائمة تشمل مجتمع الدراسة من أعضاء هيأة التدريس في (الأقسام الأدبية- الأقسام العلمية) من النوعين (الذكور- الإناث) باستثناء المغتربين وتم تحديد عدد الذكور والإناث كلا على حده ومن ثم تحديد العينة طبقا لجدول مرجان وتم تحديد حجم العينة حيث بلغ عدد عينة الدراسة (132) ولاستخراج النسبة المئوية لكل طبقة للمجتمع الأصلي تم قسمة عدد أعضاء هيأة التدريس في كل الأقسام على عدد المجتمع ككل وتم ضرب حجم العينة في النسبة المئوية وبالتالي تم تحديد عدد الافراد في كل مجموعة (الأدبية- العلمية) و(الذكور- الإناث) وجدول (2) يبين توزيع افراد العينة التي تم اختيارها.

جدول (2) يبين توزيع عينة الدراسة حسب النوع والتخصص

الأقسام	الذكور	الإناث	المجموع
الأدبية	62	28	68
العلمية	14	28	30
المجموع	76	54	132

- **أدوات الدراسة:**

- **مقياس التوتر النفسي:**

معد هذا المقياس مجدي حبيب (2008) ويهدف الى قياس التوتر النفسي حيث يتم قياس توتر الشخصية من خلال سلوكيات التي تعكس بعض الاضطرابات الانفعالية كتغير المزاج والشعور بوجود مشكلات أكثر من الاخرين والشعور بالحزن والاكتئاب والاندفاع تجاه أغلب

الأشياء والشعور بالانزعاج عندما لا يوجد سبب لذلك وعدم تحمل المسؤولية وعدم القدرة على الضبط النفسي والتحكم الذاتي ويتكون من (31) فقرة والاختيارات (اوافق- غير موافق- معارض- معارض تمام) وعدد الفقرات السالبة (21) فقرة وهي (2-3-5-7-8-11-12-13-14-15-16-17-18-22-23-24-25-26-27-28-30) تأخذ أوزان من اليمين الى اليسار (1-2-3-4) بينما عدد الفقرات الموجبة والتي تأخذ اوزان من اليسار الى اليمين (4-3-2-1) هي (1-4-6-9-10-19-21-29-31) وتشير الدرجة المرتفعة على ارتفاع التوتر النفسي.

- الدراسة الاستطلاعية:

إن الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو معرفة مدى سلامة الفقرات ووضوحها والتعرف على صدق المقياس وثباته، وتم تطبيق هذا المقياس في البيئة الليبية في دراسة سابقة على المعلمات في مدينة المرج (2012) وتم تعديله لتصبح عباراته (28) عبارة وتم حساب صدق الظاهري والاتساق الداخلي (صدق المفردات) وتم التأكد من الثبات بمعامل ألفا كرونباك.

- جمع بيانات عينة الدراسة:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة الدراسة بشكل جماعي وبشكل فردي أيضا واستغرق جمع البيانات من عينة الدراسة حوالي شهرين ونصف.

- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

سوف تقوم الباحثة باستخدام برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك لتحليل بيانات الدراسة وقد استخدمت الأساليب الإحصائية التالية:

1- اختبار (t) لعينة واحدة لتحقق من الهدف الأول والتعرف على مستوى التوتر النفسي لدى عينة الدراسة ككل.
2- وللتعرف على الهدف الاول والثاني تم استخدام اختبار (t) للفروق بين عينتين مستقلتين (الفروق في مستوى التوتر النفسي تبعا لمتغير النوع والتخصص).
3- استخدمت الباحثة تحليل التباين الثنائي للتعرف على العلاقة التفاعلية بين النوع والتخصص في مستوى التوتر النفسي.

- عرض النتائج ومناقشتها:

سيتم عرض نتائج الدراسة التي تم التوصل اليها وفقا أهداف الدراسة:

- الهدف الأول:

التعرف على مستوى التوتر النفسي لدى العينة ككل؟

ولتحقيق الهدف ألأول تم استخدام اختبار (t) للعينة الواحدة والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول(3) لدلالة الفروق بين متوسط العينة الكلية والمتوسط الفرضي لمقياس التوتر النفسي

المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
77.3258	83.5	7.92377	131	8.952	0.000

يتضح من الجدول أن مستوى التوتر النفسي لدى العينة ككل كان منخفضاً، فمن خلال مقارنة المتوسط الفرضي للمقياس بالمتوسط الحسابي للعينة باستخدام اختبار (t) للعينة الواحدة اتضح أن قيمة (t) للفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي بلغ (8.952-) عند مستوى

دلالة (0.000) مما يعني أن هناك انخفاض في مستوي التوتر النفسي لدى العينة الكلية وتختلف هذه النتيجة عن نتائج دراسة تورل torll (1994) كما تختلف مع نتائج دراسة عساف (1996) ويمكن تفسير هذه النتيجة أن الباحثة قد طبقت الدراسة في الوقت الذي كان أعضاء هيأة التدريس ينتظرون احتمالية صدور قرار زيادة مرتباتهم، وقرار إيفادهم لاستكمال الدراسة بالخارج وعلى هذا الأساس ترجح الباحثة أن هذه الامور كانت وراء انخفاض التوتر النفسي لديهم في ذلك الوقت.

- الهدف الثاني:

التعرف على فروق الفردية في مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس تبعا لمتغير التخصص (أدبي - علمي)؟

ولتحقيق الهدف الثاني تم أستخدم اختبار (t) لعينتين مستقلتين لقياس التوتر النفسي تبعا لمتغير التخصص (أدبي- علمي) وجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (4) اختبار (ت) لدلالة الفرق بين متوسطات التخصص (أدبي- علمي) في مستوى التوتر النفسي

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
أدبي	77.4444	7.75627	130	0.251-	0.802
علمي	77.0714	8.36191			

يتضح من خلال الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أعضاء هيأة التدريس في التخصص الأدبي وأعضاء هيأة التدريس في التخصص العلمي، وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة ديراني (1992) ولا توجد دراسة اتفقت مع هذه النتيجة ،ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الظروف في الاقسام العلمية والادبية واحدة.

- الهدف الثالث:

التعرف على الفروق الفردية في مستوى التوتر النفسي لدى أعضاء هيأة التدريس تبعا لمتغير النوع (ذكور- إناث).

ولتحقيق هذا الهدف تم أستخدم اختبار (ت) لعينتين مستقلتين والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (5) اختبار (t) لدلالة الفروق بين متوسطات النوع على مقياس التوتر النفسي والدلالة الاحصائية

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
ذكور	74.6316	7.32456	130	4.941-	0.000
إناث	80.9821	7.26258			

ويتضح من الجدول السابق ان هنالك فروق ذات دلالة احصائية (0.000) تبعا لمتغير النوع لصالح الإناث وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة أبو مغلي (1987) كما تتفق مع دراسة ديراني (1992) حيث بينت دراسته وجود فروق تبعا لمتغير النوع لكنها لصالح الذكور كما اتفقت مع دراسة اوفيجيو ونواديني (Ofoegbu & Nawadiani 2004) بينما اختلفت مع

نتائج دراسة الملا (1973). ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى اختلاف الإناث عن الذكور بيولوجيا ونفسيا، وإلى الضغوط الاجتماعية المحيطة بيهاً.

فقد ذكر عبدالمعطي 2006 أن الإناث لديهن استعداد أكبر من الرجال للتعرض لضغوط الحياة وتوتراتها في حين أن الذكور أق استعداد التعرض لضغوط الحياة وتوتراتها (عبدالمعطي، 2006: 276).

- الهدف الرابع:

التعرف على العلاقة التفاعلية بين النوع والتخصص في مستوى التوتر النفسي ولتحقيق الهدف الرابع تم استخدام تحليل التباين الثنائي وجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (6) تحليل التباين الثنائي للعينة الكلية

المتغيرات	درجة الحرية	f	مستوى الدلالة
النوع	1	19.349	00.0
التخصص	1	3.514	.063
التفاعل بين النوع والتخصص	1	4.542	.035

من الجدول (6) تلاحظ الباحثة أن هنالك تفاعل بين النوع (ذكور- اناث) والتخصص (أدبي - علمي) تساوي (0.035) وهي أقل من (0.05) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوتر النفسي بين النوع والتخصص، ولم تجد الباحثة أي دراسة سابقة تتفق او تختلف مع نتيجة هذا الهدف ويتضح من خلال الجدول أنه ليس بالضرورة الذكور العلمي والأدبي يكون التوتر لديهم منخفضا للجميع فهنالك تفاعل للتخصص والنوع في مستوى التوتر النفسي أي ربما قد يكون التوتر منخفض لدى ذكور العلمي ومرتفع للأدبي او العكس، كذلك نفس التفسير بالنسبة لإناث الادبي والعلمي.

- التوصيات والمقترحات:

1- إعداد دراسات علمية أخرى على عضو هيأة التدريس بمختلف الجامعات في البيئة الليبية.

2- الاهتمام بعضو هيأة التدريس الجامعي، وذلك بتوفير البيئة النفسية المناسبة باعتبار مصدر قوة مؤسسة التعليم العالي واحد اهم مقومات النجاح فيها.

3- الاهتمام بدراسة التوتر النفسي وربطه بمتغيرات أخرى كالرضا الوظيفي والرضا عن الحياة والضغوط المهنية وغيرها، وذلك على أعضاء هيأة التدريس وعلى عينات اخرى، فقد لاحظت الباحثة (وحسب علمها) ندرة في دراسة التوتر النفسي، وندرة في الدراسات السابقة خاصة في البيئة الليبية.

4- تشجيع البحث العلمي ودعمه بحيث يؤدي إلى استمرارية النمو المهني لعضو هيأة التدريس.

- **قائمة المراجع:**

1- أحمد، سهير كامل (2004). سيكولوجية الشخصية مركز الاسكندرية للكتاب، الاسكندرية.

2- أبو سلوم، عبدالكريم سليمان (2012) قراءات في التربية وعلم النفس، منشورات جامعة بنغازي، ليبيا.

3- أبو عيشه، زاهرة جميل نهد (1997). مستوى التوتر النفسي ومصادره لدى المشرفين التربويين ومديري الحكومية في الضفة الغربية .رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة نابلس فلسطين.

4- أبو مغلي، سمير عبدالله مسعود (1987) مستوى ومصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الجامعة الأردنية الأردن.

5- البوهي، فاروق، واخرون (بدون تاريخ). دراسات في اعداد المعلم، دار المعرفية الجامعية مصر.

6- الشبح، نضال سعيد عبدالله (1994). فاعلية برنامج ارشاد جمعي وبرنامج نشاط رياضي في خفض مستوى التوتر النفسي .رسالة ماجستير غي منشورة، الجامعة الاردنية ، الاردن.

7- القاضي، زينب عبدالرحمن محمد (1985). التوتر النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.

8- المخزومي، امل (2004) دليل العائلة النفسي دار العلم للملايين، بيروت.

9- النجار، فايز جمعة وأخرون (2013). اساليب البحث العلمي،ط3،دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

10- الهمالي، عبدالله عامر (2003). اسلوب البحث الاجتماعي وتقنياته، دار الكتب الوطنية، بنغازي، ليبيا.

11- الاشوال، عادل عز الدين (1994) سيكولوجية الشخصية مكتبة الانجلو المصرية القاهرة.

12- سعيدة، عكاشة (2013) الرضا الوظيفي وعلاقته بالدافعية لدى الاستاذ الجامعي بجامعة ام البواقي، رسالة ماجستير كلية الآداب الجزائر، من الموقع الإلكتروني:

http://hdl.handle.net.

13- حبيب، مجدي عبدالكريم (2008). اختبار التوتر النفسي،ط3،مكتبة النهضة العربية القاهرة.

14- جوده، أمال عبدالقادر (2011). المشكلات النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة الأقصى في ضوء بعض المتغيرات مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس ، مجلد2، العدد 35. من الموقع الإلكتروني:

https://search.mandumah.com

15- عبدالعزيز، مفتاح (2010). مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية واساليبها وتقنيتها، دار النهضة العربية، بيروت.

16- عبدالمعطي، حسن مصطفى (2006). ضغوط الحياة واساليب مواجهتها مكتبة زهراء الشرق القاهرة.

17- فضل، عبدالله بشير (1986). نظم التعليم العالي والجامعي دار الجماهيرية للنشر والتوزيع، مصراته، ليبيا.

18- مصلح، عائشة محمد عيسى (2003). اثر برنامج ارشادي نفسي جماعي في خفض مستوى التوتر النفسي لدى طالبات المرحلة الاساسية العليا بمدارس وكالة الغوث الدولية رسالة ماجستير غير منشورة الجامعة الاسلامية، غزة.

19- محافظة، سامح (2001). اسباب التوتر النفسي عند عينة من المعلمين الاردنيين (دراسة ميدانية) مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية، السنة السابعة، العدد (7) الهيئة القومية للبحث العلمي الاردن.

20- محمد، سليمة محمود محمد (2010). مفهوم الذات وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى عينة من معلمي ومعلمات التربية البدنية في مدينة المرج رسالة ماجستير غير منشورة جامعة قاريونس، بنغازي.

21- ليفي، لنازت (1995). التوتر في الصناعة. ترجمة ابراهيم، رزق سند، دار النهضة العربية، بيروت.