الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية

دراسة حالة ولايتي النيل الأبيض وسنار .

د . منتصر كمال الدين محمد موسى – جامعة الامام المهدي

المستخلص

هدف البحث الى التعرف على الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار . استخدم الباحث المنهج الوصفى التحليلي . تكونت عينة البحث من (٢٩١) معلماً (١٢٨) معلم و(١٦٣) معلمة.

استخدم مقياس الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية من تصميم الباحث.تم تحليل البيانات احصائياً باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). وقد توصل الباحث الى نتائج هي ارتفاع الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.وعدم وجود فروق فى الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع و الولاية و وجود فروق تعزى لمتغير مسمى المدينة لصالح مدينة سنار فضلاً عن عدم وجود فروق تعزى لمتغير العمر ومتغير مدة الخدمة .يضاف اليه عدم وجود تفاعل بين النوع والعمر ينعكس علي الصحة النفسية لدي أفراد العينة ،و بين النوع ومدة الخدمة أيضاً ، وكذلك عدم وجود تفاعل بين العمر ومدة الخدمة التي تنعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار. و ختم هذا البحث بعدد من التوصيات الإجرائية المناسبة وعدد من المقترحات لبحوث لاحقة فى هذا المجال.

Abstract

This research aims to identify the psychological health amongst secondary school teachers in the White Nile and Sinnar States. The researcher used the descriptive analytical method. The research sample consisted of(291) teachers of whom(128) are males and (163) are females. The researcher designed a scale of psychological health and the data were statistically analyzed by the statistical package for social sciences (SPSS). Accordingly, the research results revealed that there is an increasing degree of the psychological health among teachers in the two states .

And there are no differences in psychological health among the teachers attributed to their gender and states . And there are differences attributed to their town in favor of Sinnar town. But there are also no differences related to the variable of age and the number of years of teaching experience.

- There is no correlation between age and the number of years of service reflected on the rate of psychological health.

- The research concluded with a suitable number of procedural recommendations for further studies in this field.

- **كلمات مفتاحية :**

الصحة النفسية : التوافق التام والتكامل بين الوظائف البدنية والنفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية والصعوبات والمشاكل التي تطرأ عادة على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والرضا والكفاية .

تمهيد:

يشير الشافعي(١٩٩٨) بأن كل من براون (Brown, 1985)، وفرنسيس (Francis, 1985)، يتفقون على أن مهنة التدريس من أكثر المهن التي تسبب ضغطا نفسيا على المشتغلين بها. ويضيف بأن مستوى الصحة النفسية للمعلمين يتأثر بمستوى ضغوط مهنة التدريس التي يتعرضون لها، فإن كانت هذه الضغوط التي يتعرضون لها في أدنى مستوياتها، فإن ذلك ينعكس إيجابا على نفسيتهم ويجعلهم يحبون مهنة التدريس ويقبلون عليها مما ينعكس بالإيجاب أيضا على أداء وتحصيل تلاميذهم ويمثل تحسينا وتطويرا للعملية التربوية، وهو ما ينشده الجميع. أما إذا كانت هذه الضغوط التي يتعرضون لها في مستويات عالية، فإن ذلك ينعكس سلبا على نفسيتهم ويجعلهم ينفرون من مهنة التدريس، فيؤدون أداء سلبيا وسيئا مما ينعكس على أداء وتحصيل تلاميذهم فيكون منخفضا وسيئا، بما يمثل إضعافا للعملية التربوية وسببا لعدم فاعليتها.

يتفق كل من زهران (١٩٩٧م)، و مغاريوس(١٩٧٤م) و حجازي(٢٠٠٤م). على أن يكون المدرسين متمتعين بصحة نفسية، سعداء في حياتهم الخاصة ولهم علاقات إجتماعية ناجحة يتطلب ذلك تحقق الأمن النفسي والإستقرار النفسي والتوافق مع التلاميذ والديمقراطية في التعامل معهم، وأن تكون النظرة إلى الحياة نظرة إيجابية متزنة، فالصحة النفسية للتلاميذ تتأثر بشخصية المربي الذي يجب أن يكون قدوة صالحة لتلاميذه في سلوكه.

كما يجب توفير أسباب الصحة النفسية للمدرسين بالعمل على راحتهم مادياَ وإجتماعياَ، حتى يمكنهم أداء رسالتهم على أحسن وجه إذ أن ما يشعر به المدرس من إطمئنان أو قلق ينعكس على علاقاته بالتلميذ إنعكاساَ مباشراَ.(رضوان و الغنام و عبد العزيز وعوف ومصطفى،١٩٨٣م).

مشكلة البحث:

يواجه الفرد في حياته العديد من المواقف الضاغطة، التي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها، وأحداثا قد تنطوي على الكثير من مصادر التوتر وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات حياته، ومن ثم فأحداث الحياة المثيرة للضغوط هي بمثابة متغيرات نفسية إجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد. فايد (٢٠٠١) . و قد أشارت بعض الدراسات الي إن الصحه النفسية للمعلم عامل اساسي وهام في تحقيق الصحة النفسية التلاميذ وتكيفهم، ويبدو ذلك في مظهرين الأول: أن المعلمين الذين لا يتمتعون بصحة نفسية جيدة يعبرون عن ذلك مباشرة في علاقتهم بتلاميذهم، والثاني: دور المعلم في تكوين الإتجاهات النفسية للتلاميذ. عبد الله(٢٠٠٧م).

وقد تمثلت المشكلة في التساؤلات التالية :

- ما مستوى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار ؟.
- هل توجد فروق فى الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار؟
- هل توجد فروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير مسمى الولاية (النيل الأبيض – سنار) .
- هل توجد فروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير العمر .
- هل توجد فروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير مدة الخدمة .
- هل يوجد تفاعل بين النوع والعمر ينعكس علي الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.
- هل يوجد تفاعل بين النوع ومدة الخدمة ينعكس علي الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.
- هل يوجد تفاعل بين العمر ومدة الخدمة ينعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار؟

أهداف البحث:

تهدف الدراسة إلى :

- التعرف علي مستوى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.
- الكشف عن الفروق فى الصحة النفسية التي تعزى لمتغير النوع ذكور إناث لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .
- الكشف عن الفروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير مسمى الولاية (النيل الأبيض – سنار) .
- الكشف عن الفروق الفروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير العمر .
- الكشف عن الفروق الفروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير مدة الخدمة .
- تحديد التفاعل بين النوع والعمر الذي ينعكس علي الصحة النفسية لدي معلمي المرحل الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.
- تحديد التفاعل بين النوع ومدة الخدمة الذي ينعكس علي الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.

- تحديد التفاعل بين العمر ومدة الخدمة الذي تنعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.

أهمية البحث :

- تعود أهمية الدراسة إلى إلقاء الضوء على موضوع الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار ، ومعرفة مصادر الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار ، حيث إن معظم الدراسات التي تناولت الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية ولاية الخرطوم (علي حد علم الباحث)
- إن دراسة الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار قد توجه أنظار المسؤولين لتنمية مستوى الصحة النفسية للمعلمين في ولايات السودان المختلفة .
- كما تعود أهمية الدراسة إلى بناء مقياس للصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تستمد مصادره من الواقع الميداني لتعطي صورة أكثر واقعية عن مستوي الصحة النفسية.
- كما أن دراسة الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار قد تساعد في رفع مستويات الصحة النفسية للمعلمين بهذه الولايات .

فروض البحث :

- يتصف مستوى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار بالارتفاع.
- توجد فروق فى الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع ذكور إناث لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار
- توجد فروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير مسمى الولاية (النيل الأبيض – سنار) .
- توجد فروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير العمر .
- توجد فروق فى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزى لمتغير مدة الخدمة .
- يوجد تفاعل بين النوع والعمر ينعكس علي الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.
- يوجد تفاعل بين النوع ومدة الخدمة ينعكس علي الصحة النفسية لدي معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.
- يوجد تفاعل بين العمر ومدة الخدمة التي تنعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.

حدود البحث:

- يشمل البحث معلمي ولايتي النيل الأبيض وسنار ذكوراً واناثاً.

- يقتصر البحث على معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار

- اقتصر البحث على المنطقة الجغرافية بولايتي النيل الأبيض وسنار في مدن كوستي وربك والجزيرة أبا من الولاية الأولي وسنار وسنجة والسوكي من الولاية الثانية.

مصطلحات البحث :-

الصحة النفسية :

من المناسب هنا أن أتناول مفهوم الصحة النفسية ومؤشراتها ومستوياتها ومعاييرها قبل التطرق للنظريات التي تفسرها.

مفهوم الصحة النفسية :

ظهرت مفاهيم متعددة للصحة النفسية وأول من استعمل مصطلح الصحة النفسية العالم أدولف ماير المذكور في عبد الحليم وآخرون (٢٠٠٧م). وقد استخدم هذا المصطلح للدلالة على نمو السلوك الشخصي الاجتماعي نحو السوية وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية، فالصحة النفسية تعني تكيف الشخص لنفسه مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الشعور بالرضا كما تجعل الفرد قادراً على مواجهة المشكلات المختلفة. وتتفق كل من الأنصاري و حسن (٢٠٠٧) و العيسوي المذكور في عبد القادر (٢٠٠١م) مع القوصي (١٩٥٢) في تعريف الصحة النفسية بأنها التوافق التام والتكامل بين الوظائف البدنية والنفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية والصعوبات والمشاكل التي تطرأ عادة على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والرضا والكفاية ، ويري فهمي(١٩٨٧) أن هناك مفهومين للصحة النفسية: ويشير مفهوم الصحة النفسية الأول إلى البرء من أعراض المرض العقلي أو النفسي.

في حين يشير المفهوم الثاني إلى أن الصحة النفسية هي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب، مليئة بالتحمس، ويعني هذا أن يرضي الفرد عن نفسه، وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين.

كما يتفق كل من القوصي (١٩٥٢) و كامل (٢٠٠١) على أن الصحة النفسية هي الشرط أو مجموع الشروط اللازم توافرها حتى يتم التكيف بين المرء ونفسه، وكذلك بينه وبين العالم الخارجي تكيفاً يؤدي إلى أقصى مايمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمي إليه هذا الفرد. وهي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والإضطرابات مليئة بالتحمس ، وهي حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك، وليست مجرد غياب أو الخلو أو البرؤ من أعراض المرض النفسي زهران(١٩٩٧م). وهي مدى أو درجة نجاح الفرد في التوافق الداخلي بين دوافعه ونوازعه المختلفة وفي التوافق الخارجي في علاقاته ببيئته المحيطة بما فيها ومن فيها من موضوعات وأشخاص. مغاريوس(١٩٧٤). وهي الحالة النفسية العامة للفرد والصحة النفسية السليمة هي حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن إستثمارها، مما يؤدي إلى تحقيق وجود الفرد.

عبد الغفار(٢٠٠١م). ويعرفها أبو زيد البلخي المذكور في طه (١٩٩٥م) بأنها هي التوافق بين النفس وميولها الداخلية ومهامها الخارجية.

ويعرفها زهران (١٩٩٧م) ويتفق معه كل من الفرخ و تيم (١٩٩٣م) و الأنصاري و محمود (٢٠٠٧م) بأنها حالة دائمة نسبياً، يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً (شخصياً وانفعالياً واجتماعياً أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام. ويعرفها عبد الله (٢٠٠٧م) بأنها حالة عقلية- إنفعالية- سلوكية-إيجابية (وليست مجرد الخلو من الإضطراب النفسي). دائمة نسبياً، تبدو في أعلى مستوى من التكيف النفسي والإجتماعي والبيولوجي حين تفاعل الفرد مع محيطه الداخلي (ذاته) ومحيطه الخارجي (الإجتماعي والفيزيقي) وحين تقوم وظائفه النفسية بمهماتها بشكل متناسق ومتكامل ضمن وحدة الشخصية. ويعرفها منسي (٢٠٠١م) بأنها حالة دينامية تبدو في قدرة الفرد على التوافق المرن الذي يناسب الموقف الذي يمر به أو يخبره.

ويذكر كيلاندر المذكور في عبد الغفار (٢٠٠١م) أن الصحة النفسية للفرد تقاس بمدى قدرته على التأثير في بيئته، وقدرته على التكيف مع الحياة، ممايؤدي بصاحبه إلى قدر معقول من الإشباع الشخصي والكفاءة والسعادة. والصحة النفسية تعني قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع الآخرين من حوله، إلى أن يشعر بالرضا التام عن سلوكياته اللفظية والعملية المباشرة وغير المباشرة، وقدرته على التكيف والعيش بسلام مع المجتمع الذي يعيش فيه وعملية التوافق هذه قد تكون على المستوى البيولوجي أو السيكولوجي أو الإجتماعي ويعرفها أيضا هي حالة عقلية إنفعالية حركية دائمة نسبياً ويكون الفرد في رضا تام عن نفسه وشعوره بالسعادة مع الذات والآخرين منسي(٢٠٠١م).

٢-٢- مؤشرات الصحة النفسية:

يذكر عثمان لبيب فراج وصموئيل مغاريوس المذكورين فى نجاتى (١٩٨٨م) مؤاشرات الصحة النفسية وهى أن يشعر الفرد بالأمن النفسى. وأن يتقبل الفرد ذاته، ويشعر بقيمته كفرد، وأن يدرك قدراته، ويتقبل حدودها، و أن يتميز بدرجة مناسبة من التلقائية والقدرة على المبادأة.وأن يكون ناجحاً فى إنشاء علاقات فعالة ومشبعة مع الغير. وأن يكون واقعياً فى نظرته للحياة، وأن يستمتع بعلاقاته الاجتماعيه وقدرته على إنشاء هذه العلاقات فى الاسره وخارجها. وينجح فى عمله ورضائه عنه. ويقبل على الحياة بشكل عام وحماسه وإيجابيته نحوها. ويشعر بالكفاءة والقدرة إزاء مواقف الحياة اليومية وممارستها المعتادة وكذلك إزاء الاحباطات وبعض ظروفها غير المتوقعة احياناً. ويتسع المجال النفسى له ويهتم إهتماماً متوازناً بشتى الممارسات المعرفية والعملية والترويحية والإجتماعية.ووجود فلسفة رصينة متكاملة توجه تصرفاته وتحدد وجهة نظره ومواقفه من الأمور المختلفة وتحقق الانسجام والتكامل لشخصيته.

أما مؤشرات الصحة النفسية في الإسلام تتضمن:الجانب الروحي(الإيمان بالله، وأداء العبادات، القبول بقضاء الله وقدره، الإحساس الدائم بالقرب من الله، إشباع الحاجات بالحلال، المداومة على ذكر الله.) والجانب النفسي(الصدق مع النفس وسلامة الصدر من الحقد والحسد والكره، وقبول الذات، والقدرة على تحمل الإحباط، القدرة على تحمل

القلق والإبتعاد عن ما يؤذي النفس (الغرور– الإسراف- الكسل والتشاؤم) والتمسك بالمبادئ المشروعة والإتزان الإنفعالي، سعة الصدر،الإقبال على الحياة، السيطرة وضبط النفس، البساطة والطموح والإعتماد على النفس.) والجانب الإجتماعي(حب الوالدين – حب شريكة الحياة، حب الأولاد، مساعدة المحتاجين، الأمانة، الجرأة في قول الحق، الإبتعاد عما يؤذي الناس، الصدق مع الآخرين، حب العمل، تحمل المسئولية الإجتماعية.والجانب البيولوجي(سلامة الجسم من الأمراض، تكوين مفهوم موجب للجسم، العناية الصحية بالجسم، عدم تكليفه إلا في حدود طاقته.) محمد مرسي(١٩٩٤ م).

مستويات الصحة النفسية:

للصحة النفسية مستويات متتالية للحصول على التوازن وهذه المستويات هي:المستوى الدفاعي(ففيه يمارس الإنسان مظهر الحياة دون جوهرها، ويستمر يدافع عن نفسه وبقاءه وقيمه الإجتماعية الثابتة أكثر مما يسعى إلى معرفة طبيعتها وإطلاق قدراته لتغييرها).و المستوى المعرفي(وهنا يعرف الإنسان أكثر، فيدرك كثيراً من دوافعه وغرائزه كما يدرك القيم الإجتماعية من حوله، ويتقبل هذا وذاك فيحصل بذلك على التوازن.)و**المستوى الإنساني**(هذا المستوى أن يوصف الإنسان كما ينبغي أن يكون إلا أنه لا ينطبق إلا على ندرة من الناس في المرحلة الحالية لتطور الإنسان، وهذا المستوى هو غاية تطور الإنسان (كنوع) والإنسان (كفرد). شريت(٢٠٠١م). وهذه المستويات السابقة تصف حالة الصحة النفسية لدى الفرد .

ويضيف عبد الخالق (٢٠٠١) عبد الله (٢٠٠٤) مستويات الصحة النفسية هي:المستوى الراقي(العالي): (هم أصحاب الأنا القوية والسلوك السوي والتكيف الجيد، إنهم الأفراد الذين يفهمون ذواتهم ويحققونها) ، والمستوى فوق المتوسط(وهم أقل من المستوى السابق سلوكهم طبيعي وجيد ونسبتهم) والمستوى العادي(الطبيعي والمتوسط)(وهم في موقع وسط بين الصحة النفسية المرتفعة والمنخفضة لديهم جوانب قوة وجوانب ضعف)،والمستوى أقل من المتوسط(أدنى من السابقين من حيث مستوى صحتهم النفسية وأكثر ميلاً للإضطرب وسوء التكيف) والمستوى المنخفض(ودرجتهم الصحية النفسية قليلة جداً وعندهم أعلى درجة من الإضطرابات والشذوذ النفسي)

معايير الصحة النفسية:

هناك محكات أساسية يمكن الإعتماد عليها في الحكم على تحقق الصحة النفسية ووجودها وهي:**المحور العبادي:** يشكل الإيمان بالله سبحانه وتعالى والإلتزام بالتعاليم الدينية في بناء الجانب النفسي للفرد. و**الخلو من الإضطراب النفسي:** وهو المعيار الضروري لتوافر الصحة ولكن مجرد غياب المرض النفسي لايعني توافر الصحة النفسية.و **التكيف بأشكاله المختلفة** (المدرسي–المهني–الزواجي–الأسري). **وتقبل الفرد الواقعي لحدود إمكاناته** و**المرونة والإستفادة من الخبرات السابقة والإتزان الإنفعالي والقدرة على مواجهة الإحباط و التكيف للمطالب أو الحاجات الداخلية والخارجية والقدرة على العمل والإنتاج الملائم والتوافق الشخصي وتكامل الشخصية**.أشرف عبد الغني شريت(٢٠٠١م) عبد الله(٢٠٠٤).

بعض النظريات النفسية التي تفسر الصحة النفسية :

- **التحليل النفسي:**

يرى أصحاب التحليل النفسي أن الصحة النفسية الجيدة هي قدرة الأنا على التوفيق بين الأجهزة الشخصية المختلفة ومطالب الواقع، أو في الوصول إلى حل الصراع الذي ينشأ بين الأجهزة الشخصية التي تحدث عنها فرويد بعضها البعض، أو بين الصراع الذي ينشأ بين هذه الأجهزة ومطالب الواقع. عبد الغفار(٢٠٠١م). أي أن حالة الإتزان معادلة للصحة النفسية السوية أي أن الفرد يتمتع بصحة نفسية عندما يكون قادراً على ضبط غرائزه ودوافعه البدائية. محمد، و مرسي(١٩٩٤م).

- **السلوكية:**

يرى السلوكيون الصحة النفسية السليمة تكمن في إكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة، تساعده في معاملة الآخرين وعلى مواجهة المواقف التي تحتاج إلى إتخاذ القراراتَ. عبد الغفار (٢٠٠١م). وعليه فإن الصحة النفسية للفرد سواء كانت سوية أم غير سوية هي نتاج لعملية التعلم وللتنشئة التي يتعرض لها الفرد، مضافاً إليها الظروف البيئية التي تحول دون الفرد ودون إحساسه بالأمن المستقبلي. محمد و مرسي(١٩٩٤م).

- **الجشطلت:-**

يرى أصحاب هذه المدرسة أن الإنسان أو الذات الإنسانية بإعتبارها جشطلت أو وحدة لا تتجزأ لها تنظيمها وبالتالي لها قوانينها التي تضبط سلوكها، وما لم يصل الفرد إلى إدراك هذا التنظيم من خلال إستبصاره لذاته فإنه لن يكون قادراً على التوافق مع ذاته وبالتالي التمتع بالصحة النفسية. محمد ومرسي(١٩٩٤م).

- **المذهب الإنساني:**

الصحة النفسية عند أصحاب المذهب الإنساني هي مدى تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاَ كاملاً، وبمعنى آخر هي الحالة النفسية العامة لمن إستطاع أن يصل في حياته إلى مستوى متكامل من الإنسانية. عبد الغفار(٢٠٠١م).

- **النظرية الوظيفية:**

يرى أصحاب النظرية الوظيفية أن الصحة النفسية للفرد تكون في إشباع الدوافع المستثارة لديه وتضطرب تلك الصحة إذا ماحدثت الإستثارة وحالت عوائق معينة دون الإشباع، وكلما كانت هذه العوائق أعقد كلما طالت مدة الإستثارة وكانت الأخطار على الصحة النفسية أشد. محمد و مرسي(١٩٩٤م

- **النظرية العقلانية:**

يؤكد أصحاب هذه النظرية أن سبب الأمراض النفسية عند الشخص هي أفكاره غير العقلانية التي تؤدي به إلى الإضطرابات النفسية وأنه إذا قام بتغيير الأفكار غير العقلانية إلى أفكار عقلانية فإنه سيتمتع بالصحة النفسية. الفرخ و تيم(١٩٩٩م).

الدراسات السابقة :

دراسة دي فرانك وستروب (Stroup CA, DeFrank RS 1989 ,) :تناولت دراسة الضغط النفسي وعلاقته بصحة المعلم. وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٤٥ معلمة من المدارس الابتدائية في جنوب تكساس. وقد كان الاستطلاع هو الأداة المستخدمة في الدراسة. وقد بينت نتائج الدراسة أن ضغط العمل لم يكن ذو علاقة مباشرة

بالمشكلات الصحية. كما وأظهرت النتائج أن المعلمات قد أشرن في إجاباتهن إلى مصادر إضافية للضغط، وكانت الكثير منها بيئية أو سياسية.

دراسة سيد مرسي وفاروق عبد السلام ١٩٧٦م السعودية: هدفت الدراسة إلى معرفة شخصية المعلم المهنية وصحته النفسية والعوامل المؤثرة فيهما.**وتلخصت نتائج الدراسة:** إن الإعداد الأكاديمي والخبرات والممارسة العملية وقوة إمتزاج هذه العوامل تؤدي إلى تحقيق الصحة النفسية لدى المدرس وتكوين اتجاهات إيجابية لدى المعلمين حيال مهنتهم.

بعد استعراض الباحث لبعض الدراسات السابقة فإنه يمكن استخلاص عدة نقاط من تحليل مما سبق عرضه من دراسات كما يلي: أنه لا توجد في البيئة السودانية –على حد علم الباحث– دراسة تناولت الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية بالولايات . أما الدراسات التي تناولت الصحة النفسية للمعلمين فقد أشارت في نتائجها إلى أهمية الاعداد الأكاديمي والخبرات والممارسة العملية لتحقيق الصحة النفسية وذلك كما ورد في دراسة (سيد وفاروق ١٩٧٦م) .و تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بأنها تتناول مستوي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتين من ولايات وسط السودان .استفاد الباحث من الدراسات السابقة في تحديد المتغيرات الديمغرافية التي تفيد في التعرف علي مستوي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية ، وفي ضوئهما قام الباحث باستخدام البيانات الأساسية المناسبة وتحديد حجم عينة الدراسة الحالية. كما واستطاع الباحث تحديد المنهج الوصفي التحليلي، الذي يناسب موضوع البحث الحالي ويساعد في التحقق من فروض الدراسة للوصول إلى النتائج. وفي ضوء الدراسات السابقة أيضا تم وضع مجموعة من الفروض بهدف الإجابة على تساؤلات الدراسة الحالية.

إجراءات ومنهج البحث :

- **منهج البحث :**

يعني الطريق المؤدي إلي كشف الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة تهيمن علي سير العقل وتحدد عملياته . اتبع الباحث المنهج الوصفي الذي يصف ما هو كائن وتفسيره ، فيهتم بتحديد الظروف و العلاقات التي توجد بين الوقائع وتحديد الممارسات الشائعة أو السائدة ، و التعرف علي المعتقدات و الاتجاهات عند كل الأفراد و الجماعات و طرائقها في النمو . ولا يقتصر علي جمع البيانات وتبويبها و إنما يمضي إلي ما هو ابعد من ذلك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات . عبد الحميد(١٩٧٨م) .

- **مجتمع البحث :**

يشمل البحث المعلمين بالمرحلة الثانوية بولايتين في السودان هما النيل الأبيض وسنار ، ولأن مجتمع البحث كبير يتطلب تطبيقه عليهم تكاليف مادية (مالية) ووقت طويل وجهد كبير، ولهذا اختار الباحث عينة قصديه .

وصف مجتمع البحث :

جدول (٢-٤-١) يوضح مجتمع البحث تبعا لمسمي الولاية

الولاية	العدد	النسبة
ولاية النيل الأبيض	١٠٩٦	%٤٣.٧
ولاية سنار	١٥٣٠	%٥٨.٣
المجموع	٢٦٢٦	%١٠٠

جدول (٢،٤-٢) يوضح مجتمع البحث تبعا لمتغيرالنوع

	ذكور	اناث	المجموع
العدد	٩٩٠	١٦٣٦	٢٦٢٦
النسبة	%٣٧.٧	%٦٢.٣	%١٠٠

جدول (٢-٤-٣) يوضح مجتمع البحث تبعا لمتغير المدينة

المدينة	ربك	الجزيرة أبا	كوستي	سنار	سنجة	السوكي	المجموع
العدد	٣٧٨	١٢٥	٥٩٣	٧٤٤	٣٨٦	٤٠٠	٢٦٢٦
النسبة	%١٤.٤	%٤.٨	%٢٢.٦	%٢٨.٣	%١٤.٧	%١٥.٢	%١٠٠

- **عينة الدراسة :**

تتكون عينة البحث من (٢٩١) فردا من المعلمين بالمرحلة الثانوية بولايتين في السودان هما النيل الأبيض وسنار .وتم اختيارها بالطريقة القصدية التي هي احد طرق اختيار العينة التي عرفها(ادم الذين،١٩٩٩م) بأنها الطريقة التي يقرر فيها الباحث سلفا مفرداتها علي الغرض المعين الذي يريد اختباره .

جدول (٤-١) يوضح عينة البحث تبعا لمسمي الولاية

الولاية	العدد	النسبة
ولاية النيل الأبيض	١٣٩	%٤٧.٨
ولاية سنار	١٥٢	%٥٢.٢
المجموع	٢٩١	%١٠٠

جدول (٢،٤) يوضح عينة البحث تبعا لمتغيرالنوع

	ذكور	اناث	المجموع
العدد	١٢٨	١٦٣	١٥٣
النسبة	%٤٤	%٥٦	%١٠٠

جدول (٣،٤) يوضح عينة البحث تبعا لمتغير فئة العمر

فئة العمر	٢٠-٣٠	٣١-٤٠	٤١ فما فوق
العدد	٦٣	١٥٦	٧٢
النسبة	%٢١.٦	%٥٣.٦	%٢٤.٧

- **أدة الدراسة :**

لقد اطلع الباحث على التراث النظري والدراسات السابقة في مجال الصحة النفسية ومن خلال ذلك تم تعريف الصحة النفسية إجرائيا ثم قام بتصميم مقياس للصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية وذلك بصياغة عبارات بطريقة التقرير الذاتي، وحرص الباحث أن تكون العبارات قصيرة بحيث يسهل فهم المفحوصين لها، وكذلك راعى ألا تحمل العبارة أكثر من معنى، وأن تكون واضحة بحيث لا يختلف اثنان على معناها. بعد ذلك عرض الباحث المقياس على مجموعة من

المحكمين من أساتذة علم النفس بالجامعات السودانية[1] . تكون المقياس من (٣٦) فقرة بعد تعديل المحكمين ، ومن ثم أجري الباحث دراسة استطلاعية علي عينة عشوائية تتكون من(٢٠) معلما ومعلمة للتعرف علي مؤشرات الصدق والثبات ، فكانت معاملات ارتباطات جميع الفقرات موجبة الإشارة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) ما عدا معاملات ارتباطات الفقرات (١)(٢٤)(٢٥)(٢٨)(٢٩)(٣٤)(٣٥)، ولهذا قرر الباحث حذف هذه الفقرات السبع من هذا المقياس ، وبهذا الإجراء تكون الفقرات المتبقية بهذا المقياس متمتعة بدرجة جيّدة من صدق البناء والاتساق الداخلي وصدق التكوين الفرضي. لمعرفة معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية بمجتمع الدراسة الحالية، قام الباحث بتطبيق طريقتي تحليل التباين (معادلة ألفا كرونباك) والتجزئة النصفية (معادلة سبيرمان . براون)، فبين هذا الإجراء أن قيم معامل الثبات تبلغ (٠.٩٠٥) و (٠.٨٩٢) بالطريقتين على الترتيب. لتصحيح المقياس استخدم الباحث طريقة ليكرت حيث أعطي العبارات الموجبة أوزان للاجابة علي كل خيار من خيارات الاجابة كالآتي : (٥) لدائماً (٤) لغالباً (٣) لأحياناً (٢) لنادراً (١) للايحدث . وأوزان عكسية في حالة العبارات السالبة حيث أعطي (١) لدائماً (٢) لغالباً (٣) لأحياناً (٤) لنادراً (٥) للايحدث .

- **طريقة إجراء البحث :**

تم تطبيق البحث بطريقة فردية وذلك عن طريق الباحث ومعاونيه حيث قام بتوزيع استمارات مقياس البحث بصورة فردية لكل معلم اشترك في البحث وتم توضيح هدف البحث واستخدام معلوماته وأرفق معه ورقة توضح تعليمات الاستجابة لعبارات البحث يتصدرها استبيان المعلومات الأساسية، وقد حوت التوجيهات التالية:

فيما يلي مجموعة من العبارات، المرجو منك أن تقرأ العبارة وتفهمها جيداً، فإذا رأيت أن العبارة تتفق مع وجهة نظرك تماماً وتمثل حالتك الفعلية وظروفك وشخصيتك ضع علامة (√) أمام العبارة نفسها داخل العمود الذي عنوانه (دائماً) .

وإذا رأيت أن العبارة لا تتفق مع وجهة نظرك أو تمثل حالتك الفعلية وظروفك وشخصيتك ضع علامة (√) أمام العبارة نفسها داخل العمود الذي عنوانه (لا يحدث).

وإذا رأيت أن العبارة تتفق مع وجهة نظرك أو تمثل حالتك الفعلية وظروفك وشخصيتك بدرجة متوسطة ضع علامة (√) أمام العبارة نفسها داخل العمود الذي عنوانه(أحياناً)

وإذا رأيت أن العبارة تتفق مع وجهة نظرك أو تمثل حالتك الفعلية وظروفك وشخصيتك بدرجة أقل ضع علامة (√) أمام العبارة نفسها داخل العمود الذي عنوانه (غالباً) .

وإذا رأيت أن العبارة لا تتفق مع وجهة نظرك أو تمثل حالتك الفعلية وظروفك وشخصيتك بدرجة أقل ضع علامة (√) أمام العبارة نفسها داخل العمود الذي عنوانه (نادراً) .

من فضلك لا تترك عبارة بدون الإجابة عليها .

لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإنما الإجابة الصحيحة هي التي تنطبق عليك وليس أي إجابة أخرى .

* معلوماتك سرية تماماً .

نتائج الدراسة ومناقشتها :

يتناول هذا الجزء من الدراسة عرضاً لأهم النتائج التي توصل اليها الباحث ومناقشة هذه النتائج في ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة ومحاولة تفسيرها .

- **نتيجة الفرض الأول ومناقشته:**

ينص الفرض الأول علي السمة العامة الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار والجدو التالي يوضح نتيجته :

جدول رقم (٥-١) يوضح اختبار (ت) لمتوسط مجتمع واحد الوجهة

حجم العينة	الوسط الحسابي	انحراف معياري	قيمة محكية	قيمة (ت) المحسوبة	د ح	دلالة إحصائية	استنتاج
291	76.1649	7.65914	58	40.458	290	.000	ارتفاع

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) بلغت (40.458) عند مستوي دلالة (000.) مما يدل علي ارتفاع الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .هذه النتيجة تحقق فرض الدراسة الأول.

هذه النتيجة ربما قد تعود للتوافق التام والتكامل بين الوظائف البدنية والنفسية المختلفة للمعلم مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية والصعوبات والمشاكل التي تطرأ عادة على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والرضا والكفاية كما أشار الي ذلك القوصي (١٩٥٢). أو ربما تعود الي قدرة المعلم على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب، مليئة بالتحمس، ويعني هذا أن يرضي الفرد عن نفسه، وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرينكما ذكر مصطفي فهمي(١٩٨٧) أو ربما السبب هو الاعداد الأكاديمي والخبرات والممارسة العملية التي يتمتع بها هؤلاء المعلمين كما أشارت دراسة سيد مرسي وفاروق عبد السلام (١٩٧٦م) . يفسر الباحث هذه من خلال مهنة التعليم ما زالت تحظي بمكانة اجتماعية وسط المجتمع السوداني وخاصة الريفي منه وعينة الدراسة تمثل بيئات ريفية . هذه النتيجة تتفق مع دراسات منال علي (٢٠٠٩م) ويحي أحمد (٢٠٠٢م) التين أشارتا الي ارتفاع مستوي الصحة النفسية لتلاميذ الصف السادس والسابع بمحلية الخرطوم ومحافظة كسلا علي التوالي .

- **نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها:**

ينص الفرض الثاني علي وجود فروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير النوع والجدول التالي يوضح نتيجته :

جدول (٥-٢) يوضح اختبار (ت) لمتوسط مجموعتين مستقلتين لمعرفة الفروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير النوع

مجموعتا المقارنة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
ذكور	77.2266	6.42977	2.108	289	.082	لا توجد فروق
إناث	75.3313	8.42692				

يوضح الجدول السابق أن قيمة (ت) بلغت (2.108) عند القيمة الاحتمالية (.082) مما يدل علي عدم وجود فروق الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزي لمتغير النوع.هذه النتيجة لا تحقق فرض الدراسة الثاني .

وتفسير ذلك أن قوة الضغوط والإنفعالات المتولدة عنها التي يتعرض لها الذكور والإناث هي التي يكون لها السيادة في تحديد مستوي الصحة النفسية ، وليس لكون الفرد ذكرا أم أنثى، حيث هناك بعض الإناث يكن أكثر جلدا وتحملا في مواجهة الضغوط والإنفعالات التي يتعرضن لها عن الذكور، والعكس صحيح، فبالتالي يرجع ذلك إلى طبيعة الشخصية نفسها ومدى شعور الذكر أو الأنثى بقوة الضغوط التي تواجههم، وما تمثله هذه الضغوط بالنسبة لهم وحرصهم على ظهور هذه الإنفعالات أو اختفاءها، فكل ذلك يكون له التأثير الأكبر في تحديد مستوي الصحة النفسية وليس نوع الفرد ذكرا كان أم أنثى ، وكذلك مدى أو درجة نجاح الفرد في التوافق الداخلي بين دوافعه ونوازعه المختلفة وفي التوافق الخارجي في علاقاته ببيئته المحيطة بما فيها ومن فيها من موضوعات وأشخاص كما أوضح صموئيل مغاريوس(١٩٧٤).

وهي الحالة النفسية العامة للفرد والصحة النفسية السليمة هي حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن إستثمارها، مما يؤدي إلى تحقيق وجود الفرد كما أشار عبد السلام عبد الغفار(٢٠٠١م)، كما يلاحظ أن النظرة الخاطئة بالنسبة للأنثى قد تغيرت ، وهذا ما أكدته نفيسة كامل (١٩٩٧م) بأن الفتاة السودانية ، كانت ومنذ أوائل القرن العشرين قابعة في منزلها ، وكان تعليمها يعامل بمثابة الاثم ، ولعل أول تطور حدث للفتاة في هذا المجال هو اقبالها علي التعليم ، فقد ساعدت زيادة المدارس ومؤسسات التعليم الأخرى علي تشجيعها ، حيث أقبلت الأنثى علي المؤسسات التعليمية داخل القطر وخارجه ، وكسبت معرفة وخبرة مما رفع من مكانتها وأكسبها وضعا مميزا في المجتمع .

كما فتح التعليم الجامعي لها بعض المجالات التي كانت وقفا علي الرجال- قد يكون منها العمل في التعليم الثانوي – وأثبتت كفاءة عالية وبدأ المجتمع السوداني يتفهم طبيعة المرحلة الجديدة ، وبذلك أصبحت المرأة لها فرص مساوية للرجل في مجالات الحياة المختلفة .

- **نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها:**

ينص الفرض الثالث علي وجود فروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير الولاية والجدول التالي يوضح نتيجته :

جدول (٥-٣) يوضح اختبار (ت) لمتوسط مجموعتين مستقلتين لمعرفة الفروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير الولاية

مجموعتا المقارنة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت)قيمة المحسوبة	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
النيل الأبيض	76.1223	8.26592	.556	289	-.091-	لا توجد فروق
سنار	76.2039	7.08635				

يوضح الجدول السابق أن قيمة (ت) بلغت (.556) عند القيمة الاحتمالية (-.091-) مما يدل علي عدم وجود فروق الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزي لمتغير الولاية.هذه النتيجة لا تحقق فرض الدراسة الثالث.

لا يوجد ما يعتمد عليه الباحث في تفسير هذه النتيجة الا أنه يعتقد أن تشابه الولايتين جغرافيا واداريا واقتصاديا ربما قد يكون السبب في هذه النتيجة ، وكذلك تشابه سمات الشخصية السودانية فئ الولايتين التي تتصف بالتوافق (نفسياً وشخصياً وانفعالياً واجتماعياً أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام كما أوضح حامد زهران (١٩٩٧م) ، واتفاق العادات والتقاليد والقيم بينهما (أي الولايتين) له تأثير في الصحة النفسية للمعلمين.

- **نتيجة الفرض الرابع ومناقشتها:**

يهدف الفرض الرابع الي التعرف علي الفروق في الرضا الصحة النفسية المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير المدينة والجدول التالي يوضح نتيجته :

جدول (٥-٤-أ) يوضح اختبار (ت) لمتوسط مجموعتين مستقلتين لمعرفة الفروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير المدينة

	مصدر التباين	**مجموع المربعات**	**د ح**	**متوسط المربعات**	**النسبة الفائية**	**قيمة احتمالية**	**الاستنتاج**
الصحة النفسية	**بين المجموعات**	769.973	5	153.995	2.702	.021	**توجد فروق لصالح مدينة سنار**
	داخل المجموعات	16242.110	285	56.990			
	الكلي	17012.082	290				

جدول رقم (٥-٤-ب) المقارنات البعدية لمتوسطات الصحة النفسية بين المجموعات الست

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
الصحة النفسية	السوكي	74.1321	لصالح مدينة سنار
	الجزيرة أبا	74.2549	
	سنجة	76.1600	
	ربك	76.9783	
	كوستي	77.4524	
	سنار	78.4898	

يوضح الجدول (٥-٤-أ) أن قيمة (ف) بلغت (٢.٧٠٢) عند القيمة الاحتمالية (.021) مما يدل علي وجود فروق الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزي لمتغير المدينة لصالح مدينة سنار .هذه النتيجة تحقق فرض الدراسة الرابع.

لا يوجد ما يعتمد عليه الباحث في تفسير هذه النتيجة الا أنه يعتقد أن تشابه المدن الست التي تم اختيارها لتمثل الولايتين بواقع ثلاث مدن لكل ولاية (كوستي ، ربك ، الجزيرة أبا) للنيل الأبيض و(سنار ، سنجة ، السوكي) لسنار ، حيث تمثل كل مجموعة منها وسط الولاية جغرافيا واداريا واقتصاديا ربما قد يكون السبب في هذه النتيجة ، ربما معلم المرحلة الثانوية بمدينة سنار يتسم ادراكه للبيئة المدرسية بمكوناتها الطبيعية والبشرية والادارية أفضل من بقية المدن ، وربما

للاهتمام الرسمي بمدينة بقضية التعليم الثانوي وتأثير الثقافة المحلية الضاربة الجذور في التعليم منذ رواق السنارية في الأزهر وتاريخ سنار الذي ارتبط بدولة الفونج الاسلامية .

- **نتيجة الفرض الخامس ومناقشتها:**

ينص الفرض الخامس علي وجود فروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير العمر والجدول التالي يوضح نتيجته :

جدول (٥-٥-أ) يوضح اختبار تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير العمر.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط المربعات	النسبة الفائية	قيمة احتمالية	الاستنتاج
الصحة النفسية	**بين المجموعات**	649.301	2	324.651	5.714	.004	توجد فروق لصالح العمر فوق ٤٠ سنة
	داخل المجموعات	16362.781	288	56.815			
	الكلي	17012.082	290				

جدول رقم (٥-٥-ب) المقارنات البعدية لمتوسطات الضغوط النفسية والمهنية بين المجموعات الثلاث

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
الصحة النفسية	مج١/ مج٢	-3.4393	غير دالة
	مج١/ مج٣	-3.9286	غير دالة
	مج٢/ مج٣	.٥٨٩٣	دال عند ٠.٠٥

وضح الجدول (٥-٥-أ) أن قيمة (ف) بلغت (٥.٧١٤) عند القيمة الاحتمالية (004.) مما يدل علي وجود فروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزي لمتغير العمر.هذه النتيجة تحقق فرض الدراسة الخامس . ونقول أنه يوجد تباين في الصحة النفسية يعزى إلى متغير العمر (من ٢٠ سنة و٣٠سنة ، وبين٣١٠ و٤٠ سنة وأكثر من٤١ سنة).وحتى نعرف اتجاه الفروق قمنا بإجراء مقارنات بعدية بين المجموعات اعتمادا على اختبار (Sheffe) وهو أحد الاختبارات التي تشترط تساوي التباينات في المجموعات الثلاثة.يوضح الجدول رقم (٩-٥-ب)

الفرق بين متوسطي المجموعتين الثانية التي تتراوح أعمارها بين ٢٠ سنة و٣٠سنة سنة والمجموعة الثالثة والتي تتراوح أعمارها أكثر من ٢٠ سنة (٠.٥٨٩٣) عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠٠٥، أي أن المدرسين الذين تتراوح أعمارهم أكثر من ٤٠ سنة سنة أكثر شعورا بالصحة النفسية من المجموعتين الأولى والثانية وبالتالي فإن فرضية الدراسة قد تحققت. ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى كون المجموعة الثالثة أي أكثر المجموعات الثلاث صحة نفسية بأن لديهم نوع من الإستعداد وتحمل الأعباء التي تعترضهم في طريقهم .

يفسر الباحث هذه النتيجة فى انه بما أن العمر يُعد وعاء الخبرات التى يكتسبها الفرد عبر المراحل الارتقائية المتتابعة فضلاً عن أنه يشكل الاطار الزمنى الذى يمارس فيه الفرد الادراك ويتدرب على مهارات التقييم وبما أن الصحة النفسية للفرد تقاس بمدى قدرته على التأثير في بيئته، وقدرته على التكيف مع الحياة، ممايؤدي بصاحبه إلى قدر معقول من الإشباع الشخصي والكفاءة والسعادة. والصحة النفسية تعني قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع الآخرين من حوله، إلى أن يشعر بالرضا التام عن سلوكياته اللفظية والعملية المباشرة وغير المباشرة، وقدرته على التكيف والعيش بسلام مع المجتمع الذي يعيش فيه وعملية التوافق هذه قد تكون على المستوى البيولوجي أو السيكولوجي أو الإجتماعي ويعرفها أيضا هي حالة عقلية إنفعالية حركية دائمة نسبياً ويكون الفرد في رضا تام عن نفسه وشعوره بالسعادة مع الذات والآخرين (حسن منسي، ٢٠٠١م

- **نتيجة الفرض السادس ومناقشتها:**

ينص الفرض السادس علي وجود فروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير مدة الخدمة والجدول التالي يوضح نتيجته :

جدول (٥-٦) يوضح اختبار تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق في الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار التي تعزي لمتغير مدة الخدمة

	مصدر التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط المربعات	النسبة الفائية	قيمة احتمالية	الاستنتاج
الرضا	**بين المجموعات**	209.396	3	69.799	1.192	.313	**لا توجد فروق**
	داخل المجموعات	16802.686	287	58.546			
	الكلي	17012.082	290				

يوضح الجدول السابق أن قيمة (ف) بلغت (١.١٩٢) عند القيمة الاحتمالية (.313) مما يدل علي عدم وجود فروق الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار تعزي لمتغير مدة الخدمة .هذه النتيجة لا تحقق فرض الدراسة السادس .

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى كون معلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار أكثر حماسة للعمل، كما أن لديهم نوع من الإستعداد وتحمل الأعباء التي تعترضهم في طريقهم خاصة وأن فرص العمل أصبحت نادرة نظرا لكثرة المتخرجين من الجامعات، والطلب المتزايد على الوظائف، لذا فإن الحصول الشاب على وظيفة مستعد لأن يتحمل من أجلها المشاق والضغوط لأن ضغوط البطالة أكبر بكثير من ضغوط العمل. أو لخبرتها الطويلة وتجاربها المتعددة مع المواقف الضاغطة فإنها استطاعت أن تكون لنفسها استراتيجيات وأساليب لمقاومة الضغوط، فأصبح لدى المعلم في هذه المرحلة مناعة وحصانة واستعداد لمواجهة المواقف الضاغطة بتوظيفه لخبراته السابقة في مواجهة الضغوط التي تتشابه فيما بينها. وأما لتعرضها للعديد من المواقف الضاغطة ولم تكون بعد أساليب لمقاومة ومواجهة الضغط النفسي والمهني، كما أن حماستها للعمل فترت فلم تعد كما كانت في بداية مشوارها المهني.

- **نتيجة الفرض السابع ومناقشتها:**

ينص الفرض السابع علي وجود تفاعل بين النوع والعمر ينعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار والجدول التالي يوضح نتيجته :

جدول (٥-٧) يوضح اختبار تحليل التباين المزدوج (الثنائي) لمعرفة التفاعل بين النوع والعمر التي تنعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة احتمال	الاستنتاج
النوع	966.759[a]	5	193.352	3.434	.005	
العمر	1116988.173	1	1116988.173	1.984E4	.000	
التفاعل	966.759	5	193.352	3.434	.005	يوجد تفاعل
الخطأ (المتبقي)	16045.324	285	56.299			
الكلي	1705132.000	291				

يظهر من الجدول (٥-٧) ان نتيجة تحليل التباين الثنائي قد بلغت فيها مجموع المربعات (966.759) ودرجات الحرية (5) ومتوسط المربعات (193.352) عند قيمة (ف) المفسرة (3.434) والقيمة الاحتمالية (.005) مما يشر الى وجود تفاعل بين النوع والعمر الذي ينعكس على الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار.

هذه النتيجة تحقق الفرض . هذه النتيجة تتفق مع ما تم التوصل اليه من معلومات في الجدول (٥-٢) عدم الفروق في الصحة النفسية التي تعزى لمتغير النوع ،والجدول (٥-٥) الفروق في الصحة النفسية التي تعزى لمتغير العمر .حيث دلت نتيجة الجدول الاول على عدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع ،ونتيجة الجدول (٥-٥) التي تدل علي وجود فروق في الصحة النفسية التي تعزي لمتغير العمر ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الصحة النفسية الذي تتسم بالارتفاع لدى (الذكور والاناث) و توجد فروق فيها بينهما في أعمارهما المختلفة ينعكس علي صحتهما النفسية كلما زاد عمر المعلم زاد مستوي الصحة النفسية لديه . - **نتيجة الفرض الثامن ومناقشتها:**

ينص الفرض الثامن علي وجود تفاعل بين النوع ومدة الخدمة ينعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .

جدول (٥-٨) يوضح اختبار تحليل التباين المزدوج (الثنائي) لمعرفة التفاعل بين النوع ومدة الخدمة التي تنعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة احتمال	الاستنتاج
النوع	598.229[a]	7	85.461	1.473	.176	
مدة الخدمة	431501.190	1	431501.190	7.440E3	.000	
التفاعل	598.229	7	85.461	1.473	.176	لا يوجد تفاعل
الخطأ	16413.853	283	57.999			

(المتبقي)						
الكلي	170513 2.000	291				

يظهر ان نتيجة تحليل التباين الثنائي قد بلغ فيها مجموع المربعات (598.229) ودرجات الحرية (٧) ومتوسط المربعات (85.461) عند قيمة (ف) المفسرة (1.473) والقيمة الاحتمالية (176.) مما يشر الى عدم وجود تفاعل بين النوع ومدة الخدمة ينعكس على الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .

هذه النتيجة لا تحقق الفرض .هذه النتيجة تتفق مع ما تم التوصل اليه من معلومات في الجدول (٥-٢) الفروق في الصحة النفسية التي تعزى لمتغير النوع ،والجدول (٥-٦) الفروق في الصحة النفسية التي تعزى لمتغير مدة الخدمة .حيث دلت نتيجة الجدول الاول على عدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع ،ونتيجة الجدول (٥-٦) التي تدل علي عدم وجود فروق في الصحة النفسية التي تعزي لمتغير مدة الخدمة ، وتعد هذه النتيجة غريبة ولايجد الباحث ما يعتمد عليه في تفسير هذه النتيجة ويري أنها تعكس تشابه الضغوط التي يتعرض لها أفراد العينه بنوعيهم وخبراتهم المختلفة

- **نتيجة الفرض التاسع ومناقشتها:**

ينص الفرض التاسع علي وجود تفاعل بين العمر ومدة الخدمة ينعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .

جدول (٩,٥) يوضح التفاعل بين العمر ومدة الخدمة التي تنعكس علي الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة احتمال	الاستنتاج
العمر	979.744 a	10	97.974	1.711	.078	
مدة الخدمة	215609.585	1	215609.585	3.766E3	.000	
التفاعل	979.744	10	97.974	1.711	.078	لا يوجد تفاعل

الخطأ (المتبقي)	16032.339	280	57.258			
الكلي	1705132.000	291				

يظهر ان نتيجة تحليل التباين الثنائى قد بلغ فيها مجموع المربعات (979.744) ودرجات الحرية (١٠) ومتوسط المربعات (97.974) عند قيمة (ف) المفسرة (1.711) والقيمة الاحتمالية (078.) مما يشر الى عدم وجود تفاعل بين العمر مدة الخدمة ينعكس على الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار .

هذه النتيجة لا تحقق الفرض .هذه النتيجة تتفق مع ماتم التوصل اليه من معلومات فى الجدول (٥-٥) الفروق فى الصحة النفسية التي تعزى لمتغير العمر ،والجدول (٥-٦)الفروق فى الصحة النفسية التى تعزى لمتغير مدة الخدمة ، .حيث دلت نتيجة الجدول الاول على وجود فروق فى الصحة النفسية تعزى لمتغير العمر ، ونتيجة الجدول (٥-٦) التي تدل علي عدم وجود فروق في الصحة النفسية التي تعزي لمتغير مدة الخدمة ، ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الصحة النفسية الذي تتسم بالفروق بين المعلمين في الأعمار المختلفة كما لا توجد فروق فيه بينهما في مدة مدد خدمتهم المختلفة يعكس تشابه الاتجاهات بينهم نحو الضغوط التي يتعرضون لها .

التوصيات:.

بناءً على ما توصل اليه البحث من نتائج يوصى الباحث بالآتى:.

- تحسين مستوي الصحة النفسية لمعلمي الثانوية بولايتي النيل الأبيض وسنار من خلال أن يشعر المعلم بالأمن النفسى.
- تشجيع مدى إستمتاع المعلم بعلاقاته الاجتماعيه وقدرته على إنشاء هذه العلاقات فى المدرسة وخارجها.
- اتاحة فرص التدريب والتأهيل للمعلم حتي يشعر بالكفاءة والقدرة إزاء مواقف الحياة اليومية وممارستها المعتادة وكذلك إزاء الاحباطات وبعض ظروفها غير المتوقعة احياناً.
- اشباع قدرة الفرد على إرضاء حاجاته البايولوجية والنفسية إرضاءاً مناسباً وعلى تحقيق التوازن والإنسجام بين دوافعه المختلفة بتحسين راتبه وعلاقاته داخل المدرسة وخارجها .

- توسيع المجال النفسى للمعلم، وإهتماماته بشتى الممارسات المعرفية والعملية والترويحية والإجتماعية.
- وجود فلسفة رصينة متكاملة توجه معلم المرحلة الثانوية وتحدد وجهة نظره ومواقفه من الأمور المختلفة وتحقق الانسجام والتكامل لشخصيته.
- على حكومة الولايتين انشاء مركز للابحاث التي تهتم بقياس مستويات الصحة النفسية لدي العاملين بمهنة التعليم وتطبيق نتائج دراساته في تحسين الصحة النفسية للمعلمين .
- العمل على توفير العوامل التى تزيد من الصحة النفسية للعاملين بمهنة التعليم الثانوي.
- العمل على خفض العوامل التى يمكن أن تسبب انخفاض مستوي الصحة النفسية لدي العاملين فى هذه المدارس داخل المدرسة وخارجها كالأجر المناسب والمكانة الاجتماعية .

مقترحات الدراسات المستقبلية:.

- دراسة الصحة النفسية لدى العاملين بالمدارس المختلفة ،وعلى المجتمع السوداني ككل للتعرف على مستوي الصحة النفسية .
- استخدام مقياس الصحة النفسية لمعلمي المرحلة الثانوية بعد تقنينه والتأكد من صلاحيته فى تقييم مستوي الصحة النفسية لافراد المجتمع السودانى للتعرف على مدى اشباعهم لمتطلبات الصحة النفسية للمساهمه فى وضع استراتيجية للتنمية فى مجالات الحياة المختلفة.

المراجع :

١- أحمد ، سهير كامل (٢٠٠١م) : **الصحة النفسية للأطفال** – مركز الإسكندرية للكتاب – الإسكندرية .

٢- أحمد ، هويدا علام و محمود ، حمدي شاكر(٢٠٠٢م) **الصحة النفسية والعلاج النفسي** – دار الأندلس للنشر والتوزيع، القاهرة الطبعة الأولى.

٣- الأنصاري ، سامية لطفي و محمود ، أحلام حسن (٢٠٠٧م) :**الصحة النفسية والمدرسية للطفل** – مركز الإسكندرية للكتاب.

٤- حجازي ، مصطفى (٢٠٠٤م) **الصحة النفسية** – المركز الثقافي العربي – الدار البيضاء الطبعة الثانية.

٥- رضوان ،أبو الفتوح و الغنام ،محمد أحمد و عبد العزيز، أحمد و عوف ،محمود

ومصطفى(١٩٨٣م): **المدرس في المدرسة والمجتمع** ،مكتبة الانجلو المصرية القاهرة

٦- زهران ، حامد عبد السلام (١٩٩٧م): **الصحة النفسية والعلاج النفسي** – عالم الكتب القاهرة الطبعة الثالثة .

٧- شريت ، أشرف عبد الغني (٢٠٠١م): **المدخل إلى الصحة النفسية**، المكتب الجامعي الحديث – الإسكندرية،.

٨- طه ،الزبير بشير (١٩٩٥م): **علم النفس في التراث العربي الإسلامي** ،دار جامعة الخرطوم للنشر – الخرطوم الطبعة الأولى .

٩- عابدين ، محمد عبد القادر(٢٠٠١م) : **الإدارة المدرسية الحديثة** – دار الشرق الأردن – الطبعة الأولى .

١٠- عبد الغفار ، عبد السلام(٢٠٠١م) :**مقدمة الصحة النفسية** – دار النهضة العربية القاهرة.

١١- عبد الله ، محمد قاسم(٢٠٠٤م) **مدخل إلى الصحة النفسية** – دار الفكر للنشر والتوزيع الأردن الطبعة الثانية.

١٢- عبد الله ، محمد قاسم(٢٠٠٧م) : **مدخل إلى الصحة النفسية** – دار الفكر عمان – الطبعة الثالثة .

١٣- علي الشوبكي – **المدرسة والتربية وإدارة الصفوف** – دار مكتبة الحياة بيروت ، ١٩٦٥م.

١٤- الفرخ ،كاملة و تيم ، عبد الجابر(١٩٩٩م)**الصحة النفسية للطفل** – دار صفاء للنشر والتوزيع –عمان الطبعة الأولى.

١٥- القوصي ، عبد العزيز (١٩٥٢م) **أسس الصحة النفسية** – مكتبة النهضة المصرية– القاهرة.

١٦- عبد الحميد ، جابر و كاظم ،أحمد خيري (١٩٧٨م). **مناهج البحث في التربية وعلم النفس** ، الطبعة الثانية . القاهرة : دار النهضة العربية .

١٧- محمد ، أدم الزين(١٩٩٩م): **الدليل إلى منهجية البحث وكتابة الرسالة الجامعية**، دار جامعة امدرمان الاسلامية للطباعة والنشر.

١٨- محمد ، محمد عودة و إبراهيم ،كمال (١٩٩٤م): **الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام** – الطبعة الثالثة.

١٩- مغاريوس ، صموئيل (١٩٧٤م) : **الصحة النفسية والعمل المدرسي** - مكتبة النهضة المصرية القاهرة – الطبعة الثانية.

٢٠- منسى ، محمود عبد الحليم و الأنصاري ، سامية و محمود ، أحلام و مكاوي ، نبيلة ميخائيل و إبراهيم ، محمد أنور (٢٠٠٧م) : **الصحة المدرسية والنفسية للطفل** - مركز الإسكندرية للكتاب – الإسكندرية.

٢١- منسي ،حسن (٢٠٠١م): **الصحة النفسية** – دار الكندي للنشر والتوزيع أربد الأردن الطبعة الثانية

٢٢- نجاتي ، محمد عثمان (١٩٨٨م) :**الحديث النبوي وعلم النفس** - دار الشروق القاهرة، الطبعة الأولى.