سيكولوجية العلاقة بين مركز التحكم النفسي ومستوى ضغوط العمل لدى المربي الرياضي مقاربة معرفية قائمة على نظرية التعلم الاجتماعي لروتر دراسة ميدانية تبعا لمتغير(العمر، الجنس، الخبرة المهنية)

د. تيايبية فوزي
جامعة محمد الشريف مساعدية - سوق أهراس-
د. قيني حفيظ
جامعة محمد الشريف مساعدية - سوق أهراس-

ملخص الدراسة:

تسعى هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين مركز التحكم النفسي ومستوى ضغوط العمل لدى المربي الرياضي تبعا لمتغيرات (الجنس، العمر الخبرة المهنية) وقد تم اختيار عينة البحث عشوائيا من المجتمع الأصلي والمتمثل أساتذة التربية البدنية وبلغ عددها: 100 كما تمثلت أدوات القياس المستخدمة في هذه الدراسة في مقياس التحكم النفسي الداخلي والخارجي لروتر ومقياس ضغوط العمل لمحمد حسن علاوي ولقد استعان البحث ببرنامج spss في المعالجة الإحصائية لحساب معامل الارتباط بيرسون، وت t ستيودنت وغيرها، أما النتائج التي تم التوصل إليها فهي كالتالي:

- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا بين مركز التحكم النفسي الخارجي وضغوط العمل لدى المربي الرياضي
- وجود فروق دالة إحصائيا بين المربين الرياضيين في مركز التحكم النفسي ترجع لمتغير (السن، الجنس)
- وجود فروق دالة إحصائيا بين المربين الرياضيين في ضغوط العمل ترجع لمتغير (العمر، الجنس، الخبرة المهنية)

الكلمات الدالة: الاتجاهات، مركز التحكم النفسي، ضغوط العمل، المربي الرياضي.

Summary:

Title: The Psychology of the relationship between the Locus of control and the level of Stress the teaching profession in the physical education and knowledge-based approach based on the theory of social learning rueter field study depending on the variable) the age, sex, professional experience (physical) Backgrounds; Aims of study; This study aims to determine The Psychology of the relationship between the Locus of control and the level of Stress the teaching profession in the physical education and knowledge-based approach based on the theory of social learning rueter field study depending on the variable) the age, sex, professional experience)

Sample; our study sample was selected randomly from the original community our study sample was selected randomly from the original community of Teachers of physical education and sports where the totals sample was comprised from 100

Instrument of study ; measurement tool used in this study evaluate The control center of the psychological preparation Rutter scale) and Professional design pressure of Mohammad Hassan Allawi scale and I've used the program spss program as analysis statistical tools to calculate the Pearson correlation coefficient t test (student).

Results;

1. The existence of a positive relationship and statistically function between the control center outside psychological pressure and work for the teachers of Physical Education and Sports.

2.results show that there are an significant differences on the control center outside psychological to a variable (age, sex)

3.results show that there are an significant differences on the Work Pressures to a variable (age, sex)

Key words: The Control Center and the psychological pressures of work, a teacher of physical education and sports

1)- مقدمة واشكالية البحث:

لقد ظهرت منذ السبعينات عدة دراسات حاولت الكشف عن مصادر الضغوط المهنية للمعلمين في العديد من الاختصاصات والمستويات، إلا أن المثير للاهتمام هو أن الناس لا يتأثرون بنفس الموقف الضاغط بنفس الدرجة كما نجد بعض المواقف تعتبر مصدر ضغط بالنسبة لأشخاص معينين في حين لا تسبب أية ضغوط لدى البعض الأخر، أن تناول ظاهرة الضغوط من خلال البعد الذاتي للفرد المدرك للموقف البيئي الضاغط هو التفسير الوحيد لهذا الاختلاف في تأثر الأشخاص بهذا الأخير، وعلى الرغم من أن أغلب النظريات النفسية قد عرضت تفسيراتها لظاهرة الضغوط ثم اقترحت أساليب وإجراءات للتعامل مع أعراضه للتخفيف من حدتها، إلا أن المدخل المعرفي – السلوكي يعتبر من أكثر المداخل شعبية وقبولا بين العاملين في المجال في الوقت الحالي، ومن بين المداخل الأولى التي حاولت دمج نظرية التدعيم (النظرية السلوكية) reinforcement theory بالنظرية المعرفية cognitive theory هو مدخل روتر التوقع – التدعيم (Rotter,1954,1970, In Levis, 1982,PP.49) فلقد بين روتر

في نظريته المعروفة بنظرية التعلم الاجتماعي من خلال مفهوم العزو الداخلي- الخارجي I–E، ومن خلال مفهوم وجهة الضبط الداخلي- الخارجي الأسباب التي تجعل الناس يستجيبون استجابات مختلفة للضغوط رغم أنهم يوجدون في نفس الموقف، ولقد وظف روتر(1966) rotter مفهوم وجهة الضبط في تفسيره للفروق الفردية في السلوك وإدراك المواقف البيئية بقوله: إن وجهة الضبط هي إدراك الفرد للعلاقة القائمة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج، إنه ترجمة لاعتقادات الفرد أن سلوكه وما ينجم عنه من نجاح أو فشل يستند إلى مصادر قد تكون داخلية أو خارجية لذا افترض روتر (1966) rotter وصنف الناس إلى فئتين الأولى من ذوي الضبط الداخلي وهم أفراد يعتقدون أن نتائج سلوكهم من نجاح أو فشل يتم إسناده إلى ذواتهم من حيث ارتفاع أو نقص في الإرادة، كما يتميزون عن غيرهم بالثقة والاتزان الانفعالي والتوافق مع الذات والمجتمع والطموح والسعي وراء تحقيق التفوق، كما أن لهم مستوى عالي من النشاط المعرفي ويبذلون جهودا للسيطرة على البيئة، وهم اقل قلقا وأكثر ميلا للانجاز وتحمل للمسؤولية إلى جانب كونهم أكثر اندماجا في العلاقات الاجتماعية كما أنهم يستجيبون أحسن للمواقف الضاغطة. وبالتالي يظهر جليا أن وجهة الضبط يعد بعد هاما من أبعاد الشخصية كونه يؤثر في الطريقة والسلوك التي يستجيب بها الأفراد تجاه المواقف البيئية، وفي هذا الصدد اكد ليفكورت(1976) lefkourt أن وجهة الضبط الداخلي هو اعتقاد الفرد انه يستطيع التحكم في أموره الخاصة والعامة ويسمح له بالاستمرار على قيد الحياة دون قهر ومن ثم يمكنه التوافق مع البيئة، أما إذا اعتقد انه لا يستطيع التحكم في أمور حياته فإن ذلك سينغص عليه عيشه وتوافقه. واحد النماذج المعرفية في تفسير الضغوط يذهب إلى أن المتعرضين لضغوط قوية يميلون إلى إدراك الوقائع من حولهم على أنها لا يمكن ضبطها أو التحكم فيها، وفي هذا الصدد وبناءا على ما سبق فإن اهتمام الباحثين بالكشف عن مصادر الضغوط المهنية للتدريس وكذا اقتراح استراتيجيات لمقاومة هذه الأخيرة دون دراسة العلاقة القائمة بين وجهة الضبط لدى المعلمين ومدى تعرضهم للضغوط يبين اهمية التطرق لدراسة هذه العلاقة. إن بعض الدراسات تبين فعلا العلاقة القائمة بين وجهة الضبط وضغوط مهنة التدريس لدى المعلم ومع ملاحظة الباحث ان كل الدراسات تناولت هذه العلاقة لدى المعلمين من مختلف الاختصاصات عدا التربية البدنية والرياضية – على حد علم الباحث - الامر الذي يضفي اهمية تناول هذا الموضوع كما يمكن من خلال هذا الأخير ان نتحقق من امكانية الاستفادة من هذا المفهوم الغربي لروتر والذي طبق بكثرة في الثقافات الغربية من خلال توظيفه في البيئة الجزائرية. وبالاستفادة من الدراسات التي اجريت في دول مختلفة خاصة العربية منها كمصر والاردن سيتناول الباحث هذه الدراسة من خلال طرح التساؤلات التالية:

هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين وجهة الضبط الخارجي وضغوط مهنة التدريس لدى معلمي التربية البدنية الرياضية؟.

وتحت هذا السؤال تندرج الأسئلة الفرعية التالية:

1- هل هناك فروق دالة إحصائيا في مركز التحكم النفسي لدى أفراد العينة ترجع لمتغير الجنس؟.

2- هل هناك فروق دالة إحصائيا في وجهة الضبط داخلي- خارجي لدى أفراد العينة ترجع لمتغير السن؟.

3- ما طبيعة الضغوط المهنية التي يواجهها معلموا التربية البدنية والرياضية

4- هل هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغوط المهنية لدى أفراد العينة ترجع لمتغير الجنس؟.

5- هل هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغوط المهنية لدى أفراد العينة ترجع لمتغير الخبرة؟

2)- الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين وجهة الضبط الخارجي وضغوط مهنة التدريس لدى أفراد العينة

- الفرضيات الجزئية:

1- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مركز التحكم النفسي السن لدى افراد العينة ترجع لمتغير الجنس.

2- توجد فروق دالة إحصائيا في مركز التحكم النفسي السن لدى افراد العينة ترجع لمتغير السن.

3- يواجه معلموا التربية البدنية ضغوط مهنية للتدريس مصدرها: الراتب الشهري، العلاقة مع الزملاء، العلاقة مع التلاميذ، العلاقة مع الإدارة، الإمكانات المادية، العلاقة مع المفتش التربوي.

4)- توجد فروق دالة إحصائيا في ضغوط العمل لدى افراد العينة ترجع لمتغير الجنس.

5)- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغوط العمل لدى افراد العينة ترجع لمتغير الخبرة.

3)- أهداف الدراسة:

1- التعرف على العلاقة بين مركز التحكم النفسي وضغوط العمل لدى المربي الرياضي.

2- التعرف على مصادر ضغوط العمل لدى المربي الرياضي ومستوياتها.

3- التعرف على الفروق في مركز التحكم النفسي والتي تعزى لمتغير الجنس والسن.

4- معرفة الفروق في مستوى ضغوط العمل لدى أفراد العينة والتي تعزى لمتغير الجنس والخبرة المهنية.

5- إلقاء الضوء على مفهوم التحكم النفسي من حيث نشأته وتطوره وخلفيته الثقافية.

4)- أهمية الدراسة:

تظهر أهمية هذا البحث في أنه يتصدى إلى دراسة مفهوم التحكم النفسي الداخلي - الخارجي في علاقته بضغوط العمل، للنظر في مدى إمكانية الاستفادة منه وبتطبيقاته في البيئة الجزائرية، سواء كمتغير مفسر لبعض أعراض الضغوط أو كمتغير يسهم في العملية الإرشادية وكذا علاقة المفهوم بالجنس والسن، وكذا النظر في مدى التشابه والاختلاف بين النتائج المتحصل عليها ونتائج الدراسات المشابهة والتي أجريت في الثقافات الغربية كأحد الوسائل التي تسهم في توضيح مدى انطباق المفهوم على الثقافة العربية، وبالتالي مدى إمكانية الاستفادة منه في دراسة الضغوط وفي التعامل معها في هذه الثقافة.

5)- تحديد المصطلحات:

- مركز التحكم النفسي:

وهو الدرجة التى عليها يدرك الفرد أن المكافأة أو التدعيم تتبع أو تعتمد على سلوكه هو ومواصفاته، في مقابل الدرجة التي عليها يدرك الفرد أن المكافأة أو التدعيم مضبوطة أو محكومة بقوى خارجية ، وربما تحدث مستقلة عن سلوكه. أي أن وجهة الضبط هو مدى إدراك الفرد بوجود علاقة سببية بين سلوكه وبين ما يتلو هذا السلوك من مكافأة أو تدعيم (Rotter ,1966, P.1)

ويعنى التحكم الخارجى: إدراك الفرد للتدعيم على أنه يتبع بعض السلوكيات الصادرة منه ولكنه لا يعتمد كلية على سلوكه، بل يعتمد على الحظ أو الصدفة أو القدر؛ أو كأنه تحت تحكم آخرين أقوياء، أو كأنه لا يمكن التنبؤ به بسبب التعقد الشديد للقوى المحيطة بالفرد.

ويعنى التحكم الداخلى: إدراك الفرد للتدعيم على أنه يتبع بعض السلوكيات الصادرة منه، وأنه يعتمد على سلوكه أو مواصفاته الثابتة نسبياً.

- ضغوط العمل:

يعرفه كل من "دالان" "أرسنول" على أنه حالة عدم توافق بين طموحات الأفراد وحقيقة ظروف عملهم . وهو فقدان الانسجام بين قدرات الفرد ومتطلبات مهنية .

6)- الاطار النظري:

- نظرية التعلم الاجتماعي لروتر rotter social learning theory

تبرز أهمية نظرية التعلم الاجتماعي من خلال حاجة كل فرد منا إلى تفسير سلوكه وسلوك الآخرين حوله، كما أنها تبحث في السلوك المعقد للأفراد في المواقف الاجتماعية المعقدة، هذه النظرية في الأساس لا تعتمد على تقديم تفسير دقيق للأساليب التي من خلالها يتم اكتساب أنماط معينة من السلوك الإنساني الذي يمكن حدوثه في موقف ما، فهي تؤكد على أداء الإنسان في المواقف الاجتماعية المختلفة، كما أن هذه النظرية تلتقي مع نظريات التعلم الأخرى في بعض المفاهيم الأساسية كالتعزيز والتوقع، ولم تهتم بمبادئ الاشتراط أو الارتباط أو تعميم المؤثرات بقدر اهتمامها واعتمادها على التنبؤ بالسلوك المكتسب (الزهراني، 2004، ص22). ومن خلال هذه النظرية استخرج روتر مفهوم وجهة الضبط.

- المفاهيم الأساسية لنظرية التعلم الاجتماعي:

- الطاقة السلوكية أو الجهد: (behavior potential)

ولقد عرفها روتر (rotter1986) بأنها:" إمكان حدوث السلوك في موقف أو في مواقف معينة من أجل الحصول على تعزيز أو مجموعة من التعزيزات". (جيري فيرز ، 1986. ص86).

والمقصود بالطاقة السلوكية أن يكون لدى الفرد القدرة على إنجاز سلوك معين، فاختياره لسلوك ما دون الأخر يرتكز على تصوره الذاتي للوضعية لذا تتأثر طاقته بالموقف المثير وكذا باختياره الواعي لذلك السلوك من بين سلوكات أخرى واختيارات قابلة للاستعمال، وأشار روتر في تعريفه للسلوك إلى أن الأفعال التي يمكن ملاحظتها أي الضمنية.

- **قيمة التعزيز أو التدعيم** reinforcement Value

قيمة التعزيز تعبير نسبي يشير إلى أن الفرد يفضل شيئا ما على شيء آخر، و بالتالي فإنها تتحدد نسبة إلى مجموعة محددة من البدائل، يعرف روتر هذا المفهوم بأنه:" درجة تفضيل الفرد لحصوله على تعزيز معين إذا كانت إمكانية الحدوث لكل التعزيزات الأخرى متساوية". (جيري فيرز 1986، ص 50).

- التوقع Expectancy

يعرفه روتر(rotterK 1966) بأنه:" احتمال يضعه الفرد بأن تعزيزا معينا سيحدث نتيجة لسلوك ما أو موقف معين". (العنزي، 2003، ص45). ويشير هذا المفهوم إلى أن أنواعا معينة من السلوك سوف تؤدي إلى إشباعات أو أهدافا لها قيمتها لدى الفرد (جيري فيرز، 1986،ص35).

7)- إجراءات الدراسة:

1- **الدراسة الاستطلاعية:** الإطلاع على الممارسة الميدانية في المؤسسات من خلال الاتصال ببعض معلمي التربية البدنية والرياضية من اجل جمع اكبر عدد ممكن من المعلومات التي يمكن من خلالها معالجة الإشكال المطروح.

- محاولة التعرف أكثر على مجتمع الدراسة الميدانية.

- اختيار المقاييس الأكثر ملاءمة للدراسة الميدانية مع تكييفه بحسب طبيعة العينة.

- تحديد الطريقة المناسبة لاختيار العينة.

وبعد قيامنا بهذه الدراسة مع بداية الموسم الدراسي 2014-2015 تم التوصل إلى جل هذه النقاط التي إتضحت جليا من خلال عرضنا لهذا الفصل.

2. **حدود الدراسة:** تقتصر العينة الحالية على معلمي التربية البدنية والرياضية في المرحلتين المتوسطة والثانوية والتي تتراوح أعمارهم بين 24 الى 55 سنة خلال 2014- 2015. في سوق أهراس وقالمة والطارف

3. **مجتمع وعينة الدراسة:** يتكون مجتمع الدراسة من معلمي التربية البدنية والرياضية لبعض ولايات الشرق (سوق أهراس- قالمة- الطارف- عنابة). وهذا في المرحلتين المتوسطة والثانوية، والمقيدين في العام الدراسي 2014-2015، وتم أخذ عينة عشوائية تقدر بـ(100) أستاذ من الجنسين والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (1) يوضح خصاص أفراد العينة:

الجنس	ذكور	إناث	
	75	25	
العمر	أقل من 35 سنة	أكثر من35 سنة	
	58	42	
الخبرة	أقل من10 سنوات	أكثر من 10 سنوات	
	56	44	
الرقعة الجغرافية	قالمة	عنابة	سوق أهراس
	28	30	42

4. **منهج البحث:**

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يحاول وصف طبيعة الظاهرة موضع البحث فيشمل ذلك تحليل بنيتها وبيان العلاقة بين متغيراتها.(فؤاد أبو حطب، واخرون 1991).

5. **أدوات الدراسة:**

- مقياس الضبط الداخلى – الخارجى – روتر I-E

ويتكون مقياس I-E من 29 بند، كل بند يتضمن زوج من العبارات، إحداهما تشير إلى الضبط الخارجى والثانية إلى الضبط الداخلى، وستة من هذه البنود حشو filler الغرض منها إضفاء الغموض على الغرض من المقياس (Rotter, 1966, P.10)؛ وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس على التوجه الخارجى. وتتعامل بنود المقياس مع اعتقاد المستجيب له عن طبيعة العالم، أى أن عبارات بنود المقياس، تهتم بتوقعات المفحوص عن الكيفية التي يتم بها التحكم فى التدعيمات، وبناءً على ذلك، أعتبر مقياس I-E مقياساً للتوقع العام، وربما يرتبط هذا التوقع العام بالقيمة التي يضعها المفحوص على الضبط، ولكن لا يوجد بالمقياس أى عبارة تتناول بشكل مباشر تفضيل preference للضبط الداخلى أو الضبط الخارجى. وعلى الرغم من وجود عدة ترجمات للمقياس باللغة العربية، إلا أن الباحث فضل استخدام ترجمة علاء الدين كفافي 1982 لأنها كثيرة الاستخدام في البيئة العربية.

- مقياس الضغوط المهنية: مقياس الضغوط المهنية المستعمل في هذه الدراسة صممه"محمد حسن علاوي"للتعرف على الأسباب أو العوامل التي قد تؤدي إلى حدوث الضغوط عند معلم التربية الرياضية،وتتضمن القائمة على 36عبارة موزعة على 06 اسباب أو عوامل هي: العمل مع التلاميذ في المدرسة،الإمكانات المادية بالمدرسة، الراتب الشهري للمعلم، التوجيه التربوي الرياضي، العلاقة بين المعلم وإدارة المدرسة. العلاقات مع المعلمين الآخرين. (محمد حسن علاوي، 1998. ص 494).

8- **عرض النتائج:**

1- **عرض نتائج الفرضية العامة:**

لارتباط المتغيرات	معامل الارتباط	درجة الحرية	(ر)الجدولية	مستوى الدلالة
مركز التحكم النفسي / ضغوط العمل	0.18	98	0.11	0.05 دال

"توجد علاقة ارتباطيه موجبة ودالة بين مركز التحكم النفسي وضغوط العمل لدى أفراد العينة

جدول رقم (02): يبين العلاقة الارتباطية بين مركز التحكم النفسي وضغوط العمل.

الارتباط المتغيرات	معامل الارتباط	درجة الحرية	(ر)الجدولية	مستوى الدلالة
مركز التحكم النفسي /ضغوط العمل	0.18	98	0.11	0.05 دال

يتبين من الجدول رقم (2) أن قيمة معامل الارتباط (ر) دالة إحصائيا، ذلك لأن معامل الارتباط (0.18) أكبر من (ر) الجدولية (0.11) عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (98). وهذه النتيجة تؤكد على وجود علاقة ارتباطية، بين وجهة الضبط الخارجي والضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والرياضية، وعليه فقد تحقق الفرض الموجب الذي صاغه الباحث.

2- عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

لا توجد فروق دالة إحصائيا في مركز التحكم النفسي لدى أفراد العينة ترجع لمتغير الجنس.

جدول رقم (03): يبين الفروق بين الجنسين في متغير مركز التحكم النفسي.

ذكور			إناث			قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المتوسط الحسابي	ن 1	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن 2	الانحراف المعياري			0.05
9.62	75	3.35	12.33	25	2.55	2.55	98	دالة

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة "ت" المحسوبة (2.55) أكبر من "ت" المجدولة (2.06) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية 98، بمعنى أن الفرق بين المتوسطين ذو دلالة إحصائية مما

يدل على أن هناك فروق في مركز التحكم النفسي لصالح الذكور.

3- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

توجد فروق دالة احصائيا في مركز التحكم النفسي لدى أفراد العينة ترجع لمتغير السن".

جدول رقم (04): يبين الفروق في مركز التحكم النفسي حسب متغير السن.

أقل من 35 سنة			أكثر من 35 سنة			قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المتوسط الحسابي	ن 1	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن 2	الانحراف المعياري			0.05
12.31	75	3.21	9.31	25	3.46	2.64	98	دالة

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة "ت" المحسوبة (2.64) أكبر من "ت" المجدولة (2.06) عند مستوى (25) ودرجة حرية 25، بمعنى أن الفرق بين المتوسطين له دلالة إحصائية مما يدل على وجود فروق في مركز التحكم النفسي ترجع لمتغير السن.

4- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

أقل من 10 سنوات			أكثر من 10 سنوات			قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المتوسط الحسابي	ن 1	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن 2	الانحراف المعياري			0.05
101.56	75	10.83	98.71	25	13.13	0.67	98	غير دالة

"يواجه معلموا التربية البدنية والرياضية ضغوط مهنية للتدريس مصدرها: الراتب الشهري- العلاقة مع الزملاء- العلاقة مع التلاميذ- العلاقة مع الادارة الإمكانات المادية. العلاقة مع المفتش التربوي".

جدول رقم(05) يوضح جميع النسب المئوية لأبعاد للضغوط المهنية:

طبيعة الضغوط	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية
العمل مع التلاميذ	23.85	%50,45
الامكانات المادية بالمؤسسة	22.50	%67,77
الراتب الشهري	23.50	%71,72
التفتيش التربوي	14.75	%51,35
العلاقة مع إدارة المؤسسة	12.15	%48,64
العلاقة مع المعلمين	7.5	%43,45

من خلال هذا الجدول يتبين أن معلم التربية البدنية والرياضية يعني من ضغوط مهنية بنسب متفاوتة، حيث احتل بعد العمل مع التلاميذ النسبة الأكبر والتي قدرت ب(79.50 %)، يليها بعد الراتب الشهري بنسبة تقدر بـ 78.33 %، كما قدرت النسبة المئوية لبعد الإمكانات المادية ب 75%، أما بعدي التفتيش التربوي والعلاقة مع إدارة المدرسة فالنسبة دون الوسط وهي على التوالي 49.16 %، 40.50 %، في حين كانت أقل نسبة لبعد العلاقة مع المعلمين والتي قدرت ب2.5%

5- عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية ترجع لمتغير الجنس.

جدول رقم (06): يبين الفروق في الضغوط المهنية حسب متغير الجنس.

ذكور			إناث			قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة
المتوسط	ن 1	الانحراف	المتوسط	ن 2	الانحراف			0.05
101.08	75	11.88	91.66	25	10.33	3,89	98	دالة

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة "ت" المحسوبة (3.89) أكبر من "ت" المجدولة (2.06) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية 25 ، بمعنى أن الفرق بين المتوسطين له دلالة إحصائية مما يدل على وجود فروق ترجع لمتغير الجنس.

6- عرض نتائج الفرضية الجزئية السادسة:

توجد فروق دالة احصائيا في مستوى ضغوط العمل لدى أفراد العينة ترجع لمتغير الخبرة المهنية.

جدول رقم (07): يبين الفروق في مستوى ضغوط العمل حسب متغير الخبرة المهنية.

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة "ت" المحسوبة (0.67) أقل من "ت" المجدولة (2.06) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية 98، بمعنى أن الفرق بين المتوسطين ليست له دلالة إحصائية مما يدل على أن عدم وجود فروق في مستوى ضغوط العمل ترجع لمتغير الخبرة المهنية.

9- مناقشة نتائج الدراسة:

9-1 مناقشة نتائج الفرضية العامة:

تشير نتائج الدراسة إلى تحقق الفرض الأول وذلك بوجود معامل ارتباط موجب ودال إحصائياً بين ضغوط العمل والتحكم النفسي الخارجي للمجموعة الكلية من المفحوصين الذين اشتركوا فى البحث. ويعنى ذلك، أنه كلما زاد توجه الفرد نحو الوجهة الخارجية في التحكم، كلما ازدادت لديه الأعراض الدالة على تعرضه للضغوط. وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة هيبس وهابلين، دراسة كاد فيد ولوننبر، وتوضح النتيجة أهمية متغير التحكم الداخلي – الخارجي بوصفه أحد العوامل التي قد تكون مسئولة عن وجود أعراض الضغوط. وتتفق هذه النتيجة مع العديد من التفسيرات التي طرحت للعلاقة بين الضغوط والتحكم الخارجي ومنها مثلاً: أن الضغط يرتبط بالتوقعات المعممة لنقص الضبط لدى الفرد (Evans, 1981, P.66, In

(Benassi, et al, 1988, P. 362؛ إن المتعرضين للضغوط قد أظهروا توجهاً عاماً لرؤية النتائج outcomes على أنها بعيدة عن ضبطهم الشخصي، إذ أنهم يعتقدون أن لديهم القليل من الضبط على عناصر بيئتهم ؛ وأن العلاقة بين الضغوط والتحكم الخارجي تأتى من أعمال سيلجمان، والذي اقترح مصطلح تعلم العجز ليشير إلى إدراك الفرد الاستقلالية بين سلوكه والتدعيم (In Molinari.,& Khanna, 1991, P 315). ويرى باحثون آخرون أن مفهوم التحكم الداخلي – الخارجي يرتبط أساساً بدرجة المسئولية التي يدرك الفرد أنه يمتلكها على الأحداث فى حياته، فإن الفرد ذو الاعتقاد في التحكم الخارجي يدرك أحداث الحياة على أنها لا تتوقف ولا تعتمد على سلوكه، بل أنها محددة بدلاً من ذلك بعوامل خارجية عن ذاته. ويرى أبراموويتز (Abramowitz, 1969, In Brannigan., et al 1977,P.72) أنه وبما أن التحكم الخارجى ربما يقلل من إمكانية حدوث السلوك الغرضى أو الهدفى، فيتكون لديهم مقدار عالي من الضغوط. ويرى البعض، أنه ولأن موضوع المُكون المعرفي للضغوط أصبح من الموضوعات الشائع تناولها في التراث النفسي، فإن أحد النماذج التى تتناول هذا الموضوع يذهب إلى أن المتعرضين للضغوط يميلون إلى إدراك الوقائع من حولهم على أنها لا يمكن ضبطها أو التحكم فيها (Benassi., et al, 1988, P. 357) .

وبناءً على التفسيرات السابقة للعلاقة بين الضغوط ووجهة الضبط الخارجى، اقترح العديد من الباحثين وفى مقدمتهم روتر (Rotter, 1954, In Brannigan, 1977, P. 76) أن تغيير التوقع يُعتبر وظيفة رئيسية للعلاج النفسى، فإن التفسيرات التي يقدمها المعالج لابد أن تخدم غرض تغيير توقعات سلوكية محددة أو مجموعة من السلوكيات وتغيير قيمة التدعيمات أو الحاجات وذلك بتغيير التوقعات للتدعيمات اللاحقة، ويجب أن تقدم هذه التفسيرات بلغة سهلة للعميل، ولابد أن تعتمد على الاستخدام الكبير لخبرة العميل ذاتها. ويرى سنجر (Singer, 1970, In Brannigan, 1977, P. 74) أنه وبما أن الضبط الخارجى يُعتبر أحد التعبيرات الأساسية للاضطراب، لذلك فإن الموقف الرئيسى للعلاج النفسى لابد أن ينبنى على الاعتقاد فى أن الإنسان قادر على التغير وقادر على إحداث هذا التغير فى نفسه. ولذلك، فإن الهدف الأساسى لكل أشكال العلاجات النفسية هو .. الاعتقاد فى الضبط الذاتى self – control .إذن من وجهة نظر التعلم الاجتماعى، أن الغرض من العلاج النفسى ليس هو حل مشاكل المريض، ولكن بالأحرى هو العمل على زيادة قدرته على حل مشاكله بنفسه.. أى تدعيم التوقع بأن المشكلات قابلة للحل بالنظر إلى حلول بديلة.

2-9 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

تشير نتائج الدراسة إلى عدم تحقق الفرضية الجزئية الأولى وذلك بوجود فروق ذّات دلالة احصائية بين الجنسين في متغير الضبط الخارجى للمجموعة الكلية من المفحوصين الذين اشتركوا فى البحث، ومن ضمن مشاكل تطبيق مفهوم الضبط الداخلى – الخارجى وعلاقته بغيره من المتغيرات – أن الارتباطات بين وجهة الضبط وبين المتغيرات الأخرى ، السلبية منها والإيجابية قد اختلفت بين الذكور والإناث (Sadowski., woodward., Davis., & Elsburg, 1983, P.627) . وقد اقترحت بعض الدراسات تفسيراً يقوم على الدور الجنسى sex role يرتبط بالاختلافات فى أساليب التنشئة الاجتماعية والتى تعكس تركيزاً أكبر على الإنجاز الشخصى للذكور ، وعلى العلاقات الاجتماعية والبينشخصية للإناث . (Crandll, 1973., Katkovsky., Crandall., & Good, 1967. Levenson, 1973,وقد دعمت العديد من الدراسات هذا الاقتراح. (Sadowski., et al .1983, P.627) لقد كانت أول إشارة للفروق بين الجنسين في الضبط، ما جاء فى بحث روتر الأول عن الموضوع وقد أقر روتر بأن الفروق بين الجنسين في الضبط الداخلي – الخارجي كانت ضئيلة ولم تصل إلى حد الدلالة الإحصائية إلا في دراسة واحدة (Rotter,1966,P.14) بينما رأت ستريكلاند أن هناك فروق فى الدرجات على مقاييس الضبط ترجع إلى الجنس – دون أن تحدد وجهة الفروق- (Strickland,1989,P.3) وتوصل غريب فى مصر إلى أنه لا توجد فروق بين الإناث والذكور على متغير وجهة الضبط . (Ghareeb,1987, 1996, P.5) إلا أن هناك بعض الدراسات التي أثبتت وجود فروق بين الجنسين في وجهة الضبط من بينها دراسة (hsieh et coll) التي جاءت كمقارنة لنتائج الطلبة من الجنسين في وجهة الضبط من بلدان مختلفة اليابان، الهند، فرنسا، ألمانيا إيطاليان كندا، وأمريكا حيث وجدت أن النساء عموما هن الأكثر ميلا إلى الضبط الخارجي مقارنة بالرجال وهذا ما توصل إليه كل من علاء الدين كفافي (1982) ومصطفى الزيان(1990) ، وجابر عبد الحميد (1987). (Agathon Isalehi.M 1982.P122).

3-9 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

لقد تبين من خلال الدراسة أن الفرق بين المتوسطين له دلالة إحصائية مما يدل على وجود فروق في وجهة الضبط ترجع لمتغير السن. ولقد حدد روتر كما اتضح من قبل وجهة الضبط في عبارات التعلم الاجتماعي كنتيجة للتقديرات المحتملة ذاتياً subjective للعائد المتوقع المبنى على الخبرة، وبذلك، أصبح من المحتمل أن تتغير درجات الضبط الخارجي في مسار الحياة، مع التقدم في العمر – على افتراض أن التقدم فى العمر يصاحبه زيادة في الخبرة. وقد أشارت الدراسات إلى النقصان الواضح فى درجات الضبط الخارجي مع التقدم في العمر. " Distefano, et al , 1977,". (Costelo, 1982, P.341). وفى دراسة كوستيلو ارتبط السن بطريقة سلبية مع الضبط ، أى يتناقص الضبط الخارجي كلما تقدم العمر، وتوصل إلى نفس النتيجة (Scott.,Severance, 1975 P143). كما كشفت بعض الدراسات أن وجهة الضبط الداخلية تزداد مع التقدم في العمر، ومن هذه الدراسات دراسة كل من بلير

(Blialer 1961) وباتل وروتر"1973" battel et Rotter، ونويكي nowicki وريكمان ومالكوسكي"1975" ryckman، وماكسد "1980" maqused، وصلاح أبو ناهية "1989" وعبد الله سلسمان"1989"، (الزهراني،2006، ص30). ويقرر كراندال وآخرون"1965" crandal et al أن وجهة الضبط سمة شخصية عامة تبدأ بالاستقرار في العمر (8- 15) سنة (السديري، 1999، ص43). كما أوضحت دراسات رونهر وآخرون" 1980" أن الضبط الداخلي يزداد بزيادة عمر الطفل حيث أن الأطفال الذين يدركون أنهم متقبلون من خلال العلاقة بالوالدين ينمو لديهم الضبط الداخلي في عمر (9- 10) سنوات في حين أن الأطفال الذين يدركون أنهم منبوذون لا يحدث لهم أي تغيير في نفس العمر (مليكة،2004، ص27). وتتفق الدراسات مع نتائج الدراسة التي قامت بها بنجا "1979" Pinga على عينة من أطفال المرحلة الابتدائية من الدراسة باستخدام مقياس نويكي – ستراكلاند للأطفال حيث وجدت أن الأطفال يظهرون تقدما ملموسا تجاه الضبط الداخلي مع التقدم في مستوى العمر، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة نوب"1981" Knoop في أن الضبط الداخلي يزداد مع التقدم في العمر(أبو ناهية، 1987، ص59-72). ويذكر مارتن Martin عند محاولته لتفسير نشأة وجهة الضبط أن الطفل الذي يحصل على احتياجاته ومتطلباته كلما أراد ذلك فسينمو لديه اتجاه داخلي في الضبط ، وعندما يحصل عكس ذلك للطفل فسينمو لديه اتجاه خارجي في الضبط. (سيديا، 1986، ص37- 38)و قد استنتج أبو ناهية (1987) من خلاله عرضه للدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة العمر وعلاقته بوجهة الضبط أهمية مرحلة الطفولة في نمو وجهة الضبط(الداخلي- الخارجي)، وحيوية دور الوالدين في ذلك ، كما اتضح أن وجهة الضبط تتغير باختلاف مراحل التعليم، فالتحكم الداخلي يعتبر منخفضا في مرحلة الطفولة، ثم يزداد مع التقدم في العمر في مرحلة المراهقة، ثم في مرحلة الشباب والرشد. وتلخيصاً للفروق في الضبط الداخلي – الخارجي التي ترجع للسن، نجد أن كلاً من الأساس النظري للمفهوم، ونتائج بعض الدراسات حول هذا الموضوع ترجح وجود تغير عكسي في الضبط الخارجي بالتقدم في العمر، وتغير طردي في الضبط الداخلي كلما تقدم العمر.

9 – 4 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

"يواجه معلموا التربية البدنية والرياضية ضغوط مهنية للتدريس مصدرها: الراتب الشهري- العلاقة مع الزملاء- العلاقة مع التلاميذ- العلاقة مع الادارة الإمكانات المادية. العلاقة مع المفتش التربوي".

من خلال جدول رقم (08) يتبين أن معلم التربية البدنية والرياضية يعاني من ضغوط مهنية بنسب متفاوتة، حيث احتل بعد الراتب الشهري النسبة الأكبر والتي قدرت ب(71.72 %)، وبمتوسط حسابي قدر ب 21.15، كما قدر الانحراف المعياري لهذا البعد ب: 5.43 يليها بعد الإمكانات المادية بنسبة قدرت ب: 67.77%، وبمتوسط حسابي قدر ب 20.33، كما قدر الانحراف المعياري لهذا البعد ب: 4.51، في حين قدرت النسبة المئوية لبعد التفتيش التربوي ب (51.35 %)، بمتوسط حسابي قدر ب 15.40، كما قدر الانحراف المعياري لهذا البعد ب: 3.96 وهي نسبة متوسطة. أما العمل مع التلاميذ فلقد قدرت النسبة مئوية لهذا البعد ب: 50.45% بمتوسط حسابي 15.14، وإنحراف معياري قدرب: 3.23، وهي كذلك نسبة متوسطة. في حين كانت النسبة المئوية دون الوسط لبعد العلاقة مع إدارة المؤسسة والتي قدرت ب48.64 % بمتوسط حسابي قدر ب 14.59، وانحراف معياري قدر ب: 4.49، ولقد إحتل بعد العلاقة مع المعلمين أقل نسبة والتي قدرت ب(43.45%). بمتوسط حسابي قدر ب 13.03، وانحراف معياري قدر ب: 4.15. كما قام الباحث بعرض القيمة الإجمالية للضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية والتي قدرت ب43.45 % بمتوسط حسابي قدر ب 100.03، وانحراف معياري قدر ب: 12.01 وبالتالي فالقيمة متوسطة وبناءا على هذه الأرقام نجد أن بعد الراتب الشهري وكذا بعد الإمكانات المادية قد أحتلا النسبة الأكبر، ولقد إتفقت هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة ساندرز وواتكنزsandarz et watkanz حيث أوضحت أن ضغوط المهنة ترجع لمصادر أهمها العائد الاقتصادي للمهنة وهذا يدل على أن معلمي التربية البدنية والرياضية يعانون من ضغط مهني كبير متعلق ببعد الراتب الشهري، كما أكد سكوب ريتشارد ولونسكى ادوارد skob ritcharde et lonski adward أن من أهم أسباب النمو المهني للمعلم واتجاهات الموجبة نحو مهنة التعليم هو الراتب الكافي ، كما أكدت دراسة دينهام ستيف dinham Stif أن نقص العائد المادي يعد من أهم الأسباب التي أدت بإستقالة المعلمين من مهنة التدريس، كما دعمت أيضا هذه الدراسة كل من دراسة برات (pratt 1978) ، وكذا دراسة تويتمان Tuettemaan 1991 كما وقد اختلفت هذه الدراسة مع ما توصل إليه كل من فيلدنج وجل، شوقيه إبراهيم 1993، ترومان وونتز Troman et Noods 2001: حيث أكدو أن من أهم مصادر الضغوط لدى المعلمين هو العلاقة مع التلاميذ وكذا العلاقة مع إدارة المدرسة أما الباحث فيرى أن سبب أرتفاع درجة بعد الراتب الشهري والامكانات المادية هو ضعف الراتب الشهري الذي يتقاضاه أستاذ التربية البدنية ،إذ لا يكفي راتبه بمفرده حاجاته الضرورية ،و لا يوفر له هذا الراتب الأمان المادي المناسب، كما أن الحوافز المادية التي يتقاضاها قليلة وضعيفة، وراجع أيضا إلى شعور الأساتذة أنهم يعملون براتب لا يتناسب مع ما يقومون به من جهد، في حين يرى الباحث أن مادة التربية البدنية والرياضية تحتاج إلى ميزانية معتبرة لتوفير الوسائل البيداغوجية اللازمة لضمان السير الحسن للحصة وتحقيق الأهداف المرجوة، وهذا ما يبرر تعرض معلم التربية البدنية والرياضية لضغوط مهنية في حالة نقص الامكانات المادية الضرورية. أما إذا نظرنا إلى النسبة الكلية للضغوط المهنية نجدها متوسطة وهو ما يفسر على العموم

أن معلم التربية البدنية والرياضية له قدرة معتبرة على مقاومة الضغوط تسمح له بمواصلة عمله دون الوصول إلى درجة الاحتراق النفسي.

9- 5 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

لقد أنتهت النتيجة الى عدم تحقق الفرض الصفري، وتحقق الفرض البديل بأنه توجد فروق دالة احصائيا بين الجنسين بمعنى أن الرجال كانوا أكثر عرضة للضغوط من الاناث كما هو موضح في الجدول رقم (14) .هذه النتيجة التي تم التوصل إليها تتفق ونتيجة الدراسة التي جرت في الولايات المتحدة الأمريكية والتي قام بها ماسلاش وجاكسون (1981) (نقلا عن الوابلي، 1995) والتي شملت عدة مهن من بينها مهنة التدريس، حيث انتهت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في أبعاد الضغوط خاصة ماتعلق بالاجهاد الانفعالي، كما اتفقت هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة رمضان 1991، ودراسة هاريسون (byrne1991 harrison1983)، ودراسة وسام بريك في حين تعارضت هذه الدراسة مع دراسات أخرى من بينها دراسة عودة1998، الهمشري 1993. ولقد أرجعت هذه الدراسات الفروق بين الجنسين، إلى طبيعة المرأة في المجتمعات العربية، فهي بسبب عوامل التنشئة أكثر قدرة على تحمل الضغوط كما أنها أكثر ميلا للمسايرة الاجتماعية من الرجل. كما أن مهنة التربية في التعليم هي امتداد لدور طبيعي متمثل في تربية الأبناء البيت، وأنه يمكن ان تكون المرأة مهيئة أكثر ولها القدرة الأكبر للتكيف مع مهنة التعليم مما يجعلها أقل عرضة لضغوط المهنة.

10- مقترحات الدراسة:

1- إعطاء أهمية للتوجيه المهني، إذ أن الإنماء لمهنة التعليم تتطلب الخضوع لإختبارات (نفس- تقنية) يتم فيها فرز الذين لا تتناسب قدراتهم وتوقعاتهم الذهنية مع طبيعة المهنة، إذ لا توجد بيئات ضاغطة وأخرى غير ضاغطة وإنما هناك أفراد لا تتلاءم توقعاتهم الذهنية مع هذه المهنة، ونعتبر اختبار وجهة الضبط أحد هذه الوسائل التشخيصية

2- التفكير في وضع برامج لتكوين أساتذة التربية البدنية في التعامل والتحكم في الضغط المهني، وعلى المؤسسات التربوية وضع إجراءات عملية للتخفيف من مستوى الضغط على إطاراتها

3- العمل رفع الأجر القاعدي للمعلمين حتى يستطيع هذا الأخير تحقيق كفاياته الذاتية وكذا توفير كل الإمكانات المادية المناسبة لمعلم التربية البدنية والرياضية حتى يستطيع أداء مهامه البيداغوجية بارتياح.

4- إجراء المزيد من الدراسات حول نفس الموضوع، باستخدام متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة الحالية، ويرجى أن تكون تكملة من خلال بحوث ودراسات أخرى لإعطائه حقه من العناية والاهتمام.

المراجع:

1- احمد عبد اللطيف وحيد،علم النفس الاجتماعي،ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع،2001

2- نصر يوسف مقابلة ابراهيم، اثر الجنس ومركز التحكم على مفهوم الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلة العربية للتربية والثقافة والعلوم،1994

3- فوزية عبد الحميد الجمالي، عبد الحميد سعيد حسن، دراسات عربية في علم النفس، المجلد الثاني، عدد1 دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2000

4- دسوقي محمد احمد، علاقة مركز التحكم بمفهوم الذات، مجلة جامعة الملك عبد العزيز للعلوم التربية ، .1988

5- علاء الدين كفافي، مقياس وجهة الضبط، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1982 - -7- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة 1998

6- محمد الشبراوي محمد الانور، ضغوط مهنة التدريس وبعض متغيرات الشخصية للمعلم، مجلة علم النفس، عدد 67-68،ديسمبر 2003

7- بندر بن ناصر العتيبي، الاحتراق النفسي لدى العاملين في معاهد التربية الفكرية، مجلة كلية التربية، عدد 29،ج1، 2001، ص91).

8- رشاد عبد العزيز موسى، البنية العاملية للاكتئاب النفسيين عينة من مصرية وعينة امريكية، مجلة علم النفس، الهيئة العامة للكتاب،عدد 9 ،1989

9- A/Savoie, A/ Forget : Stress au travail, Edition agence ARC ; J N C, 1983, Paris (France) P 10.

10- Rotter, J (1966) Generalized expectencies for internal versus external control of reinforcement. Psychological