مجلة جامعة الانبار للعلوم الانسانية
University of Anbar Journal for Humanities
P. ISSN: 1995-8463 E.ISSN: 2706-6673
Volume 18- Issue 2- June 2021 | المجلد ١٨- العدد ٢ – حزيران ٢٠٢١

التأثيرات السلبية المدركة للزحام وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى تدريسيي الجامعة

م. د. حيدر فاضل حسن
جامعة بغداد – مركز البحوث التربوية والنفسية
Haider. F@yahoo.com

DOI
10.37653/juah.2021.171746

تم الاستلام: ٢٠٢٠/٥/١٠
قبل للنشر: ٢٠٢٠/٦/١٤
تم النشر: ٢٠٢١/٦/١

الكلمات المفتاحية
الزحام
الرضا عن الحياة
تدريسيي الجامعة

الملخص:
يهدف البحث الحالي الى قياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام والرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة والمقارنة فيما لديهم وفق متغير النوع (ذكر – انثى). وايجاد العلاقة الارتباطية بين التأثيرات السلبية المدركة للزحام والرضا عن الحياة لدى تدريسية الجامعة. تكونت عينة البحث من (٥٠) تدريسي و (٥٠) تدريسية من تدريسي جامعة بغداد يمثلون الاختصاصين العلمي والانساني. واظهرت نتائج البحث أن تدريسي الجامعة لديهم مستوى عالي من التأثيرات السلبية المدركة للزحام ولديهم رضا عن الحياة. كما لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في التأثيرات السلبية المدركة للزحام وفي الرضا عن الحياة. كما اظهرت النتائج علاقة سلبية دالة بين التأثيرات السلبية المدركة للزحام وبين الرضا عن الحياة لدى العينة. وتوصل البحث الى مجموعة من التوصيات والمقترحات بناء على نتائجه.

Perceived Negative Effects of Congestion and Their Relationship with Life Satisfaction Among Faculty Members

Dr. Haider Fadiel Hassan
University Of Baghdad- Educational and Psychological Research Center

Abstract:
The current research aims to measure the negative effects of congestion and life satisfaction among faculty members and compare them with their gender variable (male - female). And find the correlation between the perceived negative effects of congestion and life satisfaction in faculty members. The sample of the research consisted of (50) males and (50) females from Baghdad University's faculty members, representing both the scientific and the humanities. The results of the research showed that university teachers have a high level of perceived negative effects of crowding and have a life satisfaction. There were also no significant differences between males and females in the perceived negative effects of congestion and in life satisfaction. The results also showed a significant negative relationship between the perceived negative effects of congestion and life satisfaction with the sample. The research reached a set of recommendations and proposals based on its results.

Submitted: 10/05/2020
Accepted: 14/06/2020
Published: 01/06/2021

Keywords:
Congestion
Life Satisfaction
Faculty Members

©Authors, 2021, College of Education for Humanities University of Anbar. This is an open-access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

مشكلة البحث : -

تتزايد مشكلة الزحام المروري يوماً بعد يوم. واخذ هذا الزحام يمثل ضغطاً يومياً على مستخدمي الطرق الرئيسية في العراق. وممن يستخدمون هذه الطرق المزدحمة وبشكل منتظم هم تدريسي الجامعة. حيث يتطلب وصولهم الى اماكن عملهم في الجامعات والمؤسسات المرتبطة بها، أن يتعرضوا للزحام المروري وأن يمروا بخبرة الضغط المصاحب لهذا الزحام. ولما كان هذا الضغط يتكرر بشكل مستمر، فأن ذلك قد يتسبب بتأثيرات سلبية يدركها التدريسي قد تؤثر سلباً في مزاجه وفي صحته النفسية والجسمية وقد تنعكس هذه التأثيرات المدركة على رضا تدريسي الجامعة على حيلتهم بطريقة سلبية، مما يجعل مستوى الرضا عن الحياة لديهم منخفض. وبناءً على ما تقدم فان البحث الحالي يحاول معرفة العلاقة بين التأثيرات السلبية المدركة للزحام بالرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة وما هي طبيعة هذه العلاقة إن وجدت.

أهمية البحث :-

تمثل وسائل النقل ناحية مهمة من الحضارة الانسانية لكونها تعكس المستوى الاقتصادي والتقدم التكنولوجي لاي مجتمع من المجتمعات. كانت المدن قد تطورت بشكل يرافق تطور المرور، وذلك منذ المدن الاولى التي انشأها الانسان. وبحسب (Armah, Yawson and Papson, 2009) فأن المدينة تتضمن تحديات عديدة فيما يتصل بانظمة النقل بسبب الجوانب السلبية لها مثل الزحام المروري والتأثيرات على البيئة. إلا إن الحقيقة المتمثلة بأن السيارات جلبت الحرية والمرونة وامكانية التنقل الى العديد من الناس، ولا يمكن نكرانها. ولكن هناك قلق متزايد حول التاثيرات السلبية للزحام المروري على الصحة وعلى تلوث البيئة. أن العوامل التي تتيح للمجتمعات السكنية أن تتشكل في مناطق مدنية كبيرة احياناً تكون هي ذاتها المتسببة بمستويات لا يمكن تحملها من الزحام المروري في الشوارع. كما أن مستويات الدخل المرتفعة يترافق مع حيازة متزايدة للسيارات الشخصية وزيادة الزحام على الطرق في المدن الرئيسية. وهكذا فأن تزايد الزحام المروري اظهر الحاجة لإيجاد الانسيابية المرورية لضمان خفض الوقت الذي يقضيه الفرد على الطريق ولضمان السلامة، وايضاً لتوفير الوقود المستهلك، وللحفاظ على بيئة صحية. (Awosusi, 2010, 435)

يواجه الفرد خلال حياته اليومية اشكالاً متعددة من الضغوط التي تسلطها عليه البيئة من حوله. وقد يعد الزحام وتأثيراته السلبية المدركة من قبل الفرد واحداً من أكثر هذه الضغوط الحاحاً في الحياة اليومية للفرد. إذ إن الزحام والضغط الذي يسببه على الافراد يتزايد بشكل مضطرد بسبب الزياد السكانية والمنافسة على الموارد. وقد ينتج عن ادراك الفرد للتزاحم مع الافراد الآخرين حالة من عدم الاستقرار وفقدان التوازن. ففي دراسة (Freedman, et at, 1975) وضعت مجموعة من طلاب المرحلة الاعدادية في غرفة صغيرة، خلافاً للمجموعة الثانية التي وضعت في غرفة كبيرة وتركت المجموعتان لاربعة ساعات. واشارت النتائج الى أن الطلبة الذكور الذين كانوا في الغرفة المزدحمة الصغيرة هم اكثر تنافساً واكثر عدائية فيما بينهم. (العبيدي ، ٢٠١٥ ، ٤٣٠)

وقد نكون اليوم في اشد حاجة لدراسة الزحام وتأثيراته السلبية على الفرد، خصوصاً في الوقت الحالي الذي يشكل فيه الزحام المروري جزءاً كبيراً من الضغوط اليومية التي تقع على الفرد وتؤثر في صحته الجسدية والنفسية. لقد اجريت دراسات مبكرة حول الزحام المروري في مراحل مختلفة من هذه الظاهرة. إذ اجريت دراسة (Stokols, 1978) بعنوان (الزحام المروري، نمط السلوك (A)، والضغوط) في الولايات المتحدة الامريكية. حيث اجريت دراسة تجريبية تهدف قياس تأثيرات التعرض المستمر للزحام المروري على المزاج وعلى النواحي الفسيولوجية وعلى اداء المهمات لدى ركاب السيارات. الدراسة تنظر الى الزحام المروري على أنه عامل ضغط بيئي يعيق حركة الفرد بين نقطتين أو اكثر. واحد وستون رجلاً وتسعة و ثلاثون امرأة شكلوا عينة الدراسة وكانوا موظفين صناعيين تم توزيعهم على ثلاث مستويات من التعرض للزحام المروري على اساس المسافة التي يقطعونها والمدة التي يتطلبها ذهابهم الى العمل يومياً. وتم تصنيفهم الى نمط (A) ونمط (B) طبقاً لمقياس سلوك النزعة للتعرض للاصابة التاجية (وهو مجموعة من السلوكيات والاتجاهات المرتبطة بالاضطرابات القلبية، وخاصة مرض الشريان التاجي واضطرابات الشرايين القلبية). وتوصلت الدراسة الى ان التقارير الذاتية لإفراد العينة حول التعرض للزحام المروري والانزعاج، كانا مرتفعين بين الافراد من المستويين العالي والمتوسط من التعرض للزحام المروري مقارنة بالمستوى الواطئ من التعرض للزحام لدى الركاب. وارتبطت المسافة التي يقطعها الركاب والوقت الذي تتطلبه الرحلة، وسرعة التحرك، وعدد الاشهر التي مرة على الفرد

وهو يستخدم الطريق ارتبطت على نحو دال بضغط الدم الانقباضي والانبساطي. ولكن خلافاً للمتوقع، كان الافراد نمط (A) في مستوى التعرض المتوسط والافراد نمط (B) من مستوى التعرض العالي للزحام، يظهرون المستويات الاعلى من ضغط الدم الانقباضي وادنى مستويات تحمل الاحباط بين كل المجموعة التجريبية.(Stokols, 1978, 467)

اذا كان للزحام تأثيرات سلبية يعانيها الفرد في صحته الجسمية والنفسية، فأن مثل هذه التأثيرات قد تمتد الى رضا الفرد عن حياته. حيث أن الرضا عن الحياة لدى الفرد، سواء كان هذا الرضا عن حياة الفرد كلها أو مجال محدد من مجالاتها، يرتبط لمستوى تكيفه مع ذاته ومع مجتمعه، فضلاً عن أن الرضا عن الحياة يشكل رؤية الفرد للعالم المحيط به. إذاً فأن الرضا عن الحياة يكون واحدة من السمات المهمة في الشخصية. يرتبط شعور الفرد بالرضا عن حياته اجمالاً أو عن المجالات المحددة فيها، ارتباطاً قوياً بطموحات الفرد وانجازاته التي يتوقع تحقيقها وبتقييمه بين مكانته الحالية وبين المكانة التي يطمح اليها، فاذا لم يكن الفرق بين المكانتين كبيراً يتعزز شعوره بالرضا عن حياته. ويظهر هذا أن الرض عن الحياة يشكل حكماً تقييمياً لدى الفرد لنوعية حياته. كما أنه تقدير حياة الفرد يتميز بالشمول وينبني على معايير يختارها هو. وتتركز أهمية الرضا عن الحياة في أنه دافع تحرك السلوك أو يكبت ادائه في مجمل الحياة أو في مجالات محددة منها.(ميخائيل ، ٢٠١٣ ، ٨٥)

يعد الرضا عن الحياة من العوامل المهمة لصحة الفرد النفسية ولحياته. وإذا كان الرضا عن الحياة يمثل تقييم الانسان لحياته، فأنه يتم من وجهة نظر الانسان الخاصة ويكون من جانبين، الجانب المعرفي وهو ادراك الفرد وتقييم حياته اجمالاً أو نواحي محددة منها. والجانب الثاني هو الجانب التقييمي وهو الكيفية التي يقييم بها الفرد حياته على اساس تواتر الحوادث الايجابية المفرحة المسببة للسرور أو الحوادث السلبية المسببة للقلق (الاكتئاب) مما يحدث مشاعر الرضا عن الحياة أو عدم الرضا بدرجات متباينة. والرضا عن الحياة واحد من المؤشرات المهمة على صحة الفرد النفسية واحساسه بالسعادة في حياته. فضلاً عن ارتباطه ايجابياً بالتقدير الايجابي للذات عند الفرد. ومن ناحية اخرى أن شعور الفرد بعدم الرضا عن الحياة تؤثر في تكيف الفرد مع محيطه الاجتماعي وكما يؤثر سلباً في شخصيته. ويشكل الرضا عن الحياة واحداً من العوامل الرئيسية في التوافق النفسي لدى الفرد، وفي طريقة تعامله مع الاحداث والمواقف في الحياة. ويشير ذلك الى أن المستوى المنخفض من

الرضا عن الحياة يتزامن مع توافق نفسي منخفض، وتوتر ازاء الحياة وضغوطها.(دخيلي ، ٢٠١٧ ، أ – ب)

وفي سياق دراسة الرضا عن الحياة. جاءت دراسة (عبد الحميد ، ٢٠٠٨) بعنوان (الضغوط وعمليات تحملها وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من معاوني اعضاء هيئة التدريس بالجامعة)، أجريت الدراسة في جمهورية مصر العربية وهدفت الى التعرف على الفروق في الضغوط عند معاوني اعضاء هيئة التدريس حسب النوع (ذكور – اناث)، نوع الكلية (علمي – نظري)، والمستوى الوظيفي (معيد – مدرس مساعد). كانت العينة تتكون من (١٤٨) معاوناً لاعضاء هيئة التدريس بالجامعة (٨٤) من الذكور و (٦٤) من الاناث. وكان عدد المعيدين هو (٧٧) وعدد المدرس المساعد هو (٧٧). استخدمت الباحثة مقياس الضغوط لدى العينة المستهدفة وهو من اعدادها. واستخدمت مقياس الرضا عن الحياة من اعدادها ايضاً. ومقياس تحمل الضغوط (لطفي عبد الباسط ، ١٩٩٤). واختبار (TAT) واستمارة للمقابلة الشخصية. اشارت النتائج الى فروق داله احصائياً لدرجات معاوني هيئة التدريس على مقياس الرضا عن الحياة بدرجة المقياس الكلية ولدرجات المجالات الفرعية وطبقاً للجنس ولصالح الذكور. واظهرت النتائج علاقة سالبة وذات دلاله للعينة لمقياس الضغوط في المجالات الفرعية ودرجته الاجمالية مع مقياس الرضا عن الحياة.(شقوره ، ٢٠١٢ ، ٦١ – ٦٢)

مما تقدم تظهر أهمية البحث الحالي بوصفه محاولة تهدف الى معرفة تأثيرات الزحام المروري السلبية كما يراها تدريسي الجامعة وكذلك معرفة علاقة هذه التأثيرات السلبية بالرضا عن الحياة لديهم. فضلاً عن ذلك فأن أهمية البحث الحالي تأتي من أهمية الشريحة الاجتماعية التي يتناولها، وهم تدريسي الجامعة الذين يمثلون الطبقة الواعية والفعالة في اعداد الطلبة في مختلف التخصصات ورفد المجتمع وسوق العمل بالكوادر التي تدفع عجلة التنمية في كافة المجالات.

أهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي الى : -

١ – قياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام لدى تدريسي الجامعة.

٢ – التعرف على دلالة الفروق في التأثيرات السلبية المدركة للزحام لدى تدريسي الجامعة وفق متغير النوع (ذكر – أنثى).

٣ – قياس الرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة.

٤ – التعرف على دلالة الفروق في الرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة وفق متغير النوع (ذكر – أنثى).

٥ – ايجاد العلاقة الارتباطية بين التأثيرات السلبية المدركة للزحام والرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة.

حدود البحث :-

يتحدد البحث الحالي بتدريسي الجامعة من كلا النوعين ولكلا التخصصين العلمي والانساني. ولتدريسي جامعة بغداد للعام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩.

تحديد المصطلحات :-

سيتم تحديد مصطلحات البحث كما يلي : -

اولاً : الزحام :

– تعريف (AWOSUSI, 2010) :-

ظاهرة مادية تتضمن النمط الذي تعيق فيه السيارات احداها الاخرى من التقدم كما هو مطلوب بسبب ضيق الطريق واكتضاضه.

(AWOSUSI, 2010, 435)

ثانياً : التأثيرات السلبية المدركة للزحام :-

– تعريف (HENNESSY, 2000) :-

ضغط ناتج عن التقييم المعرفي السلبي للسياقة في ظروف الزحام.

(HENNESSY, 2000, 162)

التعريف الاجرائي للتأثيرات السلبية المدركة للزحام في البحث الحالي :-

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام في البحث الحالي.

ثالثاً : الرضا عن الحياة :-

١ – تعريف (Andrews and Withey, 1970) :-

تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل أو حكم بالرضا عن الحياة.(كتلو ، ٢٠١٥ ، ٦٦٤)

٢ – تعريف (الدسوقي ، ١٩٩٩) :-

تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الامثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته.(القثامي ، ٢٠١٦ ، ٧)

يتبنى البحث الحالي تعريف (الدسوقي ، ١٩٩٩) حيث أنه قد تم تبني مقياس (الدسوقي ، ١٩٩٩) لقياس الرضا عن الحياة.

التعريف الاجرائي للرضا عن الحياة :-

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الرضا عن الحياة المستخدم في البحث الحالي.

الاطار النظري :-

يحدث الزحام المروري عندما يكون هناك زخم شديد في استخدام الطرق، أو عندما يفوق عدد العربات الفعلي الطريق قدرة هذا الطريق على المحافظة على انسياب سلس للمرور. ويتصف الزحام المروري بالسرعة البطيئة للعربات، ووقت اطول في الرحلة، وطوابير طويلة من العربات. والفترة الممتدة من الزحام الشديد تعرف ايضاً بالاختناق المروري أو الجمود. والجمود مصطلح يستخدم لوصف عدم القدرة على التحرك ضمن كل شبكة التنقل وهذا المصطلح نشأ من الموقف الذي تتسب فيه التقاطعات في المنظومات الشبكية، مانعة العربات من التقدم الى الامام أو الرجوع الى الخلف عبر التقاطع أو اتاحة امكانية السير عكس اتجاه التقاطع. (AWOSUSI, 2010, 435, 436)

عندما يتم تفسير السياقة على أنها تتطلب الكثير من الجهد أو أنها خطرة فأن الضغط يظهر بصيغة انفعالات سلبية مثل القلق والتوتر. أو ان هذا الضغط يظهر على شكل استجابات فسلجية مثل زيادة في ضربات القلب وضغط الدم. كما أن الافراد الذين يصفون السياقة على أنها مهمة ضاغطة وبدرجة مرتفعة فأنهم اكثر عرضة لارتكاب مخالفات خاصة بانتهاك السرعة، وارتكاب حوادث مرورية ثانوية ايضاً. (HENNESSY, 2000, 162)

وفي هذا السياق جاءت دراسة (HENNESSY, 2000) بعنوان (اثر الزحام المروري، المشاحنات اليومية، وسمة الضغط في الضغط كسمة لدى السائق : منظور تفاعلي) إذ تم قياس الضغط كسمة لدى السواق الذين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الزحام المروري والذين يتعرضون لمستويات منخفضة منه من الذين يستخدمون هواتفهم الخلوية اثناء ذلك. وكذلك تم قياس اثر ضيق الوقت، وسمة الضغط لدى السواق، والمشاحنات اليومية. وقد اظهر السواق سمة ضغط عليهم اعلى بشكل كبير في حالة الزحام الشديد مقارنة بالزحام الخفيف. وشكل ضيق الوقت عاملاً مشتركاً في سمة الضغط لدى السواق وعلى نحو ايجابي ودال في كلا مستويي الزحام المروري. وكان هناك تفاعل دال بين المشاحنات والضغط كسمة في حالة الزحام الشديد. التعرض للمشاحنات يزيد بشكل معتدل بين الضغط لدى السواق من ذوي سمة الضغط، ولكنه يخفض من الضغط لدى السواق من ذوي سمة الضغط المتوسطة والمنخفضة. وتشير هذه النتائج الى ان حالة الضغط لدى السواق تتأثر بتوليفة من العوامل الضرفية والشخصية، ويشمل ذلك العوامل من خارج اطار سياقة السيارة. (HENNESSY, 2000, 162)

دراسة (Awosusi, 2010) بعنوان (الزحام المروري في المدن والتأثيرات المصاحبة له على الصحة لدى مستخدمي الطريق في Ado – Ekiti ناجيريا)، ركزت على الزحام المروري في مدينة (Ado – Ekiti) في نيجيريا. وجهت هذه الدراسة نظرة نقدية لمشاكل الزحام المروري في منطقة الدراسة واسباب هذا الزحام والحلول الممكنة له. جمعت بيانات الدراسة من خلال تطبيق استبيانات. ومن خلال الملاحظة الشخصية. حيث تم تصميم مجموعتين من الاستبيانات لهذه الدراسة. واحدة لاعضاء الاتحاد الوطني لعمال النقل على الطريق في منطقة الدراسة. والمجموعة الثانية من الاستبيان طبقت عشوائياً على فئات اخرى من مستخدمي الطريق (المشاة، راكبي الدراجات النارية، والمسافرين) في منطقة الدراسة. اظهرت نتائج الدراسة أن الانهيار الجسدي، والتأثيرات الذهنية والنفسية كانت من التأثيرات الرئيسية للزحام المروري على الصحة البشرية في منطقة الدراسة. واوصت الدراسة بايجاد انظمة بديلة للنقل، وتخطيط مناسب للمدن. بناء جسور متقاطعة وجسور علوية في منطقة الدراسة.(Awosusi, 2010, 434 – 435)

وفي دراسة (HENNESSY & DAVID L, 1997) بعنوان (العلاقة بين الزحام المروري، والضغط لدى السائق وبين سلوكيات التوافق المباشرة وغير المباشرة) والتي اجريت في كندا، حيث اجريت مقابلات مع السائقين الذين يواجهون زحام ساعة الذروة، باستخدام الهواتف الخلوية لغرض دراسة الضغط واستجابات التوافق لديهم. وتم قياس الاستعداد المسبق لكل سائق للتعرض للضغط (الضغط كسمة) وكذلك استجاباتهم لخبرة التعرض للزحام الشديد أو الخفيف (الضغط كحالة). اجريت مقابلتان خلال الرحلة عند تعرض السواق لخبرة الزحام الخفيف والشديد. وعلى الرغم من أن (الضغط كحالة) كان اعلى لدى كل السواق الذين يتعرضون للزحام الشديد، فأن التفاعل بين (الضغط كسمة) وبين موقف الزحام المروري يشير الى أن مستويات الضغط كانت اعلى لدى السواق من ذوي (الضغط كسمة) المرتفع والذين يتعرضون لظرف مزدوجة. وفيما يخص سلوكيات التوافق اشار المشتركون الى اداء مباشر اعلى من الاداء غير مباشر. وكانت هناك سلوكيات توافق مباشرة وغير مباشرة اعلى في تنوعها سجلت في ظروف الزحام الشديد. وتقارير السلوكيات العدوانية اظهرت تصاعد هذه السلوكيات باشتداد الزحام. (HENNESSY & DAVIDL, 1997, 348)

وقد اجرى كل من (Wickens & Wiesemthal, 2005) دراسة بعنوان (الضغط كحالة لدى السائق بوصفه وظيفة للضغط المهني، والزحام المروري، والضغط كسمة). إذ قاموا بتقسيم السواق الى سواق ذوي سمة ضغط مرتفعة أو منخفضة. ثم اجريت معهم مقابلات بواسطة الهاتف الخلوي عند تعرضهم لزحام مروري شديد أو خفيف لغرض قياس الضغط كحالة لدى السائق. وظهر ان الضغط كحالة كان اعلى عندما يواجه السائق زحام مروري شديد. كما أنه في كلا مستويي الزحام (الشديد – الخفيف) فأن الحاح الوقت وادراك السياقة على انها ضاغطة، كانا عاملي تنبؤ بالضغط كحالة لدى السائق. التحكم المدرك كان عامل تنبؤ سلبي وعلى نحو دال بالضغط كحالة في الزحام المروري الشديد، وهو يقترب من الدلالة الاحصائية بوصفه عامل تنبؤ سلبي بالضغط كحالة لدى السائق في الزحام الخفيف. أما الضغط المهني فقد كان عامل تنبؤ بالضغط كحالة في الزحام الخفيف. والتفاعل بين الضغط كسمة لدى السائق وبين الضغط المهني يقترب من الدلالة الاحصائية في الزحام المنخفض. ولم يكن هناك فرق بين الجنسين في الضغط كحالة لدى السائقين. (Wickens, 2005m 2)

الرضا عن الحياة :

يمثل الرضا عن الحياة تقييماً لما حققه الفرد في حياته ومقارنة ذلك مع ما يطمح الفرد الى تحقيقه ومع ما يحققه الاخرون في حياتهم. أنصب اهتمام الباحثين على العوامل التي تشكل الرضا عن الحياة لدى الفرد بوصفه واحداً من المؤشرات المهمة على صحة الانسان النفسية. كما تناولت الدراسات حياة الفرد في جوانبها المختلفة التي تصب في تكوين الرضا عن الحياة. إذ إن من تلك الجوانب هي جانب صحة الفرد البدنية، ومستواه الاقتصادي، والحياة في اسرة مستقرة متماسكة، والعلاقات الاجتماعية الساندة والقوية، والتكيف المهني والدراسي، والتكيف الذاتي. وينطوي الرضا عن الحياة على ثلاثة ابعاد هي : قبول الذات والاخرين، وقبول الحياة، وقبول الانجازات. (العمرات ، ٢٠١٤ ، ٢٦٧)

وهناك عدد من النظريات تدور حول الرضا عن الحياة منها :

١ – نظرية القيم والاهداف والمعاني :

يكون الفرد راضياً عن حياته عندما يحقق أهدافه. وفي الوقت الذي تختلف فيه أهداف الفرد في الحياة وأهمية تلك الأهداف بالنسبة اليه فأن شعوره بالرضا عن الحياة يختلف طبقاً لذلك. هذا فضلاً عن أن الاهداف تكون متوافقة مع البيئة حول الفرد. إذ يكون الفرد المدرك لأهدافه وأهميتها، وينجح في تحقيقها لديه مستوى اعلى من الرضا عن الحياة.(دخيلي ، ٢٠١٧ ، ٣٢)

٢ – المقارنة الاجتماعية :

طبقاً لـ (Easterlin, 2001) يقارن الافراد بين انفسهم وبين الافراد الاخرين في ثقافتهم. واذا كانوا افضل في ظروفهم من الاخرين فأنهم يكونون اعلى في شعورهم بالرضا عن الحياة. وهكذا يعتمد الرضا عن الحياة على المقارنة طبقاً لمعايير موضوعية مثل النواحي المادية والاجتماعية من جهة، ومن جهة أخرى ما يحقق فعلاً في الواقع. (شقوره ، ٢٠١٢ ، ٣٣)

٣ – التفاوت بين الطموح والانجازات :

تعتقد هذه النظرية ان الفرد يشعر بالرضا عن الحياة في حال تحقيقه لأهدافه التي يتوافق مع طموحاته. وايضاً حين يكون انجازه على مستوى طموحه. وبالعكس عندما يخفق

في الوصول لأهدافه ولا يتمكن من تحقيق طموحه، فأنه لايشعر بالرضا عن حياته. (شقوره ، ٢٠١٢ ، ٣٥)

وفي سياق الدراسات التي تناولت الرضا عن الحياة جاءت دراسة (كتلو ، ٢٠١٥) بعنوان (السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين) حيث تهدف الدراسة لمعرفة علاقة السعادة بالرضا عن الحياة والتدين لدى الطلبة طبقاً لمتغير السعادة. والتعرف على الفروق في السعادة والرضا عن الحياة والتدين و الحب لدى العينة طبقاً للنوع (ذكور – اناث). العينة تكونت من الطلاب في جامعة الخليل من المتزوجين وعددهم (٢٣٩) من الذكور والاناث. استخدمت قائمة اكسفورد للسعادة، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس الحب والتدين. واظهرت النتائج فروق بين الافراد ذوي السعادة المرتفعة وذوي السعادة المنخفضة في متغيرات الرضا عن الحياة والتدين والحب ولصالح الافراد ذوي السعادة المرتفعة. ولم يظهر فروق في السعادة والرضا عن الحياة والتدين طبقاً لمتغير النوع. واظهرت النتائج وجود علاقة داله بين متغير السعادة وبين الرضا عن الحياة والتدين. (كتلو ، ٢٠١٥ ، ٦٦)

واجرى (القثامي ، ٢٠١٦) دراسة بعنوان (العفو والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات). والتي كان هدفها قياس مستوى العفو ومستوى الرضا عن الحياة عند طلبة جامعة أم القرى، وتعرف الفروق في متغيرات الرضا عن الحياة والعفو طبقاً للدخل، والتحصيل الدراسي لدى الطلبة. اضافة الى علاقة الرضا عن الحياة والعفو طبقاً لمتغيرات معينة. تكونت العينة من (٤٠٠) طالب من كلية التربية. واستخدمت الدراسة مقياس العفو (موليت ، ٢٠٠٧). ومقياس الرضا عن الحياة (الدسوقي ، ١٩٩٩). اظهرت النتائج أن طلاب الجامعة اعلاه كان لديهم مستوى عالي من العفو، وكذلك كان مستوى الرضا عن الحياة عالياً لديهم. ولم يكن هناك تأثير ذي دلاله لمتغير مستوى الدخل ومتغير التحصيل الدراسي على مجالات العفو. وظهر أن مستوى الدخل يؤثر على الرضا عن الحياة وعلى نحو دال احصائياً. بحيث أن هناك فرق دال احصائياً بين ذوي الدخل المنخفض وذوي الدخل المرتفع ولصالح ذوي الدخل المرتفع في الرضا عن الحياة، وايضاً هناك فرق دال احصائياً بين ذوي الدخل المتوسط وذوي الدخل المنخفض لصالح ذوي الدخل المتوسط. إلا إنه ليس هناك فروق داله احصائياً بين الافراد ذوي الدخل المتوسط وذوي الدخل

المرتفع. واظهرت نتائج الدراسة أن هناك تأثير ذو دلاله احصائية للتحصيل الدراسي على الرضا عن الحياة طبقاً لمستوى التحصيل التي تتراوح بين مقبول وجيد جداً. وايضاً ثمة اثر ذو دلاله احصائية للتفاعل بين الدخل والتحصيل الدراسي في الرضا عن الحياة. (القثامي ، ٢٠١٦ ، أ)

وهدفت دراسة (ميخائيل ، ٢٠١٣) الى المقارنة في خمسة مجالات للرضا عن الحياة، بين طلاب الجامعة في انكلترا وسورية. ومجالات الرضا عن الحياة الخمسة يغطيها مقياس الرضا عن الحياة ذي الابعاد المتعددة للطالب وهذه الابعاد هي : الذات والكلية والاصدقاء وبيئة الحياة والاسرة. وقيست دلالة الفروق طبقاً لمتغيري التخصص والنوع (ذكر – انثى). استخدمت الدراسة مقياس الرضا عن الحياة بالصورة العربية على عينة الطلاب في جامعة دمشق وكان عددها (٦١٦) فرداً. وطبق المقياس بصورته الاصلية على عينة مكونه من (٤٤٣) فرداً من طلاب جامعة ادنبرة. اشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلاله احصائية بين طلاب الانكليز والسوريين في مجالات اربع. إذ سجل الطلاب السوريين درجات اعلى في مجالي الذات والاصدقاء، سجل الطلاب الانكليز درجات اعلى في مجال بيئة الحياة والكلية. كما اشارت النتائج لوجود فروق ذات دلاله احصائية بين التخصصات الانسانية والتخصصات العلمية في مجال الكلية (لصالح التخصصات الانسانية) وفي مجال الاسرة (لصالح التخصصات العلمية). وهناك فروق ذات دلاله احصائية في مجال الاصدقاء ولصالح الاناث مقارنة بالذكور. (ميخائيل ، ٢٠١٣ ، ٨٤)

اجراءات البحث :

اولاً : – مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من التدريسين في جامعة بغداد من التخصصين الانساني والعلمي ومن النوعين (ذكور – اناث) وللسنة الدراسية (٢٠١٨ – ٢٠١٩).

ثانياً : – عينة البحث :

تكونت عينة البحث الحالي من (١٠٠) تدريسي وتدريسية تم اختيارهم بشكل عشوائي من اربعة كليات في جامعة بغداد، بواقع (٥٠) تدريسي من الذكور و (٥٠) تدريسية من الاناث. إذ اختير (٥٠) فرداً من تدريسي وتدريسيات كلية الصيدلة وكلية الهندسة

خوارزمي يمثلون التخصص العلمي. واختير (٥٠) فرداً من تدريس وتدريسيات كلية التربية ابن رشد والتربية بنات يمثلون التخصص الانساني.

ثالثاً : – أدوات البحث :

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحث ببناء مقياس (التأثيرات السلبية المدركة للزحام). وتبنى الباحث مقياس الرضا عن الحياة (الدسوقي ، ١٩٩٩)(القثامي ، ٢٠١٦ ، ٤٢) وفيما يلي عرض لادوات البحث.

١ – مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام : –

تمت صياغة (٢٠) فقرة لغرض قياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام، وذلك استناداً الى الادبيات السابقة التي تناولت هذا المتغير وهي دراسة (HENNESSY, 2000) ودراسة (AWOSUSI, 2010). فضلاً عن الاستناد الى التعريف المعتمد للمتغير في البحث الحالي.

– صلاحية الفقرات :

قام الباحث بعرض الفقرات التي جمعها على مجموعة من الخبراء في علم النفس لغرض الحصول على آرائهم بشأن صلاحيتها. تم اعتماد نسبة (٨٠٪) بوصفها نسبة اتفاق بين الخبراء حول الفقرة لتكون معياراً لقبول الفقرة في المقياس (ملحق رقم ١).

تحديد بدائل الاستجابة :

وضع الباحث متدرج خماسي للاجابة على فقرات المقياس وكما يلي (تنطبق علي تماماً، تنطبق، تنطبق علي احياناً، لا تنطبق علي، لا تنطبق علي ابداً). يتيح هذا التقدير الخماسي للمستجيب أن يعبر عن رأيه على نحو أدق من خلال البدائل المتعددة للفقرات. واعطيت البدائل الاوزان، (٥، ٤، ٣، ٢، ١).

تحليل الفقرات :

لغرض تحليل فقرات مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام، استخدم الباحث طريقة علاقة الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس. إذ تم التعرف على العلاقة الارتباطية لدرجات كل فقرة بمجموع المقياس الكلي. وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة. معامل الارتباط المرتفع يشير الى ارتباط قوي لكل فقرة مع المجموع الكلي للمقياس. والجدول (١) يوضح علاقة كل فقرة بالمجموع الكلي للمقياس من اجل تحليل الفقرات.

جدول (١)معاملات ارتباط فقرات مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
١	٠,٧٣	١١	٠,٤٧
٢	٠,٤٥	١٢	٠,٦٦
٣	٠,٦٣	١٣	٠,٥٠
٤	٠,٥٢	١٤	٠,٧٥
٥	٠,٤٦	١٥	٠,٨٢
٦	٠,٣٩	١٦	٠,٤٠
٧	٠,٥٥	١٧	٠,٦٢
٨	٠,٣٧	١٨	٠,٥٨
٩	٠,٨٠	١٩	٠,٤٣
١٠	٠,٦٤	٢٠	٠,٧٨

صدق المقياس :

تم التعرف على الصدق الظاهري لمقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام عند عرضه على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس، وأحذ آرائهم بشأن الفقرات وصلاحيتها. والملحق رقم (١) يوضح اسماء الخبراء.

ثبات المقياس :

عمد الباحث الى استخدام التجزئة النصفية لاستخراج ثبات المقياس. إذ اختيرت (٤٠) استمارة من استمارات التعينة، وتم تقسيم فقرات الاستمارات الى نصفين وفقاً للتسلسلات الزوجية والفردية. بعد ذلك تم حساب معامل الارتباط للفقرات بين كلا النصفين. معامل الارتباط المحسوب كان (٠,٨٠). لغرض تصحيح معامل الارتباط تم تطبيق معادلة (سبيرمان براون)، حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٨٥).

وبهذا اكتمل بناء مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام بصيغة نهائية مكونة من (٢٠) فقرة تتم الاستجابة بها وفق مدرج خماسي. ملحق (٢).

٢ – مقياس الرضا عن الحياة :

لغرض قياس متغير الرضا عن الحياة قام الباحث تبني (مقياس الرضا عن الحياة، الدسوقس، ١٩٩٩). ويتكون من (٣٠) فقرة موزعة على (٦) ابعاد هي (الاجتماعية والسعادة والطمأنينة والتقدير الاجتماعي والاستقرار النفسي والقناعة). تكون الاجابة عن المقياس وفقاً لخمسة بدائل هي (تنطبق تماماً، تنطبق، بين بين، لا تنطبق، لا تنطبق ابداً). اعطيت اوزان للبدائل متدرجة من (٥ – ١). حيث أن الدرجة المرتفعة على المقياس تشير الى مستوى عالي من الرضا عن الحياة، وتشير الدرجة المنخفضة الى مستوى واطئ من الرضا عن الحياة. (القثامي ، ٢٠١٦، ٤٦)

صدق المقياس :

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء في علم النفس لأبداء آرائهم بشأن صلاحية الفقرات في قياس متغير الرضا عن الحياة، وذلك للتعرف على الصدق الظاهري للمقياس. اعتمد الباحث نسبة اتفاق (٨٠٪) واكثر بين الخبراء معياراً لقبول الفقرة في المقياس. وقد حازت جميع الفقرات نسبة الاتفاق المطلوبة. ملحق رقم (١).

ثبات المقياس :

استخرج ثبات مقياس الرضا عن الحياة بطريقة التجزئة النصفية. إذ اختيرت (٤٠) استمارة عشوائياً من استمارات العينة، وقسمت فقراتها الى نصفين طبقاً لتسلسلاتها الزوجية والفردية. حُسب بعد ذلك معامل الارتباط بين الفقرات في نصفي المقياس. كان معامل الارتباط (٠,٨٦). لغرض تصحيح معامل الارتباط ثم تطبيق معادلة (سبيرمان براون)، إذ بلغ معامل الثبات (٠,٩٠).

رابعاً : – الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث :

١ – معامل ارتباط بيرسون لمعرفة علاقة الفقرة بالمجموع الكلي لمقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام. ولمعرفة العلاقة الارتباطية للفقرات الزوجية والفردية لاستخراج الثبات لمقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام. ومقياس الرضا عن الحياة.

٢ – الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام. ولقياس الرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة.

٣ – الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقارنة في التأثيرات السلبية المدركة للزحام لدى تدريسي الجامعة، والمقارنة في الرضا عن الحياة لديهم وفق متغير النوع (ذكور – اناث).

٤ – معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة الارتباطية بين التأثيرات السلبية المدركة للزحام والرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة.

٥ – الاختبار التائي لدلاله قيم معامل الارتباط لمعرفة دلالة معامل الارتباط بين متغيري البحث.

نتائج البحث : –

يتم في هذا الفصل عرض النتائج التي توصل اليها البحث الحالي. كما ستتم مناقشة وتفسير تلك النتائج. وسيتم عرض النتائج على وفق أهداف البحث. كما يتضمن الفصل التوصيات والمقترحات التي خرج بها البحث استناداً على نتائجه.

الهدف الاول : قياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام لدى تدريسي الجامعة.

اظهرت نتائج البحث أن المتوسط الحابي لدرجات عينة تدريسي الجامعة على مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام كان (٨٣.٥) وانحراف معياري (٧.١٦) درجة. وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي البالغ (٦٠) تبين أن القيمة التائية المحسوبة كانت (١٠.٧) درجة وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥). وهذه النتيجة تشير الى أن تدريسي جامعة بغداد لديه مستوى عالي من التأثيرات السلبية المدركة للزحام. والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للعينة

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
100	83.5	60	7.16	10.7	1.96	0.05

تشير هذه النتيجة الى أن تدريسي جامعة بغداد يعانون من مستوى عالي من التأثيرات السلبية مدركة للزحام. تتسق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Stokols, 1978) التي اجريت في الولايات المتحدة التي هدفت لقياس تأثيرات التعرض المستمر للزحام المروري على المزاج وعلى النواحي الفسيولوجية وعلى اداء المهمات لدى ركاب السيارات. حيث كان من بين نتائج الدراسة أن التقارير الذاتية لافراد العينة حول التعرض للزحام المروري والانزعاج كانا مرتفعين بين الافراد من المستويين العالي والمتوسط من التعرض للزحام مقارنة بالمستوى الواطئ من التعرض للزحام لدى الركاب. كما أن المسافة التي يقطعها الركاب والوقت الذي تتطلبه الرحلة، وسرعة التحرك، وعدد الاشهر التي مرت على الفرد وهو يستخدم الطريق، ارتبطت بشكل دال بضغط الدم الانقباضي والانبساطي. وايضاً تتسق نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسة (Awosusi,2010) والتي اجريت في نيجيريا والتي توصلت الى أن الانهيار الجسدي، والتأثيرات الذهنية والنفسية كانت من التأثيرات الرئيسية للزحام على الصحة البشرية. ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال منظور معظم البحوث التي تناولت الضغط الذي يتعرض له سواق السيارات، على أن هذا الضغط يأتي نتيجة للتقييم المعرفي السلبي لظروف الزحام. ونتيجة لادراك السياقة على انها تنطوي على خطورة أو أنها تحتاج الى جهد كبير. فيظهر الضغط بشكل انفعالات سلبية مثل القلق والتوتر.(HENNESSY, 2000, 162)

الهدف الثاني : – التعرف على دلالة الفروق في التأثيرات السلبية المدركة للزحام لدى تدريسي الجامعة وفق متغير النوع (ذكر – انثى).

اظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور المتكونة من (٥٠) تدريسي على مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام، هو (٨٣،٥) درجة بانحراف معياري قدره (٧،١٨) درجة في حين أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الاناث المتكزنة من (٨٣،٧) درجة بانحراف معياري قدره (٧،١٤). ويعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١،١٨٠). وهذه القيمة اقل من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ويشير هذا الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في التأثيرات السلبية المدركة للزحام. والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)التعرف على دلالة الفروق في التأثيرات السلبية المدركة للزحام وفق متغير النوع (ذكور – اناث)

ت	العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١	ذكور	٥٠	٨٣,٥	٧,١٨	١,١٨ -	١,٩٦	٠,٠٥
٢	اناث	٥٠	٨٣,٧	٧,١٤			

اظهرت النتائج اعلاه انه ليس هناك فرق بين الذكور والاناث في التأثيرات السلبية المدركة للزحام. تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (Wichens & Wiesenthal, 2005) المعنونة (الضغط كحالة لدى السائق بوصفه وظيفة للضغط المهني، والزحام المروري، والضغط كسمة) والتي اشارت نتائجها الى عدم وجود فرق بين النوعين في الضغط كحالة لدى السائقين. ويمكن أن نفسر هذه النتيجة نظراً لأن تدريسي الجامعة من كلا النوعين يتعرضون لنفس الزحام المروري الشديد وبالتالي يعانون من نفس التأثيرات السلبية المدركة للزحام دون وجود فروق بين النوعين في ذلك.

الهدف الثالث : - قياس الرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة.

اظهرت نتائج البحث أن الوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الرضا عن الحياة هو (٩٨) وبانحراف معياري قدره (٨,٤) في حين أن الوسط الفر ضي هو (٩٠). وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، ظهر أن القيمة التائية المحسوبة هي (٥,٦٥) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦). وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥). هذا يشير الى أن تدريسي الجامعة يمتلكون رضا عن الحياة وعلى نحو دال، والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للعينة على مقياس الرضا عن الحياة

العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١٠٠	٩٨	٩٠	٨,٤	٥,٦٥	١,٩٦	٠,٠٥

تشير هذه النتيجة الى أن تدريسي الجامعة لديهم مستوى دال من الرضا عن الحياة. وتأتي هذه النتيجة منسجمة مع نظرية القيم والاهداف والمعاني (الدخيلي ، ٢٠١٧ ، ٣٢) المفسرة للرضا عن الحياة والقائلة بأن الفرد يكون راضياً عن حياته عندما يحقق اهدافه. وعندما يكون مدركاً لأهدافه في الحياة ولأهمية هذه الأهداف. إذ إن هذه النواحي تتوافر الى حد بعيد بين تدريسي الجامعة الذين قطعوا شوطاً بعيداً في تحقيق أهدافهم في الحياة على اساس ادراكهم لهذه الأهداف ولأهميتها.

الهدف الرابع : – التعرف على دلالة الفروق في الرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة وفق متغير النوع (ذكر – انثى).

اظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور المتكونة من (٥٠) تدريسياً على مقياس الرضا عن الحياة هو (٩٨،٣) درجة بانحراف معياري قدره (٨،٣) درجة. في حين أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الاناث المتكونة من (٥٠) تدريسية على مقياس الرضا عن الحياة هو (٩٧،٧) درجة بانحراف معياري قدره (٨،٥) درجة. بعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة هي (١،٠٢). وهي اقل من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥). وتشير هذه النتيجة الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث من تدريسي الجامعة في الرضا عن الحياة. والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)الاختبار التائي لعينتي الذكور والاناث على مقياس الرضا عن الحياة

ت	العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١	ذكور	٥٠	٩٨،٣	٨،٣	١،٠٢	١،٩٦	٠،٠٥
٢	اناث	٥٠	٩٧،٧	٨،٥			

اظهرت النتيجة اعلاه ان لا فرق بين الذكور والاناث من تدريسي الجامعة في الرضا عن الحياة. تتسق هذه النتيجة مع النتيجة التي توصلت اليها دراسة (كتلو ، ٢٠١٥) والتي كان من بين أهدافها التعرف على الفروق في الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة طبقاً لمتغير النوع (ذكور – اناث)، إذ لم تظهر نتائجها فروق في الرضا عن الحياة طبقاً

لمتغير النوع. كما أن هذه النتيجة تتسق مع نتائج دراسة (Arrindell, Heesink & Feij, 1999) في (ميخائيل ، ٢٠١٣ ، ٨٨) وهي من الدراسات التي أهتمت بالفروق الجمعية في الرضا عن الحياة واجريت على عينة واسعة من الراشدين في هولندا والتي كان من أهدافها المقارنة بين الذكور والاناث وكان من بين نتائجها عدم وجود فروق دالة في الرضا عن الحياة بين الذكور والاناث. ويمكن تفسير هذه النتيجة وفق نظرية القيم والأهداف والمعاني. (دخيلي ن ٢٠١٧ ، ٣٢) والتي تقول أن الفرد يكون راضياً عن حياته عندما يحقق أهدافه. ومن الواضح أن هذا ينطبق على الذكور والاناث من تدريسي الجامعة بنفس الدرجة مما يؤدي الى عدم ظهور فروق بينهم في الرضا عن الحياة.

الهدف الخامس : – ايجاد العلاقة الارتباطية بين التأثيرات السلبية المدركة للزحام والرضا عن الحياة لدى تدريسي الجامعة.

لغرض تحقيق الهدف اعلاه استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط للتحقق من الدلالة الاحصائية لمعامل الارتباط المستخرج. وقد اظهر التحليل الاحصائي أن درجات التدريسين على مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام تربتط بعلاقة سالبة مع درجات التدريسيين على مقياس الرضا عن الحياة. وقد بلغ معامل الارتباط (- ٠,٧٣)، وقد ظهر أنه دال عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وهذا يعني أنه عند ازدياد التأثيرات السلبية المدركة للزحام فأن الرضا عن الحياة ينخفض لدى تدريسي الجامعة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال منظور الدراسات التي تناولت الزحام بوصفه واحداً من العوامل المناسبة للضغط لدى الافراد. حيث ترى دراسة (Stokols, 1978) أن الزحام المروري هو عامل ضغط بيئي يعيق حركة الفرد بين نقطتين أو اكثر. وقامت دراسة (HENNESSY, 2000) بقياس الضغط كسمة لدى اسواق الذين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الزحام المروري والذين يتعرضون لمستويات منخفضة منه. وكذلك تم قياس اثر ضيق الوقت. واظهرت النتائج أن السواق كان لديهم سمة ضغط اعلى بشكل كبير في حالة الزحام الشديد مقارنة بالزحام الخفيف. وشكل ضيق الوقت عاملاً مشتركاً في سمة الضغط وعلى نحو دال في حالة الزحام المروري الشديد والخفيف. وبالنظر لما يقدم فأن الضغط الذي يسببه الزحام يرتبط سلبياً بالرضا عن الحياة. وهذا يتفق مع دراسة (عبد الحميد ن ٢٠٠٨)

في (شقورة ،٢٠١٢، ٦١ – ٦٢) المعنونه (الضغوط وعمليات تحملها وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من معاوني اعضاء هيئة التدريس بالجامعة) التي اجريت في مصر. والتي كان من بين نتائجها وجود علاقة سالبة وذات دلالة لدى العينة لمقياس الضغوط في المجالات الفرعية ودرجته الاجمالية مع مقياس الرضا عن الحياة.

التوصيات : –

خرج الباحث بمجموعة من التوصيات وهي كما يلي : –

١ – ايجاد وسائل نقل بديلة عن السيارات مثل قطارات الانفاق.

٢ – انشاء طرق جديدة وجسور علوية تخفف الزحام المروري الحالي.

٣ – السعي لوضع الحلول المناسبة لمشكلة الزحام المتزايد في الطرق التي تربط بين اماكن العمل والمناطق السكنية والتجارية.

المقترحات : –

يقدم الباحث البحوث المستقبلية التالية: –

١ – اجراء دراسة تستهدف قياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام وعلاقتها بالرضا عن الحياة على عينات تمثل فئات اجتماعية غير الفئة التي تناولها البحث الحالي.

٢ – اجراء دراسة تستهدف التعرف على علاقة التأثيرات السلبية المدركة للزحام بالمتغيرات مثل الرضا عن العمل والضغط كحالة والضغط كسمة والعدوان.

المصادر العربية

- دخيلي. ابتسام. ٢٠١٧ (مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي المتفوق دراسياً، دراسة عيادية لستة حالات بجامعة محمد خيضر – بسكرة). رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد خيضر – بسكرة – كلية العلوم الانسانية والاجتماعية.

- شقوره. يحيى عمر شعبان. ٢٠١٢ (المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة). رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الازهر – غزة – كلية التربية.

- العبيدي. هيثم ضياء عبد الامير. كاظم محسن كويطع الكعبي. ٢٠١٥ (ادراك التزاحم وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الاقسام الداخلية في جامعة المستنصرية). مجلة كلية التربية. العدد الثاني.

- العمرات. محمد سالم. محمد أحمد الرفوع. ٢٠١٤ (مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الطفيلة التقنية في الاردن). المجلة الدولية التربيوية المتخصصة. المجلد (٣)، العدد (١٢) – كانون الاول ٢٠١٤.

- القثامي. سعود سعد محمد. ٢٠١٦ (العفو والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات). رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أم القرى – كلية التربية – المملكة العربية السعودية.

- كتلو. كامل حسن. ٢٠١٥ (السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين). دراسات. العلوم التربوية والنفسية – المجلد ٤٢ العدد ٢.

- ميخائيل. مطانيوس. ٢٠١٣ (الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سورية وبريطانيا). مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. المجلة الحادي عشر – العدد الاول.

المصادر الاجنبية

- Awosusi, Ajoke Olukeni, 2010. (Urban Traffic Congestion and Road Users in Ado – Ekiti, Nigeria). An International Multi – Disciplinary Journal, Ethiopia. Vol. 4(4). 17 October, 2010.

- HENNESSY D. A, DAVIDL. W. 1997. (The relationship between traffic congestion, driver stress and direct versus indirect coping behaviors). ERGONOMICS, 1997, Vol. 40, No. 3, 348 – 361.

- HENNESSY. D A, DAVID A. W, PAUL M. K, 2000. (The Influence of Traffic Congestions Daily Hasseles, and Trait Stress Susceptibility on State Driver Stress: An Interactive Perspective). Journal of Applied Bio Behavioral Research. 5, 2.

- Stokols. D. Raymond W. N. Jeannette S, Joan C, 1978. (Traffic Congestion, Type A Behavior, and Stress). Journal of Applied Psychology. Vol. 63, No 4, 467 – 480.

- Wickens, C. M. & Wiesenthal, DL. 2005. (state driver stress as a function of occupational stress, traffic congestion, and trait stress susceptibility). Journal of Applied Bio behavioral Research, 10, 83 – 97.

ملحق رقم (١)

اسماء الخبراء

ت	الاسم	مكان العمل
١	أ.د. ابراهيم مرتضى الاعرجي.	كلية الاداب /جامعة بغداد
٢	أ.د. هيثم ضياء عبد الامير.	كلية الاداب / الجامعة المستنصرية
٣	أ.م. د. عبد الحليم رحيم.	كلية الاداب / جامعة بغداد
٤	أ. د. ثريا علي حسن.	كلية الاداب / جامعة بغداد
٥	أ.م. د. عباس حسن رويح.	كلية الاداب / الجامعة المستنصرية
٦	أ.م. د. رياض عزيز عباس.	كلية الاداب / الجامعة المستنصرية
٧	أ.م. د. سفيان صائب المعاضيدي.	مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد
٨	أ.م. د. عباس حسون الاسدي.	كلية الاداب / جامعة بغداد
٩	أ.م. د. ناطق فحل جزاع.	مركز البحوث التربوية النفسية / جامعة بغداد
١٠	أ.م.د. مرتضى حميد شلاگه.	مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد

ملحق (٢)

مقياس التأثيرات السلبية المدركة للزحام

السيد التدريسي ٠٠٠٠٠

السيدة التدريسية ٠٠٠٠٠

نضع امامك مجموعة من العبارات تمثل اراء يتداولها الناس بشأن الزحام وتأثيراته عليهم. يرجوا الباحث منك قراءة العبارات بدقة وتثبيت رأيك فيها وفقاً للبدائل التي امام كل

عبارة منها. نرجو منك ابداء رأيك الصريح، علماً أن اجابتك هي لأغراض البحث العلمي، نشكر تعاونكم مع الباحث.

ت	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق	تنطبق علي احياناً	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي ابداً
١	اشعر بالضيق بسبب الزحام المروري.					
٢	اتضايق من دخان عوادم السيارات.					
٣	احس بضغط الوقت الذي يضيع في الازدحامات.					
٤	اتضايق من التجاوز على خصوصيتي في الازدحام المروري.					
٥	اقلق من احتمال تعرضي لحادث في الزحام المروري.					
٦	اقلق من عدم وصولي الى وجهتي في الوقت المحدد بسبب الزحام المروري.					
٧	الزحام المروري الشديد يزيد من التعب اليومي.					
٨	اشعر بالارهاق بعد اجتيازي لزحام مروري شديد.					
٩	اتضايق من الجلوس طويلاً في السيارة بسبب الزحام المروري.					
١٠	اشعر بأن الافراد يكونون اكثر عدوانية بسبب الزحام المروري.					
١١	اشعر اقلق من احتمال تزايد الزحام المروري في السنوات القادمة يوماً بعد يوم.					
١٢	اشعر اغضب عند وقوفي في الزحام المروري.					

ت	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق	تنطبق علي احياناً	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي ابداً
١٣	اشعر ان اعصابي متوترة عندما ابقى وقتاً طويلاً في الزحام المروري.					
١٤	اخشى من تعرضي لمضايقة الاخرين اثناء الزحام المروري.					
١٥	اشعر بالتوتر بسبب كثرة السيارات وضيق الشارع.					
١٦	اشعر بالملل عندما ابقى طويلاً في الزحام المروري.					
١٧	اشعر بالانزعاج بسبب بقائي لوقت طويل في الزحام المروري.					
١٨	انزعج من الضوضاء المصاحبة للزحام المروري.					
١٩	يضايقني سير المركبات البطيء في الزحام المروري.					
٢٠	ينتابني التوتر عندما انظر الى طابور السيارات امامي في الزحام المروري.					

Arabic Sources

- Dekhelee. Ibtisam. 2017 (the level of life satisfaction of the university student who excelled academically, a clinical study of six cases at Mohammed khaider University – Biskra). Unpublished master's thesis. Mohammed Khader University-Biskra-Faculty of Humanities and Social Sciences.
- Shaqorah. Yahya Omar Shaaban. 2012 (psychological resilience and its relation to life satisfaction among Palestinian university students in Gaza governorates). Unpublished master's thesis. Al – Azhar University-Gaza-Faculty of Education.
- Al-Obeidi. Haitham Dia Abdul Amir. Kazem Mohsen al Kaabi. 2015 (awareness of crowding and its relationship with aggressive behavior among students of internal departments at Mustansiriya University). Journal of the Faculty of Education. The second issue.

- Umrat, Mohammed Salem. Mohammed Ahmed Al-Rifa. 2014 (the level of satisfaction with university life and its relationship with self-esteem among students of Tafila Technical University in Jordan). International specialized pedagogical Journal. Volume (3), Issue (12) – December 2014.
- Al-qathami. Saud Saad Mohammed. 2016 (Amnesty and life satisfaction among Umm Al-Qura University students in the light of some variables). Unpublished master's thesis. Umm Al-Qura University-Faculty of Education – Kingdom of Saudi Arabia.
- Kitlu. Kamil Hassan. 2015 (happiness and its relationship with both religiosity and satisfaction with life and love in a sample of married university students). Studies. Pedagogical and psychological sciences-volume 42, Issue 2.
- Mikhail. Matanius. 2013 (satisfaction with life among a sample of university students in Syria and Britain). Journal of the Union of Arab Universities for education and psychology. The eleventh magazine-the first issue.
- **English Sources**
- Awosusi, Ajoke Olukeni, 2010. (Urban Traffic Congestion and Road Users in Ado – Ekiti, Nigeria). An International Multi – Disciplinary Journal, Ethiopia. Vol. 4(4). 17 October, 2010.
- HENNESSY D. A, DAVIDL. W. 1997. (The relationship between traffic congestion, driver stress and direct versus indirect coping behaviors). ERGONOMICS, 1997, Vol. 40, No. 3, 348 – 361.
- HENNESSY. D A, DAVID A. W, PAUL M. K, 2000. (The Influence of Traffic Congestions Daily Hasseles, and Trait Stress Susceptibility on State Driver Stress: An Interactive Perspective). Journal of Applied Bio Behavioral Research. 5, 2.
- Stokols. D. Raymond W. N. Jeannette S, Joan C, 1978. (Traffic Congestion, Type A Behavior, and Stress). Journal of Applied Psychology. Vol. 63, No 4, 467 – 480.
- Wickens, C. M. & Wiesenthal, DL. 2005. (state driver stress as a function of occupational stress, traffic congestion, and trait stress susceptibility). Journal of Applied Bio behavioral Research, 10, 83 – 97.