دور مركز التحكم وبعض المتغيرات الشخصية والمهنية في تسيير ضغط مهنة التدريس عند أساتذة التعليم الثانوي.

أ/د الطيب بلعربي
أ/كوردالي مريم
جامعة الجزائر2

ملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن دور مركز التحكم في التخفيض من درجة الشعور بضغط مهنة التدريس عند أساتذة التعليم الثانوي.

ولتحديد ذلك تم تطبيق مقياس مركز التحكم لـ ديسيغيموو آخرون " ومقياس الضغوط النفسية للمعلمين ليوسف عبد الفتاح، على عينة متكونة من 240 أساتذة تعليم ثانوي. وقد تمت الدراسة على مستوى المؤسسات التربوية المتواجدة باكادمية غرب ووسط الجزائر العاصمة.

-أسفرت النتائج على أن الأساتذة ذوي التحكم الداخلي يشعرون بالضغط المهني بدرجة أقل مقارنة بالأساتذة ذوي التحكم الخارجي.

-يوجد فرق دال احصائيا بين لجوء الأساتذة ذوي الضغط المرتفع للتحكم الداخلي ولجوء الأساتذة ذوي الضغط المنخفض للتحكم الداخلي .

-يوجد فرق دال احصائيا بين لجوء الأساتذة ذوي الضغط المرتفع للتحكم الخارجي ولجوء الأساتذة ذوي الضغط المنخفض للتحكم الخارجي.

-بالتالي تؤكد هذه النتائج ضرورة تبني الأساتذة لمركز التحكم الداخلي في المواقف التعليمية باعتباره عاملا هاما لمواجهة ضغوط مهنة التدريس.

مقدمة:

تشكل الضغوط النفسية محور إهتمام كثير من علماء النفس لكونها أصبحت عاملا يفرض نفسه في جل الإشكاليات النفسية والجسمية حتى أطلق على هذا العصر بعصر

الضغوطات المهنية وبالأخص ضغط مهنة التدريس، بحيث تعد مهنة التدريس من أكثر المهن التي تسبب توترا نفسيا وإجهادا عصبيا وجسميا للمدرس بسبب ضغوط مهنة التدريس بشكل عام (عساف والحلو 2003: 136).

ومن مصادر ضغوط مهنة التدريس كما أقرها "يوسف عبد الفتاح" "1999" تتمثل في ضغوط إدارية وضغوط علائقية وطلابية وتدريسية، ولتسيير ومواجهة هذه الضغوط يلجأ المدرس إلى إستعمال عدة طرق للتوافق أو التكيف مع الوضع، تظهر كإستجابة إنفعالية يطلق عليها بمركز التحكم إذ يرى « Rotter » بأن الأشخاص تصدر أحكاما على الأحداث بالإعتماد على توقعاتهم أو على أساس إعتقادهم لها. فهناك من يعتقد أن ما يحدث له يرجع إلى تصرفاته وهو المسئول عنها بذلك يبذل جهدا (تحكم داخلي). كما توجد فئة ترجع ما يحدث لها لأسباب خارجية (صدفة، حظ، قدر) بالتالي لا يبذل جهدا (تحكم خارجي) (خطار زهية، 2001: 105).

كما أفادتنا مطالعتنا النظرية إلى تبني التحكم الداخلي لمواجهة ضغوط هذه المهنة الصعبة، إذ يجعل المدرس يشعر بالمسئولية إتجاه ما يدركه من موافق ضاغطة فيحاول بذل جهد فعلي مع تحمل الوضع.

فطبيعة موضوعنا تختص بالبحث عن مصادر ضغط مهنة التدريس ودور مركز التحكم في تسييرها ، إعتبارا أن ذوي التحكم الخارجي لا يصلون إلى مستوى التوافق المهني ويعيشون صراع يؤثر بالسلب على صحتهم النفسية والجسدية بل وقد يصل إلى صراع عائلي، كما يؤثر أيضا بصفة مباشرة على التلميذ خاصة وعلى المنظومة التربوية (أستاذ – تلميذ- أولياء) بالتالي يؤدي إلى نتائج وخيمة تؤثر في جيل بأكمله.

لذلك سعت هذه الدراسة إلى كشف وإبراز دور وفعالية مركز التحكم في إدارة ضغوط مهنة التدريس للوصول بالمنظومة التربوية إلى الأهداف المسطرة إليها.

تهدف دراستنا هذه إلى الكشف عن دور مركز التحكم في تسيير الضغوط المهنية لدى الأساتذة. وما مدى اهميته وقيمته في الميدان التربوي .وجعلها معايير اساسية للتوضيف وموضوع التدخلات الارشادية لمساعدة الاساتذة لتبني التحكم الداخلي بالتالي ايصال المدرس الى التوافق المهني

فضغط مهنة التدريس هي خبرة الية يقاسيها المعلم من جراء التعرض لمثيرات متعلقة بعمله تتحدى قدراته على التكيف (محمد الشبراوي محمد الأنور، 2003: 153).

اما مركز التحكم فهو توقع الفرد العام للعلاقة بين جهوده ونتيجة هذه الجهود، ويشير هذا المفهوم إلى الدرجة التي يتقبل بها الفرد مسئولياته الشخصية، عما يحدث له مقابل أن ينسب ذلك إلى قوى تقع خارج سيطرته (مصطفى القمش، 2006: 18).

ويعتبر روتر Rotter أول من قدم هذا المفهوم في نسق نظري متكامل (فاروق عبد الفتاح، علي موسى، 1988: 95).بحيث يمثل أحد المتغيرات المهمة للشخصية (محمد أحمد دسوقي، 1988 : 211).

يعرفه (Léonardie, 1996) بأنه يتعلق بالتصورات التي يحددها الفرد عن قدرته في التحكم للوصول إلى التحكم في الوضعية (Léonardie, 1996 : 388).

فالأفراد الذين يدركون أن أفعالهم تؤثر في شكل معيشتهم يمكن أن يقال عنهم أن لديهم تحكم داخلي بينما الأفراد الذين يعزون ذلك إلى الحظ والصدفة تكون لديهم توقعات التحكم الخارجي (فاروق عبد الفتاح علي موسى، 1998: 95).

وقد أجمع العديد من الباحثين عن فعالية مركز التحكم الداخلي في المواقف الضاغطة منهم " Phares " و" روتر " الذي يرى أن الداخليون يظنون أن ما يحدث لهم هو نتيجة أفعالهم، وذلك باعتبار مركز التحكم يؤثر على أحكام الفرد القائمة على التعزيزات التي يتلقاها (Peylet, 1997: 98).

وهي الفكرة أيضا التي يدعمها (MC. Keackie, 1976) الذي يرى بأن الأفراد الذين يتميزون بتحكم داخلي يبذلون الجهد في المواقف التعليمية عكس مجموعة التحكم الخارجي (فاروق عبد الفتاح موسى،1981:137).

- كما توصلت كل من « Sutchiffe – Kyiaco 1979» إلى كشف العلاقة بين مراكز التحكم والضغوط التي يواجهها المعلمون، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة إرتباطية موجبة بين الضغوط التي يتعرض لها المعلمون ومركز التحكم الخارجي لديهم (نصر يوسف، مقابلة 1996: 112).

- ودراسة «Hipd – Haplin .1991» التي إستهدفت دراسة ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بمركز التحكم طبقت على 219 معلم ومعلمة بالمرحلة الثانوية، أوضحت النتائج وجود علاقة إرتباطية سالبة بين درجات الضغوط المهنية ومركز التحكم الداخلي (محمد الشبراوي محمد الأنور، 2003: 150).

- قام « Mcintyre .1984 » بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين مركز التحكم والإحتراق لنفسي لدى عينة من المعلمين، تألفت من 469 معلما ومعلمة وقد بينت النتائج أن المعلمين الذين يتمتعون بمركز التحكم الخارجي يعانون من الإحتراف النفسي أكثر من غيرهم، وأن هناك علاقة إيجابية بين مركز التحكم الخارجي والشعور بتكرار الإنهاك الإنفعالي، وهذا يعني أن الأفراد الذين لديهم مركز تحكم خارجي لديهم شعور بنقص القدرة على بعد الإنجازات الشخصية (نصر يوسف، مقابلة 1996:112).

- تصنيف دراسة « Jackson .1983 » بأن إحساس العاملين بفقدان السيطرة أو القدرة على ضبط محيط عملهم، قد يكون مصدرا للضغط المهني لديهم (أيت حومدة وآخرون 2008:156).

- دراسة نصر يوسف، مقابلة 1996 بهدف بحث العلاقة يبين التحكم كسمة للمعلم وظاهرة الإحترق النفسية كنتيجة للتعرض لضغوط المهنة، وعدم القدرة على التوافق معها، حيث أجريت على عينة من 309 من معلمي المرحلة الثانوية، وقد أوضحت النتائج أن المعلمين ذوي التحكم الخارجي كانوا أكثر إحترافا نفسيا (محمد الشبراوي محمد الأنور، 2003: 151).

- دراسة « Robbins 1997 » أظهرت أن الأفراد ذوي الدرجة العالية من التحكم الداخلي يتمتعون بدرجة عالية من الرضا الوظيفي وأكثر إندماجا في مهامهم الوظيفية، وأكثر قدرة على مواجهة الضغوط، وفي المقابل يعزو الأفراد ذو الدرجة العالية من التحكم الخارجي أدائهم الغير المرضي إلى رؤسائهم المباشرين أو إلى زملائهم في العمل (أيت حمودة وآخرون، 2008: 157).

- أما Folkmau : الذي يرى أنه أمام الوضعية الصعبة فإن الفرد الذي يميل إلى التحكم الداخلي يقيم الوضعية متحكم فيها (Bruckou et al, 1998 : 332).

- ويرىJoulain : أن الأشخاص ذو التحكم الداخلي هم الأكثر نشاطا وتحفيزا للبحث عن منصب عمل (Alaphitipe et al, 1998 : 332) .

- أظهرت الدراسة التي أجرتها كل من: أيت حمودة وخطار وبوشدوب والتي هدفت إلى معرفة مدى وجود إختلاف في درجة الشعور بمصادر ضغط مهنة التدريس بدلالة مصدر التحكم، بهذا توصلت الدراسة إلى أن المعلمين الذين يتميزون بتحكم خارجي، هم الذين يشعرون بضغط مهنة التدريس من جانب الضغوط الإدارية والتدريسية والعلائقية وذلك مقارنة بذوي التحكم الداخلي. في حين لم يثبت التحليل الإحصائي وجود إختلاف بينهم على مستوى الشعور بضغط مهنة التدريس عند مستوى الضغط الطلابي (أيت حمودة وآخرون، 2008: 167).

-وفي ضوء ما تقدم طرحنا تساؤلنا حول هل يوجد دور لمركز التحكم في تسييرضغط مهنة التدريس لدى اساتذة التعليم الثانوي ؟

-ومن هنا صغنا فرضيتين مفادهما :

1- وجود اختلاف بين الاساتذة مرتفعي ضغط مهنة التدريس والاساتذة منخفضي ضغط مهنة التدريس فيما يخص الميل للتحكم الداخلي لصالح منخفضي الضغط.

2- ووجود اختلاف بين الاساتذة مرتفعي ضغط مهنة التدريس والاساتذة منخفضي ضغط مهنة التدريس فيما يخص الميل للتحكم الخارجي لصالح مرتفغي الضغط.

منهج الدراسة:

استخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي كونه يتماشى مع طبيعة موضوع بحثنا. ويوفر اوصاف دقيقة للظاهرة المراد دراستها للوصول الى حقائق عن الوضع القائم من اجل تحسينه وتعميمه.

1.عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

تمثل إختيار العينة بالرجوع لموضوع دراستنا بالتعامل ميدانيا مع الأساتذة، وقد تم إختيار مستوى التعليم الثانوي، قد أختير هذا الطور نظرا للتعديلات الجذرية التي أدخلت على هذا المستوى من التعليم، لتباحث مدى تأثير هذه الإصلاحات علاوة على

الضغوط الكلاسيكية التي يعاني منها الاستاد من جراء ممارسته لمهنة التدريس وإعتمدنا منهجيا إختيار أفراد عينتنا بالطريقة العشوائية العنقودية، وذلك بتقسيم المجتمع إلى وحدات أولية يختار من بينها عينة بطريقة عشوائية أو منظمة ثم تقسيم الوحدات الاولية المختارة إلى وحدات ثانوية نختار من بينها عينة جديدة التي تنقسم بدورها إلى وحدات ثانوية إلى أن يتوقف الباحث عند مرحلة معينة (الطريقة العشوائية المتعددة المراحل) وكان ميدان بحثنا في ولاية الجزائر – إخترنا منها عشوائيا، بالقرعة منطقتين، الجزائر الوسطى والجزائر غرب، وحصرنا عدد الثانويات المتواجدة في كل المراكز للإستخراج بالقرعة لنصف عددها.

لقد تم بالقرعة إستخراج نصف عدد الثانويات من مراكز التوجيه المدرسي (باب الواد – عين البنيان – بن عكنون) بعدها تم إقتناء من كل ثانوية 20 أستاذ تم إختيارهم بطريقة عشوائية وبلغ العدد الإجمالي لعينة البحث المبدئية بـ (240) مدرس غير أن وبعد إتصالنا بالميدان وتوزيعنا لنسخ الإستبيان وبعد جمعها تم تقليص عدد العينة إلى (100) مدرس لأسباب صعوبة الميدان.

2ـ وسائل القياس:

لجمع بيانات الدراسة من الميدان إعتمدنا على المقياسين التاليين:

1ـ مقياس الضغوط النفسية للمعلمين:

أعد هذا المقياس يُوسف عبد الفتاح محمدْ خلال توجيه بسؤال مفتوح إلى نخبة من التربويين والمدرسين والمدرسات وكان مضمون هذا السؤال هو: ما هي الضغوط التي يتعرض لها المدرس والتي ترتبط بطبيعة عمله وشخصيته مع تحديد مصادرها (يوسف عبد الفتاح محمد،1999: 210-212).

وفي ضوء هذه الإجابات صاغ الباحث مجموعة من العبارات التي تمثل نواة مقياس الضغوط النفسية للمعلمين مسترشدا في ذلك بما أشارت اليه بعض لدراسات والمقاييس السابقة الخاصة بالضغوط النفسية للمدرس ومنها:

«Allan 1983» و«Haries et Halpin 1985» وإشتملت الصورة النهائية على 48 بندا تتوزع على أربعة أبعاد وهي: الضغوط الإدارية – الضغوط الطلابية – الضغوط التدريسية – والضغوط العلائقية، وقد قام معد المقياس بحساب الصدق والثبات.

2ـ مقياس مركز التحكم:

قام بإعداد المقياس كل من ديسيغيمو وأخرون « Descrumaux la grandnichi et al» وتتكون من 40 بندا يستخدم بوصفه أداة لقياس مركز التحكم ببعديه الداخلي والخارجي وقد قامت الباحثات (أيت حمودة وخطار وبوشدوب) بترجمة النسخة الفرنسية للمقياس إلى اللغة العربية يتضمن المقياس المعرب (40) بندا موزعة على بعدين أساسيين لمركز التحكم هما مركز التحكم الداخلي ومركز التحكم الخارجي مع احتساب العلامة الكلية لبنود كل من ابعاده (الداخلي والخارجي) مع صدق وثبات المقياس.

3ـعرض نتائج الدراسة:

أولا: نتائج الفرض الأول للدراسة:

ينص على أنه يوجد إختلاف بين الأساتذة مرتفعي ضغط مهنة التدريس والأساتذة منخفض ضغط مهنة التدريس فيما يخص الميل للتحكم الداخلي لصالح منخفضي الضغط تم تجريب صدق هذه الفرضية بإختبار (t) لدلالة الفرق بين متوسطين وتشير النتائج كما هي موضحة في الجدول الموالي على ما يلي:

جدول رقم (1): لدلالة الفروق بين الأساتذة مرتفعي الضغط وأساتذة منخفضي ضغط مهنة التدريس في مركز التحكم الداخلي.

التحكم الداخلي للأساتذة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة إختبار « t »	الدلالة الإحصائية
مرتفعي ضغط مهنة التدريس	52	38.71	9.35	1.708	دال إحصائيا عن مستوى الدلالة a : 0.05
منخفضي ضغط مهنة التدريس	38	42.11	10.82		

يتبين من الجدول وجود الفرق دال إحصائيا بين متوسط درجة لجوء الأساتذة ذوي الضغط المرتفع للتحكم الداخلي (38.71) ومتوسط درجة لجوء الأساتذة ذوي الضغط المنخفض للتحكم الداخلي (42.11) وذلك عند مستوى الدلالة 0.05.

مما يشير إلى أن الأساتذة ذوي الضغط المهني المنخفض هم الذين يلجئون أكثر إلى التحكم الداخلي مقارنة بالأساتذة ذوي الضغط المرتفع. بالتالي يتحقق صدق الفرضية الأولى لدراستنا.

ثانيا: نتائج الفرض الثاني للدراسة:

ينص على أنه يوجد اختلاف بين الأساتذة مرتفعي ضغط مهنة التدريس والأساتذة منخفضي ضغط مهنة التدريس فيما يخص الميل للتحكم الخارجي لصالح مرتفعي الضغط، بحيث تم تجريب صدق هذه الفرضية بإختبار « t » لدلالة الفرق بين متوسطين وتشير النتائج كما هي موضحة في الجدول الموالي:

جدول رقم (2): لدلالة الفروق بين الأساتذة مرتفعي الضغط وأساتذة منخفضي ضغط مهنة التدريس في مركز التحكم الخارجي

التحكم الخارجي للأساتذة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة إختبار « t »	الدلالة الإحصائية
مرتفعي ضغط مهنة التدريس	52	46.11	11.99	5.196	دال إحصائيا عن مستوى الدلالة a : 0.05
منخفضي ضغط مهنة التدريس	38	32.60	14.23		

يتبين من الجدول وجود الفرق دال إحصائيا بين متوسط درجة لجوء الأساتذة ذوي الضغط المرتفع للتحكم الخارجي (46.11) ومتوسط درجة لجوء الأساتذة ذوي الضغط المنخفض للتحكم الخارجي (32.60) وذلك عند مستوى الدلالة 0.05.

مما يشير إلى أن الأساتذة ذوي الضغط المهني المرتفع هم الذين يلجئون أكثر إلى التحكم الخارجي مقارنة بالأساتذة ذوي الضغط المنخفض. وبالتالي يتحقق أيضا صدق الفرضية الثانية لدراستنا.

4 مناقشة عامة لنتائج الدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن هناك فروقا بين لجوء الأساتذة ذوي الضغط المرتفع للتحكم الداخلي ولجوء الأساتذة ذوي الضغط المنخفض للتحكم الداخلي فيما يخص مواجهة ضغوط مهنة التدريس ودال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يترجم أن المدرسين الذين يتبنون بعد التحكم الداخلي يشعرون بضغط مهني منخفض.

أما فيما يخص بعد التحكم الخارجي هناك فروقا بين لجوء الأساتذة ذوي الضغط المرتفع للتحكم الخارجي ولجوء الأساتذة ذوي الضغط المنخفض للتحكم الخارجي فيما يخص مواجهة ضغوط مهنة التدريس وأيضا دال إحصائيا منذ مستوى الدلالة 0.05.

وهذا ما يفسر أن المدرسين الذين يتبنون بعد التحكم الخارجي يشعرون بضغط مهني مرتفع.

وفي ضوء ذلك يمكن تفسير هذه النتيجة بما أشير إليه في نتائج دراسات أجراها العديد من الباحثين من بينهم (Hips Halpin, Stutcliff, Kycaco 1979-1991) الذين يرون ان المعلمين الدين يتمتعون بمركز تحكم خارجي يعانون ضغوطات أكثر من غيرهم ولديهم شعور بنقص القدرة على بعد الإنجازات الشخصية، كما أوضحت جل الدراسات على وجود علاقة إرتباطية سالبة بين درجات الضغوط المهنية ومركز التحكم الداخلي (**أيت حمودة وآخرون، 2008:115**).

دراسة كل من(**Moutagne – Sarasom et Matavazzo**) **وأمينة كاظم وفاروق عثمان** الذين توصلوا إلى أن الأفراد ذوي القلق المرتفع يسوء أداؤهم بعكس الأفراد متوسطي القلق هم الفئة القادرة على الإنجاز لأنهم يتسمون بالاستقرار والدافعية التي تساعدهم على الإنجاز (فاروق السيد عثمان، 2001 : 81).

كما أجرى كل من **' Ohene et Edward'** دراسة في مجال الصحة وقد أسفرت النتائج إلى أن التحكم الداخلي يخفض الاضطرابات النفسية الناجمة عن وضع ضاغط بينما التحكم الخارجي يضاعفها (BW Brwron et al, 1994 : 70).

في نفس السياق قام كل من 'Seligmau et Fcourt et Abramson' بدراسة في مجال الصحة العقلية وتوصلوا إلى أن الداخليين أقل تعرضا للاضطرابات العقلية بالأخص الإكتئاب (Seligmou et al, 1989 : 279).

وفي نفس السياق يشير (Duraud 1996) أن عجز المدرسين على ضبط محيطهم المهني يجعلهم عرضة للإنهاك نتيجة شعورهم بأن الأمور مفروضة عليهم، ويرجعون ذلك إلى عوامل خارجية، كالتغيرات الفجائية في عدد التلاميذ داخل الصف، أو لوجود عدد كبير من التلاميذ ذوي الصعوبات التعليمية **(نفس المرجع السابق: 169)**.

فارتفاع هذا الضغط وعدم القدرة على تسييره، يؤدي إلى نتائج سلبية في العملية التعليمية، وهذا ما أكدته العديد من الدراسات منها دراسة (Cox et Brockly 1984) التي بينت أن كثير المدرسين يعانون الضغوط المهنية وإنهاك وظيفي، وكانت النتائج المتحصل عليها والتي تشير إلى أن المدرسين يعانون من ضغوط العمل مرتين من غير الممارسين لمهنة التدريس **(باهي سلامة،2008 :98)**.

كل هذه الدراسات إضافة إلى النتائج التي توصلت إليها دراستنا تؤيد النتائج السلبية للتحكم الخارجي بالتالي هذه الدراسات تتوافق مع نتائج الفرضية الأولى والثانية من دراستنا.

6ـ قائمة المراجع :

المراجع باللغة العربية :

1-آيت حمود حكيمة، خطار زهية، بوشدوب شهرزاد (2008) : أهمية مركز الضبط في إدارة الضغوط المهنية لدى مدرسي التعليم الثانوي، مجلة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، جامعة دمشق، المجلد السادس، العدد 2 .

2-باهي سلامة (2008) : مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط والثانوي، أطروحة الدكتوراه، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة الجزائر .

3-خطار زهية (2001) : التداخل بين استراتيجيات التعامل ومركز التحكم، لمواجهة ضغط الباكالوريا، رسالة ماجستير، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة الجزائر .

4-دسوقي محمد أحمد (1988) : علاقة مركز التحكم بمفهوم الذات، مجلة جامعة الملك عبد العزيز للعلوم التربوية، مجلد 1.

5-فاروق عبد الفتاح على موسى (1988) : علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين بالمملكة العربية السعودية، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، مجلد 1.

6- فاروق السيد عثمان (2001) : القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى .

7-محمد الشبراوي محمد الأنور (2003) : ضغوط مهنة التدريس وبعض المتغيرات الشخصية للمعلم، مجلة علم النفس، مجلة فصلية تصدر عن الهيئة المصرية للكتاب، السنة السابعة عشر، العدد 67 .

8-مصطفى القمش (2006) : الفروق في مركز التحكم وتقدير الذات بين ذوي صعوبات القراءة والعاديين من تلاميذ المرحلة الابتدائية، جامعة دمشق، مجلة إتحاد الجامعات لكليات التربية ومعاهدها في الجامعات العربية، المجلد الرابع، العدد الأول.

9-نصر يوسف مقابلة (1996) : العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين، مجلة علم النفس، مجلة فصلية تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب السنة العاشرة، العدد 37.

13 - يوسف عبد الفتاح محمد (1999): الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية. مجلة مركز البحوث التربوية. جامعة قطر. السنة الثامنة، العدد 15، ص 195- 227.

❖ المراجع باللغة الأجنبية :

14- Ala Philippe, Bernard Otton (1997 – 1998) : estime de soi, locus de control, et exclusion Bulletin de psychologie, tome 1, N° 429.

15-Bruchon, Schweiltzer, et Dantzer (1994à, introduction à la psychologie de la santé, PUF première édition.

16- Peylet (1997) : personnalité et réussite en formation, revue d'orientation scolaire et professionnelle, vol 26, N° 4.

17- Leonardie Delaslarret, Oubrajie (1996) : le control psychologique et l'évaluation de soi de l'enfance à l'adolescence, revue enfance PVE, N° 3.

18- Salomon, Mikulincer et Avitzur (1988) : coping, loc, social suport and combat related, post traumatic stress, disorder aprospective study, journal of personality and social psychology published, month by the American psychological association, vol 55, N° 2.