Study of the effectiveness of counselling programe for reducing teachers level of psychoological stress

Abd Elrahman Mohamed Mahdy Salama

تنتمي مهنة التعليم الي تلك الفئة من المهن المعروفة بالمهن المعاونة وهي مهن أكثرإثقالا بالضغوط , والواقع أن التعليم قد صارمهنة فنية معقدة تتطلب مستويات عالية من الكفاءات والمهارات ، واستمرارية في تنميتها ، وهي لذلك تزخر بالعديد من الأعباء والمطالب والمسؤليات وبشكل متزايد ومستمر ، بالإضافة إلي إدراك بعض المعلمين لوضعهم المهني من حيث غموض الدور المهني وصراع الدور، ونقص المكانة الإجتماعية ، والعزلة الإجتماعية، ونقص التقدير المادي ، وغير ذلك مما صار يؤلف اهتماما علميا لدي بعض الباحثين يعرف بالضغوط النفسية للمعلمين. ولقد أهتم عدد من الباحثين المصريين بدراسة مصادر وأسباب الضغوط النفسية التي يعاني منها المعلمون في المراحل التعليمية المختلفة، وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات الديموجرافية والبيئية، وأشارت نتائج هذه الدراسات الي وجود بعض المشكلات التي يعاني منها المعلمون والتي تعد بمثابة المصادر الأساسية للضغط النفسي، ومن هذه المشكلات ازدحام الفصول بالتلاميذ – بطء الترقي الوظيفي – الوضع الإقتصادي المنخفض – عدم وجود رعاية صحية مناسبة – التغيرات المفاجئة في المناهج – نقص الأدوات والوسائل المهنية، هذا الي جانب بعض المشكلات التي تتعلق بالتلاميذوأولياء الأمور أو تتعلق بالإدارة المدرسيةبوجه عام. ويشهد التعليمفي مصر منذ سنواتقليلة حركة تطوير شاملة بهدف تحسين نوعيته في شتي المجالات، ومنها المناهج الدراسية والأبنية التعليمية, وتطبيق نظام اليوم الكامل للاهتمام بالأنشطة الترفيهية للتلاميذ، ونظام امتحان الثانوية العامة الجديد، وفي الغالب تسبب حركة التطويرتلك ضغوطا إضافية علي المعلمين ما لم تتم الدراسة المتعمقة للمشكلات فهم حجر الزواية الأساسي في العملية التعليمية والمنوط بهم تحقيق أهداف حركة التطوير هذه. ويري الباحث ان لهذه الدراسة هدفين أساسين وهما:- 1- هدف نظري: حيث يحاول الباحث تقديم إطار نظريمتكامل حول مفهوم الضغط والاتجاهات والنماذج المختلفة التي قدمت لتفسير تلك الظاهرة، وكذلك الأساليب الإرشادية التي تبنت فعاليتها في ادارة الضغط للمعلمين.حيث لاحظ الباحث ندرة الكتابات العربية حول هذا الموضوع. 2- هدف تطبيقي: وهوتقديم برنامج إرشادي " معرفي – سلوكي" علي غرار التدريب التحصيني ضد الضغط والذي ثبت فعاليته في معظم الدراسات، وذلك بهدف خفض الضغط الذي يعايشه المدرسون في عملهم، ومن ثم زيادة كفاءتهم التدريسية ونجاح العملية التعليمية. ويذكر الباحث أهم المشكلات التي ذكرها المعلمون بالمرحلة الابتدائية ولاحظها في اثناء دراسته الحالية، وهي منهج اللغة الإنجليزية الذي يدرس هذا العام لاول مرة علي الصف الرابع الإبتدائي، فعلي الرغم من أهمية تعليمه في هذه المرحلة العمرية الا انه لا يوجد هناك المعلمون المتخصصون أو علي الأقل ممن تم إعدادهم الإعداد الجيد لتدريس هذا المنهج . وعلي ذلك فانه من مدخل الوقاية والرعاية للصحة النفسية للمعلمين والتأكيد علي أهمية الدور المهني للمعلم وفعالية ذلك الدور، ينبغي أن نضع في اعتبارنا أن التعرض المستمر للضغوط المهنية يمكن أن ينهك فعالية المعلم وكفاءتها وما لهذا من آثار سلبية علي حياته الشخصية وحياة التلاميذ ، بل وعلي كفاية التعليم ذاته .