الضغوط المهنية لدى الأساتذة وعلاقتها ببعض المتغيرات الدراسية

(دراسة ميدانية على أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم المتوسط بمدينة ورقلة)

Work stresses of teachers and its relation with some study variable

أحميدة نصير *	علي جرمون
جامعة قاصدي مرباح ورقلة–الجزائر	جامعة قاصدي مرباح ورقلة–الجزائر
ahmidanecir@gmail.com	djermoun.ali@univ-ouargla.dz

تاريخ الاستلام: 2019/10/19 تاريخ القبول: 2020/03/14

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى قياس مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية والكشف عن أهم مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها الأستاذ في مهنة التعليم، وكذا تحديد الفروق في مستوى الضغوط المهنية تبعا لمتغيري سنوات الخبرة والمؤهل العلمي، وتكونت عينة الدراسة من 65 أستاذ اختيروا بطريقة عشوائية بسيطة، واعتمدت الدراسة على قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية من اعداد محمد حسن علاوي، وأظهرت النتائج أن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية منخفض، وأن من أهم مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها الأستاذ في مهنة التعليم تتعلق بالإمكانات المادية بالمدرسة والراتب الشهري للمعلم، وتوجد فروق في الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى لعامل الخبرة، ولا توجد فروق في الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى لعامل المؤهل العلمي، وتوجد علاقة بين مصدر الضغوط المهنية المتعلقة بالعمل مع التلاميذ في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ومصادر الضغوط المهنية المتعلقة (الإمكانات المادية بالمدرسة، التوجيه التربوي الرياضي العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة، العلاقات مع المعلمين الاخرين).

الكلمات المفتاحية: الضغوط المهنية؛ سنوات الخبرة؛ المؤهل العلمي؛ أستاذ التربية البدنية والرياضية؛ التعليم المتوسط.

Abstract

The present study aimed to measure the work stresses level and his sources among teachers of middle education, and determine the differences in work stresses level to the following variables: scientific qualification and years of experience. The study sample consisted of (65) teachers of physical education and sports in middle

* المؤلف المرسل: علي جرمون، الإيميل: sport.educat@gmail.com

education, They were randomly selected, A scale was used work stresses list of Mohamed Hassen Allaoui, The results showed that the level of work stresses among teachers of physical education and sports was low, and One of the most important sources of professional pressure for the teacher in the education profession is the material potential in educational institution and his monthly salary. The findings of the study also showed there are differences in work stresses due to the experience factor, and no differences in work stresses due to scientific qualification. That there are relations between the sources of work stresses related to work with pupils and those related to: material possibilities in school, sport educational instruction, the relation between the teacher and school administration and between them self.

Keywords: **work stresses; years of experience; scientific qualification; teachers of physical education and sports; middle education**

مقدمة:

يتعرض الموظفون باختلاف وظائفهم إلى أحداث ومواقف وحالات تسبب لهم الضيق والتوتر والقلق، ومنهم المدرسون الذين يتعرضون إلى مجموعة من الضغوط المتعلقة بعملهم سواء تعلق بالتلاميذ أو الإداريين أو زملائه، أو بالإمكانيات المادية في المدرسة، وأسباب هذه الضغوط تؤثر على أدائه التدريسي.

يلاحظ في العديد من المهن والأعمال والوظائف المختلفة توافر درجات متفاوتة ومتباينة من الأعباء والضغوط المهنية المرتبطة بها، وأن إدراك الموظفين والعاملين بهذه المهن والوظائف واستجابتهم لهذه الضغوط تختلف اختلافا واضحا من شخص إلى اخر في ضوء اختلاف صفاتهم وسماتهم الشخصية، وتعتبر مهنة التدريس من المهن التي ترتبط بصورة واضحة بالعديد من الضغوط على مختلف أنواعها، حيث يرتبط عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية بصورة خاصة بعوامل ومصادر متعددة من الضغوط تتميز بالانفعالات كالقلق والتوتر والاستثارة والضغط نتيجة كثافة الفصل وكثافة الحجم الساعي المخصص للتدريس، وعدم الرضا عن الراتب الشهري، والعلاقات بين المدرس ومختلف الفاعلين في العلمية التربوية (المدرسين، الإدارة، المشرف التربوي)

إن الضغوط المهنية تمثل خطرا على صحة العاملين والأفراد بمنظمات الأعمال من الناحية النفسية والصحية والسلوكية، وبالتالي فإننا لا نتوقع من هؤلاء الأفراد أداءا متميزا أو التركيز في العمل أو عدم القدرة على التكيف وضعف مستوى الأداء والعجز عن مهامه وواجباته اليومية وانخفاض الدافعية للعمل والشعور بالإنهاك النفسي، ولا يمكن حصر أثار ومصادر

الضغوط المهنية في عوامل محددة وثابتة لتأثرها باختلاف بيئة العمل واختلاف طبيعة الأفراد، حيث أن لكل فرد طريقته المناسبة للتعامل مع هذه الضغوط والتعرف على الأسلوب المناسب لشخصيته لمواجهة الضغوط المهنية والتعامل معها. (صبرينة، 2014)

ومهنة التدريس تحتاج إلى مؤهلات شخصية يجب أن تتوفر في المدرسين حتى يستطيعوا القيام بهذه المسؤولية الكبيرة، فهي وظيفة ترتبط بها العديد من الواجبات والمسؤوليات والأعباء، والتي تظهر فيها كثرة الضغوط المهنية التي تواجه المدرس في بيئته المدرسية والتي تؤثر على أدائهم سلبا أو إيجابا نتيجة لاستجاباتهم لها.

1.إشكالية الدراسة:

تعرف الضغوط المهنية بأنها أي مثيرات أو تغيرات في البيئة الداخلية والخارجية تتسم بالشدة والدوام، والتي تحدث في ظروف معينة تؤدي الى اختلال السلوك وعدم التوافق أو الاختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض، بقدر استمرار الضغوط بقدر ما يتبعها من استجابات جسمية ونفسية غير صحيحة. (تعيلب، 2016، صفحة 49)

إن عبارة الضغوط المهنية تدل على حالتين مختلفتين ففي الأولى تشير إلى الظروف البيئية التي تحيط بالفرد والتي تسبب له نوعا من الضيق والتوتر وضمن هذا الاطار فإنها تشير إلى وجود مسببات مختلفة أو مصادر خارجية للضغوط، وفي الحالة الثانية تشير إلى ردود الفعل الداخلية والتي تحدث بسبب هذه المصادر أو الشعور غير السار الذي يعطي تسمية الضغوط، ولقد اتفق معظم المهتمين بهذا الموضوع على أن المواقف البيئية التي تدرك بأنها ذات متطلبات تفوق قدرات وإمكانيات الفرد في التعامل معها تمثل ضغوطا بالنسبة له، ومن هذا يتضح لنا أن الضغوط المهنية في المنظمات ماهو إلا نتيجة لبعض المواقف الضاغطة (المثيرات) التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم العملية والتي تؤثر سلبا على أدائهم سلبا أو إيجابا نتيجة لاستجاباتهم لها، وهذه الاستجابة تختلف من شخص إلى اخر بحسب الفروق الفردية بينهم وبحسب نوع المثيرات التي يتعرض لها، ومنه يمكن القول بأن الضغط المهني يعكس التوافق بين الفرد والمواقف التي يتعرض لها في محيط عمله. (صبرينة، 2014، الصفحات 22- 23)

وتعتبر مهنة التعليم من المهن الضاغطة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات التي تناولت موضوع الضغوط المهنية في مجال مهنة التدريس، منها الدراسة التي أجراها الأحسن (2015) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وتحديد

مستوى تقدير الذات لديهم، وتوصلت الدراسة إلى وجود ضغوط مهنية مرتفعة لدى معلمي المرحلة الابتدائية، وأظهرت هذه الضغوط بسبب مصادر متعلقة (أعباء المهنة، ظروف العمل، التلاميذ واولياء امورهم، السياسة التعليمية، الاجر والحوافز، العلاقات المهنية، المكانة الاجتماعية)، ومنها دراسة تيموثي (2002) دراسة هدفت التعرف على تأثير السمات الشخصية للمعلمين على التقييم المعرفي للضغط المهني والألم العاطفي، وخلصت النتائج إلى وجود علاقة بين السمات الشخصية والتقييم المعرفي والألم العاطفي، وجود علاقة بين السمات الشخصية والضغط المهني للمعلمين، وفي دراسة اجراها بيلتز (2008) التي أظهرت نتائجها إلى مستويات مرتفعة من التوتر لدى المعلمين منها عدم الرضا عن العمل، ضغوط طرق التدريس، ضغوط متعلقة بالزملاء، ظهور بعض الأمراض المرتبطة بالضغوط كإرتفاع ضغط الدم والاضطرابات النفسية، وفي الدراسة التي اجرتها شيماء علي خميس (2007) والتي هدفت إلى معرفة السمات الشخصية والضغوط المهنية لمدربي الألعاب في جامعتي بابل والنجف، وخلصت النتائج أن قائمة الضغوط المهنية فقد ظهرت جميع أبعادها بدرجة ضعيفة.

ويشير شان (2010) من خلال دراسته التي اجراها أن مصادر الضغوط لدى معلمي المدارس الابتدائية والثانوية تتمثل في ضغط الوقت والإصلاحات المستمرة في التعليم والمراجعة الخارجية للمدرسة وإدارة سلوك الطلبة، وفي الدراسة التي أجراها عمرون (2015) والتي بينت نتائجها أن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط متوسط، وأنه توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط بالنسبة لمتغير الخبرة التعليمية لصالح الأساتذة ذوي الخبرة المهنية (11 – 20 سنة)، وعدم وجود فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط بالنسبة لمتغير المستوى التعليمي.

إن معظم نتائج هذه الدراسات أشارت إلى وجود مستويات مرتفعة في الضغوط المهنية التي يتعرض لها المعلمين في مهنة التعليم ووجود مصادر وأسباب متعددة أدت الى ارتفاع مستوى هذه الضغوط، وأن التعرض المستمر لمصادر الضغوط من جهات مختلفة (تلاميذه وزملائه ومجتمعه، الإدارة) من قبل المعلم من شأنه أن يؤثر على صحته الجسدية والنفسية وبالتالي تؤثر على تأدية واجباته داخل المؤسسة التعليمية على أحسن وجه، ومن جهة أخرى فإن تزايد الضغوط المهنية الملقاة على عاتق المدرسين قد تسبب لهم ضغوط كبيرة تصل في بعض

الأحيان إلى درجة الاحتراق النفسي والتوتر والقلق والإحباط، وخاصة إذا كان المدرس يتميز بصفات وسمات شخصية لا يستطيع بها مجابهة هذه الضغوط، ومن هذا تبرز مشكلة الدراسة الحالية في محاولة التعرف على مصادر وأسباب الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مهنة التعليم.وتتمحور مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤلات الآتية:

- ما مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال التعليم؟
- ما المصادر المسببة للضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال التعليم؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي؟
- هل توجد علاقة بين بعد العمل مع التلاميذ في المدرسة وأبعاد الضغوط المهنية الاخرى لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

2. أهداف البحث:

- التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال التعليم.
- التعرف على أهم المصادر المسببة للضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال التعليم.
- الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة.
- الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين بعد العمل مع التلاميذ في المدرسة وأبعاد الضغوط المهنية الاخرى لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

3. أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة الحالية في معرفة مستوى الضغوط المهنية التي يتعرض لها أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال مهنة التعليم، وهذا لأن المعلم بوصفه أحد المحاور الأساسية

في العملية التدريسية، ويؤثر تأثيرا على العملية التربوية، وكذا الكشف عن عوامل ومصادر ومسببات الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، والحصول على معلومات وبيانات يتم من خلالها الحكم على أهم مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها المدرس في مهنة التدريس، وتساعد نتائج هذه الدراسة في افادة الباحثين والمسؤولين في إيجاد الحلول الفعالة لاحتواء ضغوط وأعباء المهنة التي يتعرض له المدرس.

4. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.4 مفهوم الضغوط المهنية:

اصطلاحا: هي المتغيرات التي تحيط بالعاملين وتسبب لهم شعورا بالتوتر وتكمن خطورة هذا الشعور في نتائجه السلبية التي تتمثل في حالات مختلفة منها القيام بالواجبات بصورة الية ومفتقرة الى الاندماج الوجداني والتشاؤم وقلة الدافعية وفقدان الابتكار. (صبرينة، 2014، ص 9)

إجرائيا: هي مجموعة العوامل والأسباب والظروف الخارجية التي تحيط بعمل مدرسو مادة التربية البدنية والرياضية في مجال التدريس، وتسبب لهم حالة من التوتر والإحباط والقلق، والتي تظهر من خلال درجات المبحوثين على قائمة الضغوط المهنية المتكونة من ستة أسباب (متعلقة بالتلاميذ، متعلقة بالإمكانيات المادية في المدرسة، متعلقة بالراتب الشهري، متعلقة بالعلاقة مع إدارة المدرسة، متعلقة بالتوجيه التربوي، متعلقة بالعلاقة مع المدرسين الاخرين). **5. منهجية البحث والإجراءات الميدانية:**

1.5 المنهج المتبع:

انطلاقا من طبيعة بحثنا، اخترنا لدراستنا المنهج الوصفي التحليلي، حيث يهدف البحث الوصفي إلى جمع البيانات لمحاولة الإجابة على التساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد عينة البحث.

2.5 حدود الدراسة:

الحدود المكانية: أجريت الدراسة على مستوى المؤسسات التعليمية التربوية بمرحلة التعليم المتوسط في مدينة ورقلة.

الحدود الزمانية: أجريت الدراسة في الفترة الممتدة من 2018/01/01 إلى غاية 2018/03/05.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية والمقدر عددهم ب 65 أستاذ.

الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على متغير الضغوط المهنية لمعلم التربية البدنية والرياضية.

3.5 مجتمع وعينة الدراسة:

1.3.5 مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من مجموع أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم المتوسط بمدينة ورقلة والبالغ عددهم 100 أستاذ، حسب احصائيات مديرية التربية لولاية ورقلة للموسم الدراسي 2018/2017.

2.3.5 عينة الدراسة:

شملت عينة الدراسة الأساتذة المشرفين على عملية تدريس مادة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم المتوسط بمدينة ورقلة، والمقدر عددهم ب 65 أستاذ والتي تمثل نسبة 65.00 % من مجتمع الدراسة، اختيروا بطريقة عشوائية بسيطة، والجدول التالي يبين توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة والمؤهل العلمي.

الجدول رقم (01): يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير سنوات الخبرة والمؤهل العلمي.

أفراد العينة	سنوات الخبرة			المؤهل العلمي	
	أقل من 5 سنوات	من 6-10 سنوات	أكثر من 10 سنوات	ليسانس	ماستر
	32	22	11	40	25
المجموع	65			65	

4.5 أدوات الدراسة:

1.4.5 وصف قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية:

ولقد تم الاعتماد على قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية التي قام بتصميمها محمد حسن علاوي (1998)، وتتضمن القائمة (36) فقرة موزعة على ستة أسباب أو عوامل (متعلقة بالتلاميذ، متعلقة بالإمكانيات المادية في المدرسة، متعلقة بالراتب الشهري، متعلقة بالعلاقة مع إدارة المدرسة، متعلقة بالتوجيه التربوي، متعلقة بالعلاقة مع المدرسين الاخرين)، وأمام كل عبارة خمسة مستويات للإجابة هي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة

متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا)، وتم إعطاء البدائل على الترتيب الدرجات التالية(5، 4، 3، 2، 1) في حالة العبارات الإيجابية أما في حالة العبارات السلبية يعكس وضع الدرجات، وبعدها يتم جمع الدرجات فتشير القيمة 36 إلى أدنى درجة على أداة الدراسة، في حين تمثل 180 إلى أعلى درجة على أداة الدراسة، والدرجة التي تميز بها الأستاذ تعبر عن مستوى الضغوط المهنية لديه.

جدول رقم 02: يوضح أبعاد وعدد عبارات قائمة الضغوط المهنية

ا الرقم	أبعاد القائمة	عدد عبارات الايجابية	عدد العبارات السلبية	عدد العبارات
01	العمل مع التلاميذ في المدرسة	04	02	06
02	الإمكانات المادية بالمدرسة	04	02	06
03	الراتب الشهري للمعلم	04	02	06
04	التوجيه التربوي الرياضي	04	02	06
05	العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة	04	02	06
06	العلاقات مع المعلمين الاخرين	04	02	06
07	الأداة ككل	24	12	36

2.4.5 الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

لحساب صدق وثبات فقرات أداة الدراسة تم تطبيق قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية بصورته الأولية على عينة استطلاعية من أساتذة التربية البدنية والرياضية والبالغ عددهم 15 أستاذ.

1.2.4.5 صدق أداة الدراسة: قمنا بحساب الصدق التمييزي بطريقة صدق المقارنة الطرفية وكانت النتائج موضحة في الجداول التالي:

الجدول رقم (03): يمثل صدق قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية بطريقة صدق المقارنة الطرفية.

الفئة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدنيا	04	3.32	0.36	5.51	3.12	دالة عند 0.05
العليا	04	4.36	0.08			

من خلال نتائج الجدول أعلاه يتضح أن قيمة (ت) تساوي (5.51) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (0.05) وبالتالي فإن أداة الدراسة تتمتع بصدق تمييزي.

2.2.4.5 ثبات أداة الدراسة:

تم حساب الثبات بتطبيق معادلة ألفا كرونباخ وكانت النتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04): يمثل معامل ثبات الأداة بتطبيق معادلة ألفا كرونباخ.

أداة الدراسة	كرونباخα معامل
قائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية	0.75

من خلال نتائج الجدول أعلاه يتضح أن معامل الفا كرونباخ لقائمة الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية بلغ (0.75)، ويعد هذه معامل ثبات مقبول، يتضح مما سبق أن أداة الدراسة تتمتع بقدر كبير من الصدق والثبات.

5.5 أساليب المعالجة الإحصائية:

- اختبار "ت" لعينة واحدة.
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.
- اختبار تحليل التباين الأحادي " ف ".
- معامل الارتباط بيرسون.

6. عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1.6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج السؤال الأول: ما مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال التعليم؟

الجدول رقم (05): يمثل قيم المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي للعينة وقيمة "ت" ودلالتها الإحصائية.

مصادر الضغوط المهنية	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة الفعلية	القرار
العمل مع التلاميذ في المدرسة	3	2.48	7.03	0.000	دالة
الإمكانات المادية بالمدرسة	3	3.64	6.62	0.000	دالة
الراتب الشهري للمعلم	3	3.26	2.69	0.009	دالة
التوجيه التربوي الرياضي	3	2.70	3.17	0.002	دالة
العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة	3	2.41	4.86	0.000	دالة
العلاقات مع المعلمين الاخرين	3	2.40	5.75	0.000	دالة
الأداة ككل	3	2.82	2.89	0.005	دالة

يتضح من بيانات الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في الأداة ككل أقل من قيمة المتوسط الحسابي الفرضي، في حين بلغت قيمة "ت" (2.89) وهي دالة عند مستوى دلالة 0.05، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح المتوسط الحسابي الفرضي، وعليه يمكن القول إن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية منخفض، بينما أظهرت النتائج أن الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية جاءت مرتفعة في بعدي (الإمكانات المادية بالمدرسة، الراتب الشهري للمعلم) حيث جاءت قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في البعدين أكبر من قيمة المتوسط الحسابي الفرضي، في حين بلغت قيمة "ت" (6.62، 2.69) على الترتيب وهي دالة عند مستوى دلالة0.05

أشارت نتائج تحليل السؤال الأول أن الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية جاءت بمستوى منخفض، ويعزو الباحثون هذه النتائج إلى أن الأسباب والعوامل المتعلقة بالحياة المهنية للأستاذ هي بالمستوى المطلوب من حيث العمل مع التلاميذ في المدرسة، وأنهم يرون أن عملية التوجيه والاشراف التربوي تتم بصورة حسنة وتشجعهم على بذل المزيد من الجهود، وأن علاقاتهم بين إدارة المدرسة وزملائهم الاخرين علاقات يسود الود والتعاون والحرية وابداء الراي، وأن إدارة ومدرسي المدرسة يقدرون قيمة عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية والجهد الذي يبذله في عمله، وربما يرجع ذلك إلى الإصلاحات التربوية التي تبنتها وزارة التربية التي أدت إلى تحسين ظروف عمل المدرسين بشكل عام وأساتذة التربية البدنية والرياضية بشكل خاص، كما أظهرت النتائج أن الضغوط المهنية مرتفعة في بعدي (الإمكانات المادية بالمدرسة، الراتب الشهري للمعلم)، وهذا يدل على أن الأساتذة غير راضون على الراتب الشهري الذي يتقاضونه وأن الأدوات والأجهزة الرياضية بالمدرسة غير مناسبة وغير متوفرة مما يسبب الكثير من الضغوط التي تؤثر على أداء الدروس على أحسن وجه.

واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة شيماء علي خميس (2007) التي أظهرت نتائجها أن قائمة الضغوط المهنية ظهرت في جميع أبعادها بدرجة ضعيفة، أما الدراسات الأخرى كدراسة عمرون (2015) التي أظهرت أن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط متوسط.

واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة حمزة الاحسن (2009) التي أظهرت وجود ضغوط مهنية مرتفعة لدى معلمي المرحلة الابتدائية، واختلفت أيضا نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة عساف (2005) التي أشارت أن ضغوط مهنة التدريس كانت مرتفعة.

2.6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج السؤال الثاني: ما مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مجال التعليم؟.

الجدول رقم (06): يمثل قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاور مصادر الضغوط المهنية.

مصادر الضغوط المهنية	المتوسط الحسابي	لانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
العمل مع التلاميذ في المدرسة	2.48	0.58	4	منخفض
الإمكانات المادية بالمدرسة	3.64	0.77	1	مرتفع
الراتب الشهري للمعلم	3.26	0.80	2	مرتفع
التوجيه التربوي الرياضي	2.70	0.75	3	منخفض
العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة	2.41	0.97	5	منخفض
العلاقات مع المعلمين الاخرين	2.40	0.82	6	منخفض

يتضح من بيانات الجدول أعلاه أن ترتيب مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية حيث جاءت في المرتبة الأولى المصادر المتعلقة بالإمكانات المادية بالمدرسة بمتوسط حسابي قدره (3.64)، ثم تلتها في المرتبة الثانية المصادر المتعلقة بالراتب الشهري للمعلم بمتوسط حسابي قدره (3.26)، ثم تلتها ثم تلتها في المرتبة الثالثة المصادر المتعلقة بالتوجيه التربوي الرياضي بمتوسط حسابي قدره (2.70)، ثم تلتها في المرتبة الرابعة المصادر المتعلقة بالعمل مع التلاميذ في المدرسة بمتوسط حسابي قدره (2.48)، ثم تلتها في المرتبة الخامسة المصادر المتعلقة بالعلاقة بين المعلم وادارة المدرسة بمتوسط حسابي قدره (2.41)، ثم تلتها في المرتبة السادسة المصادر المتعلقة بالعلاقات مع المعلمين الاخرين بمتوسط حسابي قدره (2.40).

أشارت نتائج عرض وتحليل السؤال الثاني أن من بين المصادر المسببة للضغوط المهنية ذو المستويات المرتفعة التي يتعرض لها أساتذة التربية البدنية والرياضية يوجد مصدرين هما المصادر المتعلقة بالإمكانات المادية بالمدرسة المصادر المتعلقة بالراتب الشهري للمعلم، أما باقي المصادر المسببة للضغوط المهنية من وجهة نظر الأساتذة جاءت بمستويات منخفضة، ويعزو الباحثون ارتفاع هذين المصدرين (الإمكانات المادية بالمدرسة، الراتب الشهري للمعلم)،

إلى أن الأساتذة غير راضون على الراتب الشهري الذي يتقاضونه وأنه غير مناسب مقارنة مع الأعمال التي يقومون بها وأن الأدوات والأجهزة الرياضية بالمدرسة غير مناسبة وغير متوفرة الذي يسمح لهم بأداء الدروس على أحسن وجه وخاصة ما يتعلق بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية التي تتطلب معدات وأجهزة كثيرة، وهذا ما أكدته دراسة القناعي (2009) التي بينت نتائجها أن ضغوط العمل لدى المعلمين تعزى إلى بيئة العمل وعائدات العمل.

واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة الأحسن (2015) التي أظهرت نتائجها أن من مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها المعلمون المتعلقة بالأجر والحوافز وظروف العمل

3.6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة؟

الجدول رقم (07): يوضح دلالة الفروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة.

المتغير	سنوات الخبرة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
العمل مع التلاميذ في المدرسة	0-5 سنوات	32	2.70	0.55	5.51	2	0.006	دالة
	5-10 سنوات	22	2.35	0.55				
	أكثر من 10 سنوات	11	2.12	0.52				
الإمكانات المادية بالمدرسة	0-5 سنوات	32	3.80	0.78	4.61	2	0.01	دالة
	5-10 سنوات	22	3.71	0.56				
	أكثر من 10 سنوات	11	3.03	0.90				
الراتب الشهري للمعلم	0-5 سنوات	32	3.40	0.90	0.90	2	0.41	غير دالة
	5-10 سنوات	22	3.10	0.63				
	أكثر من 10 سنوات	11	3.21	0.82				
التوجيه التربوي الرياضي	0-5 سنوات	32	2.75	0.86	0.80	2	0.45	غير دالة
	5-10 سنوات	22	2.75	0.62				
	أكثر من 10 سنوات	11	2.43	0.65				
العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة	0-5 سنوات	32	2.43	1.05	0.38	2	0.68	غير دالة
	5-10 سنوات	22	2.49	0.82				
	أكثر من 10 سنوات	11	2.18	1.06				
العلاقات مع المعلمين الاخرين	1-5 سنوات	32	2.51	0.78	3.42	2	0.03	دالة
	5-10 سنوات	22	2.54	0.80				
	أكثر من 10 سنوات	11	1.83	0.83				
الأداة ككل	1-5 سنوات	32	2.93	0.48	3.84	2	0.02	دالة
	5-10 سنوات	22	2.82	0.47				
	أكثر من 10 سنوات	11	2.46	0.46				

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة (ف) قد بلغت (3.84) عند مستوى دلالة (0.02) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (0.05)، وبالتالي توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة، وهذا ما توضحه الفروق الظاهرية في المتوسطات الحسابية، حيث بلغ المتوسط الحسابي(2.93) لدرجات المدرسين الذين لديهم خبرة أقل من 5 سنوات، في حين بلغ المتوسط الحسابي (2.82) لدرجات المدرسين الذين لديهم خبرة من 6 – 10 سنوات، بينما بلغ المتوسط الحسابي (2.46) لدرجات المدرسين الذين لديهم خبرة 11 سنة فما فوق، بينما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة في الأبعاد التالية (الراتب الشهري للمعلم، التوجيه التربوي الرياضي، العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة) حيث جاءت قيم "ف" غير دالة، في حين بينت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة في الأبعاد التالية (العمل مع التلاميذ في المدرسة، الإمكانات المادية بالمدرسة، العلاقات مع المعلمين الاخرين)، وهذا مما يدل على أن سنوات الخبرة تعد عاملا مهما ومؤثرا في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

أشارت نتائج الدراسة في السؤال الثالث أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة ولصالح المدرسين الذين لديهم خبرة أقل من 5 سنوات، ويعزو الباحثون وجود اختلاف بين المدرسين في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة إلى أن المدرسين الأقل خبرة في مهنة التدريس لديهم متاعب وتعددت مصادر وأسباب الضغوط لديه ويشعرون بضعف التقدير نتيجة لقلة خبرتهم في الميدان، أما المدرسين الأكثر خبرة في مهنة التدريس يمتلكون اليات وطرق التعامل مع مختلف مصادر وأسباب الضغوط التي يتعرضون لها وهذا نتيجة خبرتهم الطويلة في العملية التدريسية.

واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة نظمي والأشقر (2011) التي أظهرت نتائجها أنه توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين بالنسبة لمتغير سنوات الخدمة ولصالح سنوات الخدمة من (1–5 سنوات)، واتفقت أيضا نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة عمرون (2015) التي أظهرت نتائجها أنه توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة

المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط بالنسبة لمتغير الخبرة التعليمية ولصالح الأساتذة ذوي الخبرة المهنية (11 – 20 سنة)، واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة خوجة (2011) التي أظهرت نتائجها أنه لا توجد فروق في مصادر الضغوط المهنية بين الأساتذة تعزى لمتغير الخبرة.

4.6 عرض وتحليل ومناقشة السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟.

الجدول رقم (08): يوضح دلالة الفروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي.

المحور	المؤهل العلمي	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
العمل مع التلاميذ في المدرسة	ماستر	25	2.69	0.59	2.30	63	0.02	دالة
	ليسانس	40	2.35	0.55				
الإمكانات المادية	ماستر	25	3.76	0.85	0.97	63	0.33	غير دالة
	ليسانس	40	3.56	0.73				
الراتب الشهري للمعلم	ماستر	25	3.24	0.89	0.23	63	0.81	غير دالة
	ليسانس	40	3.28	0.75				
التوجيه التربوي الرياضي	ماستر	25	2.77	0.74	0.59	63	0.55	غير دالة
	ليسانس	40	2.65	0.76				
العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة	ماستر	25	2.57	1.11	1.05	63	0.29	غير دالة
	ليسانس	40	2.31	0.87				
العلاقات مع المعلمين الاخرين	ماستر	25	2.60	0.77	1.54	63	0.12	غير دالة
	ليسانس	40	2.28	0.84				
الأداة ككل	ماستر	25	2.94	0.47	1.55	63	0.12	غير دالة
	ليسانس	40	2.74	0.50				

يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة (ت) قد بلغت (1.55) عند مستوى دلالة (0.12) وهي قيمة غير دالة عند مستوى دلالة (0.05)، وبالتالي فإنه لا توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي، وهذا ما توضحه الفروق الغير الظاهرية في المتوسطات الحسابية، حيث بلغ المتوسط الحسابي(2.74) لدرجات المدرسين الذين يحملون شهادة الليسانس، في حين بلغ المتوسط الحسابي (2.94) لدرجات المدرسين الذين يحملون شهادة الماستر، في حين بينت النتائج أنه توجد فروق بين متوسط

درجات أساتذة التربية البدنية والرياضية في مستوى الضغوط المهنية تبعا إلى متغير المؤهل العلمي في بعد (العمل مع التلاميذ في المدرسة) بين الأساتذة الذين يحملون شهادة الماستر والأساتذة الذين يحملون شهادة الليسانس، ولصالح الأساتذة الذين يحملون شهادة الماستر.

أشار عرض وتحليل نتائج السؤال الرابع أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي، بمعنى أنه لا يظهر أثر عامل المؤهل العلمي فيما يتعلق بمصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها الأساتذة، ويفسر عدم وجود اختلاف بين المدرسين في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي إلى أن المدرسين يتعرضون لنفس المصادر والأسباب المسببة للضغوط المهنية وهذا نظرا لتشابه البيئة التعليمية التي يمارسون فيها عملهم، وأنهم يعانون من نفس المشاكل والصعوبات التي تعرقل أدائهم التدريسي.

واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة عمرون (2015) التي أظهرت نتائجها أنه لا توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط بالنسبة لمتغير المستوى التعليمي، واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة نظمي والأشقر (2011) التي أظهرت نتائجها أنه توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين بالنسبة لمتغير المؤهل العلمي.

5.6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد العمل مع التلاميذ في المدرسة وأبعاد الضغوط المهنية الاخرى لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية؟.

الجدول رقم (09): يوضح العلاقة بين بعد العمل مع التلاميذ في المدرسة وأبعاد الضغوط المهنية الاخرى لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

مصادر الضغوط المهنية	مصدر العمل مع التلاميذ في المدرسة	
	مستوى الدلالة الفعلية	معامل الارتباط بيرسون
الإمكانات المادية بالمدرسة	0.03	0,258**
الراتب الشهري للمعلم	0.23	0.150
التوجيه التربوي الرياضي	0.02	0,282**
العلاقة بين المعلم وإدارة المدرسة	0.003	0,357**
العلاقات مع المعلمين الاخرين	0.000	0,467**

يتضح من بيانات الجدول أعلاه أنه توجد علاقة بين مصدر الضغوط المهنية المتعلقة بالعمل مع التلاميذ في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ومصادر الضغوط المهنية المتعلقة (الإمكانات المادية بالمدرسة، التوجيه التربوي الرياضي العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة، العلاقات مع المعلمين الاخرين)، حيث بلغت قيم معامل الارتباط بيرسون (0.258، 0.282، 0.357، 0.467) على الترتيب وهي قيم دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05، بينما أظهرت نتائج الجدول عدم وجود علاقة ارتباطية بين مصدر الضغوط المهنية المتعلقة بالعمل مع التلاميذ في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ومصدر الضغوط المهنية المتعلقة بالراتب الشهري للمعلم، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون (0.150) وهي قيمة غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05.

أشارت نتائج الدراسة في السؤال الخامس أنه توجد علاقة بين مصدر الضغوط المهنية المتعلقة بالعمل مع التلاميذ في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ومصادر الضغوط المهنية المتعلقة (الإمكانات المادية بالمدرسة، التوجيه التربوي الرياضي العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة، العلاقات مع المعلمين الاخرين)، ويفسر هذا أنه كلما ارتفعت الضغوط الناتجة من خلال العمل مع التلاميذ ارتفعت الضغوط المتعلقة بتوفير الإمكانات المادية والتوجيه التربوي، والمصادر المتعلقة بالعلاقات مع إدارة المدرسة والزملاء في العمل، أي أن الضغوط الناتجة من خلال العمل مع التلاميذ تؤثر على ارتفاع مصادر الضغوط المهنية الأخرى لدى الأستاذ، وهذا ما اشارت اليه اللجنة النقابية الأوروبية للتعليم (2007) أن السلوك غير المقبول الصادر من التلاميذ وسوء تسيير المدرسة وقلة الوسائل البيداغوجية وسوء المناخ الاجتماعي تعد كمصادر يتعرض لها المعلم، وأن اجبار المعلم على انجاز مهام معقدة مع التلاميذ وعدم مؤامة المواعيد الزمنية هي مصادر تساعد في خلق مستويات عالية من الضغوط. (الأحسن، 2015، صفحة 190)

7. الخلاصة:

– إن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية منخفض.

– بتعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية للضغوط المهنية بمستويات مرتفعة بسبب مصادر متعلقة بالإمكانات المادية بالمدرسة والراتب الشهري للمعلم.

– توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة.

– لا توجد فروق في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي.

– توجد علاقة بين مصدر الضغوط المهنية المتعلقة بالعمل مع التلاميذ في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ومصادر الضغوط المهنية المتعلقة (الإمكانات المادية بالمدرسة، التوجيه التربوي الرياضي العلاقة بين المعلم وادارة المدرسة، العلاقات مع المعلمين الاخرين).

8. اقتراحات:

على ضوء النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الدراسة ومن خلال أراء الأساتذة فيما مصادر الضغوط المهنية التي يتعرضون في مجال التعليم، نقترح على القائمين في هذا الميدان مايلي:

- تحسين ظروف العمل بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية وهذا بتوفير جميع الإمكانات والوسائل التي تتطلبها المادة.
- ضرورة تحسين وتنويع الحوافز المادية والمعنوية لأساتذة التربية البدنية والرياضية لتشجيعهم على العمل أكثر.
- زيادة الاهتمام من قبل المشرفين التربويين بالتكوين المستمر للأساتذة حتى يتغلبوا على الصعوبات والمشاكل التي تواجههم في مهنة التعليم.

9. قائمة المراجع:

باللغة العربية:

تعيلب، أحمد عبد الجواد. (2016). *الاضطرابات النفسية والضغوط*. الجزائر: دار اطفالنا للنشر والتوزيع.

القناعي، منى بدر. (2007). ضغوط العمل لدى معلمي التعليم العام بدولة الكويت: *مجلة دراسات الطفولة*. كلية الدراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس.9 (1).

الأحسن، حمزة. (2015). الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وانعكاساتها على مستوى تقدير الذات لديهم دراسة ميدانية في البليدة وتيبازة . الجزائر: *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، جامعة الوادي. 1 (1). ص.ص 188-215.

شارف، مليكة خوجة. (2011). *مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين دراسة مقارنة في المراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي، متوسط، ثانوي)*. الجزائر: رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة مولود معمري تيزي وزو.

عمرون، سليم. (2015). *الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط، دراسة ميدانية بولاية المسيلة*. الجزائر: رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري تيزي وزو.

خميس، شيماء علي. (2007). السمات الشخصية وعلاقتها بالضغوط المهنية لمدربي الألعاب في جامعتي بابل والنجف. العراق: *مجلة علوم التربية الرياضية*. جامعة بابل. 6 (2). ص.ص 64-77.

عساف، عبد محمد وعساف، هدى خالد. (2007). ضغوط مهنة التدريس لدى معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في مدينة نابلس ومدى تأثرها بالمتغيرات الديمغرافية. البحرين: *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. 8 (1). ص.ص 133-152.

غربي، صبرينة. (2014). *مصادر واثار الضغوط المهنية والنفسية*. الجزائر: ط1، دار الكتاب العربي.

علاوي، محمد حسن. (1998). *موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين*. القاهرة: ط1، مركز الكتاب للنشر.

نظمي، ابو مصطفى والأشقر ، ياسر حسن. (2011). الضغوط المهنية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلم الفلسطيني. الكويت: *مجلة الجامعة الاسلامية*، سلسلة الدراسات الانسانية. 19 (1). ص.ص 209-238.

باللغة الأجنبية:

Chan, A. H., Chen, K., & Chong, E. Y. (2010). Work stress of teachers from primary and secondary schools in Hong Kong. In *International MultiConference of Engineers and Computer Scientists 2010, IMECS 2010* (pp. 1903-1906)

Peltzer, K., Shisana, O., Zuma, K., Van Wyk, B., & Zungu-Dirwayi, N. (2008). Job stress, job dissatisfaction and stress related illnesses among South African educators. *Zimbabwe Journal of Educational Research, 20*(3), 287-316.

Elliott, T. R., Chartrand, J. M., & Harkins, S. W. (1994). Negative affectivity, emotional distress, and the cognitive appraisal of occupational stress. *Journal of Vocational Behavior, 45*(2), 185-201.

.