

مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي
- دراسة ميدانية على أساتذة التربية البدنية والرياضية بسكرة -
***جاري مراد ، **بعوش خالد و ***قرقور محمد.**
***جامعة بسكرة، **جامعة البويرة، ***جامعة تسميلت**

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها أستاذ التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي، وقد أجريت الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية بسكرة في المرحلتين الثانوية والمتوسطة البالغ عددهم (27) أستاذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد تم إتباع المنهج الوصفي لملائته لطبيعة هذه الدراسة، وقد تم استعمال مقياس الضغوط المهنية لمحمد حسن علاوي الذي يحتوي على ستة محاور وهي (العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة / العلاقة مع الأساتذة الآخرين). وبعد جمع المعطيات وإجراء التحليلات والمعالجة الإحصائية توصل الباحثون إلى النتائج التالية:

- لا يعاني أساتذة التربية البدنية والرياضية من ضغط مهني بسبب مصادر مرتبطة بـ (العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة / العلاقة مع الأساتذة الآخرين).
 - وعليه تم اقتراح ما يلي:
 - زيادة الحوافز المالية للأستاذ التي تعتبر عامل مهم في التخلص من الضغوط .
 - القيام بندوات واجتماعات حيث يقوم فيها أستاذ التربية البدنية والرياضية بطرح العراقيل التي تواجهه في عمله والتوضيح له كيفية التغلب على العقبات .
 - رفع الروح المعنوية للأساتذة وشكرهم على العمل الذي يقومون به من طرف المؤسسة والموجه التربوي والأساتذة الآخرين.
- الكلمات الدالة:** الضغوط المهنية، أساتذة التربية البدنية والرياضية.

Abstract:

This study aimed to find out the sources of professional pressures experienced by the professor of physical and sports education in the school environment. The study was conducted on the teachers of physical and sports education in the wilaya of Biskra in the secondary and intermediate stages, numbering (27) professors randomly selected. For the nature of this study, the professional pressure gauge of Mohammed Hassan Allawi was used which contains six axes namely (working with pupils / material possibilities / monthly salary / educational guidance / relationship between the professor and management / relationship with other professors) And data analysis and statistical treatment, researchers found the following results:

-Teachers of physical education and sports do not suffer from professional pressure due to sources associated with (work with students / material possibilities / monthly salary / educational guidance / relationship between the professor and management / relationship with other professors). (Accordingly, the following was proposed:

-Increased financial incentives for the professor, which is an important factor in the elimination of pressure.

-Conduct seminars and meetings where the professor of physical education and sports put obstacles in his work and explain to him how to overcome obstacles.

-Raise the morale of the professors and thank them for the work they are doing by the director of the institution and educational guidance and other professors.

Keywords: professional pressures, professors of physical education and sports.

1- مقدمة:

تعتبر مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية مهنة مثل المهن الأخرى ، إذ يتطلب القيام بها كفاءة وخبرة عالية من المؤثرين والمُشرفين على هذه العملية ، لذلك يجب توفر كل الظروف التي تستدعي القيام بهذه المهنة ، وعدم توفر هذه الظروف يؤدي إلى تشكيل ضغوطات كبيرة على أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يعتبرون المحور الأساسي في العملية وتسمى هذه الضغوطات بالضغوطات المهنية والتي تنشأ عادة من مجموعة من المصادر وتسمى مصادر الضغوط المهنية ، لذلك معرفة هذه المصادر سيؤدي حتما إلى التقليل من أثارها على أساتذة التربية البدنية والرياضية ، الأمر الذي ينعكس إيجابا على مستواهم المهني ويصبحون قادرين على تقديم الأفضل، وفي هذه الدراسة سنحاول معرفة مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي ، حيث قمنا بتقسيم الدراسة إلى فصل خاص بالجانب التمهيدي وفيه حددنا الإشكالية والفرضيات وأهمية وأهداف الدراسة وكذلك مصطلحات الدراسة ، وفصل آخر للجانب التطبيقي وفيه قسمناه إلى جزئين جزء خاص بالإجراءات المنهجية للبحث وجزء خاص بتحليل ومناقشة النتائج .

● الإشكالية:

لقد أصبحت الضغوط تشكل جزءا من حياة الأفراد والمجتمعات نظرا لكثرة تحديات هذا العصر وزيادة مطالبه، فلا يكاد يخلو مجتمع من المجتمعات من هذه الضغوط حيث باتت من الصعوبة بما كان تفاديا أو تجاهلها ، وهذا ما دفع الغالبية من الناس إلى العمل على مواجهتها أو محاولة التعايش والتكيف معها، ولا يتوقف تأثير الضغوط على الجوانب الشخصية للأفراد والبيئة فحسب، بل يرافق الأشخاص في بيئة العمل وتنعكس أثارها سلبا في العديد من الجوانب العضوية والنفسية، وتحد من الأداء الوظيفي لديهم وعلاقتهم مع الآخرين وتكيفهم مع ظروف العمل، الأمر الذي يتسبب في انخفاض الإنتاجية وتدني جودتها. (BOWSER PHILIP., 2000,p110.)

وقد بينت العديد من الدراسات أن ظاهرة الضغوط المهنية هي في الأصل عبارة عن جملة من الاستجابات الجسمية والإنفعالية السلبية، تحدث عندما لا تتناسب متطلبات العمل مع قدرات ووسائل وحاجات العمل، وهي موجودة في جميع المهن والوظائف، إلا أن شدتها تزيد في المهن المرتبطة بالخدمات الإنسانية أو تلك التي تقتضي التعامل والإحتكاك المباشر مع الجمهور. (خلفيات، عبد الفتاح والزغول، 2003، ص63)

ويعتبر الضغط المهني للمدرسين أحد معوقات السير الحسن للعملية التربوية ومن بين العوامل الأساسية في إختلال النظام التربوي ومعاونة المدرس من مصادر الضغوط المهنية يترجم على شكل حالة من التوتر والتأزم الناتجة عن ظروف عمل المدرس ، وضمن هذا الإطار فالضغط يشير إلى وجود مسببات أو مصادر خارجية، وهناك ردود الفعل الداخلية بسبب هذه المصادر الضاغطة ، ولقد إتفق معظم المهتمين بموضوع الضغط من بينهم هانس سيلبي 1950م على أن المواقف التي تدرك بأنها ذات متطلبات تفوق قدرات وإمكانات الفرد في التعامل معها تمثل ضغوطا بالنسبة له .

وقد تختلف مستويات ومصادر الضغوط المهنية من مدرس لآخر ، وهذا قد يعود لشخصية المدرس وإلى الفروق الفردية ومدى الإستجابة والتعامل مع الموقف الضاغط وإضافة إلى المناخ التنظيمي العام السائد في المؤسسة التربوية ، ويشير علي عسكر أن مصادر الضغوط المهنية تنقسم إلى جانبين ، جانب مرتبط بالعمل أو الجانب التنظيمي للعمل ، أما الجانب الثاني فيتمثل في الجانب النفسي ومصادر الشخصية والحالة النفسية والجسدية ، ويشير علي عسكر أن الضغوط المهنية لا يجب النظر إليها فقط من الناحية السلبية ، فقد يكون مصدرا للطاقة والحيوية والإستثارة وهذا طبعا في حدود المدة والشدة والإستمرارية.

ويعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية محور مهم في العملية التعليمية ، ويكون مختلفا على الأساتذة الآخرين نظرا لطبيعة مادة التربية البدنية والرياضية التي يدرسها ، فتدريس التربية البدنية والرياضية بصورة جيدة يتطلب توفر كل الإمكانيات والظروف والبيئة الجيدة للأستاذ حتى يقوم بمهامه على أكمل وجه ، وبالتالي عدم توفر هذه الإمكانيات سيسبب حتما ضغطا مهنيا على الأستاذ قد يعود بالتأثير السلبى عليه وعلى التلاميذ ، وسنحاول في هذه الدراسة معرفة مصادر الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية

والرياضية في الوسط المدرسي في المرحلة الثانوية والمتوسطة ، ومن هذا المنطلق طرح التساؤل الآتي :

- هل يعاني أساتذة التربية البدنية والرياضية من ضغط مهني بسبب مصادر مرتبطة بـ (العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة / العلاقة مع الأساتذة الآخرين).

● فرضية الدراسة:

- يعاني أساتذة التربية البدنية والرياضية من ضغط مهني بسبب مصادر مرتبطة بـ (العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة / العلاقة مع الأساتذة الآخرين).

● هدف الدراسة:

- التعرف على الضغوط المهنية المرتبطة بـ (العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة / العلاقة مع الأساتذة الآخرين) .

● أهمية الدراسة:

تستمد أهمية الدراسة من طبيعة الموضوع ، ويعتبر موضوع الضغوط المهنية من المواضيع الهامة جدا والتي يجب أن تعنى باهتمام كبير من طرف الباحثين بصفة عامة وفي المجال التربوي بصفة خاصة نظرا لأنه يعتبر من بين أهم القطاعات، وذلك لتأثير الكبير على القطاعات الأخرى، وبالتالي فتوفير الجو الملائم للأستاذ سوف يعود بالإيجاب عليه وعلى التلاميذ، وسنحاول في هذه الدراسة معرفة مصادر الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية ودرجة حدة كل مصدر على الأستاذ وذلك من أجل تفاديها أو التقليل من حدتها، كما تتجلى أهمية الدراسة بأنها يمكن أخذ نتائجها بعين الاعتبار من قبل باحثين آخرين مستقبلا .

● المفاهيم والمصطلحات:

- **الضغط:** يرى توماس (2003) بأنه حالة من الشدة النفسية والتي تتطلب من الفرد التكيف معها وهي بذلك تلك الظروف المرتبطة بالضغط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تستلزمها نوعا ما إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج من ذلك من آثار جسمية ونفسية. (بن حامد محمد، 2008، ص24)

- **الضغط المهني :** عرف المعهد الوطني لدراسة الصحة والسلامة ضغط العمل على انه الأذى الجسدي والنفسي الذي يصيب الفرد عندما لا تتناسب متطلبات الوظيفة مع قدراته وحاجاته في العمل. (الختاتنة، 2012، ص90)

- **ضغط الأستاذ:** يشير السيد إبراهيم السامدوني (1989) في تعريفه أنها إدراك الأستاذ 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 محمد (2002) أن ضغط الأستاذ بأنه شعور الأستاذ بالضيق والعجز عن السيطرة على المواقف وعدم قدرته على أداء عمله بكفاءة، بسبب سلوك التلاميذ وسوء العلاقة بين الأستاذ وزملائه وعدم الرضا على العائد المادي وتدني المكانة الاجتماعية للأستاذ، وغيرها من العوامل المكونة لبيئة العمل .

- **مصادر ضغوط العمل:** هي أي شيء داخل العمل قد يكون مصدرا للتوتر والقلق ويعتمد على إدراك الفرد لهذه الأسباب وعلى أبعاد البيئة المحيطة به أو بمعنى آخر فإنها تعد تجربة ذاتية تحدث لدى الفرد. وهي بذلك العوامل المتعلقة بالمهنة أو الشخص التي تتسبب بإحساس الفرد بضغط .

أستاذ التربية البدنية والرياضية : أما إبراهيم ناصر فيشير هو الآخر إلى الأستاذ على أنه إنسان مرشد وموجه إنه يبسر دفة سفينة التعليم ، كما يرى إسحاق محمد بأن الأستاذ مصدر توثيق العلاقة التفاعلية لديه القدرة على كشف نقاط القوة والضعف عند تلاميذه مما يساعدهم على التعامل معه بطريقة مستمرة قائمة على فهم سلوك التلميذ والوقوف على أسباب تصرفه.

2- منهجية للبحث:

● **المنهج المتبع:** إن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة وبإشكالية البحث، حيث إن طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختيار المنهج المتبع، وانطلاقا من موضوع دراستنا الحالي تم استعمال **المنهج الوصفي** لملائمته لطبيعة الدراسة.

مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية SPAPSA

- **مجتمع وعينة البحث:** يتكون مجتمع الدراسة من أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية بسكرة ، وعينة البحث تمثل جزء من الكل لذلك تم أخذها من هذا المجتمع بطريقة عشوائية وكان عددها 27 أستاذا للتربية البدنية والرياضية ، منهم 16 أستاذا في المرحلة الثانوية و 11 أستاذا في المرحلة المتوسطة .
- **الأداة المستخدمة في الدراسة :** تم تطبيق مقياس الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية والمصمم من طرف محمد حسن علاوي وذلك بهدف التعرف على الأسباب أو العوامل التي قد تؤدي إلى حدوث الضغوط على معلم التربية، حيث يحتوي المقياس على 36 عبارة مقسمة على 06 محاور، وكل محور يحتوي على 04 عبارات في اتجاه الهدف وعبارتين عكس اتجاه الهدف، والمحاور هي:

المحاور	أرقام العبارات التي هي في اتجاه هدف القائمة	أرقام العبارات التي هي في عكس اتجاه هدف القائمة
العمل مع التلاميذ	31/19/13/ 7	25/ 1
الإمكانيات المادية بالمدرسة	32/20/8/2	26/14
الراتب الشهري	33/27/15/3	21/9
التوجيه التربوي الرياضي	34/16/10/4	28/22
علاقة الأستاذ بإدارة المؤسسة	29/23/17/11	35/5
علاقة الأستاذ بأساتذة الآخرين	36/30/18/6	24/12

جدول رقم 01 : يوضح أرقام عبارات محاور المقياس.

حيث يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية بالإجابة على عباراته في ضوء مقياس خماسي التدرج، حيث يتم تصحيح القائمة بمنح الدرجة التي يقوم الأستاذ برسم دائرة حولها وذلك بالنسبة للعبارات التي في اتجاه الهدف أي التي تشير إلى وجود الضغوط، أما بالنسبة للعبارات التي عكس وجود هدف القائمة فيتم عكسها على النحو التالي: الدرجة (5) تصبح 1، الدرجة(4) تصبح 2، الدرجة (3) تبقى3، الدرجة (2) تصبح4، الدرجة (1) تصبح5.

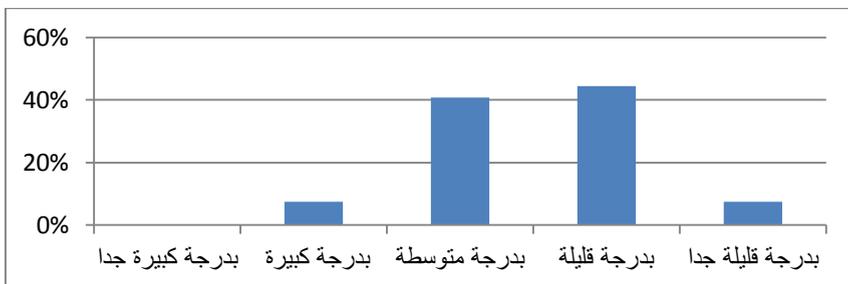
- **الوسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة :** الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - النسبة المئوية - اختبار t test للفروق بين عينتين باستخدام برنامج الحزم الإحصائية spss.

3- تحليل ومناقشة النتائج :

3-1- مستوى الضغط المهني بالنسبة للعمل مع التلاميذ:

مستوى الضغط	ضغط بدرجة كبيرة جدا	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة قليلة جدا	المجموع	المتوسط الحسابي
التكرار	00	02	11	12	02	27	
النسبة المئوية	%00	%7.40	%40.74	%44.44	%7.40	%100	15.41

جدول رقم 02 : يوضح نتائج المحور الأول الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للعمل مع التلاميذ



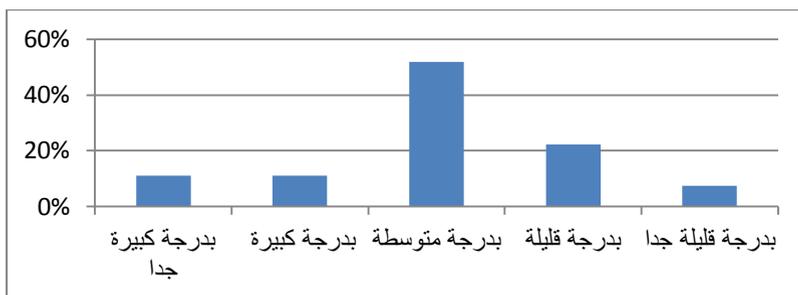
شكل رقم 01 : يوضح نتائج المحور الأول الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للعمل مع التلاميذ

- **تحليل نتائج المحور الأول :** من خلال النتائج المتحصل عليها والمبينة في الجدول والمنحنى يتضح أن هناك تباين في نتائج المحور الخاص بالعمل مع التلاميذ، حيث نرى أن أكبر نسبة لدى مستوى الضغط بدرجة قليلة بنسبة 44.44%، تليها بنسبة قريبة جدا مستوى الضغط بدرجة متوسطة بنسبة 40.74%، ثم تأتي مستوى الضغط بدرجة كبيرة ومستوى الضغط بدرجة قليلة جدا بنفس النسبة 7.40%، وفي الأخير تأتي مستوى الضغط بدرجة كبيرة جدا بنسبة 00%.

3-2- مستوى الضغط المهني بالنسبة للإمكانيات المادية بالمدرسة:

المتوسط الحسابي	المجموع	ضغط بدرجة قليلة جدا	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة كبيرة جدا	مستوى الضغط
18.33	27	01	06	14	03	03	التكرار
	%100	%7.4 0	%22.2 2	%51.8 5	%11.1 1	%11.1 1	النسبة المئوية

جدول رقم 03 : يوضح نتائج المحور الثاني الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للإمكانيات المادية بالمدرسة



شكل رقم 02 : يوضح نتائج المحور الثاني الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للإمكانيات المادية بالمدرسة

- تحليل نتائج المحور الثاني:

من خلال النتائج المتحصل عليها والمبينة في الجدول والمنحنى يتضح أن هناك تباين في نتائج المحور الخاص بالعمل مع التلاميذ، حيث نرى أن أكبر نسبة لدى مستوى الضغط بدرجة متوسطة بنسبة 51.85%، تليها مستوى الضغط بدرجة قليلة بنسبة 22.22%، ثم تأتي مستوى الضغط بدرجة كبيرة جدا

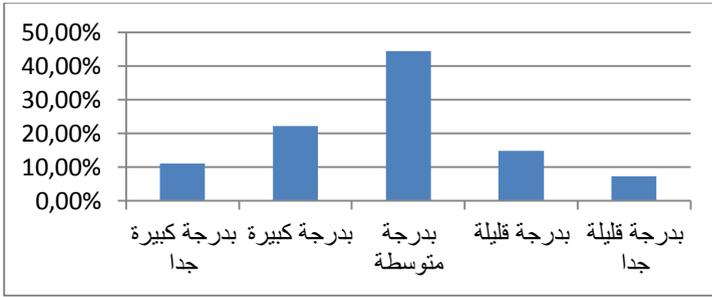
مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية SPAPSA

ومستوى الضغط بدرجة كبيرة بنفس النسبة 11.11%، وفي الأخير تأتي مستوى الضغط بدرجة قليلة جدا بنسبة 3.70%.

3-3- مستوى الضغط المهني بالنسبة للراتب الشهري:

المتوسط الحسابي	المجموع	ضغط بدرجة قليلة جدا	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة كبيرة جدا	مستوى الضغط
	27	02	04	12	06	03	التكرار
17.85	%100	%7.40	%14.81	%44.44	%22.22	%11.11	النسبة المئوية

جدول رقم 04: جدول يوضح نتائج المحور الثالث الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للراتب الشهري



شكل رقم 03 : يوضح نتائج المحور الثالث الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للراتب الشهري

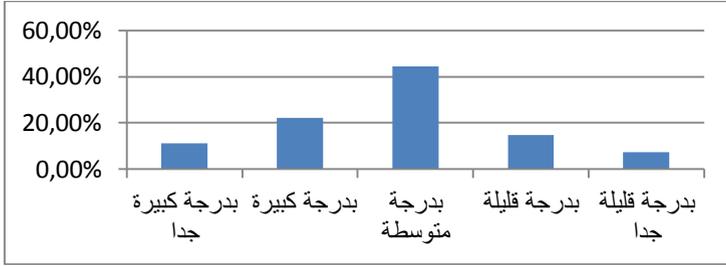
- تحليل نتائج المحور الثالث:

من خلال النتائج المتحصل عليها والمبينة في الجدول والمنحني يتضح أن هناك تباين في نتائج المحور الخاص بالراتب الشهري، حيث نرى أن أكبر نسبة لدى مستوى الضغط بدرجة متوسطة بنسبة 44.44%، تليها مستوى الضغط بدرجة كبيرة بنسبة 22.22%، ثم تأتي مستوى الضغط بدرجة قليلة بنسبة 14.81%، ثم تليها مستوى الضغط بدرجة كبيرة جدا بنسبة 11.11% وفي الأخير تأتي مستوى الضغط بدرجة قليلة جدا بنسبة 3.70%.

3-4- مستوى الضغط المهني بالنسبة للتوجيه التربوي الرياضي:

المتوسط الحسابي	المجموع	ضغط بدرجة قليلة جدا	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة كبيرة جدا	مستوى الضغط
	27	01	10	12	03	01	التكرار
17.00	%100	%3.70	%37.03	%44.44	%11.11	%3.70	النسبة المئوية

جدول رقم 05 : يوضح نتائج المحور الرابع الخاص بالضغط المهني بالنسبة للتوجيه التربوي الرياضي



شكل رقم 04 : يوضح نتائج المحور الرابع الخاص بالضغط المهني بالنسبة للتوجيه التربوي الرياضي

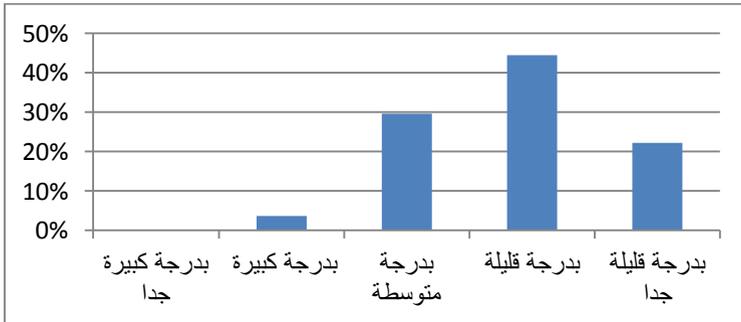
- تحليل نتائج المحور الرابع:

من خلال النتائج المتحصل عليها والمبينة في الجدول والمنحنى يتضح أن هناك تباين في نتائج المحور الخاص بالتوجيه التربوي الرياضي، حيث نرى أن أكبر نسبة لدى مستوى الضغط بدرجة متوسطة بنسبة 44.44%، تليها مستوى الضغط بدرجة قليلة بنسبة 37.03%، ثم تأتي مستوى الضغط بدرجة كبيرة بنسبة 11.11%، ثم تليها في الأخير مستوى الضغط بدرجة كبيرة جدا ومستوى الضغط بدرجة قليلة جدا بنفس النسبة 3.70%

3-5- مستوى الضغط المهني بالنسبة للعلاقة بين المعلم وإدارة المدرسة:

المتوسط الحسابي	المجموع	ضغط بدرجة قليلة جدا	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة كبيرة جدا	مستوى الضغط
	27	06	12	08	01	00	التكرار
14.33	%100	%22.22	%44.44	%29.63	%3.70	%00	النسبة المئوية

جدول رقم 06: يوضح نتائج مستوى الضغط المهني بالنسبة للعلاقة بين المعلم وإدارة المدرسة



شكل رقم 05 : يوضح نتائج مستوى الضغط المهني بالنسبة للعلاقة بين المعلم وإدارة المدرسة

- تحليل نتائج المحور الخامس:

من خلال النتائج المتحصل عليها والمبينة في الجدول والمنحنى يتضح أن هناك تباين في نتائج المحور الخاص بالعلاقة بين المعلم وإدارة المؤسسة ، حيث نرى أن أكبر نسبة لدى مستوى الضغط بدرجة قليلة بنسبة 44.44%، تليها مستوى الضغط بدرجة متوسطة بنسبة 29.63%، ثم تأتي مستوى الضغط بدرجة

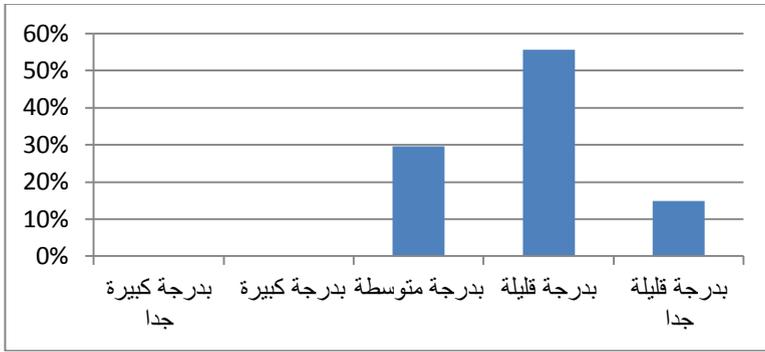
مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية SPAPSA

قليلة جدا بنسبة 22.22%، ثم تليها مستوى الضغط بدرجة كبيرة بنسبة 3.70% وفي الأخير تأتي مستوى الضغط بدرجة كبيرة جدا بنسبة 0%.

3-6- مستوى الضغط المهني بالنسبة للعلاقة مع الأساتذة الآخرين:

المتوسط الحسابي	المجموع	ضغط بدرجة قليلة جدا	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة كبيرة جدا	مستوى الضغط
14	27	04	15	08	00	00	التكرار
	%100	%14.81	%55.56	%29.63	%00	%00	النسبة المئوية

جدول رقم 07 : يوضح نتائج المحور السادس الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للعلاقة مع الأساتذة الآخرين



شكل رقم 06 : يوضح نتائج المحور السادس الخاص بمستوى الضغط المهني بالنسبة للعلاقة مع الأساتذة الآخرين

- تحليل نتائج المحور السادس:

من خلال النتائج المتحصل عليها والمبيّنة في الجدول والمنحنى يتضح أن هناك تباين في نتائج المحور الخاص بالعلاقة مع الأساتذة الآخرين، حيث نرى أن أكبر نسبة لدى مستوى الضغط بدرجة قليلة بنسبة 55.56%، تليها مستوى الضغط بدرجة متوسطة بنسبة 29.63%، ثم تأتي مستوى الضغط بدرجة قليلة جدا بنسبة 14.81%، ثم تليها مستوى الضغط بدرجة كبيرة ومستوى الضغط بدرجة كبيرة جدا بنفس النسبة 0%.

3-7- مستوى الضغط المهني للفرضية ككل:

المتوسط الحسابي	المجموع	ضغط بدرجة قليلة جدا	ضغط بدرجة قليلة	ضغط بدرجة متوسطة	ضغط بدرجة كبيرة	ضغط بدرجة كبيرة جدا	مستوى الضغط
16.32	27	03	10	11	02	01	التكرار
	%100	%9.87	%36.42	%40.08	%9.26	%4.32	النسبة المئوية

جدول رقم 08 : يوضح نتائج مستوى الضغط المهني للمقياس ككل



شكل رقم 07 : يوضح نتائج مستوى الضغط المهني للمقياس ككل

- تحليل نتائج المقياس ككل:

من الجدول والمنحنى البياني نلاحظ أن هناك تباين في النتائج، حيث تشير إلى المرتبة الأولى للضغط المتوسط بنسبة 40.08% وبعد ذلك الضغط بدرجة قليلة بنسبة 36.42%، وبعدها الضغط بدرجة قليلة جدا بنسبة 9.87%، ثم يأتي الضغط بدرجة كبيرة بنسبة 9.26%، ثم الضغط بدرجة كبيرة جدا بنسبة 4.32%. بالنظر إلى النتائج المتحصل عليها والذي ضم كل محاور المقياس نجد أن أكبر مستوى للضغط هو مستوى الضغط المتوسط تليها الضغط بنسبة قليلة، وهذا يدل على عدم وجود ضغوطات كبيرة ومؤثرة على عاتق أساتذة التربية البدنية والرياضية وأن الضغوطات الموجودة في مستوى الأستاذ ويستطيع التحكم فيها.

4- مناقشة النتائج والخلاصة:

4-1- مناقشة النتائج:

● بالنسبة لمستوى الضغط بالنسبة لكامل المقياس:

بالنظر إلى النتائج المحصل عليها في الجدول يوضح أن مصادر الضغط المهني لأساتذة التربية البدنية والرياضية يقع في مجال الضغط المتوسط بنسبة 40.08% بالنسبة لمحاور المقياس ككل على الرغم من تباين نسب المحاور، فقد وجدنا محور الإمكانات المادية للمدرسة ومحور الراتب الشهري ومحور التوجيه التربوي الرياضي يقعون في الضغط المتوسط، كذلك النسبة الأخرى التي احتلت المرتبة الثانية هي مستوى الضغط القليل بنسبة 36.42% وهي نسبة قريبة من مستوى الضغط المتوسط، حيث وجدنا محور العمل مع التلاميذ ومحور علاقة الأستاذ بإدارة المؤسسة ومحور علاقة الأستاذ بالأساتذة الآخرين يقعون في مستوى الضغط القليل، وإنطلاقاً من هذه النتائج نرفض الفرض القائل بأن أساتذة التربية البدنية والرياضية يعانون من ضغوط مهنية بسبب (العمل مع التلاميذ، الإمكانات المادية، الراتب الشهري، التوجيه التربوي الرياضي، علاقة الأستاذ بالإدارة، علاقة الأستاذ بالأساتذة الآخرين)، ومنه يمكن القول أن هذه المصادر لا تشكل ضغطاً بالنسبة لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

● بالنسبة لمستوى الضغط المهني بالنسبة للعمل مع التلاميذ :

من خلال النتائج المتحصل عليها يتضح أن محور العمل مع التلاميذ لا يشكل ضغطاً بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية وذلك لوقوعها في مستوى الضغط القليل، وقد يعود ذلك إلى الخبرة والحكمة والتحكم السليم لأساتذة التربية البدنية والرياضية في تسبير الحصة، وكذلك قد يعود إلى وعي التلاميذ بأهمية حصة التربية البدنية والرياضية لكونها تمثل لهم المتفرد الوحيد للتخلص من ضغوطات الدراسة وكذلك فرصة للعب الجماعي مع بعضهم مما يستدعي الأمر ذلك وعيهم باستغلال حصة التربية البدنية والرياضية بأحسن صورة مما يرجع ذلك إيجاباً على الأستاذ في تسبيره لحصة التربية البدنية والرياضية، وكذلك توفر الإمكانات من وسائل ومعدات تجعل الأستاذ يقوم بعمله بكل أريحية، كذلك قد تكون أعداد التلاميذ في الفوج قليل الأمر الذي يسمح للأستاذ بالتحكم في المجموعة بكل سهولة.

● بالنسبة لمستوى الضغط المهني بالنسبة للإمكانات المادية بالمدرسة :

من خلال النتائج المتحصل عليها يتضح أن محور الإمكانات المادية بالمدرسة لا يشكل ضغطاً كبيراً بالنسبة لأساتذة التربية البدنية والرياضية بدليل حصول الضغط المعتدل على أكبر نسبة يليه الضغط بدرجة

قليلة، وقد يعود ذلك الى كون توفر المدرسة على الإمكانيات والوسائل التي تسمح لأساتذة التربية البدنية والرياضية أن يقوموا بعملهم على أكمل وجه، لأن نقص الوسائل والإمكانيات يعيق عمل الأستاذ في تسيره للحصة، وكذلك قد يعود إلى قدرة أساتذة التربية البدنية والرياضية على التعامل مع الإمكانيات المتاحة بصورة جيدة وذلك للخبرة التي يمتلكها.

● **بالنسبة لمستوى الضغط المهني بالنسبة للراتب الشهري :**

من خلال النتائج المتحصل عليها نرى أن الراتب الشهري يشكل ضغطا معتدلا على أساتذة التربية البدنية والرياضية، ومما لا شك فيه أن كل راتب في أي وظيفة ما يشغل العامل وقد يكون من بين أولويات أولوياته كونه يأتي في المقام الأول لأنه ومن خلاله يستطيع العامل ضمان معيشته ومعيشة أسرته وبالتالي يضمن بذلك العيش المناسب ولاشك أن أساتذة التربية البدنية والرياضية على غرار باقي العمال يطمحون أن تكون رواتبهم محترمة تسمح لهم بضمن العيش الرغيد ومن الواضح أن أغلبية الأساتذة يرون أن الراتب الشهري الحالي لا يشكل لهم ضغطا كبيرا وهذا يدل على أن راتبهم يتماشى مع إحتياجاتهم اليومية في الحياة .

● **بالنسبة لمستوى الضغط المهني بالنسبة للتوجيه التربوي الرياضي :**

من خلال النتائج المتحصل عليها نرى أن أغلبية أساتذة التربية البدنية والرياضية لديهم ضغطا معتدل بالنسبة للتوجيه التربوي الرياضي وهذا قد يعود إلى النظرة الإيجابية التي يراها أساتذة التربية البدنية والرياضية إتجاه الموجه التربوي من خلال التوجيهات التي يقوم بها والتي تصب في مصلحة الأستاذ وزيادة رصيده المعرفي وهذا لكون أساتذة التربية البدنية والرياضية يسعون إلى زيادة معرفتهم وإمكانياتهم للرقى وهذا ما ولد لهم إتجاه إيجابي نحو المشرف التربوي، وهي عكس النظرة السلبية التي يراها بعض الاساتذة للموجه التربوي لكونه يتدخل في شؤونهم ويحاسبهم على عملهم، فالموجه التربوي يوجه الاساتذة وذلك للتخلص من النقائص التي يعاني منها الاساتذة.

● **بالنسبة لمستوى الضغط المهني بالنسبة لعلاقة الأستاذ بإدارة المؤسسة :**

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن مستوى الضغط بدرجة قليلة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تجاه علاقاتهم بإدارة المؤسسة وهذا يدل على العلاقة السليمة بينهم والتفاهم والاحترام المتبادل، وهذا ناتج عن حرص إدارة المؤسسة على توفير الظروف الملائمة لأستاذ التربية البدنية والرياضية ليقوم بعمله في جو ملائم خالي من الصراعات والنزاعات، وذلك لإعتبار إدارة المؤسسة أن التربية البدنية والرياضية مادة مثلها مثل المواد الأخرى، وكذلك قد يعود إلى التوزيع الزمني الملئم على مدار الأسبوع، وكذلك السماح للأستاذ للقيام بأنشطة داخل المؤسسة أو خارجها مثل الدورات حيث تمنح الحرية لأستاذ التربية البدنية والرياضية للقيام بالعمل، كل هذه الأمور من شأنها إزالة الضغط على الأستاذ.

● **بالنسبة لمستوى الضغط المهني بالنسبة لعلاقة الأستاذ مع الأساتذة الآخرين :**

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن مستوى الضغط بدرجة قليلة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تجاه علاقاتهم بالأساتذة الآخرين وهذا يدل على العلاقة السليمة بينهم والتفاهم والاحترام المتبادل، وكذلك تميز أستاذ التربية البدنية والرياضية بخصال التي يكتسبها من خلال التفاعل مع الأساتذة الآخرين والتلاميذ تمكنه من التفاهم الجيد مع الأساتذة الآخرين، وكذلك النظرة الإيجابية لأساتذة المدرسة تجاه مادة التربية البدنية والرياضية كذلك حجم العمل الذي يقوم به أستاذ التربية البدنية والرياضية، وكذلك كون مكان عمل أستاذ التربية البدنية مختلف عن مكان عمل الأساتذة الآخرين مما ينقص الإحتكاك معهم، وكذلك قد يعود إلى الأنشطة الرياضية التي يشارك فيها أساتذة المدرسة مع التلاميذ والتي تكون تحت تأطير أستاذ التربية البدنية والرياضية من شأنها أن تقوم بتوطيد العلاقة فيما بينهم.

2-4- خلاصة البحث:

تعتبر الضغوط المهنية من أبرز المشاكل التي يعاني منها العامل في عمله بصفة عامة وأستاذ التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، وذلك إذا لم تتوفر الظروف الملائمة للعمل، حيث تؤدي الضغوط المهنية إلى التقليل من قدرة أستاذ التربية البدنية والرياضية على القيام بعمله على أتم وجه، من هذا المنطلق يتمحور الهدف الرئيسي في هذه الدراسة حول معرفة مصادر الضغوط المهنية التي يتعرض لها أستاذ التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي، وقد أجريت الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية بسكرة في المرحلتين الثانوية والمتوسطة، وقد تم إتباع المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة هذه الدراسة ، وقد تم إستعمال مقياس الضغوط المهنية لمحمد حسن علاوي الذي يحتوي على ستة محاور وهي(العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة /

العلاقة مع الأساتذة الآخرين) ، وبعد جمع المعطيات وإجراء التحليلات والمعالجة الإحصائية توصل الباحث إلى العديد من النتائج وهي أنه:

- لا يعاني أساتذة التربية البدنية والرياضية من ضغط مهني بسبب مصادر مرتبطة بـ (العمل مع التلاميذ / الإمكانيات المادية / الراتب الشهري / التوجيه التربوي / العلاقة بين الأستاذ والإدارة / العلاقة مع الأساتذة الآخرين).

- الاقتراحات:

- توفير البيئة الملائمة لأستاذ التربية البدنية والرياضية ليقوم بعمله على أحسن وجه .
- زيادة الحوافز المالية للأستاذ التي تعتبر عامل مهم في التخلص من الضغوط .
- القيام بندوات وإجتماعات حيث يقوم فيها أستاذ التربية البدنية والرياضية بطرح العراقيل التي تواجهه في عمله والتوضيح له كيفية التغلب على العقبات .
- رفع الروح المعنوية للأساتذة وشكرهم على العمل الذي يقومون به من طرف مدير المؤسسة والموجه التربوي والأساتذة الآخرين.

المراجع:

- خلفيات، عبد الفتاح والزلغول، مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مديرية التربية بمحافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية (3)، 2003.
- بن حامد محمد، مصادر الضغط المهني لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية، مذكرة ماجستير، النشاط البدني الرياضي التربوي، جامعة الجزائر 03، 2008/2007.
- الخاتنة، سامي محسن، علم النفس الإداري ، ط1، دار حامد للنشر والتوزيع، عمان، 2012.
- بن حامد محمد ، مصادر الضغط المهني لدى أساتذة التربية البدنية وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية ، (مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي ، جامعة الجزائر) ، الجزائر ، 2008 .
- BOWSER PHILIP., (2000): **Stress Management Getting Stronger**, H, And Ling The Load Nea Today.

الملحق:

استبيان مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي

درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا	العبارة
					1- أشعر بأن التلاميذ لديهم إهتمام واضح بحصة التربية البدنية والرياضية
					2-الملاعب الضرورية للقيام بعملية قليلة جدا أو تكاد تكون غير موجودة
					3-راتبي لا يتناسب مع مسؤولياتي وواجباتي
					4-الزيارات المفاجئة للموجه التربوي تسبب لي القلق
					5-أشعر بأن مدير (الناظر) المدرسة يقدر الجهد الذي أقوم به في عملي
					6-مناخ العمل في مدرستي يتميز بالخلافات بين المدرسين وهو الأمر الذي يسبب لي المزيد من الضيق .
					7-التلاميذ ليس لديهم الدوافع للإشتراك في حصة التربية البدنية والرياضية .
					8- الإعتمادات المالية اللازمة للصراف منها على النشاط الرياضي غير كافية .
					9- راتبي بمفرده يكفي حاجاتي الضرورية
					10- يضايقني تركيز الموجه على الجوانب السلبية وإغفال الجوانب الإيجابية في عملي .
					11- رأبي غير مهم لمدير (أو الناظر) المدرسة .
					12- أشعر بأن العلاقات بيني وبين معظم المدرسين وثيقة جدا.
					13- مشكلة ضبط النظام مع التلاميذ تأخذ مني وقتا طويلا وتجعلني

مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والفنية SPAPSA

				عصياً .
				14- الأدوات والأجهزة الرياضية بالمدرسة مناسبة لكي أقوم بعملتي على خير وجه .
				15-مهنتي لا توفر لي الأمان المادي المناسب .
				16- توجيه الموجه لي لا يتأسس على أسس موضوعية . .
				17- مدير (ناظر) المدرسة لا يقدر عملي التقدير الكافي.
				18- يوجد نوعا من التعصب ضد مدرسي التربية البدنية والرياضية في مدرستي
				19- ملابس التلاميذ لا تساعد على الأداء الحركي في حصة التربية البدنية
				20- حالة الملاعب بالمدرسة لا تسجع على التدريس .
				21- أحصل على حوافز مادية لا بأس بها بالإضافة لمرتبتي .
				22- الموجه التربوي يمنحني الفرصة للمناقشة ويسعى جاهدا لمعاونتي .
				23- أشعر من إدارة المدرسة بضعف التقدير للعمل الجيد الذي أقوم به .
				24- معظم المدرسين بالمدرسة يقدرون قيمة عمل مدرس التربية البدنية و الرياضية
				25- أعداد التلاميذ في الفصل الواحد قليلة مما يساعد على استفادتهم من حصة التربية البدنية والرياضية .
				26- الإمكانيات الرياضية بالمدرسة مناسبة لإعداد التلاميذ .
				27- أشعر بأنني أعمل براتب غير مناسب
				28- أسلوب التوجيه التربوي الحالي يشجعني على بذل المزيد من الجهد في عملي
				29- إدارة المدرسة تضع معظم حصص التربية الرياضية في نهاية اليوم الدراسي .
				30- نظرة المدرسين لمدرس التربية الرياضية نظرة غير عادلة .
				31- بضايقتي كثرة تغيب تلاميذ السنوات النهائية عن حصص التربية البدنية والرياضية.
				32- أعداد التلاميذ لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية بالمدرسة
				33- الراتب الذي أحصل عليه لا يتناسب مع ما أقوم به من جهد
				34 – إصرار الموجه التربوي على ضرورة تطبيق المنهج الموضوع بصورة حرفية يسبب لي الضيق .
				35- مدير (الناظر) المدرسة يمنحني قدرا كبيرا من السلطة والحرية للقيام بعملتي .
				36- أشعر بوجود تباعد بيني وبين عدد كبير من مدرسي المواد الأخرى بالمدرسة .