

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة القدس

كلية الدراسات العليا

الإدارة التربوية

"درجة الضغط النفسي ومصادره لدى مدراء المدارس الحكومية

الفلسطينية وطرق مواجهتهم لها في محافظة بيت لحم"

رسالة ماجستير مقدمة من

أشرف محمد حسن أبو خيران

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير تخصص

الإدارة التربوية قسم الدراسات العليا في التربية-جامعة القدس

أعضاء لجنة المناقشة

الدكتور تيسير عبد الله (رئيساً)

الدكتور أحمد فهم جبر (عضواً)

الدكتور جمال أبو مرق (عضواً)

1421 هـ / 2000م

القدس / فلسطين

ملخص الدراسة

"درجة الضغط النفسي ومصادره لدى مدراء المدارس الحكومية الفلسطينية وطرق

مواجهتهم لها في محافظة بيت لحم"

إعداد

أشرف محمد حسن أبو خيران

هدفت الدراسة إلى معرفة درجة الضغط النفسي ومصادره لدى مدراء المدارس الحكومية

الفلسطينية في محافظة بيت لحم، وطرق مواجهتهم لهذه الضغوط، في ضوء متغيرات العمر،

الجنس، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، مكان العمل، مستوى المدرسة، ونوع المدرسة .

ولتحقيق هذه الأهداف فقد حاولت الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية :

- 1- ما درجة الضغط النفسي لدى مدراء المدارس الحكومية الفلسطينية في محافظة بيت لحم؟
- 2- ما مصادر الضغط النفسي لدى مدراء المدارس الحكومية الفلسطينية في محافظة بيت لحم؟
- 3- ما طرق المواجهة التي يستخدمها المدراء لمواجهة مصادر الضغط النفسي ؟
- 4- هل يوجد فروق في درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة لدى المدراء حسب الجنس ؟
- 5- هل يوجد فروق في درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة لدى المدراء حسب المؤهل العلمي ؟
- 6- هل يوجد فروق في درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة لدى المدراء حسب مكان العمل ؟
- 7- هل يوجد فروق في درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة لدى المدراء حسب مستوى المدرسة؟
- 8- هل يوجد فروق في درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة لدى المدراء حسب نوع المدرسة ؟

- 9- هل يوجد علاقة بين متغير العمر لدى المدراء وبين درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة ؟
- 10- هل يوجد علاقة بين متغير سنوات الخبرة وبين درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة ؟
- وقد تكون مجتمع الدراسة من جميع مدراء ومديرات المدارس الأساسية والثانوية الحكومية في محافظة بيت لحم، وعددهم (72) مديراً ومديرة، وتم اختيار عينة الدراسة من جميع أفراد مجتمع الدراسة، فأصبحت العينة مكونة من (65) مديراً ومديرة لرفض سبعة منهم الإجابة على أداة الدراسة .
- واستخدم الباحث أداتين لتحقيق أغراض الدراسة، والإجابة على أسئلة الدراسة، الأولى لقياس مصادر الضغط النفسي، والثانية لقياس طرق مواجهة المدراء لمصادر الضغط النفسي.
- وقد تم التأكد من صدق هاتين الأداتين بعرضهما على مجموعة من المحكمين ذوي الإختصاص، وكذلك استخراج معامل الثبات بحساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) ومعامل ارتباط بيرسون، حيث بلغ معامل ثبات أداة قياس مصادر الضغط النفسي (0.83). ومعامل ثبات أداة قياس طرق المواجهة (0.86).
- وقد تم تحليل البيانات باستخدام الحاسوب، واستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية، ومعامل ارتباط بيرسون. وأظهرت الدراسة النتائج التالية:
- 1- يتعرض مديرو ومديرات المدارس الحكومية، الأساسية والثانوية والمختلطة في محافظة بيت لحم لدرجة متوسطة من الضغط النفسي.
- 2- أكثر مصادر الضغط النفسي تأثيراً على المدراء هي كما يلي :
- العائد المادي غير كاف/ ضغط العمل المتمثل بإتخاذ المدراء لقرارات معينة بناءً على ضغط من المسؤولين/ غموض الدور المتمثل في الإرهاق من كثرة التعليمات الإدارية الجديدة/ عدم وصول التعليمات في الوقت المناسب/ ضيق الوقت .

3- أقل مصادر الضغط النفسي تأثيراً على المدراء هي:

الانسجام بين المدير وبين زملائه في العمل/ يستطلع آراء الهيئة التدريسية قبل القيام بالأعمال المهمة/ قنوات الاتصال متاحة بينه وبين المسؤولين/ يمكنه تحديد مطالب عمله/ يعير أعضاء الهيئة التدريسية الانتباه الكافي أثناء النقاش.

4- أكثر الطرق التي يستخدمها المدراء في مواجهة مصادر الضغط النفسي هي: جمع المعلومات عن المشكلة التي تواجهه/ اللجوء إلى التفكير في النتائج المحتملة للحل/ تقييم الخطوات الممارسة في حل المشكلات/ الأخذ بعين الاعتبار البدائل المحتملة للحل/ تعزيز الذات في حالة التغلب على الموقف الضاغط .

5- أقل الطرق التي يستخدمها المدراء في مواجهة مصادر الضغط النفسي هي: الركض، السباحة، الإجازة عن العمل، السفر للخارج، الذهاب للنادي .

6- توجد فروق بسيطة في درجة الضغط النفسي لدى المدراء تعزى للمؤهل العلمي، وذلك لصالح المدراء حملة الدبلوم العالي.

7- توجد فروق بسيطة في درجة الضغط النفسي لدى المدراء تعزى لمكان العمل، وذلك لصالح المدراء الذين يعملون في القرى.

8- لا يوجد علاقة بين متغير العمر وسنوات الخبرة وبين درجة الضغط النفسي بمصادره المختلفة.

وانتهت الدراسة بعدد من التوصيات .

التوصيات:

بعد تحليل نتائج هذه الدراسة، تبين أن مديري المدارس الحكومية في محافظة بيت لحم يعانون من مستوى متوسط من الضغط النفسي .

وفي ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج يوصي الباحث بما يلي :

1- مناقشة مسببات ومصادر الضغط النفسي في برامج إعداد المدراء، وفي برامج التدريب أثناء الخدمة، حتى يستطيع المتعلم المتدرب الحصول على معلومات تساعد في معرفة أعراض ومسببات مصادر الضغط النفسي.

2- العمل على تخفيف الضغط النفسي لدى مدراء المدارس الحكومية في محافظة بيت لحم وذلك بتحسين أوضاعهم الاجتماعية والاقتصادية وربط رواتبهم ببرامج غلاء المعيشة، وتطبيق قانون الخدمة المدنية، وإعادة النظر في سلم الرواتب وفرص الترقية للمدراء .

3- تمكين المديرين والمديرات من إمكانية الانحراف عن خط التعليمات وبناء القرار الخاص داخل المدرسة بما تتطلبه ظروف المدرسة التعليمية والإنسانية والبيئية.

4- الاهتمام بالمدراء مهنيًا ورعايتهم صحيًا ونفسيًا .

5- توفير وسائل الترفيه المناسبة للمدراء .

6- العمل على الاستفادة من خبرات وكفاءات جميع المديرين، وتعميمها على أكبر عدد ممكن من المدارس وذلك من خلال نقل المدير كل فترة معينة مثل 4-5 سنوات من مدرسة إلى أخرى مما يجعله يجدد نشاطه مع شريحة جديدة من الهيئة التدريسية والطلبة.

7- عقد دورات تدريبية للمدراء أثناء الخدمة من قبل قسم التدريب والتأهيل التربوي في وزارة التربية والتعليم، على استخدام طرق المواجهة السليمة للتغلب على الضغط النفسي بمصادره المختلفة، وتزويدهم بنشرات تفيدهم في استخدام طرق المواجهة مع الضغوط النفسية.