Journal of Educational and Psychological Sciences
Volume (5), Issue (7): 28 Feb 2021
P: 85 - 100

AJSRP
ISSN: 2522-3399

مجلة العلوم التربوية والنفسية
المجلد (5)، العدد (7): 28 فبراير 2021 م
ص: 85 - 100

Personality Types and their Relationship with Depression among teachers in local schools in Amman

Omar Abdallah Khawaldeh

Ministry of Education || Jordan

Abstract: The Study amid to Reveal the Personality Types and their Relationship with Depression among teachers in local schools in Amman.

The descriptive and analytical approach was used through a sample of (135) male and female teachers in public schools in Amman. The Eysenck personality scale and the Beck scale for depression were used.Depression and there are no statistically significant differences at the level of significance ($\alpha = 0.05$) between personality types and depression among teachers due to gender. Statistically significant differences at the significance level ($\alpha = 0.05$) between personality styles and depression among teachers due to job experience.The study recommended the necessity of giving a prominent role to social, cultural, media and educational institutions that can carry out an educational aspect to reduce unacceptable behavior patterns.

Keywords: Personality Styles, Depression, Public School Teachers.

أنماط الشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى معلمي المدارس الحكومية في العاصمة عَمَّان

عمر عبد الله الخوالدة

وزارة التربية والتعليم || الأردن

الملخص: هدفت الدراسة الكشف عن أنماط الشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى معلمي المدارس الحكومية في العاصمة عمان، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، من خلال عينة تكونت من (135) معلماً ومعلمة في المدارس الحكومية في عمان، تم استخدام مقياس ايزنك للشخصية ومقياس بيك للاكتئاب، وبعد إجراء التحليل الإحصائي توصلت الدراسة إلى: وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستوى أنماط الشخصية ومستوى الاكتئاب ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للجنس ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للمؤهل العلمي ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للخبرة الوظيفية. وقد أوصى الباحث بضرورة إعطاء دور بارز للمؤسسات الاجتماعية والثقافية والإعلامية والتربوية التي يمكن أن تقوم بجانب توعوي للحد من أنماط السلوك غير المقبول.

الكلمات المفتاحية: أنماط الشخصية، الاكتئاب، معلمي المدارس الحكومية.

المقدمة:

ازدادت في العصر الحالي العديد من الأمراض النفسية؛ كالقلق والاكتئاب وغيرها، حيث ازدادت التوترات عند الأفراد على المستويات الفردية والجماعية، إذ يتميز هذا العصر بأنه عصر السرعة، والتقلب الشديد، مما يؤدي غالباً لازدياد الصراعات والتوترات والضغوط النفسية، وثمة اتفاق بين المهتمين بعلم النفس والطب النفسي بأن القلق يمثل عصب الحياة النفسية السوية وغير السوية، ويعدّ مدخلاً جوهرياً لصحة الإنسان النفسية.

ويسعى الإنسان دوماً في حياته، كي يفهم نفسه، ويعرف شخصيته، والكشف عن الطاقات والإمكانيات التي يتمتع بها، وما يمر به من أحوال ومواقف وأمن وقلق وسكينة واطمئنان، كما يدور في خلده سؤال هو ما الذي يمكنني من مواجهة المشكلات والصعوبات ومواقف الحياة الضاغطة؟ وما الأمور التي يمكن أن تشعرني بالاستقرار والرضى والإشباع والسعادة، ومع مرور الوقت وتقدم الحياة أصبحت الحياة أكثر تعقيداً الأمر الذي يتطلب من الإنسان البحث عن القدرات التي تمكنه من بناء الشخصية لتكون أكثر مقدرة على مواجهة ضغوط العصر ومتطلباته وأكثر استجابة لمقومات التقدم والارتقاء((Wadman, Durkin, Conti-Ramsden, 2016 .

ويواجه الفرد العديد من الاضطرابات النفسية كالقلق والضغوط النفسية كالصراع الوظيفي، وعدم وضوح الدور أثناء عمله، مما يتوجب على المهتمين البحث عن الآليات التي يمكن من خلالها تجنب مثل هذه الاضطرابات التي قد يتعرض لها الفرد أثناء عمله ومن ذلك كالقلق والاكتئاب، وغيرها من الاضطرابات التي تثور على أدائه ورضاه في مجال العمل، مما يتطلب من مختلف المؤسسات أن تقدم استراتيجيات يمكن من خلالها التعامل مع الاضطرابات النفسية التي قد يتعرض لها في ميدان العمل (زاد ورابح، 2019).

أما بالنسبة لمصطلح أنماط الشخصية والذي يعرف بأنه:" الصفات التي تميز الفرد عن غيره من الأفراد، وتكون جزءاً من شخصيته، كالذكاء والمعتقدات والثقافة ومدى ثباته الانفعالي ومستوى طموحه وما يحمله في أعماق نفسه من مخاوف، وما يتسم به من صفات اجتماعية وخلقية" (ملحم، 2018) والذي يشمل (العصابية، الذهانية، الانبساطية، الانطوائية) فهي من المصطلحات التي نالت أهمية واضحة في علم النفس، حيث أن الإنسان يكتسب شخصيته من أسرته ومجتمعه الذي يحيط به، وذلك من خلال الأحكام البيئية والخبرات الذاتية المتراكمة، كما أن أهمية تحديد أنماط الشخصية لأي فرد تظهر في جانبين أحدهما يتعلق بمساعدة الأفراد في تحقيق الفهم الأفضل لأنفسهم والوصول لفهم كفاءتهم الشخصية وذلك لمساعدتهم في تحقيق نمو شخصي مناسب لهم، وكذلك بناء تقديرات للذات مناسبة لهم، والجانب الآخر ينحصر في تحقيق نوعية من الفاعلية والكفاءة للأفراد من خلال التفاعل مع الآخرين في البيئة التي تحيط بهم والتي لا تختص بأصدقائهم المقربين منهم كذلك الزملاء في العمل (داهم، 2018).

وقد ذهب أيزنك (Eysenk,1960) في نظريته إلى أن هناك مبرراً لبقاء الأنماط التي بينها ارتباطٌ وأنها قد تكون مجرّد مظاهر مختلفة لنفس النمط أو العامل، ومن هنا فالأشخاص يميلون لاختزال هذه الأنماط للوصول إلى أبعاد رئيسية مستقلة عن بعضها، وهذه الأبعاد تشمل الانبساط والانطواء والانفعال والاتزان، وتعتبر نظريته نظريةٌ بيولوجية اجتماعية (Eysenk,1960)، وقد اعتبر أن الإنسان لديه استعدادٌ يجعله أكثر قابلية لاكتساب أحد الأنماط، وهذا ليس مُناقضاً للتفسير البيئي بل مكملٌ له (Vreeke, Muris, 2018).

أما الاكتئاب فهو أحد الاضطرابات النفسية الشائعة عند الأطفال والمراهقين، وهذا بحسب ما أشارت إليه العديد من الدراسات، حيث تبلغ نسبة الانتشار (8%) ومن هذه الدراسات دراسة (الحيفوني،2003) والتي أشارت نتائجها إلى ازدياد نسبة الاكتئاب عند المراهقين،، كما ترى منظمة الصحة العالمية (World Health Organization) أن هذا الاضطراب يحتل المرتبة الثانية من أهم أسباب الوفاة في العالم بعد أمراض القلب، وهو عبارة عن الحالة الانفعالية الوقتية أو الدائمة التي يشعر بها الفرد بالانقباض والحزن والضيق وتشيع فيها مشاعر الهم والغم، ويصاحب هذه الحالة أعراض محددة تتصل بجوانب مزاجية ومعرفية وسلوكية وجسمية (الأنصاري وكاظم، 2014).

وقد تتعدد أسباب الاكتئاب التي تحتاج إلى المعالجة، فعادة ما يكون الاكتئاب نتيجة لمزيج من العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية، ونادراً ما يكون هناك سبب واحد واضح للاكتئاب، كما أن الجينات والبيئة المعيشية وأحداث الحياة قد تؤثر على مدى إمكانية تعرض المرء للإصابة بالاكتئاب، وبالإضافة إلى ذلك قد تختلف

أعراض الاكتئاب تماماً من شخص إلى آخر، فأحيانا يتمثل الاكتئاب في آلام جسدية غامضة وعدم الشعور بالراحة مما يصعب اكتشافه، بالإضافة إلى أن المصاب بالاكتئاب قد يعجز عن وصف مشاعره للأشخاص المقربين إليه أو للمتخصصين في الرعاية الصحية، وقد يتحدث عن العلاقات الشخصية أو مشاكل في النوم، والمشاكل المالية أو الصحية بدلاً من أن يتحدث عن الاكتئاب (Gopal,2013).

مشكلة الدراسة.

يعد موضوع الشخصية من الموضوعات الهامة التي لها أثر قوي على سلوكيات العاملين، حيث قد يكون دافعا ومعززاً للعاملين في مجالات عملهم وقد يكون من الأسباب المحبطة لهم، كما أصبح هناك اقتناع كبير بأن شخصية الفرد لها تأثير كبير على سلوكه، لذلك إذا أرادت أي إدارة في أي مؤسسة من المؤسسات التعرف على الأسباب الحقيقية لسلوك العاملين لديها، فلا بد من التعرف على شخصية ذلك العامل، وقد لاحظ الباحث ومن خلال مراجعة نتائج الدراسات السابقة أن العديد منها قد ركز على تأثير العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على جوانب عدة لدى الفرد، كالتفكير الجانبي وأساليب التفكير والتعزيز والدافعية ولكن لم توجد أي دراسة ربطت بين أنماط الشخصية والاكتئاب، مما يبرر إجراء هذه الدراسة في ضوء المقابلات التي قام بها الباحث مع عدد من المعلمين في أماكن عملهم، حيث اتضح أن الكثير منهم لا يدركون طبيعة العلاقة بين أنماط الشخصية الاكتئاب، الأمر الذي يؤثر سلباً أو إيجاباً على أداء العاملين ويشكل مشكلة حقيقية تحتاج إلى بحث.

ومن هنا يمكن القول إن شعور الباحث بالمشكلة جاء من خلال إجراء مقابلات عديدة وكذلك ملاحظاته إذ أن ذلك يعد معوقاً عاماً للعملية النفسية، كما تؤدي لحدوث الإرباك والتوتر الانفعالي، في بيئة الصحة النفسية، الأمر الذي يؤثر على اداء العاملين كما يؤثر على اكتساب هذه الفئة للمهارات اللازمة ليكونوا متوافقين نفسياً وكل ذلك كان ذلك مبرراً لإجراء هذه الدراسة.

أسئلة الدراسة.

تتحدد مشكلة الدراسة في السؤالين التاليين:

1- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين في المدارس الحكومية في عمان؟
2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى لمتغيرات الجنس، المؤهل العلمي، الخبرة الوظيفية)؟

أهداف الدراسة.

تهدف الدراسة للكشف عن أنماط الشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى معلمي المدارس الحكومية في العاصمة عمان.

كما تهدف لتحقيق الأهداف الفرعية الآتية:

1- بيان مستوى أنماط الشخصية لدى معلمي المدارس الحكومية في العاصمة عمان.
2- الكشف عن مستوى الاكتئاب لدى معلمي المدارس الحكومية في العاصمة عمان.
3- بيان العلاقة بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تبعاً لمتغيرات الجنس، المؤهل العلمي، الخبرة الوظيفية).

أهمية الدراسة.

تتمثل الأهمية النظرية لهذه الدراسة من طبيعة المعلومات التي تتعلق بأنماط الشخصية للعاملين والاكتئاب، وهي من الدراسات النادرة مما يشكل إضافة للمكتبة العربية، بالإضافة إلى تسليط الضوء على أداء العاملين من حيث ظروفهم، والصعوبات النفسية التي يواجهونها في أماكن تواجدهم.

أما من الناحية التطبيقية للدراسة فتظهر من إمكانية استفادة الفئات التالية منها:

1- المعلمين في المساعدة بالتعرف على أنماط الشخصية لديهم وما يواجهونه من ضغوط، واكتئاب.
2- استفادة الباحثين من نتائج الدراسة..

تعريف مصطلحات الدراسة (لغويا وإجرائيا):

- **أنماط الشخصية (Personality Types):**
  - الصفات التي تميز الفرد عن غيره من الأفراد، وتكون جزءاً من شخصيته، كالذكاء والمعتقدات والثقافة ومدى ثباته الانفعالي ومستوى طموحه وما يحمله في أعماق نفسه من مخاوف، وما يتسم به من صفات اجتماعية وخلقية (ملحم، 2018، ص12).
  - ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها: "الدرجة التي سيحصل عليها الفرد على مقياس أنماط الشخصية لايزنك".
- **الاكتئاب: (Depression):**
  - حالة نفسية وانفعالية يتعرض لها الأفراد، نتيجة مرورهم بخبرات صادمة واحباطات؛ يواجهها الفرد في حياته، وهي تتمثل في الحزن، والتشاؤم، والشعور بالذنب، وقد تصل إلى فقدان الشهية، والانطواء، وانعدام القيمة، وقد تصل إلى حد كراهية الذات، وإيذاء النفس وقد يصل إلى درجة الانتحار (DSM5, 2013).
  - ويعرف الباحث الاكتئاب إجرائياً بأنه:" الدرجة التي سيحصل عليها الفرد على مقياس بيك (Beck) للاكتئاب الذي استخدم في هذه الدراسة".

2. الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً- الإطار النظري.

أنماط الشخصية:

ظهر اهتمام متزايد في علم النفس بشكل عام وفي علم الشخصية بشكل خاص وذلك بسبب ما يجري داخل النفوس من معاناة أو قلق أو تشوش أو اضطراب، وربما لأن أمور الحياة الخاصة لا تسير سيراً صحيحاً كما يرغبون، ذلك أن أي إنسان عندما يعيش ظروفاً صعبة أو عندما لا يتواءم مع البيئة التي يعيش فيها فإنه غالباً ما يقع بين أمرين: إما أن يتفحص جوانب القصور في سلوكه ومواطن الضعف في شخصيته، أو أن يقوم بتفحص كل ما حول من أمور، وكلا الأمرين هما معضلة جوهرية شغلت تفكير البشر وهذا موافق لما قاله سقراط قديماً بأن أكثر موضوع يشغل التفكير هو "معرفة النفس". (صالح، 2009).

مفهوم الشخصية:

تعرف الشخصية على أنها نمط سلوكي مركب وثابت ودائم إلى حد كبير يميز الفرد عن غيره من الناس ويتكون من التنظيم الفريد لمجموعة وظائف وسمات وأجهزة متفاعلة معاً (عبود، 2010، ص4).

كما تعرف الشخصية على انها التنظيم الدينامي لسمات وخصائص ودوافع الفرد النفسية والفسيولوجية والجسمية ذلك التنظيم الذي يكفل للفرد توافقه وحياته في المجتمع ولكل شخص تنظيمه الذي يميزه عن الآخرين (صوالحة والعبوشي، 2015، ص168).

كما يعرف الباحث الشخصية على أنها التنظيم الديناميكي الذي يوجد داخل الأفراد لأجهزتهم النفسية والجسمية التي تحدد خصائص سلوكهم وفكرهم تجاه المواقف المختلفة.

أما الأنماط فتعرف على أنها خصائص تسمح بالمقارنة بين أحد الأشخاص وآخرين، أو هي خصائص فريدة تميز الأشخاص وقد تكون هذه السمة وراثية أو مكتسبة أو معرفية، أو انفعالية أو غير ذلك (صوالحة والعبوشي، 2015، ص161).

مكونات الشخصية:

يوجد الإنسان في الحياة كوحدة بيولوجية تتفاعل مع الوحدة وهي وحدة البيئة المادية والاجتماعية، وفي إطار هذا التفاعل تتشكل شخصية وتنمو وتظهر معالمها وبصماتها وتصبح التنظيم الدينامي داخل الفرد الذي ينظم أجهزته النفسية والجسمية التي تملي على الأفراد الطابع الخاص في سلوكهم وتأثيرهم، أي أنها جملة سمات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية موروثة ومكتسبة، تميز شخصاً عن شخص آخر، أما أبرز مكونات الشخصية فتتمثل في (عبود، 2010، ص5):

1- المكونات الجسمية: هذه المكونات تتعلق بشكل الفرد العام والصحة من الناحية الجسمية، كأدائه الحركي مثلاً.
2- المكونات العقلية المعرفية: ويقصد بها الوظائف العقلية العليا كذكاء الفرد والتدخل والإدراك.
3- المكونات الاجتماعية: وهي مقدرة الأفراد على تكوين علاقات مع غيرهم من الأفراد أو مع الجماعات الأخرى.
4- المكونات الانفعالية: وتتعلق بالأنشطة الانفعالية وحب الانطواء.
5- المكونات البيئية: وتتعلق بعواطف واتجاهات وقيم مكتسبة من البيئة التي يعيش فيها الأفراد.

نظريات الشخصية:

أشار طافش (2006، ص633) وكرميان (2007، ص19) إلى وجود عدة نظريات للشخصية وهي:

1- نظرية الأنماط: يقصد بها أن الأفراد إنما يصنفون إلى أنماط بحسب سماتهم، وقد تكون هذه الأنماط جسدية أو فسيولوجية أو سلوكية.
2- نظرية التعلم: وهي نظرية تقوم على الملاحظة في سلوك الأفراد أثناء عملية التفاعل الاجتماعي، وهي تركز دوماً على دور الثواب والعقاب كأسلوب من أساليب التعلم الاجتماعي في تربية الشخصية.
3- نظرية الأنماط: اهتم بدراستها علماء عدة ومن هؤلاء كاتل (Catal) واعتماد هذه النظرية على فكرة الثبات في الشخصية، فأي شخص يثبت سلوكاً متشابهاً في مواقف متشابهة، وتعتمد هذه النظرية أيضاً على وجود اختلاف بين الأفراد في الأنماط التي يمتلكونها فمثلاً نغضب جميعاً في المواقف التي تثير الغضب.

وقد ظهرت تعريفات عدة للسمات ومن ذلك أنها صفة جسمية أو عقلية أو انفعالية أو اجتماعية فطرية أو مكتسبة يتميز بها الشخص، وهي استعداد ثابت نسبياً لنوع معين من السلوك (غنام، 2005، ص23).

كما عرفت الأنماط بأنها مجموعة ردود أفعال واستجابات يربطها نوع من الوحدة التي تسمح لها أن توضع تحت اسم واحد وتعالج بالطريقة نفسها في معظم الحالات (الميلاوي، 2006، ص56).

ومن جملة التعريفات السابقة يمكن للباحث أن يخلص بالآتي:

1. أن الأنماط هي صفات جسمية أو عقلية أو انفعالية أو اجتماعية.
2. قد تكون الأنماط المميز للأفراد فطرية ووراثية أو مكتسبة ومتعلمة.
3. أن الأنماط هي الخصائص المتكاملة لشخصية الفرد وتستنتج من خلال سلوكه.
4. أن الأنماط لها دوام نسبي وترتبط بصورة إيجابية بعضها بالبعض الآخر.
5. يمكن إجراء تعديل وتغيير على سمات الأفراد من خلال خبراتهم التعليمية.
6. أن الأنماط هي أهم وحدة في بناء الشخصية وتتوسط بين العادة ونمط الشخصية.

الاكتئاب Depression:

يُعد الاكتئاب أحد الاضطرابات النفسية الشائعة بنسبة كبيرة بين الاضطرابات النفسية الأخرى في العالم، ويشير هذا الاضطراب إلى شيوع مزاج حزين وقلة اهتمام بالنشاطات والعلاقات الاجتماعية والمعاناة من اضطرابات النوم والأكل وشيوع النظرة المتشائمة عند الأفراد.

وكذلك يعد الاكتئاب اضطراباً نفسياً شائعاً عند جميع الفئات العمرية، وهو أكثر الأمراض النفسية شيوعاً في العالم، حيث بينت منظمة الصحة العالمية أنه يحتل المرتبة الثانية من أسباب الوفاة في العالم، وهو يمثل الحالة الانفعالية الوقتية أو الدائمة التي يشعر فيها الأفراد بالانقباض والحزن والضيق، وتشيع فيه مشاعر الهم والغم، وترافق المكتئب حالات عدة تتصل بجوانب المزاجية والجسم والمعرفة والسلوك (السيد، 2017).

يعمل الفرد جاهداً حتى يوازن بين الرغبات والدوافع وما يحيط به من ظروف، وذلك من خلال كبح رغباته وعواطفه، والتي طالما أدت لحدوث الأعراض البيولوجية أو النفسية أو الاجتماعية، والتي غالباً ما قد تكون حالة اكتئابية تظهر لدى الفرد، وفي حال كونه سوياً ستزول هذه الحالة وتتحسن أمور الفرد، أما في حال كان غير سوي، فإن ذلك سيساهم بشكل كبير في حدوث ما يسمى بالاكتئاب (الشخص والدمياطي، 2015).

ويمكن التعرض لمعنى الاكتئاب في اللغة، حيث أنه مشتق من الفعل (كأب) وهو يشير إلى اسم الكآبة، ومعناها سوء الحال والانكسار من الحزن (ابن منظور، 1971، ص97).

أما في الاصطلاح فله عدة معان، حيث يوصف أحياناً بأنه الوصف لحالات الانفعالات عند الناس عندما يشعرون بقلة نشاط أو حزن وقد يكون زملة أعراض حيث يكون الاكتئاب مجموعة من العلامات أو الأعراض التي تتجمع معاً (الشاذلي، 2013).

ويعرّف الاكتئاب (Depression) على أنه: "حالة نفسية وانفعالية يتعرض لها الأفراد نتيجة مرورهم بخبرات صادمة واحباطات، يواجهان الفرد في حياته" وهي تتمثل في الحزن والتشاؤم والشعور بالذنب وقد تصل إلى حد فقدان الشهية والانطواء وانعدام القيمة، وقد تصل إلى حد كراهية الذات، وإيذاء النفس، وقد يصل إلى درجة الانتحار (DSM-V, 2013).

وللاكتئاب أنواع عدة وقد بينت منصور (2011) أن هناك عدة تصنيفات للاكتئاب تشير إلى أنواعه المختلفة.

أولاً- تصنيف الاكتئاب حسب سببه:

يتصف الاكتئاب حسب سببه إلى ما يلي (زهران، 2004):

1. اكتئاب ذهاني أو عقلي أو داخلي وسببه عقلي خالص.
2. اكتئاب عصابي أو نفسي أو خارجي وهو راجع لعوامل فردية لاشعورية ويشعر فيها المريض بالحزن والأسى.

ثانياً- تصنيف الاكتئاب حسب شدته:

بين الشاذلي (2013) أن تصنيف الاكتئاب حسب شدته يظهر من خلال:

1. اكتئاب بسيط بحيث يزهد الفرد في الحياة ويبدو في شكل شعور بالإجهاد.
2. اكتئاب حاد وفيه يظهر المصاب أوجاعاً وهمية وحزناً ورغبة في البكاء.
3. اكتئاب ذهولي، وفيه قد لا يتجاوب الفرد المكتئب ولا يبدي أي حراك وقد يشعر بالهلوسة.

أسباب الإحساس بالاكتئاب.

أشار سرحان (2001) إلى وجود أسباب عدة للإحساس بالاكتئاب وهي:

1. **الأسباب النفسية:** بحيث يحدث الاكتئاب بسبب وجود صراع داخل الفرد، وقد يظهر ذلك نتيجة لتعارض الرغبات لدى الفرد أو تعذر اتباع حاجتين في نفس الوقت.
2. **الأسباب الاجتماعية:** حيث يحدث الاكتئاب بسبب وجود خلل في العلاقة بين الفرد والمجتمع وبين الفرد والآخرين.
3. **الأسباب الوراثية:** يعزوها معظم الباحثين إلى تأثير عوامل نفسية واجتماعية حيث بينت منظمة الصحة العالمية إلى أن نسبة انتشاره بين الأقارب (11%) وبين غير الأشقاء (17%).
4. **الأسباب الجسمية:** حيث إن بعض الأفراد لا يستطيعون مقاومة المرض مما يشعرهم بالاكتئاب.

نماذج الاكتئاب:

وضع بيك (Beck & Judits, 1999) نموذجه في الاكتئاب في ستة نماذج مستقلة ولكنها متداخلة وهي:

- النموذج العرضي أو المستعرض: يتناول خبرات الهنا والآن، والتي تلعب دوراً أساسياً في الاكتئاب.
- النموذج الاستنتاجي البنائي: يتناول الأبنية المعرفية المسئولة عن الاكتئاب، من أفكار أوتوماتيكية، وأفكار مشوهة.
- النموذج المتأثر بالضغوط: تمثل الأبنية المعرفية أساساً معرفياً يتم التعبير عنه، حينما تثيره أحداث الحياة.
- نموذج التفاعل المتبادل: يتناول الديناميات الشخصية المسببة للاكتئاب.
- النموذج السيكوبيولوجي: يتناول أوجه النقص المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تؤثر على الاكتئاب.
- النموذج التطوري: يتناول كيفية تطور الأبنية المعرفية المسئولة عن حدوث الاكتئاب.

ثانياً- الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض للدراسات السابقة التي تتعلق بموضوع الدراسة بعد الرجوع للأدبيات السابقة ذي الصلة حسب تسلسلها من الأحدث حتى الأقدم وكالآتي:

أ- الدراسات العربية:

- **هدفت دراسة بركات (2017)** التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية وفق نظرية أيزنك (الانبساطية والانطوائية والانفعالية والاتزانية) ومجالي القلق الاجتماعي (الخوف الاجتماعي والخجل الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي) لدى الطلبة في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكرم في ضوء متغيري الجنس والتحصيل الأكاديمي، ولهذا الغرض طبقت أدوات الدراسة وهي قائمة أيزنك للشخصية (Eysenck Personality Invenetory EPI) واختبار القلق الاجتماعي على عينة تكونت من (217) طالباً

وطالبة، وقد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استجابات عينة الدراسة على الأنماط الشخصية والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري (الجنس والتحصيل الأكاديمي).

- **دراسة بدر (2017)** والتي هدفت الكشف عن أثر نمط الشخصية على أداء العامل وفقاً للأبعاد الكبرى للشخصية، دراسة حالة رئاسة مجلس الوزراء-قطاع غزة، تم استخدام الأبعاد التالية للشخصية (مدى حيوية الضمير، مدى الاتفاق معه، الاستقرار العاطفي، مدى انطوائية الفرد أو انفتاحه، مدى الانفتاح على الخبرة)، وتم استخدام استبانة وزعت على أفراد عينة الدراسة وعددهم (86) موظفاً، وبعد إجراء عملية التحليل الإحصائي توصلت الدراسة إلى أن الانبساطية تؤثر على الأداء وهي متوفرة لدى العاملين ولكن هذا التأثير هو تأثير سلبي.

ب- الدراسات الاجنبية:

- **هدفت دراسة بالارد ولالي ونجنت وفوري وزاراتي (Ballard, Lally. Nugent. Fury, & Zarate,2015)** بعنوان: "العلاقات الارتباطية لفكرة الانتحار وبتخفيفها للاكتئاب" إلى البحث في العلاقات الارتباطية العصبية لفكرة الانتحار وتخفيفها بَعد المعالجة التي تُعتبر غير معروفة، وافترضت أن الزيادة في تأيض الفلوكوز في الدماغ وفي لحاء الدماغ الداخلي قد تكون في علاقة مع التفكير بالانتحار وتخفيضه بعد الحقن بالكيتامين. استخدمت الدراسة مرضى بعلاج مجاني (عددهم 19 مريضاً) ذوي اضطراب اكتئاب رئيسي، وخضعوا لتصوير خط قاعدة، وبعد (230 دقيقة) من الحقن بالكتامين 6 مليغرام/ كم لمدة (40) دقيقة أظهرت النتائج أن فِكرة الانتحار وتأيض الفلوكوز في الدماغ في لحاء الدماغ كانت في علاقة ارتباطية بدلالة، ولكن ليس في إجمالي نقاط المزاج، ووجد أن التخفيضات في فِكرة الانتحار بعد الحقن بالكيتامين كانت بِعلاقة ارتباطية مع الانخفاض في تأيض غلوكوز الدماغ في اللحاء، بينما التأيض في مناطق أُخرى ذات اهتمام لم يكن بعلاقة ارتباطية ذات دلالة مع فِكرة الانتحار أو الاكتئاب. وقد يكون اللحاء السِفلي في مضمون مع قصد الانتحار/ التفكير في الانتحار.
- **وأجرى رينك ودوبوس (Reinecke & Dubois, 2014)** دراسة بعنوان مصادر الخطأ المعرفي والبيئي ذات العلاقة باضطرابات المزاج التي تؤدي للانتحار لدى الجانحين الذي يعانون من الاكتئاب. هدفت إلى اختبار أثر كل من المصادر والأخطاء المعرفية والبيئية على اضطرابات المزاج، ومحاولات الانتحار على عينة الجانحين مكونة من (74) حالة، واشتملت المقاييس البيئية على مقياس ضغوطات الحياة اليومية، والدعم الاجتماعي. أما المقاييس المعرفية فقد اشتملت على المخططات اللاتكيفية Schema، ومقياس حل المشكلات الاجتماعي، ومقاييس أعراض الاكتئاب والميل للانتحار، بالإضافة إلى القلق وفقدان الأمل. وأشارت النتائج إلى أن المقاييس البيئية كانت لها دلالة إحصائية في اضطرابات المزاج والميل للانتحار. أما المقاييس المعرفية فقد جاءت في المرتبة الثانيةً إلا أن المقاييس المعرفية كانت تتوسط العلاقة والربط بين كل من الأحداث البيئية واضطرابات المزاج والميل للانتحار، ولم يكن للمقاييس الثلاثة أثر مباشر في مستوى المزاج أو الميل للانتحار وهي: ضغوطات الحياة اليومية والمخططات المعرفية، والأعراض الاكتئابية وقد أدت هذه الدراسة إلى تنظيم العوامل المتعددة (البيئية والمعرفية) التي تساهم وترتبط بالأخطاء المعرفية والاضطرابات الانفعالية خلال مرحلة المراهقة، الأمر الذي يساهم في فهم دور العوامل المعرفية في تفسير الاضطرابات الانفعالية عند المراهقين.
- **وقام بايجام وبور (Biggam & Power (2013)** بإجراء دراسة بعنوان التدخل العلاجي المسيطر عليه (الموجه) المستند إلى حل المشكلة الجماعي مع الجناة الأحداث المحتجزين المعرضين للخطر. وقد هدفت الدراسة إلى تقييم فاعلية التدخل العلاجي التدريبي المحدد بالوقت، والقائم على الحل الجماعي للمشكلة بالمقارنة مع الإشراف غير

العلاجي للأحداث الجانحين المحتجزين المعرضين للخطر. وتم توزيع (46) مشاركاً يافعاً على مجموعتين ضابطة وتجريبية، حيث أبدى المشاركون في المجموعة التجريبية انخفاضات كبيرة في مستويات القلق والاكتئاب واليأس لديهم، وتحسناً في قدرتهم على حل المشاكل الاجتماعية المقيمة ذاتياً. واستمر التحسن في جوانب القدرة على حل المشاكل المقيمة ذاتياً والصحة النفسية بوضوح خلال فترة المتابعة التي استغرقت ثلاثة أشهر بعد انتهاء عملية العلاج.

3. منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

تم الاعتماد في منهج الدراسة على المنهج الارتباطي لمناسبته طبيعة الدراسة ومتغيراتها وذلك بجمع البيانات اللازمة باستخدام أدوات الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي المدارس الحكومية في عمان خلال العام 2020، وكان عددهم (12425) معلماً ومعلمة.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (145) معلماً ومعلمة في المدارس الحكومية في عمان، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، وقد تم استبعاد (10) منهم لعدم اكتمال البيانات وصلاحيتها للتحليل فكان عدد افراد عينة الدراسة (135) معلماً ومعلمة.

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس أنماط الشخصية:

قائمة أيزنك للشخصية: استخدمت قائمة أيزنك للشخصية (Eysenck Personality Inventory EPI)المعدلة للبيئة الأردنية لقياس أنماط الشخصية (الانبساط، الانطواء) و(الاتزان، الانفعال)، والتي تتكون من صورتين متكافئتين (أ) و(ب)، وتتضمن كل منهما على(57) فقرة تكون الإجابة عنها بنعم أو لا، منها (24) فقرة لقياس بعد الانبساط، الانطواء) حيث تشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد على ميل الفرد نحو سمة الانبساط بينما تشير الدرجة المنخفضة عليه إلى ميل الفرد نحو نمط الانطواء، وتحتوي القائمة على (24) فقرة أخرى لقياس بعد (الانفعال- الاتزان)، وتشير الدرجة المرتفعة عليه إلى ميل الفرد نحو سمة الانفعال، بينما تشير الدرجة المنخفضة عليه إلى ميل الفرد نحو سمة الاتزان، اعتمدت الدرجة (12) كدرجة قطع بين الارتفاع والانخفاض على بعدي الشخصية السابقين، كما وضعها مصمم المقياس بصورته الاجنبية، كما تضمنت القائمة تسع فقرات أخرى وضعت كمقياس للكشف عن صدق المفحوصين، تشير الدرجة المرتفعة عليه إلى رغبة المفحوص لاختيار الإجابات المقبولة اجتماعياً، وقد حدد أيزنك الدرجة الرابعة أو الخامسة على هذا المقياس كحد أعلى لقبول الإجابة.

صدق القائمة:

لغرض دراسات سابقة للباحث (2012، 2010) تم استخراج معاملات صدق مقبولة لهذه القائمة بطريقتين هما: طريقة صدق المحكمين، بأن طلب من مجموعة من المحكمين المتخصصين بلغ عددهم (8) من أساتذة التربية وعلم النفس في جامعة القدس المفتوحة، تصنيف مجموعة من الأشخاص إلى فئات من: الانبساطيين والانطوائيين، والاندفاعيين والمتزنين، ومن ثم تم تطبيق هذه القائمة على هؤلاء الأشخاص وعند مقارنة قرارات المحكمين ونتائج القائمة وجد أن هناك تطابق بينهما واتفاقاً في تصنيف الأفراد إلى الأنماط المتباينة من الشخصية. وطريقة الصدق التلازمي باستخدام قائمة موديسلي للشخصية، والتي تقيس نفس الأبعاد من الشخصية والتي تتمتع بمعاملات سيكومترية مرتفعة.

ولأغراض الدراسة الحالية فقد تم الاكتفاء بدلالات صدق القائمة بصورتها الأجنبية والعربية، حيث تجمعت لهذا الصدق مؤشرات متنوعة بتعدد استخداماتها في عدد كبير من الدراسات والبحوث في بيئات أجنبية وعربية، ومن هذه المؤشرات ما توصل له الباحث في دراسة مشتركة مع باحثين آخرين (نشواتي والعلي وبركات، 1988) من توزع عينات من طلاب وطالبات الثانوية العامة ذكوراً وإناثاً مجتمعين ومنفصلين على بعدي الشخصية (الانبساط-الانطواء) و(الانفعال-الاتزان). وتم استخراج خصائص القائمة السيكومترية بصيغتها المعربة، وذلك بتطبيقه على عينة من طلبة المرحلة الثانوية العامة معتمدين على الطرق التي استخدمت في توفير دلالات الصدق والثبات للقائمة الأصلية، وبالنسبة لصدق القائمة فقد أخذت عينة مكونة من (150) طالب وطالبة أجريت معهم مقابلات إكلينيكية تم بناء عليها توزيع الطلبة إلى مجموعتين، وتم حساب دلالة الفروق للأداء على القائمة بين المجموعتين فكانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α= 001.0)،ولدراسة البناء العاملي في القائمة استخرجت جميع العوامل الممكنة عن طريق تحليل العوامل الأساسية، وأظهر نتائج التحليل العاملي لفقرات أنماط الشخصية أنها تفسر مجتمعه (2.59) من التباين الكلي للقائمة.

ثبات القائمة:

تتمتع قائمة أيزنك للشخصية بمعاملات ثبات مرتفعة في أصلها الأجنبي حيث استخرج أيزنك معاملات ثبات لقائمته بطريقتين هما: إعادة الاختبار (Test-Retest Reliability) والطريقة النصفية (Split-Half Reliability) وقد تراوحت معاملات الثبات بين (0.84) و(0.94) في حالة الاختبار الكامل، وبين (0.80) و(0.97) في حالة كل من صورتين الاختبار.

ثانياً: قائمة بك الثانية للاكتئاب Beck Depression Inventory((BDI-II

يتم استخدام قائمة بك الثانية للاكتئاب (Beck، 1988) ويعتبر مقياس بيك للاكتئاب من المقاييس واسعة الانتشار في ميادين علم النفس الإكلينيكي والطب النفسي.

ويشار إلى وجود عدة ترجمات عربية مختلفة للقائمة منها من اعتمد الصيغة المنشورة في عام (1961) ومنها من اعتمد القائمة المختصرة المستخرجة من عينات أمريكية ومنها من اعتمد الترجمة الحرفية دون القيام بإجراءات اختبار للتكافؤ ومنها من اعتمد في الترجمة على البيئة المحلية التي يصعب فهمها من قبل مفحوصين من بيئات عربية أخرى، وتم حساب ثبات المقياس وكان معامل ألفا = 0,81 ومعامل الثبات (0,82(1990 ,Beck)).

وفي هذه الدراسة تم استخدام الصيغة المنشورة في عام (1988)، وتحوي (21) بنداً تتدرج الإجابة في كل بندبين (0-3)،والتي قام بتعريبها (حمد أبو حجلة وأبو طالب.1988)، وتم استخراج خصائص القائمة السيكومترية بصيغتها المعربة، وذلك بتطبيقه على عينة من طلبة الجامعة الأردنية معتمدين على الطرق التي استخدمت في توفير

دلالات الصدق والثبات للقائمة الأصلية، وبالنسبة لصدق القائمة فقد أخذت عينة مكونة من (56) وطالبة أجريت معهم مقابلات إكلينيكية تم بناء عليها توزيع الطلبة إلى مجموعتين، وتم حساب دلالة الفروق للأداء على القائمة بين المجموعتين فكانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α= 001.0)،ولدراسة البناء العاملي في القائمة استخرجت جميع العوامل الممكنة عن طريق تحليل العوامل الأساسية، وأظهر نتائج التحليل العاملي لفقرات قائمة بيك المعربة للاكتئاب أن القائمة تتكون من أربعة عوامل رئيسة تفسر مجتمعه (5,45) من التباين الكلي للقائمة، وهذه العوامل هي، وجود مشاعر سلبية، اضطراب الوظائف الفسيولوجية، الشعور بالدونية، التشاؤم والشعور باللاجدوى .أما بالنسبة لثبات القائمة فقد بلغت قيمة معامل ثبات القائمة بصورتها المعربة المحسوب بطريقة إعادة الاختبار على عينة مكونة من (80) طالباً بفاصل زمني أسبوع (0.88)، وبلغت قيمة معامل الثبات بطريقة معادلة كرونباخ ألفا على عينة مكونة من (63)طالباً (0.87).

تصحيح قائمة بك الثانية للاكتئاب:

يتكون المقياس من (21) فقرة، أمام كل منها أربع عبارات فرعية،(أ) وتأخذ القيمة (صفر) تعني عدم وجود العرض،(ب) وتأخذ القيمة(1) تعني وجود العرض بدرجة خفيفة،(ج) وتأخذ القيمة (2) تعني وجود العرض بدرجة متوسطة،(د) وتأخذ القيمة (3) تعني وجود العرض بدرجة كبيرة، باستثناء الفقرة 16 والفقرة 18 وتدريج هاتين الفقرتين،(أ) وتأخذ القيمة (صفر) تعني عدم وجود العرض،(ب1،ب2) وتأخذ القيمة (1) تعني وجود العرض بدرجة خفيفة،(ج1، ج2) وتأخذ القيمة (2) تعني وجود العرض بدرجة متوسطة،(د1، د3) وتأخذ القيمة (3)،وقد اعتمد الباحث على نفس الدرجات التي يحددها مفتاح قائمة (بيك للاكتئاب) الأصلية لتصنيف الأفراد وفقاً لدرجة الاكتئاب وهي كما يلي:

1- (صفر إلى 9) عدم وجود اكتئاب.
2- (10 – 15) اكتئاب خفيف.
3- (16-23) اكتئاب متوسط.
4- (24- فأكثر) اكتئاب شديد.

وللتأكد من خصائص وصلاحية المقياس للدراسة الحالية، تم استخراج دلالات صدق المحتوى بعرض المقياس على عدد من المحكمين أساتذة علم النفس وعلم النفس الاكلينيكي. وبالاعتماد على نسبة اتفاق (80%) تم قبوله المقياس لأغراض الدراسة الحالية مع بعض التعديلات على الصياغة اللغوية للفقرات.

كما تم تطبيق الأدوات على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة، وتم حساب الثبات بطريقة∝ "ألفا كرونباخ".

جدول رقم (1) معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمفردات قائمة بيك لاكتئاب

المجال	ألفا كرونباخ
قائمة بيك للاكتئاب	.885

يتضح من جدول رقم (1) أن معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بلغ (0.885)، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.

المعالجة الإحصائية

قام الباحث بالمعالجات الإحصائية الآتية:

1. لاستخراج ثبات أدوات الدراسة تم استخدام معامل كرونباخ ألفا.
2. لاستخراج صدق أدوات الدراسة تم استخدام معامل ارتباط بيرسون.
3. تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين متغيرات الدراسة. وتم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples T Test) لمعرفة دلالة الفروق.

4. نتائج الدراسة ومناقشتها

- **إجابة السؤال الأول:** هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين في المدارس الحكومية في عمان؟

وللإجابة عن السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتم ايجاد معامل ارتباط بيرسون.

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المعلمين على مقياسي أنماط الشخصية والاكتئاب

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
الاكتئاب	15.67	9.671	اكتئاب متوسط
أنماط الشخصية	110.33	38.136	المستوى الثاني (متوسط)

يبين جدول (2) بأن المتوسط العام على مقياس الاكتئاب كان ضمن الاكتئاب المتوسط، وبمتوسط حسابي بلغ (15.67) وانحراف معياري بلغ (9.671)، ويبين الجدول بأن المتوسط العام على مقياس أنماط الشخصية كان ضمن المستوى الثاني (متوسط)، وبمتوسط حسابي بلغ (110.33) وانحراف معياري بلغ (38.136).

جدول (3) معامل ارتباط بيرسون بين مستوى أنماط الشخصية ومستوى الاكتئاب وأبعاده لدى المعلمين

المقياس	الاكتئاب	
	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
أنماط الشخصية	.656	.000**
الانبساط	.654	.000**
الانطواء	.653	.000**
الاتزان	.658	.000**
الانفعال	.657	.000**

* دلالة إحصائية عند مستوى (α = 0.05)

يتبين من جدول (3) وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستوى أنماط الشخصية ومستوى الاكتئاب، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.433) عند مستوى دلالة (.000).

- **إجابة السؤال الثاني:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى لمتغيرات الجنس، المؤهل العلمي، الخبرة الوظيفية)؟

الجنس:

للإجابة عن الفرضية تم إجراء اختبار ت لعينتين مستقلتين حسب ما يظهر في الجدول (4):

جدول (4) نتائج اختبارت لعينتين مستقلتين للاختلاف في متوسط اجابات افراد عينة تبعا لمتغير الجنس.

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة
ذكور	70	3.97	0.60	-1.63	0.11
اناث	65	4.11	0.32		

- يتضح من الجدول (4) بان قيمة الإحصائي ت بلغت (-1.63) وهي ليست دالة عند مستوى 0.05 فاقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للجنس.

المؤهل العلمي:

للإجابة عن الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي حسب ما يظهر في الجدول (5):

جدول (5) نتائج تحليل التباين الاحادي للاختلاف في متوسط اجابات افراد عينة تبعا لمتغير المؤهل العلمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين المجموعات	1.18	3	0.40	1.29	0.28
داخل المجموعات	105.99	131	0.32		
المجموع	106.15	134			

يتضح من الجدول (5) بان قيمة الإحصائي ف بلغت (1.29) وهي ليست دالة عند مستوى 0.05 فاقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للمؤهل العلمي

الخبرة الوظيفية:

للإجابة عن الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي حسب ما يظهر في الجدول (6):

جدول (6) نتائج تحليل التباين الاحادي للاختلاف في متوسط اجابات افراد عينة تبعا لمتغير الخبرة الوظيفية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين المجموعات	1.224	3	0.410	1.350	.259
داخل المجموعات	104.982	131	0.305		
المجموع	106.156	134			

يتضح من الجدول (6) بان قيمة الإحصائي ف بلغت (61.350) وهي ليست دالة عند مستوى 0.05 فاقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للخبرة الوظيفية.

مناقشة النتائج:

- **مناقشة نتيجة السؤال الأول:** هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين؟

يبين جدول (2) بأن المتوسط العام على مقياس الاكتئاب كان ضمن الاكتئاب المتوسط، وبمتوسط حسابي بلغ (15.67) وانحراف معياري بلغ (9.671)، ويبين الجدول بأن المتوسط العام على مقياس أنماط الشخصية كان ضمن المستوى الثاني (متوسط)، وبمتوسط حسابي بلغ (110.33) وانحراف معياري بلغ (38.136).

ويمكن تفسير ذلك من خلال أن ما يمر به المعلمون من تجارب صادمة قد تشعرهم بالاكتئاب وكما أشارت نتائج العديد من الدراسات فهناك علاقة بين الشعور بالقلق والشعور بالاكتئاب، وكل منها يؤثر على الأفراد بطريقة سلبية حيث في الغالب تظهر عندهم أفكار لاعقلانية، ومن هذه الدراسات دراسة رينك ودوبوس (Reinecke & Dubois, 2014) لم يكن للمقاييس الثلاثة أثر مباشر في مستوى المزاج أو الميل للانتحار وهي: ضغوطات الحياة اليومية والمخططات المعرفية، والأعراض الاكتئابية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الشبئون والأحمد (2011) والتي توصلت الدراسة لوجود ارتباط بين القلق كحالة وكسمة وبين الاكتئاب لدى المراهقين وتختلف مع نتيجة دراسة بايجام وبور (Biggam & Power (2013 حيث أبدى المشاركون في المجموعة التجريبية انخفاضات كبيرة في مستويات القلق والاكتئاب واليأس لديهم، وتحسناً في قدرتهم على حل المشاكل الاجتماعية المقيمة ذاتياً..

- **مناقشة نتيجة السؤال الثاني:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى لمتغيرات الجنس، المؤهل العلمي، الخبرة الوظيفية)؟

الجنس:

يتضح من الجدول (4) بان قيمة الإحصائي ت بلغت (-1.63) وهي ليست دالة عند مستوى 0.05 فاقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للجنس.

ويمكن تفسير ذلك من خلال أن أفراد العينة على اختلاف جنسهم من الذكور والإناث يجدون أن لأنماط الشخصية أثرا واضحا في الاكتئاب حيث إن إكساب العاملين المهارات المطلوبة تُحسن طبيعة أداء العاملين.

المؤهل العلمي:

يتضح من الجدول (5) بان قيمة الإحصائي ف بلغت (1.29) وهي ليست دالة عند مستوى 0.05 فاقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للمؤهل العلمي

ويمكن تفسير ذلك من خلال أن المعلمين على اختلاف أنواعهم وبحسب اختلاف مؤهلاتهم يجدون أنه لأنماط الشخصية أثر واضح في الاكتئاب لذلك يجب تأهيل المعلمين بحيث يكتسبون القدرات المناسبة لأداء المهمات المختلفة.

الخبرة الوظيفية:

يتضح من الجدول (6) بان قيمة الإحصائي ف بلغت (61.350) وهي ليست دالة عند مستوى 0.05 فاقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين بين أنماط الشخصية والاكتئاب لدى المعلمين تعزى للخبرة الوظيفية.

ويمكن تفسير ذلك من خلال أن المعلمين على اختلاف خبراتهم الوظيفية لا يختلفون حول أن لأنماط الشخصية أثرا واضحا في الاكتئاب لذلك لا بد من وضع خطة معينة من اجل تخفيف الاكتئاب لديهم في بيئة العمل في المدارس.

التوصيات والمقترحات.

في ضوء النتائج التي تم التوصل لها يوصي الباحث ويقترح بما يلي:

1. ضرورة إعطاء دور بارز للمؤسسات الاجتماعية والثقافية والإعلامية والتربوية التي يمكن أن تقوم بجانب توعوي للحد من أنماط السلوك غير المقبول.
2. العمل على وضع سياسة إعلامية هادفة، تعمل على القيام بواجب التوعية ل وترسيخ المبادئ والقيم الفاضلة، والارتقاء بهم من خلال تقوية الروابط الدينية والاجتماعية والأخلاقية .
3. ضرورة التركيز على المسؤولين لإيجاد آليات يمكن من خلالها تخفيف الاكتئاب الذي يعاني منه المعلمون.
4. ضرورة جعل هذه الدراسة نواة لدراسات أخرى مشابهة، مع الأخذ بالاعتبار بضرورة بحث متغيرات أخرى.

قائمة المراجع.

أولاً- المراجع بالعربية:

- الأنصاري، بدر محمد؛ كاظم، علي مهدي (2014) الفروق في القلق والاكتئاب بين طلاب وطالبات جامعتي الكويت والسلطان قابوس، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة، الحولية الثالثة، القاهرة، 1(1): 1-35.
- بدر، يوسف (2017). أثر نمط الشخصية على أداء العامل وفقاً للأبعاد الكبرى للشخصية، دراسة حالة رئاسة مجلس الوزراء- قطاع غزة، مجلة الاقتصاد والأعمال، جامعة غزة، 25(1): 36-61.
- بركات، زياد أمين (2017) الأنماط الشخصية الانبساطية والانطوائية والانفعالية والاتزانية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، دراسات العلوم التربوية، 44(2): 1-17.
- الحيفوني، أحمد (2003) علاقة الاكتئاب بجنوح الأحداث لدى عينة من الأحداث في مدينة واسط، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة واسط، بغداد، العراق.
- داهم، أحمد (2018) أثر أنماط الشخصية لدى الوالدين على مستوى الكفاءة الشخصية لدى طلبة المرحلة الثانوية، مجلة العلوم التربوية، 1(1): 140-176.
- زاد، بو عالية؛ ورابح، هوادف (2019) الأخصائي النفسي واستراتيجيات التعامل مع الاضطرابات النفسية في بيئة العمل، مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 2(1):68-86.
- زهران، سناء (2004) إرشاد الصحة النفسية لتصحيح المشاعر ومعتقدات الاغتراب، القاهرة، عالم الكتب.
- سرحان، وليد (2013) الصحة النفسية، القاهرة، الشركة العربية المتحدة للتسويق.
- السيد، مخيمر (2017) المدخل إلى الصحة النفسية: دراسات في سيكولوجية التكيف، القاهرة: مكتبة الخانجي.
- الشاذلي، عبد الحميد (2013) الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الاسكندرية، المكتبة الجامعية.
- الشخص، عبد العزيز، والدمياطي، عبد الغفار (2015) قاموس التربية الخاصة وتأهيل غير العاديين، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

- صالح، قاسم (2009). الشخصية بين التنظير والقياس، صنعاء: دار النشر للجامعات.
- صوالحة، عونية والعبوشي، نوال (2015). دراسة وصفية لمستوى بعض السمات الشخصية لطلبة جامعة عمان الأهلية وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة العلوم النفسية، البحرين، 1(19)، ص ص 161-202.
- طافش، أسعد (2006) دراسة السمات الشخصية المميزة للأطفال المصابين بمرض الثلاسيميا وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة .الجامعة الإسلامية – غزة.
- عبود، هيام (2010). بعض السمات الشخصية لدى الممارسات وغير الممارسات للأنشطة الرياضية، بحث منشور، مكتب أبحاث الطفولة، جامعة ديالى.
- غنام، ختام (2005) السمات الشخصية والولاء التنظيمي لدى معلمات المرحلة الأساسية للمدارس ا لحكومية في محافظة نابلس، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- كرميان، صلاح (2007) سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية في استراليا، اطروحة دكتوراه غير منشورة، في الأكاديمية العربية في الدنمارك، الدانمارك.
- ملحم، سامي (2018) تأثير خبرات السكن الداخلي على اضطرابات السلوك والتحصيل الدراسي ودافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية بعبري في سلطنة عُمان، مجلة البصائر، 12(2): 143-190.
- منصور، سحر، (2011) فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض الاكتئاب للأطفال ضعاف السمع، دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، 1(271): 1-45.
- الميلاوي، عبد المنعم (2006). الشخصية وسماتها، الإسكندرية، مؤسسة شباب الجامعة.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Ballard, E., Lally N. Nugent, A., Fury, M & Zarate, C. (2015). Neural Correlates of Suicidal Ideation and its Reduction in Depression. International Journal of Necropsy chop haromogly, 1-6, 2015.
- Beck, A. T. (1976-A). Cognitive Therapy and Emotional Disorders. New York: International University press.
- Beck, A. T. and Judits, E. (1999). Cognitive therapy: Basics and Beyond. New York, Guilford Press.
- Biggam, F. H. & Power, K. G. (2013). A Controlled, problem-Solving, Group-Based Intervention with Vulnerable Incarcerated Young Offenders. Child Development 46, (6), 678-698.
- Gopal, S. R (2013). Acadimic lives of neglected rejected popular and controversial children, Child Development, 66 (33):754-763.
- Reinecke, M. and DuBois, D. (2014). Socio-Environmental and Cognitive Risk and Resources: Relations to Mood and Sicidality Among Inpatient Adolescents. Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly, 15, (3), 244.
- Vreeke, I and Muris, P. (2018). Relation between behavioral inhibition, big five personality factors.
- Wadman, G Durkin,C Conti-Ramsden, (2016). Coping with work- related stressors and building resilience in mental health workers: A comparative Focus Group study using interpretive phenomenological Analysis, Journal of occupational and organizational psychology, 89 (1): 474-492.