﴿ سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم ﴾

صدق الله العظيم

(سورة البقرة / ٣٢)

Cairo University
Faculty of Kindergarten
Department of Psychology

Occupational psychological stresses of kindergarten teacher and their relation to some personality traits (personal variables)

A Thesis presented from the researcher :

Asmaa Abd El Aziz Abd El Latif Ali Mahlees

To obtain a master's degree in Education

(Kindergarten)

Under the supervision of

Dr. Annecy Mohamed Ahmed Kassem
Assistant Professor of Psychology
Faculty of Kindergarten
Cairo University

Dr. Wafaa Mohamed Kamal Abdel-Khalek
Professor of Psychology
Former Deputy of The Faculty of Kindergarten
Higher studies and researches
Cairo University

2010

كلية رياض الأطفال
قسم العلوم النفسية

الضغوط النفسيةالمهنية لمعلمة رياض الأطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية

رسالة مقدمة من الباحثة

أسماء عبد العزيز عبد اللطيف على محليس

للحصول على درجة الماجستيرفى التربية
(رياض الأطفال)

إشراف

أ.د/ وفاء محمدكمال عبد الخالق
أستاذ علم النفس
ووكيل كلية رياض الأطفال الأسبق
للدراسات العليا و البحوث
جامعة القاهرة

أ.م.د/ أنسى محمد أحمدقاسم
أستاذ مساعد علم النفس
بكلية رياض الأطفال
جامعة القاهرة

٢٠١٠ م

مقترحات الدراسة:

ونظراً لقلة الدراسات فى أدبيات الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال، ولأهمية هذا الموضوع البالغة ،تقترح الباحثة إجراء المزيد من الدراسات فى الموضوعات التالية :

*دراسة العلاقة بين الأساليب المعرفية وإدراك المعلمة للضغوط النفسية المهنية.

*إعداد برنامج تدريبي لخفض الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال .

*دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية المهنية والمتغيرات التالية : "الرضا الوظيفى–ترك العمل– الإحباط –الاحتراق النفسى – الاضطرابات السيكوسوماتية ".

شكر وتقدير

"رب أوزعنى أن أشكر نعمتك التى أنعمت على وعلى والدى وأن أعمل صالحاً ترضاه وأدخلنى فى عبادك الصالحين"

(سورة النمل / ١٩)

الحمد لله الذى هدانا لهذا وما كنا لنهتدى لولا أن هدانا الله ،والصلاة والسلام على سيد الخلق أجمعين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم .

أولاً:وقبل كل شىء أسجد لله عز وجل شكراً ، وأحمده سبحانه وتعالى حمداً يليق بجلال وجهة وعظيم سلطانة،على أن وهبنى القدرة على أن أقدم هذا البحث المتواضع.

(فسبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم)

(سورة البقرة / ٣٢)

واعترافاً منى بالفضل لأصحابة أتوجه بأسمى آيات الشكر والعرفان إلى **أستاذتى الجليلية،الأستاذة الدكتورة/وفاء محمدكمال عبد الخالق،**أستاذ علم نفس النمو ووكيل كلية رياض الأطفال الأسبق للدراسات العليا والبحوث– جامعة القاهرة . والتى تفضلت بإشرافها على هذا البحث حيث اقتطعت الكثير من وقتها الثمين ،ولم تبخل على بعلمها لمساعتى وتوجيهى لإتمام هذا البحث ،كما أنها أعطتنى من خبراتها الواسعة ومن علمها الوفير ما أنار لى الطريق ،فلها منى جزيل الشكر والتقدير وكل الحب والعرفان ما حييت.

وإنه لمن دواعى سرورى وسعادتى أن تتفضل بمناقشة البحث **الأستاذة الدكتورة/نادية محمود شريف،** أستاذ علم النفس التربوى–معهد البحوث والدراسات التربوية – والعميد الأسبق لكلية رياض الأطفال– جامعة القاهرة، فلا يسعنى إلا أن أقدم لسيادتها خالص شكرى وعظيم تقديرى على قبول سيادتها مناقشة هذا البحث رغم كثرة أعبائها ومسئوليتها ،ولا شك فى أن ملاحظتها سوف تكون إثراء لهذا البحث ،فجزاها الله عنى خير الجزاء.

كما أنه من دواعى سرورى أن أتشرف بمناقشة هذا البحث من **أستاذى الدكتور/ بطرس حافظ بطرس،** أستاذ الصحة النفسية –ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب – كلية رياض الأطفال – جامعة القاهرة والذى اقتطع من وقته الكثير وأمدنى بفكره العظيم وتوجيهاته الثمينة وإرشاداته الإحصائية الثرية والتى أثرت هذا البحث ،كما أتوجة إليه بخالص الشكر والتقدير على موافقته مناقشة هذا البحث فجزاه الله عنى خير الجزاء.

كما أدين بخالص الشكر والتقدير والامتنان إلى **أستاذى الفاضل الدكتور/ أنسى محمد قاسم** ،أستاذ مساعد علم نفس النمو – كلية رياض الأطفال – جامعة القاهرة (رحمة الله) وأسكنه فسيح جناته ،والذى كان المثل والقدوة فى حب العلم ، فمعه خطوت أولى خطواتى فى البحث العلمى الجاد ،وحقاً كان نعم القدوة والأسوة فى دنيا العلم فجزاه الله عنى كل الخير وجعل كل خطوة أخطوها فى سبيل العلم فى ميزان حسناته .

ولا يسعنى إلا أن أتقدم بالشكر والامتنان **لكل من ساعدنى ووقف إلى جانبى** من أجل إتمام هذا البحث.

كما أتقدم بجزيل الحب والتقدير إلى **أفراد أسرتى** على ما قدموه لى من عون صادق وما تحملوه من أجلى جزاهم الله عنى كل الخير ،وأتمنى أن تكون ثمرة هذا العمل فخراً لهم.

وأخيراً أتشرف بأن أضع بين أيدكم الكريمة هذا العمل راجية من الله أن يجعله علماً نافعاً لى ولغيرى فى الدنيا والأخرة .

الباحثة
أسماء عبد العزيز عبد اللطيف على

فهرس المحتويات

الموضـــــوع	الصفحة
الفصـــــــل الأول (مدخل إلى الدراسة)	
مقدمة	٢
مشكلة الدراسة	٤
هدف من الدراسة.....	٦
أهمية الدراسة	٩
مصطلحات الدراسة..... ...	١٢
الفصـــــــل الثاني (إطار نظري ودراسات سابقة)	
أولا : الضغوط النفسية:-	١٥-٩٩
- تعريفات الضغوط النفسية	١٦
- أنواع الضغوط النفسية	٢٣
- مصادر الضغوط النفسية	٢٦
- بعض التصورات والنظريات المفسرة للضغوط	٢٧
- مصادر ضغوط العمل	٣٩
-التأثير السلبى لضغوط العمل على الفرد	٥٢
-مظاهر الاستجابة للضغوط النفسية	٦١
-الاحتراق النفسى وضغوط العمل	٦٥
- عواقب استمرار الضغوط والآثار المختلفة لها	٦٨
- استراتيجيات المواجهة	٦٩
ثانياً : معلمة رياض الأطفال	
-مصادر ضغوط العمل لدى معلمة رياض الأطفال	٧٤
ثالثاً : متغيرات الشخصية:-	
- تعريفات الشخصية	٨١
- متغيرات الشخصية	٨٣
- التفاعل بين مسببات الضغط وخصائص الفرد	٨٦
- متغيرات الشخصية وعلاقتها بالضغوط النفسية.....	٨٧
- تأثير الضغوط المهنية على أداء المعلم	٩٧

الموضـــــوع	الصفحة
-فروض الدراسة	٩٩
الفصـــــــل الثالث (منهج الدراسة و إجراءاتها)	١٠١-١١٢
-منهج الدراسة.....	١٠١
-عينةالدراسة	١٠١
-الأدوات الدراسة	١٠٣
-إجراءات الدراسة	١١٢
-الأساليب الأحصائية	١١٢
الفصـــــــل الرابع (النتائج ومناقشتها)	٩٩
نتائج الدراسة ومناقشتها	١١٤-١٤٦
-نتائج الفرض الأول.....	١١٤
-نتائج الفرض الثانى.....	١٢٦
-نتائج الفرض الثالث.....	١٢٩
-نتائج الفرض الرابع	١٣٧
-توصيات الدراسة	١٤٤
- البحوث المقترحة.....	١٤٦
المـــــــــــــــــراجع	١٤٨
-أولاً:المراجع العربية	١٥٨
-ثانياً:المراجع الأجنبية	ملحق(١)
المـــــلاحـــــــــــــــق	ملحق(٢)
-ملخص الدراسة باللغة العربية.....	ملحق(٣)
-ملخص الدراسة باللغة الأجنبية.....	ملحق(٤)
- أسماء السادة المحكمين لإستبيان مصادر الضغوط النفسية.....	
- استبيان مصادر الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال.....	

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
(١)	جدول يبين الضغط المهني والوفيات	٥٧
(٢)	جدول يوضح العوامل المحتملة لعلاقة الضغوط بالأمراض	٦٧
(٣)	جدول يوضح توزيع العينة بالنسبة للمجتمع الأصلي ووفق محافظات الجمهورية	١٠٢
(٤)	جدول يوضح توزيع أفراد العينة من حيث المتغيرات الديموجرافية ن=٤٤٨	١٠٣
(٥)	جدول يوضح التحليل العاملي لمتغيرات الشخصية بعد التدوير بطريقة Varimax	١٠٦
(٦)	جدول يوضح معاملات الثبات لمتغيرات الشخصية بطريقة إعادة التطبيق	١٠٧
(٧)	جدول يوضح مكونات استبيان مصادر الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال	١٠٨
(٨)	جدول يوضح معاملات الاتفاق بطريقة لوش lawshe	١٠٩
(٩)	جدول يوضح معاملات الصدق الذاتي لمتغيرات الاستبيان	١٠٩
(١٠)	جدول يوضح معاملات الصدق لمكونات استبيان مصادر الضغوط النفسية لمعلمات الروضة بعد التدوير بطريقة فاريمكس varimax	١١٠
(١١)	جدول يوضح معاملات الثبات لمكونات استبيان مصادر الضغوط النفسية لمعلمات الروضة بطريقة إعادة التطبيق	١١١
(١٢)	جدول يوضح معاملات الثبات "ألفا" بطريقة كرونباخ لاستبيان مصادرالضغوط النفسية لمعلمة الروضة	١١١
(١٣)	جدول يوضح الفروق بين مصادر الضغوط النفسية للمعلمات ذات المستويين المرتفع والمنخفض علي مقياس ضغوط الحياة المهنية	١١٤
(١٤)	جدول يوضح العلاقة بين الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال وبعض التغيرات الشخصية	١٢٦
(١٥)	جدول يوضح مستويات الضغوط المختلفة لدى معلمات رياض الأطفال	١٢٩
(١٦)	جدول يوضح الفروق بين الضغوط النفسية المهنية لمعلمات رياض الأطفال وفقاً للمتغيرات الديموجرافية	١٣٧

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
(١)	شكل يوضح العلاقة بين الضغوط و مستوى الأداء.	٢٣
(٢)	شكل يوضح الأنواع الرئيسية للضغوط	٢٣
(٣)	**شكل يوضح التفاعل بين مسببات الضغط وخصائص الفرد بما يسبب الضغط**	٢٦
(٤)	شكل يوضح مصادر الضغوط الخارجية والداخلية	٢٩
(٥)	شكل يوضح نموذج كوبر للضغوط العمل	٣٠
(٦)	شكل يوضح نموذج (كارى كوبر، Cary Cooper) و (رى باين Roy Payne،) لتصنيف مصادر ضغوط العمل	٣١
(٧)	شكل يوضح العوامل الشرطية : الفردية والموقفية	٣٢
(٨)	شكل يوضح نموذج (ماكجراث McGrath –١٩٧٦م)	٣٣
(٩)	الشكل يوضح نظرية التقدير المعرفى للضغوط	٣٥
(١٠)	**شكل يوضح نموذج لطفى راشد لتفسير ظاهرة الضغط واستراتيجيات مواجهتها**	٣٦
(١١)	شكل يوضح نموذج "هب" للضغوط	٣٧
(١٢)	شكل يوضح نموذج سوان كاترايت وكاري كوبر Susan & Cartwright and Cary Cooper لتصنيف مصادر ضغوط العمل	٤٢
(١٣)	شكل يوضح نموذج تحليل ضغوط العمل	٤٣
(١٤)	شكل يوضح العلاقة بين الضغط ومستوي الأداء	٥٨
(١٥)	الشكل يوضح العوامل المسببة للضغوط المهنية و النتائج المترتبة عليها	٦٩
(١٦)	شكل يبين الاستقلال بين بعدى الانبساط والعصابية	٨٢

مقـدمـة:

يواجه الفرد في حياته العديد من المواقف الضاغطة، والتي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها وأحداث تنطوي على الكثير من مصادر القلق وعوامل الخطر والتهديد في مجالات الحياة كافة، وقد انعكست آثار تلك المواقف الضاغطة على معظم جوانب شخصية الفرد. ومما لا شك فيه أن لمهنة الإنسان أهمية كبيرة في حياته؛ لما يترتب عليها من آثار تنعكس على الفرد نفسه وعلى أسرته وعلى مجتمعه. فما يتعرض له الفرد من ضغط في عمله تكون له انعكاساته وتأثيراته الصحية والنفسية والذهنية والسلوكية والأدائية عليه.

ومن الجدير بالذكر أن الضغوط النفسية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بنوعية العمل الذي يقوم به الأفراد، حيث أصبحت ضغوط العمل إحدى الحقائق اليومية التي يتعامل معها الإنسان المعاصر، فالفرد يقضي نصف عمره أو يزيد في عمله. إلى أن أصبحت كلمة الضغوط Stress من الكلمات المألوفة لدى الإنسان العادي والمتخصص.

ولأهمية العمل أو المهنة التي يؤديها الفرد كمصدر للضغط. وحيث إن الضغوط في العمل ربما يكون أكثر تحطيماً للإنسان من أي مصادر أخرى في حياته؛ لأنه عادة ما تكون من الصعب الهروب منه.

ونجد أن العاملين في مجال الخدمات الإنسانية يكونون عرضة للعديد من المؤثرات المرتبطة بضغوط العمل وظروفه والتي تؤدي إلى حالة الإنهاك النفسي.

ويمكننا القول بأن مهنة التدريس واحدة من المهن التي تتطلب من المشتغلين بها مهام كثيرة لذلك فهي تعد من المهن الضاغطة Stressful Job التي يتحمل ممارسوها عبئاً زائداً وتتوافر فيها العديد من مصادر الضغوط.

و تعد مهنة التدريس واحدة من أكثر ثلاث مهن مسببة للضغوط. كما تعد المدارس ضمن أعلى البيئات الضاغطة في المجتمع، وتعد الضغوط إحدى أسوأ المشكلات الصحية التي يعاني منها المعلمون، و يوصف الضغط بأنه "الداء الأكاديمي الحديث".

(Michael. S ,2008) (رناد نجيب حامد، ٢٠٠١: ٩٩)

وظاهرة الضغوط من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى في مضامين بيولوجية ونفسية واقتصادية واجتماعية ومهنية، ولأن كل المضامين لها انعكاساتها النفسية وبسبب أن نواتج الضغوط تظهر في مخرجات فسيولوجية ونفسية؛ لذا يعتبر الباحثون أن كل الضغوط نفسية.

(هارون الرشيدي، ١٩٩٩: ٢)

ويضيف أحمد علي غازي (١٩٩٠) أن من الآثار المترتبة على الضغوط المهنية انعكاس ذلك على أداء الفرد لتقلل بذلك من كفاءته وتضعف لديه الحافز للأداء، وتقلل من مقدرته في السيطرة على أدائه في المهام المختلفة؛ حيث إن ما يتحمله الفرد من آثار سلبيه سلوكياً، ونفسياً وجسمانياً يجب أن تؤثر على جودة الأداء.

(أحمد علي غازي، ١٩٩٠: ٥-٦)

لقد أصبح الضغط النفسي يعبر عن ظاهرة تواجه أصحاب المهن والعاملين، وهو نتاج للصراع بين متطلبات المهنة ومقدرة الفرد على الوفاء بها، ويترتب على الضغط النفسي انحدار ملحوظ في حجم العمل

وهناك بعض الضغوط النفسية التي تكاد تكون ضرورية لقضاء بعض الأمور إلا أن الضغط النفسي الذي يلازم الفرد لمدة طويلة من الوقت تكون له تأثيراته المدمرة في كل من الناحية النفسية والفسيولوجية.

وإضافة إلى ما سبق يمكن القول بأن دور معلمة رياض الأطفال لا يقل أهمية ولا خطورة عن معلمي المراحل التعليمية الأخرى، إن لم يكن يفوقه؛ وذلك لدورها بالغ التأثير في المجتمع من خلال توجيهها لعمليات النمو في مرحلة رياض الأطفال، وباعتبار أن مرحلة رياض الأطفال من أخطر وأهم مراحل النمو الإنساني، وباعتبارهنّ ركيزة أساسية من ركائز تحقيق رياض الأطفال لأهدافها بل إن نجاحها في أداء هذا الدور وأداء رسالتها يتوقف على مستوى أدائها، لذلك لابد أن يتم اختيار المعلمة وفق معايير مقننة ويظهر دور المعلمة من خلال ما تقوم به من مهام.

فإذا أردنا أن نحقق ما نرجوه لهذه المرحلة فعلينا أن نهيأ الأجواء الملائمة لمعلمة رياض الأطفال بإعداد كل ما يلزمها والعناية بها مادياً ومعنوياً وتيسير جميع السبل للقيام بمهمتها والإبداع فيها. فنجد أن ضغوط العمل لدى معلمة رياض الأطفال حين تزيد، تزيد معها اللامبالاة بأمور العمل وما يتعلق به، ويصبح سلوكها آلياً في العمل لا ابتكارية فيه ولا تجديد.

تعد مرحلة رياض الأطفال من أهم المراحل في حياة الفرد و في تكوين شخصيته، حيث تتشكل فيها عاداته واتجاهاته، وتنمو ميوله واستعداداته، وتتفتح قدراته، وتتكون مهاراته، وتغرس القيم الروحية والأنماط السلوكية. كما تتحدد في هذه المرحلة المسار لنمو الطفل الجسماني والعقلي والنفسي والاجتماعي والوجداني. فهي الفترة الحاسمة التي تتكون خلالها المفاهيم الأساسية للطفل.

(علي راشد، ١٩٩٨: ٢٠)

ومما سبق نجد أن الفرد غالباً ما يتعرض لضغوط نفسية نتيجة ظروف وأعباء العمل والحياة، مما يحدث له حالة من عدم التوازن في الشخصية، وباعتبار أن مهنة التدريس واحدة من المهن التي

تتطلب من المشتغلين بها مهاماً كثيرة؛ لذلك فهى تعد من المهن الضاغطة، التي يتحمل ممارسوها عبئاً زائداً وتتوافر فيها العديد من مصادر الضغوط. ويعتبر المعلمون من الفئات التي تتعرض لضغوط نفسية تؤدي إليه حدوث اضطراب في حياتها وعملها، فمن منطلق الاهتمام بالجانب النفسي للمعلم، ولتجنب أية آثار مدمرة قد تتركها الضغوط في حياته الشخصية والمهنية وانعكاس ذلك على من يعمل معه، وحيث إن غالبية الباحثين ركزوا في دراساتهم على معلمي المراحل الأخرى، ولهذه الاعتبارات فإنه بات من الضروري تناول موضوع الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية(الانبساط–العصابية– المسؤولية– الاتزان الانفعالي–الاجتماعية) موضوع دراستنا الحالية.

مشكلة الدراسة:

تزايد الاهتمام بالضغوط النفسية في الفترة الأخيرة وذلك نظرًا لما يترتب عليها من آثار تكون ملموسة وواضحة في سلوك الفرد وعلاقاته بالآخرين كما نجد أيضاً أن هذه الآثار تمتد لتؤثر على صحة الفرد بشكل عام وصحته النفسية بشكل خاص.

إن المشكلات التي يصادفها الفرد في مواجهته لمطالب الحياة في عالم اليوم المعقد تقوده للإحساس بالضغط النفسي، ومهنة التدريس من المهن التي تتطلب ممن يعمل بها أن تكون لديه قدرة كبيرة على التكيف مع مسئولياتها ومواجهة ضغوطها، خاصة أن المعلم تقع عليه ضغوط عمل كثيرة قد تسبب له الإعياء أو الإجهاد الشديد، ومن الصعب عليه أن ينجز عمله كما يجب إذا كان متوتراً أو غير راضٍ عن أسلوب حياته في العمل.

إن المعلمين يتعرضون أكثر من غيرهم للإجهاد النفسي بسبب ما تتسم به هذه المهنة من غموض الدور، وكثرة المطالب المتعارضة، واستمرارية التعرض للمواقف الضاغطة.

بينما نجد أن مرحلة رياض الأطفال مرحلة مهمة في حياة الفرد حيث يمتد تأثيرها وهي مرحلة مرنة وذات قابلية للتعلم من خلال الخبرات التي يكتسبها الطفل وهذا يتطلب أداءً عالياً وفعالاً من معلمات ذوات كفاءة.

ونجد أن الضغوط النفسية المهنية لدي المعلمة ينعكس أثرها على الثقة بالنفس، وتقدير الذات، وحمل المشاعر الايجابية تجاه عملها وقدراتها وإدراكها لأهمية الدور الذي تقوم به. وقد بيّن التربويون أن المشاعر التي تحملها المعلمة تجاه نفسها أو تجاه عملها تؤثر تأثيراً كبيراً في مشاعر الأطفال تجاه أنفسهم من جهة وتجاه مهنة التعليم عامة والتعلم بصورة خاصة.

(سلوى مرتضى ، ٢٠٠١: ٤١)

فالضغوط في حياة الفرد متعددة فقد يرجع سببها إلى الفرد نفسه أو إلى طريقة إدراكه للظروف من حوله أو إلى تغيرات بيئية وإذا ترتب على الضغوط إيذاء حقيقى للفرد فإنه يصبح محبطاً وإن لم يلحق به ضرر مباشر فإنه يعيش حالة من الشعور بالتهديد والقلق ويحاول جاهدًا مقاومة الموقف.

(فيفيان فايز، ١٩٩٨: ١٥)

إن المتتبع لتراث الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية يجد أنها قد اهتمت بالعوامل المسببة للضغوط والتي تتصل ببيئة الفرد الخارجية وأهملت العوامل الشخصية الخاصة بالفرد "بيئته الداخلية" سوى القليل منها.

ونجد أن إدراك الفرد للموقف الضاغط وتقويمه له والكيفية التي يختارها للتعامل معه لا تتحدد من خلال المواقف التي يمر بها فقط ولكن هناك متغيرات في الشخصية تؤثر في هذا "الإدراك والتقويم وردود الأفعال".

(محمد رفقي ، ١٩٩٦: ١)

حيث نجد أن هناك مواقف في حياة الفرد لا يستطيع التكيف معها بسهولة، وبالتالي فهي مواقف ضاغطة قادرة على تفجير اضطراب سلوكي قد يكون حاداً ويدوم لفترة طويلة. وتختلف هذه المواقف الضاغطة باختلاف التركيب النفسي للفرد، فبعض الأفراد لديهم القدرة على مواجهة أعنف المواقف بالتعامل معها بكفاءة ومعالجة الأمور بقدر كبير من الاتزان النفسي، في حين نجد أفراداً آخرين سرعان ما يصابون بالانهيار التام أمام مواقف هينة وسهلة ويتعرضون للإصابة ببعض الأمراض الجسمية والاضطرابات الانفعالية.

(إبراهيم علي إبراهيم، ١٩٩٢: ١٨٨)

وتذكر (خولة يحيى، رناد نجيب حامد) أن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة ونتيجة للتعرض لهذه المشكلات لفترات طويلة من الزمن يشعر بالضغط، حيث إنه لا يتلقى خلال هذه الفترة الدعم الخارجي الكافي من المقربين والمهتمين فيشعر بأنه متورط ولا حل أمامه للتخلص من هذا الوضع عندها يحدث الاحتراق النفسي كخطوة أخيرة نهائية في تطور المساعي غير الناجحة من قبل الفرد في التكيف مع ظروف متعددة مختلفة يدركها بأنها تهدده. أي أن الاحتراق يحدث نتيجة عدم القدرة على التكيف مع الضغط.

(خولة يحيى، رناد نجيب حامد، ٢٠٠١: ١٠٠)

ويشير (عدنان الفرح، ٢٠٠١: ٢٤٩) إلى أن الأصل في الاحتراق النفسي هو الضغوط المهنية التي إذا استمرت يمكن أن تؤد ي إلى ظهور أعراض ومؤشرات الاحتراق النفسي. وبعبارة أخرى يعتبر الاحتراق النفسي مؤشراً مميزاً للضغوط المهنية والنتيجة النهائية لضغوط العمل المتراكمة

والطلبات والتوقعات التي لا يستطيع الفرد التكيف معها بنجاح. والضغوط المهنية هي بمثابة "ضعف أو عجز الفرد في التكيف مع ظروف ومتطلبات العمل بشكل فعال".

وأكد تيري (Terry ,1997) أن الضغوط المتزايدة والمستمرة تؤثر على الحالة النفسية للمدرسين وإذا لم تكن هناك مواجهة كافية للمشكلات فإن ذلك يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

كما تشير دراسة (SILJA . B et al ,2009) إلى أن عبء العمل والضغوط المزمنة والاستنزاف لدى المعلمين تؤدي جميعها إلى أضرار صحية، وضعف الصحة على المدى البعيد.

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

١-ما مصادر الضغوط النفسية المهنية لدى كل من معلمات رياض الأطفال الأكثر والأقل ضغطاً مهنياً؟

٢-ما العلاقة بين مستويات الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال وبعض متغيرات الشخصية؟

٣-ما مستويات الضغوط المهنية لمعلمات رياض الأطفال؟

٤-ما مدى الاختلاف مستويات الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال باختلاف بعض العوامل الديموجرافية؟

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى إلقاء الضوء على الضغوط النفسية المهنية التي تتعرض لها معلمة رياض الأطفال من خلال:

١-التعرف على مصادر الضغوط النفسية المهنية الأكثر شيوعاً لدى معلمة رياض الأطفال.

٢- التعرف على العلاقة بين مستويات الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال وبعض متغيرات الشخصية.

٣- التعرف على مستويات الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال.

٤-التعرف على بعض العوامل الديموجرافية المؤثرة في الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الأطفال.

أهمية الدراسة:

ترتكز أهمية تناول العلاقة بين الضغوط والعمل على حيوية وأهمية العمل في حياة الفرد. فهو يقضي ما يعادل الثلث من حياته وهو يزاول عمله كوسيلة لإشباع حاجاته الأساسية من مأكل ومشرب وملجأ، وحاجاته النفسية من تقدير ونمو ذاتي.