



العدد الثالث والأربعون

ديسمبر/كانون الأول 2021م

ربيع الثاني 1443هـ

Volume 14
ISSUE 43

MAGAZINE
BOUHOUTH

رئيس مجلس الإدارة

أ. سارة كميخ العازمي

الإشراف العام: أ.د. ناصر الفضلي
رئيس التحرير: أ.د. عبد الملك الدناني
مدير التحرير: د. محمد عبد العزيز



مركز البحوث و الاستشارات الاجتماعية - لندن

مجلة

بحوث

مجلة علمية محكمة ربع سنوية

تصدر عن مركز لندن للبحوث والدراسات والاستشارات

الرئيس الفخري: سمو الأميرة منال آل سعود

ISSN 2313-1004

بحوث علمية محكمة



www.ScrLondon.com

LONDON

+442033044839

Hot Line

+447766666016

+96594448018

conference@scrlondon.com

info@scrlondon.com

www.scrlondon.com

المجلة ضمن تصنيف



@scrlondon2



@scrlondon

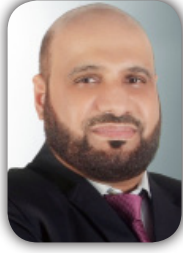


SCR London



www.facebook.com/Greattrick

الهيئة العليا للتحجير



أ. د. ناصر الفضلي - الإشراف العام



أ. د. حنان صبحي عبيد
نائب رئيس التحرير



د. محمد عبد العزيز
مدير التحرير



أ. د. عبد الملك الدناني
رئيس التحرير



د. إنعام يوسف
مصر



أ. د. محمد زين
مصر



أ. د. علا الزيات
مصر



د. محمد شرف
اليمن



أ. د. مازن موفق
العراق



أ. د. نصر عباس
الإمارات



أ. إسلام العزيز
مصر



د. هبة أبو عيادة
الأردن



أ. محمد الصوابي
بلجيكا



بحوث

مجلة علمية محكمة ربع سنوية تصدر عن مركز لندن للاستشارات والبحوث

العدد الثالث والأربعون

ديسمبر/كانون الأول 2021م - ربيع الثاني 1443هـ

هيئة التحرير

الإشراف العام

أ.د. ناصر الفضلي (بريطانيا)

عضوا هيئة التحرير

أ.د. عبد الكريم الوزان (العراق)

أ.د. أحمد عودة القرارة (الأردن)

مستشار علمي

أ.د. عبد الستار الهيبي (البحرين)

مستشار علمي

د. محمد شرف (اليمن)

مواقع التواصل الاجتماعي

أ. إسلام العزیز (مصر)

رئيس التحرير

أ.د. عبد الملك الدناني (اليمن)

نائب رئيس التحرير

أ.د. حنان صبحي عبيد (بريطانيا)

مدير التحرير

د. محمد عبد العزيز (مصر)

مدير التدقيق

أ.د. مازن موفق الخيرو (العراق)

مدير الموقع الإلكتروني

أ. محمد الصوابي (بلجيكا)

الهيئة الاستشارية العلمية العليا

الاسم	الدولة	الجامعة والتخصص
1 أ. د. كوثر محمد الأبيجي	مصر	نائب رئيس جامعة بني سويف الأسبق (رئيس الهيئة)
2 أ. د. عبد الملك ردمان الدناني	اليمن	أستاذ الاتصال، كلية الإمارات للتكنولوجيا
3 أ. د. عبد الكريم عبد الجليل الوزان	العراق	عميد كلية الإعلام بالجامعة الإسلامية في ولاية منيسوتا الأمريكية
4 أ. د. حنان صبحي عبيد	الأردن	وكيل الدراسات العليا بكلية الإعلام بالجامعة الإسلامية في ولاية منيسوتا
5 أ. د. مازن موفق الخيرو	العراق	أستاذ البلاغة القرآنية، جامعة الموصل
6 أ. د. عبد الستار ابراهيم الهيبي	البحرين	أستاذ الفقه المقارن - جامعة البحرين ومستشار لجنة الفتوى
7 أ. د. حميد سراج جابر	العراق	عميد كلية التربية، جامعة البصرة
8 أ. د. علا عبد المنعم الزيات	مصر	رئيس قسم علم الاجتماع بكلية الآداب بجامعة المنوفية
9 أ. د. مي كامل عبدالله	لبنان	رئيس الرابطة العربية للبحث العلمي
10 أ. د. نصر محمد إبراهيم عباس	مصر	أستاذ بجامعة الفلاح، عضو مجمع اللغة العربية
11 أ. د. عماد جاسم حسن	العراق	رئيس قسم التاريخ، كلية التربية، جامعة ذي قار
12 أ. د. محمد زين عبد الرحمن	مصر	رئيس قسم الإعلام، جامعة مصر
13 أ. د. ألفت إبراهيم جاد الرب	مصر	عميد كلية التجارة، جامعة الأزهر
14 أ. د. عارف عبد صايل	العراق	عميد كلية الآداب، جامعة الأنبار
15 أ. د. مناور بيان الراجحي	الكويت	رئيس قسم الإعلام، جامعة الكويت
16 أ. د. إبراهيم طاهر الخضر	السودان	عميد كلية التربية، جامعة إفريقيا العالمية
17 أ. د. عبد الرؤوف رمضان	مصر	أستاذ الهندسة الزراعية بالمركز القومي للبحوث بمصر
18 أ. د. عمار عصام عبد الرحمن	البحرين	جامعة العلوم التطبيقية، مملكة البحرين
19 أ. د. محمد عبد الكريم محافظة	الأردن	عميد كلية الآداب، الجامعة الهاشمية
20 أ. د. محمد أحمد قيراط	الجزائر	أستاذ الإعلام، كلية الآداب والعلوم، جامعة قطر
21 أ. د. خلف محمد المحمد	سورية	أستاذ بكلية القانون بجامعة عجمان
22 أ. د. أحمد عودة القرارعة	الأردن	عميد سابق لكلية العلوم التربوية، جامعة الطفيلة
23 أ. د. علاء زهير الرواشدة	الأردن	أستاذ علم الاجتماع - جامعة عجمان
24 أ. د. عبد الله عبد الله الوزان	مصر	أستاذ الإعلام الرقمي ووكيل كلية الإعلام جامعة منيسوتا
25 أ. د. إنصاف أيوب المومني	العراق	أستاذ الإعلام الإسلامي، كلية الإعلام، الجامعة الإسلامية بولاية منيسوتا

الهيئة العلمية

الاسم	الدولة	الصفة والجامعة
1 د. سعيد عمر إبراهيم	العراق	عميد كلية التربية، جامعة صلاح الدين/ أربيل
2 د. أنس محمد الخلايلة	الأردن	عميد كلية الشريعة، جامعة الزرقاء
3 د. حسن مصطفى	السودان	عميد كلية الاتصال، جامعة الفلاح/ الإمارات
4 د. هدى دياب أحمد صالح	السودان	عميد كلية العلوم الإدارية، جامعة أم درمان
5 د. نضال حماد علي	السودان	عميد كلية الاقتصاد، جامعة الإمام المهدي
6 د. إنعام يوسف محمد	مصر	أستاذ مشارك علم الاجتماع، جامعة عجمان
7 د. صلاح الدين عامر	اليمن	رئيس مجلس الخبراء بمنظمة الزكاة العالمية
8 د. محمد شرف هاشم	اليمن	أستاذ مشارك الإعلام، كلية الشريعة، جامعة الكويت
9 د. مهرة حمير آل مالك	الإمارات	استشاري علم نفس، جامعة عجمان/ الإمارات
10 د. إكرامي بسيوني خطاب	مصر	أستاذ مشارك القانون الدستوري، جامعة شقراء/ مصر
11 د. مزنة بنت حزام الشمري	السعودية	أستاذ هندسة الحاسب الآلي (kings college London)
12 د. محمد عبدالفتاح زهري	مصر	مدير وحدة الأزمات كلية السياحة، جامعة المنصورة
13 د. زهير حسين ضيف	العراق	رئيس قسم الإعلام، الجامعة الأهلية/ البحرين
14 د. سعاد موزير مطر	فرنسا	أستاذ الاتصال، جامعة فرنش كونتيه (Franche - Comté)
15 د. نواف صنت الظفيري	الكويت	أستاذ الإعلام التربوي بهيئة التعليم التطبيقي/ الكويت
16 د. سعيد محمود موسى	السودان	أستاذ مشارك اللغة العربية، جامعة القرآن الكريم
17 د. سونا عمر العبادي	الأردن	أستاذ القضاء الشرعي، جامعة العلوم الإسلامية العالمية
18 د. سمر مصطفى الشرفاوي	مصر	أستاذ مشارك العلوم الشرعية، جامعة الملك فيصل/ السعودية
19 د. شومة بنت محمد البلوي	السعودية	أستاذ مساعد البلاغة والنقد، جامعة تبوك
20 د. هبة توفيق أبو عيادة	الأردن	أستاذ مساعد علوم تربوية الجامعة الأردنية سابقاً
21 د. طه محييد جاسم الحديدي	العراق	أستاذ مشارك القانون الدولي كلية الحدباء الجامعة
22 Dr. Alexander c.	UK	md PhD in theology at the University of Birmingham
23 Dr. Anita moors	London	research center, Uk/London

ضوابط وقواعد النشر

1. يجب ألا تزيد مساحة النشر عن ستة آلاف كلمة للبحث شاملة المراجع.
2. يعد ملخصان للبحث: أحدهما باللغة العربية، والآخر باللغة الإنجليزية، على أن لا تتجاوز كلمات كل واحد منهما (200) كلمة.
3. يلي الملخصين: العربي، والإنجليزي، كلمات مفتاحية (Key Words) لا تزيد على خمس كلمات (غير موجودة في عنوان البحث)، تعبر عن المجالات التي يتناولها البحث؛ لتستخدم في الكشف.
4. استخدام طريقة APA لتوثيق مراجع البحث العلمي لتعزيز الأمانة العلمية للباحث، كما يجب أن تتضمن المنهجية مشكلة البحث، أهدافه، محدداته - حال وجودها، الدراسات السابقة، الخاتمة وتشمل النتائج والتوصيات.
5. يراعى عند تكرار المصدر في صفحة ثانية من البحث يذكر فقط اسم المصدر ورقم الصفحة أو رقم الصفحة والجزء إذا كان الكتاب أجزاء.
6. اعتماد أقواس التنصيص الصغيرة " " في حال نقل الكلام من المصدر نصاً، أما إذا تصرف البحث بالكلام المنقول فلا يضع الكلام بين أقواس ويكتب في الهامش كلمة "ينظر" قبل اسم المصدر.
7. يكون نوع الخط في المتن للبحوث العربية (Simplified Arabic)، بحجم (14)، وللبحوث الإنجليزية (Times New Roman)، بحجم (11)، وتكون العناوين الرئيسية حجم (18) والهامش (12)، وهوامش الصفحة 5, 2 سم، والمسافة بين الأسطر مفردة.
8. يكون نوع الخط في الجداول للبحوث العربية (Simplified Arabic)، بحجم (10)، وللبحوث الإنجليزية (Times New Roman)، بحجم (8)، كما يراعى في البحث المتضمن جداول وأشكال كتابة رقم الشكل وعنوانه أعلاه ثم الجدول مصدره أسفله.
9. تستخدم الأرقام العربية (1-2-3... Arabic) في جميع ثنايا البحث، على أن يكون ترقيم صفحات البحث في منتصف أسفل الصفحة.
10. عنوان البحث، واسم الباحث، أو الباحثين، والمؤسسة التي ينتمي إليها، سبل التواصل ميل وواتساب، على صفحة مستقلة قبل صفحات البحث، ثم تتبع بصفحات البحث، بدءاً بالصفحة الأولى حيث يكتب عنوان البحث فقط متبوعاً بكامل البحث.
11. يراعى في كتابة البحث عدم إيراد اسم الباحث، أو الباحثين، في متن البحث صراحة، أو بأي إشارة تكشف عن هويته، أو هوياتهم، وإنما تستخدم كلمة (الباحث، أو الباحثين) بدلاً من الاسم، سواء في المتن، أو التوثيق، أو في قائمة المراجع.
12. يجب الأخذ بعين الاعتبار الترتيب للمراجع، ومراعاة وجود علامات الترقيم من فاصلة ونقطة وغيرها من علامات الترقيم المختلفة، فبعض المراجع تعتمد الفاصلة في التوثيق وبعضها تعتمد النقطة.
13. يجب أن يضع الباحث عنوان بريده الإلكتروني أسفل اسمه مع لقبه العلمي. مدرس. أستاذ مساعد. أستاذ مشارك... إلخ
14. يتأكد الباحث من سلامة لغة البحث، وخلوه من الأخطاء اللغوية والنحوية.
15. يقدم الباحث الرئيس تعهداً موقفاً منه ومن جميع الباحثين المشاركين (إن وجدوا) يفيد بأن البحث لم يسبق نشره، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في جهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه، ونشره في المجلة.

16. لهيئة التحرير حق الفحص الأولي للبحث، وتقرير أهليته للتحكيم أو رفضه.
17. في حال قبول البحث للنشر تؤول كل حقوق النشر للمجلة، ولا يجوز نشره في أي منفذ نشر آخر ورقياً أو إلكترونياً دون إذن كتابي من رئيس هيئة التحرير.
18. الآراء الواردة في البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر الباحثين فقط ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة.
19. لهيئة التحرير الحق في تحديد أولويات نشر البحوث.
20. ضرورة توافر معايير علمية وأخلاقية في البحث المرسل للنشر في مجلة بحوث، وتعدّ مبادئ أساسية يجب أن يلتزم بها الباحث وتحدد عملية النشر منها: -
 - تحري الدقة والمصدقية في تدوين المعلومات والبيانات والنتائج وتحليلها ونشرها في الدراسة.
 - تقبل النقد العلمي البناء المقدم من جهة المحكمين للبحث والعمل بموجبه قبل عملية النشر.
 - تجنب التلاعب أو التحيز في تصميم وتحليل البيانات عند عرضها في صفحات الدراسات العلمية.
 - احترام الملكية الفكرية لأصحاب العلاقة من بحوث وبراءات اختراع وحقوق نشر وعدم انتهاكها أو سرقتها.
 - توظيف البيانات والمعلومات ونتائج الدراسات العلمية السابقة بشكل علمي سليم ليتمكن الاستفادة منها.
 - الالتزام بتعليمات وقواعد النشر التي وضعتها المجلة والجهات العالمية المنظمة للأبحاث العلمية.
 - تجنب دعم أي جهات ذات أجندة خاصة تجعل من البحث مادة لتحقيق مصالحهم غير المشروعة.
 - عدم انتهاك حقوق الإنسان وكرامته عند القيام بإجراء تجارب للأبحاث العلمية على البشر.
 - يهدف النشر تطوير الجهات ذات العلاقة بالدراسة وإفادة البشرية وليس لمصالح شخصية فقط.
 - الالتزام بتعليمات وقواعد النشر التي وضعتها المجلة والجهات العالمية المنظمة للأبحاث العلمية.
 - تجنب دعم أي جهات ذات أجندة خاصة يجعلوا من البحث مادة لتحقيق مصالح غير مشروعة.
 - مساندة الباحثين وطلاب الدراسات العليا وتعزيز قدراتهم وتمكينهم من اتخاذ قراراتهم بأنفسهم.
 - عدم انتهاك حقوق الإنسان وكرامته عند القيام بإجراء تجارب للأبحاث العلمية على البشر.
 - تقديم التقدير والشكر لمن ساهم في إعداد البحوث والرسائل والأطاريح العلمية.
 - استخدام الموارد المتاحة بشكل سليم لإنجاز الأهداف والغايات المرجوة.
 - موافقة الباحث على استخدام المجلة للبرنامج الإلكتروني Turnitin للكشف عن الانتحال الأكاديمي.
21. يحوّل الباحث رسوم النشر وقيمتها 250 دولار أمريكي قبل النشر وعقب موافقة لجنة التحكيم.
22. يتم تقديم البحوث إلكترونياً من خلال بريد المجلة الإلكتروني، عناية مدير التحرير.

رابط جميع أعداد مجلة بحوث في الموقع الإلكتروني لمركز لندن للبحوث:

<http://scrondon.com/ar/%d9%85%d8%ac%d9%84%d8%a9-%d8%a8%d8%ad%d9%88%d8%ab>

رابط الموقع الإلكتروني:

<http://scr-magazine.com/index.php>

المشرف العام لمجلة بحوث ورئيس مركز لندن للبحوث

أ. د. ناصر الفضلي

SCR LONDON



مركز البحوث و الاستشارات الاجتماعية - لندن



www.ScrLondon.com

معلومات المجلة

التعريف

مجلة علمية متخصصة، محكمة ومفهرسة تصدر عن مركز لندن للبحوث والاستشارات بدولة الإمارات العربية المتحدة بشكل دوري - ربع سنوي - منتظم، تعنى بنشر كافة أبحاث العلوم الاجتماعية، استهلكت أول أعدادها في شهر يونيو عام 2014، وأصدرت 43 عدداً دورياً وخصوصاً حتى نهاية عام 2021، لها ترقيم دولي ومعامل تأثير عربي.

للمجلة هيئة علمية استشارية عليا مؤلفة من 25 أكاديمي رفيعي المستوى برتبة أستاذ دكتور من عشرة دول عربية وأجنبية مختلفة، كما لها هيئة علمية تتألف من 23 أكاديمي برتبة أستاذ مساعد ومشارك، ولها أيضاً هيئة تحرير مستقلة تتألف من ثمانية أساتذة متخصصين، والرئيس الفخري للمجلة **صاحبة السمو الملكي الأميرة منال بنت مساعد آل سعود**، ورئيس مجلس إدارة المجلة **أ. سارة كمبخ العازمي**، في حين يتولى منصب الإشراف العام **سعادة أ.د. ناصر الفضلي** - عضو معهد البحوث البريطاني-، ويتألف التحرير **أ.د. عبد الملك الدناني** ونائب رئيس التحرير **أ.د. حنان صبحي عبيد**، ويتولى منصب مدير التحرير **د. محمد عبد العزيز**.

الرؤية

أن تكون المجلة رائدة في نشر البحوث العلمية الرصينة في مختلف تخصصات العلوم الاجتماعية، وأن ترقى إلى مصاف أفضل عشرين مجلة علمية محكمة ومصنفة عالمياً.

الرسالة

نشر البحث العلمي القائم على المنهج العلمي القويم والموضوعية في الطرح، في إطار الالتزام بمقاييس الجودة العالمية.

رئيس مجلس الإدارة

أ. سارة كمبخ العازمي

الإشراف العام

أ. د. ناصر الفضلي

رئيس التحرير

أ. د. عبد الملك الدناني

► Detailed information

Country	United Arab Emirates
Publisher name	London research and consulting center
Title proper	Bouhouth Magazine (Q96697067)
Publication date	Quarterly bulletin
ISSN	2313-1004
ISSN Center responsible of the record	CIEPS - ISSN
URL: SCR-MAGAZINE.COM	portal.issn.org/resource/ISSN/2313-1004#
Impact factor	An Arab impact factor of the Association of Arab Universities holds a score of 1.665
Publication topics - issues per year	All social science topics
The language	Arabic, English and French
Last modification date	30 joun 2014
The date of the first issue	30 joun 2014
Citation sites	Arab Manhal Platform - EBSCO RATING - ZENODO
Examination	The research is subject to the conditions and terms of the permissibility of publication, including examination of plagiarism, and it also owns the copyright ebSCO for refereed literature classification and electronic resource management
Database Title	URL
Arab World Research Source	https://www.ebscohost.com/titleLists/awr-coverage.htm
SocINDEX with Full Text	https://www.ebscohost.com/titleLists/sih-coverage.htm
DOI	The journal has a research number DOI of the European ZENODO Foundation
Type of record	Confirmed
WEBSITE	www.scr-magazine.com
E-mail	info@scr-magazine.com - info@scrlondon.com

العدد الثالث والأربعون

ديسمبر/كانون الأول 2021م - ربيع الثاني 1443هـ

- 12..... كلمة العدد: بقلم/ رئيس التحرير: أ. د. عبد الملك الدناني (اليمن)
- 14..... ملخصات أبحاث العدد
- 20..... أبحاث العدد
- المهارات الأكاديمية المستقبلية لقادة التعليم الأساسي كمشرفين مقيمين في ظل جائحة كورونا
أ.د. حنان صبحي عبید (لندن/ بريطانيا) - أ.د. محمد عرب الموسوي (العراق)
21..... ايدير مصطفى محمد غنيات (الجزائر)
 - استخدامات طلبة الجامعات البحرينية لمواقع التواصل الاجتماعي والإشباع المتحققة منها
د. حسين خليفة حسن خليفة (مصر) - أ. محمد السبيعي (البحرين) - أ. جراح ظاهر (البحرين)
33.....
 - الضغوط النفسية الناتجة عن التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعة
د. وسام نايف عدنان الزبيدي (العراق) - د. زينب جميل عبد الجليل (العراق)
55.....
 - أبعاد السياسات التربوية للتعليم الأساسي «دراسة تحليلية»
د. هبة توفيق أبو عيادة - الأردن
71.....
 - المستشفيات في العراق لعام ٢٠١٩
دراسة في تباينها المكاني وكفاءتها والتخطيط الاستراتيجي للارتقاء بواقعها
أ.د. حنان صبحي عبید (لندن/ بريطانيا) - أ.د. حسين عليوي ناصر الزيايدي /العراق
89..... أ.د. عبد الكريم عبد الجليل الوزان / الجزائر
 - ضياع الأمن الفكري بين السوشيا ميديا والتربية
الباحثة سارة محمد كميخ العازمي (الكويت)
99.....



فيض من بحوث المؤتمر الحادي عشر

بقلم رئيس التحرير – **أ.د. عبد الملك الدناني**

يأتي صدور العدد «الخاص» من مجلة بحوث بعد أن حقق المؤتمر الدولي الحادي عشر لمركز لندن للبحوث والدراسات والاستشارات الاجتماعية، والافتراضي الثالث للمركز خلال المدة 18-19 سبتمبر – أيلول 2021، النجاح المنشود من إقامته، والذي تم تنظيمه بالتعاون مع كلية التربية الأساسية بجامعة ذي قار العراقية، تحت عنوان «الأبعاد الاجتماعية للتعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق».

ويحتوي العدد الثالث والأربعين على ست دراسات علمية، تناولت قضايا تربوية وإعلامية واجتماعية وفكرية، تتصل بواقع التعليم في الوطن العربي ومتغيراته، لباحثين من جامعات أردنية وعراقية وبحرينية وكويتية، وركزت على إشكاليات وقضايا تتصل بالتربية والتعليم وحياة الفرد والمجتمع في مجالات الحياة الإنسانية والاجتماعية والفكرية، من منطلق أهداف مركز لندن والمجلة الصادرة عنه. **حيث هدفت الدراسة الأولى** إلى تحديد المهارات الأكاديمية المستقبلية لقادة التعليم الأساسي كمشرفين مقيمين في ظل جائحة كورونا، وتم مسح الأدب النظري والدراسات السابقة في هذا المجال، واتفقت الدراسة مع العديد منها على ضرورة تطوير دور المهارات الأكاديمية المستقبلية لقادة التعليم الأساسي. **وهدف الدراسة الثانية** للكشف إلى التعرف على حجم استخدامات طلبة الجامعات البحرينية لمواقع التواصل الاجتماعي والإشباع المتحققة منها، فضلاً عن الوقوف على أهم مواقع التواصل الاجتماعي التي يتابعها طلبة الجامعات البحرينية، مع رصد أهم دوافع استخدام طلبة الجامعات البحرينية لمواقع التواصل الاجتماعي. **وهدف الدراسة الثالثة** إلى التعرف على الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعة، وكذلك التعرف على الضغوط النفسية من التعليم الإلكتروني حسب متغير الجنس، فضلاً عن التعرف على الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني حسب سنوات الخدمة. **وهدف الدراسة الرابعة** إلى التعرف على أبعاد السياسات التربوية للتعليم الأساسي، والإجراءات التي تساعد على تطوير السياسات التربوية للتعليم الأساسي، من خلال تحليل ومراجعة البحوث والدراسات السابقة والأدبيات التربوية التي تناولت إدارة المعرفة بما يضمن مواجهة معوقات تطور السياسات التربوية للتعليم الأساسي. **وخصت الدراسة الخامسة** لتوضيح التباين المكاني للمستشفيات العراقية وكفاءتها، والتخطيط الاستراتيجي للارتقاء بواقعها، واستخدم الباحثون في الدراسة المسح الميداني للعديد من المستشفيات العراقية ومعرفة واقعها. **وتناولت الدراسة السادسة** أخطار ضياع الأمن الفكري لشباب اليوم بين مواقع التواصل الاجتماعي والتربية، بسبب قوة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي وضعف تحصين الشباب في المجال التربوي من جهة المؤسسات التعليمية.

وسنظل في خدمة العلم والنخب العلمية العربية لنشر نتاجاتهم الرصينة، بهدف المساهمة في تطوير المجالات العلمية، التربوية والاجتماعية والثقافية والإنسانية. والله من وراء القصد.

الضغوط النفسية الناتجة عن التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعة

Psychological stresses resulting from e-learning among university professors



د. زيتب جميل عبد الجليل - العراق

مدرسة في قسم الحاسوب/ كلية التربية للعلوم
الصرافة/ جامعة البصرة



د. وسام نايف عدنان الزيدي - العراق

مدرس في قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية
التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة ذي قار

الملخص

يدور البحث حول أساتذة جامعة البصرة للعام الدراسي 2021/2020. ويهدف البحث إلى التعرف على الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعة. 2. التعرف على الضغوط النفسية من التعليم الإلكتروني حسب متغير (الجنس). 3. التعرف على الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني حسب (سنوات الخدمة). ولتحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثان ببناء مقياس للضغوط النفسية للأساتذة اعتماداً على نظرية (لازاروس)، حيث يتكون المقياس من (21) فقرة، وقد تم تطبيقه على عينة البحث الحالي بعد أن أوجد الباحثان صدق المقياس بطريقتين: الصدق الظاهري للمقياس وصدق البناء المتمثل بالقوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وثبات المقياس بطريقة معامل الفا كرونباخ الذي بلغ (92%)، أما عينة البحث الأساسية فتكونت من (430) من أساتذة الجامعة من الذكور والإناث، حيث تضمنت العينة الاستطلاعية البالغة (30) أستاذاً جامعياً للتعرف على مدى ملائمة الفقرة، ومن أجل تحقيق الخصائص السايكومترية للمقياس طبق الباحثان المقياس على عينة عددها (200) من أساتذة جامعة البصرة، للعام الدراسي 2021/2020، أما عينة التطبيق النهائي فقد طبقت على (200) من أساتذة جامعة البصرة من الذكور والإناث، حيث اعتمد الباحثان المنهج الوصفي في إجراءات البحث.

الكلمات المفتاحية، الضغوط النفسية، التعليم الإلكتروني

Psychological stresses resulting from e-learning among university professors

Summary

The current research is determined by the professors of the University of Basra for the academic year 2020/2021. To achieve the objectives of the current research, the researchers built a psychological stress scale for teachers based on the theory (Lazarus), where the scale consists of (21) paragraphs, and it was applied to the current research sample after the researchers found the validity of the scale in two ways, which are the apparent validity of the scale and the validity of the construction represented by strength Distinctiveness and the relationship of the paragraph with the total score of the scale, and the stability of the scale using the Alpha Cronbach coefficient, which amounted to (92%). Appropriateness of the paragraph, and in order to achieve the psychometric properties of the scale, the researchers applied the scale to a sample of (200) from the professors of the University of Basra, for the academic year 2020/2021, and the final application sample was applied to (200) male and female professors of the University of Basra, where the researchers adopted the descriptive approach with the research procedures The researchers reached the following results.

Conclusions

1. The existence of psychological pressures on university professors resulting from e-learning 2. There is equal pressure for male and female university professors because of the different requirements of life. 3. The professors whom I have served for 10 years or more suffer from psychological pressures resulting from e-learning because they do not have sufficient experience to use computers and various educational programs. Suggestions: 1. Conducting a similar study on psychological stress and its relationship to some variables such as (social, economic level) among university professors. 2. Building a counseling program that includes reducing the psychological pressures resulting from the workloads of university professors.

Recommendations

1. Focusing on university professors by raising their awareness of the importance of e-learning by preparing e-learning workshops and seminars. 2. Urging university professors to continue e-learning as a tool for communication between students and professors after the end of e-learning and the end of the crisis. 3. Conducting workshops to train teaching staff in Iraqi universities about e-learning and knowing the most important obstacles they face during the application.

Keyword: psychological stress. E- Learning.

مشكلة البحث

الإلكتروني المستحدث الذي يعد أسلوباً من أساليب التعليم في إيصال المعلومة للمتعلم، ويتم فيه استخدام آليات الاتصال الحديثة من حاسب إلى شبكاته ووسائطه المتعددة من صوت ورسومات وآليات بحث وشبكات إلكترونية، أي استخدام التقنية بمختلف أنواعها لإيصال المعلومة للمتعلم بأقصر وقت وأقل جهد وأكثر فائدة (المياحي، وآخرون، 2018، ص1)؛ إذ تتحدد مشكلة البحث الحالي:- كون الضغوط النفسية هي أكثر المشكلات شيوعاً في الأوساط الحديثة لا سيما لدى أساتذة الجامعات وبالذات الأستاذ الجامعي بسبب تعدد مصادر الضغوط النفسية المهنية منها التعليم الإلكتروني أو الحياتية أو الاجتماعية.

أهمية البحث

تعد الضغوط النفسية ظاهرة مميزة للعصر الحالي، حيث تتزايد فيه متطلبات الفرد نتيجة التقدم العلمي التكنولوجي، والذي مس بوجه خاص الوسط الجامعي، مما يجبر الأستاذ الجامعي على استخدام مكوناته النفسية لمواجهة التحديات والمواقف الضاغطة نتيجة الضغوط النفسية الناتجة عن التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعات، إذ لا بد من الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية لديه (العاتي، 2019، ص11).

1- ترجع أهمية البحث الحالي في كونه من الدراسات الحديثة التي توأكب ما حدث في ظل جائحة كورونا من ضغوط نفسية ناتجة عن التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعات التي تركت آثاراً واضحة على العملية التعليمية في كل دول العالم.

2- قد تفيد الدراسة الحالية أساتذة الجامعات من خلال تعرفهم على الضغوط النفسية للأستاذ الجامعي الناتجة من التعليم الإلكتروني.

تعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسة التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وهذه الضغوط ماهي إلا ردة فعل للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على مناحي الحياة كافة، السياسية والاجتماعية، والاقتصادية والتربوية (مأمون، وآخرون، 2018، ص1). ويعد الضغط النفسي لدى أساتذة الجامعات العراقية أحد معوقات السير الحسن للعملية التربوية في الجامعات العراقية ومن أهم العوامل التي تؤثر في اختلال النظام التربوي، ولقد بنيت ظاهرة الضغوط النفسية في الأصل على مواقف غير سارة تعيق أو تهدد إشباع الحاجات النفسية وتتجاوز قدرة الفرد على التوافق معها مما يؤدي إلى الشعور بالضيق والتوتر وعدم الإنتاج بناءً على التقييم الذاتي للموقف من قبل الفرد نفسه (عميري، 2017، ص6).

إنّ التعليم يواجه في العصر الحالي عدداً من التغيرات التي تلزم بوضع الحلول المناسبة لها، ولعل بعض الحلول تفرض نفسها إجباراً لا اختياراً لمواجهة الظروف الطارئة مثل، الظرف الصحي العالمي، المتمثل بجائحة كورونا والتي واجهها العالم في مجال التعليم بالتحول إلى التعليم عن بعد عبر منصات التعليم الإلكتروني (العنزي، 2021، ص390).

إنّ للتعليم الإلكتروني دور مهم وأساسي في إنجاح العملية التعليمية، في ظل التطور التكنولوجي الكبير ومع انتشار وسائل الاتصال الحديثة من حاسوب، وشبكة إنترنت، ووسائط متعددة مثل الصوت، الصورة والفيديو، وهي وسائل أتاحت المجال لعدد كبير لتلقي التعليم بكل سهولة ويسر وبأقل وقت وجهد (أبو اشخيدم وآخرون، 2020، ص2).

نظراً للظروف الصحية التي يمر بها العراق أسوة بباقي دول العالم بسبب أزمة جائحة كورونا كوفيد-19 التي فرضت تطبيق نظام التعليم

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بأساتذة جامعة البصرة للعام الدراسي 2021/2020.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:-

1. التعرف على الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني لدى أساتذة الجامعة.
2. التعرف على الضغوط النفسية من التعليم الإلكتروني حسب متغير (الجنس).
3. التعرف على الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني حسب (سنوات الخدمة).

تحديد المصطلحات

أولاً: الضغوط النفسية

1. عرفها (هارون، 1982): نظام استجابة لحالات ضاغطة وتتكون الضغوط من نظام تفاعلات فسيولوجية ونفسية سواء مباشرة أو غير مباشرة (هارون، 1982، ص22).
2. عرفها (عبد الستار، 1988): تغير داخلي أو خارجي من شأنه أن يؤدي إلى استجابة انفعالية حادة ومستمرة (عبد الستار، 1988، ص118).
3. عرفها الحلو (1989): هي المشكلات والصعوبات والأحداث التي قد تواجه الفرد في حياته اليومية وتسبب له توتراً أو تشكل له تهديداً، أو تكون عبئاً عليه (الحلو، 1989، ص22).

المصطلحات الإنكليزية

1. عرفها (Lazaraus, 1976): بأنها الأحداث البيئية التي تفرق قابلية الفرد على مواجهتها. (p:28, Lazaraus, 1976)
2. عرفتها (OItmanns & Emery, 1998): بأنها الأحداث التي تفرض على الفرد وتلزمه أو تتطلب منه تكيفاً فيزيولوجياً أو معرفياً أو سلوكياً (OItmanns & Emery, 1998, p: 287).

ثانياً: التعليم الإلكتروني

1. عرفه (الأثري، 2015): أسلوباً من أساليب التعليم في إيصال المعلومات للمتعلم، ويتم فيه استخدام آليات الاتصال الحديثة من حاسب آلي وشبكاتة ووسائطه المتعددة من صوت وصورة ورسومات وآليات بحث ومكتبات إلكترونية سواء كانت عن بعد أو في الفصل الدراسي، أي استخدام التقنية بجميع أنواعها في إيصال المعلومات للمتعلم بأقصر جهد وأقل فائدة (الأثري، 2015، ص20).
2. عرفه (كافي، 2009) التقارب بين الإنترنت والتعلم أو التعلم المعتمد على الإنترنت (كافي، 2009، ص13).
3. عرفه (الهندي، 2010): هو طريقة للتعلم باستخدام آليات الاتصال الحديثة من حاسب وشبكاتة ووسائطه المتعددة من صوت وصورة، ورسومات، وآليات بحث، ومكتبات إلكترونية، وكذلك بوابات الإنترنت سواء كان عن بعد أو في الفصل الدراسي فالمهم هو استخدام التقنية بجميع أنواعها في إيصال المعلومة للمتعلم بأقصر وقت وأقل جهد وأكبر فائدة (الهندي، 2010، ص25). التعريف الإجرائي، هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس الضغوط النفسية.

الإطار النظري

يُعد الضغط النفسي من الظواهر الشائعة في حياتنا اليومية وهو ينتشر في معظم مجالات حياة الفرد، وإذا استمر لفترة طويلة يؤدي إلى إعاقة الفرد عن تكيفه وإلى سوء توافقه النفسي والاجتماعي في العمل، ويعد الضغط النفسي من المصطلحات القديمة التي تناولت بكثرة في مجال علوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية عامة وعلم النفس بصفة خاصة (سعيدة، 2019، ص13).

مصادر الضغوط

والتحدي، حيث إن الفرد لا يمارس فيها أي أنشطة أو أعمال، عندما يعاني الفرد من تدني الشعور بتحقيق الذات مما يؤدي إلى حالة من الضغط (السمران وآخرون، 2014، ص18).

مفهوم التعليم الإلكتروني

يعدّ مفهوم التعليم الإلكتروني أسلوباً من أساليب التعليم في إيصال المعلومة للمتعلم، ويتم فيه استخدام آليات الاتصال الحديثة من حاسب آلي وشبكات ووسائطه المتعددة أي استخدام التقنية بجميع أنواعها في إيصال المعلومة للمتعلم بأقصر وقت وأقل جهد وأكبر فائدة وبصورة تمكن من إدارة العملية التعليمية وضبطها وقياس وتقييم أداء المتعلمين (كافي، 2009، ص12)، أما التعليم الإلكتروني فيعد نمطاً أو نوعاً من التعليم والتعلم باستخدام الوسائط الإلكترونية هي، عملية نقل وإيصال المعلومات بين المعلم والتعلم مثل، حواسيب والشبكات (كلاب، 2011، ص10).

معوقات تحد من التوسع في التعليم الإلكتروني في العراق

يخشى العديد من أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات العراقية من عدم وجود خطة استراتيجية موضوعة للتعليم الإلكتروني إلى جانب الافتقار إلى المهارات والخبرات بين أعضاء هيئة التدريس لاستخدام التعليم الإلكتروني كما حددت دراسة جير- وسنبلت (Guri-Rosenblit, 2005)، معوقات التعليم الإلكتروني بمؤسسات التعليم العالي في:-

1. عدم توفير البنية التحتية.
2. ضعف الاستفادة من التكنولوجيا.
3. عدم الرغبة في إحلال الطرائق التعليمية الجديدة محل القديمة.
4. عدم قبول الطلاب للتكنولوجيا الجديدة في التعليم.

هناك مصادر للضغوط النفسية منها:-

أولاً: الضغوط التي تنتج عن الأحداث الاجتماعية كالإحساس بالضيق والضرر الذي يشعر به الأستاذ الجامعي، والنتائج عن التعرض للأحداث والمواقف التي تتعلق بالعلاقات الاجتماعية في أثناء التعليم الإلكتروني كالتعامل مع الأصدقاء، وإعطاء هيئة التدريس وطلبة الجامعة وغيرهم ممن يدخلون ضمن شبكة العلاقات الاجتماعية (رمضان، 2017، ص19).

ثانياً: الضغوط الناتجة عن الأحداث لدراسة التعليم (التعليم الإلكتروني) كالإحساس بالضيق والضرر الذي يشعر به الأستاذ الجامعي نتيجة لتعرضه لضغوطات في أثناء المحاضرات منها: مشكلات عدم حضور الطلبة وانقطاع النت وعدم توافر أجهزة الحاسوب للتدريس، وانقطاع التيار الكهربائي.

ثالثاً: الضغوط التي تنتج عن الأحداث الأسرية كالإحساس بالضيق والضرر الذي يشعر به الأستاذ الجامعي، كمرض احد أفراد عائلته أو متابعة المستوى الدراسي لابنائه (رمضان، 2017، ص 19).

أنواع الضغوط النفسية

هناك أربعة أنواع من الضغوط النفسية والتي حددها (Selye, 1993)

1. الضغوط الايجابية: وهذا النوع من الضغوط يدفع للإيجاز، وينمي الثقة بالنفس، ويدفع الأفراد إلى سرعة إنجاز الأعمال، ويكونون مثارين عقلياً وجسماً.
2. الضغوط السلبية: ويقصد بها الضغوط التي تتطوي على أحداث سلبية مهددة ومؤذية للفرد.
3. الضغط المرتفع: ويقصد به الضغط الناتج عن تراكم الأحداث المسببة للضغط والتي مرت بالفرد وفشل في التوافق معها.
4. الضغط المنخفض: ويقصد به حالة من الملل والضجر التي يعيشها الفرد وانعدام الآثار

2. نظرية سبيلبرجر (Spielberger، 1972) تُعد نظرية سبيلبرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط، حيث إنه ربط بين كل من القلق والضغط والتهديد. القلق (Anxiete) هي عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث إلى رد فعل لشكل ما من الضغوط، وإن هذا المصطلح الضغوط (Stress) يشير إلى التغيرات في الأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي بين المفهوم، أما التهديد فيشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص، إذ كان سبيلبرجر قد عني بتحديد خاص وطبيعة المواقف الضاغطة التي تؤدي إلى مستويات مختلفة لحالة القلق إلا أنه لايساوي بين مفهومين الضغط والقلق؛ لأنه الضغط النفسي وقلق الحالة يوضحان الفروق بين خصائص القلق برد فعل انفعالي والمثيرات التي تستدعي هذه الضغوط (التميمي، 2012، ص 58-59). وكان لنظرية سبيلبرجر قيمة خاصة في فهم طبيعة القلق واستفاد منها كثير من العلماء والباحثين وأجرى هونفسه كثير من الدراسات التي تحقق خلالها من صدق فروض ومسلمات نظرية (Spielberger, 1972, p: 132).

ثانياً: الدراسات السابقة

1. دراسة (عساف، 2017): عنوان الدراسة التوتر والضغط النفسي عند أعضاء الهيئة التدريسية في جامعتي النجاح وبيرزيت في أثناء انتفاضة الأقصى نتيجة العدوان الإسرائيلي. وقد هدفت الدراسة إلى: التعرف على مستوى التوتر والضغط النفسي ومجالاته (الأكاديمية، والنفسية، والاجتماعية)، نتيجة للعدوان الإسرائيلي على أعضاء الهيئة التدريسية في جامعتي النجاح الوطنية وبيرزيت خلال انتفاضة الأقصى، وهدفت إلى معرفة أثر التغيرات الديمغرافية (الجنس، عدد أفراد الأسرة، مكان السكن، والتعرض للإصابة والضرب في أثناء الانتفاضة، والسكن بالقرب أو البعد عن الأحداث

5. صعوبة التغلب على التكلفة المادية.

6. عدم القدرة على التكيف مع أساليب التعليم الجديدة.

7. صعوبة التخطيط الاستراتيجي بكفاءة وفعالية (عامر، 2014، ص 231).

عيوب التعليم الإلكتروني

يرى المعترضون بعض العيوب التي تقتضي بشكل سريع وفوري التدرج في تطبيقه مع تلافي هذه العيوب أول بأول، ويحدد المعترضون هذه العيوب فيما يلي:-

1. ارتفاع كلفة التعليم الإلكتروني في كل مقرر من مقررات الفصول الدراسية في السنة الواحدة في مقابل التعليم التقليدي.

2. انقضاء العلاقة الحميمة بين التلميذ والأستاذ.

3. الأضرار البدنية الذهنية التي يمكن أن تصيب الطالب من كثرة الجلوس والتركيز أمام الحاسوب والتعامل مع الإنترنت خاصة الأضرار التي ربما تصيب العين من الأشعة المنعكسة من الشاشات أو الآلام التي تصيب الظهر وما إلى ذلك.

4. قد لا يكون كل طالب قادراً على التعامل مع الحاسوب القدرات الذاتية أو الفروق الفردية بين الأشخاص مما يجعل التعليم الإلكتروني بالنسبة للبعض من الصعوبات بمكان (عامر، 2014، ص 237-238).

نظريات الضغوط النفسية

1. نظرية ريتشارد لازاروس (Richard, Lazarus, 1966) يعد ريتشارد لازاروس رائد هذه النظرية التي سميت أيضاً نظرية (التقييم المعرفي) في الضغوط أو ما يطلق عليه (التقييم الابتدائي) الذي يشير إلى تقدير العمليات المعرفية لمواجهة متطلبات نمو الفرد (Conyne, Lazerus, 1980, p: 150).

والكلية والراتب، والخبرة والحالة الاجتماعية، والرتبة الرتبة العلمية)، تكونت عينة البحث من (225) عضو هيئة تدريسية استجاب منهم (139) وهي العينة التي أجرى عليها التحليل الإحصائي (spss) وهي تعادل نسبة (61.8%) من مجتمع البحث، وتوصل الباحث إلى النتائج الآتية:

1. إن الدرجة الكلية للتوتر النفسي عند أعضاء الهيئة التدريسية كان (58.7%)، وهي تعد عالية في الاعتبارات النفسية لما لها من آثار سلبية على عضو هيئة التدريس وعلى علاقته مع زملائه وطلوبته وأسرته. 2. كان هناك تفاوت في التأثير على مجالات التوتر والضغط النفسي الثلاثة، فكان أعلاها هو المجال الاجتماعي بنسبة (60.4%)، ثم المجال الأكاديمي بنسبة (59%)، ثم الآثار النفسية بنسبة (53.2%)، وهذا يعني أن أعضاء الهيئة التدريسية يهتمون لما يجري في مجتمعهم ولطلبته أكثر من أنفسهم. 3. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$)، في التوتر والضغط النفسي معاً لتغيرات ومكان السكن، والتعرض للإجابة أو الضرب في أثناء الانتفاضة والكلية والراتب). 4. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في التوتر النفسي تبعاً لمتغيرات (الجنس، عدد أفراد الأسرة، السكن بالقرب أو البعد عن الأحداث، والخبرة، أو الحالة الاجتماعية والرتبة العلمية (عساف، 2003، ص 2-3).

2. دراسة (السيد، 2018): عنوان الدراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة عند هيئة أعضاء التدريس بجامعة الملك سعود. يتكون مجتمع الدراسة من (897)، وهم الكليات الإنسانية وخدمة المجتمع وطبق الباحث على عينة من (140) عضو هيئة تدريس بنسبة (16%)، من مجتمع الدراسة، استخدم الباحث المنهج الوصفي، ففرض الدراسة، 1. يوجد ارتباط سالب دال إحصائياً بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس

بجامعة الملك سعود. 2. لا توجد فروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 5 إلى 10 سنوات، أكثر من 10 سنوات). 3. لا توجد فروق دالة إحصائياً في جودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود وفقاً لمتغيري عدد سنوات الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 5 سنوات إلى 10 سنوات، أكثر من 10 سنوات)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: توجد علاقة ارتباط بين الضغوط بين الضغوط وجودة الحياة موجبة بمعامل ارتباط (0.663) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، 2. بعد جودة إدارة الوقت من مقياس جودة الحياة غير دال إحصائياً مع ثلاثة من أبعاد مقياس الضغوط النفسية وهي (التفاعلات المهنية، التدريب المهني، توقعات العمل والراتب والترقية). 3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، فأقل في كل من مقياس الضغوط النفسية وأبعادها (التفاعلات المهنية، المهام التدريسية، توقعات العمل والراتب والترقية، الخصائص الشخصية)، لأفراد الدراسة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة للمشاركين في عينة الدراسة. 4. هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، فأقل في بُعدي (ظروف العمل)، من مقياس الضغوط النفسية لأفراد الدراسة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة للمشاركين في عينة الدراسة، لصالح سنوات الخبرة (10 سنوات فأكثر). 5. هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05)، فأقل في بُعد (التدريب المهني) من مقياس الضغوط النفسية لأفراد الدراسة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة للمشاركة في عينة الدراسة، لصالح سنوات الخبرة (من 10 سنوات فأكثر). 6. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) فأقل في كل من مقياس جودة الحياة، وبُعدي (جودة الصحة النفسية، جودة التدريس والعمل) لأفراد الدراسة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة للمشاركين في عينة الدراسة.

7. هنالك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) فأقل في بُعد (جودة الحياة إدارة الوقت) من مقياس جودة الحياة لأفراد الدراسة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة للمشاركين في عينة الدراسة لصالح سنوات الخبرة (من 10 سنوات فأكثر)، وتوصل الباحث إلى مجموعة من التوصيات وهي: 1. القيام بدراسة تشخيصية لاحتياجات أعضاء هيئة التدريس من البرامج التدريبية التي تقلل من ضغوطهم النفسية وتحسين من جودة حياتهم. 2. تبني عمادة تطوير المهارات لسلسلة دورات تدريبية تهدف لتحسين جودة الحياة لدى عضو هيئة التدريس. 3. تبني إدارة الموارد البشرية بالجامعة لاستراتيجيات جديدة في تعزيز جودة الحياة لدى عضو هيئة التدريس. 4. القيام بدراسة وصفية لتحديد انعكاس الضغوط النفسية لعضو هيئة التدريس (السيد، 2018، ص 25-26).

الفصل الثالث: إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي قام بها الباحثان من أجل تحقيق هدف البحث ابتداءً من تحديد مجتمع البحث وعينته مروراً بإعداد أداة البحث وما يجب أن يتوافر فيها من صدق وثبات تطبيقها على عينة البحث وانتهاءً بتحديد الوسائل الإحصائية المناسبة وفيما يأتي عرض لتلك الإجراءات:-

أولاً: مجتمع البحث (Poputation of the research)

يشتمل البحث الحالي على أساتذة جامعة البصرة على الملاك الدائم لسنة 2020 / 2021 والبالغ عددهم (2948) ما بين ذكور وإناث كما هو موضح بالجدول (1)

اسم الكلية	ذكور	إناث	المجموع
رئاسة الجامعة	٩٥	٤٤	١٥٠
كلية الآداب	١٤٢	٦٩	٢١١
كلية الإدارة والاقتصاد	٨١	٤٢	١٢٣
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٩٧	١١	١٠٨
كلية التربية للبنات	٤٧	٤٣	٩٠
كلية التربية للعلوم الإنسانية	٧٣	١٠٩	١٨٢
كلية التربية للعلوم الصرفة	١٣٣	٢٠٩	٣٤٢
كلية التمريض	١٧	١٤	٣١
كلية الزراعة	١١٩	١٦٣	٢٨٢
كلية الصيدلة	٥٣	٧٧	١٣٠
كلية الطب	١٠٤	٦٠	١٦٤
كلية الطب البيطري	٦٢	٦٧	١٢٩
كلية العلوم	١٧٣	١٩٤	٣٦٧
كلية القانون	٣٤	١٣	٤٧
كلية الهندسة	١٩٠	٦٧	٢٥٧
كلية التربية القرنية	٨	٢٧	٣٥
كلية طب الاسنان	٢٣	٣٠	٥٣
كلية طب الزهراء	١٨	١٣	٣١
كلية علوم البحار	١٧	١٠	٢٧
كلية تكنولوجيا المعلومات	٢٣	٢٣	٥٦
مركز علوم البحار	٧٥	٤٠	١١٥
المجموع	١٥٨٤	١٣٦٤	٢٩٤٨

ثانياً: عينة البحث

من الصعب في بعض الحالات دراسة المجتمع ككل، ومن الأفضل دراسة كل العناصر المكونة من المجتمع من الناحية النظرية إلا أنه قد يصعب ذلك من الناحية العملية خاصة بالنسبة إلى المجتمعات الكبيرة؛ لذا لا بد من أخذ عينة ممثلة للمجتمع الأصلي وتعميم نتائج هذه العينة على مجتمع البحث وتعرف العينة (Sample) هي مجموعة جزئية من البحث وممثلة لعناصر المجتمع أفضل تمثيل؛ إذ يمكن تعميم نتائج تلك العينة على المجتمع بأكمله وعمل استدلالات حول ذلك المجتمع (النبهان، 2000، ص54).

ينبغي أن يجري اختيار العينة على وفق قوانين وطرق عملية تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً، ويجب أن يحدد حجم العينة وسبب اختياره لها مما يسوغها علمياً (الجابري وآخرون، 2013، ص151).

إذ يكون أفراد العينة في الدراسات المسحية (20%) من فراد المجتمع إذا كان هذا المجتمع صغيراً نسبياً من (500-1000)، وتتناقص هذه النسبة إلى إنَّ تصبح (5%) من المجتمعات الكبيرة جداً (عودة، وآخرون، 1988، ص178).

العينة الكلية للتطبيق

اختار الباحثان عينة البحث من مجموعة مختلفة من الكليات في جامعة البصرة وبطريقة عشوائية وبنسبة (5%) من المجتمع الأصلي؛ إذ بلغت (430) تدريسي وتدرسية من جامعة البصرة وزعت على العينة الاستطلاعية البالغة (30) تدريسي، وعينة التحليل الإحصائي والثبات البالغة (200) وعينة التطبيق النهائي (200) تدريسي. وتعد هذه العينة ممثلة للمجتمع الأصلي؛ لأن مجتمع البحث الحالي من المجتمعات الكبيرة عددها بالألاف؛ إذ تمثل (2879) تدريسي وتدرسية، وإن هذه العينة المختارة يمكن الركون إليها لتمثل المجتمع الأصلي كما موضح في جدول (2).

جدول (2) العينة الكلية للتطبيق

المجموع	الجنس		الكلية
	إناث	ذكور	
١٥	٥	١٠	كلية الطب
٢٠	١٠	١٠	كلية الصيدلة
٢٠	١٠	١٠	كلية طب الأسنان
٤٠	٢٠	٢٠	كلية التربية للعلوم الصرفة
٢٥	١٠	١٥	كلية الإدارة والاقتصاد
٣٢	١٧	١٥	كلية العلوم
٢٥	٥	٢٠	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤٥	٢٥	٢٠	كلية التربية للعلوم الإنسانية
٣٥	٢٠	١٥	كلية الهندسة
١٥	٥	١٠	كلية القانون
٤٣	٢٣	٢٠	كلية التربية للبنات
٣٥	١٥	٢٠	كلية الزراعة
٣٠	١٥	١٥	كلية الآداب
٢٥	١٠	١٥	كلية الطب البيطري
٢٥	١٣	١٢	كلية الفنون
٤٣٠	٢٠٣	٢٢٧	المجموع

ثانياً: أداة البحث

بالرغم من توافر العديد من المقاييس التي تقيس الضغوط النفسية إلا أن الباحثين اختاروا القيام ببناء مقياس الضغوط النفسية؛ وذلك لأن الإنسان كائن اجتماعي متحرك تختلف أفكاره وآراؤه بين الحين والآخر باختلاف الظروف والأوضاع التي يمر بها، ولتحقيق هدف البحث الحالي اتبع الباحثان الخطوات الآتية في بناء أداة بحثهما:-

1. تحديد مفهوم الضغوط النفسية

بعد اطلاع الباحثان على الأدبيات والأطر النظرية التي تناولت مفهوم الضغوط النفسية، تبنى الباحثان مفهوم الضغوط النفسية اعتماداً على نظرية (لازاروس) والتي عرفت الضغوط النفسية بأنها الأحداث البيئية التي تخلق حالة من التوتر الانفعالي وتنشأ من المواقف التي يحدث فيها اضطراب في الوظائف الفسيولوجية والبيولوجية، وعدم كفاية الوظائف المعرفية اللازمة للموقف التي تفرق قابلية الفرد على مواجهته (P:28, Lazarus, 1976). حيث تم صياغة فقرات المقياس بناءً على النظرية المتبناة، وكذلك التعريف النظري والمقاييس السابقة، والذي يتكون من (21) فقرة كما موضح في ملحق (2) وكانت بدائل المقياس تنطبق علي بشدة، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي).

2. الصدق (validity)

يُعد الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها في بناء الاختبارات، ويقصد به قياس الاختبار فعلاً وحقيقة ما وضع لقياسه (مجيد، 2010، ص 40).

3. الصدق الظاهري (face validity)

يُعرف الصدق الظاهري بأنه المظهر العام للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوح هذه المفردات وتعليمات المقياس ودقتها وما تتمتع به من موضوعية (المياحي، 2011، ص 138).

ولتحقيق الصدق الظاهري والتعرف على مدى صلاحية فقرات مقياس الضغوط النفسية لدى الأساتذة عرض الباحثان المقياس بصورته الأولية والبالغ (21) فقرة على المجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص البالغ عددهم (8) محكماً كما في ملحق (2)، إذ طلب منهم إبداء آرائهم على فقرات المقياس وبدائله من حيث كونها (صالحة أو غير صالحة أو بحاجة إلى تعديل) ومدى تغطية وملائمة الفقرات، وتعديل الفقرات التي تحتاج إلى تعديل أو التي سيطبق عليها المقياس، وقد أخذ الباحثان بملاحظات المحكمين، حيث يتم استبعاد أي فقرة من فقرات مقياس الضغوط النفسية بعد استخدام نسبة اتفاق لا تقل عن (80%) لبيان صلاحية الفقرة، وقد استخدم الباحثان النسبة المئوية في تحديد نسبة الاتفاق بين المحكمين والتي بلغت (100%)، للمقياس، كما هو موضح في جدول (3).

جدول (3) يوضح آراء الخبراء والمحكمين

النسبة المئوية	غير الموقفين	الموافقون	الفقرات
100%	-	100%	4, 3, 2, 1
			8, 7, 6, 5
			12, 11, 10, 9
			16, 15, 14, 13
			21, 20, 19, 18, 17

وكذلك تم تعديل صيغ بعض الفقرات كما يوضح جدول (4)

ت	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
1	أرى أن التعليم الإلكتروني يحتاج إلى جهد ووقت مضاعف	التعليم الإلكتروني يحتاج إلى جهد مضاعف
2	عدم دخول الطلبة للمحاضرة الإلكترونية في الوقت المحدد يضايقني	يزعجني عدم دخول جميع الطلبة في الوقت المحدد للمحاضرة
3	أشعر بالتلبد ونقص الطاقة عند استخدام التعليم	افتقد الحماس ونقص الطاقة أثناء التدريس الإلكتروني
4	أشعر بفقدان السيطرة على المحاضرة عندما يكون عدد المشتركين بالصف الإلكتروني كبير	أشعر بفقدان السيطرة نتيجة عدم ضبط الطلبة للأصوات المحيطة بهم في أثناء المحاضرة
5	استخدام التعليم الإلكتروني يشعرنني بالملل	يؤلني انخفاض دافعية الطلبة ويجعلني اشعر بالملل اتجاه التعليم الإلكتروني
7	أعاني من تتابع محاضراتي في الجدول الدراسي الإلكتروني	تتابع محاضراتي في التعليم الإلكتروني في التعب والاجهاد
8	عدم تقبلي لفكرة التعليم الإلكتروني	ليس لدي قناعة كافية بالتعليم الإلكتروني

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعة

الهدف من هذه الإجراءات في تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة من خلال حساب القوة التمييزية لكل فقرة بهدف استبعاد الفقرات التي لا تميز المستجيبين والإبقاء على الفقرات التي تميز بينه فإذا كانت الفقرة تمتلك قوة تمييزية فهذا يعني أن تلك الفقرة لها القدرة على التمييز بين المستجيبين من ذوي الدرجات العالية والمستجيبين من ذوي الدرجات الواطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرة، أما إذا كانت الفقرة لا تميز على وفق هذه الصورة فإنها تكون عديمة الفائدة ويجب أن تحذف من الصورة النهائية للمقياس (تايلر، 1983، ص100).

أولاً: القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية (Discrimina Iion fouero ftens)

من أجل ايجاد القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية والمكون من (21) فقرة، فقد اعتمد الباحثان في حساب معامل تمييز الفقرات الخطوات الآتية:-

- ترتيب الدرجات التي حصل عليها المستجيب ترتيباً تصاعدياً.
- اختيار نسبة قطع (27%) من الدرجات لتمثيل المجموعتين المتطرفتين، وقد اشتملت كل مجموعة على (54) عليا و (54) دنيا للمجموعتين.
- استخدم الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لإيجاد الفرق بين مجموعتين في كل فقرة من الفقرات. وأظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة لجميع الفقرات هي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.960) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (106) وان جميع الفقرات مميزة، وبذلك تم الإبقاء على جميع فقرات مقياس الضغوط النفسية لدى الأساتذة بصيغة النهائية (21) فقرة، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لفقرات مقياس الضغوط النفسية

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1.949	1.140	2.28	1.413	2.76	1
5.886	1.270	2.48	1.112	3.83	2
6.055	1.049	3.74	0.564	4.72	3
6.816	1.067	1.65	1.294	3.20	4
7.285	1.067	3.35	0.756	4.65	5
7.372	0.984	3.22	0.718	4.44	6
8.529	0.927	1.50	1.220	3.28	7
10.796	1.132	1.76	1.096	4.07	8
13.239	0.885	1.50	0.960	3.85	9
11.269	0.756	1.35	1.193	3.52	10
13.504	0.919	1.80	0.861	4.11	11
12.393	1.139	2.20	0.746	4.50	12
6.119	0.293	1.09	1.393	2.28	13
10.863	1.225	2.17	0.828	4.35	14
10.514	1.045	2.04	1.060	4.17	15
11.907	0.687	1.41	1.200	3.65	16
7.424	1.112	2.83	0.899	4.28	17
7.900	1.336	2.63	0.820	4.31	18
14.340	1.386	2.24	0.856	4.26	19
9.187	1.386	2.24	0.856	4.28	20
7.655	1.172	2.39	1.089	4.06	21

الثبات

يُعد الثبات من أهم صفات الاختبار الجيد، لأن الاختبار يفترض أن يكون ثابتاً، لأنه يعطي النتائج في حالة استخدامه أكثر من مره، كما يجب أن يتفحص الاختبار بالثبات عندما يعطي النتائج نفسها تقريباً في كل مرة، ويقصد بثبات الاختبار هو أن يعطي نتائج متقدمة في كل مرة من مرات الاختبار نفسه على المجموعة نفسها واستخرج الثبات بطريقة الفاكرونباخ، وتعد هذه الطريقة من أكثر طرائق استخراج الثبات شيوعاً، وهذا النوع من الثبات يدعى بثبات التجانس الداخلي للمقياس، وهو الثبات الذي يشير إلى قوة الارتباطات بين الفقرات في الاختبار (المحمداوي، 2007، ص95). ولحساب معامل الثبات بهذه الطريقة تم إدخال بيانات (200) استمارة وهذه الاستمارات هي التي طبقت على عينة الثبات، وبعد ذلك تم تطبيق معادلة (الفاكرونباخ) وقد بلغ معامل ثبات المقياس بهذا الطريقة (91%) وهي قيمة مقبولة يمكن الركون إليها لأغراض البحث العلمي.

تصحيح المقياس

تم تصحيح جميع فقرات مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعة، حيث تم وضع خمسة بدائل أمام كل فقرة (تنطبق علي بشدة، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي).

وكانت درجات هذه البدائل هي للفقرات (1، 2، 3، 4، 5)، وتبلغ أعلى درجة للمقياس (105) درجة وأقل درجة للمقياس (21) درجة، بمتوسط فرضي قدرة (63).

رابعاً: الوسائل الإحصائية

1. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. 2. استخدام الاختبار التائي لعينة ومجتمع. 3. معادلة سبيرمان براون التصحيحية لكل المقياس 4. قانون التباين. 5. قانون الانحراف المعياري. 6. قانون الوسط الحسابي. 7. معامل ارتباط بيرسون 8. قانون الوسط الفرضي. 9. الحقيبة الإحصائية (Spss).

الفصل الرابع: نتائج البحث والاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الهدف الأول: التعرف على دلالة الفروق الإحصائية لدى أفراد عينة البحث عامة على مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعات

لقد بينت أن المتوسط الحسابي لعينة البحث هي (63.12) بانحراف معياري قدرة (15.621) وبلغ الوسط الفرض (63)، وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، وجد أن القيمة التائية المحسوبة (57.144)، وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.960)، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (199)، مما يؤشر أن أساتذة الجامعة يعانون من الضغوط النفسية الناتجة عن التعليم الإلكتروني والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) يوضح دلالة الفروق الإحصائية لدى أفراد عينة البحث عامه على مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعات

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	المحسوبة	الجدولية				
دال	1.960	57.144	199	15.621	63.12	200

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق الإحصائية على مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعات حسب متغير/ الجنس

فقد كان المتوسط الحسابي لأساتذة الجامعات البالغ عددهم (200)، موزعة حسب متغير الجنس (100) من الإناث، إذ بلغ المتوسط الحسابي (63.81) والانحراف المعياري (62.43)، أما الذكور فقد بلغت العينة (100)، إذ بلغ المتوسط الحسابي (62.43)، ودرجة الحرية (198)، وبلغ القيمة الجدولية (0.624) وهي أقل من القيمة التائية المحسوبة عند مستوى دلالة (0.05) وجدول (2) يوضح ذلك. جدول (3) يوضح.

جدول (7) يوضح التعرف على دلالة الفروق الإحصائية على مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعات حسب متغير/ الجنس

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		الانحراف	المتوسط	العدد	الجنس	
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال إحصائياً	1.960	0.624	198	15.359	62.43	100	ذكور
				15.926	63.81	100	اناث

يعزو الباحثان سبب ذلك، أن الإناث والذكور متساوين في الضغوط النفسية الناتجة عن التعليم الإلكتروني؛ وذلك بسبب مصادر الضغوط الداخلية التي تتعلق بالأسرة أو الخارجية تتعلق بضغط العمل الناتج عن التعليم الإلكتروني مثل انقطاع النت أو انقطاع التيار الكهربائي فضلاً عن التكاليف المادية، هذا يجعل الأستاذ الجامعي غير قادر على مواجهة أعباء ومتطلبات مهنته في أثناء التعليم الإلكتروني.

الهدف الثالث:- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية على مقياس الضغوط النفسية لدى أساتذة الجامعات حسب / سنوات الخدمة.

لقد بلغت عينة البحث حسب سنوات الخدمة أي من (1-10) سنوات (100) أستاذ جامعي؛ فقد بلغ المتوسط الحسابي (62.56) والانحراف المعياري (15.525)، أما عينة البحث من (10 سنوات فما فوق) فقد بلغت (100) أستاذ جامعي، وبلغ المتوسط الحسابي (64.50)، أما الانحراف المعياري فقد بلغ (14.821)، ودرجة الحرية (198)، وبلغ القيمة التائية المحسوبة (0.904) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.960) عند مستوى دلالة (0.05) وجدول (2) يوضح ذلك. جدول (7) يوضح.

جدول (7) يوضح التعرف على دلالة الفروق الإحصائية على مقياس الضغوط النفسية حسب سنوات الخدمة

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	سنوات الخدمة
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال إحصائياً	1.960	0.904	198	15.525	62.56	100	10-1 سنوات
				14.821	64.50	100	10 سنوات فما فوق

يعزو الباحثان سبب ذلك إلى أن الأساتذة ممن لديهم خدمة من -10 سنوات فما فوق يعانون من الضغوط النفسية الناتجة من التعليم الإلكتروني بسبب عدم قدرتهم على امتلاك مهارة وخبرة عالية في استخدام التعليم الإلكتروني رامج التعليم مثل (كلاس روم) أو (كوكل ميت)، وغيرها من البرامج، ويرجع سبب ذلك إلى فارق العمر والخدمة وعدم إشرافهم في دورات لتطوير مهاراتهم في استخدام الحاسوب.

الاستنتاجات

1. وجود ضغوط نفسية لدى أساتذة الجامعة الناتجة من التعليم الإلكتروني.
2. هناك تساوي في الضغوط لدى الذكور والإناث من أساتذة الجامعة؛ وذلك بسبب تباين متطلبات الحياة المختلفة.
3. يعاني الأساتذة الذين خدمتهم من 10 سنوات فما فوق من الضغوط النفسية الناتجة عن التعليم الإلكتروني بسبب عدم امتلاكهم الخبرة الكافية لاستخدام الحاسوب والبرامج التعليمية المختلفة.

المقترحات

1. إجراء دراسة مماثلة حول الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل (المستوى الاجتماعي، الاقتصادي).
2. بناء برنامج إرشادي يتضمن خفض الضغوط النفسية الناتجة من أعباء العمل لدى أساتذة الجامعة.

التوصيات

1. التركيز على أساتذة الجامعة من خلال توعيتهم بأهمية التعليم الإلكتروني عن طريق إعداد الورش والندوات الخاصة بالتعليم الإلكتروني.
2. حث أساتذة الجامعات على ضرورة الاستمرار بالتعليم الإلكتروني كأداة للتواصل بين الطلبة بعد انتهاء التعليم الإلكتروني.
3. عمل ورش لتدريب الكوادر التدريسية في الجامعات العراقية عن التعليم الإلكتروني ومعرفة أهم المعوقات التي تواجههم في أثناء التطبيق.

المصادر العربية

- أبو شخيدم، سحر سالم، خولة عواد، شهد خليل، عبدالله العمدة، نور رشيد (2020) فاعلية التعليم الإلكتروني في ظل انتشار فيروس كورونا من وجهة نظر المدرسين في جامعة فلسطين التقنية (خضوري) بحث منشور.
- الأتري، شريف (2015) التعليم الإلكتروني والخدمات المعلوماتية، ط1، العربي للنشر، القاهرة.
- تايلر، ليونا (1983). الاختبارات والمقاييس. ترجمة: سعد عبد الرحمن ومحمد عثمان نجاتي. مكتبة أصول علم النفس الحديث، دار الشروق، بيروت.
- التميمي، حسن ناصر حسين نجم (2012): التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة الجامعة، كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة ديالى، رسالة ماجستير منشوره، تخصص علم النفس التربوي.
- الجابري، كاظم كريم وصبري، داوود عبد السلام (2013): مناهج البحث العلمي، جمهورية العراق، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، كلية التربية ابن رشد للعلوم الإنسانية، دار الكتب والوثائق، بغداد.
- الحلو، بثينة منصور (1989): مركز السيطرة والتعامل مع الضغوط النفسية، جامعة بغداد، كلية الآداب، رسالة ماجستير منشورة.
- رمضان، عزيزة بسيوني محمد (2017): فاعلية الذات الأكاديمية وأساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية دراسة تحليلية، كيفية، جامعة الدول العربية، معهد البحوث والدراسات، تخصص علم النفس التربوي، رسالة ماجستير منشورة.
- سعيدة، إفري (2019): مصادر الضغوط وعلاقتها بإستراتيجيات التكيف (الحل المشكلات) لدى أعمال التربية الخاصة دراسة ميدانية بولاية باتنة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية- قسم العلوم الاجتماعية، رسالة ماجستير، مشورة تخصص علم النفس المدرسي.
- السمران، ثامر حسين علي، المساعيد، عبد الكريم عبدالله (2014): سيكولوجية الضغوط وأساليب التعامل معها، دار الحامد للنشر، ط1، عمان، الأردن.
- السيد، وائل السيد حامد (2018): دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود، المجلة الدولية للدراسات النفسية التربوية، مجلد 3، العدد 1، ص 25-48).
- عامر، طارق عبد الرؤوف (2014) التعليم الإلكتروني الافتراضي (اتجاهات عالمية معاصرة، ط1، المجموعة العربية للنشر، القاهرة.
- العاني، سعاد (2019): أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة سنه أولى جامعي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة الجامعة، قاصدي مرباخ- ورقلة، كلية قاصدي مرباخ - ورقلة، أطروحة دكتوراه، منشورة.
- عبد الستار، إبراهيم (1988): الاكتئاب اضطراب العصر الحديث، عالم المعرفة، الكويت.
- عساف، عبد محمد (2003): مجالات التوتر والضغط النفسي عند أعضاء الهيئة التدريسية في جامعتي النجاح وبيروت أثناء انتفاضة الأقصى نتيجة العدوان الإسرائيلي، مجلة النجاح للأبحاث، العلوم الإنسانية، مجلد 17، بحث منشور.
- العنزي، سلامة ابن عواد (2021): مستوى ممارسة للكفايات الإلكترونية لدى معلمي ومعلمات المملكة العربية السعودية في ظل جائحة كورونا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (ASEP)، العدد المئة وواحد وثلاثون. مارس.
- عميري، خديجة (2017): الضغوط النفسية وتأثيرها على أداء المعلم دراسة ميدانية بإبتدائيات من ولاية دار عائشة أم المؤمنين عبد الحميد بن باديس «الانتفاضة» «خالي علي»، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية - قسم العلوم الاجتماعية، جامعة أحمد دراية، رسالة ماجستير منشورة، تخصص علم النفس المدرسي - الجزائر.
- العنزي، سلامة ابن عواد (2021): مستوى ممارسة للكفايات الإلكترونية لدى معلمي ومعلمات المملكة العربية السعودية في ظل جائحة كورونا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (ASEP)، العدد المئة وواحد وثلاثون. مارس.
- عودة، أحمد سلمان والخليلي، خليل يوسف (1998): الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية، دار الفكر للنشر والتوزيع.
- كاي، مصطفى يوسف (2009) التعليم الإلكتروني والاقتصاد المعرفي، دار ومؤسسة رسلان للطباعة والنشر والتوزيع.
- كلاب، رامي محمد راغب (2011) درجة توافر كفايات التعلم الإلكتروني لدى معلمي التعليم التفاعلي الحوسب في مدارس وكالة الغوث بغزة، وعلاقتها باتجاهاتكم نحوه، كلية التربية، جامعة الأزهر.

- مأمون، ريان عبد القادر الطيب، جمعة، نيسية الفاتح محمد (2918): الضغوط النفسية لدى معلمي مرحلة الأساس وعلاقتها ببعض المتغيرات (العمر- النوع- الحالة الاجتماعية- المؤهل- الأكاديمي- سنوات الخبرة- كلية التربية- قسم الأساس، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- العنزي، سلامة ابن عواد (2021): مستوى ممارسة للكفايات الإلكترونية لدى معلمي ومعلمات المملكة العربية السعودية في ظل جائحة كورونا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (ASEP)، العدد المئة وواحد وثلاثون. مارس.
- - مجيد، سوسن شاكر (2010): الاختبارات النفسية (نماذج)، دار صفاء للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان - الأردن.
- - المحمداوي، علي لعيبي جبارة (2007): أثر الاتجاه الروحي والمادي والشعور بالأمن النفسي في السلوك الاجتماعي لدى طلبة الجامعة (أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية- ابن رشد (جامعة بغداد).
- - المياحي، جعفر عبد الكاظم (2011): القياس النفسي والتقويم، ط1، دار كنوز المعرفة العلمية للنشر، عمان، الأردن.
- - المياحي، ميساء عبد الحمزة، جمعة، لجين أمجد (2018) مدى استخدام استراتيجيات التقويم البديل في ضوء التعليم في كليات التربية من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ذي قار.
- - النبهان، موسى (2001): أساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان - الأردن.
- - هارون، توفيق، الرشيد (1982): الضغوط النفسية، طبيعتها، برنامج مساعدة الذات في علاجها، زهراء الشرق، القاهرة.
- - الهندي، رشا عبد القادر محمد (2010): التعليم بجامعة القاهرة - رؤية مقترحة للتطوير، تخصص (أصول التربية)، معهد الدراسات التربوية - قسم أصول التربية، رسالة ماجستير منشورة.

المصادر الإنكليزية

1. Cony,j,c and lazaru,e,R, (1980) cognitive style stress perception and coping in: kate shand Hand Book of stress and anxiety contemporary know ledge- Theory and treatm-san francisco.
2. oltmonns,T- f & Emery,R- E (1998) - Community of psychologe, New jersey, plentice Hall? Hall 24, Tay or, S- E.
3. Lazarus is Follkman (1984): coping and Mediator of Emotion journal of personality and social psychology vol 54,No,3.
4. Spielber ger,C- D (1972),Anxiet currentrends in the ory and ressearch- vol New york: Academic press.