

Received on (22-12-2024) Accepted on (02-08-2025)

<https://doi.org/10.33976/IUGJEPS.33.3/2025/1>

## Psychological Distress and its Relation with Professional Adjustment among Kindergartens Teachers in the Gaza Strip

Basel El-Khodary<sup>1</sup>, Lina Abu Sabla<sup>2</sup>, Rola Jaber<sup>2</sup>, Ahd Sleeman<sup>3</sup>

Department of Psychological Counseling, Islamic University, Gaza, Palestine <sup>\*1,2,3</sup>

\*Corresponding Author: [bkhodary@iugaza.edu.ps](mailto:bkhodary@iugaza.edu.ps)

### Abstract:

The current study aimed to investigate the relationship between psychological stress and professional adjustment among kindergartens teachers in the Gaza Strip. The researchers used the descriptive analytical approach. The sample consisted of (157) kindergarten teachers. The researchers used Psychological Stress Scale (prepared by: Bin Rahala, 2020), and the Professional Adjustment Scale (prepared by: Obaid, 2014). The results indicated that there is a moderate level of psychological stress and high level of professional adjustment among kindergarten teachers in the Gaza Strip. The results also showed that there is a negative statistically significant correlation between psychological stress and professional adjustment. Furthermore, the results indicated that there were no statistically significant differences in the psychological stress and professional adjustment related to the educational qualification or years of experience.

**Keywords:** Psychological distress, professional adjustment, kindergarten teachers, Gaza Strip.

### الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى مربيات رياض الأطفال في قطاع غزة

د. باسل الخصري<sup>1</sup>، أ. لينة أبو سبله<sup>2</sup>، أ. رولا جابر<sup>2</sup>، أ. عهد سليمان<sup>4</sup>  
قسم الإرشاد النفسي-كلية التربية-الجامعة الإسلامية-غزة<sup>1,2,3,4</sup>

### المخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى مربيات رياض الأطفال في قطاع غزة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي، وتكون العينة من (157) مربية يعملن في رياض الأطفال، واستخدم الباحثون مقياس الضغوط النفسية (اعداد: بن رحالة، 2020)، ومقياس التوافق المهني (اعداد: عبيد، 2014). أشارت النتائج إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة متوسط، وأن مستوى التوافق المهني مرتفع. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والتوافق المهني. أشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية والتوافق المهني تعزى للمؤهل العلمي أو سنوات الخبرة.

**كلمات مفتاحية:** الضغوط النفسية، التوافق المهني، مربيات رياض الأطفال، قطاع غزة.

## المقدمة:

تعد مرحلة التعليم في رياض الأطفال من المراحل المهمة في حياة الإنسان، حيث إنها المكان الأول الذي يتلقى فيه الطفل المعلومات والمعارف والخبرات المتعلقة بالجانب التعليمي. لذا فهي تعتبر مرحلة التأسيس لنمو الجوانب المعرفية والاجتماعية والنفسية اللازمة للطفل في المراحل العلمية اللاحقة. وبناء عليه، فقد أولت وزارات التربية والتعليم في جميع دول العالم اهتماماً ملحوظاً في هذه المرحلة. كما تعد المربية عنصراً أساسياً في العملية التربوية، كونها تقوم بتزويد الطفل بالمعارف والخبرات اللازمة لتطوير الجوانب المهمة في حياته من خلال الاتصال والتفاعل معه في غرفة الفصل. ومن هنا يظهر التأثير القوي للمربية في هذه المرحلة. وعليه، فإن درجة استفادة الطفل من التحاقه بالروضة يتوقف بشكل كبير - حسب ما يعتقد التربويون - على كفاءة المربية التي المؤهلة تربوياً وما تمتلكه من خصائص وسمات مثل القدرة على حل المشكلات، والالتزان الانفعالي (كركوش، 2011). وعلى الرغم من ذلك، فإن المربية قد تواجه ضغوطاً تؤثر ليس عليها فقط، وإنما على طبيعة عملها أيضاً. حيث إن العملية التعليمية في رياض الأطفال تعد من المهن الصعبة والمرهقة والمليئة بالتحديات، نظراً لمتطلباتها المرتفعة ومواردها المحدودة والذي أطلق عليه مصطلح "عدم التوازن المهني" (Caven et al., 2021) والذي قد يزيد من تعرض مربيات رياض الأطفال إلى أعراض القلق والاكتئاب والتوتر الوظيفي والاجهاد العاطفي (Ferguson et al., 2012).

عرّفت علي (2020) الضغوط النفسية على أنها مجموعة مؤثرات خارجية تؤدي إلى إحداث تغيير نفسي سلوكي بدرجات مختلفة على الأفراد، تبعاً لقدراتهم الجسمية والشخصية على التوافق مع هذه المؤثرات. وتتعدد أنواع الضغط النفسي فمنها الضغوط المفاجئة والعنيفة: وهي ضغوط عنيفة تحدث فجأة تؤثر على عدد كبير من الأفراد في وقت واحد مثل الزلازل والبراكين؛ ومنها الضغوط الشخصية وتتمثل في أحداث الحياة الرئيسية مثل وفاة شخص عزيز أو الإصابة بمرض؛ ومنها الضغوط البيئية والاجتماعية وتتمثل في ضغوط الحياة اليومية مثل الازدحام المروري، والوقوف في طابور طويل (نائف، 2019). كما يمكن تقسيم الضغوط إلى الضغوط النفسية الإيجابية: وهي عبارة عن التعرض لضغوط تعمل على نمو وتطور الجوانب المختلفة من حياة الفرد مثل الجانب المعرفي. في المقابل، فإن الضغوط النفسية السلبية وهي ضغوط يتعرض لها الفرد في العائلة أو في العمل تؤثر بشكل سلبي على حالته الجسدية والنفسية (عبيد، 2008). ونتيجة لهذه الضغوط، قد يعاني الفرد من ظهور أعراض متنوعة مثل الأعراض الجسمية وتتمثل في تغيرات في أنماط النوم والتعب والصداع؛ والأعراض المعرفية مثل فقدان التركيز، وضعف الذاكرة، وصعوبة اتخاذ القرارات؛ والأعراض السلوكية وتتمثل في التملل، والقلق المتميز بحركات عصبية، وقضم الأظافر؛ وأخيراً الأعراض الانفعالية وتتمثل في نوبات الاكتئاب، ونوبات الغضب الشديد (برزوان، 2016).

أشارت نظرية هانز سيللي أن الاستجابة للضغوط النفسية تمر عبر ثلاث مراحل هي مرحلة الانذار: وتتمثل في طريقة استدعاء الجسم لكل قواه الدفاعية لمواجهة الموقف الضاغط؛ ثم مرحلة المقاومة: حيث يؤدي التعرض المستمر للموقف الضاغط إلى جانب العجز عن المواجهة إلى اضطراب التوازن الداخلي مما يؤدي إلى مزيد من الإفرازات الهرمونية التي تتسبب في اضطرابات عضوية. وأخيراً مرحلة الإنهاك: وفيها يصبح الفرد عاجزاً عن التكيف والاستمرار في المقاومة. (مغزي، 2018).

مما سبق، يمكن اعتبار مواجهة الضغوط النفسية طريقة من الفرد لمواجهة المواقف الضاغطة، والتعامل معها بنجاح، أو التكيف معها بطريقة صحية تخفف من الآثار المترتبة عليها، والمضي قدماً في الحياة بطريقة فعالة.

يعد التوافق المهني أحد الأمور المهمة للأفراد العاملين في أماكن العمل المختلفة، حيث إنه يعبر عن التناسق بين التخصص الذي يتميز به الفرد والعمل الذي يقوم به. ولذلك فقد تم تعريف التوافق المهني بعدة تعريفات منها تعريف عبيد (2013: 30) على أنه: "رضا المعلم عن علاقاته بالمدير والزملاء والمشرفين والأجر وكل متغيرات بيئة العمل، ومدى تأثير علاقاته الخارجية على عمله مثل غيابه، تأخره، ومواءمة العمل لقدراته وظروفه الصحية والنفسية".

ومن أجل النجاح والوصول إلى درجة مرتفعة من الكفاءة المهنية، لابد لمربية رياض الأطفال أن تمتلك خصائص محددة وهي الخصائص الجسمية المتمثلة في النشاط والحيوية، والقدرة على ممارسة الأنشطة الحركية بكفاءة؛ وهناك الخصائص المعرفية المتمثلة في القدرة على حل المشكلات، واتخاذ القرارات، والتخطيط للعملية التدريسية؛ والخصائص الانفعالية النفسية المتمثلة في الاتزان الانفعالي، والثقة بالنفس، والمثابرة؛ والخصائص الاجتماعية المتمثلة في تقديم الدعم النفسي الاجتماعي، وتقبل الآخرين، والعمل ضمن فريق، والقدرة على استخدام مهارات الاتصال والتواصل بفعالية؛ وأخيراً الخصائص المهنية المتمثلة في تهيئة البيئة الصفية للأطفال، والقدرة على استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة وتوظيفها في العملية التربوية، واختيار وسائل التعليم المناسبة للأطفال (حسن، 2005). واستناداً لما سبق، فإن هناك مؤشرات يتضح من خلالها التوافق المهني مثل الالتزام بمواعيد العمل والاجتهاد فيه، والقيام بالمهام الوظيفية بالشكل المطلوب، والقدرة على حل المشكلات التي يتعرض لها العامل في مجال عمله، والحفاظ على العلاقات الاجتماعية مع الزملاء وتمييزها، والتمتع بمستوى مرتفع من الاتزان الانفعالي أثناء العمل (مكناسي، 2007).

ومن النظريات التي فسرت التوافق المهني نظرية التأثير الاجتماعي التي وضحت أن استجابة الفرد العاطفية للوظيفة تعود إلى تفاعل الفرد مع زملائه، والخصائص المتعلقة بالوظيفة نفسها (فحجان، 2010). وبناء عليه، فإن ردود أفعال زملاء العمل لها دور في الرضا الوظيفي للأفراد. أما بالنسبة إلى النظرية السلوكية، فيرى سكنر من خلال مبدأ الاشتراط الإجرائي أن هناك علاقة ما بين السلوك والمكافأة التي يحصل عليها الفرد نتيجة قيامه بذلك السلوك، لذا على المنظمة أن تكافئ الأداء الوظيفي المرغوب لضمان استمراره، وتتعامل هذه النظرية مع ما يمكن ملاحظته وهو السلوك الخارجي للفرد كالإنتاجية والغياب والسرعة في الأداء (الرواحية، 2016).

#### مشكلة الدراسة:

من خلال عمل الباحثات كمربيات في رياض الأطفال وتعرضهن إلى الكثير من التحديات والضغوط؛ حيث يقع على عاتقهن الكثير من الأدوار المتداخلة والمهام المتنوعة التي تتطلب الكثير من المعلومات والمهارات مثل معرفتهن بالطرق التدريسية الحديثة، والمهارات الفنية واليدوية، والتواصل مع الأهالي. هذه الضغوط والتحديات قد تؤثر بشكل سلبي على مستوى التوافق المهني لهن، ومن ثم على جودة عملهن، وتفاعلهن مع الأطفال داخل الفصل. ونظراً لعدم وجود دراسات سابقة تناولت هذا الموضوع في قطاع غزة (حسب علم الباحثين)، ارتأى الباحثون البحث عن العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات رياض الأطفال، إيماناً منهم بأهمية هذين المتغيرين وما لهما من انعكاسات على طبيعة عمل المربية مع الأطفال. ولقد أشارت الدراسات السابقة إلى أن مربية رياض الأطفال تعاني من ضغوط وتحديات مهنية ناجمة عن طبيعة المرحلة العمرية للطفل وخصائصها (المزدي والعازمي، 2019). لذا تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة على السؤال الرئيس التالي:

هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى مربيات رياض الأطفال في قطاع غزة؟  
وينبثق عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية؟

1. ما مستوى الضغوط النفسية لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟
2. ما مستوى التوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟
3. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغوط النفسية تعزى ل (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة) لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق المهني تعزى ل (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة) لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟

**أهداف الدراسة:**

1. التعرف إلى العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة.
2. الكشف عن طبيعة الفروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني تبعاً ل (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة) لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة.

**أهمية الدراسة:****الأهمية النظرية:**

تتضح أهمية الدراسة الحالية كونها تتناول شريحة هامة من شرائح المجتمع وهن مربيات رياض الأطفال لما لهن من دور هام في تعليم الأطفال. كما تتمثل أهمية الدراسة في تناولها لمتغيرات لم تدرس معاً من قبل في المجتمع الفلسطيني (في حدود علم الباحثين) وهي الضغوط النفسية والتوافق المهني والتعرف على تأثير هذه المتغيرات على هذه الفئة من أجل المساعدة في تخفيف آثار الضغوط النفسية عليهن، والوصول بهن إلى مستوى مرتفع من التوافق المهني. كما تتضح أهمية الدراسة الحالية فيما تقدمه من إضافة علمية في مجال البحوث التربوية والنفسية؛ وذلك من خلال الكشف عن مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى مربيات الأطفال.

**الأهمية التطبيقية:**

1. قد تقيد الدراسة الحالية القائمين والمشرفين على مرحلة رياض الأطفال في توجيه ومساعدة المربيات للتخفيف من التعرض للضغوط النفسية.
2. اكساب المربيات المهارات اللازمة لتحقيق التوافق المهني.
3. قد يستفيد من نتائج الدراسة وزارة التربية والتعليم من خلال وضع مناهج خاصة لمرحلة الروضة تساعد المربية للقيام بأدوارها بشكل فعال وانعكاس ذلك على نمو وتطور الطفل.

**مصطلحات الدراسة:**

**الضغوط النفسية:** تلك المثيرات الداخلية أو الخارجية، التي تكون على درجة كبيرة من الشدة، بحيث تقلل من التوافق الفرد وانسجامة مع متطلباتها، مما يؤدي إلى الاختلال الوظيفي والسلوكي لديه. (قريطع، 2017: 475).

ويعرف الباحثون الضغوط النفسية إجرائياً بأنها الأحداث والمثيرات التي تتعرض لها المربية أثناء قيامها بعملها في الروضة والتي تنعكس سلباً على أدائها المهني. وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها المربية من خلال إجاباتها على بنود مقياس الضغوط النفسية.

**التوافق المهني:** هو العملية المستمرة التي يقوم بها الفرد، من أجل التكيف، والانسجام بينه وبين المهنة، أو الوظيفة التي يؤديها بينه وبين بيئة العمل (حجازي، 2013: 424).

ويعرف الباحثون التوافق المهني إجرائياً بأنه الطرق والوسائل التي تستخدمها مربيات رياض الأطفال في قطاع غزة من أجل الوصول إلى حالة من الرضا والتوافق المهني. وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها مربيات رياض الأطفال من خلال إجابتهن على بنود مقياس التوافق المهني في قطاع غزة.

**حدود الدراسة:**

اقتصرت اقتصر هذه الدراسة على تحقيق الحدود الآتية:

1. **الحد الموضوعي:** تناولت الدراسة متغيرات الضغوط النفسية والتوافق المهني.
2. **الحد المكاني:** مجموعة من رياض الأطفال في قطاع غزة.
3. **الحد الزمني:** أجريت الدراسة في الفترة ما بين يناير ويونيو 2023.
4. **الحد البشري:** مربيات رياض الأطفال في كافة قطاع غزة.

## الدراسات السابقة:

من خلال اطلاع الباحثين على الدراسات السابقة في موضوع الضغوط النفسية وتقدير الذات والتوافق المهني، وجد الباحثون ندرة في الدراسات التي تجمع بين هذه المتغيرات سواء في البيئة العربية أو الأجنبية؛ لذا حاول الباحثون إدراج الدراسات الأكثر قرباً لمتغيرات الدراسة والفئة المستهدفة.

فقد هدفت دراسة بايتس وداينيا (Bates & Dynia, 2023) إلى الكشف عن الضغوط النفسية والفسولوجية التي يتعرض لها معلمو مرحلة الطفولة المبكرة في ولاية أوهايو في الولايات المتحدة الأمريكية، كما هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين التعرض للضغوط والأعراض النفسية والفسولوجية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (67) معلماً ومعلمة يعملون مع أطفال من سن (0 إلى 5 سنوات)، واستخدم الباحثان مقياس التوتر والقلق والاكتئاب، ومقياس الضغوط الاقتصادية، وانعدام الأمن الغذائي، والخبرات السلبية التي حدثت في الطفولة. أشارت النتائج إلى أن (63%) استوفوا معايير اضطراب الاكتئاب الشديد، و(41%) استوفوا معايير اضطراب القلق العام، و(26%) كانوا يتناولون أدوية لتحسين الصحة النفسية، وحوالي (25%) عانوا من انعدام الأمن والصعوبات الاقتصادية، وحوالي (80%) تعرضوا لخبرة سلبية واحدة على الأقل في طفولتهم. كما بينت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة احصائياً بين التعرض للضغوط وأعراض القلق، وخبرات الطفولة السلبية.

وأجرى جبر (2022) دراسة هدفت إلى البحث في العلاقة بين فعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، والكفاءة المهنية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتكونت العينة من (120) معلمة رياض أطفال يعملن في مدارس الأطفال في محافظة بني سويف بجمهورية مصر العربية، وأعد الباحث مقياس فعالية الذات المدركة، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، ومقياس الكفاءة المهنية. بينت النتائج وجود علاقة طردية دالة احصائياً بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية الإيجابية (حل المشكلات، المواجهة الفعالة، البحث عن الدعم الاجتماعي) وبين الكفاءة المهنية، في حين وضحت النتائج وجود علاقة عكسية دالة بين أساليب المواجهة السلبية (تجنب المواجهة والمواجهة الانفعالية) وبين الكفاءة المهنية. كذلك بينت النتائج أنه كلما زادت سنوات الخبرة، زادت أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية، وارتفع مستوى الكفاءة المهنية.

كما هدفت دراسة أميرة (2021) إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية والصلابة النفسية لدى مربو ومربيات الأطفال المعاقين سمعياً في الجزائر، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (60) مربو ومربية، واستخدمت الباحثة مقياس الضغط النفسي ومقياس الصلابة النفسية. أشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والصلابة النفسية، كما أظهر أفراد العينة مستوى متوسطاً من الضغوط النفسية، ومستوى مرتفعاً من الصلابة النفسية، أظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية تعزى لمتغير الخبرة.

في حين سعت دراسة بيننتين وآخرون (Penttinen et al., 2020) إلى البحث عن العلاقة بين الرفاه المهني لمربيات رياض الأطفال (الإجهاد المرتبط بالتدريس والاندماج في العمل)، وجودة التفاعل بين المربيات والطفل في فصول رياض الأطفال في فنلندا، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي، وشملت العينة (47) مربية مع فصولهن الدراسي، وتمت ملاحظة الدعم العاطفي، وتنظيم الفصول الدراسية، والدعم التعليمي مرتين خلال العام الدراسي، وبالإضافة إلى ذلك، قامت المربيات بملء استبيانات حول الضغوط والاندماج في العمل. أشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية بين الضغوط المرتبطة بالتدريس، وجودة الدعم العاطفي، وتنظيم الفصول الدراسية. بينما وضحت النتائج وجود علاقة طردية بين الاندماج في العمل وجودة الدعم التعليمي. وهدفت الدراسة لي ولي (Li & Li, 2020) إلى البحث في العلاقة بين ضغوط العمل والمشكلات الانفعالية (أعراض القلق والاكتئاب)، والدور الوسيط (Mediation) للتحكم بالذات والدور المعدل (Moderation) للدعم الاجتماعي المدرك ضغوط العمل والمشكلات الانفعالية لدى مربيات رياض الأطفال، واستخدم الباحثان المنهج الطولية لإجراء الدراسة، وتكونت العينة من (118) مربية يعملن في رياض الأطفال الصينية، كما استخدم الباحثان مقياس ضغوط العمل، والتحكم بالذات، والدعم الاجتماعي المدرك،

والمشكلات الانفعالية (أعراض القلق والاكتئاب). بينت النتائج وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين التعرض للضغوط والمشكلات الانفعالية، كما بينت النتائج أن التحكم بالذات والدعم الاجتماعي المدرك يلعبان دوراً إيجابياً كمتغير وسيط وكمُتغير معذل في العلاقة بين ضغوط العمل والمشكلات الانفعالية (أعراض القلق والاكتئاب). أي أن ضعف التحكم بالذات وعدم وجود دعم اجتماعي كاف يزيد من مستوى المشكلات الانفعالية عند التعرض لضغوط العمل لدى مربيات أطفال الرياض.

أما دراسة لونيس (2019) فقد هدفت إلى التعرف على مستوى الضغط النفسي والتوافق المهني، كما هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق المهني لدى معلمات المرحلة الابتدائية في الجزائر، وشملت عينة الدراسة من (50) معلمة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدمت الباحثة مقياس الضغط المهني (اعداد: مصطفى منصوري) ومقياس التوافق المهني (اعداد: سعد المدعث). أظهرت النتائج أن مستوى الضغط النفسي لدى معلمات المرحلة الابتدائية مرتفع في حين أن مستوى التوافق المهني لديهم متوسط. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط المهنية والتوافق المهني.

كما هدفت دراسة لي وزانج (Li & Zhang, 2019) إلى التعرف على ضغوط العمل والرفاهية المرتبطة به، وتكونت عينة الدراسة من (615) من معلمي رياض الأطفال في الصين، واستخدم الباحثان مقياس ضغوط عمل المعلم، والدعم الاجتماعي، ومقياس الرفاهية المتعلقة بالعمل. أظهرت النتائج أن الإجهاد المهني يؤثر بشكل مباشر على الرفاهية المرتبطة بالعمل.

في حين هدفت دراسة شياو وآخرون (ČECHO et al., 2019) إلى التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمات رياض الأطفال وتحديد المخاطر النفسية الاجتماعية المرتبطة بعملهن، شملت العينة (278) معلمة، واستخدم الباحثون مقياس مايستر ومقياس المخاطر النفسية والاجتماعية. بينت النتائج أن (66.9%) من المعلمات اعتبروا أن عملهم مرهقاً من الناحية المعرفية. حيث عبرت المعلمات عن العبء الزائد، وضغط الوقت، والمسؤولية العالية التي يشعرون بها.

وهدف دراسة الخفاف وآخرون (2017) للتعرف إلى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال التابعة لتربية بغداد الرصافة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (300) معلمة، واستخدم الباحثون مقياس الضغوط النفسية. أشارت النتائج إلى أن وجود مستوى منخفض من الضغوط النفسية لدى المعلمات، كما أظهرت الدراسة الحالية أن المعلمات أصحاب المؤهلات العلمية العليا أظهرن مستويات أعلى من الضغوط النفسية. إضافة إلى ذلك، فقد بينت النتائج أنه كلما زادت سنوات الخبرة قلت الضغوط النفسية.

كما هدفت دراسة كاطع (2016) إلى التعرف إلى علاقة الضغوط النفسية بارتقاء النسق القيمي لمعلمات رياض الأطفال في بغداد. ولتحقيق هدف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (150) معلمة، واستخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية (من إعداد الباحثة) ومقياس ارتقاء النسق القيمي. أشارت النتائج إلى أن معلمات الرياض يعانين من مستوى مرتفع من الضغوط النفسية.

وأخيراً سعت دراسة صبيبة وآخرون (2014) إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وشملت الدراسة عينة قوامها (688) من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي (318 معلماً و378 معلمة)، وأعد الباحثون مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق المهني. أشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الضغوط النفسية والتوافق المهني، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في الضغوط النفسية والتوافق المهني تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

#### التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة، يتبين بأنها تمت في بيئات عربية وأجنبية، وأن البيئة في قطاع غزة تقتصر إلى هذه الدراسات وذلك يؤكد أهمية هذه الدراسة وهو ما دفع الباحثون للقيام بها. وتميزت الدراسة الحالية عن جميع الدراسات السابقة المذكورة أعلاه بأنها تناولت فئة مهمة في المجتمع تستحق الدراسة والاستثمار فيها وهي فئة مربيات رياض الأطفال، بالإضافة إلى

أنها تدرس البيئة المحلية في قطاع غزة، وقد استفاد الباحثون من جميع الدراسات السابقة المذكورة أعلاه في صياغة أسئلة الدراسة الحالية، وتحليل النتائج وتفسيرها.

#### الطريقة والإجراءات:

**منهج الدراسة:** من أجل تحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي.

**مجتمع الدراسة:** تكون مجتمع الدراسة من جميع مربيات الأطفال في قطاع غزة خلال العام الدراسي (2022-2023).

**عينة الدراسة:** تكونت عينة الدراسة من (157) مربية يعملن في رياض الأطفال في قطاع غزة. تم اختيارهن بطريقة العينة العرضية غير العشوائية. حيث تم جمع البيانات عن طريق إرسال الاستبيانات إلى المربيات في رياض الأطفال وقاموا بالإجابة على أدوات الدراسة. والجدول رقم (1) يوضح توزيع عينة الدراسة.

#### جدول (1) توزيع عينة الدراسة

| التصنيف       | العدد            | النسبة المئوية |
|---------------|------------------|----------------|
| المؤهل العلمي | دبلوم            | 22.3           |
|               | بكالوريوس        | 70.1           |
|               | دراسات عليا      | 7.6            |
| سنوات الخدمة  | أقل من 5 سنوات   | 36.3           |
|               | من 5 - 10 سنوات  | 40.1           |
|               | أكثر من 10 سنوات | 23.6           |

#### أدوات الدراسة

**أولاً: مقياس الضغوط النفسية (اعداد: بن رحال، 2020):** يتكون المقياس بصورته الأولى من (40) عبارة موزعة على أربعة أبعاد (حدة الاجهاد، الانعكاسات الجسدية، عدم الكفاية، المشكلات الانفعالية) (اعداد: فقيه العيد). ثم قامت (بن رحال، 2020) باستخدامه وأجرت عليه المقياس السيكومترية فأصبح (35) عبارة موزعة على أربعة أبعاد. قام الباحثون في الدراسة الحالية بتبني ثلاث أبعاد من المقياس (حدة الاجهاد ويتكون من 10 عبارات، عدم الكفاية ويتكون من 10 عبارات، وأخيراً المشكلات الانفعالية ويتكون من 5 عبارات) وذلك لتحقيق أهداف الدراسة ليتكون المقياس في صورته النهائية من (25) عبارة. تحتوي بنود الاستجابة للمقياس على تدرج من أربع خيارات هي (غالبا = 4، قليلا = 3، نادرا = 2، أبدا = 1). تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس المستخدم في الدراسة الحالية بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) مربية وكانت النتائج كالآتي:

#### صدق مقياس الضغوط النفسية:

تم اجراء الصدق الظاهري على الاستبيان من خلال عرضه على مجموعة من المتخصصين في المجال السيكولوجي والعاملين في كليات العلوم التربوية بالجامعات الفلسطينية، وعددهم (9) حيث تم عمل ما يلزم من تصويبات وإرشادات وتعديلات وكذلك تم حذف بعض العبارات. كذلك، تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للفقرات المقياس من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه كما هو موضح في الجدول رقم (2).

#### جدول (2) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد

| #           | معامل الارتباط | #       | معامل الارتباط |
|-------------|----------------|---------|----------------|
| حدة الاجهاد | .13            | **0.791 |                |
| 1.          | *0.403         | **0.713 |                |

|             |         |                     |         |
|-------------|---------|---------------------|---------|
| .2          | **0.516 | .15                 | **0.798 |
| .3          | **0.552 | .16                 | **0.649 |
| .4          | *0.416  | .17                 | **0.764 |
| .5          | **0.572 | .18                 | **0.795 |
| .6          | **0.474 | .19                 | **0.527 |
| .7          | **0.537 | .20                 | **0.567 |
| .8          | *0.381  | المشكلات الانفعالية |         |
| .9          | **0.473 | .21                 | **0.693 |
| .10         | **0.623 | .22                 | **0.636 |
| عدم الكفاية |         | .23                 | **0.785 |
| .11         | **0.707 | .24                 | **0.820 |
| .12         | **0.523 | .25                 | **0.748 |

\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 \*\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01  
يوضح جدول (2) أن معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس حل المشكلات تتراوح بين (0.381 إلى 0.820)، وهي جميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05)، وهذا يدل على أن الفقرات صادقة لما وضعت لقياسه. كما تم التحقق من صدق المقياس بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية كما هو مبين في الجدول رقم (3).

جدول (3) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

| حدة الاجهاد | عدم الكفاية | المشكلات الانفعالية | الضغوط المهنية |
|-------------|-------------|---------------------|----------------|
| 1           |             |                     |                |
| **0.681     | 1           |                     |                |
| **0.573     | **0.827     | 1                   |                |
| **0.844     | **0.954     | **0.870             | 1              |

\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 \*\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01  
يوضح جدول (3) أن معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد حل المشكلات والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0.552 إلى 0.829)، وهي جميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05)، وهذا يدل على أن أبعاد الاستبانة صادقة لما وضعت لقياسه.

#### ثبات مقياس الضغوط النفسية:

لقياس ثبات الأداة تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا وطريقة التجزئة النصفية حيث تم حساب معامل الثبات من خلال تقسيم الاستبانة وأبعادها إلى مجموعتين، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بينهما، وتم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل سبيرمان براون للأبعاد الزوجية، ومعامل جتمان للأبعاد الفردية كما هو موضح في الجدول رقم (4).

جدول (4) مؤشرات ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس الضغوط النفسية

| مقياس الضغوط النفسية | معامل ألفا كرونباخ | معامل الارتباط | معامل الارتباط المصحح |
|----------------------|--------------------|----------------|-----------------------|
| حدة الاجهاد          | 0.732              | 0.676          | 0.807                 |

|                       |       |       |       |
|-----------------------|-------|-------|-------|
| عدم الكفاية           | 0.867 | 0.710 | 0.830 |
| المشكلات الانفعالية   | 0.820 | 0.713 | 0.832 |
| الدرجة الكلية للمقياس | 0.917 | 0.817 | 0.899 |

تبين من خلال النتائج في الجدول أعلاه أن جميع قيم ألفا كرونباخ مرتفعة حيث تتراوح ما بين (0.732 إلى 0.867)، وكذلك بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس يساوي (0.917) مما يدل على أن عبارات المقياس تتصف بمؤشرات ثبات دالة إحصائياً، وبلغ معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية للدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية (0.899) ويعد معامل ثبات مرتفع، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع تطمئن الباحثين على تطبيقها.

**ثانياً: مقياس التوافق المهني (اعداد: عبيد، 2014):** يتكون المقياس بصورته الأولية من (50) عبارة موزعة على أربعة أبعاد (علاقة المعلم بعمله، الحالة الصحية والنفسية للمعلم، علاقة المعلم بالظروف الفيزيائية للعمل، العوامل التي تؤثر على المعلم من خارج العمل). قام الباحثون في الدراسة الحالية بتبني ثلاث أبعاد من المقياس (علاقة المعلم بعمله ويتكون من 15 عبارة، الحالة الصحية والنفسية للمعلم ويتكون من 13 عبارة، وأخيراً علاقة المعلم بظروف عمله ويتكون من 5 عبارات) وذلك لتحقيق أهداف الدراسة ليتكون المقياس في صورته النهائية من (33) عبارة. تحتوي بنود الاستجابة للمقياس على تدرج ليكرت الثلاثي وهي (دائماً = 3، أحياناً = 2، أبداً = 1). تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس المستخدم في الدراسة الحالية بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) مربية وكانت النتائج كالتالي:

#### صدق مقياس التوافق المهني:

تم اجراء الصدق الظاهري على الاستبيان من خلال عرضه على مجموعة من المتخصصين في المجال السيكولوجي بالجامعات الفلسطينية، وعددهم (9) حيث تم عمل ما يلزم من تصويبات وإرشادات وتعديلات وكذلك تم حذف بعض العبارات. كذلك، تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للفقرات المقياس من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه والجدول (5) يبين ذلك.

**جدول (5) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والبعد والدرجة الكلية للبعد**

| #  | معامل الارتباط     | #  | معامل الارتباط           |
|----|--------------------|----|--------------------------|
|    | علاقة المعلم بعمله | 17 | 0.700**                  |
| 1  | 0.369*             | 18 | 0.691**                  |
| 2  | 0.832**            | 19 | 0.101                    |
| 3  | 0.278              | 20 | 0.470**                  |
| 4  | 0.478**            | 21 | 0.674**                  |
| 5  | 0.642**            | 22 | 0.691**                  |
| 6  | 0.740**            | 23 | 0.198                    |
| 7  | 0.141              | 24 | 0.390*                   |
| 8  | 0.579**            | 25 | 0.730**                  |
| 9  | 0.797**            | 26 | 0.643**                  |
| 10 | 0.496**            | 27 | 0.625**                  |
| 11 | 0.682**            | 28 | 0.718**                  |
| 12 | 0.370*             |    | علاقة المعلم بظروفه عمله |

|                               |         |     |         |
|-------------------------------|---------|-----|---------|
| 13.                           | 0.538** | 29. | 0.621** |
| 14.                           | 0.261   | 30. | 0.697** |
| 15.                           | 0.402*  | 31. | 0.627** |
| الحالة الصحية والنفسية للمعلم |         |     |         |
| 16.                           | 0.781** | 33. | 0.722** |
|                               |         |     | 0.736** |

\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 \*\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01 يتضح من الجدول أعلاه أن معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية دالة إحصائياً، وقد تراوح معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس بين (0.370 إلى 0.781). ما عدا 5 عبارات تم استبعادها (3 عبارات من بعد علاقة المعلم بعمله، وعبارتان من بعد الحالة الصحية والنفسية للمعلم) ليتكون المقياس بصورته النهائية من (28) عبارة. كما تم استخدام حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس كما هو مبين في الجدول رقم (6).

جدول (6) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

| التوافق المهني | علاقة المعلم بعمله | الحالة الصحية والنفسية للمعلم | علاقة المعلم بعمله |
|----------------|--------------------|-------------------------------|--------------------|
|                |                    |                               | 1                  |
|                |                    | 1                             | 0.640**            |
|                | 1                  | 0.636**                       | 0.829**            |
| 1              | 0.554**            | 0.552**                       | 0.616**            |

\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 \*\* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01 يبين الجدول أعلاه أن معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.552 إلى 0.829)، وهي جميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05)، وهذا يدل على أن الفقرات صادقة لما وضعت لقياسه.

#### ثبات مقياس التوافق المهني:

لقياس ثبات الأداة تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا وطريقة التجزئة النصفية حيث تم حساب معامل الثبات من خلال تقسيم الاستبانة وأبعادها إلى مجموعتين، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بينهما، وتم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل سبيرمان براون للأبعاد الزوجية، ومعامل جتمان للأبعاد الفردية كما هو موضح في الجدول رقم (7).

جدول (7) مؤشرات ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس التوافق المهني

| مقياس التوافق المهني          | معامل ألفا كرونباخ | معامل الارتباط | معامل الارتباط المصحح |
|-------------------------------|--------------------|----------------|-----------------------|
| علاقة المعلم بعمله            | 0.789              | 0.632          | 0.774                 |
| الحالة الصحية والنفسية للمعلم | 0.857              | 0.721          | 0.837                 |
| علاقة المعلم بظروفه عمله      | 0.725              | 0.693          | 0.818                 |
| الدرجة الكلية                 | 0.733              | 0.682          | 0.810                 |

يبين الجدول أعلاه أن جميع قيم ألفا كرونباخ مرتفعة حيث تتراوح ما بين (0.725 إلى 0.857)، وكذلك بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس ككل يساوي (0.733) مما يدل على أن فقرات المقياس تتصف بمؤشرات ثبات دالة إحصائياً، وبلغت معامل الثبات

للدرجة الكلية لمقياس التوافق المهني (0.810) ويعد معامل ثبات مرتفع، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع يطمئن الباحثين على تطبيقه.

عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

المحكات المعتمدة في الدراسة

أولاً: مقياس ليكرت الرباعي:

تم تحديد طول خلايا مقياس ليكرت الثلاثي عن طريق حساب المدى ( $4-1=3$ ) ومن ثم تقسيمه على أكبر قيمة في المقياس ( $3/4=0.75$ )، ثم أضيفت هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (1) لتصبح أطوال الخلايا كما هي موضحة في الجدول رقم (8).

جدول (8) تصنيف مؤشرات استجابات المبحوثين

| المتوسط الحسابي | الوزن النسبي       | تقدير الاستجابة |
|-----------------|--------------------|-----------------|
| 1- أقل 1.75     | 25% - أقل 43.75%   | منخفض           |
| 1.75- أقل 2.5   | 43.75% - أقل 62.5% | متوسط           |
| 2.5- أقل 3.25   | 62.5% - أقل 81.25% | مرتفع           |
| 3.25- 4         | 81.28% - 100.0%    | مرتفع جداً      |

ولتفسير نتائج الدراسة والحكم على مستوى الاستجابة، اعتمد الباحثون على ترتيب المتوسطات الحسابية على مستوى الأبعاد للأداة ككل.

ثانياً: مقياس ليكرت الثلاثي:

تم تحديد طول خلايا مقياس ليكرت الثلاثي عن طريق حساب المدى ( $3-1=2$ ) ومن ثم تقسيمه على أكبر قيمة في المقياس ( $2/3=0.67$ )، بعد ذلك، أضيفت هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (1) لتصبح أطوال الخلايا كما هي موضحة في الجدول رقم (9).

جدول (9) تصنيف مؤشرات استجابات المبحوثين

| المتوسط الحسابي | الوزن النسبي       | تقدير الاستجابة |
|-----------------|--------------------|-----------------|
| 1- أقل 1.67     | 33.3% - أقل 55.6%  | منخفض           |
| 1.67- أقل 2.33  | 55.6% - أقل 77.5%  | متوسط           |
| 2.33- 3         | 77.5% - أقل 100.0% | مرتفع           |

لتفسير نتائج الدراسة والحكم على مستوى الاستجابة، اعتمد الباحثون على ترتيب المتوسطات الحسابية على مستوى الأبعاد للأداة ككل.

الإجابة على التساؤل الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟

للإجابة على هذا التساؤل، استخدم الباحثون المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأوزان النسبية كما هو موضح في الجدول رقم (10).

جدول (10) نتائج تحليل مقياس الضغوط النفسية

| الأبعاد     | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوزن النسبي | الترتيب | مستوى الضغوط |
|-------------|-----------------|-------------------|--------------|---------|--------------|
| حدة الاجهاد | 2.35            | 0.540             | 58.8         | 1       | متوسطة       |

|        |   |      |       |      |                     |
|--------|---|------|-------|------|---------------------|
| متوسطة | 3 | 56.8 | 0.719 | 2.27 | عدم الكفاية         |
| متوسطة | 2 | 57.5 | 0.781 | 2.30 | المشكلات الانفعالية |
| متوسطة |   | 57.8 | 0.595 | 2.31 | الضغوط النفسية      |

يتضح من خلال الجدول رقم (4) أن الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية قد حصلت على وزن نسبي قدره (57.8%)، وهي درجة متوسطة مما يشير إلى أن مربيات الأطفال في قطاع غزة يتعرضن إلى درجة متوسطة من الضغوط النفسية. ويعزو الباحثون ذلك إلى أن الناس في قطاع غزة يواجهون ضغوطاً عديدة متمثلة في الحصار، والتعرض للحروب بين فترة وأخرى، وصعوبة الحصول على عمل، وانقطاع التيار الكهربائي، ومربيات رياض الأطفال هم جزء من هذا المجتمع يتأثرن بما يتأثر به أفراد المجتمع. إضافة إلى ذلك، قلة الوعي لدى الأهل بدور رياض الأطفال الريادي والأساسي في بناء شخصية الطفل، وضعف التواصل والتعاون مع المربية يؤدي إلى زيادة الضغوط عليها، حيث إنه من الطبيعي أن يتعاون الأهل مع المربية في اكساب الطفل المعارف والمهارات التعليمية اللازمة. لذلك فإن عدم تعاون الأهل يضع الأعباء كلها على المربية مما يجعلها تحت ضغط نفسي إضافي. ناهيك عن التعرض لضغوط أخرى تتمثل في الحصول على رواتب منخفضة، والأعداد الكبيرة من الأطفال داخل غرفة الصف، والواجبات والمهام الكثيرة المطلوب إنجازها في غرفة الصف (El-Khodary, 2021).

كما أن المربية في رياض الأطفال تقوم بالكثير من الأدوار المتداخلة والمهام المتنوعة، التي تتطلب منها الكثير من المهارات؛ كالمهارات الفنية واليدوية، تعاني مربيات الأطفال أيضاً من ضغوط مهنية من قبل بعض الأهالي تكمن في متطلبات تفوق إمكانياتها وقدراتها، أو مقارنتها بمربيات في أماكن أخرى ذات واقع مادي واجتماعي أفضل من الموجود داخل روضتها. إضافة إلى كثرة الرسائل والانتقادات التي تواجهها مربية رياض الأطفال على مواقع التواصل الاجتماعي. وقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن معلمة رياض الأطفال تعاني من ضغوط مهنية، وتحديات ناجمة عن طبيعة المرحلة العمرية للطفل وخصائصها (المزيدي والعازمي، 2019) مما يشكل عبئاً عليهم، حيث إن العديد منهم قد تجد صعوبة في توفير المتطلبات الأساسية ولكنها تجد نفسها مضطرة لقبول العمل في الروضة لصعوبة الحصول على فرص عمل أفضل. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة أميرة (2021) التي أشارت إلى وجود مستوى متوسط من الضغوط النفسية لدى مربيات الأطفال. بينما تختلف مع دراسات الخفاف وآخرون (2017) التي أظهرت أن مستوى الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال منخفض. وكذلك دراسة كاطع (2016)، ودراسة لونيس (2019) الذين أظهروا أن مربيات رياض الأطفال أظهرن مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية.

وتشير النتائج أيضاً إلى أن جميع أبعاد المقياس (حدة الاجهاد، وعدم الكفاية، والمشكلات الانفعالية) جاءت بدرجة متوسطة. أما من حيث الترتيب، يتبين لنا أن حدة الاجهاد جاءت في المركز الأول يليها عدم الكفاية ثانياً وأخيراً المشكلات الانفعالية وإن كانت الفروق بينهم في الوزن النسبي قليلة. وقد يفسر ذلك بكم المهام والواجبات التي تكون ملقاة على عاتق المربية في الوقت الذي يكون فيه عدد الطلبة كبيراً مما يستدعي بذل جهد أكبر من قبل المربية، والشعور بالإرهاق والتعب، وعدم القدرة على التوفيق بين المتطلبات الشخصية لها وبين متطلبات العمل، فتتراكم عليها الأعباء. وبقدر ما تكون هذه الأعباء، تشعر المربية بالإجهاد وهو ما أشارت إليه دراسة شياو وآخرون (ČECHO et al., 2019) أن المربيات أبلغن عن الأعباء الزائدة، وضغط الوقت، والمسؤولية العالية التي تقع عليهن أثناء عملهن في الروضة. هذا بدوره قد يؤدي إلى حدوث مشكلات انفعالية تتمثل في الشعور بالحزن والإحباط وأحياناً الغضب. ونتيجة لذلك، تشعر المربية بعدم الكفاية وفقدان السيطرة على تصرفاتها وانفعالاتها. وهو ما أكدته دراسة بايتس ودانينا (Bates & Dynia, 2023) ودراسة لي ولي (Li & Li, 2020) بأن مربيات الأطفال عانوا من المشكلات الانفعالية (أعراض القلق والاكتئاب) بدرجات متفاوتة نتيجة لتعرضهم للضغوط. كما اتفقت مع دراسة بيننتين وآخرون (Penttinen

(et al., 2020) في أن التعرض للضغوط ينعكس سلباً مع جودة الدعم العاطفي لدى المربية، وضعف قدرتها على ضبط الفصول الدراسية وهو ما يشير إلى شعورها بعدم الكفاية.

### التساؤل الثاني: ما مستوى التوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟

وللإجابة على هذا التساؤل، تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية الجدول رقم (11) يبين ذلك.

جدول (11) نتائج تحليل مقياس التوافق المهني

| #  | الأبعاد                       | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوزن النسبي | الترتيب | مستوى التوافق |
|----|-------------------------------|-----------------|-------------------|--------------|---------|---------------|
| 1. | علاقة المعلم بعمله            | 1.92            | 0.211             | 64.0         | 2       | متوسطة        |
| 2. | الحالة الصحية والنفسية للمعلم | 2.17            | 0.199             | 72.3         | 1       | كبيرة         |
| 3. | علاقة المعلم بظروف عمله       | 1.86            | 0.320             | 61.9         | 3       | متوسطة        |
|    | التوافق المهني                | 2.01            | 0.135             | 66.9         |         | متوسطة        |

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أن الدرجة الكلية للمقياس قد حصلت على وزن نسبي قدره (76.9%)، مما يشير على وجود مستوى متوسط من التوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة. ويمكن تفسير ذلك بأن مربيات رياض الأطفال استطعن التكيف مع ظروف الحياة الصعبة التي يعيشها الأفراد داخل قطاع غزة، كما أن حصولهن على وظيفة (ولو كانت منخفضة الأجر) يعطين شعوراً بالرضا في الوقت الذي تجد فيه الأخريات صعوبة في الحصول على وظيفة. إضافة إلى ذلك، فمن الواضح أن المربيات يستخدمن أساليباً متنوعة ترتبط بخصائصهن النفسية، وطبيعة الأحداث ذاتها لمواجهة بعض الأحداث الضاغطة مما يجعلهن يتعامل مع الأحداث بمرونة، ويتحملن الضغط، ويتكيفن معه، وبالتالي يرتفع لديهن مستوى التوافق المهني. وجدير بالذكر أن القائمين على رياض الأطفال في قطاع غزة يقوموا بتنظيم احتفالات تخرج للأطفال في نهاية كل عام، مما يعطي شعوراً بالبهجة والسرور لدى الأطفال والعائلات والمربيات اللواتي يشعرن بأن ما قدموه خلال العام الدراسي قوبل بالتقدير من قبل الأهالي والأطفال أنفسهم. هذا الشعور يولد لديهن درجة مقبولة من التوافق المهني ويجعلهن يقمن بالتجهيزات اللازمة للعام الدراسي الجديد. وتجدر الإشارة أيضاً إلى أن عدد رياض الأطفال في تزايد مستمر مما أدى إلى وجود حالة من التنافس بين الرياض في تقديم البرامج والأنشطة، وتوفير المصادر والموارد اللازمة للعملية التعليمية للأطفال، وبطبيعة الحال فإن ذلك يسهل عمل المربية، ويرفع مستوى الرضا الوظيفي لديها، ومن ثم زيادة التوافق المهني لديهن. اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة لونيس (2019) التي أشارت أن المربيات أظهرن مستوى متوسطاً من التوافق المهني، فيما اختلفت مع دراسة أميرة (2021) التي أشارت إلى تمتع المربيات بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية التي تعتبر أحد المقومات الأساسية اللازمة لتحقيق التوافق المهني.

أما من حيث ترتيب أبعاد مقياس التوافق المهني، فقد جاء بعد الحالة الصحية والنفسية للمعلم في المركز الأول بدرجة كبيرة، يليه علاقة المعلم بعمله في المركز الثاني، وأخيراً علاقة المعلم بظروف عمله في المركز الثالث بدرجة متوسطة. هذه النتائج تؤكد على أن الحالة الشخصية للمربية لها دوراً أساسياً ومركزياً في عملية الرضا والتوافق المهني. وهذا الدور ينعكس على باقي الأدوار من حيث علاقة المربية بالزملاء والأهالي والأطفال، أو علاقتها بظروف عملها من حيث بيئة الروضة، والسياسة المتبعة مع العاملين، وتوفير المصادر والموارد اللازمة لعملية التدريس. لذلك يجب الأخذ بالحسبان الحالة النفسية للمربية للوصول بها إلى أعلى درجة ممكنة من الاندماج في العمل الذي ينعكس بدوره على جودة العملية التعليمية التي تقدمها المربية (بينتتين وآخرون (Penttinen et al., 2020).

التساؤل الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة؟

وللإجابة على هذا التساؤل، تم استخدام معامل بيرسون للتأكد من وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة كما يتضح في الجدول رقم (12).

جدول (12) معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة

| أبعاد مقياس الضغوط النفسية     | علاقة المعلم بعمله |                         | الحالة الصحية والنفسية للمعلم |                         | علاقة المعلم بظروف عمله |                         | التوافق المهني (الدرجة الكلية) |                         |
|--------------------------------|--------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------|-------------------------|
|                                | معامل الارتباط     | القيمة الاحتمالية (sig) | معامل الارتباط                | القيمة الاحتمالية (sig) | معامل الارتباط          | القيمة الاحتمالية (sig) | معامل الارتباط                 | القيمة الاحتمالية (sig) |
| حدة الاجهاد                    | -0.283             | 0.000                   | -0.370                        | 0.000                   | -0.326                  | 0.000                   | -0.381                         | 0.000                   |
| عدم الكفاية                    | -0.368             | 0.000                   | -0.463                        | 0.000                   | -0.401                  | 0.000                   | -0.483                         | 0.000                   |
| المشكلات الانفعالية            | -0.359             | 0.000                   | -0.476                        | 0.000                   | -0.406                  | 0.000                   | -0.488                         | 0.000                   |
| الضغوط النفسية (الدرجة الكلية) | -0.375             | 0.000                   | -0.483                        | 0.000                   | -0.419                  | 0.000                   | -0.500                         | 0.000                   |

يتبين من خلال الجدول (6) أن القيمة الاحتمالية لمعامل الارتباط بين الضغوط النفسية بأبعادها الثلاثة والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية والتوافق المهني بأبعاده والدرجة الكلية له هي (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة. هذا يعني أنه كلما زادت حدة الاجهاد والتعب، والشعور بعد الكفاية، والمشكلات الانفعالية، كلما تأثرت الحالة الصحية والنفسية للمربية، ضعفت علاقتها بعملها، وانخفض مستوى رضاها عن ظروف عملها. وخلاصة القول، فإن زيادة الضغوط النفسية تنعكس سلباً على حالة الرضا والتوافق النفسي لدى مربيات رياض الأطفال في قطاع غزة.

ويفسر الباحثون ذلك بأن الضغوط النفسية إذا كانت قوية تؤدي إلى إحداث تغيير نفسي سلوكي بدرجات مختلفة على الأفراد، تبعاً لقدراتهم الجسمية والشخصية على التوافق مع هذه المؤثرات (علي، 2020). وعليه فإن ما قد تتعرض له المربية من ضغوط متمثلة في المهام والأدوار التي تقوم بها في غرفة الصف، والأعداد الكبيرة للأطفال داخل الصف الواحد، وشعورها بالضعف تجاه قدرتها على التعامل مع بعض المشكلات والتحديات التي تواجهها، والمشكلات الانفعالية التي تعاني منها بسبب ما قد يحدث بينها وبين إدارة الروضة أو الأهالي أو الأطفال أنفسهم قد يسهم في وجود حالة من الشعور بعدم الرضا الوظيفي، وظهور الأعراض الجسمية والنفسية لدى المربية، وما يصاحبها من توتر بين المربية وبيئتها التي تعمل بها. كما أن الضغوط الشديدة قد يصاحبها أعراضاً جسمية وانفعالية ومعرفية (برزوان، 2016) تسهم في ظهور حالة من عدم التكيف، وتؤدي إلى نتائج سلبية على المربية خصوصاً على الحالة النفسية الاجتماعية تتسبب في وجود حالة من انخفاض مستوى التوافق المهني لدى المربيات. اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة لونيس (2019) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط المهنية والتوافق المهني. واتفقت الدراسة أيضاً مع دراسة لي وزانج (Li & Zhang, 2019) التي بينت أن الاجهاد المهني -وهو أحد أبعاد مقياس الضغوط في الدراسة الحالية- له علاقة مباشرة بالرفاهية المرتبطة بالعمل التي تعتبر أحد المكونات الأساسية للتوافق المهني. واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جبر (2022) التي بينت أن أساليب المواجهة الإيجابية مثل حل المشكلات، والمواجهة الفعالة، والبحث عن الدعم الاجتماعي تتناسب طردياً مع الكفاءة المهنية، بينما تجنب المواجهة والمواجهة الانفعالية تتناسب عكسياً مع الكفاءة المهنية. واستنتاجاً لما سبق، فإن الكفاءة المهنية تؤثر على التوافق المهني لدى المربيات.

التساؤل الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة تعزى لمتغيرات الشخصية (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)؟

ولإجابة على هذا التساؤل، تم استخدام تحليل التباين الثنائي كما هو موضح في جدول رقم (13).

جدول (13) نتائج تحليل التباين الثنائي

| مصدر التباين   | مجموع المربعات      | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة " F " | القيمة الاحتمالية (Sig.) |
|----------------|---------------------|-------------|----------------|------------|--------------------------|
| تعديل النموذج  | 16.966 <sup>a</sup> | 48          | 0.353          | 0.996      | 0.494                    |
| المقدار الثابت | 197.113             | 1           | 226.103        | 637.208    | 0.000                    |
| المؤهل العلمي  | 0.845               | 3           | 0.297          | 0.836      | 0.436                    |
| سنوات الخبرة   | 0.204               | 2           | 0.149          | 0.419      | 0.659                    |
| الخطأ          | 38.322              | 108         | .355           |            |                          |
| المجموع الكلي  | 892.547             | 157         |                |            |                          |
| التعديل الكلي  | 55.288              | 156         |                |            |                          |

يتبين من الجدول السابق أن القيمة الاحتمالية (Sig) لتأثير متغيرات المؤهل العلمي سنوات الخبرة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة تعزى لمتغيرات (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة). ويرجع الباحثون هذه النتيجة إلى أن جميع المربيات يتعرضن لنفس الضغوط داخل رياض الأطفال من حيث المتطلبات الأساسية للتدريس، وغالباً ما يطلب منهن القيام بأعمال متشابهة داخل الفصل الدراسي بغض النظر عن المؤهل العلمي. فالمربية سواء كانت حاصلة على مؤهل علمي متدني (دبلوم) أو مرتفع (ماجستير) تقوم بنفس الأدوار والمهام من حيث استخدام المنهج المقرر مع جميع الأطفال، وتنفيذ الأنشطة والبرامج المحددة من إدارة الروضة، حتى أنهم في أغلب الأحيان يتساوون في المقابل المادي الذي يتقاضونه من إدارة الروضة. هذه الأدوار والمهام يتولد عنها ضغوطاً مثل زيادة عدد الأطفال في الفصل الواحد، وضغط الوقت اللازم لتنفيذ الأنشطة، وضعف تعاون الأهالي من حيث التواصل والسؤال عن أبنائهم. الأمر الذي يؤدي إلى الشعور بالتعب والإرهاق، وضعف القدرة على السيطرة، وضعف التركيز لدى المربية وهي أموراً متشابهة تقريباً بين جميع المربيات. ولعل هذا ما يفسر عدم وجود فروقاً للتعرض للضغوط حسب متغير المؤهل العلمي. اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الخفاف وآخرون (2017) التي أشارت إلى وجود فروق في الضغوط النفسية تعزى للمستوى العلمي، حيث بينت الدراسة أن المربيات الحاصلات على مؤهلات علمية عليا عبرن عن وجود مستويات أعلى من الضغوط النفسية مقارنة بأصحاب المؤهلات العلمية الدنيا. أما بالنسبة لمتغير سنوات الخبرة، فإن عدم وجود فروق دالة إحصائية قد يعود إلى التفاعل المستمر والمتواصل، وتبادل الخبرات بين مربيات رياض الأطفال الجدد والقدامى. الأمر الذي يكسب المربية الجديدة مهارات ومعارف للتعامل مع الأطفال، والقيام بالعملية التربوية، والأنشطة الموازية بطريقة لا تختلف كثيراً عما تقدمه المربيات اللواتي أمضين في العمل سنوات أكثر. وهو ما يتفق مع دراسة أميرة (2021) ودراسة صبيبة وآخرون (2014) التي أشارتا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض للضغوط النفسية تعزى لمتغير سنوات الخبرة. في المقابل، اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع الخفاف وآخرون (2017) ودراسة جبر (2022) التي أشارتا إلى وجود فروق في الضغوط النفسية تعزى لسنوات الخبرة، حيث بينت الدراسة أن المربيات اللواتي أمضين سنوات خبرة أقل عبرن عن مستويات أعلى من الضغوط النفسية مقارنة باللواتي أمضين سنوات خبرة أكثر.

التساؤل الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة تعزى لمتغيرات الشخصية (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)؟

استخدم الباحثان تحليل التباين الثنائي لاختبار الفروق للإجابة على هذا التساؤل كما يبينه الجدول رقم (14).

جدول (14) نتائج تحليل التباين الثنائي

| مصدر التباين   | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة " F " | القيمة الاحتمالية (Sig.) |
|----------------|----------------|-------------|----------------|------------|--------------------------|
| تعديل النموذج  | 3.219a         | 48          | 0.067          | 0.894      | 0.662                    |
| المقدار الثابت | 208.095        | 1           | 208.095        | 2775.060   | 0.000                    |
| المؤهل العلمي  | 0.394          | 2           | 0.197          | 2.625      | 0.077                    |
| سنوات الخبرة   | 0.002          | 2           | 0.001          | 0.015      | 0.985                    |
| الخطأ          | 8.099          | 108         | 0.075          |            |                          |
| المجموع الكلي  | 855.931        | 157         |                |            |                          |
| التعديل الكلي  | 11.318         | 156         |                |            |                          |

تبين من الجدول أن القيمة الاحتمالية (Sig) لتأثير المؤهل العلمي وسنوات الخبرة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق المهني لدى مربيات الأطفال في قطاع غزة تعزى للمؤهل العلمي وسنوات الخبرة. ويفسر الباحثون ذلك إلى أن المربيات يستخدمن أساليباً توافقية فعالة من خلال اصطلاحاتهن على البرامج والخبرات التي أصبحت منتشرة عبر الدورات التدريبية التي تعقد في رياض الأطفال سواء كانت هذه الدورات وجاهية، أو عبر مواقع الانترنت، وبالتالي فبإمكان جميع المربيات الاستفادة من هذه الدورات. انفتحت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة صبيبة وآخرون (2014) في عدم وجود فروقاً دالة إحصائية في مستوى التوافق المهني تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

#### التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثون بما يلي:

- عقد دورات تدريبية لمربيات الأطفال للتعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تواجههن وسبل التعامل معها.
- تفعيل دور البرامج الإرشادية من خلال الأكاديميين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين لتحسين التوافق المهني لدى المربيات.
- إجراء المزيد من الدراسات للتعرف على خصوصية هذه المهنة وأهم المشكلات التي تواجهها.
- توفير خدمة مجانية للمربيات للتواصل مع مراكز متخصصة في حال تعرضن لأي ضغوط تؤثر عليها وعلى عملها.
- استغلال فترة الاجازة الصيفية للمربيات في جلسات الدعم النفسي ودمجهن في برامج تنموية وبرامج تمكنها من التغلب على الضغوط وتسهل عملية تكيفها وتستمر هذه الخدمة على مدار العام.
- توفير كل الإمكانيات التي تساعد المربية على القيام بدورها بشكل أفضل دون إعاقة لعملها.

## المراجع:

### أولاً: المراجع العربية:

- أميرة، كواهي (2021). *الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلاية النفسية لدى مربيات الأطفال المعاقين سمعياً* (دراسة ماجستير غير منشورة). جامعة محمد الصديق بن يحيى جيجل، الجزائر.
- برزوان، حسينة (2016). *فعالية استراتيجيات المواجهة في تسيير الضغط النفسي*. مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية. 91 – 105.
- جبر، طه محمد مبروك (2022). *فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية كمنبئات بالكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال*. مجلة بحوث ودراسات الطفولة، كلية التربية للطفولة المبكرة. جامعة بني سويف، 4(8)، 1201 – 1274.
- حسن، نبيل السيد (2005، 10 – 11 إبريل). *إعداد معلمات الطفولة المبكرة في ضوء الجودة*. ورقة مقدمة إلى المؤتمر العربي لمعلمة الروضة (إعدادها- تدريبها- رعايتها) في ضوء التكامل بين العلوم، جمهورية مصر العربية: جامعة القاهرة.
- الخفاف، إيمان؛ كريم، ليلي؛ زيدان، زينب (2017). *الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال*. مجلة العلوم النفسية، 2017(25)، 217 – 244.
- بن رحال، أميرة (2020). *الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى مربيات رياض الأطفال: دراسة ميدانية بمدينة المسيلة* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة بو ضياف، الجزائر.
- الرواحية، بدرية محمد يوسف (2016). *التوافق المهني وعلاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة الداخلية* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة نزوى، الجزائر.
- صبيبة، فؤاد؛ كحيلة، ريم؛ ناصر، عبير (2014). *الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية*. دراسة ميدانية. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية - سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، 36 (4)، 359 – 372.
- عبيد، إيمان محمود (2014). *مقياس التوافق المهني*. مجلة البحث العلمي في التربية، 15(1)، 477-489.
- عبيد، ماجدة بهاء الدين (2008). *الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية*، (ط1). عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- علي، نهلة (2020). *دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة*. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 30 (108)، 385 – 434.
- فحجان، سامي (2010). *التوافق المهني والمسئولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة* (دراسة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.
- قريطع، فراس (2017). *الضغوط النفسية لدى المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة*. المجلة الاردنية في العلوم التربوية، 13 (4)، 475 – 486.
- كاظم، زينب محمد (2016). *الضغوط النفسية وعلاقتها بارتقاء النسق القيمي لمعلمات رياض الأطفال -دراسة ميدانية في مدينة بغداد*. مجلة مركز دراسات الكوفة، 1(43)، 241 – 282.
- كركوش، فتيحة (2011). *سيكولوجية طفل ما قبل المدرسة*. ط2. الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية.
- لونيس، سعيده (2019). *الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الابتدائي - دراسة ميدانية بمدارس مقاطعة بئر مراد رايس وسيدي محمد بالجزائر العاصمة*. مجلة البحوث التربوية والتعليمية، 8(1)، 113 – 130.
- المزيدي، حنان؛ والعازمي، بدر (2019). *المشكلات المهنية التي تواجه معلمة رياض الأطفال في دولة الكويت وسبل التغلب عليها*. مجلة العلوم التربوية، 27(2)، 408 – 441.

مغزى، أميمة وبوسنة الوافي زهير (2018). المقاربات النظرية المفسرة للضغوط النفسية، *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، 7(4)، 647 – 667.

مكناسي، محمد (2007). التوافق المهني وعلاقته بضغوط العمل لدى موظفي المؤسسات العقابية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر.

نائف، علي آيبو (2019) *الضغوط النفسية*. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

#### ثانيا: المراجع الأجنبية:

Ali, N. (2020). A study of the relationship between psychological stress resulting from the spread of the novel coronavirus and psychosomatic disorders among working women (in Arabic). *The Egyptian Journal of Psychological Studies*, 30 (108), 385-434.

Al-Khafaf, I.; Karim, L. & Zidane, Z. (2017). Psychological stress among kindergarten teachers (in Arabic). *Journal of Psychological Sciences*, 2017(25), 217-244.

Al-Muzaidi, H. & Al-Azmi, B. (2019). Professional problems facing kindergarten teachers in the State of Kuwait and ways to overcome them (in Arabic). *Journal of Educational Sciences*, 27(2), 408-441.

Al-Rawahia, B. (2016). *Professional compatibility and its relationship to perceived self-efficacy among a sample of employees in the General Directorate of Education in Al-Dakhiliyah Governorate* (Unpublished Master's Thesis) (in Arabic). University of Nizwa, Algeria.

Amira, K. (2021). *Psychological stress and its relationship to psychological resilience among educators of hearing-impaired children* (Unpublished Master's Thesis) (in Arabic). University of Mohamed Seddik Ben Yahia-Jijel-, Algeria.

Barzwan, H. (2016). The effectiveness of coping strategies in managing psychological stress (in Arabic). *Al-Hikma Journal for Educational and Psychological Studies*, 2(3), 91 – 105.

Bates, R. A., & Dynia, J. M. (2024). Psychological and physiological stress and stressors in early childhood educators: An observational pilot study. *Psychology in the Schools*, 61(4), 1413–1439. <https://doi.org/10.1002/pits.23118>

Ben Rahhal, A. (2020). *Psychological stress and its relationship to professional compatibility among kindergarten teachers: A field study in the city of Al Musila* (Unpublished Master's Thesis) (in Arabic). University of Boudiaf, Algeria.

Caven, M., Khanani, N., Zhang, X., & Parker, C. E. (2021). Center- and program-level factors associated with turnover in the early childhood education workforce (rel 2021-069). Institute of Education Science. <http://ies.ed.gov/ncee/edlabs>

Cecho, R., Švihrová, V., Čecho, D., Novák, M., & Hudečková, H. (2019). Exposure to mental load and psychosocial risks in kindergarten teachers. *Slovenian Journal of Public Health*, 58(3), 120–128. <https://doi.org/10.2478/sjph-2019-0016>

El-Khodary B, Christensen I, Abou-Dagga S, Raji S and Lyden S. (2021) Palestinian and Norwegian Kindergarten Teachers' Perspectives on Psychosocial Support: A Qualitative Study. *Front. Psychol.* 12:761303. doi:10.3389/fpsyg.2021.761303

Fahjan, S. (2010). *Professional compatibility, social responsibility and their relationship to ego resilience among special education teachers* (Unpublished Master's Thesis) (in Arabic)., Islamic University, Gaza.

Ferguson, K.; Frost, L.; Hall, D. (2012). Predicting teacher anxiety, depression, and job satisfaction. *J. Teach. Learn.*, 8, 27–42.

Hassan, N. (2005, 10 – 11 April). *Preparing early childhood teachers in light of quality* (in Arabic). A paper presented to the Arab Conference Arab Conference for Kindergarten Teachers (Preparation - Training - Care) in Light of Integration between Sciences, Arab Republic of Egypt: Cairo University.

- Jaber, T. (2022). Perceived self-efficacy and methods of coping with psychological stress as predictors of professional competence among kindergarten teachers (in Arabic). *Journal of Childhood Research and Studies, Faculty of Early Childhood Education. Beni Suef University*, 4(8), 1201-1274.
- Karkoush, F. (2011). *Psychology of the preschool child ( 2<sup>nd</sup> ed.)* (in Arabic). Algeria: Diwan of Algerian Publications.
- Katea, Z. (2016). Psychological stress and its relationship to the advancement of the value system of kindergarten teachers - a field study in the city of Baghdad (in Arabic). *Journal of the Center for Kufa Studies*, 1 (43), 241 – 282.
- Li, Y., & Zhang, R. C. (2019). Kindergarten teachers' work stress and work-related well-being: A moderated mediation model. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 47(11), 1–11. <https://doi.org/10.2224/sbp.8409>
- Li, Z., & Li, J.-B. (2020). The Association between Job Stress and Emotional Problems in Mainland Chinese Kindergarten Teachers: The Mediation of Self-Control and the Moderation of Perceived Social Support. *Early Education and Development*. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10409289.2019.1669127>
- Lounis, S. (2019). Professional stress and its relationship to professional compatibility among a sample of primary school teachers - a field study in schools in the district of Bir Murad Rais and Sidi Mohamed in Algiers (in Arabic). *Journal of Educational and Teaching Research*, 8 (1), 113 – 130.
- Maghzi, U. & Bosinna, A. (2018). Theoretical approaches explaining psychological stress (in Arabic). *Journal of Human and Social Sciences*, 7(4), 647 - 667.
- Maknasi, M. (2007). *Professional compatibility and its relationship to work stress among employees of penal institutions* (Unpublished Master's Thesis) (in Arabic). University of Mentouri Constantine, Algeria.
- Naif, A. (2019). *Psychological stress* (in Arabic). Alexandria: Dar Al-Ma'rifah University.
- Penttinen, V., Pakarinen, E., Von Suchodoletz, A., & Lerkkanen, M.-K. (2020). Relations between Kindergarten Teachers' Occupational Well-being and the Quality of Teacher-child Interactions. *Early Education and Development*, 31(7), 994–1010. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020.1785265>
- Quraita, F. (2017) Psychological stress among teachers and its relationship to life satisfaction (in Arabic). *Jordanian Journal of Educational Sciences*, 13 (4), 475 – 486.
- Sabira, F.; Kahila, R. & Nasser, A. (2014). Psychological stress and its relationship to professional compatibility among a sample of male and female teachers in the primary education stage in Lattakia Governorate. A field study (in Arabic). *Tishreen University Journal for Scientific Research and Studies - Arts and Humanities Series*, 36 (4), 359-372.
- Obaid, I. (2014). Professional compatibility scale (in Arabic). *Journal of Scientific Research in Education*, 15 (1), 489-477.
- Obaid, M. (2008). *Psychological stress, its problems and its impact on mental health, (1<sup>st</sup> ed.)* (in Arabic). Amman: Safaa Publishing and Distribution House.