Diyala Journal
for Human Research

مجلة ديالى
للبحوث الإنسانية

Website:
djhr.uodiyala.edu.iq

p ISSN: 2663-7405
e ISSN: 2789-6838

مجلة ديالى للبحوث الانسانية العدد (98) المجلد (4) كانون الأول

الكمالية التكيفية وعلاقتها بالضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية

م.م محمد حاتم هادي أ.م.د نور جبار علي

جامعة ديالى/كلية التربية للعلوم الانسانية

Extract

The aim of the research is to identify the moral justification of secondary school teachers, and to identify the perceived pressures of secondary school teachers. And to identify the direction and strength of the relationship between adaptive perfectionism and perceived stress among secondary school teachers. To achieve the objectives of the research, the adaptive perfectionism scale was built according to Slaney's model (Slaney, et al., 2001), and the perceived stress scale was built according to Lazarus' theory (Lazarus, 1984). After he followed the scientific steps in its construction and verification of its validity and stability, the scale was applied to a sample of (200) teachers who were chosen by the stratified random method with a proportional distribution. The data of the study were statistically processed using one-sample t-test, Pearson correlation coefficient, z-test, alpha-Cronbach coefficient, factorial analysis, regression analysis and analysis of variance. The results revealed that the research sample enjoys adaptive perfection compared to the theoretical average of the scale. A large proportion of secondary school teachers have perceived stress in relation to the theoretical average of the scale. The relationship between adaptive perfectionism and perceived stress was not statistically significant, and the current research came up with a number of recommendations and suggestions.

Email: Noor.ps@uodiyala.eud.iq

Published:29/5/2022

Keywords: الكمالية التكيفية ، الضغوط المدركة

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص
CC BY 4.0
(http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

الملخص

هدف البحث الى التعرف على الكمالية التكيفية لدى مدرسي المرحلة الثانوية ، والتعرف على الضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية . والتعرف على اتجاه وقوة العلاقة بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية . ولتحقيق اهداف البحث تم بناء مقياس الكمالية التكيفية وفق أنموذج سلاني(Slaney, et al.,2001) ، وبناء مقياس الضغوط المدركة وفق نظرية لازاروس (Lazarus,1984) . بعد ان اتبع الخطوات العلمية في بنائه والتحقق من صدقة وثباته ، وطبق المقياس على عينة تألفت من (٢٠٠) مدرسا ومدرسه اختيرت بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتناسب . وتمت معالجة بيانات الدراسة احصائيا باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة و معامل ارتباط بيرسون والاختبار الزائي و معامل الفا – كرونباخ و التحليل العاملي و تحليل الانحدار و تحليل التباين . اسفرت النتائج ان عينة البحث تتمتع بالكمالية التكيفية قياسا بالمتوسط النظري للمقياس . ان نسبة كبيرة من مدرسي المرحلة الثانوية لديهم ضغوط مدركة قياسا بالمتوسط النظري للمقياس . كانت العلاقة بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة غير دالة احصائيا ، وخرج البحث الحالي بعدد من التوصيات والمقترحات .

ـ مشكلة البحث :

تعد الكمالية التكيفية من السمات الشخصية الهامة في التفوق والتميز، فالأفراد يسعون للوصول إلى درجة عالية من الإتقان عند أدائهم لمهامهم اليومية لذلك يضعون لأنفسهم معايير عالية واقعية، وتكون مصحوبة بالرضا، وتوقع الاحداث السارة المتزايدة، والمدعمة بالمكافأة الاجتماعية مع شعور ايجابي بالسعادة المصاحبة للنجاح، وتحقيق الذات غير أن بعض الأفراد يضعون معايير غير واقعية، ويلتزمون بتحقيقها بدافع الخوف من الفشل والشعور بالدونية، ويركزون على العيوب وجوانب النقص في تحقيقهم لأهدافهم، ويشغلون انفسهم بآراء ونقد الاخرين، حيث ينظرون الى اعمالهم ومجهوداتهم انها غير جيدة، وانهم لابد ان يكونوا الافضل باستمرار، مما يسبب لهم الكثير من المشكلات النفسية والجسدية كالاضطرابات الانفعالية من اكتئاب، وقلق، ووسواس قهري، وغيرها من الاضطرابات المتعلقة بالصحة النفسية (Stoeber&Becker,2008:55) .

ومن هؤلاء الافراد المدرس الذي يسعى إلى تحقيق التميز في أدائه، من خلال محاولة توصيل رسالته إلى طلبته بشكل مثالي خالي من العيوب والنواقص، الا أن العديد من هؤلاء المدرسين يعانون من ضغوط مادية أو اجتماعية أو نفسية تحول دون قدرتهم على أداء واجباتهم بصورة جيدة، فشعور المدرس بالضيق والتوتر ينعكس على أدائه داخل غرفة الصف، وفي حال استمرار تلك الضغوط فإن ذلك يؤدي إلى العديد من المشكلات النفسية التي تنعكس على العملية التربوية كلها ومنها على المجتمع فتؤثر في تقدمه (مقابلة وسلامة ، 1993 : 66) .

ان المدرس يعد جوهر العملية التربوية نتيجة للمجهودات التي يقوم بها، إذ أن مهامه لم تعد مقتصرة على مجرد إيصال المعلومات والحقائق و المفاهيم إلى الطلبة بل اتسعت وتنوعت هذه المهام و الأدوار لتواجه التطورات السريعة والمستمرة وما رافقتها من ضغوطات وازمات اخلاقية واجتماعية جديدة لذلك يحاول الباحث الاجابة عن التساؤل الاتي في مشكلة بحثه : **هل توجد علاقة بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية ؟**

ـ أهمية البحث :

يتميز الإنسان عن بقية المخلوقات الأخرى بحاجته للوصول إلى الكمال والنزوع إليه، والذي يتجسد بوضع المعايير العالية من الأداء والكفاح من أجل التميز، بغية الوصول إلى أعلى درجات التفوق فيما

يقدمه من أعمال، أو من أجل الحصول على مكانة مرموقة في المجتمع وخاصة في المجتمعات التي يسودها التنافس، وفي حالة افتقار الفرد إلى المعايير والتنظيم سوف يستخدم استراتيجيات مختلفة قد تكون سلبية، وهذا يؤدي إلى صعوبة في التفاعل والتواصل فيما بينهم، مما يؤثر على الجوانب الاجتماعية والنفسية في جوانب شخصيتهم، فالكمالية تؤثر في أداء المدرسين (علي ، ٢٠١٦ : ٢-٣) .

فالكمالية التكيفية هي ميل الشخص للمثالية، والسعي لها، ووضع معايير عالية، والالتزام بها وفحص النتائج باسلوب انتقادي حكمي مرتفع يضاف الى ذلك أن الكماليين التكيفيين على معرفة بنقاط القوة لديهم ويركزون على كيفية القيام بالأشياء بطريقة صحيحة، وقد يكون أفضل وصف للكماليين التكيفيين أنهم أولئك الذين يقودهم مجهودهم إلى المكافأة و الإنجاز (Cook , 2007 : 4).

اما المدرسين الذين يتصفون بالكمالية التكيفية يمتازون بمجموعة من الخصائص منها القدرة على التوافق مع الظروف المختلفة، والتنظيم والترتيب والتخطيط المستمر للأهداف التي يسعون الى تحقيقها، كذلك التقويم المستمر لما يقومون به من اعمال، وبالتالي فهم اكثر قدرة على التعامل مع احداث الحياة اليومية وما تحتوي من ضغوطات مدركة (Hanchon , 2010 :33).

- أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف الى :-

- الكمالية التكيفية لدى مدرسي المرحلة الثانوية .

- الضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية .

- اتجاه وقوة العلاقة بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية .

- حدود البحث :

تحدد البحث الحالي بمدرسي المرحلة الثانوية في مدارس مركز مدينة بعقوبة – محافظة ديالى ومن كلا الجنسين (ذكور ، اناث)، وللعام الدراسي (2020- 2021).

- تحديد المصطلحات :

اولا :- الكمالية التكيفية (Adaptive perfectionism) عرفها :

- سلاني (slaney , 2001) : بانها سعي الفرد لإنجاز الاعمال المطلوبة بدقة عالية، وذلك من خلال تبني معايير عالية للأداء، والحاجة للنظام والترتيب، والشعور بالتناقض بين اداء الفرد وتوقعاته (slaney , 2001:10).

- التعريف النظري : تبنى الباحث تعريف سلاني (slaney,2001) الوارد انفا كتعريف نظري لأنه اعتمد أنموذجة في بناء المقياس .

- التعريف الاجرائي : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (مدرس ، مدرسه) من خلال أجابته على مقياس الكمالية التكيفية الذي اعده الباحث لهذا الغرض .

ثانيا :- الضغوط المدركة (Perceived Stress) عرفها :

- **لازاروس (Lazarus,1984)** : بانها العلاقة الخاصة بين الفرد وبيئته، والتي يدركها الفرد على انها مهددة لذاته متجاوزة لإمكانياته وقدراته، وانها شاقة ومرهقة، وتعرض صحته للخطر(Lazarus,1984:21).

- **التعريف النظري :** تبنى الباحث تعريف لازاروس (Lazarus,1984) الوارد انفا كتعريف نظري لأنه اعتمد نظريته في بناء المقياس .

- **التعريف الاجرائي :** هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (مدرس ، مدرسه) من خلال اجابته على مقياس الضغوط المدركة الذي اعده الباحث لهذا الغرض .

الفصل الثاني
الاطار نظري

اولا:- مفهوم الكمالية التكيفية

لقد حظي مفهوم الكمالية بالبحث، والدراسة في مجال سيكولوجية الشخصية، وعلم النفس، والاجتماع، والتاريخ لما له من معاني عده في حياة الأفراد، فقد تكون الكمالية حاجة إلى أن يكون كل شيء على أحسن وأفضل وجه، وقد تكون شعور بعدم الرضا عن الأداء حتي يصبح كل شيء تحت السيطرة، وقد تكون خوفا من الإقدام وتراجعا عن اتخاذ القرار، وكثيرا ما ينظر للكمالية كمجال واسع الأسلوب عصابي غير محدد ترتبط به مشاعر الذنب، والإحساس بالقصور، وعدم الكفاية (عبد الخالق ، ٢٠١١ : ٣٧٩) .

تعود جذور التوجه للكمالية كسمة تكيفية إلى عالم النفس المشهور أدلر (Adlar) والذي أكد على أن سعي الفرد للتفوق والتميز يعد حاجة إنسانية لتحقيق الذات (Stoltz & Ashby , 2007). ثم توالى بعد ذلك الاهتمام بهذا الموضوع لدى العديد من الباحثين ومنهم هاماتشك (Hamachek , 1978) في حديثه عن الكمالية التكيفية كسمة شخصية لها دور كبير في تحقيق التميز، والإنجاز والتطوير، وتحقيق الذات (Hamachek , 1978 : 50) .

تعد سمة الكمالية التكيفية من السمات التي يسعى العديد من الأفراد للوصول اليها في هذه الأيام، ولا سيما في بيئة العمل، وتتمثل هذه السمة بوضع الفرد مجموعة من المعايير المرتفعة للذات، ومحاولة العمل على تحقيقها، اذ تتطلب مستوى عاليا من الأداء (مظلوم ، 2013 :9) .

- انموذج الذي فسر الكمالية التكيفية

- نموذج سلاني واخرون (Slaney , et al , 2001)

تظهر أهمية هذا النموذج من خلال ما يتمتع به من قدرة عالية على التمييز بين الكمال التكيفي والكمال غير التكيفي، مقارنة بالنماذج الأخرى للكمالية التكيفية (Stoeber & Otto , 2006:43) .

قام سلاني وآخرون (Slaney , Rice , Mobley , Trippi & Ashby ,2001) بمسح تعريفات القاموس للكمالية وخلصوا من هذا المسح إلى وجود سمتين أساسيتين للكمالية التكيفية هما السعي الشديد أو الزائد نحو الكمالية، والأخرى، الميل إلى تصوير أي شيء يفتقد إلى الكمالية على أنه غير مقبول وبناءا

على هذين التعريفين، استخدمت المعايير العالية و التباين كأبعاد أساسية للكمالية، وفي فترة لاحقة اضاف سلاني واخرون بعد النظام والترتيب كسمة ثالثة للكمالية التكيفية في مقياس الكمال النسبي، واصبحت الكمالية التكيفية تتكون من ثلاثة ابعاد هي (المعايير العالية ، والنظام والترتيب ، وادراك التباين)، و تعكس المعايير العالية و النظام والترتيب الجوانب الايجابية للكمالية التكيفية بينما يعكس التباين الجانب السلبي لها (Stoeber et al , 2008:13) .

يرى سلاني وآخرون (Slaney , et al ، 2001) أن الكمالية التكيفية تتألف من ثلاثة أبعاد هي :

1- **المعايير العالية (High standards)** : تعبر عن تبني الفرد معايير عالية للأداء، والرغبة في عمل الاشياء بأفضل طريقة ممكنة

2- **النظام والترتيب (Order and Arrangement)** : يشير الى حاجة الفرد ان يكون منظما ومرتبا ويعمل في بيئة تشجع على ذلك .

3- **ادراك التباين (Perceive contrast)** : يشير الى ادراك الفرد للتباين بين مستوى الاداء الذي يضعه الفرد لنفسة من خلال توقعاته وطموحاته، وبين ما ينجزه الفرد من اعمال حقيقية تمثل ادائه الفعلي (Slaney , et al , 2001:60) .

وتشمل الكمالية التكيفية وضع اهداف ومعايير فردية عالية ، والتنظيم والترتيب ، والسعي الى المكافأة والجوائز المرتبطة بالأداء مع الحفاظ على القناعة والرضا بالأداء، ومن خصائص الكماليين التكيفين التأقلم مع كافة الظروف، وواقعية الاهداف المتبناة فعندما ينجزونها يشعرون بالدافعية المرتفعة والرضا عن الذات والتنظيم والقدرة على اتخاذ القرار والفعالية الذاتية المرتفعة، ونتيجة لهذه الخصائص نجدهم اشخاصا لا يعانون من الضغوط والتوتر النفسي والقلق والارهاق الذي ينعكس على ادائهم، فنجدهم لا يتذمرون، ولا ينتقدون الواقع وظروف الحياة، كما انهم لا يتبنون اهدافا صعبة حتى لا يضعوا لأنفسهم مبررات عدم القيام بإنجازها من خلال درجة الصعوبة، كما انهم يركزون على مبدا الكل في الانجاز، ولا يرضون بالأجزاء كمحاولة منهم للتبرير وعدم قدرتهم على الانجاز (Slaney , et al , 2001 : 130-145) .

ثانيا :- مفهوم الضغوط المدركة

يصف كل من واتنكس ومايز (Watkins & Mayer) الضغوط المدركة بأنها اصطلاح واسع يصف تحدي الفرد مع البيئة والعوامل الكامنة في الضغط والتي تقود الفرد لمحاولة التوافق والتكيف مع البيئة أو محاولة الهروب والانسحاب لتجنب هذه الضغوط (شيخاني ، 2003 : 27) ، ويضيف (باندورا ، 1987 : 122) بأن هذه المشاكل تؤثر في ادراك الفرد لوضعيته ومتطلبات مواجهتها وإمكانياته المعرفية والفيزيولوجية والانفعالية والاجتماعية اللازمة لذلك، فتقييم الفرد لحدث ما على انه ضاغط يساعده في تعبئة طاقاته لمواجهة هذا الحدث والعكس صحيح إذا اختل تقييم الفرد لوضعيته فسيؤدي إلى نتائج سلبية وتصبح المشكلة خارج اطار سيطرته وتحكمه (عبد المعطي ، 2006 : 129)، ويوضح هذه العلاقة رائد نظرة الضغط المدرك لازاروس (Lazarus) الذي يرى بأن المفهوم التعاملي للضغط المدرك يقوم على أساس أنه عبارة عن علاقة تعاملية بين الفرد والمحيط وبصفة خاصة بين الفرد (ادراكه وتأوله المعرفي) والوضعية الضاغطة (خرخاش ، 2010 : 88) .

تعد الضغوط المدركة خطرا كبيرا على صحة الفرد وتوازنه، كما تهدد كيانه النفسي، لما ينشا عنها من اثار سلبية، كعدم القدرة على التكيف، وضعف مستوى الاداء، والعجز عن ممارسة مهامه، وانخفاض الدافعية والقدرة للإنجاز، والشعور بالإنهاك النفسي، وكل ذلك مرتبط بالإدراك الذي يحدد طبيعة الحدث ونوعه مع الظروف البيئية المتاحة (Hardy , 2010 : 155) .

- **النظرية التي فسرت الضغوط المدركة**

- **نظرية التقدير المعرفي ل لازاروس (Lazarus , 1984)**

ظهرت نظرية لازاروس في التقييم المعرفي نتيجة لاهتمامه الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحسي الإدراكي، والتقييم المعرفي هو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد، حيث إن تقييم كم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط، وبذلك يستطيع الفرد تفسير الموقف(عثمان ، 2001 : 100)، وان تفسير الموقف يختلف من شخص لأخر، فالموقف الذي يكون مصدر إزعاج لشخص ربما لا يكون كذلك لشخص آخر(عبد العزيز ، 1010 : 200) .

وقد أشار لازاروس منذ السبعينات إلى دور العمليات الذهنية التي يتم من خلالها فهم وتقييم أهمية المثير، ومدى القدرة على التكيف معه أو مواجهته في تحديد استجابة الفرد للضغوط، ويؤكد لازاروس أن إدراك الفرد لأهمية الأحداث الضارة التي يواجهها، ومدى التحدي الذي تمثله له هذه الأحداث ، وإدراكه لقدرته على التكيف معها يؤثران على مدى استجابته للضغوط (مسعودي ، 2010 : 23) .

تركز هذه النظرية على دور العوامل المعرفية في تفسير الحدث الضاغط الذي يواجه الفرد وأن الضغوط تحدث عندما تتجاوز المطالب البيئية قدرات الفرد على المواجهة ، ويرى لازاروس وفولكمان أن تفسير الحدث الضاغط يرتكز على عمليتين أساسيتين وهما عملية التقدير الأولي والتقدير الثانوي فالتقدير الأولي يشير إلى عملية تقييم الفرد للموقف وطريقة إدراكه له ، وهل الموقف خطير ومهدد، أما التقدير الثانوي فيشير إلى تقييم ما يمتلكه الفرد من مصادر للتعامل مع الحدث الضاغط، ويتأثر التقييم الثانوي بقدرات وإمكانيات الفرد الجسمية والنفسية والاجتماعية، ولقد أضاف لازاروس إلى عملية التقييم الأولي والثانوي عملية ثالثة و إعادة التقييم، وهي العملية التي من خلالها يعيد الفرد تقييم كيفية إدراكه ومواجهته للموقف الضاغط ، حيث يطور من أساليب مواجهته له أو يغيرها طبقا لإدراكه لمدى جدوى هذه الأساليب أو نتيجة لحصول الفرد على معلومات جديدة ، وفي ضوء ذلك يعرف لازاروس وفولكمان الضغط بأنه علاقة خاصة بين الشخص والبيئة والتي يتم تقييمها من الشخص على أنها مرهقة وشاقة تتجاوز مصادر المواجهة، وهما يشيران إلى أن البيئة تؤثر في الشخص والشخص يؤثر بدوره في البيئة بطريقة تبادلية، وأن عملية التقييم المعرفي والمواجهة تمثل مكونات هامة تتوسط العلاقة بين الشخص والبيئة (Lazarus & Folkman ,1984 : 55) .

وقدم لازاروس قائمة للضغوط التي تواجه الفرد في حياته اليومية وتضمنت مايلي :

1- **الضغوط المهنية** : ناتجه عن ارهاق العمل وصعوبته ، والصراعات مع الرؤساء والزملاء، وعدم الرضا الوظيفي، وصراع الادوار، والعبء الزائد .

2- **الضغوط الاجتماعية** : تحدث نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة الاجتماعية مثل الخلافات مع الاسرة والاصدقاء والزملاء والجيران، وتحمل مسؤولية الاسرة، وصراع الاجيال، والتفاوت في العادات والتقاليد والثقافات .

3- **الضغوط الصحية** : هي الضغوط المرتبطة بالصحة الجسدية كالصداع، وارتفاع ضغط الدم، وحرقة المعدة، وارتفاع معدل ضربات القلب، والسكري، والغثيان، والدوخة .

4- **الضغوط الداخلية** : وهي الضغوط التي تنبع من ذات الفرد، وتظهر على شكل نقص تقدير الذات، والقلق، والاكتئاب، والغضب، والمزاج المتقلب، والرغبة في الانعزال، والتوتر، والشعور بالضيق .

5- **الضغوط الاقتصادية** : تعني المشكلات المادية التي تقع على عاتق الفرد نتيجة عدم قدرته على تلبية احتياجاته، وتكون ناتجة عن قلة الدخل، وكثرة الاعباء المالية، والحاجة الى الاقتراض و الاستدانة .

6- **الضغوط البيئية** : تتمثل في الظروف البيئية التي يعمل فيها الفرد منها : تلوث الجو، والضوضاء، والحرارة، والبرودة، والاضاءة المبهرة او الخافتة، وذبذبة الصوت، وسوء تصميم اماكن العمل .

7- **ضغوط الوقت** : تعكس مسؤوليات الفرد المتعددة في ظل عدم توفر الوقت الكافي .

8- **الضغوط المستقبلية** : ناتجة عن توقع الافراد بانهم سوف يمرون بمجموعة من الاحداث والمواقف السلبية في المستقبل مما يؤدي بهم للإحساس بالقلق ، والخوف ، وفقدان الامل في المستقبل (Lazarus et al , 1997:65)

الفصل الثالث

- منهجية البحث واجراءته

من أجل تحقيق اهداف البحث اعتمد الباحث منهج البحث الوصفي الارتباطي ، و يعد منهج البحث الوصفي أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات عن مشكلة او ظاهرة وتصنيفها وإخضاعها للدراسة الدقيقة ومن ثم التعبير عنها بصورة رقمية (المؤمن ، ٢٠٠٨ : ٢٨٩) .

- مجتمع البحث :

يقصد بمجتمع البحث هو مجموعة من الافراد او الاشياء او درجات او البيانات التي يرغب الباحث في دراستها (النعيمي ، 2014 :62) . ويتكون مجتمع البحث الحالي من مدرسي المرحلة الثانوية في مدارس مركز مدينة بعقوبة - محافظة ديالى للعام الدراسي (2020-2021) بحسب الجنس (ذكور و اناث) في الدراسة الصباحية ، وبلغ عددهم (1978) مدرسا و مدرسة موزعين على (79) مدرسة ، اذ بلغ عدد المدرسين (715) بنسبة (36%) ، في حين بلغ عدد المدرسات (1263) بنسبة (64%) .

- عينة البحث :

يقصد بها أنموذج معين مسحوب من المجتمع الكلي الأصلي يتم اختيارها وفق قواعد محددة لغرض تمثيل المجتمع تمثيلًا جيد وصحيح نتيجة صعوبة في دراسة مجتمع البحث بصورة كاملة لذا من الملائم أن يكون اختيار العينة بصورة ممثلة للمجتمع الأصلي للبحث تحمل صفاته المشتركة (ابو بكر ، ٢٠١٦ : ٩٧) ، وفقا لذلك تم اختيار عينة البحث الحالي بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتناسب وعلى

اساس ذلك تضمنت عينة البحث (200) مدرسا ومدرسة، بنسبة (10%) من مجتمع البحث، بواقع (72) مدرسا و(128) مدرسة، وجدول (1) يوضح ذلك.

جدول رقم (1) عينة البحث موزعة بحسب الجنس

ت	اسم المدرسة	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
1	ث / الجواهري للمتميزين	15	_	15
2	ث/ الحسن بن علي للبنين	10	_	10
3	ث/ المركزية للبنين	20	_	20
4	ث/جمال عبد الناصر للبنين	15	_	15
5	ث /طرفة بن العبد للبنين	12	_	12
6	ث/ المؤمنة للبنات	_	20	20
7	ث / جمانة للبنات	_	20	20
8	ث / فاطمة للبنات	_	25	25
9	ث / الجواهر للبنات	_	15	15
10	ث / العدنانية للبنات	_	20	20
11	ث / الامال للبنات	_	28	28
	المجموع	72	128	200

- ادوات البحث

اولا:- مقياس الكمالية التكيفية

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة في مجال الكمالية التكيفية تعذر العثور على مقياس يلائم عينة البحث الحالي مدرسي المرحله الثانوية، لذا أوجب على الباحث بناء أداة الكمالية التكيفية لدى مدرسي المرحلة الثانوية على وفق الخطوات الاتية :-

1- تحديد النظرية والمفهوم :

اعتمد الباحث أنموذج سلاني (Slaney,et al.,2001) والذي عرف الكمالية التكيفية بأنها سعي الفرد لا نجاز الاعمال المطلوبة بدقة عالية ، وذلك من خلال تبني معايير عالية للاداء ، والنظام والترتيب ، وادراك التباين بين اداء الفرد وتوقعاته (slaney , 2001:10) . وقد حدد سلاني (Slaney,et al.,2001) ثلاث مجالات اعتمدها الباحث وهي (المعايير العالية للاداء ، النظام والترتيب ، ادراك التباين)

2- **صياغة فقرات المقياس :-**

لأعداد فقرات تغطي مجالات المقياس قام الباحث بصياغة الفقرات اعتمادا على أنموذج سلاني (Slaney, et al.,2001)، وبعد الاطلاع على الادبيات تم صياغة (27) فقرة بصيغتها الأولية ، وقد كانت بدائل الإجابة خمسة بدائل تضمنت (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي احيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي ابداً) ، باتجاهين الإيجابي والسلبي وذلك لتجنب سير المستجيب على وتيرة وأحدة في الإجابة، ويصحح المقياس وفق الأوزان (5,4,3,2,1) للفقرات السلبية و (1,2,3,4,5) للفقرات الإيجابية وقد روعي في صياغة الفقرات أن يتميز محتوى الفقرة بكونه واضح ومباشر، والابتعاد عن الفقرات التي تشمل أكثر من فكرة والابتعاد عن الفقرات الطويلة وإن تتميز الفقرة بكونها مثيرة أي تعمل على إثارة المستجيب فتدفعه إلى الإجابة وبشكل واضح وبصدق (الخرابشة ، ٢٠١٧ : ١٤٨) .

3- اعداد تعليمات المقياس

اعد الباحث تعليمات مقياس الضغوط المدركة (ملحق 10)، تضمنت كيفية الإجابة عن فقرات المقياس، وتم التأكيد فيها على ضرورة اختيار المستجيب لبديل الاستجابة المناسب الذي يعبر عن رايه الصريح من بدائل المقياس فبين الباحث ان الإجابة ستستعمل لأغراض البحث العلمي فحسب، لذا لا داعي لذكر الاسم، وقد اخفا الباحث الهدف من المقياس كي لا يتأثر المستجيب به عند الإجابة، وطلب من المستجيب تقديم بعض المعلومات العامة (الجنس) .

4- صلاحية فقرات المقياس

للتحقق من صلاحية فقرات مقياس الكمالية التكيفية بصيغته الاولية والبالغة (27) فقرة في قياس ما أعدت لقياسه أعتمد الباحث الصدق الظاهري بعرض الاداة على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (25) محكمًا وطلب منهم ابداء آرائهم في ملائمة فقرات المقياس وصياغتها لمستوى مدرسي المرحلة الثانوية مع بدائل الاستجابة ومدى وضوح تعليماته تم التوصل إلى الاتي :

- الإبقاء على الفقرات التي حصلت على موافقة جميع المحكمين
- ابدى جميع المحكمين موافقتهم على عدد بدائل الاستجابة على المقياس ومضمونها واوزانها ووضوح التعليمات.
- تعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات (12،1، 26) التي اخذ بها الباحث (الملحق 4)، وقد حصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق اكثر من (80%) وكما موضح في الجدول (2).

جدول (2) آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس الكمالية التكيفية

رقم الفقرة	الموافقون	غير الموافقون		النسبة المئوية	قيمة مربع كاي
		التعديل	الحذف		
2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-13- 14-15-16-17-18-19-20-21- 22-23-24-25-27	25	_	_	%100	25
1-12-26	22	3	_	%88	14,44

5- عينة وضوح التعليمات والفقرات

لغرض التحقق من وضوح التعليمات والفقرات قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة بلغت (30) مدرسا ومدرسة تم اختيارها بالطريقة الطبقية العشوائية والجدول (3) يوضح ذلك، واتضح بأن جميع فقرات المقياس واضحة ومفهومة بالنسبة لجميع أفراد العينة، وقد كان متوسط الوقت المستغرق للإجابة (15) دقيقة، وبهذا الاجراء اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة التحليل الاحصائي .

الجدول (3) عينة وضوح التعليمات والفقرات موزعة بحسب الجنس

ت	المدرسة	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
1	ث / الانتصار للبنين	8	7	15
2	ث/ الحسن بن علي للبنين	7	8	15
	المجموع	15	15	30

6- التحليل الإحصائي لفقرات المقياس :

ترى انستازي (Anastasi ، 1976) ان عينة التمييز يفضل ان لا تقل عن (400) فرد (Anastasi ، 1976:209 ومن اجل التحليل الاحصائي للمقياس تم تطبيق المقياس على عينة التحليل الاحصائي المكونة من (400) طالب وطالبة كما في الجدول (4) .

جدول (4) عينة التحليل الإحصائي موزعة بحسب الجنس

ت	المدرسة	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
1	ث / المحسن للبنين	15	-	15
2	ث / النسائي المختلطة	18	-	18
3	ث / ديالى للبنين	29	-	29
4	ث / المعارف للبنين	22	-	22
5	ث / نزار للبنين	16	-	16
6	ث/ الطلع النضيد للبنين	20	-	20
7	ث/ الشريف الرضي	25	-	25
8	الحرية للمتميزات/ث	-	33	33
9	الازدهار للبنات/ث	-	27	27

10	ث / عائشة للبنات	-	25	25
11	ث / المسرة للبنات	-	22	22
12	ث / الممتحنة للبنات	-	30	30
13	ث / ام حبيبة للبنات	-	28	28
14	القدس للبنات/ث	-	35	35
15	الزهراء للبنات/ث	-	25	25
16	ثوبية الاسلمية للبنات/ ث	-	30	30
	المجموع	145	255	400

وفيما يأتي توضيح لإجراءات حساب القوة التمييزية للفقرات ومعاملات صدقها :

أ- القوة التمييزية للفقرات

ان الغرض من عملية تمييز الفقرات هو حذف وإلغاء الفقرات غير المميزة أو غير المناسبة والبقاء على الفقرات الجيدة للتأكد من مدى قدرة الفقرة على تحقيق التمييز بين أفراد العينة من ذوي المجموعة ذات الدرجات العليا والأفراد من ذوي المجموعة ذات الدرجات الدنيا ف السمة أو الصفة المراد قياسها (Groniund ,1981:253)، ولهذا الغرض قام الباحث باستعمال أسلوب "العينتين المتطرفتين " لاستخراج تمييز الفقرات ويتضمن الخطوات الآتية :

1. تصحيح كل استمارة من استمارات المقياس .

٢. جمع درجات الاستمارة للحصول على مجموع درجات الفقرات ولكل استمارة .

3. ترتيب الاستمارات تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة .

4. فرز (٢٧ %) من كل مجموعة الحاصلة على أعلى درجة من الاستمارات .

بلغ أفراد المجموعتين (٢١٦) لكل مجموعة (١٠٨) استمارة وذلك للحصول على توزيع اعتدالي أو قريب منه كونها توفر حجم مناسب في كل مجموعة وتباين جيد وإن اختيار مثل هذا الحجم للعينة استنادا إلى ما ذهبت إليه (Anastasi ,1988) في اختيار عدد أفراد المجموعة الواحدة بعدد لا يقل عن (100) فرد عند استعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين وبنسبة (٢٧ %) في كل مجموعة في تحليل الفقرات (Anastasi ,1988:192) ، وبعد استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق الإحصائية بين أواسط المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس والبالغ عددها (27) فقرة تبين بأن جميع الفقرات مميزة لأنها حصلت على قيمة تائية محسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) ، وبدرجة حرية (٢١٤) ، والجدول (5) يوضح ذلك .

الجدول (5) القوة التمييزية لفقرات مقياس الكمالية التكيفية

ت الفقرة	المجموعة العليا 108		المجموعة الدنيا 108		القيمة التائية	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية
1	4,537	0,632	3,777	0,899	7,172	1,960
2	4,916	0,277	4,222	0,777	8,742	1,960
3	3,731	1,055	2,740	1,225	6,365	1,960
4	4,537	0,617	3,796	0,914	6,974	1,960
5	4,722	0,608	3,713	1,041	8,693	1,960
6	3,972	0,825	2,750	1,169	8,875	1,960
7	4,898	0,303	4,425	0,763	5,971	1,960
8	4,963	0,189	3,935	0,940	11,138	1,960
9	3,916	1,015	2,500	1,187	9,422	1,960
10	4,722	0,489	3,740	0,998	9,169	1,960
11	4,740	0,499	3,731	1,010	9,305	1,960
12	4,305	0,790	2,981	1,102	10,144	1,960
13	4,833	0,421	4,027	0,921	8,260	1,960
14	4,768	0,522	3,759	1,075	8,773	1,960
15	4,027	0,901	2,657	1,177	9,605	1,960
16	4,444	0,714	3,194	1,071	10,084	1,960
17	4,703	0,534	3,796	1,020	8,185	1,960
18	4,148	0,862	2,611	1,251	10,507	1,960
19	4,833	0,374	3,888	1,044	8,848	1,960
20	4,870	0,337	3,713	0,917	12,302	1,960
21	3,888	1,121	2,296	1,162	10,246	1,960
22	4,787	0,493	3,990	0,922	7,911	1,960
23	4,777	0,552	3,963	1,031	7,236	1,960
24	3,685	1,196	2,333	1,245	8,133	1,960
25	4,648	0,616	4,000	0,957	5,918	1,960
26	4,740	0,553	3,953	0,910	7,675	1,960
27	4,268	0,953	3,092	1,172	8,088	1,960

***القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية (214) ومستوى دلالة (0,05) تساوي(1,960).**

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

تم حساب معاملات صدق فقرات مقياس الكمالية التكيفية باستعمال الدرجة الكلية للمقياس بوصفها محكا داخليا ، اذ حسب معامل ارتباط "بيرسون " بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، فكانت جميع قيم معاملات ارتباط الفقرات المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (0,098) عند مستوى دلالة (0,05) مما يدل على ان المقياس على درجة من الاتساق الداخلي، وان جميع فقرات المقياس صادقة في قياس الكمالية التكيفية لدى عينة البحث وجدول (6) يوضح ذلك .

جدول (6) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الكمالية التكيفية

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	0,378	10	0,513	19	0,490
2	0,472	11	0,508	20	0,563
3	0,332	12	0,466	21	0,471
4	0,382	13	0,479	22	0,462
5	0,444	14	0,451	23	0,474
6	0,417	15	0,453	24	0,377
7	0,381	16	0,432	25	0,391
8	0,579	17	0,479	26	0,404
9	0,435	18	0,473	27	0,401

***القيمة الجدولية الحرجة لمعامل الارتباط بدرجة حرية(398)عند مستوى(0,05) تساوي(0,098).**

الخصائص السايكومترية لمقياس الكمالية التكيفية :

اولا :- **صدق المقياس :** وقد قام الباحث باستخراج نوعين من الصدق وهي كالاتي :

أ- الصدق الظاهري : للتحقق من الصدق الظاهري لمقياس الكمالية التكيفية قام الباحث بعرض المقياس وبصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (25) محكما وبعد الأخذ بآراء المحكمين حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق مقبولة، واكثر من (80 %) ، وكما مبين في (الجدول 2)

ب- **صدق البناء :** وقد تم التحقق من صدق البناء من خلال المؤشرات الآتية :

١- حساب القوة التميزية لفقرات المقياس ، وكما مبين في الجدول (5) .

٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، وكما مبين في الجدول (6)

ثانيا :- الثبات : تم حساب ثبات مقياس الكمالية التكيفية باستعمال الطرق الاتية :-

أ- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار : قام الباحث بالتحقق من الثبات بهذه الطريقة بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (١٠٠) مدرسا ومدرسه، ثم اعيد تطبيق المقياس بعد (14) يوم من التطبيق الأول ولحاسب الارتباط بين درجات التطبيقين الأول والثاني استعمل الباحث معامل الارتباط بيرسون وبلغ (0,85) وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه ويعد مؤشر لثبات مقياس التبرير الاخلاقي عند مدرسي المرحلة الثانوية .

ب- طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معامل الفاكرونباخ : قام الباحث باستخراج قيمة معامل الفاكرونباخ على درجات أفراد عينة الثبات البالغة (١٠٠) مدرسا ومدرسة ، فبلغت قيمتها (0,83) وهو معامل ثبات يمكن الركود إليه ويعد مؤشر آخر لثبات مقياس التبرير الاخلاقي عند مدرسي المرحلة الثانوية .

- **مقياس الكمالية التكيفية بصيغته النهائية :**

تكون مقياس الكمالية التكيفية بصيغته النهائية (27) فقرة موزعة بالتساوي على ثلاث مجالات وهي (المعايير العالية للأداء، النظام والترتيب، ادراك التباين)، وبلغ عدد الفقرات التي كانت عكس المفهوم في المقياس(9) فقرة وتحمل التسلسل (3، 6، 9، ،12،15،18، 21، 24، 27)، أما باقي الفقرات فكانت باتجاه المفهوم، أما بدائل الاستجابة على فقرات المقياس فكان خماسيًا (تنطبق علي دائمًا، تنطبق علي غالبًا، تنطبق علي أحيانًا، تنطبق علي نادرًا، لا تنطبق علي أبدًا) (ملحق5) يوضح ذلك، وتتراوح درجات الاستجابة بين(5-1) درجة للفقرات الايجابية، وبالعكس للفقرات السلبية ، وبذلك تكون الدرجة القصوى للمقياس (135) درجة والدرجة الدنيا للمقياس (27) درجة وبمتوسط فرضي (81) درجة. وبهذا أصبحت الأداة جاهزة للتطبيق على عينة البحث الأساسية (200) مدرسا ومدرسة من مدرسي المرحلة الثانوية .

ثانيًا : مقياس الضغوط المدركة

بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة في مجال الضغوط المدركة تعذر الحصول على مقياس يلائم اهداف عينة البحث الحالي، لذا وجد الباحث لزاما عليه بناء مقياس الضغوط المدركة عند مدرسي المرحلة الثانوية على وفق الخطوات الاجرائية الاتية :-

1- تحديد الاساس النظري والمفهوم

اعتمد الباحث نظرية لازاروس (Lazarus,1984) ، والذي عرف الضغوط المدركة بانها (العلاقة الخاصة بين الفرد وبيئته ، والتي يدركها الفرد على انها مهددة لذاته متجاوزة لامكانياته وقدراته ، وانها شاقة ومرهقة ، وتعرض صحته للخطر) (Lazarus,1984:21) . وقد حدد لازاروس (Lazarus,1984) ثماني مجالات للضغوط المدركة اعتمدها الباحث في بحثه هي (الضغوط المهنية ، الضغوط الاجتماعية ، الضغوط الصحية ، الضغوط الداخلية ، الضغوط الاقتصادية ، الضغوط البيئية ، ضغوط الوقت ، الضغوط المستقبلية)

2- صياغة فقرات المقياس

لغرض صياغة و اعداد فقرات تغطي مجالات المقياس قام الباحث بالاعتماد على نظرية لازاروس (Lazarus,1984)، وبعد الاطلاع على الادبيات تم صياغة (32) فقرة بصيغتها الأولية (ملحق 6)، وقد كانت بدائل الإجابة خمسة بدائل تضمنت (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي احيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي ابداً)، بالاتجاه السلبي، ويصحح المقياس وفق الأوزان (5,4,3,2,1)، وقد روعي في صياغة الفقرات أن تكون الفقرة مرتبطة ارتباط كلي ومباشر بالمفهوم وأن تقيس السمه ذاتها وإن تتميز بالوضوح وغير قابلة للتأويل من قبل عينة البحث.

3- اعداد تعليمات المقياس

اعد الباحث تعليمات مقياس الضغوط المدركة (ملحق8)، تضمنت كيفية الإجابة عن فقرات المقياس، وتم التأكيد فيها على ضرورة اختيار المستجيب لبديل الاستجابة المناسب الذي يعبر عن رايه الصريح من بدائل المقياس فبين الباحث ان الإجابة ستستعمل لأغراض البحث العلمي فحسب، لذا لا داعي لذكر الاسم، وقد اخفى الباحث الهدف من المقياس كي لا يتأثر المستجيب به عند الإجابة، وطلب من المستجيب تقديم بعض المعلومات العامة (الجنس) .

4- صلاحية فقرات المقياس

عرضت الاداة على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (32) محكمًا (ملحق 3)، وطلب منهم ابداء رايهم في ملائمة فقرات المقياس وصياغتها لمستوى مدرسي المرحلة الثانوية مع بدائل الاستجابة ومدى وضوح تعليماته فتم التوصل إلى الاتي :

- الإبقاء على الفقرات التي حصلت على موافقة جميع المحكمين
- ابدى جميع المحكمين موافقتهم على عدد بدائل الاستجابة على المقياس ومضمونها واوزانها ووضوح التعليمات.
- تعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات هي (3 ، 11 ، 15 ، 26) التي اخذ بها الباحث (ملحق 7)، وقد حصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق اكثر من (80%) وكما موضح في الجدول (7)

دول (7) اراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس الضغوط المدركة

رقم الفقرة	الموافقون	غير الموافقون		النسبة المئوية	قيمة مربع كاي
		التعديل	الحذف		
1-2-4-5-6-7-8-9-10-12-13-14-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-27-28-29-30-31-32	25	_	_	%100	25
3-11-15-26	21	4	_	%84	11,56

5- عينة وضوح التعليمات والفقرات

طبق المقياس على العينة نفسها التي استخدمت في وضوح تعليمات وفقرات مقياس الكمالية التكيفية البالغة (30) مدرسا ومدرسة جدول (3)، للتحقق من فهم المدرسين للفقرات وطريقة الإجابة وحساب الوقت الذي تستغرقه الإجابة عن المقياس، والكشف عن الصعوبات التي تواجه المستجيب لتلافيها، واظهرت نتائج التجربة وضوح التعليمات والفقرات لجميع المدرسين وكان متوسط الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس قدره (15) دقائق .

6- التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الضغوط المدركة :

قام الباحث بالتحقق من التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الضغوط المدركة وفق الاجراءات الاتية :

أ- القوة التمييزية للفقرات

قام الباحث بترتيب درجات افراد العينة من اعلى درجة الى اقل درجة ثم أخذ (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و(27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا، وبذلك عدد افراد كل مجموعة من المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية (108) فردا كانت درجات المجموعة العليا تتراوح بين (131-153) درجة، والمجموعة الدنيا تتراوح بين (100-119) درجة ثم استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق في درجات كل فقرة بين المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية، تبين ان جميع فقرات مقياس الضغوط المدركة كانت تمتلك القدرة على التمييز بين متوسط درجات الافراد ذوي الحد الأعلى من الخاصية ومتوسط درجات الافراد ذوي الحد الأدنى من الخاصية ، اذ كانت جميع القيم التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) والجدول (8) يوضح ذلك .

جدول (8) القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط المدركة

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية
1	3,472	1,300	2,083	0,887	9,169	1,960
2	4,527	0,951	2,564	1,104	13,991	1,960
3	4,398	1,022	2,361	1,027	14,605	1,960
4	4,000	1,222	2,064	0,899	13,249	1,960
5	3,833	1,256	2,101	1,013	11,146	1,960
6	3,518	1,293	2,166	0,932	8,812	1,960
7	2,620	1,205	2,000	0,937	4,223	1,960
8	3,722	1,288	2,148	0,974	10,125	1,960
9	4,648	0,835	2,398	1,126	16,671	1,960
10	4,472	0,880	2,370	1,028	16,135	1,960
11	3,814	1,326	2,092	1,000	10,772	1,960
12	3,861	1,256	2,092	1,063	11,164	1,960
13	4,009	1,307	2,111	1,016	11,907	1,960
14	3,407	1,311	2,111	1,007	8,145	1,960
15	3,425	1,276	2,129	0,986	8,349	1,960
16	4,027	1,179	2,037	1,013	13,303	1,960
17	4,601	0,819	2,351	1,052	17,524	1,960

1,960	16,910	1,264	2,500	0,601	4,777	18
1,960	17,596	1,106	2,305	0,784	4,601	19
1,960	13,019	0,885	2,037	1,220	3,925	20
1,960	18,192	1,010	2,231	0,877	4,574	21
1,960	9,063	0,969	2,064	1,343	3,509	22
1,960	8,771	0,974	2,055	1,298	3,425	23
1,960	11,995	1,056	2,120	1,260	4,018	24
1,960	9,560	1,147	2,194	1,309	3,796	25
1,960	10,746	0,922	2,092	1,299	3,740	26
1,960	18,676	1,114	2,490	0,569	4,740	27
1,960	17,656	1,104	2,296	0,825	4,638	28
1,960	12,399	1,024	2,157	1,267	4,101	29
1,960	10,023	0,891	2,009	1,321	3,546	30
1,960	14,165	0,974	2,203	1,051	4,157	31
1,960	14,827	0,921	2,194	1,090	4,231	32

***القيمة التائية الجدولية تساوي(1,96) عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (214)**

ب- معاملات صدق فقرات مقياس الضغوط المدركة : قام الباحث بحساب معاملات صدق فقرات مقياس الضغوط المدركة بالطرق الاتية:-

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط المدركة :

اعتمد الباحث في حساب صدق الفقرات على معامل ارتباط " بيرسون" بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الضغوط المدركة اكبر من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (0,098) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (398) مما يدل على وجود علاقة دالة احصائيا بين درجة الفقرة والدرجة الكلية في قياس خاصية الضغوط المدركة ، والجدول (9) يوضح ذلك .

جدول (9) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط المدركة

معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة
0,462	23	0,526	12	0,487	1
0,541	24	0,572	13	0,608	2
0,501	25	0,423	14	0,608	3
0,512	26	0,463	15	0,579	4
0,671	27	0,606	16	0,536	5
0,693	28	0,658	17	0,457	6
0,57	29	0,68	18	0,273	7

0,456	30	0,678	19	0,516	8
0,592	31	0,57	20	0,677	9
0,624	32	0,675	21	0,648	10
		0,437	22	0,539	11

*القيمة الحرجة لمعامل الارتباط بدرجة حرية (398) عند مستوى دلالة (0,05) = (0,098)

الخصائص السايكومترية لمقياس الضغوط المدركة : قام الباحث بالتحقق من الخصائص السايكومترية لمقياس الضغوط المدركة بوساطة الطرق الاتية :

اولا :- الصدق : وقد قام الباحث باستخراج نوعين من الصدق وهما الاتي :-

أ - **الصدق الظاهري :** من اجل التأكد من ان أداة البحث صادقة، اعتمد الباحث على الصدق الظاهري لها الذي تضمن عرض الأداة بصيغتها الأولية (ملحق 6) على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (25) محكماً (ملحق3) للحكم على صلاحية الأداة ومدى ملائمتها لمجتمع البحث، وتم اجراء بعض التعديلات على الصياغة اللغوية لبعض الفقرات وبعد اجراء التعديلات حصل المقياس على نسبة اتفاق اكثر من (80%) كما موضح في جدول (12) .

ب- صدق البناء : وقد قام الباحث بالتحقق من الصدق بهذه الطريقة من خلال المؤشرات الآتية :-

1- حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس عدت جميعها مميزة ، كما مبينة في جدول (8) .

2- حساب درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما مبينة في جدول (9) .

ثانيا :- الثبات : ولتحقيق ثبات المقياس قام الباحث باستعمال طرق الثبات الاتية :-

أ- **طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-ReTest)** : لاستخراج الثبات بهذه الطريقة قام الباحث بتطبيق مقياس الضغوط المدركة على عينة الثبات البالغة (100) مدرسا ومدرسة، كما موضح في (الجدول 10)، واعيد تطبيقه بعد مرور (14) يوماً، وحسب معامل الثبات ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة للتطبيقين الأول والثاني ، فبلغ معامل الثبات لمقياس الضوط المدركة (0,83) وهو معامل ثبات جيد.

ب- طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معامل الفاكرونباخ : قام الباحث باستخراج قيمة معادلة الفاكرونباخ على درجات أفراد عينة الثبات البالغة (١٠٠) مدرسا ومدرسة كما مبين في (الجدول 10) ، فبلغ معامل الثبات لمقياس الإعجاب (٠,81) وهو معامل ثبات جيد ، ويعد مؤشر آخر لثبات مقياس الضغوط المدركة عند مدرسي المرحلة الثانوية .

- **مقياس الضغوط المدركة بصيغته النهائية :**

تضمن مقياس الضغوط المدركة (ملحق 8) بصيغته النهائية (32) فقرة موزعة بالتساوي على ثماني مجالات وهي (الضغوط المهنية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الصحية، الضغوط الداخلية، الضغوط الاقتصادية، الضغوط البيئية، ضغوط الوقت، الضغوط المستقبلية)، وكانت جميع الفقرات سلبية، أما بدائل الاجابة على فقرات المقياس فكان تدرج خماسي (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا)، وتتراوح درجات الاستجابة بين (5,4,3,2,1)، وبذلك تكون الدرجة القصوى للمقياس (160) درجة والدرجة الدنيا للمقياس (32) درجة وبمتوسط فرضي (96) درجة، وبهذا أصبحت الأداة جاهزة للتطبيق على عينة البحث الأساسية (200) مدرسا ومدرسة من مدرسي المرحلة الثانوية .

- الوسائل الإحصائية :

من اجل تحقيق أهداف البحث استعمل الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة بواسطة البرنامج الاحصائي (SPSS) في المعالجات الإحصائية سواء في إجراءات التحقق من الخصائص السايكومترية لأدوات البحث ، وفي استخراج النتائج وكالآتي :

1- الاختبار التائي (t - test) لعينتين مستقلتين : أستخدم لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين المتطرفتين في اب القوة التمييزية لفقرات المقاييس الثلاث .

2- معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) : لاستخراج الثبات بطريقة الفا للاتساق الداخلي .

3- الاختبار التاني (t - test) لعينة واحدة : للمقارنة بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للمقياس .

4- الاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط بين المتغيرات .

5- الاختبار الزائي : لدلالة الفروق في العلاقة بين معاملي الارتباط .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

اولا : التعرف الى الكمالية التكيفية لدى مدرسي المرحلة الثانوية .

قام الباحث بتطبيق مقياس الكمالية التكيفية بصورته النهائية على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (200) مدرسا ومدرسة، وتم استخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث والبالغ (106,175)، وبانحراف معياري قدره (12,393) ، في حين بلغ المتوسط النظري (81)، وباستعمال الاختبار التائي-t) (test لعينة واحدة ظهر أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (28,728) اكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1,960) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) ولصالح متوسط العينة مما يدل على وجود الكمالية التكيفية لدى مدرسي المرحلة الثانوية ، والجدول (10) يوضح ذلك.

جدول (10)

القيمة التائية المحسوبة لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي لعينة البحث والوسط الفرضي لمقياس الكمالية التكيفية

المتغير	عينة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
الكمالية التكيفية	200	106,175	12,393	81	28,728	1,960

***القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) = 1,960**

تشير نتائج الهدف الأول الى ان وجود مستوى الكمالية التكيفية لدى مدرسي المرحلة الثانوية بمستوى عال جدا، ويمكن تفسر هذه النتيجة في ضوء الأنموذج المتبناة لـ (Slaney , et al. , 2001) بان للكمالية التكيفية اثارا إيجابية قوية على سلوك الافراد ، فالأفراد الذين يمتلكون كمالية تكيفية هم اكثر احتراما لذاتهم من خلال تبني اهداف ومعايير واقعية يسعون لإنجازها ويستمدون من خلالها الشعور بالقناعة والرضا لأدائهم ، كما انهم يتميزون بالتنظيم والترتيب والتخطيط المستمر للأهداف التي يسعون الى تحقيقها، كذلك التقويم المستمر لما يقومون به من اعمال، وهذا ما يجعلهم يحصلون على الثناء والمديح والاطراء والاشادة بحسن نتائجهم المهنية (Slaney , et al : 130) .

ثانيا : التعرف الى الضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية .

لتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث الذي بلغ (97,810) وبانحراف معياري مقداره (23,385)، واستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للمقياس البالغ (96) ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (37,609) اكبر من القيمة التائية الجدولية (1,960) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) وهذا يدل على وجود الضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية بمستوى عالٍ ، وجدول(11) يوضح ذلك .

الجدول (11) القيمة التائية المحسوبة لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي لعينة البحث والوسط الفرضي لمقياس الضغوط المدركة

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
الضغوط المدركة	200	97,810	23,385	96	37,609	1,960

*** القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) =1,960**

تشير هذه النتيجة الى ان مدرسي المرحلة الثانوية يواجهون في الوقت الحاضر ضغوطا مدركة بدرجة كبيرة في مجالات حياتهم المختلفة، وهذه نتيجة منطقية بسبب الظروف الاستثنائية التي يمر بها المجتمع العراقي ومدرسي المرحلة الثانوية جزاء منه، حيث فرضت عليهم أنواع مختلفة من (الضغوط المهنية والاجتماعية والصحية والداخلية والاقتصادية والبيئية والمستقبلية وضغوط الوقت) وبما ان المدرسين في هذه المرحلة العمرية لديهم ادراك عالي، فانة من غير الواقعي تجاهلهم للظروف القاسية التي تشكل البيئة الخصبة لنشؤ ضغوطاتهم المدركة، فضلا عن ذلك الوضع الصحي والتعليم المدمج في ظل جائحة كورونا التي اثرت على المدرس وعلى اداءه بشكل كبير مما شكل ضغوط مدركة علية، ويمكن تفسير هذه النتيجة التي توصل اليها البحث الحالي استنادا لنظرية (Lazarus, 1984) ان العلاقة بين الفرد وبيئته التي يقيم فيها اذا كانت في حالة ضغط مستمر، تصبح مرهقة وتتعدى قدرته على التكيف وتعرضه للتهديد والخطر (Lazarus , 1984 : 21) .

ثالثا : التعرف الى اتجاة وقوة العلاقة بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة لدى مدرسي المرحلة الثانوية .

لتحقيق هذا الهدف أستعمل لحساب العلاقة معامل ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة على مقياس الكمالية التكيفية ودرجاتهم على مقياس الضغوط المدركة اذ بلغ (**0,016**) ثم أستعمل الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط وكانت القيمة التائية المحسوبة (**0,255**) اصغر من القيم التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (198) مما يدل على عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين المتغيرين، والجدول (12) يوضح ذلك .

الجدول (12) قيمة معامل الارتباط بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة والقيمة التائية لدلالة معامل الارتباط

المتغير 1	المتغير2	حجم العينة	قيمة معامل الارتباط	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
الكمالية التكيفية	**الضغوط المدركة**	**200**	**0,016**	**0,255**	**1,960**

تشير النتيجة الى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة مما يعني ان الذين يمتلكون كمالية تكيفية لا يمتلكون ضغوط مدركة لدى افراد عينة البحث، ويمكن تفسر هذه النتيجة في ضوء الأنموذج المتبناة لـ (Slaney , et al. , 2001) ان الاشخاص الذين يتمتعون بالكمالية التكيفية يمتازون بالقدرة على التوافق مع الظروف المختلفة، والتنظيم والترتيب، وواقعية الاهداف المتبناة فعندما ينجزونها يشعرون بالدافعية المرتفعة والرضا عن الذات والتنظيم والقدرة على اتخاذ القرار والفعالية الذاتية المرتفعة لأنها تتناسب مع امكاناتهم وقدراتهم، وبالتالي فهم اكثر قدرة على التعامل مع احداث الحياة اليومية وما تحتوي من ضغوطات ، فضلا عما تمتلكه الكمالية التكيفية من قدرة على تفادي

المشكلات والعمل على حلها، وبذلك تسهم في جعل الاشخاص قادرين على التوافق عند مواجهة الضغوطات (Slaney , et al. , 2001:134) .

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية يمكن الاستنتاج ما يأتي:-

1- ان مدرسي المرحلة الثانوية يتمتعون بالكمالية التكيفية بشكل اعلى من متوسط المجتمع الذي ينتمون اليه .

2- ان نسبة كبيرة من مدرسي المرحلة الثانوية لديهم ضغوط مدركة بشكل اعلى من متوسط المجتمع الذي ينتمون اليه .

3- كانت العلاقة بين الكمالية التكيفية والضغوط المدركة غير دالة احصائيا.

- التوصيات

- على وزارة التربية والتعليم تعزيز الكمالية التكيفية لدى المدرسين من خلال عمل الندوات الدورية والبرامج التدريبية للحفاظ على مستوى الاهداف المرغوب تحقيقها وتحفيزهم وادامتها لديهم .
- يجب على وزارة التربية والتعليم دعم المدرسين وتثمين جهودهم ماديا ومعنويا وتوفير الفرص المناسبة للترويج عما يعانونه من ضغوط مدركة والمحافظة على صحتهم النفسية .

- المقترحات

- إجراء دراسة للتعرف على الكمالية التكيفية لدى عينات أخرى من معلمين المرحلة الابتدائية والمتوسطة ، والاساتذة الجامعيين ، والطلبة الموهوبين والمتميزين ... وغيرها.
- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الكمالية التكيفية ومتغيرات أُخرى كتقدير الذات، والرضا الوظيفي، والذكاء الوجودي، و الرفاهية النفسية، والانتاجية، وجودة الحياة، والشعور بالانتماء، والدافعية للإنجاز
- بناء برنامج ارشادي لتنمية مهارة المدرسين في ادارة الضغوط المدركة واكتساب الاساليب الايجابية لمواجهتها .

المصادر

- ابو بكر ، مختار (2016) : **اسس ومناهج البحث العلمي** ، ط1، نيو لنيك الدولية للنشر والتدريب .
- الخرابشة ، عمر محمد عبد الله (2017) : **اساليب البحث العلمي** ، ط1، مطبعة الدستور للنشر .
- خرخاش أسماء (2010) : **وجهة مركز التحكم ونوع استراتيجية التعامل أمام الضغط المدرك لدى آباء الأطفال المصابين بالصمم** ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، غير منشورة .

- المؤمن ، علي معمر (2008) : **مناهج البحث في العلوم الاجتماعية الاساسيات والتقنيات والاساليب** ، منشورات جامعة 7 اكتوبر ، ليبيا .
- عبد العزيز ، مديحة (2010) : **فعالية برنامج ارشادي في تخفيض مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوى صعوبات التعلم** ، معهد الدراسات العاليا للطفولة ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية ، جامعة عين شمس .
- علي ، سهام سعد (٢٠١٦) : **الكمالية السوية ـ العصابية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الصف السادس الإعدادي** ، رسالة ماجستير منشورة ، العراق ـ جامعة البصرة .
- مسعودي ، رضا (2010) : **مؤشرات الضغط النفسي لدى المعلمين دراسة مقارنة بين المعلمين في الجزائر ودبي** ، جامعة الجزائر 2
- مظلوم ، مصطفى . (2013) . **الكمالية وعلاقتها بالعدوانية لدى طلاب الجامعة . مجلة دراسات مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس** ، 39 ، ج 1 ، 45-113
- مقابلة ، نصر وسلامة ، كايد . (1993) . **دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين الأردنيين في ضوء عدد من المتغيرات** . مجلة جامعة دمشق ، 9 (33) 179-212
- النعيمي ، مهند محمد . (2014) . **القياس النفسي في التربية وعلم النفس** ، جامعة ديالى : المطبعة المركزية ، ط1.

- Anastasi , A (1976) . **Psychology Testing** . (4 th .ed). New York , California : Books Coole .
- Cook, L. (2007) . **Parent psychopathology and child perfectionism**. An Unpublished Master Thesis University of Nevada , Lasvegas .
- Groniund , N. E. ,(1981): **Measurement and evaluation in teaching**, London: Macmillan .
- Hanchon , . (2010). **The Relation between Perfectionism and Achievement Goals** . Personality and Individual Differences, 49 (8) 885-890.
- Hardy , Sam , A (2010) **Moral Identity** : Moving Toward Better Understanding the Moral Judgment - Action Gap , Submitted by Birgit Swanson
- Lazarus , S., and Folkman , S.,(1984). **Stress appraisal and coping :** New York USA.
- Slaney, R., Rice , K., Mobley ,M., Trippi , J.& Ashby , J.(2001) The revised Almost perfect scale . **Measurement and Evaluation in Counseling and Development** . (34),130-145.
- Stober, J., & Rennert, D. (2008). **Perfectionism in school teachers: Relationship with stress appraisal , coping styles, and burnout** . Journal of Anxiety, Stress, Coping, 21, 37-53.
- -Stoeber, J., & Otto, K. (2006). **Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges**. Personality and Social Psychology Review, 10, 295-319.