



الصحة النفسية للمعلمين في ظل جائحة كورونا

Teachers Psychological health in the corona pandemic

د. درقاوي كلثوم

د. بوزريعة ايمان

د. زركي عائشة *

المعهد الوطني للبحث في التربية

derkaouirelizane48@gmail.com

imenyafa@yahoo.fr

fayrouzepepy@gmail.com

تاريخ النشر: 2021/12/31

تاريخ القبول: 2021/12/30

تاريخ الاستلام: 2021/12/07

الملخص:

تعد الصحة النفسية لدى المعلمين شرطا أساسيا من أجل العمل في ظروف أفضل وتحقيق أداء مهني مشرف، وفي ذات السياق تأتي هذه الدراسة للوقوف على مستوى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ظل جائحة كورونا وما ينجم عنها من آثار سلبية أثرت على الصحة النفسية لدى هذه الشريحة من العمال، ولتحقيق أهداف هذا البحث تم اعتماد المنهج الوصفي وتطبيق مقياس الصحة النفسية لصالح مكاوي على عينة البحث " معلمين " قدر عددهم بـ 66 معلما بالمرحلة الابتدائية، بعدما تم التحقق من خصائص المقياس السيكو مترية صدق وثبات، وقد تم توصل إلى: وجود مستوى منخفض من الصحة النفسية لدى عينة الدراسة. الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، معلم المرحلة الابتدائية، جائحة كورونا.

Abstract

In general, teachers' mental health is a prerequisite for working in better conditions and achieving honourable professional performance. In the same context, this study is designed to determine the level of mental health of primary teachers in the Corona pandemic and its negative effects on the mental health of this group of workers. In order to achieve the objectives of this research, the descriptive curriculum was adopted and the mental health scale of Salah Mkawi applied to the research sample. There are an estimated 66 teachers at the primary level, after

* المؤلف المراسل.



checking the characteristics of the Secometric. There's a low level of mental health in the study sample. Keywords: Mental health, primary school teacher, Corona pandemic, mental health of teachers is generally a prerequisite for better working conditions and honourable professional performance. In the same context, this study is designed to determine the level of mental health of primary school teachers in the Corona pandemic and its negative effects on the mental health of these workers. In order to achieve the objectives of this research, the descriptive curriculum has been adopted and applied. "Teachers," estimated at 66 at the primary level, having verified the characteristics of the psychometric scale, are true and consistent. There's a low level of mental health in the study sample.

Keywords : Mental Health, Primary Phase Teacher, Krona Pandemic

مقدمة:

تعد الصحة النفسية من أبرز المفاهيم التي حظيت باهتمام واسع من طرف الباحثين في علم النفس المعاصر، ويعود ذلك إلى الانتشار الواسع للاضطرابات النفسية والعقلية بمختلف الأطر الثقافية والسياقات الاجتماعية والعملية، تحقيق التوافق النفسي للأفراد ومساعدتهم على مواجهة مختلف الضغوط النفسية التي تفرضها الحياة المعاصرة ووقايتهم من الاضطرابات النفسية والعقلية التي يواجهونها أو التخفيف من حدتها.

يشير مفهوم الصحة النفسية حسب منظمة الصحة العالمية إلى حالة من التكامل النفسي والجسمي والاجتماعي وليست مجرد الخلو من المرض، فهي إذن حالة إيجابية تشمل صحة العقل وسلامته، ولا تعني فقط التعافي من مظهر من مظاهر الاضطراب النفسي. (زهران، 2005، ص 9) يرتبط مفهوم الصحة النفسية حسب هذا التعريف بالتكيف والتكامل السوي للجوانب الصحية والنفسية والعقلية والاجتماعية، وفي ظل الظروف التي شهدها العالم مؤخرا -جائحة كورونا- أضحى الصحة النفسية حديث الساعة، إذ أثرت هذه الجائحة على الصحة النفسية للأفراد مما أثر سلبا على إسهاماتهم العملية في مختلف القطاعات لاسيما قطاع التربية والتعليم الذي تضرر بشكل كبير جراء



إجراءات الحجر الصحي وما نجم عنه من تغيير في الحياة الاجتماعية للأفراد وكذا الحياة العملية، إذ طبقت وزارة التربية نظام التعليم عن بعد كأحد الحلول الاستعجالية للتخفيف من آثار الأزمة إلا أن هذا الأمر انعكس سلبا على نفسية بعض المعلمين الذين اعتادوا نمط الحياة العادي وممارسة مهنتهم في ظروف طبيعية.

تأتي هذه الدراسة لتقصي الآثار النفسية لجائحة كورونا على المعلم وتتبع الظروف التي عاشها وعاشها في فترة الحجر (التباعد، نظام التدريس واختلال الوتيرة المدرسية) وأثر ذلك على أدائه المهني، فما هي آثار جائحة كورونا على الصحة النفسية للمعلم في المرحلة الابتدائية؟ يتفرع من هذه الإشكالية السؤال التالي:

- ما مستوى الصحة النفسية لمعلم المرحلة الابتدائية في ظل جائحة كورونا؟

فرضية الدراسة:

- يوجد مستوى منخفض من الصحة النفسية لدى معلم الطور الابتدائي في ظل جائحة كورونا.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة للوقوف على مستوى الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وأثر ذلك على أدائهم المهني.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في:

- يعد الجانب النفسي من أهم العوامل المساهمة في زيادة الرضا الوظيفي والأداء المهني عند العامل، وأن الاهتمام به والبحث في الأسباب التي قد



تؤدي إلى عدم تحققه في بيئة العمل من الأمور المهمة التي من شأنها أن تسهم في توفير الشروط النفسية اللازمة للمعلم لأداء مهامه بفعالية وشغف.

- من شأن هذه الدراسة أن تسهم هذه الدراسة في تعزيز الاهتمام بالصحة النفسية في الوسط المدرسي وخاصة عند المعلم باعتباره فاعلا مهما في المنظومة التربوية فهو الحجر الأساس في الثلاثية الديدانكتيكية.

1. الصحة النفسية

1.1: مفهوم الصحة النفسية:

الصحة النفسية حالة وجدانية معرفية مركبة، دائمة نسبيا بالشعور بأن كل شيء على ما يرام، والشعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين وبالرضا، والطمأنينة والأمن، وسلام العقل، والإقبال على الحياة مع الشعور بالنشاط والقوة، والعافية، ويتحقق في هذه الحالة، درجة مرتفعة نسبيا من التوافق النفسي، والتوافق الاجتماعي مع علاقات اجتماعية راضية مرضية. (عبد الخالق، 2015، ص 30) لذا فالصحة النفسية حالة من الاستقرار النفسي مع الذات والآخر. لذا تعرف في هذه الدراسة بأنها الدرجة التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الصحة النفسية المطبق.

2.1: مظاهر الصحة النفسية:

يرتبط مفهوم الصحة النفسية بمظاهر محددة أو مؤشرات، سلوكية معينة يمكن من خلالها استنتاج درجة تمتع الفرد بالصحة النفسية، ومن أبرز هذه المؤشرات ما يلي:

أن الشخص الذي يتمتع بقدر وفير من الصحة النفسية يجب أن يتميز بالصفات الآتية: "الخلق القويم، والكفاءة والسلوك السوي (العادي)، وتكامل



الشخصية، والقدرة على مواجهة الحياة، والتحرر النسبي من أعراض الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية وانحرافات السلوك، والتأخر العقلي." (عبد الخالق، 1991، ص 21)

3.1 الأداء والصحة النفسية:

يرى بعض العلماء أن الأداء والصحة النفسية يرتبطان ببعضهما البعض ولكي يقوم الفرد بأداء الواجبات الموكلة إليه فلا بد أن يتمتع بصحة نفسية سليمة خالية من الاضطرابات الشديدة التي قد تؤثر بشكل سلبي على أدائه وقدرته على إنجاز المهام المطلوب القيام بها.

ويشكل العطاء فعلا واعيا اختياريا يميز الفرد عن باقي المخلوقات ويحدد إنسانيته، كما يعد من أهم مظاهر تحقيق الفرد لوجوده أو تحقيقه لإنسانيته ويتخذ العطاء مظاهر مختلفة تتمثل في جهد عقلي يبذله العالم ويعطيه لطلابه وجهد يقدمه عامل بأمانة. (عبد الغفار، 2001، ص 221-229)

بناءً على ما سبق فإن الأداء الجيد يتطلب تمتع الفرد براحة نفسية ودافعية أكبر لإنجاز ما هو مطلوب منه بالشكل الأفضل وتحقيق النجاح وتجنب الفشل.

تمنح الراحة النفسية للفرد الجاهزية للقيام بالمهام الموكلة إليه كما تدفع الفرد للمثابرة في أداء الأعمال والالتزام بعمله والشعور بالانتماء للمؤسسة التي يعمل بها. (عبد الخالق، 2015، ص 96، 97)

4.1 الصحة النفسية في ظل جائحة كورونا:

تعرف منى توكل السيد (2013) الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا وانفعاليا واجتماعيا ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، كما أنها حالة إيجابية



تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك.(السيد، 2013، ص 13) وينفرد الفرد المتمتع بالصحة النفسية بخصائص إيجابية من قبيل التكيف مع النفس والآخرين، وسلوك سليم ، غير أن تعرض الفرد لظروف قاهرة يمكن أن يؤدي إلى تراجع في صحته النفسية وفقدانه للسلوك السليم.

تعد جائحة كورونا وما نجم عنها من إجراءات من قبيل التباعد الاجتماعي، الحجر الصحي من أبرز الظروف والأسباب التي أدت إلى تراجع مستوى الصحة النفسية لدى العديد، مما ولد لديهم صعوبة في التكيف مع الوضع الجديد، قلق توتر دائمة وعصبية غير معهودة.

في دراسة أجرتها Alberta التي صدرت في بداية سبتمبر عن Alberta Teacher Associon (ATA) أن 95 % من عينة الدراسة يعانون ضغطا نفسيا و 94% منهم يعانون من التعب وما يتراوح نسبته 81% يعانون من القلق والتوتر جراء الحجر الصحي المفروض عليهم، وفي ظل استمرار الحالة الوبائية قدمت العديد من الدراسات في هذا الصدد لغرض الوقوف على آثار هذه الأزمة على نفسية الأفراد والإسراع لاقتراح حلول لتخفيف من حدتها.

في دراسة استقصائية أخرى قدمها المركز الصحي لإدمان والصحة النفسية. تشير إلى زيادة عدد الأشخاص الذين يبلغون عن القلق والاكتئاب في صفوف النساء الكنديات والأفراد الكنديون باستمرار. كما توصلت نفس الدراسة إلى أن المربين والمربيات يعانون من عدم الاستقرار جراء التغيير المستمر على مستوى المؤسسات التعليمية والوزارات إضافة إلى ارتفاع حجم المسؤوليات وواجبات العمل.(wong, 2015)

في ذات السياق تؤكد (Sokal, 2000) وزملاؤها أن الاختلافات والتغيرات المستمرة تؤدي إلى الاجهاد الوظيفي، وهو نفسه ما أكدته دراسة لفريق بحث في



إسكتلندا (White, 2000) توصلت إلى أن ارتباط المستويات العالية من الاجتهاد في العمل بمشاكل الصحة النفسية والبدنية وهو ما يؤثر على العلاقة بين المعلمين والمتعلمين في قطاع التعليم .

كما تؤكد دراسة أخرى أجريت في كندا أن نسبة كبيرة من المعلمين يصرّحون باستمرار بشعورهم بالإرهاق والضغط وعدم تمكنهم من معرفة إذا ما كان بإمكانهم الاستمرار في هذه المهنة أو العمل والتكيف مع النمط الجديد في التدريس.

2. الجانب الميداني

1.2 منهج الدراسة:

تقتضي طبيعة الدراسة الاعتماد على المنهج الوصفي للوقوف على مستوى الصحة النفسية لدى المعلم في ظل جائحة كورونا.

2.2: عينة الدراسة:

تم تطبيق الدراسة على عينة عشوائية من معلمي التعليم الابتدائي بولاية عين الدفلى في الفترة الممتدة من: 2021/04/20 الى غاية 2021/04/25 والجدول أدناه بين توزيع العينة حسب الجنس.

جدول رقم (01) يبين توزيع العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	24	36.36%
اناث	32	48.48%

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن نسبة الاناث قدرت بـ 48.48% في حين نسبة الذكور قدرت بـ 36.36%.



2.3: أدوات الدراسة:

2.3.1: مقياس الصحة النفسية:

تم إعداد المقياس المعتمد بالدراسة من قبل صلاح فؤاد مكاوي ويضم 71 عبارة موزعة على أربعة أبعاد وهي:

- الصحة النفسية الجسدية.
- التحرر من القلق والأرق.
- فاعلية الوظائف الاجتماعية.
- التحرر من الاكتئاب الشديد.

بواقع عبارتين لكل بعد، ويتم تفسير نتائج المقياس بأسلوب ليكرت الرباعي، حيث تتبع كل فقرة من فقرات المقياس بخيارات أربع هي: (تنطبق أبدا، تنطبق إلى حد ما، تنطبق كثيرا)

لغرض الفحص من ثبات المقياس تم حساب معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية ومعامل جوتمان للمقياس كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول رقم (01): يبين قيمة معاملات الثبات لمقياس الصحة النفسية باستخدام

الطريقة التالية:

المعامل الثبات	الطريقة المتبعة
0.96	ألفا كرونباخ
0.70	جتمان

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ أن قيمة معاملات الثبات تراوحت 0.96 وهي قيمة عالية ومنه المقياس ثابت ويمكن الاعتماد عليه في هذه الدراسة.

صدق المقياس باستخدام طريقة المقارنة الطرفية:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام طريقة التمييز الطرفي. حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية ترتيبا تصاعديا ثم استخراج المجموعة العليا والمجموعة الدنيا بطريقة (27%) وبعدها تم حساب قيمة (ت) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (03) يوضح قيمة اختبار (ت) لدراسة الفروق بين الدرجات العليا والدنيا

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	المجموعة
0.05	21.23	15.448	142.63	8	العليا
		8.345	70.89	8	الدنيا

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن هناك فروق بين الفئة العليا والفئة الدنيا بدلالة "ت" وقدرها (21.23) عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه فإن الطرفي المقياس يقيس نفس السعة المراد قياسها مما يدل على تمتع مقياس الصحة النفسية بدرجة كبيرة من الصدق.

3. عرض ومناقشة نتائج الفرضيات

1.3: عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

التي تنص على وجود مستوى منخفض من الصحة النفسية لدى عينة الدراسة، وللتحقق من الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي ومقارنته بالمتوسط الفرضي ونبين ذلك في الجدول أدناه:

جدول رقم (04): يبين درجات المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي على مقياس

الصحة النفسية لدى عينة الدراسة

المتغير	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	المتوسط الفرضي	مستوى
الصحة النفسية	96.22	35.06	101.5	منخفض

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) أن قيمة المتوسط حسابي لعينة الدراسة قدرت بـ (96.22)، وقيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (35.06) كما قدرت قيمة المتوسط الفرضي بـ (101.5) وهذا يعني أن قيمة المتوسط الحسابي أقل من قيمة المتوسط الفرضي وهذا ما يؤكد بوجود مستوى منخفض في الصحة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

للتأكد من النتائج تم حساب دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي باستخدام اختبارات لعينة واحدة كما هو موضح في الجدول أدناه:

جدول رقم (05): يبين النتائج اختبار (ت) لعينة واحدة:

المتغير	المتوسط الحسابي	انحراف المعياري	ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الصحة النفسية	96.22	35.06	2.74	119	دالة لصالح المتوسط الفرضي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أن قيمة (ت) تقدر بـ (2.74) عند درجة الحرية 119 عند مستوى دلالة 0.05 وهذا يعني أن الفروق دالة لصالح المتوسط الفرضي وأن مستوى الصحة النفسية منخفض.

بناءً على المعالجة الإحصائية للبيانات والمعطيات السابقة تم التوصل إلى أن مستوى الصحة النفسية لدى المعلمين منخفض.



يمكن تفسير النتائج المتوصل إليها في الجدولين (03-04) -التي تفيد بوجود مستوى الصحة النفسية منخفض لدى عينة الدراسة - من خلال ما ذهبت إليه دانيلا قرعان (2020) وهو "أن القلق والتوتر والانفعال من أبرز التأثيرات النفسية التي تؤثر على المحجورين منزلياً في مثل هذه الحالات، والذين هم في وضعيه نفسية هشة معرضون أكثر من غيرهم للإصابة بهذه المشاكل النفسية." وهذا يعني أن وجود انفعالات سلبية بعد هذه الجائحة وظروف الحجر يقلل من الصلابة النفسية لدى المعلمين مما يمنعهم من التكيف مع التغيرات المحيطة بهم، وفي ذات الصدد يشير أومليلي حميد (2017) إلى أن عدم القدرة على استثمار الانفعالات الايجابية يتسبب في انخفاض مستوى الرجوعية (الصلابة النفسية *la résilience*)، ويعتبر العزل عن الأهل والأحباب والأصدقاء، فقدان الحرية، الارتباب من تطورات المرض، الملل، من العوامل التي يمكن أن تتسبب في حالات مأساوية مثل ما حدث في عام (2003) عند انتشار وباء سارس، حيث شهدت معدلات الانتحار آنذاك ارتفاعاً ملحوظاً بنسبة 30% عند الفئات العمرية التي تجاوزت الخامسة وستين.

في دراسة أجريت في Albepta (2000) أكد من خلالها الباحثون أن التدابير التي اتخذت آنذاك للحد من انتشار وباء سارس والتخفيف من آثاره كان لها آثار سلبية ونفسية خطيرة على الصحة النفسية، وهي نفسها الآثار السلبية النفسية التي أحدثها وباء كورونا، بل وأن هذه الآثار تعتبر الأشد والأقوى والأعنف منذ وباء سارس، لذلك فإن الشعور بعدم الأمان المالي وحجز الحريات الفردية لأوقات طويلة دون الاستفادة من أوقات الفراغ جميعها عوامل نفسية بالدرجة الأولى ذات تأثير سيئ وسلبي على الأفراد والمجتمعات.(القرعان، 2020)



يرى بعض الباحثين في مجال الصحة النفسية أن بعد جائحة كورونا ما يتراوح بين 10 بالمئة إلى 15 بالمئة من الناس لن تعود حياتهم كسابق عهدها بسبب تأثير الجائحة على صحتهم النفسية.

بناءً على ما سبق فإن انخفاض الصحة النفسية لدى بعض المعلمين يعود إلى عدة أسباب منها الضغوط النفسية وكثرة المشاكل في العمل والأسرة والبيئة الاجتماعية، وعدم تحمل الصعوبات. كما أن عدم قدرة المعلمين على التحكم الجيد في ظروف البيئة المدرسية أو المناخ المدرسي يلعب دوراً هاماً في تحقيق الصحة النفسية من عدمها، خاصة في ظل البيئة الجديدة ونظم التعليم المختلفة التي فرضتها جائحة كورونا، فالمعلم يجد نفسه مجبراً على التقيد بالضوابط والسهر على تطبيق التلاميذ لها (صعوبة ذلك بالنظر إلى صغر سنهم وعدم استيعاب أهمية التقي دهم). فمن جهة، حرصه على تحقيق التباعد خاصة وأن أغلب الأطفال لا تظهر عليهم أعراض الوباء رغم أنهم حاملين للفيروس، ومن جهة أخرى يجب عليه الاحتكاك بالمتعلمين لأسباب عملية كالشرح والمناقشة والتقويم ... إلخ، وهذا ما يضاعف من الضغوطات التي يتعرض إليها المعلم سواء على المستوى الجسدي أو النفسي.

كما أن افتقاره للرعاية في بيئة العمل له دور كبير في انخفاض مستوى الصحة النفسية فهو دائماً بحاجة للتوجيه والمساعدة لمعرفة كيف يحقق التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي، وكيف يحافظ على صحته النفسية وهو ما تشير إليه دراسة لـ واترال (Waterall, 2020) (الصقية 2020) التي تشير إلى أن من العوامل المساهمة في تعزيز الصحة النفسية الرفاهية المادية. (الصقية، 2020، ص 136). إذ أن توفر الظروف المادية والمرافق الضرورية من شأنه أن يجعل



المعلم في وضع نفسي مريح ويخلصه من طاقته السلبية ويجعله أكثر استعدادا للتكيف مع الأوضاع الجديدة وبالتالي استقرار حالته النفسية.

وتشير معظم الدراسات إلى أن بيئة العمل لها دور أساسي في الرفع من مستوى الصحة النفسية عند العامل (المعلم)، ويضيف المطيري (2005) أن الأفراد المتمتعين بالصحة النفسية يتميزون بالإيجابية والقدرة على بذل الجهد في أي مجال ولا يشعرون بالعجز، في حين تظهر علامات الضعف والوهن على الأشخاص الذين يعانون من انخفاض في الصحة النفسية، وتكثر لديهم الأخطاء وتتعدد لديهم الآثام الظاهرية والباطنية وتظهر عليهم الانحرافات النفسية بدرجة تؤثر على صحتهم النفسية وعلى صلتهم بالله وبالناس. (أبو حويج والصفدي، 2009، ص 63) وهذا ما يلاحظ على عينة الدراسة فبعد إجراء مقابلة مع بعض العمال تبين أنهم مستسلمين وغير راضين بواقعهم المعيشي إضافة إلى إحساسهم المستمر بالخذلان وعدم القدرة على تحمل الأوضاع.

كما يعد التنمر والعدوان ضد المعلم من الأسباب الرئيسة المؤدية إلى الإجهاد المتعلق بالعمل ومشاكل الصحة النفسية. وفي ذات السياق تتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة الشجيري (2014) والتي تفيد بوجود مستوى منخفض في الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمحافظة بابل بسبب الضغوط المختلفة لمهنة التدريس التي يواجهها المعلم أثناء عمله وما لها من انعكاسات سلبية على النواحي النفسية والانفعالية والاجتماعية في القيام بواجباته المهنية على أكمل وجه. (أبو كريك، 2004، ص 92-95) اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسة ابتسام أحمد أبو العمرين (2008) التي توصلت إلى وجود مستوى عال من الصحة النفسية لدى الممرضات.



خاتمة:

توصلت هذه الدراسة إلى جملة من النتائج نجملها في ما يلي:

- يعد المعلم أهم طرف من أطراف العملية التعليمية، لذا فإن السعي لتحقيق الصحة النفسية لديه أمر حتمي وأن تحقيق المردودية في القسم مرهون بمدى صحته النفسية والجسمية.
- إن توفير البيئة المناسبة - المادية، النفسية- للمعلم تشجعه على أداء مهامه في جو مريح.
- بناءً على النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة نقترح ضرورة تكثيف البحوث والدراسات في ذات الموضوع. وفيما يلي بعض العناوين للبحث والدراسة:

- الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى المعلمين.
- التوافق المهني للمعلم في ظل نظام التفويج وعلاقته بالتحصيل الدراسي للمتعلمين.
- التكوين في الكفايات التكنولوجية لدى المعلم وأهميتها في ظل رقمنة المنظومة التربوية.

قائمة المراجع:

- أبو حويج مروان. الصفدي، عصام. 2009. مدخل إلى الصحة النفسية. الأردن: دار المسيرة. ردمك: 9789957061487.
- أبوكريك، عبد العظيم باسم. 2007. ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بالصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية. رسالة منشورة.
- السيد، منى توكل. 2013. مفاهيم أساسية في الصحة النفسية. ط 1. السعودية: دار النشر الدولي للنشر والتوزيع. ردمك: 9786038012543



- الصقية، الجوهرة ابراهيم. 2020. الصحة النفسية لدى الهيئة التعليمية والإدارية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وعلاقتها ببعض المتغيرات. المجلة السعودية للعلوم النفسية. العدد: 04. ص ص 133 - 156. ردمد: 8053 - 1658.
- القرعان، دانيلا. 2020. جريدة إلكترونية للأثر النفسي الذي خلفته جائحة كورونا. في: موقع عمون. تم الاطلاع يوم: 2021/10/22. تاريخ النشر: 2020/07/05. متاح على الرابط: <https://www.ammonnews.net/article/548217>
- أولميلي، حميد. 2017. الصحة النفسية للمعلم في ظل مفاهيم علم النفس الإيجابي - نموذج الرجوعية التربوية - مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. العدد السابع. ص ص 131 - 142. ردمد: 7414 - 2507.
- زهران، حامد عبد السلام. 2005. الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط 4. مصر: مكتبة عالم الكتب. ردمك: 8- 266 - 232 - 977
- عبد الخالق، أحمد محمد. 2015. أصول الصحة النفسية. ط 2. لبنان: دار المعرفة. ردمك: 9789772738811
- عبد الغفار، عبد السلام. 2001. مقدمة في الصحة النفسية. مصر: دار النهضة العربية. ردمك: 9789957075524.
- Jane, White. 2020. Supporting teachers' mental health and wellbeing: Evidence Review. (on line). Édimbourg (Écosse), NHS Scotland. Consulted on: 20/10/2021. [on line]. Available at: <http://www.healthscotland.scot/media/2951/supporting-teachers-mental-health-and-wellbeing-english-feb2020.pdf>
- Jen Janze. 2000. Stressed out. (En line). ATA News. vol 55. N: 3. Consulted on: 28/10/2020. Available at: <https://www.teachers.ab.ca/News%20Room/ata%20news/Vol55/Number-3/Pages/Stressed-out.aspx>



- Sokal, Laura. Lesley G. Eblie, Trudel. Babb, Jeff C. 2020. Supporting Teachers in Times of Change: The Job Demands- Resources Model and Teacher Burnout During the COVID-19 Pandemic. International Journal of Contemporary Education. 2020. Vol 3. N: 2. Pp. 67 – 74. ISSN: 2575-3177. <https://doi.org/10.11114/ijce.v3i2.4931>
- The Alberta Teachers Association. 2020. Reporting on COVID-19 Prevention, Infection and Control in Alberta K-12 Schools. (on line). Consulted on: 22/10/2021. Available at: <https://www.teachers.ab.ca/SiteCollectionDocuments/ATA/News%20and%20Info/Issues/COVID-19/Report%20on%20COVID-19%20Prevention%20Infection%20and%20Control%20in%20Alberta%20K-12%20Schools.pdf>
- Wong, Jessica. 2020. Teachers say return to school this fall has left them with overwhelming stress and a never-ending workload. (en line). CBC News. Consulted on: 20/10/2021. Available at: <https://www.cbc.ca/news/canada/newfoundland-labrador/nl-teachers-covid-questionnaire-1.5778823>