مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

أثر استراتيجيات مواجهة الضغوط في كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت

إعداد

أ/ زبيدة سعيد العجمي

مدرب متخصص (ج) - مكتب التربية العملية - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

أ/ ربيعة غلوم أشكناني

مدرب متخصص (ب) - مكتب التربية العملية - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت

المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥م

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

المستخلص:

العنوان: " أثر استراتيجيات مواجهة الضغوط في كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت ".

يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت، والتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالأداء المهني من خلال مستوى استخدام تلك الاستراتيجيات. اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، وطبق على عينة قوامها (٦٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت. ولجمع البيانات استُخدمت مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط اعداد: بن عمر وآخرون (٢٠٢٢)، ومقياس كفاءة الأداء المهني بأبعاده (المعرفي، المهاري، الشخصي، الانفعالي) اعداد: هاجر نصر الدين أحمد (٢٠٢٠). أظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين جميع أبعاد استراتيجيات المواجهة وكفاءة الأداء المهني، كما تبين أن استراتيجيات المواجهة تُسهم في التنبؤ بمستوى الأداء المهني بما نسبته (٧٧%) من التباين، إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المعلمات ذوات المستوى المرتفع في استخدام استراتيجيات المواجهة. وتؤكد النتائج أهمية تمكين المعلمات من توظيف استراتيجيات مواجهة الضغوط لتعزيز كفاءتهن المهنية

الكلمات المفتاحية: *استراتيجيات مواجهة الضغوط _ كفاءة الأداء المهني – معلمات رياض الأطفال.*

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

The Impact of Stress Coping Strategies on the Professional Performance Efficiency of Kindergarten Teachers in the State of Kuwait

Abstract:

The present research aims to explore the relationship between stress-coping strategies and professional performance efficiency among kindergarten teachers in Kuwait, and to examine the extent to which professional performance can be predicted by the level of using these strategies. The study adopted the descriptive correlational method and was applied to a sample of (60) kindergarten teachers in Kuwait. Data were collected using the Stress-Coping Strategies Scale developed by Ben Omar et al. (2022), and the Professional Performance Efficiency Scale with its dimensions (cognitive, skill-based, personal, and emotional) developed by Hagar Nasr El-Din Ahmed (2020). The findings revealed statistically significant positive correlations between all dimensions of stress-coping strategies and professional performance efficiency. Moreover, coping strategies explained 77% of the variance in professional performance efficiency. Significant differences were also found in favor of teachers with a high level of coping strategy use. These results highlight the importance of empowering teachers to employ effective coping strategies to enhance their professional competence.

Key words: *Stress Coping Strategies – Professional Performance Efficiency – Kindergarten Teachers*

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

المقدمة:

تُعدّ معلمة رياض الأطفال حجر الأساس في العملية التعليمية بمرحلة الروضة، إذ تتحمّل المسؤولية الأكبر في تحقيق أهداف هذه المرحلة التربوية، من خلال دورها في تشكيل الملامح الأولى لشخصية الطفل، والكشف عن مواهبه وقدراته وإمكاناته، إلى جانب القيام بعمليات التعليم والتدريب والتوجيه والمتابعة التي تُسهم في تحقيق النمو الشامل للأطفال. غير أن تعدّد هذه المسؤوليات وتنوعها قد يعرّض المعلمة لضغوط مهنية ناتجة عن متطلبات العمل وتحدياته، خاصة عندما تشعر بعدم قدرتها على مواجهة الأعباء المرتبطة بمهنة التدريس، مما يهدد استقرارها النفسي ويؤدي إلى ارتفاع مستويات الانفعال السلبي لديها، وما يصاحبه من استجابات سلوكية انعكاسية لتلك الضغوط، كما أن الضغوط المهنية لدى معلمة رياض الأطفال تتمثل في مجموعة من المثيرات النفسية التي تواجهها أثناء أداء مهامها داخل الروضة، والتي تُشعرها بالقلق والتوتر، وتحدّ من فاعليتها وكفاءتها في العمل، وترتبط هذه المثيرات ببيئة العمل المحيطة، وبالإدارة المدرسية، وعلاقاتها مع زملاء المهنة (أحمد، وعبد المجيد، وصبرة، ٢٠٢٣، ٣٣).

وينعكس الأداء المهني للمعلم بشكل إيجابي على فهم المعلم لطبيعة عمله وأدواره المتعددة داخل الصف الدراسي وخارجه، كما يرتبط هذا الأداء بقدرته على إنجاز تلك الأدوار وتحقيق الأهداف التربوية على كافة مستوياتها، ومع الأخذ في الاعتبار التطورات التكنولوجية، والدور الهام للمستحدثات التكنولوجية في مجال التعليم والتدريب، فقد اشار العديد من الباحثين إلى أهمية الفصول الافتراضية في هذا المجال (العمري، واسماعيل، ٢٠١٩، ١٥٦).

تعد مهنة التدريس من أكثر المهن إثقالاً بالضغوط ، والواقع أن التعليم قد صار في الوقت الراهن مهنة معقدة تتطلب مستويات عالية من المعارف والكفاءات والمهارات، واستمرارية في تنميتها، وهي لذلك تزخر بالعديد من الأعباء والمطالب والمسئوليات وبشكل متزايد ومستمر، كما أنها قد تتسم بغموض الدور المهني وصراع الدور، ونقص المكانة الاجتماعية، والعزلة الاجتماعية، ونقص التقدير المادي، وغير ذلك مما صار يؤلف

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

اهتماماً علمياً لدى بعض الباحثين يعرف بالضغوط النفسية للمعلمين، ويتطلب التعامل مع الضغوط النفسية إستراتيجيات متنوعة لمواجهتها وهي تختلف حسب طبيعة المواقف الضاغطة ومهارات واتجاهات الأفراد للتكيف معها ويستخدم فيها الفرد مجموعة من المهارات والاتجاهات التي يستخدمها الفرد للتكيف. واستراتيجيات المواجهة هي التي يبذلها الفرد للتغلب والسيطرة على المشكلات والأحداث الضاغطة أو تحملها أو التقليل منها سواء كانت هذه الجهود تقنية أو سلوكية أو انفعالية أو دينية أو معرفية ولذلك فإن إدراك الشخص المهارات وأساليب المواجهة يساعده في التعامل الناجح مع الضغوط النفسية (الخالدي، ٢٠١٨، ٥٧).

وتعد استراتيجيات المعلمين في التعامل مع المشكلات والضغوط المهنية من الكفايات الأساسية اللازمة للإدارة الصفية، لا سيما أن الإدارة الفعالة للصف الدراسي تمكن المعلم من مواجهة كل ما يقابله من مشكلات والإسهام في تحقيق الوازن والضبط الانفعالي والتوافق بين جميع عناصر العملية التعليمية في الصفوف الدراسية في المراحل كافة، وفي ضوء ما تشهده العملية التربوية من توترات وضغوط مهنية فإن المعلمين يختلفون في تعاملهم وطرق مواجهتهم لهذه الضغوط من خلال الاستراتيجيات التي يتبعونها وكيفية إدراكهم لهذه الضغوط ، حيث أن مهنة التدريس مهنة شاقة لها متطلباتها، ويرتبط نجاح أو فشل العملية التعليمية بأداء المعلم لدوره التربوي، وعليه فإن أي من المؤسسات التعليمية لن تستطيع أن تقدم للمجتمع مخرجات متكاملة تغطي حاجة المجتمع الا إذا كان المعلمون يعيشون أجواء الاستقرار النفسي والإشباع لحاجاتهم وقادرين علي أحداث التوازن في الضغوط التي يتعرضون لها مما يؤثر بصورة واضحة علي شخصياتهم وأدائهم الهمني والتربوي (موسى، ٢٠٢٠، ٤).

وبناءً على ما سبق، يتضح أن الضغوط المهنية التي تواجه معلمات رياض الأطفال قد تُشكّل عائقًا حقيقيًا أمام أدائهن المهني، بما ينعكس سلبًا على جودة العملية التعليمية بأكملها، الأمر الذي يجعل دراسة استراتيجيات مواجهة تلك الضغوط ضرورة علمية وتطبيقية في آن واحد. ففهم طبيعة هذه الاستراتيجيات وفاعليتها يساهم في تعزيز كفاءة

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

الأداء المهني للمعلمات، وتحقيق التوازن النفسي والانفعالي لهن، وهو ما ينعكس بدوره على مستوى النمو الشامل للأطفال. ومن هنا تنبع أهمية هذا البحث في سعيه للكشف عن أثر استراتيجيات مواجهة الضغوط في كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت

مشكلة البحث:

تُعد مهنة التعليم من أكثر المهن تعرضًا للضغوط النفسية والمهنية نظرًا لما تتطلبه من مسؤوليات متشعبة وأدوار متعددة، إذ ينعكس أي قصور في كفاءة المعلم على العملية التعليمية بأكملها. وتزداد حدة هذه الضغوط في مرحلة رياض الأطفال، حيث تتحمل المعلمة مسؤولية تأسيس شخصية الطفل ورعاية نموه الشامل معرفيًا وانفعاليًا واجتماعيًا، الأمر الذي يجعلها في مواجهة مستمرة مع تحديات مهنية ونفسية متزايدة. وفي هذا السياق، تمثل استراتيجيات مواجهة الضغوط آليات فاعلة تسهم في تمكين المعلمة من التكيف مع متطلبات المهنة، والحد من آثار الضغوط السلبية، بما ينعكس إيجابًا على كفاءتها التربوية والمهنية. ومن ثم تبرز الحاجة إلى دراسة أثر هذه الاستراتيجيات في كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت، وذلك بغرض الكشف عن العلاقة بين أساليب المواجهة التي يعتمدنها ومستوى أدائهن، وصولًا إلى مقترحات عملية تسهم في تحسين الأداء والارتقاء بالعملية التعليمية.

ويعتبر المعلم هو أساس العملية التعليمية، فمتى ما أحسن إعداده وتأهيله وتطويره المستمر فستتحسن كفاءة التعليم وجودته، ويكون قادرا على ادائه بصرف النظر عن تخصصه، وتتضمن ما يمتلكه من معارف ومهارات واتجاهات تتعلق بكيفية تدريسه المحتوي العلمي بصورة تحقق الهدف من التعلم بوصفه مسئولا عن تنمية المتعلمين تنمية شاملة (ربيع، وهاشم، والدجيج، ٢٠٢٤، ٢٧١)

وتواجه معلمات رياض الأطفال العديد من الضغوط المهنية التي تنعكس بشكل مباشر على مستوى أدائهن وكفاءتهن التربوية، حيث أوضحت دراسة قويل (2021) أن الاعتماد على استراتيجيات غير تكيفية مثل التجنب أو التنفيس الانفعالي يؤدي إلى

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

ارتفاع مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، بينما كشفت دراسة Ishibashi, Tanaka & Sato (2022) أن تبني استراتيجيات مواجهة تكيفية مثل طلب الدعم الاجتماعي وحل المشكلات يسهم في خفض الإرهاق والحفاظ على مستوى عالٍ من الأداء المهني. كما بينت دراسة أحمد (2023) أن معلمات رياض الأطفال خلال جائحة كورونا استخدمن استراتيجيات متباينة لمواجهة الضغوط، مما أثر على مستوى الكفاءة المهنية لديهن.

ومما سبق تتمثل مشكلة البحث الحالي في السؤال الرئيس التالي:

- ما أثر استراتيجيات مواجهة الضغوط على كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت؟

ويتفرع من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما طبيعة العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت؟

٢- إلى أي مدى يمكن التنبؤ بكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال من خلال استخدامهن لاستراتيجيات مواجهة الضغوط؟

٣- هل يختلف مستوى كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال باختلاف درجة استخدامهن لاستراتيجيات مواجهة الضغوط (منخفضة – متوسطة – مرتفعة)؟

أهداف البحث:

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

١- الكشف عن طبيعة العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت.

٢- التعرف على إمكانية التنبؤ بكفاء الأداء التربوي والمهني لدى معلمات رياض الأطفال من خلال استخدامهن لاستراتيجيات مواجهة الضغوط.

٣- التعرف على مدى تأثير استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط على مستوى كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

أهمية البحث:

أ)- الأهمية النظرية للبحث: تتمثل الأهمية النظرية للبحث الحالي فيما يلي:

١- إبراز الدور الذي تلعبه استراتيجيات مواجهة الضغوط في تفسير كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال، وهو ما يضيف إلى الأدبيات التربوية والنفسية في مجال الطفولة المبكرة.

٢- المساهمة في بناء إطار نظري يوضح طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية وأساليب مواجهتها وبين جودة الممارسة التربوية، بما يساعد الباحثين في دراسات لاحقة.

ب)- الأهمية العملية: تتمثل الأهمية العملية للبحث الحالي فيما يلي:

١- تقديم مؤشرات عملية حول إمكانية التنبؤ بمستوى كفاءة الأداء المهني استناداً إلى استراتيجيات مواجهة الضغوط، وهو ما يفيد في تصميم أدوات للتقويم والمتابعة.

٢- مساعدة القائمين على إعداد البرامج التدريبية في وزارة التربية بدولة الكويت على إدماج استراتيجيات مواجهة الضغوط ضمن خطط التنمية المهنية للمعلمات.

٣- دعم المعلمات بمهارات فعّالة لمواجهة الضغوط اليومية، بما ينعكس إيجاباً على أدائهن داخل الصف وخارجه، وبالتالي على جودة التعلم في مرحلة رياض الأطفال.

مصطلحات البحث:

١- **استراتيجيات مواجهة الضغوط strategies for coping with stress**: "هي الطريقة التي يستخدمها الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة التي يتعرض لها في الحياة، ويجب عليه التعامل معها فهى تساعده على التعامل مع الضغوط عن طريق تخفيفها أو تعديلها أو إزالتها (القاضي، بدوي، وعبد الفتاح، ٢٠٢٣، ٧٦٢)

وتعرفها الباحثة اجرائياً بأنها " الطرق والسلوكيات التي يلجأ إليها الأفراد –عن وعي أو بشكل تلقائي– للتعامل مع المواقف الضاغطة والتخفيف من آثارها الانفعالية والمعرفية والجسمية، ويُقاس ذلك من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها المعلمات على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المستخدم في البحث الحالي"

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

٢- **الأداء المهني:** يعرف العتيبي (٢٠١١، ٧) الأداء المهني للمعلم بأنه "جميع سلوكيات وممارسات المعلم التي يتم انجازها داخل أو خارج المدرسة، وتتكامل فيما بينها لتشكل قوة دافعة لعمليات تعلم التلاميذ باعتبارها الرسالة الأساسية للمدرسة.

وتعرفه الباحثة اجرائياً بأنه "مستوى كفاءة المعلمة في تنفيذ مهامها التربوية والتعليمية والإدارية داخل الروضة، كما يُقاس بالدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلمات على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المستخدم في البحث الحالي.

الإطار النظري:

أولاً: استراتيجيات مواجهة الضغوط strategies for coping with stress :

تُعد الضغوط النفسية من الظواهر العالمية متعددة المصادر وكثيرة الحدوث في حياة الأفراد، وقد ازداد الاهتمام بدراستها لما لها من آثار سلبية على الأداء النفسي والمهني والصحي للأفراد، إذ ترتبط بارتفاع نسب الغياب وانخفاض الإنتاجية وتزايد الحوادث المهنية، وقد عرّف سارافينو Sarafino الضغوط النفسية بأنها «حالة تنتج حين يقود التفاعل بين الشخص والبيئة إلى إدراك تناقض حقيقي أو غير حقيقي . بين المطالب الناتجة عن الموقف والموارد البيولوجية والسيكولوجية والاجتماعية للفرد، كما يشير كرياكو Cyriacouإلى أن الضغوط هي حالة من الإجهاد النفسي والبدني تنتج عن المواقف المحبطة أو المزعجة وتتمخض عنها انفعالات غير سارة كالتوتر والغضب والإحباط؛ كما تعرف أساليب مواجهة الضغوط النفسية بأنها «المحاولة التي يبذلها الفرد لإعادة اتزانه النفسي والتكيف مع الأحداث التي يدرك تهديداتها الآنية والمستقبلية»؛ كما أنها استراتيجيات توافقية متعلمة مكتسبة تستخدم للسيطرة على أزمات الحياة وظروفها الضاغطة وتساعد الفرد في الحصول على التوازن في الحياة اليومية الضاغطة وهي عملية وظيفتها خفض أبعاد المنبه الذي يدركه الفرد أنه مهدد له (الضريبي، ٢٠١٠، ٦٧٢- ٦٧٦).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

كما تعرف استراتيجيات مواجهة الضغوط بأنها الطريقة التي يستخدمها الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة التي يتعرض لها في الحياة، ويجب عليه التعامل معها فهي تساعده على التعامل مع الضغوط عن طريق تخفيفها أو تعديلها أو إزالتها (القاضي، بدوي، وعبد الفتاح، ٢٠٢٣، ٧٦٢)؛ وتتطلب إدارة الضغوط توجيه القدرات والسلوكيات الشخصية نحو تحقيق الأهداف من خلال إدراك قيمة الوقت، التخطيط، التنفيذ، والتقويم، والتعامل مع التأجيل، كما أن إدارة الضغوط تتمثل في قدرة الفرد على توجيه مشاعره وأفكاره وإمكاناته نحو الأهداف التي يصبو إليها باستخدام مهارات مثل الثقة بالنفس، الدافعية الذاتية، وإدارة الانفعالات (الخطيب، ٢٠٢١، ص ٣٧٣).

التصنيفات لأساليب واستراتيجيات المواجهة:

تعددت التصنيفات لأساليب واستراتيجيات المواجهة فمنها من صنفها إلى مواجهة مركزة نحو الانفعال الصادر ومواجهة مركزة على المشكلة ذاتها، ومنهم من صنفها إلى مواجهة إقداميه وإحجاميه، وعلى أنها استجابات لهذه المواجهة استجابات انفعالية، فسيولوجية سلوكية) (عبد الرحمن العيسوي، ٢٠٠٨، ٨٧) وذلك تبعا للنظريات أو التوجهات النظرية التي يتبناها كل منهم، وقد صنفت الباحثة اساليب مواجهة احداث الحياة الضاغطة إلى:

١)- أساليب إقداميه وهي تلك الجهود المعرفية والسلوكية التي يوظفها الفرد في اقتحام الحدث وتجاوز آثاره وذلك من خلال الطرق الإيجابية الآتية:

أ- التحليل المنطقي بهدف فهم وتحليل الحدث والتهيؤ الذهني له ولمترتباته.

ب- إعادة التقييم الإيجابي بهدف استجلاء الموقف وإعادة بنائه بطريقة إيجابية مع محاولة تقبل الواقع كما هو.

ج- البحث عن المساعدة والمعلومات بهدف الوصول للمعلومات والإرشادات المتعلقة بكيفية التعامل مع الحدث والمساعدة من الآخرين أو مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطها بهذا الحدث.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

د- إستخدام إسلوب حل المشكلات بهدف التصدي للحدث الضاغط بصورة مباشرة بدراسته ووضع الحلول المقترحة له وإنهاء الحدث بشكل فرضي (الرزاز، ٢٠١٩، ٧٥٤):

٢)_ أساليب إحجاميه هي تلك الجهود المعرفية والمحاولات السلوكية التي يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير فيها وذلك من خلال الطرق السلبية الآتية:

أ- الإحجام المعرفي بتجنب التفكير الواقعي والممكن للحدث الضاغط.

ب- التقبل والاستسلام بالإذعان وترويض النفس لتقبل الحدث ومحاولة نسيانه مع

ج- ايهام النفس بعدم القدرة على مواجهته.

د- البحث عن الإثباتات البديلة بالاشتراك في أنشطة بديلة وخلق مصادر جديدة للإشباع أثناء تعرضه للحدث.

و- التنفيس الانفعالي بالتعبير اللفظي والفعلي عن مشاعره السلبية لخفض التوتر الناتج من الحدث الضاغط

وتتضمن استراتيجيات مواجهة الضغوط نوعين أساسيين:

- الأساليب الإيجابية (البنّاءة) :مثل التقييم الإيجابي للمشكلة، إعادة تنظيم الذات، البحث عن الدعم الاجتماعي، والتخطيط لحل المشكلات.

- الأساليب السلبية (غير البنّاءة) :مثل التنفيس الانفعالي، التجنب، والانسحاب من المواقف الضاغطة.

وقد أظهرت نتائج دراسة ميدانية أن العاملين الذين يستخدمون أساليب إيجابية أكثر في مواجهة الضغوط يميلون إلى أداء وظيفي أفضل مقارنة بمن يعتمدون على الأساليب السلبية (الضريبي، ٢٠١٠، ص ٦٧٠).

أسباب حدوث الضغوط لدى معلمات رياض الأطفال:

حدد الباحثون عوامل عديدة تؤدي إلى ضغط كبير تعاني منه معلمة الروضة خصوصاً إذا كانت مبتدئة، خاصة إذا لم يكن هناك دعم من المشرفين والمدراء (Schlichtel, Yssel& Merbler, 2005) ومن بين العوامل المسببة للضغوط لدى المعلمة تدخل أولياء أمور الأطفال في عملها، فكثير من الآباء يجادلون المعلمات في

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

عملهن ويشككون في قدراتهن وكفاءتهن مما يهز ثقة المعلمة بنفسها ويقلل من كون مهنة التعليم ذات أهمية، كما تؤدي هذه الضغوط إلى سلب المعلمة هويتها المهنية المتخصصة دون غيرها من المهن الأخرى في المجتمع فالمعلمة تصاب بالضغط النفسي في ظل العوائق التي تحول دون قيامها بمهمتها المهنية بشكل كامل مما يصيبها الإحباط وضعف الدافعية، ويمكن إجمال هذه الأسباب في:

أسباب شخصية تلعب سمات شخصية المعلمة دوراً في حدوث الضغوط فالمعلمة التي تتفاني في عملها وترغب في تحقيق أهدافها بأعلى درجة من النجاح تتعرض لظاهرة الضغوط أكثر من غيرها، أسباب اجتماعية: يتوقع المجتمع من المعلمة أن تقوم بدور أكبر في تربية النشء دون النظر إلى أن هناك مدخلات متعددة تؤدي دورها في تكوين شخصية المعلمة، مثل مدى الكفاءة المهنية للمعلمة، ومدى توافر روح التعاون والمحبة بين المعلمات وغيرها من العوامل أسباب وظيفية: تتعلق هذه المجموعة من العوامل بعدى ما يستطيع هذا العمل تأمينه للمعلمة من حاجات معيشية أساسية كالمسكن، والتأمين الصحي وهذه الحاجات لها أهميتها في تكوين شخصية سوية تتمتع باحترام الذات والاستقلالية، ومهما كانت أسباب الضغوط فإنها تجعل من بيئة العمل جواً ضاغطاً يؤثر سلباً في تفاعلاتها وعلاقاتها داخل الروضة ونقص القدرة على العمل والإجهاد النفسي والبدني (الشريف، وعلي، وسعيد، ٢٠٢٢، ٤٥٥).

ثانياً: الأداء المهني Professional Performance:

يرتبط مفهوم الأداء المهني بمفهوم الأداء التدريسي لدى العديد من الباحثين، حيث يتم تعريف الاداء التدريسي على نحو مقارب لمفهوم الأداء المهني، وذلك باعتبار أن التدريس يمثل الجانب الأكبر في عمل المعلم، وعلى هذا الأساس، ويعرف الأداء التدريسي باعتباره العمليات التعليمية التي يقوم بها المعلم بهدف تحسين عملية التعلم وتنمية مهارات وقدرات وميول الطلبة، لتحقيق مخرجات تعليمية فعالة، باتباع إجراءات تدريسية متكاملة، ويعرف الشاوي والشميمري الاداء التدريسي باعتباره مفهوم شامل لكل

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

من المعارف والمهارات والميول اللازمة للمعلم والمرتبطة بمهنة التدريس (Alshawi & Alshumaimeri, 2017, 43)

ويمثل الأداء المهني مفهوم شامل لكل ما يقوم به المعلم من سلوكيات وممارسات خاصة بالتخطيط، واستراتيجيات التدريس، والمناقشة، وإدارة الصف، وتوجيه الأسئلة، كل ما يرتبط بعمل المعلم داخل الصف وخارجه من معارف ومهارات وميول، وترتبط المهارات بالأداء المهني للمعلم بشكل خاص، ويتضح مدى الارتباط بين مهارات التدريس والأداء المهني للمعلم، حيث تشكل تلك المهارات الجانب الأكبر من الأداء المهني للمعلم داخل الصف الدراسي وخارجه، وترتبط بمقدرته على تنفيذ أهداف العملية التعليمية بشكل عام وأداء دوره المهني، حيث يتطلب أداء كل جانب من الجوانب التي سبق إليها من سلوكيات وممارسات المعلم في التعريفات السابقة بمهارات محددة (العمري، إسماعيل، ٢٠١٩، ١٦٤).

ويُعرَّف الأداء المهني لمعلمات رياض الأطفال بأنه مجموعة من المعارف، المهارات، والسلوكيات المهنية التي تُمارسها المعلمة داخل بيئة رياض الأطفال، وتُمكِّنها من أداء دورها التربوي بكفاءة. ويشمل هذا الأداء عدة أبعاد مترابطة، من أبرزها:

- المعرفة التخصصية والتربوية :إذ تمتلك المعلمة فهماً عميقاً لنمو الطفل في المراحل المبكرة، والمناهج التعليمية المناسبة، وأنماط التعلم لدى الأطفال الصغار، مما يعزز قدرتها على تكييف الأنشطة التعليمية وفق احتياجاتهم.(Kutluca, 2021)

- التخطيط والتنفيذ والتنظيم الفعّال للتدريس :حيث تتمثل كفاءة المعلمة في تصميم أنشطة تعليمية متنوعة وتنفيذها وتنظيمها داخل الصف بفاعلية، بما يعزز بيئة تعليمية محفزة وآمنة.

- التفاعل الاجتماعي–العاطفي مع الأطفال :إذ تُظهر المعلمة حساسية عالية تجاه مشاعر الأطفال، وتدعمهم عاطفياً واجتماعياً، وتشجع على تفاعلهم ومشاركتهم الفعالة داخل الصف.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

- المعتقدات التربوية والكفاءة الذاتية :فمعتقدات المعلمة حول طبيعة التعلم في مرحلة الطفولة، ودرجة ثقتها بقدرتها على التدريس الفعّال، تؤثران بشكل مباشر على جودة التفاعل والدعم الذي تقدمه للأطفال.(Tilbe & Xiaosong, 2024)

- الاحترافية الأخلاقية والتطوير المهني المستمر :ويشمل ذلك التزام المعلمة بمعايير المهنة من أخلاقيات وسلوكيات، والعمل التعاوني مع الزملاء وأولياء الأمور، والانخراط في أنشطة تدريبية مستمرة لتطوير أدائها المهني.(Keshmiri et al., 2023)

وبناءً على ذلك، يمكن تعريف الأداء المهني لمعلمات رياض الأطفال بأنه تكامل بين المعرفة التخصصية، والتنظيم الفعال، والتفاعل العاطفي–الاجتماعي، والمعتقدات المهنية، والالتزام الأخلاقي، والتطوير المستمر، بهدف تقديم تعليم عالي الجودة يتلاءم مع خصائص واحتياجات الطفولة المبكرة.

يُعَد الصف الدراسي مجالًا تطبيقيًا لمعلمي الإدارة وعلم النفس التربوي، حيث يمارس المعلم دوره الإداري من خلال التخطيط والتنظيم، ويطبق في الوقت نفسه مبادئ علم النفس التربوي. ويُظهر نجاح المعلم في الصف من خلال تكامله بين المهارات التعليمية والإدارية، إذ لا يقتصر نجاحه على ما يمتلكه من كفاءات تدريسية، بل يتجلى كذلك في قدرته على إدارة الصف بفاعلية. وتشير الأدبيات إلى أن هذه الكفاءة تتحقق عبر مجموعة من المهارات الأساسية، أبرزها ما يلي (التميمي، ٢٠٠٧: ٦٧):

١- التخطيط :إعداد الدروس بمرونة لتحقيق الأهداف التعليمية واختيار الوسائل المناسبة.

٢- التمكن من المادة :إتقان المحتوى العلمي بما يعزز استيعاب الطلاب وتأثرهم بشخصية المعلم.

٣- الإرشاد والتوجيه :مساعدة الطلبة على التعلم وتنمية قدراتهم الإبداعية وتوظيفها.

٤- الاتصال التربوي :التواصل الواضح والمؤثر عبر لغة مناسبة وصوت متزن وانفعال مضبوط.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

٥- اختيار طرائق التدريس :توظيف الأساليب الملائمة للموقف وحاجات المتعلمين وتنمية التفكير والتعلم الذاتي.

٦- إثارة الدافعية :تعزيز رغبة الطلاب في التعلم من خلال مشاركتهم الإيجابية وارتباط الأهداف بحاجاتهم. ويشار إلى جملة من الأساليب التي يتبعها المعلم لخلق الدافعية لدي تلاميذه منها:

- ربط الأهداف بالحاجات النفسية والعقلية والاجتماعية.
- تناسق النشاط التعليمي مع قدرات وخصائص المتعلمين.
- أثارة المناقشة عندما تكون هناك رغبة في التنافس.
- مهارة التقويم: يعتبر تقويم أداء الطلبة أحد مكونات العملية التعليمية الإدارية في المؤسسات
- التعليمية، لاسيما في ميدان الإدارة الصفية، فهو المعلم بالمعلومات التي تساعده على رسم خططه المستقبلية فهو يعد لذلك وسيلة تخطيطية ورقابية.

معايير الأداء المهني للمعلم:

إن تحديد قائمة بمعايير معتمدة للتنمية المهنية لأداء المعلم واطلاعه عليه ومراجعة عناصر تقويم الأداء الوظيفي للمعلم ليتماشى مع معايير التنمية المهنية والتكامل بين مؤسسات إعداد المعلمين ووزارة التعليم الإعداد المعلم وتزويده بالتغذية الراجعة، وتحسين دافعية المعلمين نحو التدريب المستمر أثناء الخدمة من خلال توفير الحوافز المادية والمعنوية، وأخيار إنذار المعلمين المقصرين واعطاءهم مهلة محدودة لتعويض القصور؛ ويتطلب ان يتوافر في المعلم عدد من معايير الأداء المهني بحيث يتمكن من التعامل مع المتعلمين بطريقة تجعلهم يقبلون على التعلم ومؤسساته، ويحققون نواتج التعلم المطلوبة منهم في مجالاتها المختلفة، وأهم هذه المعايير ما يلي (ربيع، وهاشم، والدجيج، ٢٠٢٤، ٢٧١):

_ فهم آليات التربية القائمة على حركة السوق وتطبيق مفاهيمها.

_ فهم مبادئ التغيير المنظم وتوقع التغيير كعملية ديناميكية وتطبيقها.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

_ الإسهام في تخطيط وتصميم أنشطة تنموية تتحدى التفكير.

_ زيادة المشاركة في تشكيل مجتمع متعلم يتصف بالتطوير والتحسين المستمر.

_ استخدام النتائج التحصيلية للطلاب كأسس في اختيار أشكال أنشطة التنمية المهنية للمعلمين.

ويتضح مما سبق عرضه أن الأداء المهني لمعلمات رياض الأطفال يمثل منظومة شاملة تتكامل فيها الجوانب المعرفية والمهارية والانفعالية والأخلاقية، بما يعزز من قدرة المعلمة على تلبية احتياجات الطفل النمائية والتربوية. كما أن تحسين هذا الأداء لا يقتصر على كفاءات المعلمة الفردية فقط، بل يرتبط أيضًا بعوامل تنظيمية ومؤسسية مثل الإشراف التربوي، والقيادة التعليمية، وبرامج التدريب المستمر، وتوفير بيئة عمل داعمة. ومن ثم، فإن الارتقاء بالأداء المهني للمعلمات يعد ركيزة أساسية لتجويد العملية التعليمية في مرحلة رياض الأطفال، مما يستدعي دراسات تطبيقية تكشف عن واقع هذا الأداء وتبحث في معوقاته وسبل تطويره، وهو ما ستركز عليه الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع.

دراسات سابقة:

المحور الأول: دراسات تناولت استراتيجيات مواجهة الضغوط:

دراسة الرزاز (٢٠١٩): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة وبعض المتغيرات النفسية (الثقة بالنفس، مستوى الطموح، تحمل الغموض) لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية. وقد تكونت العينة من (٢٥٠) طالبة بالفرقة الرابعة بجامعة طنطا، واستخدمت الباحثة مقياس مواجهة ضغوط أحداث الحياة ومقاييس للمتغيرات النفسية قيد الدراسة. وأظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة وكل من الثقة بالنفس، ومستوى الطموح، وتحمل الغموض، كما تبين أن هذه المتغيرات تسهم في التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط لدى أفراد العينة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

دراسة قويل (٢٠٢١): هدفت إلى استكشاف العلاقة بين الاحتراق النفسي ومستويات استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المربين العاملين مع فئات الطفولة المبكرة، واستخدمت المنهج الارتباطي الوصفي على عينة مكونة من (٨٤) مربيًا ومربية، وأظهرت النتائج اعتماد المشاركين بشكل كبير على استراتيجيات مواجهة انفعالية قصيرة الأمد مثل التجنب والتنفيس الانفعالي، بينما كانت استراتيجيات حل المشكلات والبحث عن الدعم المهني أقل استخدامًا، كما تبين أن ارتفاع الضغوط ارتبط بارتفاع درجات الاحتراق النفسي، وانتهت الدراسة إلى ضرورة توفير برامج دعم نفسي وتدريب على استراتيجيات مواجهة فعالة للحد من آثار الضغوط في بيئة رياض الأطفال.

دراسة بن عمر (٢٠٢٢): هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى مربيات رياض الأطفال، مع بحث الفروق وفقاً للحالة الاجتماعية وطبيعة التكوين ومستويات الذكاء الانفعالي. تكونت العينة من (٦٠) مربية اختيرن بطريقة عرضية، واستخدم استبيان الذكاء الانفعالي (بن عمور، ٢٠١٦) ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية (جلاب، ٢٠١٩) في إطار المنهج الوصفي، مع التحليل الإحصائي بواسطة برنامج .(SPSS) وأظهرت النتائج أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى المربيات متوسط، ولا توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما لم تظهر فروق تعزى للحالة الاجتماعية أو لطبيعة التكوين أو لاختلاف مستويات الذكاء الانفعالي.

دراسة الشريف (٢٠٢٢): هدفت إلى دراسة مستويات التعاطف وأساليب مواجهة الضغوط لدى معلمات رياض الأطفال، والعلاقة بينهما، واختبار الفروق في التعاطف وأساليب مواجهة الضغوط وفقا لمتغير عدد سنوات الخبرة. تم اختيار عينة مكونة من (١٠٠) معلمة من الروضات الخاصة في مدينتي اللاذقية وجبلة. استخدام مقياس التعاطف من إعداد ستيكال (Steckal, 1994) ترجمة الباحثة، ومقياس د. عبد الله محمد الضريبي ضمن رسالته لنيل درجة الدكتوراه في جامعة دمشق عام (٢٠١٠ – ٢٠١١) لأساليب مواجهة الضغوط، واتبعت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي. أشارت النتائج إلى وجود

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

مستوى متوسط من التعاطف وأساليب مواجهة الضغوط لدى معلمات رياض الأطفال، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التعاطف وأساليب مواجهة الضغوط، ووجود فروق دالة إحصائيا في التعاطف وأساليب مواجهة الضغوط تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة.

دراسة إيشيباشي وتاناكا وساتو (Ishibashi, Tanaka & Sato, 2022) : أُجريت دراسة بعنوان "الإرهاق المهني لدى معلمات رياض الأطفال والعوامل المرتبطة به"، هدفت إلى دراسة العلاقة بين ضغوط العمل واستراتيجيات التأقلم والإرهاق المهني لدى معلمات رياض الأطفال. طُبّق تصميم وصفي مقطعي باستخدام استبيانات ذاتية على عينة من ٢١٠ معلمات رياض أطفال في جميع أنحاء اليابان. أشارت النتائج إلى أن ارتفاع ضغوط العمل يرتبط ارتباطًا وثيقًا بارتفاع مستويات الإرهاق المهني، بينما ارتبط استخدام استراتيجيات التأقلم التكيفية – مثل طلب الدعم الاجتماعي، وإدارة الوقت، والتأقلم المُركّز على حل المشكلات – بانخفاض درجات الإرهاق المهني. وخلصت الدراسة إلى أن توفير تدريب مُنظّم على استراتيجيات التأقلم القائمة على الأدلة يُمكن أن يُخفّف التوتر ويُحسّن الصحة النفسية للمعلمات.

دراسة اجيابون (Agyapong et al, 2023): هدفت الدراسة إلى مسح الأدبيات المنشورة خلال السنوات الخمس الأخيرة بغرض تحديد التدخلات النفسية والبرنامجية المستخدمة للحد من الضغوط والاحتراق المهني لدى المعلمين، مع إمكانية الإفادة من نتائجها في بيئات رياض الأطفال. اعتمد الباحثون منهج المراجعة الشاملة (Scoping Review)وفق معايير إدخال محددة، وأسفر التحليل عن (٤٠) دراسة من قارات متعددة. وتبين أن أكثر التدخلات فاعلية كانت برامج اليقظة الذهنية، تليها برامج العلاج السلوكي المعرفي(CBT) ، ثم التدخلات المدمجة مثل اليوغا مع اليقظة. كما أظهرت النتائج أن التدخلات المؤسسية كتحسين بيئة العمل والدعم الاجتماعي تحقق فوائد على المدى القصير والمتوسط، لكنها تتطلب استدامة لضمان الأثر طويل الأمد. وأكدت النتائج أن التدخلات قصيرة المدى تقلل من التوتر والإرهاق العاطفي بكفاءة متوسطة، في حين

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

يستلزم تحقيق أثر مستدام دمجها في السياسات التدريبية والمؤسسية. وخلصت الدراسة إلى دعم إدخال برامج عملية مثل اليقظة الذهنية والتدريب على ضبط الانفعال و CBTمع تعزيز الدعم المؤسسي، مع ضرورة تكييف هذه التدخلات وفق خصوصية بيئات رياض الأطفال.

دراسة أحمد، عبد الرحمن أحمد (٢٠٢٣) : هدفت إلى الكشف عن الاستراتيجيات التي استخدمتها معلمات رياض الأطفال للتكيف مع الضغوط المهنية الناتجة عن ظروف العمل خلال الجائحة، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي عبر استبانة إلكترونية طُبقت على عينة مكوّنة من (١٢٠) معلمة رياض أطفال من مختلف المحافظات المصرية، وتوصلت النتائج إلى أن أكثر الاستراتيجيات شيوعًا كانت طلب الدعم الاجتماعي من الزملاء والإدارة، وتنظيم الوقت وتقليل المهام غير الضرورية، واستخدام استراتيجيات انفعالية كالتنفيس والتأمل، كما تبين وجود فروق دالة تعزى لسنوات الخبرة، واستنتجت الدراسة الحاجة إلى برامج تدريبية مهنية لتعزيز استراتيجيات المواجهة الفعالة وتقليل الآثار السلبية للضغوط المهنية.

دراسة عبد الله (٢٠٢٣): استهدفت التعرف إلى مستوى إدارة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، والفروق في ذلك تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجات/غير متزوجات) وسنوات الخدمة. استخدم المنهج الوصفي، وطبّق على عينة عشوائية من (٢٥٠) معلمة من مديريات تربية محافظة النجف الأشرف (النجف، الكوفة، المناذرة) للعام الدراسي ٢٠٢١–٢٠٢٢، وطوّرت الباحثة مقياساً لإدارة الضغوط النفسية مستنداً إلى نظرية لازاروس وفولكمان، يتكوّن من (٦٠) فقرة موزعة على أربع استراتيجيات: التجنب، الدعم الاجتماعي، البحث عن المعلومات، والتعويض، وقد تحقق صدقه وثباته بأساليب إحصائية متنوعة (المجموعتين المتطرفتين، الاتساق الداخلي، إعادة الاختبار، ومعامل كرونباخ ألفا، وأظهرت النتائج أن معلمات رياض الأطفال يتميزن بقدرة جيدة على إدارة الضغوط النفسية، وأن المتزوجات منهن يمتلكن استراتيجيات أكثر فاعلية مقارنة بغير المتزوجات.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

دراسة كويجت، وسيزر (Koçyiğit & Sezer, 2024) : هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط التي يواجهها مربّيات رياض الأطفال وأنماط استجاباتهم واستراتيجياتهم في المواجهة، واعتمدت المنهج الوصفي، إذ جُمعت البيانات باستخدام المقابلات شبه مهيكلة ثم حُلّلت بطريقة تحليل المحتوى، وطبقت الدراسة على عينة من (٣٦) مربية ومربياً من مؤسسات حضرية حكومية وخاصة تعمل مع الأطفال من ٠–٦ سنوات، وأظهرت النتائج ظهور استراتيجيات مختلطة تمثلت في سلوكيات نشطة موجهة نحو المشكلة كإعادة تنظيم الأنشطة والتواصل مع الإدارة أو أولياء الأمور وتعديل أساليب التعامل مع الطفل، إلى جانب استراتيجيات سلبية تجنبية كالابتعاد المؤقت والصمت والانسحاب الانفعالي، كما تبين أن بعض المعلمات استخدمن دعم الزملاء والأسرة كمصدر رئيسي للتخفيف بينما لجأت أخريات إلى أساليب فردية مثل الاسترخاء القصير أو النوم أو الأنشطة الترفيهية عند الضغوط اليومية، كما أن أحداثاً معينة مثل طوابير النوم أو الوجبات أو سلوكيات الأطفال العدوانية تحدد لحظات ذروة الضغوط وتؤثر في اختيار الاستراتيجية، وانتهت الدراسة إلى التوصية بضرورة توفير تدريب مؤسسي على استراتيجيات المواجهة الموجهة نحو المشكلة وتعزيز الدعم المؤسسي وزيادة الموارد لتقليل اللجوء إلى استراتيجيات تجنبية قصيرة الأمد.

دراسة سيبل كوتشيجيت (Sibel Koçyiğit, 2024): هدفت الكشف عن أهم مسببات التوتر التي يوجهها المعلمون والاستراتيجيات التي يستخدمونها للتأقلم معها. استخدمت الدراسة مقابلات شبه منظمة مع عينة عشوائية من ٣٠ معلمًا لمرحلة ما قبل المدرسة في تركيا. كشفت النتائج أن أكثر مسببات التوتر شيوعًا هي عبء العمل، وسلوكيات الأطفال الصعبة، وصعوبات التواصل بين أولياء الأمور والمعلمين، ونقص الموارد، وأن المعلمين اعتمدوا بشكل رئيسي على التكيف العاطفي (الاسترخاء، أخذ فترات راحة)، والتكيف المُركز على حل المشكلات (إعادة تنظيم المهام، طلب الدعم الإداري)، وشبكات الدعم الاجتماعي. وخلصت الدراسة إلى أن التدخلات المؤسسية وبرامج التطوير المهني

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

المستمر ضرورية لتعزيز التكيف الفعال وتقليل مستويات التوتر بين معلمي الطفولة المبكرة.

تعقيب على المحور الأول:

تُظهر الدراسات السابقة تنوعًا في تناولها لموضوع الضغوط المهنية واستراتيجيات المواجهة لدى معلمات رياض الأطفال، حيث ركزت بعض الدراسات (مثل الرزاز، ٢٠١٩ وقويل، ٢٠٢١) على العلاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق المهني أو السمات النفسية، وأكدت على أن الاستخدام المفرط للاستراتيجيات الانفعالية قصيرة الأمد (مثل التجنب والتنفس الانفعالي) يرتبط بانخفاض الكفاءة المهنية وارتفاع مستويات الاحتراق. هذا يفتح المجال للبحث الحالي لدراسة كيف يمكن للاستراتيجيات الأكثر إيجابية (مثل حل المشكلات وطلب الدعم) أن تُحسن من كفاءة الأداء التربوي.

أما الدراسات التي أجريت في السنوات الأخيرة) بن عمر، ٢٠٢٢؛ الشريف، ٢٠٢٢؛ (lshibashi et al., 2022فقد أبرزت أهمية العوامل الشخصية مثل الذكاء الانفعالي والتعاطف في تعزيز قدرة المربيات على مواجهة الضغوط. هذه النتائج تشير إلى أن فعالية الأداء التربوي والمهني ليست فقط نتاج استراتيجيات المواجهة المباشرة، بل ترتبط أيضًا بالسمات الانفعالية والاجتماعية للمعلمات، مما يعزز أهمية تضمين هذه المتغيرات في الدراسة الحالية.

في المقابل، ركزت بعض الدراسات(Agyapong et al., 2023) ؛ أحمد، ٢٠٢٣؛ عبد الله، ٢٠٢٣ (على الأبعاد المؤسسية والتنظيمية، حيث أشارت إلى أن الدعم الاجتماعي والإداري، والتدريب المهني، وتبني برامج مؤسسية مثل اليقظة الذهنية أو المعالجة المعرفية السلوكية، تسهم في خفض مستويات الضغوط والاحتراق وتحسين جودة الأداء. هذه النتائج تمثل بُعدًا مهمًا يتقاطع مباشرة مع هدف بحثك حول كفاءة الأداء التربوي والمهني، وتدعم الفرضية القائلة بأن الاستراتيجيات الإيجابية الموجهة نحو حل المشكلات يمكن أن تعزز من جودة المخرجات التعليمية.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

أما الدراسات الأحدث(Koçyiğit & Sezer, 2024) ؛ (Sibel Koçyiğit, 2024 فقد أظهرت بوضوح أن الاستراتيجيات المختلطة بين المواجهة النشطة (إعادة تنظيم الأنشطة، طلب الدعم المؤسسي) والانسحابية (التجنب، الصمت) هي الأكثر شيوعًا بين معلمات رياض الأطفال، وأن التدخلات المؤسسية وبرامج التدريب المستمر ضرورية لتحويل هذه الاستراتيجيات إلى أنماط أكثر فاعلية. هذه النتائج تسند فكرة بحثك وتؤكد أن تبني استراتيجيات المواجهة الملائمة قد ينعكس بشكل مباشر على كفاءة الأداء المهني للمعلمات في الكويت.

المحور الثاني: دراسات تناولت الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال:

دراسة العنجري (٢٠١٧): هدفت الدراسة إلى التعرف على السمات الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال، ومقومات الأداء المهني (الوظيفي) لديهن، إضافة إلى فحص العلاقة بين السمات الشخصية والأداء المهني في دولة الكويت. شملت العينة (١١٤) معلمة، منها عينة استطلاعية قوامها (٣٠) معلمة بنسبة (٢٦.٣٤%)، وعينة أساسية بلغت (٨٤) معلمة بنسبة (٧٣.٦٨%). وقد توصلت النتائج إلى استخلاص خمس سمات شخصية رئيسة لدى معلمات رياض الأطفال هي: الثقة بالنفس، والاتزان الانفعالي، والاجتماعية، والتفاؤل، والقيادة المدرسية. كما تم تحديد أربعة متطلبات أساسية للأداء المهني تمثلت في: الانضباط المهني، والجانب المادي (المكافآت والحوافز الوظيفية)، واتخاذ القرارات المهنية، وتطوير الأداء المهني. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين أبعاد السمات الشخصية ومحاور الأداء المهني (الوظيفي) لمعلمات رياض الأطفال في الكويت، بما يؤكد أهمية السمات الشخصية في تحسين الأداء الوظيفي وتطويره.

دراسة أحمد، ومنسي، وعطا (٢٠٢٠): وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين المرونة المعرفية والأداء المهني لمعلمات رياض الأطفال. تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال في محافظة البحر الأحمر. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام مقياس المرونة المعرفية من إعداد علاء الدين عبد الحميد أيوب،

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

ومقياس الأداء المهني (إعداد الباحثة)، وتم التحقق من دلالات صدقهما وثباتهما. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الأداء المهني وأبعاد المرونة المعرفية.

دراسة سفر وأغا (٢٠٢١): هدفت الدراسة إلى تحديد العوامل المؤثرة في الأداء المهني لمعلمي العلوم في المراحل التعليمية الثلاث بمدارس التعليم العام في دولة الكويت من وجهة نظرهم، وذلك باستخدام المنهج الكمي الوصفي المسحي التحليلي التقويمي. تكونت العينة من (٦٢١) مشاركاً من معلمي العلوم ورؤساء الأقسام في المدارس الحكومية والخاصة، حيث وزعت عليهم استبانة خلال الفصل الدراسي الأول للعام (٢٠١٩–٢٠٢٠م). وقد أظهرت النتائج أن أداء المعلمين يتأثر سلباً بجملة من المعوقات المحيطة بهم، شملت الجوانب الشخصية والاجتماعية والأكاديمية والمهنية والمدرسية والاقتصادية، وقد تبين أن درجة تأثير هذه العوامل كبيرة في تقويم أدائهم المهني. وأوصت الدراسة بضرورة معالجة هذه المعوقات التربوية ووضع حلول مناسبة لها بما يضمن استمرارية الأداء المهني للمعلمين بكفاءة وجودة عالية.

دراسة الصعيدي، والعزب (٢٠٢١): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج مقترح لتطوير الأداء المهني والأكاديمي لدى معلمي العلوم والرياضيات في ضوء مدخل STEM، وذلك عبر إعداد قائمة بمتطلبات بناء البرنامج وصياغة تصور مقترح قائم عليها. استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي لتحليل الدراسات ذات الصلة، ثم بنيا البرنامج التدريبي وطبّقاه على عينة من المعلمين باستخدام بطاقة ملاحظة للأداء المهني والأكاديمي. وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.01$) بين متوسطات درجات المعلمين في التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، بما يدل على فاعلية البرنامج في تحسين أدائهم المهني والأكاديمي.

دراسة عبد الرسول (٢٠٢١): استهدف البحث الحالي واقع أداء معلمات رياض الأطفال من خلال التعرف على الأداء المهني للمعلمات وأهدافه وأهميته، كذلك تناول عناصر الأداء المهني ومتطلباته في مجالات التخطيط واستراتيجيات التدريس والممارسات المهنية للمعلمات ثم المعوقات التي تحول دون تحقيق الأداء المهني والمتميز من معلمات رياض

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

الأطفال وتوصلت نتائج البحث إلى قلة وعي معلمات رياض الأطفال بإستخدام تكنولوجيا المعلومات بالإضافة إلى واقع تدني مستوى أداء معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض متطلبات تكنولوجيا المعلومات وأن المعلمات لا تتوافر لديهن الكفايات الأدائية التكنولوجية بالقدر الذي يرضى عنه المتخصصون، وحاجة المعلمات الماسة لتوظيف هذه التكنولوجيا في العملية التعليمية مع الطفل.

دراسة إبراهيم، وعسيري (٢٠٢٢): هدفت هذه الدراسة إلى بناء تصور مقترح لتطوير الأداء المهني لدى معلمي الكيمياء في ضوء فنيات التعامل مع المختبرات، من خلال تحديد المهارات اللازمة وتشخيص مستوى أدائهم ومدى مراعاتهم لهذه الفنيات، إضافة إلى معرفة أثر الدورات التدريبية على تقديراتهم للأداء. اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وطبّقت الاستبانة على عينة عشوائية مكوّنة من (٧٥) معلماً ومعلمة كيمياء في المرحلة الثانوية بمنطقة عسير بالمملكة العربية السعودية. وأظهرت النتائج أن هناك حاجة ماسة إلى تطوير الأداء المهني للمعلمين في مجال استخدام المختبرات، وأن الدورات التدريبية العملية تسهم بفاعلية في تحسين هذا الأداء، مما أسفر عن تصور مقترح يستند إلى التدريب العملي لتلبية احتياجات المعلمين ومواكبة التطورات العلمية.

دراسة عرابي، وعمار (٢٠٢٢): يهدف البحث إلى التعرف على دور المشرفين التربويين في تحسين الأداء المهني لمعلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة دمشق، إضافة إلى الكشف عن الفروق تبعاً لمتغيرات الجنس، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخبرة. استخدم المنهج الوصفي، وطُبّقت استبانة مكوّنة من (٣٩) بنداً على عينة بلغت (٢٠٧) معلماً ومعلمة. وأظهرت النتائج أن دور المشرفين التربويين في تطوير الأداء المهني جاء بدرجة متوسطة (وزن نسبي ٧٦.٦٦%)، كما وُجدت فروق دالة إحصائياً لصالح الذكور في مجال التنفيذ، ولصالح حملة الثانوية العامة في مجال التنفيذ، ولصالح حملة الدراسات العليا في مجال الإدارة الصفية، بينما لم تظهر فروق ذات دلالة تبعاً لسنوات الخبرة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

دراسة عيادات (٢٠٢٢): هدفت هذه الدراسة إلى معرفة دور المشرف التربوي في تطوير الأداء المهني لمعلمي ومعلمات التربية المهنية في لواء بني عبيد من وجهة نظرهم. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، وتكونت العينة من جميع معلمي ومعلمات التربية المهنية في لواء بني عبيد الأردن وبلغ عددهم (٤٦) معلما ومعلمة. وتم إعداد استبانة مكونة من (٢٦) فقرة موزعة على (٤) مجالات هي: التخطيط، والزيارة الصفية، والعلاقات مع الزملاء والمجتمع المحلي، والتقويم. وأظهرت نتائج الدراسة أن تقديرات أفراد العينة لدور المشرف التربوي في تطوير الأداء المهني لمعلمي ومعلمات التربية المهنية في لواء بني عبيد من وجهة نظرهم كانت متوسطة في جميع المجالات. كما لم تظهر النتائج وجود أية فروق دالة إحصائيا في تقديرات أفراد العينة لدور المشرف التربوي في تطوير الأداء المهني تعزى لمتغير الجنس. في حين أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا في تقديراتهم لدور المشرف التربوي في تطوير الأداء المهني لهم تعزى لمتغير المؤهل العلمي ولصالح حملة البكالوريوس.

دراسة سعدي، وسلامة، وعودة (٢٠٢٣): تهدف الدراسة إلى تعرف درجة ممارسة القيادة الإستراتيجية لدى المشرفين التربويين العرب في المدارس الابتدائية داخل الخط الأخضر وعلاقتها بالأداء المهني للمعلمين من وجهة نظر المشرفين والمديرين والمعلمين. لتحقيق أهداف الدراسة استخدم لمنهج الوصفي الارتباطي. تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة من المشرفين والمديرين والمعلمين، اشتملت العينة على (٢٧٣) مستجيباً، وأظهرت النتائج أن درجة ممارسة المشرفين التربويين للقيادة الإستراتيجية من وجهة نظر المشرفين والمديرين والمعلمين كانت كبيرة، كما أظهرت أن مستوى الأداء المهني للمعلمين كان كبيراً، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة المشرفين التربويين لقيادة الإستراتيجية والأداء المهني للمعلمين.

دراسة الوريكات وقاسم (٢٠٢٤): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مساهمة برامج الدراسات العليا في جامعة عمان العربية في الأردن في تطوير الأداء المهني من وجهة نظر الخريجين. وقد شكلوا (٤٩%) من مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (٦٩٨) خريجًا

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

وخريجة خلال العامين الدراسيين (٢٠٢١-٢٠٢٢) و(٢٠٢٢-٢٠٢٣). وقد تم اختيار العينة باستخدام المنهج المتوفر. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مساهمة برامج الدراسات العليا في جامعة عمان العربية في تطوير الأداء المهني من وجهة نظر الخريجين كانت مرتفعة، بمتوسط حسابي (٣.٩٢) وانحراف معياري (٠.٦٧٧)، مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) تعزى إلى متغير الجنس ولصالح الإناث، بينما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) تعزى إلى متغير الكلية. وفي ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث أوصى بالتركيز على تحسين تعلم الطلبة للغات الأجنبية، وعقد دورات في كتابة السيرة الذاتية بما يتوافق مع متطلبات سوق العمل.

دراسة يونس (٢٠٢٤): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور الإشراف التربويّ الإلكترونيّ في تطوير الأداء المهنيّ لمعلّمي المرحلة الأساسيّة في مديريّة التربية والتعليم للواء قصبة إربد. تمّ استخدام المنهج الوصفي المسحي، تمّ تطوير استبانة لجمع البيانات مكوّنة من (٢٤) فقرة، ثم تطبيقها على عينة مكوّنة من (٣٤٢) معلماً ومعلمة، اختيرت بالطريقة العشوائيّة البسيطة. أظهرت نتائج الدراسة أنّ تقديرات معلمي المرحلة الأساسية لأثر الإشراف الإلكتروني تراوحت قيمتها بين (٣. ٣٦ – ٣. ٧٢) وبدرجة موافقة متوسطة للأداة ككل. جاء المجال الثاني، الأداء المرتبط بالمادة الدراسية وبدرجة مرتفعة وبالمرتبة الأولى، وتلاه المجال الثالث، الأداء المرتبط بالدورات التدريبية، وتلاه المجال الأول، الأداء المرتبط بطرق التدريس، وتلاه المجال الرابع، الأداء المرتبط باستراتيجيات التقويم وبدرجة متوسطة للمجالات الثلاث. وفي ضوء النتائج توصي الدراسة بتقديم ورش تدريبية على الوسائل والبرامج الإلكترونية للمشرفين التربويين لمعرفة كيفية تفعيلها في العملية الإشرافية والتنمية المهنية للمعلمين.

دراسة الدعيبي، وشعار، وأبو رعيتن (٢٠٢٤): هدف هذا البحث إلى التعرف على دور القيادة المستدامة في تحسين الأداء المهني في المدارس الثانوية بمدينة مكة من وجهة نظر المعلمات، وذلك في ضوء أبعادها المتمثلة في استدامة تنمية الموارد البشرية،

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

واستدامة التعلم، والمسؤولية المجتمعية والبيئية، إضافة إلى تحديد معوقات تطبيقها والكشف عن الفروق وفق متغيري الخبرة التدريسية والمؤهل العلمي. استخدم المنهج الوصفي المسحي، واعتمدت الاستبانة التي وزعت إلكترونياً على عينة بلغت (٢٧٣) معلمة. وأظهرت النتائج أن القيادة المستدامة تسهم بدرجة مرتفعة في تحسين الأداء المهني، بينما جاءت معوقات تطبيقها بدرجة منخفضة، كما لم تظهر فروق دالة إحصائياً في متوسطات تقديرات العينة تعزى لمتغيري الخبرة أو المؤهل العلمي.

تعقيب على المحور الثاني:

يتضح من استعراض الدراسات السابقة أن الأداء التربوي والمهني للمعلمين يتأثر بمجموعة من العوامل الشخصية والتنظيمية والتدريبية. فقد أشار العنجري (2017) إلى أن السمات الشخصية تلعب دوراً مهماً في تعزيز الأداء المهني للمعلمين، وهو ما يبرز أهمية الجوانب الفردية في التعامل مع ضغوط العمل. كما أوضحت دراسة أحمد ومنسي وعطا (2020) أن المرونة المعرفية تسهم في تحسين جودة الأداء، الأمر الذي يتوافق مع فرضية أن استراتيجيات مواجهة الضغوط قد تساعد على تطوير هذه المرونة. من جانب آخر، كشفت دراسة سفر وأغا (2021) عن وجود معوقات تؤثر سلباً في مستوى الأداء المهني، وهو ما يعكس الحاجة إلى استراتيجيات فاعلة للتغلب على الضغوط والمعوقات. أما دراسة الصعيدي والعزب (2021) وكذلك إبراهيم وعسيري (2022) فقد أثبتتا فاعلية البرامج التدريبية المبنية على مدخل STEM أو المختبرات في رفع كفاءة الأداء المهني، مما يدعم أهمية التدريب المستمر لمعلمات رياض الأطفال لمواجهة التحديات المهنية. كما أبرزت نتائج عرابي وعمار (2022) وعيادات (2022) ويونس (2024) أن الإشراف التربوي، سواء التقليدي أو الإلكتروني، يسهم في تطوير الممارسات المهنية، وهو ما يشير إلى دور الدعم المؤسسي في التخفيف من آثار الضغوط. وأخيراً، بينت دراسات الوريكات وقاسم (2024) وسعدي وسلامة وعودة (2023) أن الدراسات العليا والقيادة التربوية تعد من العوامل المحفزة على تحسين الأداء وتطويره. وبالربط مع موضوع البحث الحالي، يتضح أن هذه النتائج تؤكد أن كفاءة الأداء المهني لدى المعلمات لا تتأثر فقط بالقدرات

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

الفردية، وإنما أيضاً بمدى قدرتهم على مواجهة الضغوط والتعامل مع المعوقات، وهو ما يجعل دراسة أثر استراتيجيات مواجهة الضغوط ضرورة لفهم كيفية دعم معلمات رياض الأطفال وتعزيز أدائهن المهني في سياق العمل التربوي.

فروض البحث: يسعى البحث الحالي إلى اثبات صحة الفروض التالية:

١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت.

٢- يمكن التنبؤ بمستوى كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال من خلال استراتيجيات مواجهة الضغوط التي يتبعنها.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كفاءة الأداء المهني تُعزى إلى درجة استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط (منخفضة – متوسطة – مرتفعة).

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث الحالي في معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت، وقد تركز البحث على معلمات منطقة الفروانية التعليمية.

عينة البحث:

تألفت عينة البحث الحالي من (٦٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال العاملات بروضات منطقة الفروانية التعليمية بدولة الكويت تم اختيارهم عشوائياً.

أدوات البحث:

١)- مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط:

تم استخدام مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية اعداد: (بن عمر، وبن حمودة، والأعور، ٢٠٢٢)، ويتكون المقياس من (٤٠) فقرة موزعة على خمسة أبعاد رئيسة، ويوضح جدول (١) توزيع العبارات على الأبعاد على النحو التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

جدول (١) توزيع عبارات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط علي الأبعاد

م	البُعد	الفقرات
١	التعامل بحل المشكلات	١، ٦، ١١، ١٦، ٢١، ٢٦، ٣١، ٣٦
٢	استراتيجية المواجهة الاستباقية	٢، ٧، ١٢، ١٧، ٢٢، ٢٧، ٣٢، ٣٧
٣	التماس الدعم الاجتماعي	٣، ٨، ١٣، ١٨، ٢٣، ٢٨، ٣٣، ٣٨
٤	التعامل بالتجنب	٤، ٩، ١٤، ١٩، ٢٤، ٢٩، ٣٤، ٣٩
٥	التعامل العاطفي	٥، ١٠، ١٥، ٢٠، ٢٥، ٣٠، ٣٥، ٤٠

ويُستخدم في تقييم كل فقرة مقياس ليكرت الثلاثي (من ١ = "لا" إلى ٣ = "نعم")، حيث: لا = درجة، وأحياناً = ٢درجة، ونعم = ٣ درجات.

- **الاتساق الداخلي (الصدق البنائي) للمقياس:**

تم التحقق من صدق المقياس من خلال الصدق البنائي باستخدام تحليل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، وقد أظهرت النتائج ارتباطات دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يدل على صدق بنائي جيد.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إستراتيجيات مواجهة الضغوط

البُعد	معامل الارتباط	الدلالة
التعامل بحل المشكلات	٠,٧٢٧	٠.٠١
استراتيجية المواجهة الاستباقية	٠,٧٩٧	٠.٠١
التماس الدعم الاجتماعي	٠,٧٧٧	٠.٠١
التعامل بالتجنب	٠,٦٣٦	٠.٠١
التعامل العاطفي	٠,٧٧١	٠.٠١

ويتبين من جدول (٢) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس والصدق البنائي له.

الصدق التمييزي:

ولحساب القدرة التمييزية لأبعاد المقياس، تم ترتيب درجات كل فقرة ترتيباً تنازلياً، وتمت المقارنة بين ٢٧% العليا (مرتفعي الدرجات) و٢٧% الدنيا (منخفضي الدرجات)

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

من المعلمات، وجاءت النتائج كما هى مبينة فى جدول (٣):

جدول (٣): يوضح القدرة التمييزية لأبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

الأبعاد	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التعامل بحل المشكلات	العليا	٩	١٣,٣٣	١,٢٢	٧,٢٠	١٦	٠,٠٠
	الدنيا	٩	٩,٧٧	٠,٨٣٣			
استراتيجية المواجهة الاستباقية	العليا	٩	١٤,٠٠	١,٥٠	٩,٦٤٨	١٦	٠,٠٠
	الدنيا	٩	٨,٦٦	٠,٧٠			
التماس الدعم الاجتماعي	العليا	٩	١٨,٠٠	٢,٣٩	٨,٠٦	١٦	٠,٠٠
	الدنيا	٩	١٠,١١	١,٦٩			
التعامل بالتجنب	العليا	٩	٢٠,٢٢	٠,٨٣	٧,٥٨٥	١٦	٠,٠٠
	الدنيا	٩	١٤,٤٤	٢,١٢			
التعامل العاطفي	العليا	٩	١٩,٧٨	١,٥٦	٨,٧٤٣	١٦	٠,٠٠
	الدنيا	٩	١٣,٤٤	١,٥٠			

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) بين متوسطات درجات مجموعة المعلمات مرتفعي الدرجات ومجموعة الطلاب منخفضي الدرجات على فقرات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث تراوحت قيم "ت" لأبعاد المقياس ما بين (٧,٢٠ – ٩,٦٤٨)، مما يدل على أن القدرة التمييزية لفقرات المقياس مناسبة.

- **ثبات المقياس:**

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقتين هما كرونباخ ألفا، والتجزئة النصفية، وجدول (٤) يوضح معاملات الثبات

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

جدول (٤) معاملات ثبات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

المتغير	معامل ثبات كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية (جيتمان)
استراتيجيات مواجهة الضغوط	٠,٧٥	٠,٧١

ويتبين أن جميع معاملات الثبات جيدة، حيث أن القيم >٠.٧٠ وبذلك تُعد مقبولة مما يشير إلى ثبات المقياس.

٢)- مقياس الأداء المهني للمعلم:

استخدمت الباحثة مقياس الأداء المهني لمعلمات رياض الأطفال من اعداد: هاجر نصر الدين أحمد (٢٠٢٠)، والذي يتكون من (٢٠) عبارة موزعة على أربعة أبعاد على النحو التالي:

١- البعد الأول: المجال المعرفي: يتمثل في أداء المعلمة لمهام مهنتها ومعرفتها بالمعلومات والمعارف التي تخص مجال عملها.

٢- البعد الثاني: المجال المهاري: يتمثل في قدرة المعلمة على امتلاكها لمهارات فنية وادارية.

٣- البعد الثالث: المجال الشخصي: يتمثل في الصفات والخصائص الشخصية التي يجب أن تتسم بها في مهنة التعليم والتي تؤهلها لأداء مهنة التعليم.

٤- البعد الرابع: المجال الانفعالي: يتمثل في امتلاك المعلمة للتوافق النفسي والاتزان الانفعالي والذي يجب ان تتسم به لأداء مهنتها.

ويُستخدم في تقييم كل فقرة مقياس ليكرت خماسي (تنطبق دائما = ٥ درجات، تنطبق غالباً= ٤ درجات، تنطبق أحياناً = ٣ درجات، تنطبق نادراً = ٢ درجة، لا تنطبق أبداً= درجة احدة). وتم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

- **الصدق العاملي لمقياس الأداء المهني:**

تم حساب الصدق العاملي لمقياس الأداء المهني باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory Factor Analysis لتحديد درجات تشبع الفقرة على العوامل الكامنة

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

التي تنتمي إليها، والتي تم حصرها في أربع عوامل كامنة كما هو موضح سابقاً، ومن ثم استخدمت برنامجAMOSM VR,24 للتأكد من الصدق التمايزي والتقاربي للمقياس، عن طريق التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis ، وباستخدام طريقة الاحتمالية القصوىMaximum likelihood وقد توصلت إلى النتائج الآتية:

جدول (٥) تشبعات مفردات المقياس على الأبعاد والخطأ المعياري

م	تشبع العبارة على البعد	الخطأ المعياري للتشبع	م	تشبع العبارة على البعد	الخطأ المعياري للتشبع
١	٠,٦١	٠,٣٧	١١	٠,٧٦	٠,٥٧
٢	٠,٨٣	٠,٦٩	١٢	٠,٦٨	٠,٤٦
٣	٠,٤٩	٠,٢٤	١٣	٠,٧٩	٠,٦٣
٤	٠,٥٢	٠,٢٧	١٤	٠,٥٩	٠,٣٤
٥	٠,٦٧	٠,٤٥	١٥	٠,٦٥	٠,٤٢
٦	٠,٤٠	٠,١٦	١٦	٠,٧٢	٠,٥٢
٧	٠,٦٧	٠,٤٥	١٧	٠,٧٥	٠,٥٦
٨	٠,٥٨	٠,٣٤	١٨	٠,٨٥	٠,٧٢
٩	٠,٨١	٠,٦٥	١٩	٠,٦٢	٠,٣٨
١٠	٠,٥٢	٠,٢٧	٢٠	٠,٥٨	٠,٣٤

جدول (٦) يوضح مخرجات التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الأداء المهني مقياس الأداء المهني

الأداء	CMIN	DF	CFI	TLI	GFI	AGFI	Rmsea
المهني	٦٥٦.٠١	٨٩	٠,٩٢٥	٠,٩٣٦	٠,٩٤٢	٠,٩٢٣	٠,٠٦٠

يتضح من جدول (٥) أن جميع تشبعات المفردات على أبعاد المقياس مقبولة، كما يتبين من جدول (٦) أن مقياس الأداء المهني يتمتع بصدق عاملي مرتفع، حيث جاءت مؤشرات جذر متوسطات مربع خطأ التقريب Rmsea (٠,٠٦٠)، والمقياس ككل في المدى المقبول إحصائيًا.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

- **ثبات مقياس الأداء المهني:**

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية وبلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٤٥)، وهي قيمة ثبات مرتفعة.

الاتساق الداخلي للمقياس:

للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب معامل ارتباط بين ك مفردة من مفردات المقياس، والبعد الذي تنتمي إليه، وجدول (٧) يوضح معاملات الارتباط.

جدول (٧) معامل ارتباط كل مفردة والبعد التي تنتمي اليه

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠,٧١٠**	٦	٠,٦٨٣**	١١	٠,٧٥٦**	١٦	٠,٧٤١**
٢	٠,٨١٣**	٧	٠,٨٠٥**	١٢	٠,٦٦١**	١٧	٠,٧٥١**
٣	٠,٦٤٢**	٨	٠,٧٣٩**	١٣	٠,٨١٤**	١٨	٠,٨٥٩**
٤	٠,٦٩١**	٩	٠,٧٥٦**	١٤	٠,٧١٥**	١٩	٠,٧٦٣**
٥	٠,٧٠٧٠**	١٠	٠,٦٤١**	١٥	٠,٧٤٩**	٢٠	٠,٧٥٨**

ويتبين من جدول (٧) أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient): لدراسة العلاقة بين أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط ومجالات الأداء المهني.
- الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regression) : للكشف عن قدرة استراتيجيات مواجهة الضغوط على التنبؤ بالأداء المهني وأبعاده.
- تحليل التباين الأحادي:(One-Way ANOVA) : للكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهني تعزى لدرجة استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط (منخفضة – متوسطة – مرتفعة).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

نتائج البحث:

نتائج الفرض الأول:

لاختبار صحة الفرض الأول، والذي ينص علي: " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت. قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال، وجدول (٨) يبين النتائج:

جدول (٨) معامل الارتباط المستقيم (بيرسون) بين متغيرات الدراسة لدى العينة الكلية (ن=٥٢٠)

الأداء المهني / استراتيجيات مواجهة الضغوط	المجال المعرفي	المجال المهاري	المجال الشخصي	المجال الانفعالي	الأداء المهني (ككل)
حل المشكلات	0.489**	0.600**	0.498**	0.566**	0.610**
المواجهة الاستباقية	0.659**	0.690**	0.640**	0.540**	0.722**
الدعم الاجتماعي	0.656**	0.668**	0.799**	0.544**	0.770**
التعامل بالتجنب	0.561**	0.719**	0.684**	0.715**	0.763**
التعامل العاطفي	0.595**	0.641**	0.644**	0.718**	0.742**
استراتيجيات مواجهة الضغوط (ككل)	0.723**	0.811**	0.798**	0.752**	0.881**

ويتبين من جدول (٨) أن جميع معاملات الارتباط بين كلاً من استراتيجيات مواجهة الضغوط والدرجة الكلية، وأبعاد الأداء المهني والدرجة الكلية جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يفسر وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين جميع أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط وأبعاد الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال. فقد تبين أن حل المشكلات يرتبط بدرجة متوسطة إلى مرتفعة بجميع أبعاد الأداء، مما يدل على أن اعتماد المعلمات على التفكير المنظم وحل المواقف الضاغطة يسهم في

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

تحسين كفاءتهن المهنية. كما أظهرت النتائج أن المواجهة الاستباقية والدعم الاجتماعي لهما ارتباط قوي بالمجال المعرفي والشخصي، وهو ما يعكس دور التخطيط المسبق، والاستفادة من العلاقات الاجتماعية والمهنية في رفع مستوى الأداء. أما التعامل بالتجنب والتعامل العاطفي فقد ارتبطا بشكل ملحوظ بالمجال الانفعالي، مما يشير إلى أن قدرة المعلمات على ضبط مشاعرهن أو تجنب الضغوط المباشرة قد يساعدهن على الحفاظ على توازنهن الانفعالي في المواقف المهنية. وأخيرًا، أوضحت النتائج أن استراتيجيات المواجهة ككل تمثل العامل الأكثر تأثيرًا على الأداء المهني بجميع أبعاده، ولا سيما المجال المهاري والأداء الكلي، حيث بلغت معاملات الارتباط أعلى مستوياتها، مما يؤكد أن تكامل استخدام استراتيجيات المواجهة يسهم في تحقيق كفاءة مهنية شاملة ومتوازنة، وبذلك يمكن قبول الفرض الأول للبحث الحالي.

ب)- نتائج الفرض الثاني:

لاختبار صحة الفرض الثاني الذي ينص على: "يمكن التنبؤ بمستوى كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال من خلال مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط." تم استخدام تحليل الانحدار الخطي لقياس مدى اسهام (استراتيجيات مواجهة الضغوط) في التنبؤ بمستوى، والجدول التالي رقم (٩) يوضّح النتائج:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

جدول (٩) معامل الانحدار الخطي للتنبؤ بمستوى كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال من خلال مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط

المتغير التابع	المتغير المنبئ	R	R^2	معاملات الانحراف المعياري		معامل الانحدار المعياري Beta	T ودلالتها	F ودلالتها	القيمة الثابتة
				الخطأ المعياري	معامل B				
استراتيجيات مواجهة الضغوط	كفاءة الأداء المهني	٠,٨٨١	٠,٧٧٧	٠.٠٣٣	٠,٤٧١	٠,٨٨١	**١٤,٢٠	**٢٠١,٧٠	٧,٦٢

ويتضح من جدول (٩) أن ممارسة استراتيجيات مواجهة الضغوط تسهم في التنبؤ بمستوى وكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال، حيث أظهرت نتائج تحليل الانحدار البسيط أن استراتيجيات مواجهة الضغوط تمثل متغيراً تنبؤياً قوياً لكفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال؛ إذ بلغ معامل الارتباط بين المتغيرين) (٠.٨٨١) وهو ارتباط موجب قوي ودال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) كما أوضحت النتائج أن استراتيجيات المواجهة تفسر ما نسبته (٧٧%) من التباين في كفاءة الأداء التربوي والمهني، وهي نسبة مرتفعة تعكس قوة العلاقة بين المتغيرين.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه أدبيات علم النفس التربوي التي تؤكد أن أساليب مواجهة الضغوط تُسهم في رفع كفاءة الفرد المهنية عبر تعزيز قدرته على ضبط الانفعالات والتكيف مع ضغوط بيئة العمل. (Lazarus & Folkman, 1984) كما تدعمها دراسة الرزاز (2019) التي وجدت ارتباطاً دالاً بين أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة ومستويات التوافق النفسي والمهني، وكذلك دراسة أحمد وآخرون (2023) التي بينت أن الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط يرتبطان إيجابياً بمستوى الأداء الوظيفي.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المعلمات اللاتي يتمتعن بقدرة أكبر على استخدام استراتيجيات مواجهة فعّالة (مثل التخطيط، إعادة التقييم المعرفي، وطلب الدعم الاجتماعي) يكنَّ أكثر قدرة على إدارة المواقف التربوية الصعبة، مما ينعكس إيجاباً على جودة أدائهن التربوي والمهني. في المقابل، ضعف استخدام هذه الاستراتيجيات قد يجعل المعلمة أكثر عرضة للإجهاد النفسي، وهو ما قد ينعكس سلباً على أدائها داخل الروضة.

وبناءً على ما سبق، يمكن القول إن تعزيز استراتيجيات مواجهة الضغوط يمثل مدخلاً عملياً لتحسين كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال، وذلك من خلال برامج تدريبية وإرشادية تركز على تزويدهن بالمهارات اللازمة لإدارة الضغوط المهنية بفاعلية.

نتائج الفرض الثالث:

للتحقق من صحة الفرض الثالث والذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كفاءة الأداء المهني تُعزى إلى درجة استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط (منخفضة – متوسطة – مرتفعة). تم استخدام تحليل التباين الأحادي، للكشف عن الفروق في كفاءة الأداء المهني وفقاً لدرجات ومستويات استراتيجيات مواجهة الضغوط (منخفضة – متوسطة – مرتفعة)، وجدول (١٠) يوضّح النتائج:

جدول (١٠) تحليل التباين للفروق في مستوى الأداء المهني لمعلمات الروضة وفقاً لدرجات ومستويات استراتيجيات مواجهة الضغوط (منخفضة – متوسطة – مرتفعة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
بين المجموعات	٣٥٤٣,٦٣٣	٢	١٧٧١,٨١٧	٥٩,٤٣١	٠,٠٠
داخل المجموعات	١٦٩٩,٣٥٠	٥٧	٢٩,٨١٣		
الكل	٥٢٤٢,٩٨٢	٥٩			

يتبين من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كفاءة الأداء المهني تعزى إلى اختلاف درجة استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث بلغت قيمة (F) (٥٩,٤٣١) عند مستوى دلالة (٠,٠١) وأوضحت نتائج الاختبارات البعدية (Tukey HSD) أن الفروق جاءت لصالح المعلمات ذوات الاستخدام المرتفع لاستراتيجيات

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

المواجهة، يليه المستوى المتوسط، بينما سجلت المجموعة ذات الاستخدام المنخفض أدنى مستوى من الأداء المهني.

تنسجم هذه النتيجة مع ما أشارت إليه نظرية Lazarus & Folkman (1984) حول دور استراتيجيات المواجهة في تمكين الأفراد من التعامل مع الضغوط بكفاءة، مما ينعكس إيجاباً على أدائهم الوظيفي. كما تتفق مع نتائج دراسة الرزاز (2019) التي أثبتت وجود علاقة بين أساليب مواجهة الضغوط والتوافق النفسي والمهني، وكذلك مع دراسة أحمد وآخرون (٢٠٢٣) التي أكدت أن امتلاك الأفراد لمهارات مواجهة الضغوط يعزز من مستوى أدائهم في المواقف المهنية المختلفة.

وبناءً على ذلك، يمكن تفسير هذه النتيجة بأن المعلمات اللواتي يوظفن استراتيجيات مواجهة فعالة (مثل التخطيط، إعادة التقييم المعرفي، طلب الدعم الاجتماعي) يكنّ أكثر قدرة على ضبط الانفعالات والتعامل مع متطلبات البيئة التربوية، مما يرفع من جودة أدائهن التربوي والمهني. أما انخفاض توظيف تلك الاستراتيجيات فيجعل المعلمة أكثر عرضة للضغوط والإجهاد، وهو ما يضعف كفاءتها المهنية.

تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهني تُعزى إلى اختلاف المجموعات، حيث حصلت المجموعة (٣) على أعلى متوسط أداء مهني، تليها المجموعة (٢)، بينما جاءت المجموعة (١) في المرتبة الأدنى. وهذا يدل على أن الانتماء إلى هذه المجموعات يرتبط بمستويات مختلفة من الكفاءة المهنية.

ومما سبق تشير النتائج مجتمعة إلى أن كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال تتأثر بوضوح بمستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط لديهن؛ إذ أن الاستخدام الأمثل لاستراتيجيات مواجهة الضغوط تؤدي إلى زيادة كفاءة الأداء المهني لديهن.

مناقشة نتائج البحث:

أظهرت نتائج البحث الحالي وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين استراتيجيات مواجهة الضغوط بمختلف أبعادها (حل المشكلات، المواجهة الاستباقية، الدعم الاجتماعي، التعامل بالتجنب) وبين مجالات الأداء المهني (المعرفي، المهاري،

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

الشخصي، الانفعالي، الكلي)، كما تبين أن هذه الاستراتيجيات تسهم في التنبؤ بمستوى الأداء المهني، حيث فسّرت نسبة مرتفعة من التباين في درجات المعلمات، إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهني تُعزى لمستوى استخدام استراتيجيات المواجهة، جاءت لصالح المعلمات ذوات الاستخدام المرتفع.

كما تنسجم هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة الرزاز (2019) التي أثبتت أن أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة ترتبط إيجابياً بعدد من المتغيرات النفسية مثل الثقة بالنفس والطموح، مما يشير إلى أن امتلاك الفرد لاستراتيجيات مواجهة فعالة يسهم في تعزيز قدراته في التعامل مع المواقف الضاغطة. كما تدعمها دراسة قويلل (2021) التي أوضحت أن الاعتماد على استراتيجيات مواجهة انفعالية قصيرة الأمد كالتجنب يزيد من مستويات الاحتراق النفسي، بينما يمثل استخدام استراتيجيات فعالة كحل المشكلات والدعم المهني عاملاً حامياً ضد الضغوط في بيئة الطفولة المبكرة، وهو ما يفسر النتائج الإيجابية للدراسة الحالية في ارتباط الاستراتيجيات التكيفية بارتفاع الأداء المهني.

كذلك تتوافق النتائج مع ما أشارت إليه دراسة الشريف (2022) من وجود علاقة ارتباطية بين التعاطف وأساليب مواجهة الضغوط لدى معلمات رياض الأطفال، مما يعزز فرضية أن التوظيف الإيجابي لاستراتيجيات المواجهة يعكس نفسه على الأداء الانفعالي والاجتماعي للمعلمة. ويؤكد هذا المنحى ما خلصت إليه دراسة إيشيباشي وتاناكا وساتو (2022)من أن استراتيجيات التأقلم التكيفية (مثل الدعم الاجتماعي وحل المشكلات) ترتبط بانخفاض الإرهاق المهني، على العكس من الاستراتيجيات غير الفعالة.

وتبرز دراسة أحمد (2023) أن أكثر الاستراتيجيات شيوعاً بين معلمات رياض الأطفال في ظل الضغوط المهنية كانت طلب الدعم الاجتماعي وتنظيم الوقت والتأمل، وهي ذاتها الأبعاد التي ظهرت في نتائج الدراسة الحالية كأكثر الاستراتيجيات ارتباطاً بالأداء المهني. كما تدعم مراجعة Agyapong et al. (2023) هذه النتيجة ببيانها أن التدخلات المتمثلة في تعزيز اليقظة الذهنية والتدريب على ضبط الانفعال والدعم المؤسسي تسهم في تخفيف التوتر وتحسين الكفاءة المهنية للمعلمين.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

ومن زاوية الأداء المهني، تتقاطع نتائج الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة العنجري (2017)وأحمد ومنسي وعطا (2020) من أن السمات الشخصية والمرونة المعرفية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمستوى الأداء المهني، وهو ما يعزز الاستنتاج بأن استراتيجيات المواجهة لا تعمل بمعزل عن خصائص الشخصية بل تتكامل معها في التأثير على الأداء. كما أن ما بينته دراسة سفر وأغا (2021) من تأثير العوامل الشخصية والاجتماعية والمهنية على الأداء المهني يتسق مع النتيجة التي توصلت إليها هذه الدراسة بوجود فروق في الأداء تبعاً لمستويات استخدام استراتيجيات المواجهة.

وبذلك، يمكن القول إن نتائج البحث الحالية جاءت متسقة مع الاتجاه العام في الأدبيات السابقة الذي يؤكد أن استراتيجيات المواجهة الفعالة تمثل عاملاً حاسماً في رفع كفاءة الأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال، في حين أن الاستراتيجيات الانفعالية قصيرة المدى قد تزيد من مستويات الضغوط وتنعكس سلباً على أدائهن.

توصيات البحث: بناء على النتائج السابقة توصي الباحثة بما يلي:

١- تقديم البرامج التي تهدف إلى تنمية استراتيجيات المواجهة الفعالة لدى معلمات رياض الأطفال، مثل: حل المشكلات، والمواجهة الاستباقية، وطلب الدعم الاجتماعي، لما لها من أثر مباشر على رفع كفاءة الأداء المهني.

٢- تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية لرفع الوعي لدى معلمات رياض الأطفال بأهمية استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط التكيفية، وتزويدهن بمهارات عملية للتعامل مع المواقف الضاغطة في بيئة العمل.

٣- تعزيز بيئة الدعم المؤسسي والاجتماعي داخل رياض الأطفال، من خلال توفير شبكات دعم بين المعلمات والإدارة وأولياء الأمور، بما يسهم في تخفيف الضغوط وتحسين الأداء التربوي والمهني.

٤- إدماج مهارات التنظيم الانفعالي وإدارة الوقت ضمن برامج التنمية المهنية المستمرة للمعلمات، لزيادة كفاءتهن في مواجهة الضغوط دون اللجوء إلى استراتيجيات سلبية قصيرة الأمد مثل التجنب.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

٥- تفعيل الإشراف التربوي الإرشادي لمتابعة كيفية تعامل المعلمات مع المواقف الضاغطة، وتقديم الدعم النفسي والمهني بشكل دوري.

المراجع العربية

- إبراهيم، أمل محمود؛ عسيري، فاطمة أحمد (٢٠٢٢). تصور مقترح لتطوير الأداء المهني لدى معلمي الكيمياء في ضوء فنيات التعامل مع المختبرات في المدارس الثانوية بالمملكة العربية السعودية .*مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية*، ع. ١١، ١٩٨-٢٥٠.
- أحمد، عبد الرحمن أحمد. (٢٠٢٣). أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمات رياض الأطفال في ظل جائحة كورونا .*المجلة التربوية بكلية التربية جامعة كفر الشيخ*، 23(4)، ١٥٥-١٨٦ .
- أحمد، وسام إبراهيم عبد المجيد، فادية يوسف و صبرة زينب أبو سريع حسن. (٢٠٢٣). أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى معلمات رياض الأطفال في ظل جائحة كورونا في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *دراسات تربوية واجتماعية*، ٢٩(٢)، ٢٩- ١٠٠.
- أحمد، هاجر نصر الدين محمد، منسي، محمود عبدالحليم حامد، و عطا، أسامة أحمد. (٢٠٢٠). المرونة المعرفية وعلاقتها بالأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة البحر الأحمر. مجلة العلوم التربوية كلية التربية بالغردقة جامعة جنوب الوادي، ٣(٢)، ١ – ٤٦.
- بن عمر، ريمة، وبن حمودة، صفاء، والأعور، إسماعيل .(2022) .*الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى مربيات أطفال الروضة: دراسة ميدانية ببعض رياض الأطفال بمدينة تقرت*. رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية جامعة قاصدي مرباح- الجزائر.
- بني يونس، خالد صالح (٢٠٢٤). دور الإشراف التربوي الإلكتروني في تطوير الأداء المهني لمعلمي المرحلة الأساسية في مديرية التربية والتعليم للواء قصبة إربد .*المجلة الفلسطينية للتعليم المفتوح والتعلم الإلكتروني*، ع ١٩، ٧١-٨٦.
- حمد، هاجر نصر الدين محمد؛ منسي، محمود عبد الحليم؛ عطا، أسامة أحمد (٢٠٢٠). المرونة المعرفية وعلاقتها بالأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة البحر الأحمر .*مجلة العلوم التربوية بكلية التربية بالغردقة*، مج. ٣، ع. ٢، ١-٤٦.
- الخالدي، ناصر حسين. (٢٠١٨). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض التوافق النفسي لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت .*مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية كلية التربية الرياضية بقنا جامعة جنوب الوادي*. (9)، ٥٧-٦٦.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

- الخطيب، ندى ناصر محمد مصطفى .(2021) .إدارة الذات وعلاقتها بالكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال .*دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية – جامعة حلوان*، المجلد ٢٧، العدد ٨، ٢٩-٧٦.
- الدعيبي، بشاير علي عبد الرحمن؛ شعار، وئام هشام جميل؛ أبو رعيان، سحر (٢٠٢٤). دور القيادة المستدامة لتحسين الأداء المهني في المدارس الثانوية بمدينة مكة من وجهة نظر المعلمات .*المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، مج. ٨، ع. ٣٨، ١٦٧-٢٢٢.
- ربيع، سماح أشرف؛ هاشم، ليلى إسماعيل؛ الدجيج، عائشة عبد الفتاح(٢٠٢٤). الأداء المهني لمدرسي اللغة الانجليزية. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ١٤٩(١)، ٢٥٥-٢٩٦.
- الرزاز، مها أحمد محمد (٢٠١٩) أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية. *مجلة كلية التربية*، مج ٧٤، ع٢، ٧٤٤ – ٧٨٢.
- سعدي، إحسان فيصل؛ سلامة، كايد محمد؛ عودة، أحمد سليمان (٢٠٢٣). القيادة الإستراتيجية لدى المشرفين التربويين العرب في المدارس الابتدائية بلواء الشمال داخل الخط الأخضر وعلاقتها بالأداء المهني للمعلمين .*المجلة التربوية الأردنية*، مج. ٨، ع. ١، ٢٥٥-٢٨٠.
- الشريف، ليلى علي، وفيقة سليمان، وسعيد، غيداء غسان (٢٠٢٢). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بالتعاطف: دراسة ميدانية على عينة من معلمات رياض الأطفال في محافظة اللاذقية. *مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية – سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية*، ٤٤(٥)، ٤٤٧- ٤٧٥.
- الصعيدي، منصور سمير السيد؛ العزب، إيمان صابر عبد القادر (٢٠٢١). برنامج مقترح في ضوء متطلبات منهج العلوم التكاملية (STEM) لتطوير الأداء المهني والأكاديمي لمعلمي العلوم والرياضيات بالمرحلة الثانوية .*المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية*، مج. ٤، ع. ٢، ١٩٥-٢٥٠.
- صفر، عمار حسن؛ آغا، ناصر حسين (٢٠٢١). العوامل المؤثرة في الأداء المهني لمعلمي العلوم في مدارس التعليم العام بدولة الكويت من وجهة نظرهم: دراسة تحليلية تقويمية .*مجلة كلية التربية – جامعة المنوفية*، ع. ١، ٢-٦٧.

- الضريبي، عبد الله .(2010) .أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة ميدانية على عينة من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق) .*مجلة جامعة دمشق*، المجلد ٢٦، العدد ٤، ٦٦٩–٧١٩.
- عبد الرحمن محمد العيسوي (٢٠٠٨): كيفية مواجهة ضغوط الحياة المعاصرة. مجلة كلية التربية اللجنة الوطنية القطرية للتربية والثقافة والعلوم.
- عبد الرسول، فتحي؛ السيد، محمد سيد محمد؛ فؤاد، عفاف محمد (٢٠٢١). الأداء المهني لمعلمات رياض الأطفال في ضوء متطلبات تكنولوجيا المعلومات .مجلة العلوم التربوية، ع. ٤٩، ٤٣–٧١.
- العتيبي تركي الحميدي جزاع (٢٠١١). *العلاقات الإنسانية في الإدارة المدرسية ودورها في تعزيز الأداء المهني للمعلم بمدارس منطقة حولي التعليمية بالمرحلة الثانوية بدولة الكويت*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، كلية التربية.
- عرابي، سارة؛ عمار، سام (٢٠٢٢). دور المشرفين التربويين في تطوير الأداء المهني لمعلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي من وجهة نظر المعلمين: دراسة ميدانية .مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، مج. ٣٨، ع. ٣، ٤٩١–٥٣١.
- العشعوش، أيمن نايف، وعبدالحميد، نور، وسليمون، ريم ميهوب. (٢٠١٥). جودة أداء معلمة الروضة وأثره على التفاعل الاجتماعي للطفل من وجهة نظر مديرات رياض الأطفال في محافظة اللاذقية .*مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية – سلسلة العلوم الاقتصادية والقانونية*، ٣٧ (٣)،٤٩٧–٥١٩.
- العمري كافة جابر شامي و إسماعيل، زينب محمد العربي (٢٠١٩). فاعلية الفصول الافتراضية المتزامنة في تنمية الأداء المهني لدى معلمات الرياضيات بالمرحلة المتوسطة . *مجلة كلية التربية*، ٣٥(٣)، ١٢١– ١٥٣.
- العنجري، استقلال فوزان ناصر (٢٠١٧). السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء المهني لدى معلمات رياض الأطفال بدولة الكويت .*مجلة كلية التربية*، مج. ٢٨، ع. ١١٢، ج. ١، ٥٣٧–٥٧٤.
- عيادات، هيثم مصطفى (٢٠٢٢). دور المشرف التربوي في تطوير الأداء المهني لمعلمي ومعلمات التربية المهنية من وجهة نظرهم .*مجلة مؤتة للبحوث والدراسات: سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، مج. ٣٧، ع. ١، ٢٨٩–٣٢٦.
- القاضي، نوران أحمد محمد سليمان، بدوي، نورة محمد طه؛ عبدالفتاح، أحمد السيد. (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية كلية التربية جامعة الفيوم*. ١٧ (٩)، ٧٥٧–٧٩٠ .

– قويلل، مليكة رشيد. (٢٠٢١). الاحتراق النفسي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المربين .*المجلة الجزائرية للدراسات النفسية والتربوية*، 6(2)، ٥٠٩– ٥٤٠. https://bit.ly/3vFv4cP

– مدوري، أحمد. (٢٠٢٢). دور استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في تحقيق الصحة النفسية والجسمية .*مجلة دفاتر البحوث العلمية، المركز الجامعي* ، ١٠(١)، ١٠٤١–١٠٢٢ .

– مرسي، أحمد محمد. (٢٠٢٠). استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية لمعلمي التربية الرياضية بمحافظة الشرقية .المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، 25(4)، ١–٣٤ .جامعة بنها – كلية التربية الرياضية للبنين.

– مريم نعمان عبد الله. (٢٠٢٣). الأداء المهني وعلاقته بالضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال .*الجمعية العراقية للدراسات التربوية و النفسية* ، مج. ٣٧، ع. ٧، ٢٣٤–٢٥٧.

– الوريكات، أماني إبراهيم قاسم؛ غانم، بسام عمر (٢٠٢٤). مساهمة برامج الدراسات العليا في جامعة عمان العربية في تطوير الأداء المهني من وجهة نظر الخريجين .*مجلة جامعة عمان العربية: سلسلة البحوث التربوية والنفسية*، مج. ٩، ع. ١، ٩٢–١١٢.

المراجع الأجنبية

– Agyapong, B., Brett-MacLean, P., Burback, L., Agyapong, V. I. O., & Wei, Y. (2023). Interventions to reduce stress and burnout among teachers: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(6), 5120. https://doi.org/10.3390/ijerph20065120
– Alshawi, A. & Alshumaimeri, Y. (2017). Teacher Electronic portfolio and its Relation to EFL Student Teacher Performance and Attitude, *Australian International Academic Centre, Australia*, Vol.5(1), pp.42-54 .
– Ishibashi, S., Tanaka, M., & Sato, Y. (2022). Burnout among kindergarten teachers and associated factors. *BMC Psychology*, *10*(1), 145–157. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9509133/
– Keshmiri, F., Shahraki, S., & Torghabeh, R. (2023). Effective components of teachers' professionalism in early childhood education. *Journal of Education and Health Promotion*, 12(1), 158–167. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1575_22
– Koçyiğit, S., & Sezer, T. (2024). Exploring the sources of stress and coping strategies of Turkish preschool teachers. Education Sciences, 14(2), 59-145. https://www.mdpi.com/2076-328X/14/1/59

- Kutluca, A. Y. (2021). Investigation of the interactions among preschool teachers' components of pedagogical content knowledge for early science teaching. *Southeast Asia Early Childhood Journal*, 10(1), 117–137. https://doi.org/10.37134/saecj.vol10.1.10.2021
- Schlichte, J, Yssel, N and Merbler, J. Pathways to burnout: Case Studies in Teacher Isolation and Alienation. *Preventing School Failure*, 2005.
- Tilbe, Y. T., & Xiaosong, G. (2024). Teacher-related factors associated with teacher–child interaction quality in preschool education. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 18(9), 1–25. https://doi.org/10.1186/s40723-024-00134-x