

الخبرة المهنية؟

٣ - ماهي أهم المصادر تأثيرا على أساتذة التربية البدنية والرياضية؟

- مصادر مرتبطة بالعمل مع التلاميذ.
- مصادر مرتبطة بالإمكانيات المادية.
- مصادر مرتبطة بترتيب الشئري.
- مصادر مرتبطة بتوجيه التربوي.
- مصادر مرتبطة بالعلاقة بين المعلمين وإدارة الثانوية.
- مصادر مرتبطة بالعلاقات مع المعلمين الآخرين.

أهمية الدراسة والحاجة إليها: تكمن أهمية الدراسة من وجه نظر الباحثين كالآتي:

الأهمية النظرية:

- إطلاع القائمين على حقن التربية بظاهرة ظاهرة الضغوط المهنية وانعكاسه على أدائه ومردوده التربوي سواء على المستوى الشخصي أو على المتعلم أو حتى على العملية التربوية بصفة عامة.
- إثراء التراث العلمي في مجال (م. فوط العمل) مما يساعد على فهم وتفسير الأبعاد والآثار الناجمة عن ضغوط العمل.
- قد تكون هذه الدراسة فاتحة لدراسات وبحوث أخرى تتناول مثل هذه المواضيع مما يساعد على التعمق في دراسة متغيرات أخرى لم تشملها الدراسة الحالية.

الأهمية التطبيقية:

- التعرف على أهم مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية وتشخيصها لمعرفة التعامل معها ووضع إستراتيجيات وقائية لتقليل من حدتها.
- ترتيب تلك المصادر وفق شدتها لمعرفة أكثر العوامل تأثيرا.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى الإجابة عن التساؤلات المطروحة في المشكلة. ومن ثمة:

- ١- تسليط الضوء على مصادر الضغوط لدى معلمي التربية البدنية والرياضية.
 - تحديد الضغوط المهنية للمعلمين تعود للعمل مع التلاميذ.
 - تحديد الضغوط المهنية للمعلمين تعود للإمكانيات المادية.
 - تحديد الضغوط المهنية للمعلمين تعود للراتب الشهري.
 - تحديد الضغوط المهنية للمعلمين تعود للتوجيه التربوي.
 - تحديد الضغوط المهنية للمعلمين تعود للعلاقة بين الأستاذ والإدارة.
 - تحديد الضغوط المهنية للمعلمين تعود للعلاقات مع الأساتذة الآخرين.
- ٢- مصادر الضغوط المهني وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية.
 - تحديد الفروق في الضغوط تعود للجنس.
 - تحديد الفروق في ضغوط معلمي تعود للمؤهل العلمي.

– تحديد الفروق في ضغوط معلمي تعود الخبرة المهنية.

– تحديد الفروق في ضغوط معلمي تعود للحالة العائلية.

فروض الدراسة:

ومن ثمة جاءت فرضيات الدراسة على النحو التالي:

١ – يعاني معلمي التربية البدنية والرياضية من ضغوط مهنية بسبب مصادر مرتبطة بـ: (العمل مع التلاميذ – الإمكانيات المادية – الراتب الشهري – التوجيه التربوي العلاقة بين المعلمين والإدارة – العلاقة مع المعلمين الآخرين).

٢ – لا توجد فروق دالة إحصائية في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية تعود إلى متغير الجنس.

٣ – لا توجد فروق دالة إحصائية في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية تعود إلى متغير الأقدمية في التدريس (الخبرة المهنية).

٤ – لا توجد فروق دالة إحصائية في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية تعود إلى متغير المؤهل العلمي.

٥ – لا توجد فروق دالة إحصائية في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية تعود إلى متغير الحالة العائلية.

بعض المصطلحات المستخدمة في الدراسة:

أشتر السرطاوي والشخص عام (١٩٩٨) إلى أن مفهوم الضغوط كغيره من المفاهيم تعرض إلى الكثير من الاختلاف عند تحديده فهناك إرباك وخط في وجهات النظر التي حاولت تعريف الضغوط، فقد عده بعض الباحثين

مثيراً، بينما عده آخرون استجابة، ونظر إليه فريق ثالث كعملية تفاعلية بين المثير والاستجابة. (١: ٢١).

ضغوط الأستاذ: يشير السيد إبراهيم السمانوني عام (١٩٨٩) في تعريفه أنها إدراك المعلم لعدم قدرته على مواجهة أحداث أو متطلبات مهنة التدريس والتي تشكل تهديدا لذاته، وتحدث لديه معدلا عاليا من الانفعالات السلبية والتي يصاحبها تغييرات فيزيولوجية، كرد فعل تنبهي لتلك الضغوط. ويرى حمدي الفرماوي عام (١٩٩٠) بأن حالة عدم التوازن الذي ينتج من عدم التكافؤ بين متطلبات المهنة ومقدرة القيام بها، تؤدي إلى شعور المعلم بعدم إمكانية إشباع حاجته. (١٣: ١٢٦ – ١٢٧).

الضغوط المهنية: تعرف الضغوط المهنية على أنها مجموعة من المثيرات التي تتواجد في بيئة عمل الأفراد والتي ينتج عنها مجموعة من ردود الأفعال التي تظهر في سلوك الأفراد في العمل، أو في حالتهم النفسية

والجسمانية، أو في أدائهم الأعمال نتيجة تفاعل الأفراد في بيئة عملهم التي تحتوي الضغوط. (٦: ١٥).

ومن ثمة فإن التعريف الإجرائي لضغوط المعلم أنه يعتبر كمواقف ومشكلات بيئية محددة تواجه المعلم في مجال العمل تسبب له الضيق والقلق بدرجة ما.

مصادر ضغوط العمل: وهي العوامل المتعلقة بالمهنة أو الشخص التي تتسبب بإحساس الفرد بضغوط، وغالبا ما توجد مصادر الضغوط أو مسبباتها في بيئة العمل.

معلم التربية البدنية والرياضية: وهو ذلك الشخص الذي يكفل عملية تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي.

المتغيرات الديموغرافية: وهي خصائص شخصية تميز الفرد عن غيره وقد يكون مصدرها الفرد نفسه مثل الحالة العائلية، المستوى التعليمي أو تكوّن مرتبطة بعمل مثل سنوات الخبرة.

الجنس: ويقصد به ذكر و أنثى.

الأقدمية في التدريس (الخبرة المهنية): ويقصد به سنوات التدريس الفعلية.

المؤهل العلمي: ويقصد به الشهادة الأكاديمية المحصل عليها.

الحالة العائلية: ويقصد به إن كان أستاذاً أو أستاذة أعزب - عزباء - متزوج (ة) مطلق (ة) أو أرمل (ة).

الدراسات المرتبطة:

أولاً - الدراسات المرتبطة العربية:

١- فاد علي عسكر وآخرون عام (١٩٨٦) دراسة قصد التعرف على مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي burnout وتكونت عينة الدراسة من (١٨٣) معلماً ومعلمة. وقد استخدم في ذلك المنهج الوصفي. وكان من بين نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي منخفضة نسبياً بين مجتمع الدراسة إلا أن تعرض المعلمين الكويتيين للاحتراق النفسي أكبر من تعرض المعلمين غير الكويتيين وأن مصادر ضغوط العمل في مهنة التدريس، - تشمل سلوك التلاميذ، - علاقة المعلمين بعضهم ببعض، - علاقة المعلم بالإدارة، - علاقة المعلم بالموهبة وتقدير المهنة، - كذلك بينت النتائج أن درجة عالية من الاحتراق النفسي بين المعلمين الكويتيين وخاصة ذوي الخبرة التدريسية ما بين (٥-٩) سنوات. (٧: ٩ - ٤٣).

٢- وتناول سمي محمود أبو بية عام (١٩٨٦) بدراسة للتعرف على العوامل التي تؤثر في دافعية المعلمين للعمل التربوي، مثل سمات الشخصية والجنس وخبرة المعلم بالتدريس، والتخصص الذي يقوم بتدريسه والمؤهل التربوي والحالة الاجتماعية تكونت عينة الدراسة من مجموعة من معلمي المرحلتين الإعدادية والثانوية بمصر وبلغ عددهم (١٢٢١) معلماً ومعلمة، استخدم فيها الباحث المنهج الوصفي وكان من نتائجها - وجود فروق دالة إحصائية فيما يتعلق بمستويات الخبرة لصالح الأحدث خبرة، - وجود فروق بين التخصصات المختلفة للمعلم، - وجود فروق بين المؤهلين تربويًا وغير المؤهلين لصالح المجموعة الأولى. (١٣: ١٣٠).

٣- وأجرى إبراهيم السيد اسماعيل عام (١٩٨٩) العلاقة بين تقدير المعلم لضغوطه المهنية وبعض المتغيرات الديموغرافية مثل الجنس، الحالة الاجتماعية والمؤهل والخبرة والمرحلة التعليمية وتكونت عينة البحث من (١٥٤) معلماً و(١٤٩) معلمة من المراحل التعليمية الابتدائية المتوسطة والثانوية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: - وجود فروق دالة إحصائية بين المتزوجين وغير المتزوجين للضغوط المهنية في جميع المجالات لصالح المتزوجين. - وجود فروق دالة إحصائية بين المؤهلين تربويًا وغير مؤهلين لصالح المجموعة الثانية، وجود فروق دالة إحصائية بين ذوي الخبرة الأقل من (٥٠) سنوات وقرنائهم ذوي الخبرة لأعلى من (٥٠) سنوات لصالح المجموعة الأولى، - متوسط تقديرات أساتذة المرحلة الابتدائية للضغوط أعلى من قرنائهم في المرحلة الإعدادية والثانوية. (٢: ٢٣٧ - ٣٦٦).

٤- وقامت لورنس أيضاً عام (١٩٩٠) بتسليط الضوء على ضغوط العمل لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي فقط، ومصادر الانفعالات النفسية السلبية المصاحبة للضغوط، وشمل مجتمع الدراسة مجموعة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي الابتدائي والإعدادي بمحافظة القاهرة في العام الدراسي (١٩٨٧-١٩٨٨) من خلال عينة شملت (٥٤:١١) معلماً ومعلمة، حيث قامت الباحثة باستطلاع آرائهم من خلال استبانته تضمنت (٨٤) عبارة عن مشكلات العمل الفعلية التي يواجهونها.

وقد توصلت الباحثة إلى مجموعة من النتائج أهمها: - معظم المعلمين يعانون من ضغوط العمل ويتعرضون للانفعالات النفسية السلبية مثل الغضب، والقلق، والآنزعاج وعدم وجود صلاحيات مخولة لهم. - أهم الأبعاد التي تتركز حول مصادر ضغوط العمل هي كثافة الفصول؛ ومشكلات تتعلق بالنمو المهني ومشكلات تتعلق بالترقي، وهذه الأبعاد تشمل (ازدحام الفصول بالتلاميذ - بطء الترقي الوظيفي للمعلم - ضعف المرتبات - عدم وجود رعاية صحية مناسبة - وجود صعوبات في تدريس بعض الطلبة المتخلفين - تحصيلي - استخفاف الإعداد بتدور المعلم - عدم وجود حجرات لائقة للمعلمين - عدم اهتمام ومتابعة أولياء الأمور لمستوى أبنائهم التعليمي - انحراف الأثني للتلاميذ بين الصفوف الدراسية في المرحلة الابتدائية - إهمال التلاميذ في أداء الواجبات والاستذكار).

- أن المتخرجين حديثاً أو صغار السن من المعلمين أكثر إحساساً بضغوط العمل - عدم وجود فروقاً دالة بين الذكور والإناث في درجة الإحساس بضغوط العمل، وقد أوصت الدراسة - بإعداد المعلم نفسياً لمواجهة ضغوط العمل والتعويض معها، - الاعتماد بالمشكلات التربوية الفعلية القائمة التي من أهمها ازدحام الفصول بالتلاميذ واختلاف المستويات العلمية للطلبة في الفصل الواحد، - الاهتمام بالناحية المادية للمعلم لرفع التعليم بشكل عام (٤: ٣٩ - ٨٨).

٥- وتناول حسني ومحمود عام (١٩٩٣) بهدف تحديد ضغوط العمل لدى المعلمين وعلاقتها بنمط السلوك القيادي لمدير المدرسة حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وشملت عينة الدراسة (٣٣٢) معلماً في ثلاث مراحل تعليمية: ابتدائية وإعدادية وثانوية، واستعانوا باستبانتيين الأولى لقياس ضغوط العمل، والأخرى لقياس السلوك القيادي، وكانت من أهم نتائج الدراسة: - أن المعلمين يشعرون بضغوط كبيرة أعلى من الحد المتوسط. وجود فروقاً بين المعلمين ترجع للخبرة القصيرة التي تتراوح بين (١-٣) سنوات وذوي الخبرة الأكثر من (٤) سنوات - برزت في أعباء العمل الوظيفي وعبء تطبيق المهارات، - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين في معاناتهم لضغوط العمل ترجع إلى المرحلة التعليمية. - أن المعلمين الذين يعملون مع مديري المدرسة الذين يسلكون نمطاً قيادياً يتصف بالانخفاض من الجانب الاعتباري والإنساني والتنظيمي أو الذي يتصف بتباعد الجانبين بالارتفاع من جانب والانخفاض في آخر يرتبط بازدياد ضغوط العمل لدى المعلمين (١١: ٥٤ - ٥٥).

٦- كما أجرت هانم حامد ياركندي عام (١٩٩٣) دراسة بعنوان مستوى ضغوط المعلم وعلاقته بالطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية هدفت الدراسة من خلالها الباحثة إلى التعرف إلى مدى وجود علاقة بين مستوى ضغوط المعلمة وبين الطمأنينة النفسية كما هدفت إلى التعرف إلى الفروق في درجة الضغوط في ضوء المتغيرات التالية:

(١) - المرحلة التعلیمیة، (٢) - الحالة الاجتماعیة، (٣) - الخبرة بالتدریس، (٤) - التخصّص الدراسي (٥) - المؤهل العلمی.

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، على عينة قوامها (١٦٠) من معلمات المراحل الثلاث الابتدائية المتوسطة والثانوية بمكة المكرمة لحاصلات على درجة البكالوريوس وقد استخدمت الباحثة مقياس ضغوط المعلم ومقياس الضمانیة النفسیة من إعداد فروق عبد السلام، وكان من نتائج الدراسة.

- توجد علاقة دالة إحصائیة عند مستوى (٠,٠١) بین درجات أفراد عينة في مقياس ضغوط المعلمة ومقياس الضمانیة النفسیة بمعنى كلما زاد ضغوط المعلمة كلما قل درجة إحساسها بالطمأنیة النفسیة.

- لا توجد فروق دالة إحصائیة في مستوى ضغوط المعلمة في ضوء متغیري الخبرة بالتدریس والتخصّص الدراسي.

- توجد فروق دالة إحصائیة في مستوى ضغوط المعلمة عند مستوى (٠,٠١) في ضوء متغیري المرحلة التعلیمیة والمؤهل التربوي لصالح المرحّل الابتدائیة وغير المؤهلات تربویا.

- توجد فروق دالة إحصائیة في مستوى ضغوط المعلمة عند مستوى (٠,٠٥) في ضوء متغیر الحالة الاجتماعیة لصالح المتزوجات. (١٢: ٢٤ - ٢٨).

ثانياً - الدراسات المرتبطة بالأجنبية:

٧- قام برايد Mc Bride عام (١٩٨٣) بدراسة تحت عنوان مصادر الضغوط لدى المعلمين حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، على مجموعة من المعلمين والمعلمات، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: - كثافة المنهكة ونقصان المسؤولیات الإضافیة، - ضعف الراتب، - العلاقة المتعارضة مع الموجه، - انعدام الروابط الشخصیة واتساع الفجوة بین الإدارة والعاملین بعضهم البعض. (٩: ٧٩).

٨- كما تناول كريست تراندال Chris Trendal عام (١٩٨٩) في دراسة لضغوط معلمي الإعدادي ومعلمي الثانوي، حيث استخدم المنهج الوصفي، توصلت إلى أنه - لا توجد فروق دالة إحصائیة بین مدرسي الإعدادي والثانوي، - توجد فروق دالة إحصائیة بین الأساتذة الجدد وذوي الخبرة وكانت عالیة لدى المجموعة الثانية. (١٤: ٥٢ - ٥٨).

٩- وأجرى برايس وآخرون Brissie et al عام (١٩٨٨) دراسة تنبؤیة للتعرف على العوامل الشخصیة والبيئية التي تسهم في إحساس المعلم بالإرهاك النفسي والتي أجريت على (١٢١٣) معلما بالمدارس الابتدائیة، حيث استخدم الباحثون المنهج الوصفي، وتوصل الباحثون إلى أن - العوامل الضاغطة الممارسات الإداریة العقيمة داخل المدرسة، - عدم المشاركة في اتخاذ القرار، - نقص المساندة الاجتماعیة من المدير والزملاء والأصدقاء والأسرة والطلاب أنفسهم وأولياء أمورهم، - العوامل الشخصیة المتمثلة في نقص الكفاءة الذاتیة للمعلم ونقص الدعم الذاتي، - سنوات الخبرة التدریسیة جميعها تسهم في إحساس بالإرهاك النفسي. (٣: ١٢٥).

خطة إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

وقد اختار الباحث المنهج المسحي التحليلي لمناسبته لهذه الدراسة كونه يوفر وصفا دقيقا للموضوع المراد دراسته ويوضح العلاقات بين الموضوع ومادور متعلق به، كما يساعد على وصف النتائج وتحليلها. (١٠:١١).

مجتمع البحث:

فقد تم توزيع العنصر على جميع مجتمع الدراسة والتي شملت جميع معلمي التربية البدنية والرياضية لتأهيات ولاية البنية (الجزائر) العنصر لزيارة التربية الوطنية والتي كان قوامها (٧٥) معلم ومعلمة.

عينة الدراسة:

لقد تم اختيار أفراد عينة بطريقة متسوية كونه شمل جميع مجتمع الدراسة، إلا أنه وبعد عملية تفرغ البيانات تم استبعاد الإجابات الغير مسؤفة والتي كان عددها (٢٠) مقياس وبذلك أصبح حجم العينة الحقيقي (٥٥) معلم ومعلمة.

أدوات جمع البيانات:

ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بإجراء دراستين استطلاعتين الغرض منهما تحديد وضبط الشروط الموضوعية المنهجية لجمع البيانات والمعلومات، كتخصيص أدوات البحث والوقوف على خصائصها السيكومترية من حيث الصدق والثبات وقدرتنا على قياس متغيرات البحث وإبراز الظروف الملائمة لتجربتها وتطبيقها في الدراسة الأساسية، التي هدفتنا تطبيق مقياس مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية من إعداد (١١٠ : ٧٢ - ٢٧)، الذي وجدناه باحثان يخدم مجريات الدراسة الحالية، ويتمشى مع أجمع عليه معلمي التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعميد الثانوي من خلال الدراسة الاستطلاعية الأولى (الاستبيان المفتوح).

ويقتصد هذا المقياس على ستة محاور أساسية وهي: (الراتب الشهري، الإمكانيات المادية علاقة المعلم بإدارة الثانوية لتوجيه تربيته، تفاعل مع التلاميذ، علاقة المعلم بالزملاء)، تشكل في مجملها (٣٦) سؤال ضمن مقياس خمسي الشرح بدرجة كبيرة، جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا، وقد وزع المقياس في المرحلة الأولى على عينة قوامها (٣٦) معلم ومعلمة تربية بدنية ورياضية لمرحلة التعليم الثانوي، بواقع (٣٢) معلم (٥) معلمة من المقاطعات التعليمية الموجودة بالبلدية (الدراسة الاستطلاعية الثانية).

المعاملات العلمية للدراسة:

وقد كان الهدف من توزيع المقياس على هذه العينة (٣٦) هو الوقوف على ما أشكل على المعلمين خلال الإجابة وكذا مدى وضوح بنود المقياس، وقد أجمع جميعهم على وضوح بنوده وسهولة التعامل معه دون أي لبس. كما قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين (الصدق الظاهري) من معهد التربية البدنية والرياضية وكذا قسم علم النفس جامعة الجزائر يحملون درجة دكتوراه قصد إبداء آرائهم في:

— مدى وضوح البنود والتعليمات وسلامة اللغة.

— مدى ارتباط البنود بالجانب المدروس.

— مدى ملائمة المقياس لما أعد له.

— إضافة أي تعديل أو معلومة يرونها تخدم مجريات الدراسة.

وقد أجمع جميعهم على صلاحية المقياس ووضوح بنوده وكذا سلامة لغته، مما يسمح في استخدامه في قياس مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية.

وقد قام الباحثان بقياس الثبات، بحساب الاتساق الداخلي بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس وكذلك حساب معادلة ألفا كرومباخ وكذا التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان براون لتبيان مدى التماسك والترابط بين نصفي المقياس وقد جاءت النتائج كمايلي:

جدول (١)

الاتساق الداخلي بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس

الرقم	المحاور	المقياس ككل	مستوى الدلالة
١	ضغوط مهنية مرتبطة بالعمل مع التلاميذ	٠.٤٣**	٠.٠٠١
٢	ضغوط مهنية مرتبطة بالامكانيات المعادية	٠.٦٠**	٠.٠٠١
٣	ضغوط مهنية مرتبطة بالتراتب الشهري	٠.٣٥*	٠.٠٠٥
٤	ضغوط مهنية مرتبطة بالتوجيه التربوي	٠.٦٢**	٠.٠٠١
٥	ضغوط مهنية مرتبطة بالعلاقة بين الأستاذ وإدارة الثانوية	٠.٦٨**	٠.٠٠١
٦	ضغوط مهنية مرتبطة بالعلاقة مع الأساتذة الآخرين	٠.٥٤**	٠.٠٠١

** دلالة عند مستوى ٠.٠٠١ * دلالة عند مستوى ٠.٠٠٥

حساب ثبات المقياس استخراج معاملات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ وقد بلغت درجتها ٠.٧٢ وهي ذات دلالة إحصائية عالية.

كما تم حساب طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان براون لتبيان مدى التماسك والترابط بين نصفي المقياس وقد بلغت درجتها ٠.٨٠ وهي ذات دلالة إحصائية عالية.

المعالجة الإحصائية:

وقد تمت معالجة نتائج البحث عن طريق الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss- statistical package for social science - ونظراً لما تتطلبه مثل هذه الدراسات الوصفية تم استعمال الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار ك^٢ chi deux، وكذا الاختبار التائي (ت) << t- test >> و اختبار تحليل التباين (ANOVA) إضافة إلى اختبار فريدمان (FRIEDMAN TESTE). ومن ثمة فقد جاءت النتائج على النحو التالي:

١. مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور العمل مع التلاميذ

جدول (٣)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور العمل مع التلاميذ

ن = (٥٥)

المحور الأول	مستوى الضغوط	التكرار	النسبة المئوية	ك ^٢	مستوى الدلالة
العمل مع التلاميذ	ضغوط بسيطة جداً	٢	٣,٦%	٦٥,٤٥	٠,٠٠١
	ضغوط بسيطة	١٠	١٨,٢%		
	ضغوط معتدلة	٣٤	٦١,٨%		
	ضغوط مرتفعة	٨	١٤,٥%		
	ضغوط حادة	١	١,٨%		
	المجموع	٥٥	١٠٠%		

* مستوى الدلالة عند ٠.٠٠١

نلاحظ من خلال الجدول (٣) المبين أعلاه أن مستوى الضغوط تباين في محور العمل مع التلاميذ حيث احتل مستوى الضغوط المعتدلة الرتبة الأولى بنسبة ٦١,٨% وجاء في الثانية ضغوط بسيطة بنسبة ١٨,٢% أما الرتبة الثالثة فكانت لمستوى ضغوط مرتفعة بنسبة ١٤,٥% والرتبة الرابعة بمستوى ضغوط بسيطة جداً بنسبة ٣,٦% وكانت الرتبة الأخيرة لمستوى ضغوط حادة بنسبة ١,٨%.

وبتطبيق اختبار كاي² تبين - توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠١.

٢. مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور الإمكانيات المادية

جدول (٤)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور الإمكانيات المادية

ن = (٥٥)

مستوى الدلالة	ن	النسبة المئوية	التكرار	مستوى الضغط	المحور الثالث
٠,٠٠٢	١٥,٠٣	%٠	٠	ضغوط بسيطة جدا	إمكانيات مادية
		%٥,٥	٣	ضغوط بسيطة	
		%٢٩,١	١٦	ضغوط معتدلة	
		%٤١,٨	٢٣	ضغوط مرتفعة	
		%٢٣,٦	١٣	ضغوط حادة	
		%١٠٠	٥٥	المجموع	

مستوى الدلالة عند ٠,٠٠٢

نلاحظ من خلال الجدول (٤) الموضح أعلاه أن مستوى الضغوط تباين في محور الإمكانيات المادية حيث احتل مستوى الضغوط المرتفعة الرتبة الأولى بنسبة ٤١,٨% وجاء في الثانية ضغوط معتدلة بنسبة ٢٩,١% أما الرتبة الثالثة فكانت لمستوى ضغوط حادة بنسبة ٢٣,٦% والرتبة الرابعة والأخيرة فكانت لمستوى ضغوط بسيطة بنسبة ٥,٥%.

وبتطبيق اختبار كاي² تبين أنه توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠٢.

٣. مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور الراتب الشهري

جدول (٥)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور الراتب الشهري

ن = (٥٥)

مستوى الدلالة	ن	النسبة المئوية	التكرار	مستوى الضغوط	المحور الثالث
٠,٠٠١	٣١,٧٤	%٠	٠	ضغوط بسيط جدا	راتب الشهري
		%١,٨	١	ضغوط بسيطة	
		%١٦,٤	٩	ضغوط معتدلة	
		%٥٢,٧	٢٩	ضغوط مرتفعة	
		%٢٩,١	١٦	ضغوط حادة	
		%١٠٠	٥٥	المجموع	

مستوى الدلالة عند ٠,٠٠١

نلاحظ من خلال الجدول (٥) المبين أعلاه أن مستوى الضغوط تباين في محور الراتب الشهري حيث احتل مستوى الضغوط المرتفعة الرتبة الأولى بنسبة ٥٢,٧%، وجاء في الثانية ضغوط حادة بنسبة ٢٩,١% أما الرتبة الثالثة فكانت لمستوى ضغوط معتدلة بنسبة ١٦,٤% والرتبة الرابعة والأخيرة فكانت لمستوى ضغوط بسيطة بنسبة ١,٨%.

وبتطبيق اختبار كاي² تبين أنه توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠١.

٤. مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور التوجيه التربوي

جدول (٦)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور التوجيه التربوي

ن = (٥٥)

مستوى الدلالة	كا ²	النسبة المئوية	التكرار	مستوى الضغوط	محور توجيه تربوي
٠,٠٠١	٢٣,٤٥	%٥,٥	٣	ضغوط بسيطة جدا	
		%٢٠	١١	ضغوط بسيطة	
		%٣٦,٤	٢٠	ضغوط معتدلة	
		%٣٣,٧	١٨	ضغوط مرتفعة	
		%٥,٥	٣	ضغوط حادة	
		%١٠٠	٥٥	المجموع	

مستوى دلالة ح

نلاحظ من خلال الجدول (٦) موضح أعلاه أن مستوى الضغوط تبين في محور التوجيه التربوي حيث احتل مستوى الضغوط المعتدلة المرتبة الأولى بنسبة %٣٦,٤. وجاء في الثانية ضغوط مرتفعة بنسبة %٢٩,١ أما الرتبة الثالثة فكانت مستوى ضغوط بسيطة بنسبة %٢٠ والرتبة الرابعة فكانت مستوى ضغوط بسيطة وحادة بنفس النسبة وهي %٥,٥.

وبتطبيق اختبار كا² تبين أنه توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠١.

٥. مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور علاقة المعلم بإدارة الثانوية

جدول (٧)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور علاقة المعلم بإدارة الثانوية

ن = (٥٥)

مستوى الدلالة	كا ²	النسبة المئوية	التكرار	مستوى الضغوط	محور الخامس
٠,٠٠١	٢٨,٩٠	%٣,٦	٢	ضغوط بسيطة جدا	علاقة المعلم بإدارة الثانوية
		%١٢,٧	٧	ضغوط بسيطة	
		%٣٤,٥	١٩	ضغوط معتدلة	
		%٤٠	٢٢	ضغوط مرتفعة	
		%٩,١	٥	ضغوط حادة	
		%١٠٠	٥٥	المجموع	

مستوى الدلالة عند ٠,٠٠١

نلاحظ من خلال الجدول (٧) المشار إليه أعلاه أن مستوى الضغوط تبين في محور علاقة المعلم بإدارة الثانوية حيث احتل مستوى الضغوط المرتفعة الرتبة الأولى بنسبة %٤٠ وجاء في الثانية ضغوط معتدلة بنسبة %٣٤,٥. أما الرتبة الثالثة فكانت مستوى ضغوط بسيطة بنسبة %١٢,٧ والرتبة الرابعة فكانت مستوى ضغوط حادة بنسبة %٩,١ والرتبة الخامسة والأخيرة فكانت مستوى ضغوط بسيط جدا بنسبة %٣,٦.

وبتطبيق اختبار كا² تبين أنه توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠١.

٦. مستوى الضغوط المهنية، بالنسبة لمحور علاقة المعلم بالزملاء

جدول (٨)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة لمحور علاقة المعلم بالزملاء

ن = (٥٥)

مستوى الدلالة	كا ²	النسبة المئوية	التكرار	مستوى الضغوط	المحور
٠,٠٠١	١٨,٧٢	%٩,١	٥	ضغوط بسيطة جدا	علاقة المعلم بالزملاء
		%٢٧,٣	١٥	ضغوط بسيطة	
		%٣٤,٥	١٩	ضغوط معتدلة	
		%٢٥,٥	١٤	ضغوط مرتفعة	
		%٣,٦	٢	ضغوط حادة	
		%١٠٠	٥٥	المجموع	

نلاحظ من خلال الجدول (٨) الموضح أعلاه أن مستوى الضغوط قد تباين في محور علاقة المعلم بالزملاء المعلمين حيث احتل مستوى الضغوط المعتدلة الرتبة الأولى بنسبة %٣٤,٥، وجاء في الرتبة الثانية ضغوط بسيطة بنسبة %٢٧,٣ أما الرتبة الثالثة فكانت لمستوى ضغوط مرتفعة بنسبة %٢٥,٥ والرتبة الرابعة فكانت لمستوى ضغوط بسيطة جدا بنسبة %٩,١ والرتبة الخامسة والأخيرة فكانت لمستوى ضغوط حادة بنسبة %٣,٦.

وبتطبيق اختبار كا² تبين أنه توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠١.

٧. مستوى الضغوط المهنية بالنسبة للمقياس ككل

جدول (٩)

مستوى الضغوط المهنية بالنسبة للمقياس ككل

ن = (٥٥)

مستوى الدلالة	كا ²	النسبة المئوية	التكرار	مستوى الضغوط	كل المحاور
٠,٠٠١	٣١,٦١	%٠	٠	ضغوط بسيطة جدا	المقياس ككل
		%١٠,٩	٦	ضغوط بسيطة	
		%٤١,٨	٢٣	ضغوط معتدلة	
		%٤٥,٥	٢٥	ضغوط مرتفعة	
		%١,٨	١	ضغوط حادة	
		%١٠٠	٥٥	المجموع	

نلاحظ من خلال الجدول (٩) المبين أعلاه أن مستوى الضغوط تباين في محور الراتب الشهري حيث احتل مستوى الضغوط المرتفعة الرتبة الأولى بنسبة %٤٥,٥، وجاء في الثانية ضغوط معتدلة بنسبة %٤١,٨ أما الرتبة الثالثة فكانت لمستوى ضغوط بسيطة بنسبة %١٦,٩ والرتبة الرابعة والأخيرة فكانت لمستوى ضغوط حادة بنسبة %١,٨.

وبتطبيق اختبار كا² تبين أنه توجد دلالة إحصائية عالية بمستوى ٠,٠٠١.

ومن ثمة فقد جاءت النتائج موافقة لما أشارت إليه بعض الدراسات المشار إليها أعلاه كدراسة برايد (١٩٨٣) MC

Bride وكذا دراسة عسكر وآخرون (١٩٨٦) إضافة إلى دراسة برايس (١٩٨٨) BRISSIE.

٨. أهم مصادر الضغوط المهنية الأكثر تأثيراً على معلمي التربية البدنية والرياضية. لمعرفة أهم المصادر تأثير على معنى التربية البدنية والرياضية أو بالأحرى ترتيبها في التأثير قمنا بتطبيق اختبار (FRIEDMAN TEST) لمعرفة متوسط الرتب لمحاول مقياس الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية.

جدول (١٠)

ترتيب مصادر الضغوط المهنية الأكثر تأثيراً على معلمي التربية البدنية والرياضية

ن = (٥٥)

رقم المحور	مصدر الضغوط المهنية	رتب	مقياس	رتب	مستوى الدلالة
١	الراتب الشهري	٢,٦٢	١	١	٠,٠٠١
٢	الإمكانيات المادية	٤,٤٦	٢	٢	
٣	التوجيه التربوي	٤,٤٦	٣	٣	
٤	علاقة المعلم بإدارة الثانوية	٩٧,٤٩	٤	٤	
٥	علاقة المعلم مع التلاميذ	٩٧,٤٩	٥	٥	
٦	علاقة المعلم بالزملاء	٩٧,٤٩	٦	٦	

مستوى الدلالة: عند ٠,٠٠١

من خلال النتائج الموضحة أعلاه في الجدول (١٠) نلاحظ بأن متوسطات الرتب قد تبأينت في تأثيرها على معلمي التربية البدنية والرياضية حيث بلغ مصدر الراتب الشهري المرتبة الأولى بنسبة ٤,٨٥، وهي أعلى نسبة وتليها في المرتبة الثانية مصدر الإمكانيات المادية بنسبة ٤,٤٦، ثم في المرتبة الثالثة علاقة المعلم بإدارة الثانوية بنسبة ٣,٤٩، كما احتل مصدر التوجيه التربوي المرتبة الرابعة بنسبة ٣ وجاء مصدر العمل مع التلاميذ في المرتبة ما قبل الأخيرة بنسبة ٢,٦٢ والنسبة الأخيرة عادت لمصدر علاقة المعلم بالزملاء.

ويظهر من خلال تطبيق اختبار كاي^٢ على جميع محاور المقياس والتي كانت نسبته ٩٧,٤٩ % أثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عالية عند مستوى ٠,٠٠١، فيما يخص تأثير مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية ومن ثمة ومن خلال الجدول المبين أعلاه يمكننا ترتيب المصادر المسببة للضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية حسب درجة تأثيرها على النحو التالي.

- ١ - الراتب الشهري، ٢ - الإمكانيات المادية، ٣ - علاقة المعلم بإدارة الثانوية، ٤ - التوجيه التربوي، ٥ - العمل مع التلاميذ، ٦ - علاقة المعلم بالزملاء.

٩. أثر متغير الجنس في مصادر الضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية والرياضية

جدول (١١)

إختبار (ت) دلالة فروق لمتغير الجنس لمصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية الرياضية ن= (٥٥)

الرقم	المتغير	الجنس		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الانحراف المعياري
		ن = ٢٥	ن = ٣٠				
١	العلاقة مع الزملاء	٢.٩١	٢.٥٦	٢.٩١	٢.٥٦	٢.٩١	٢.٥٦
٢	العلاقة مع الإدارة	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢
٣	العلاقة مع الزملاء	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢
٤	العلاقة مع الزملاء	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢
٥	العلاقة مع الزملاء	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢
٦	العلاقة مع الزملاء	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢
٧	العلاقة مع الزملاء	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢	٣.٦٢	٢.٤٢

يتضح من الجدول (١١) أنه وب تطبيق اختبار (ت) على محاور المقياس أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بالنسبة لمتغير الجنس عند مستوى الدلالة ٠.٠٥ وهو ما يتفق مع ما أسفرت عليه نتائج دراسة لورنس بسطا (١٩٩٠).

١٠. أثر متغير الأقدمية في مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية.

جدول (١٢)

إختبار تحليل التباين ANOVA، دلالة الفروق لمتغير الأقدمية لمصادر الضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية والرياضية ن= (٥٥)

الرقم	المتغير	١ - ٥ سنوات		٦ - ١٠ سنوات		١١ سنة فما فوق	
		ن = ١٤	ن = ١٦	ن = ١٦	ن = ٢٥		
١	العلاقة مع الزملاء	٢.٩٥	١٩.٣٨	٣.٠٥	١٦.٤٨	٣.٠٢	٤.٨٧
٢	العلاقة مع الإدارة	٣.٦٢	٢٤.٣١	٣.٤٢	٢١.٥٢	٤.٣٣	٢.٤٩
٣	العلاقة مع الزملاء	٢.٩٤	٢٤.٢٥	٢.١٧	٢٢.٥٢	٣.١٢	١.٨٦
٤	العلاقة مع الزملاء	٤.٦٥	١٩.٧٥	٣.٦٤	١٦.٨٠	٥.٠٩	٤.٠٧
٥	العلاقة مع الزملاء	٣.١٢	٢١.١٩	٢.٤٠	١٧.٥٢	٤.٨٧	٦.٨٦
٦	العلاقة مع الزملاء	٦.٧٢	٢٠.١٢	٣.٦٨	١٥.٨٨	٤.٦٠	٣.٥٣
٧	العلاقة مع الزملاء	١٤.٨٣	١٢٩	١٣.٣٦	١١٠.٧٢	١٨.١١	٧.٠٤

* مستوى الدلالة عند ٠.٠١ - ** مستوى الدلالة عند ٠.٠٥

يتضح من الجدول (١٢) المبين أعلاه وبتطبيق اختبار تحليل التباين على محاور المقياس أنه توجد دلالة إحصائية بالنسبة لمتغير الأذمية عند مستوى ٠,٠١ وهو ما أشارت إليه كل من دراسة سامي محمود أبو بيه (١٩٨٦) ودراسة كريس (١٩٨٩) أبي جنب دراسة حسني ومحمود (١٩٩٣) وتعارضت مع ما أسفرت عليه نتائج دراسة هانم بنت حامد ياركندي (١٩٩٣).

١١. أثر متغير المؤهل العلمي في مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية

جدول (١٣)

إختبار (ت) دلالة الفروق لمتغير المؤهل العلمي لمصادر الضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية والرياضية.

ن = (٥٥)

الدلالة الإحصائية	قيمة ت	ن = ١١		ن = ٤٤		متغير المهنة	رتبة
		نقطة سامي		نقطة			
		الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠,٠١*	٢,٥١	٢,٨٤	١٥,٧٣	٢,٨٦	١٨,٣١	التعلم مع التلميذ	١
٠,١٠	١,٦٣	٤,٧٠	٢٠,٩١	٣,٧٦	٢٣,٠٩	الإمكانيات الذاتية	٢
٠,٧٨	٠,٢٧	٢,٣٨	٢٢,٩١	٣,٠١	٢٣,١٨	الرتب الوظيفية	٣
٠,٠٣**	٢,١٩	٤,٨٤	١٥,٩١	٤,٦٦	١٩,٣٩	التوجيه التربوي	٤
٠,٣٥	٠,٩٤	٥,٤١	١٨,٥٥	٣,٩٨	١٩,٩١	علاقة المنهج بإدارة التدرسية	٥
٠,٥٢	٠,٦٤	٥,١٦	١٦,٥٥	٥,٢٨	١٧,٦٨	علاقة المنهج بالمرشد	٦
٠,٠٦	١,٨٨	١٨,٥٢	١١,٥٥	١٧,٠٨	١٢١,٥٩	المقياس ككل	٧

* مستوى الدلالة عند ٠,٠١ - ** مستوى الدلالة عند ٠,٠٥

يتضح من الجدول (١٣) المبين أعلاه أن أنه وبتطبيق اختبار (ت) على محاور المقياس أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بالنسبة لمتغير المؤهل العلمي عند مستوى الدلالة ٠,٠٥ وهو ما تعارض مع ما أشارت له كل من دراسة إبراهيم السمسوني (١٩٨٩) ودراسة سامي محمود أبو بيه (١٩٨٦) وكذا هانم بنت حامد ياركندي (١٩٩٣).

١٢. أثر متغير الحالة العائلية في مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية

جدول (١٤)

إختبار (ت) دلالة الفروق لمتغير الحالة العائلية لمصادر الضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية والرياضية.

ن = (٥٥)

الدالة الإحصائية	قيمة ت	متزوج		اعزب		متغير
		ن = ٣١		ن = ٢٤		
		الإحتراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠,١٧	١,٣٩	٣,٤٢	١٧,٢٩	٢,٨٧	١٨,٥٠	١ تعرض مع تدريسي
٠,١٧	١,٣٨	٤,٤٢	٢٢	٣,٣٣	٢٣,٥	٢ إمكانات المادية
٠,٢٢	١,٢٢	٣,٠٦	٢٢,٧١	٢,٥٨	٢٣,٦٧	٣ الراتب الشهري
٠,٠٣٣	٢,٣٥	٤,٩٥	١٧,٣٩	٤,٢٧	٢١,٣٠	٤ التوجيه التربوي
٠,٠٤٣	٢,٠٧	٤,٨٣	١٨,٦١	٣,٠٥	٢٠,٩٦	٥ علاقة المعلم بإدارة الثانوية
٠,٤٣	٠,٧٨	٥,٠١	١٦,٩٧	٥,٥٤	١٨,٠٨	٦ علاقة الأستاذ بالزملاء
٠,٠٠٣	٢,١٦	١٩,١٢	١١٤,٩٧	١٤,٢٨	١٢٥,٠٨	٧ المقياس ككل

** مستوى الدلالة عند ٠,٠٥

يتضح من خدات الجدول (١٤) المبين أعلاه أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بالنسبة لمتغير الحالة العائلية لمصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية وهو ما يتعارض مع ما أسفرت عليه نتائج دراسة كل من السيد إبراهيم السدوني (١٩٨٩) ودراسة هانم حامد ياركندي (١٩٩٣).

استنتاجات الدراسة:

وقد أسفرت نتائج الدراسة الحالية على مايلي:

- تعرض معلمي التربية البدنية والرياضية لضغوط مهنية بسبب: العمل مع التلاميذ والإمكانات المادية، والراتب الشهري، والتوجيه التربوي، وكذا علاقة المعلم بإدارة المؤسسة وعلاقة المعلم بالزملاء.
- كما أسفرت نتائج الدراسة الحالية وبعد ترتيب العوامل الأكثر تأثيراً في مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية على مايلي: — الراتب الشهري — الإمكانات المادية — علاقة المعلم بإدارة الثانوية — التوجيه التربوي — العمل مع التلاميذ — علاقة المعلم بالزملاء.
- لا توجد فروق دالة إحصائية تعود لمتغير الجنس في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية والرياضية.
- وجود فروق دالة إحصائية تعود لمتغير الأقدمية في التدريس (الخبرة المهنية) في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية والرياضية.
- لا توجد فروق دالة إحصائية تعود لمتغير المؤهل العلمي في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية والرياضية.
- وجود فروق دالة إحصائية تعود لمتغير الحالة العائلية في مصادر ضغوط معلمي التربية البدنية والرياضية.

توصيات الدراسة:

- تعتبر هذه الدراسة لجنة تصنف إلى دراسات مستقبلية للوقوف عند بعض العوامل الأخرى التي من شأنها هي الأخرى ربما قد تسبب الضغوط المهنية لدى شريحة معلمي التربية البدنية والرياضية، مما يسمح بحصر جميع جوانب الظاهرة ومن ثمة البحث عن استراتيجيات التخفيف من حدة الضغوط بصفة عامة لدى هذه الشريحة.
- رفع الروح المعنوية للمدربين بشكل عام وإشعارهم بقيمة ما يبذلونه من جهد وهذه الخطوة يقوم بها مدير المؤسسة والمشرف التربوي، وتذكيرهم بأنهم يعملون هذا يقومون بخدمة عظيمة لديهم ووطنهم؛
- توعية المعلمين وتذكيرهم بالفوائد الأساسية في التعليم والتعامل مع التلاميذ وبيان أهمية الصبر في هذا كله وضرورة الابتعاد عن النظرة المثالية لطلاب؛
- تحسن حاجات المعين النفسية بمراعاة الجوانب الإنسانية في التعامل معهم وإشعارهم بالدعم فسي المواطن الحرجة؛
- السعي لإيجاد بديل للتدريب في جو سريع التحول والابتعاد عن الرتابة مع مراعاة قواعد عملية التغيير وأساليبه وما يصاحبها من ردود أفعال وإحجام أو عداة أحيانا فقدم الانتباه إلى هذه القواعد قد يولد ضغوط نفسية أيضا؛
- السعي لتنمية المعلمين وتطوير النظم وإكسابهم وسائل وطرق تدريس جديدة بالمشاركة في الدورات التربوية، خاصة ما يتعلق منها بجانب إدارة القسم وأساليب وطرق التدريس؛
- رفع عامل التحفيز لدى مدته الشريحة بمراجعة شبكة الأجور والترقية؛
- توفير الإمكانيات اللازمة لتسهيل عن المعلم وتذليل الصعوبات لديه وبالتالي تخفيف وطأة الضغوط لديه.

المقترحات المستقبلية للدراسة الحالية:

- كما يقترح الباحث بعض الدراسات المستقبلية التي يرونها بحاجة للدراسة والبحث قصد الوقوف على أهم الجوانب التي تخص ضغوط معلم التربية البدنية والرياضية للوقوف عليها وبالتالي البحث عن الحلول الناجعة لها ومن بين ما يقترحه الباحث:
- الضغوط النفسية وعلاقته بالرصيد الوظيفي لدى معلمي التربية البدنية والرياضية.
- الضغوط المهنية وعلاقته بتقدير الذات لدى معلمي التربية البدنية والرياضية.
- استراتيجيات التخفيف من الضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية والرياضية.
- نحو إعداد برنامج شامل كافي للتعامل مع الضغوط النفسية والمهنية لمعلمي التربية البدنية والرياضية.
- مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية وعلاقتها ببعض المتغيرات.
- دافعية معلمي التربية البدنية للعمل التربوي وعلاقته بالضغوط المهنية.

الخاتمة:

لاشك أن موضوع الضغوط المهنية قد شكّل محورا هاما دفع العديد من الباحثين وعلماء النفس وكذا التربويين إلى محاولة تحديده والتفوق على مسبباته وكذا مصادره بغية إيجاد حلول ووسائل وقائية من شأنها التخفيف من وطأة الضغوط المهنية. كما لم يبق من آثار جمة تنعكس على الفرد وكذا المجتمع، ولاشك أيضا أن مهنة التعليم تعتبر من بين أهم تسيير التي شكّل فيها حضي موضوع الضغط بالقدر الكافي من الدراسات والأبحاث لما لها هي الأخرى من نصيب جسم وعبء عظيم الرسالة الملقاة على أعناق المعلمين، ومن ثمة فإن الاهتمام بهذه الشريحة من المجتمع تسيير استوجب لها قد يساهم بشكل أو بآخر في رفع مسار المجتمع ورقية.

قائمة المراجع:

أولا: قائمة المراجع باللغة العربية:

- ١- السرفوي جمال، الشخص تحت العزلة (١٩٩٨): الضغوط النفسية وأساليب المواجهة والاحتياجات لأولياء أمور المعاقين، دار الكتاب الجامعي، العين.
- ٢- السيد إبراهيم السامدوني (١٩٩٦): تسيير المعلم للضغوط المهنية وعلاقته بوجهة الضبط الداخلي و الخارجي وبعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة كلية التربية، جامعة نداء تونس، الإسماعيلية، مصر.
- ٣- السيد إبراهيم السامدوني، فيد التربية (١٩٩٨): الإتهاك النفسي لدى عينة من المعلمين في مجال الخدمات الإنسانية بمدينة الرياض وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة بحث سعود العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، العدد ١، السعودية.
- ٤- بسط ترويس (٢٠٠٠): ضغوط العمل لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي مصادرها والانتفاعات النفسية السلبية المصاحبة لها، دراسات تربوية، العدد ٣٠، مصر.
- ٥- صادق الحصة بحث (١٩٩٣): التوتر في العمل لدى مديري ومديرات المدارس القطرية (دراسة استطلاعية) حول كلية التربية، جامعة قطر، قطر.
- ٦- عبد الجواد محمد أحمد (٢٠٠٠): إدارة ضغوط العمل والحياة، دار النشر للثقافة والعلوم، طنطا، مصر.
- ٧- علي عسكري، حسن جموع، بحث الأنصاري (١٩٨٦): مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الإحترق النفسي، المجلة التربوية، العدد ١٠، الكويت.
- ٨- فاخر عاتق (١٩٨٢): أسس البحث العلمي في العلوم السلوكية، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان.
- ٩- لطفى راشد بحث، (١٩٩٢): نحو إطار شامل لتفسير ضغوط العمل وكيفية مواجهتها، مجلة الإدارة العامة، العدد ٧٥، معهد الإدارة العامة، الرياض، السعودية.
- ١٠- محمد حسن علاوي (١٩٩٨): سيكولوجية الإحترق للاعب والمدرب، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١١- نجاح بنت قيلان القيلان (٢٠٠٠): مصادر الضغوط المهنية في المكتبات الأكاديمية في المملكة العربية السعودية، س ١، العدد ٤١، مكتبة الملك فهد الرياض، السعودية.
- ١٢- هانم حاتم ياركندي (١٩٩٣): مستوى ضغط المعلم وعلاقته بالطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات الديموجرافية، العدد ٦، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مصر.
- ١٣- هانم بنت حاتم ياركندي (٢٠٠٠): الصحة النفسية في المفهوم الإسلامي ودراسات أخرى، الطبعة الأولى، دار عالم الكتاب للطباعة والنشر والتوزيع، الرياض، السعودية.

ثانيا: قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

- ١٤- CHRIS T (١٩٨٩): Stress in Teaching and Teacher Effectiveness, Educational Research, Vol ٣, No١.

ملخص البحث:

تقد حواس هذه دراسة تحليلية الضوء على أهم مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية، لعينة عشوائية من ثانويات ولاية البليدة قوامها (٥٥) معلما من (٥٨) ذكور و (١) أنثى، قد استخدم الباحثان مقياس مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية، التي صممها محمد حسن شوي (١٩٩٨).

وقد كشفت نتائج الدراسة عن تعرض معلمي التربية البدنية لضغوط مهنية بسبب مصادر تعود للعمل مع التلاميذ، الإمكانيات المادية، الراتب الشهري، التوجيه التربوي، علاقة المعلم بإدارة الثانوية وعلاقة المعلم بالزملاء، على الرغم من اختلاف مستوى ودرجة وشدة تأثير كل منها، وقد تم التوصل إلى ذلك من خلال استعمال عدة اختبارات إحصائية من بين المتوسط الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار χ^2 و χ^2 كذا الاختبار F (١-١) اختبار تحليل التباين (ANOVA) إضافة إلى اختبار فريدمان (FRIEDMAN (TESTE

وقد جاء ترتيب هذه مصادر حسب درجة وشدة تأثيرها على النحو التالي: ١ - الراتب الشهري، ٢ - الإمكانيات المادية، ٣ - علاقة المعلم بإدارة الثانوية؛ - التوجيه التربوي، ٥ - العمل مع التلاميذ، ٦ - علاقة المعلم بالزملاء

وتشير إلى أن المتغيرات الديموغرافية التي تناولتها الدراسة والمتمثلة أساسا في الجنس، المؤهل العلمي وكذا الحالة العائلية، والأقدمية في التدريس، تبينت في تأثيرها بمصادر الضغوط المهنية، حيث دلت نتائج الدراسة على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ تعود لمتغير الجنس وكذا متغير المؤهل العلمي، إلا أنه توجد دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بالنسبة لمتغير الأقدمية في التدريس، ودلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بالنسبة لمتغير الحالة العائلية.

ومن ثمة يمكن إثبات الفروض القائلة بتعرض معلمي التربية البدنية والرياضية لضغوط مهنية بسبب المصادر المذكورة أعلاه، وكذا الفرض القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعود لمتغير الجنس و متغير المؤهل العلمي، ونفي الفرض القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعود لكل من متغيري الأقدمية في التدريس وكذا متغير الحالة العائلية، لأننا جاءت معاكسة لما أسفرت عليه نتائج الدراسة الحالية. الكلمات الأساسية: الضغوط المهنية، معلم التربية البدنية والرياضية، المتغيرات الديموغرافية.

Résumé :

Cette étude a essayé de souligner les sources les plus importantes de la pression professionnelle des professeurs d'éducation physique et sa relation avec certaines variables démographiques, à un échantillon aléatoire des lycées de Blida. 80 professeurs: (58) hommes et (22) femmes, les chercheurs ont utilisé la mesure de la pression de sources professionnelles des enseignants d'éducation physique et sportive, conçue par Mohamed Hassan Alawi (1998).

Les résultats de l'étude ont révélé la vulnérabilité des professeurs de l'éducation physique en raison de la pression de sources professionnelles en relation du travail avec les élèves, les ressources matérielles, le salaire mensuel, l'orientation scolaire et la relation avec les collègues, en dépit des différences de niveaux et le degré de gravité et d'influence, ont été obtenus par l'emploi de plusieurs tests) en plus du test de Friedman (Friedman Teste statistiques, y compris la moyenne les écarts types, le teste du χ^2 , ainsi que le teste du « t- Student » et l'analyse de la variance (ANOVA).

L'organisation de ces sources et le degré de sévérité de l'impact comme suit:

1. salaire mensuel; 2. le potentiel matériel; 3. la relation professeur administration du lycée; 4. l'orientation scolaire;
5. le travail avec les élèves; 6. relation professeur-collègues.

Nous notons que les variables démographiques que cette étude a traité consiste essentiellement aux variables du sexe, qualification scientifique, de la situation familiale, de l'ancienneté dans l'enseignement, a montré chacune son influence avec les sources de pression. Les résultats de l'étude ont montré qu'il n'y a pas de différences significatives à ... de la variable du sexe ainsi que la qualification scientifique. Toutefois, il existe une différence significative au niveau de ... pour la variable d'ancienneté dans l'enseignement, et statistiquement significative au niveau de ... pour la variable de la situation familiale.

Ainsi nous pouvons confirmer les hypothèses qui disent que les professeurs d'éducation physique et sportive subissent une pression des sources ci-dessus, ainsi que l'hypothèse qui dit qu'il n'y a pas de différence significative entre la variable du sexe et de la qualification scientifique, et on annule l'hypothèse qui dit qu'il n'y a pas de différences statistiquement significatives entre la variable de l'ancienneté et la situation familiale, parce qu'elle est contradictoire aux résultat de la présente étude.

Mots-clés: pression professionnelle, professeur d'éducation physique et sportive, les variables démographiques.