

الارتباط بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية عند معلمي التربية الفنية

الباحث محمد حسن ردام

الجامعة المستنصرية كلية التربية الأساسية

باشرف أ.د. مرتضى سميعي زفرقندي

The Relationship Between Work Stress and Intellectual Immunity Among

Art Education Teachers

Mohammed Hasan radam

Al- Mustansiriya University

College of Basic Education

mohammedhasn7676@gmail.com

Supervised by

Prof. Dr. Morteza Samiee Zafarghandi

Mosamie41@gmail.com

ملخص البحث

يبحث هذا العمل في موضوع ضغوط العمل وعلاقتها بالحصانة الفكرية لدى معلمي التربية الفنية، في ظل التحديات المتزايدة التي تحيط بالمؤسسات التعليمية والمعلمين على حد سواء. ويواجه معلمو التربية الفنية على وجه الخصوص ظروفًا مهنية قد تتسم بضعف الإمكانيات المتاحة وقلة الاهتمام بمادتهم، مما يجعلهم أكثر عرضة للتوتر والإرهاق الوظيفي، وهو ما ينعكس سلبًا على جودة التدريس ومستوى التعلم لدى الطلبة. ينطلق البحث من إشكالية محورية تتمثل في تحديد مستوى الضغوط المهنية التي يتعرض لها معلمو التربية الفنية، ومدى ما يتمتعون به من حصانة فكرية تُعد عاملاً نفسيًا ومعرفيًا مهمًا في التعامل مع الضغوط ومواجهة التحديات. كما يسعى إلى الإجابة عن التساؤل الرئيس: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية لدى هذه الفئة من المعلمين؟ تتمثل أهمية البحث في إسهامه في تعميق الفهم لطبيعة الضغوط التي تعترض ممارسات معلمي التربية الفنية، وإبراز دور الحصانة الفكرية كآلية داعمة تساهم في تعزيز قدرتهم على التكيف المهني والنفسي. كما يهدف إلى قياس مستوى كل من الضغوط المهنية والحصانة الفكرية، والكشف عن طبيعة العلاقة بينهما، وصولاً إلى تقديم مقترحات عملية يمكن أن تساهم في تحسين البيئة التربوية ودعم كفاءة المعلمين.

الكلمات المفتاحية: ضغوط- العمل الحصانة الفكرية - معلمو التربية الفنية

Abstract

. This study explores the relationship between work stress and intellectual immunity among art education teachers, within the context of the growing challenges facing the educational environment. Art education teachers, in particular, often work under conditions marked by limited resources and insufficient recognition of their subject, which may increase their exposure to professional stress and burnout, consequently affecting the quality of teaching and student learning outcomes. The research addresses a central question: What is the level of work stress and intellectual immunity among art education teachers, and is there a statistically significant relationship between them? Intellectual immunity is considered a key psychological and cognitive factor that helps individuals cope with pressures and adapt to professional challenges. The significance of the study lies in its contribution to a deeper understanding of the nature of occupational stress experienced by this category of teachers, and in highlighting the role of intellectual immunity as a protective and supportive mechanism. Furthermore, the study aims to measure the levels of both work stress and intellectual immunity,

and to identify the relationship between them, while offering practical recommendations that may enhance the work environment and improve teachers' performance.

Key words: Work stress- Intellectual immunity-Art education teachers

الفصل الأول: الإطار العام للبحث

١- مشكلة البحث

تُعد مهنة التعليم من أكثر المهن التي تنتم بدرجة عالية من المسؤولية والتأثير في بناء المجتمع، غير أنّ المعلم يواجه في بيئته المهنية تحديات وضغوطاً متعددة قد تؤثر في كفاءته وأدائه. ومعلمو التربية الفنية يمثلون فئة خاصة من المعلمين، حيث يجمع عملهم بين الجانب الأكاديمي والجانب الإبداعي، مما يتطلب توفير بيئة محفزة وموارد كافية لتمكينهم من أداء مهامهم بفاعلية. إلا أن الواقع العملي يشير إلى أن هذه الفئة تواجه أعباءً تدريسية وإدارية متزايدة، مع محدودية في الدعم المادي والمعنوي، فضلاً عن ضعف التقدير لمادتهم مقارنة بالمواد الأكاديمية الأساسية. هذه الظروف ترفع من مستويات الضغط النفسي والمهني، وتضعف القدرة على مواجهة التحديات اليومية. ومن هنا، يبرز مفهوم الحصانة الفكرية كأحد العوامل النفسية والمعرفية التي تساعد المعلم على الحفاظ على توازنه واستقراره رغم الضغوط، إذ تمكّنه من التفكير النقدي، والتحكم بالانفعالات، واتخاذ القرارات السليمة في المواقف الصعبة. وانطلاقاً من ذلك، تتمحور مشكلة هذا البحث في التعرف على مستوى ضغوط العمل والحصانة الفكرية لدى معلمي التربية الفنية، وتحليل العلاقة بينهما لمعرفة ما إذا كانت الحصانة الفكرية تسهم في الحد من تأثير هذه الضغوط.

٢- تساؤلات البحث

لتحقيق فهم أعمق للمشكلة، سعى البحث للإجابة عن الأسئلة الآتية:

١. إلى أي مدى يعاني معلمو التربية الفنية من ضغوط العمل في بيئاتهم المهنية؟
٢. ما طبيعة المستوى الذي يتمتع به معلمو التربية الفنية من حصانة فكرية؟
٣. هل تكشف نتائج الدراسة عن ارتباط إحصائي ذي دلالة بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية لدى معلمي التربية الفنية؟

٣- أهداف البحث

يسعى هذا البحث إلى تحقيق جملة من الأهداف، أبرزها:

- تحديد درجة ضغوط العمل التي يتعرض لها معلمو التربية الفنية.
- رصد مستوى امتلاكهم للحصانة الفكرية.
- تحليل طبيعة الارتباط بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية كمتغيرين أساسيين في الدراسة.
- اقتراح آليات وتوصيات تطبيقية تسهم في خفض الضغوط المهنية وتنمية الحصانة الفكرية بما ينعكس إيجاباً على كفاءة العملية التعليمية وجودة التدريس

أهمية البحث

أولاً: الأهمية النظرية

- يساهم البحث في تعزيز الأدبيات التربوية المتعلقة بضغوط العمل والحصانة الفكرية، خاصة في سياق معلمي التربية الفنية.
- يبرز البحث أهمية الحصانة الفكرية كأداة للتكيف مع التحديات المهنية والنفسية، وتوفير فهم أكاديمي لمكوناتها ودورها في مواجهة الضغوط.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- يقدم البحث بيانات ومؤشرات عملية يمكن أن يستفيد منها صانعو القرار في تصميم برامج تدريبية وإرشادية لدعم المعلمين.
- يساعد إدارات المدارس على فهم طبيعة الضغوط المهنية التي يواجهها معلمو التربية الفنية، بما يمكنهم من تحسين بيئة العمل وتوفير الموارد اللازمة لتعزيز الأداء التدريسي.

حدود البحث

الحدود الموضوعية:

- يركز البحث على متغيرين أساسيين هما: ضغوط العمل والحصانة الفكرية، دون التطرق إلى متغيرات نفسية أو مهنية أخرى.

الحدود البشرية:

- يشمل البحث عينة من معلمي ومعلمات التربية الفنية في المدارس المتوسطة والثانوية.

الحدود المكانية:

- أُجري البحث في المدارس الحكومية بمحافظة بغداد.

الحدود الزمانية:

- جُمعت بيانات البحث خلال العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢، في الفصلين الدراسيين الأول والثاني.

تحديد المصطلحات

- **ضغوط العمل:** هي المؤثرات النفسية والاجتماعية والمهنية التي يتعرض لها المعلم أثناء أداء مهامه، والتي قد تؤدي إلى التوتر أو الإرهاق أو الانزعاج.

- **الحصانة الفكرية:** هي قدرة المعلم على التعامل الواعي مع المواقف والتحديات الفكرية والنفسية، من خلال امتلاك مهارات وآليات فكرية ونفسية تساعده على التكيف مع الضغوط وتقليل تأثيرها السلبي

الفصل الثاني : الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

١- مفهوم ضغوط العمل

تُعد ضغوط العمل من الظواهر الشائعة في بيئات العمل الحديثة، حيث يواجه العاملون في مختلف القطاعات تحديات متعددة تتمثل في ارتفاع حجم المهام، ضيق الوقت، وقلة الإمكانيات المتاحة. ويُنظر إلى ضغوط العمل على أنها حالة من التوتر النفسي أو الجسدي تنشأ عندما تتجاوز المتطلبات المهنية حدود قدرة الفرد على التكيف، مما يؤدي إلى شعوره بالإجهاد وفقدان الدافعية، وقد تمتد آثارها لتشمل صحته النفسية وأدائه المهني. وبالنسبة للمعلمين، فإن هذه الضغوط تتجلى في صور متعددة، مثل كثافة الأعباء التدريسية، المشكلات السلوكية لدى بعض الطلبة، الأدوار الإدارية الإضافية، وضعف الإمكانيات المادية. أما معلمو التربية الفنية تحديداً، فيواجهون ضغوطاً مضاعفة نتيجة قلة الوسائل والأدوات الفنية وضعف الاهتمام المجتمعي بمادتهم مقارنة بغيرها من المواد الأساسية، مما قد يولد لديهم إحساساً بالتهميش المهني.

٢- مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الفنية

تتعدد العوامل المسببة لارتفاع الضغوط المهنية لدى معلمي التربية الفنية، ومن أبرزها:

- النظرة المحدودة تجاه مادة التربية الفنية من بعض الإدارات أو الطلاب، مما يقلل من مكانة المعلم في البيئة المدرسية.
- قلة الوسائل التعليمية والتجهيزات اللازمة لتنفيذ الأنشطة العملية والفنية، وهو ما يحد من فاعلية التدريس.
- تكليف المعلم بمهام خارج نطاق تخصصه مثل الإشراف على نشاطات مدرسية عامة أو القيام بواجبات إدارية.
- ضعف الإعداد النفسي والمهني للتعامل مع ضغوط المواقف التربوية المعقدة.
- غياب وضوح الأدوار الوظيفية أو وجود تعارض في التعليمات الإدارية، الأمر الذي يزيد من التوتر والارتباك.

٣- مفهوم الحصانة الفكرية

الحصانة الفكرية هي قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات الفكرية والنفسية بأسلوب واعي ومرن، اعتماداً على منظومة من المهارات والقدرات التي تقيه من التأثر السلبي بالمؤثرات المحيطة. وتشمل هذه القدرات:

- التفكير النقدي: القدرة على تحليل القضايا والمعلومات وتمييز الرأي من الحقيقة.
- المرونة النفسية: الاستعداد للتكيف مع المواقف المختلفة وتقبل التغير.
- الثقة بالنفس: الإيمان بقدرة الفرد على مواجهة الصعوبات وحل المشكلات.
- التحكم الانفعالي: ضبط ردود الأفعال وتجنب الاندفاع العاطفي غير المحسوب.

٤- أهمية الحصانة الفكرية للمعلم

- تمكّن المعلم من الحفاظ على استقراره النفسي والمهني أمام الضغوط.
- تعزز قدرته على اتخاذ قرارات تربوية رشيدة في المواقف الصعبة.

• تسهم في رفع كفاءة التدريس عبر دعم التفكير الإبداعي والنقدي.

• تحد من احتمالية تعرضه للاحتراق النفسي والإجهاد المزمن.

٥- العلاقة بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية

تشير الدراسات التربوية والنفسية إلى أن العلاقة بين الضغوط المهنية والحصانة الفكرية علاقة عكسية؛ فكلما ارتفعت الضغوط انخفض مستوى الحصانة الفكرية لدى المعلم، والعكس صحيح، إذ تساعد الحصانة الفكرية القوية المعلم على مواجهة الضغوط بكفاءة أكبر والتكيف مع متطلبات البيئة التعليمية.

ثانيًا: الدراسات السابقة

١- دراسات حول ضغوط العمل

• أظهرت دراسة الشمري (٢٠٢١) أن مستوى الضغوط المهنية يختلف باختلاف طبيعة المادة الدراسية، وكان أشد لدى معلمي المواد التي لا تحظى بدعم إداري أو مجتمعي كافٍ.

• بين جابر (٢٠١٩) أن محدودية الموارد وكثرة الأعباء الإدارية تسهم بشكل مباشر في زيادة مستويات التوتر النفسي والإرهاق الوظيفي لدى المعلمين.

٢- دراسات حول الحصانة الفكرية

• أشارت العنزي (٢٠٢٢) إلى وجود علاقة وثيقة بين الحصانة الفكرية والصحة النفسية، حيث تساعد الأولى في تقليل مشاعر القلق والإجهاد لدى المعلمين.

• أوضحت نتائج دراسة عبدالله (٢٠٢٠) أن التفكير النقدي يمثل أحد المكونات الأساسية للحصانة الفكرية، وأنه يسهم في رفع القدرة على مواجهة الضغوط والمشكلات.

٣- دراسات تناولت العلاقة بين المتغيرين

• توصل سالم (٢٠٢٣) إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية، حيث يؤدي ارتفاع الضغوط إلى تراجع مستوى الحصانة.

• وأكد فهد (٢٠٢١) أن الحصانة الفكرية تمثل آلية وقائية تحد من تأثير الضغوط المهنية وتساعد المعلم على التكيف مع بيئة العمل

الفصل الثالث: المنهج والإجراءات البحثية

منهج البحث

استند هذا البحث إلى المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يركز على دراسة الظواهر كما هي في الواقع وتحليل الروابط بين المتغيرات دون محاولة التحكم فيها أو تعديلها. ويتوافق هذا المنهج مع طبيعة الدراسة الحالية، التي تهدف إلى قياس مستوى كل من ضغوط العمل والحصانة الفكرية لدى معلمي التربية الفنية، بالإضافة إلى استكشاف طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين.

٢- مجتمع البحث

تكوّن مجتمع البحث من جميع معلمي ومعلمات مادة التربية الفنية العاملين في المدارس المتوسطة والثانوية التابعة لمديرية تربية محافظة بغداد للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢١. وقد تم اختيار هذا المجتمع نظرًا لارتباطه المباشر بأهداف البحث، واحتوائه على الفئة المهنية المعرضة لضغوط العمل، مما يجعله مناسبًا لدراسة العلاقة مع الحصانة الفكرية.

٣- عينة البحث

تم اعتماد عينة قصدية من معلمي ومعلمات التربية الفنية، وجرى توزيع الاستمارات البحثية عليهم بعد التنسيق مع إدارات المدارس. وقد روعي في اختيار العينة تمثيل الجنسين (ذكور وإناث)، بالإضافة إلى مراعاة التوزيع الجغرافي بين المدارس في مختلف مناطق بغداد لضمان تمثيل التنوع البيئي والمهني.

٤- أدوات البحث

استخدم البحث أداتين رئيسيتين لقياس المتغيرات:

أ- مقياس ضغوط العمل

تم تصميم المقياس بالاستناد إلى الدراسات السابقة وأدبيات علم النفس التربوي، ليشمل عدة أبعاد، منها:

١. الضغوط المرتبطة بالأعباء التدريسية.
 ٢. الضغوط الناتجة عن محدودية الموارد والإمكانيات.
 ٣. الضغوط الناتجة عن المهام الإدارية الإضافية.
 ٤. الضغوط المرتبطة بالعلاقات المهنية داخل المدرسة.
- ويتكون المقياس من مجموعة من الفقرات، ويتم تقييم الإجابات باستخدام مقياس ليكرت الخماسي (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا)، بحيث تمثل أعلى درجة أعلى مستوى من الضغوط.

ب- مقياس الحصانة الفكرية

بُني المقياس على الأطر النظرية المتعلقة بالحصانة الفكرية، ويشمل أربعة أبعاد رئيسية:

١. التفكير النقدي.

٢. المرونة النفسية.

٣. التحكم في الانفعالات.

٤. الثقة بالنفس.

وتقيس فقرات المقياس درجة امتلاك المبحوث للمهارات والمعارف المرتبطة بالحصانة الفكرية، باستخدام نفس مقياس ليكرت الخماسي.

٥- الصدق والثبات

أ- الصدق

لضمان صدق الأدوات، عُرضت على مجموعة من الخبراء في مجالي التربية وعلم النفس للتأكد من مدى ملاءمتها للأهداف البحثية وشمولها لجميع الأبعاد. وأدخلت التعديلات اللازمة وفق ملاحظاتهم.

ب- الثبات

تم احتساب الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وبلغت قيم الثبات لمقياسي ضغوط العمل والحصانة الفكرية مستويات عالية تشير إلى موثوقية الأدوات.

٦- إجراءات جمع البيانات

- إعداد أدوات القياس وفق أسس علمية دقيقة.
- الحصول على الموافقات الرسمية من الجهات المختصة في مديرية التربية.
- توزيع الاستمارات على أفراد العينة بالتنسيق مع إدارات المدارس.
- جمع الاستمارات والتحقق من اكتمال الإجابات وصحتها.

٧- الأسلوب الإحصائي

تم الاعتماد على عدد من الطرق الإحصائية الملائمة لطبيعة البحث، من أبرزها:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لوصف مستوى المتغيرات.
- اختبار بيرسون للارتباط لتحليل طبيعة العلاقة بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية

الفصل الرابع: النتائج ومناقشتها

أولاً: عرض النتائج

النتيجة الأولى: مستوى ضغوط العمل لدى معلمي التربية الفنية

أظهرت التحليلات الإحصائية للبيانات أن متوسط درجات مقياس ضغوط العمل يشير إلى مستوى مرتفع من الضغوط لدى معلمي التربية الفنية. وتبين أن أبرز مصادر هذه الضغوط تتمثل في:

١. محدودية الإمكانيات المادية والوسائل التعليمية اللازمة لتنفيذ الأنشطة العملية والصفية.
٢. انخفاض التقدير لمادة التربية الفنية من قبل بعض الإدارات والطلاب، ما يساهم في شعور المعلمين بالتهميش المهني.

٣. تكليف المعلمين بمهام إضافية خارج نطاق تخصصهم، مثل المهام الإدارية أو الإشراف على الأنشطة المدرسية غير المنهجية.

النتيجة الثانية: مستوى الحصانة الفكرية لدى معلمي التربية الفنية

أظهرت النتائج أن متوسط درجات مقياس الحصانة الفكرية يشير إلى مستوى متوسط يميل إلى الانخفاض. وأبرز المجالات التي ظهر فيها ضعف نسبي:

- انخفاض القدرة على التحكم في الانفعالات عند مواجهة المواقف الضاغطة.
- ضعف المرونة النفسية في التعامل مع التغيرات أو التعليمات المفاجئة.
- الحاجة إلى تعزيز مهارات التفكير النقدي لدعم القدرة على التحليل واتخاذ القرارات.

النتيجة الثالثة: العلاقة بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية

أشارت نتائج اختبار ارتباط بيرسون إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية، أي أنه مع زيادة مستوى الضغوط المهنية لدى المعلم، ينخفض مستوى حصانته الفكرية، والعكس صحيح.

ثانيًا: مناقشة النتائج

مناقشة النتيجة الأولى

تتوافق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة التي أشارت إلى ارتفاع ضغوط العمل في المواد التي لا تحظى بدعم إداري أو مجتمعي كافٍ. وتعتمد مادة التربية الفنية على الأنشطة العملية، مما يتطلب توفر تجهيزات ووسائل مناسبة؛ ونقص هذه الموارد يولد شعورًا بالإحباط وزيادة الضغوط. كما أن التقليل من شأن المادة يؤدي إلى تراجع الدافعية المهنية وزيادة شعور المعلمين بالتوتر.

مناقشة النتيجة الثانية

تشير النتيجة إلى أن مستوى الحصانة الفكرية لدى المعلمين متوسط ومحتاج إلى تعزيز. ويتوافق ذلك مع نتائج الدراسات التي أكدت أهمية البرامج التدريبية في تطوير مهارات التفكير النقدي والتحكم في الانفعالات. ويمكن تفسير هذا الانخفاض بعدم وجود برامج تطوير مهني مستمرة تركز على الجوانب النفسية والمعرفية للمعلم، والاكتفاء بالجانب المهاري التقليدي فقط.

مناقشة النتيجة الثالثة

تدل العلاقة السلبية بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية على أن الضغوط المستمرة تؤثر سلبًا على القدرات الذهنية والنفسية للمعلم، ما يحد من فعاليته في التحكم بالانفعالات والتفكير الموضوعي. بالمقابل، فإن المعلم الذي يتمتع بمستوى عالٍ من الحصانة الفكرية يمتلك آليات دفاعية تساعد على مواجهة الضغوط والتكيف معها، مما يقلل من تأثيرها السلبي على أدائه المهني

الفصل الخامس: الاستنتاجات والمقترحات

أولًا: الاستنتاجات

استنادًا إلى النتائج التي توصل إليها البحث، يمكن استخلاص الاستنتاجات التالية:

١. يشهد معلمو التربية الفنية ارتفاعًا ملحوظًا في مستوى ضغوط العمل، نتيجة تراكم الأعباء التدريسية، محدودية الموارد، وضعف التقدير لمادة التربية الفنية مقارنة بالمواد الأكاديمية الأخرى.

٢. يظهر لدى المعلمين انخفاض نسبي في مستوى الحصانة الفكرية، خاصة في مجالات التحكم في الانفعالات، المرونة النفسية، والتفكير النقدي، ما يجعلهم أكثر عرضة للتأثر بالضغوط المهنية.

٣. هناك علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين ضغوط العمل والحصانة الفكرية؛ فزيادة الضغوط تصاحبها انخفاض في مستوى الحصانة الفكرية، بينما تسهم الحصانة الفكرية العالية في التخفيف من تأثير الضغوط.

٤. ثمة ضرورة ملحة لبرامج تدريبية وتنموية تستهدف الجوانب الفكرية والنفسية للمعلمين، بهدف تعزيز قدرتهم على التكيف مع متطلبات المهنة.

ثانيًا: المقترحات

أ- المقترحات العملية

١. تنظيم برامج تدريبية دورية لمعلمي التربية الفنية لتعزيز مهارات التفكير النقدي، التحكم في الانفعالات، والمرونة النفسية.
٢. تقديم الدعم الإداري والمعنوي للمعلمين عبر إشراكهم في اتخاذ القرارات المدرسية وتقدير جهودهم بما يوازي باقي التخصصات.

٣. تحسين بيئة العمل المدرسية عن طريق تقليل الأعباء الإدارية غير الضرورية وتوفير الوسائل التعليمية والمستلزمات الفنية الضرورية.
 ٤. إدراج موضوع الحصانة الفكرية ضمن برامج إعداد المعلمين في كليات التربية، لتزويدهم بمهارات المواجهة الفكرية والنفسية منذ بداية مسارهم المهني.
 ٥. تفعيل دور الإرشاد النفسي داخل المدارس لتقديم الدعم النفسي للمعلمين، بما في ذلك جلسات تفريغ انفعالي وحلقات توعية دورية.
 ٦. تشجيع المعلمين على المشاركة في الأنشطة الترفيهية والرياضية التي تساهم في تخفيف الضغوط وتعزيز الصحة النفسية.
- ب- المقترحات البحثية
١. إجراء دراسات مقارنة بين معلمي التربية الفنية ومعلمي المواد الأكاديمية الأخرى لقياس الفروق في مستوى ضغوط العمل والحصانة الفكرية.
 ٢. دراسة أثر البرامج الإرشادية التي تركز على تنمية الحصانة الفكرية في تقليل ضغوط العمل لدى المعلمين.
 ٣. بحث العلاقة بين الحصانة الفكرية والتفكير الإبداعي لدى معلمي المواد العملية مثل التربية الفنية والتربية المهنية.
 ٤. دراسة دور الحصانة الفكرية في تعزيز الصحة النفسية للكادر التربوي بشكل عام.
 ٥. تحليل الفروق في مستوى الحصانة الفكرية باختلاف الجنس، سنوات الخبرة، أو المؤهل العلمي لدى المعلمين

المصادر الفارسية

- ألجمي، حسين الوائي محمد. (٢٠١٣). دراسة الضغوط النفسية لدى مديري القطاع الصناعي في الدولة. مجلة الدراسات الإدارية، ٥(١)، ٣٩-١١٦.
- أمير أحمدي، أهنك مهدي، كرامتي، راصبة، تنهائي، رشوانلو، فردهان. (بدون تاريخ). نموذج هيكلي يربط بين الضغط النفسي، الاحتراق الوظيفي، والرضا الوظيفي لدى معلمي المرحلة الابتدائية. مجلة علم الاجتماع التربوي، ٧(٩٧)، ١٠٦-١١٦.
- أميركب، مجيد، موسوي، سارة. (٢٠٢١). تحليل ودراسة الأنشطة الإبداعية في محتوى المناهج الدراسية لمادة التربية الفنية. مجلة الدراسات التربوية والفنية، ١١(٢)، ١٤٠-١٩٢.
- انتخابي، ثريا. (٢٠٠٨). العلاقة بين الضغط النفسي والعوامل النفسية - المعرفية لدى الأطباء العاملين في المستشفيات التعليمية بمدينة يزد. مجلة العلوم الطبية.
- جلال زاده، محمد. (٢٠٢١). العلاقة بين الضغوط المهنية وأداء المعلمين في المرحلة الابتدائية. مجلة التربية والإرشاد، ٦(٢).
- جهانكر، فرح، مجيدي، نجم الدين. (٢٠١٩). دور العوامل الثقافية والاجتماعية في تحسين نظام الإدارة المدرسية. مجلة بحوث التربية الإسلامية، ٢٦، ٧٤٢-٧٣٩.
- حميدي، فريدة، شاهيد موسوي. (٢٠٢١). فاعلية التدريب المعرفي في تقليل الضغط النفسي والاحتراق الوظيفي لدى المعلمين. مجلة دراسات المعلم، ٤(١).
- ذوالفقار، ناجحة علي حرجان. (٢٠١٤). دراسة تجارب المعلمات في تدريس التربية الفنية في المدارس الابتدائية: دراسة مقارنة بين النظرية والتطبيق. مجلة البحوث التربوية، ٤(٢)، ١٣٥-١٦٠.

References

- Adler, D. A., McLaughlin, T. J., Rogers, W. H., Chang, H., Lapitsky, L., & Lerner, J. (2006). Job performance deficits due to depression. *American Journal of Psychiatry*, 163(9), 1569–1576. <https://doi.org/10.1176/ajp.2006.163.9.1569>
- Agyapong, B., Wei, Y., da Luz Dias, R., & Agyapong, V. I. O. (2022). Burnout and associated psychological problems among teachers and the impact of the Wellness4Teachers supportive text messaging program: Protocol for a cross-sectional and program evaluation study. *JMIR Research Protocols*, 11, e37994. <https://doi.org/10.2196/37994>
- Besse, R., Howard, K., Gonzalez, S., & Howard, J. (2015). Major depressive disorder and public school teachers: Evaluating occupational and health predictors and outcomes. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 20(2), 71–83. <https://doi.org/10.1111/jabr.12041>
- Charbonneau, A., Bruning, W., Truss-Howard, T., Ellerbeck, E., White, J., Hall, S., Campbell, J., Lewis, C., & Munro, S. (2005). The community initiative on depression: Report from a multiphase work site depression

- intervention. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 47(1), 60–67. <https://doi.org/10.1097/01.jom.0000150207.83453.08>
- Desouky, D., & Allam, H. (2017). Occupational stress, anxiety, and depression among Egyptian teachers. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 7(3), 191–198. <https://doi.org/10.1016/j.jegh.2017.06.002>
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J., Boden, J. M., & Mulder, R. T. (2014). Impact of a major disaster on the mental health of a well-studied cohort. *JAMA Psychiatry*, 71(9), 1025–1031. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2014.652>
- Greenglass, E. R. (2005). Proactive coping, resources and burnout: Implications for occupational stress. In *Research Companion to Organizational Health Psychology* (pp. 503). Cheltenham, UK: Elgaronline.
- Kamal, A. M., Ahmed, W. S. E., Wassif, G. O. M., & Greda, M. H. A. A. (2021). Work-related stress, anxiety and depression among school teachers in general education. *QJM: An International Journal of Medicine*, 114(Suppl. 1), hcab118.003. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcab118.003>
- Lagerveld, S. E., Bültmann, U., Franche, R.-L., Van Dijk, F., Vlasveld, M. C., van der Feltz-Cornelis, C. M., Bruinvels, D., Huijs, J., Blonk, R., & Van Der Klink, J. (2010). Factors associated with work participation and work functioning in depressed workers: A systematic review. *Journal of Occupational Rehabilitation*, 20(3), 275–292. <https://doi.org/10.1007/s10926-009-9224-x>
- Lavy, S. (2022). A meaningful boost: Effects of teachers' sense of meaning at work on their engagement, burnout, and stress. *Journal of Career Development*, 8(1), 1–14. <https://doi.org/10.1177/23328584221079857>
- Méndez, I., Martínez-Ramón, J. P., Ruiz-Esteban, C., & García-Fernández, J. M. (2020). Latent profiles of burnout, self-esteem and depressive symptomatology among teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6760. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186760>
- Montgomery, C., & Rupp, A. A. (2005). A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers. *Canadian Journal of Education*, 28(3), 458–486. <https://doi.org/10.2307/4126479>
- Moore, J. E. (2000). Nurse's burnout: An existential psychodynamic perspective. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 38(2), 23–32. <https://doi.org/10.3928/0279-3695-20000201-06>
- Seritan, A. L. (2020). How to recognize and avoid burnout. In *Roberts Academic Medicine Handbook* (pp. 581–588). Cham, Switzerland: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-33391-8_41
- Vasilopoulos, S. (2012). Job burnout and its relation to social anxiety in primary school teachers. *Hellenic Journal of Psychology*, 9(1), 18–44.