

العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات) د. أبو القاسم مسعود عمر دية

هدفت هذه الدراسة على التعرف أهم مصادر الضغوط المهنية ومستويات الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات) وتكمن أهمية الدراسة في كونها تسلط الضوء على مشكلة مهمة ذات بعد تربوي تؤثر في العملية التعليمية والتربوية وفي الأداء المهني لمعلم التربية البدنية وأهمية دوره في المؤسسة التعليمية. واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لمناسبتها مع طبيعة الدراسة، وتم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية حيث بلغ عددها (85) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية.

وأُسفرت نتائج الدراسة الحالية وبعد ترتيب العوامل الأكثر تأثيراً في مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي في مدينة العجيلات على ما يلي:

- 1 - تتسم الضغوط النفسية (المهنية) لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي في مدينة العجيلات بالارتفاع.
- 2 - أظهرت نتائج الدراسة الحالية ترتيب أبعاد الضغوط النفسية.

1.1 مقدمة البحث:

تعتبر الضغوط النفسية من أهم مظاهر العصر الحديث، فالإنسان بطبيعته الكائن الوحيد الذي يؤثر ويتأثر بكل ما يواجهه من متغيرات في بيئته التي يعيش فيها، حيث يتفاعل الفرد مع كل مظاهر الحياة اليومية سواء كان ذلك بالسلب أو بالإيجاب من أجل إشباع حاجاته الضرورية والوصول بذاته إلى أعلى مستوى من النجاح والاستقرار النفسي. وبالتالي فإن تزايد الضغوط والتوترات على الإنسان ولا سيما المعلم في حياته اليومية قد تنعكس على أدائه في أعماله الشخصية المكلف بها والمطالب بأدائها وهذا ما يطلق عليه مصطلح الضغوط المهنية في علم النفس.

حيث أوضح " صيري عمران " (1996م) إن ظاهرة الضغوط النفسية لا يكاد يخلوا من أثارها ونتائجها أي فرد في مختلف مجالات الحياة اليومية. (1: 12)
فالتدريس مهنة كثيرة المطالب ومتعددة المتغيرات إذ لا يكاد يقتصر دور المعلم على مجرد الإعداد لعملية التدريس وتنفيذها فحسب، بل يتعداه إلى ضرورة متابعة مختلف التطورات العلمية والتكنولوجية والإلمام بأحدث الطرق والأساليب التربوية، وكذلك اتخاذ قرارات للمساهمة في حل المشكلات الأكاديمية والتربوية، إضافة إلى ضرورة الانفتاح على المجتمع والعمل على خدمته وكل هذا يتم في ظل نظرة المجتمع المتدنية لهذه المهنة وغياب التشجيع لها (2: 65)

وبالتالي فإن معلم التربية البدنية جزء لا يتجزأ من المنظومة التربوية والتعليمية ويسهم بدوره كمعلمي التخصصات الأخرى في تحقيق الأهداف المرغوبة، علماً

بأن للتربية البدنية طبيعة عمل تختلف عن سواها من المقررات الدراسية من حيث تفاعل المعلم مباشرة مع التلاميذ، وحجم للمادة، وتأثيرهم بسلوك وفكر المعلم، وهذا يساعد على التأثير الإيجابي في سلوكيات واتجاهات التلاميذ بصورة أعمق وأشمل من المعلمين الآخرين. (3: 2)

1.2 مشكلة البحث:

تعد مهنة التدريس حديثاً من المهن الضاغطة التي يتأثر خلالها أداء المدرسين بصفة عامة، حيث يعتبر الضغط النفسي للمعلم من أهم العوامل المؤثرة في الأداء المهني له، كما إن ما تشهده حياة المعلم من تطور سريع في مختلف المجالات وكذلك تنوع في متطلبات الحياة الخاصة به والتي تتجاوز قدراته في الوصول إلى مستوى من التوافق الأمر الذي يؤدي به إلى الشعور بالضغط والتوتر والقلق وعدم القدرة على تقييم المواقف التي تواجه الفرد نفسه، الأمر الذي ينعكس بالتالي على أدائه لواجباته الوظيفية بوجه خاص والعملية التربوية عموماً.

هذا وتؤكد كل من " سارة المرابط و زينب برحومة " (2015م) إلى أن المكانة التي حظي بها المعلم في السابق قد تراجعت نسبياً ويظهر هذا الأمر من خلال المعاملة الاجتماعية اليومية للمعلم، الأمر الذي يترك العديد من الانطباعات للمعلم والتي تبني من خلال تفاعله اليومي مع البيئة التربوية من تلاميذ وطاقتهم إداري وتربوي عامة والمجتمع خاصة، الأمر الذي يجعل المعلم يبني صورة لنفسه بناءً على الانطباعات التي وصلته أثناء تفاعله مع الآخرين فيتأثر بالصورة المرتسمة سواء كان نمطها إيجابياً أو سلبياً مما يؤثر على أدائه الوظيفي. (4: 6)

مجالات علم النفس الرياضي والقائمين على العملية التعليمية لتفعيل وتنمية الأساليب الإيجابية لدى معلمي التربية البدنية.

4.1 أهداف البحث:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

- 1- التعرف على أهم مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات).
- 2- التعرف على أهم مستويات الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات).
- 3- التعرف على العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات).

5.1 تساؤلات البحث:

1- ما هي أهم مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات) ؟

2- ما هي أهم مستويات الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات) ؟

3- ما العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات) ؟

6.1 مصطلحات البحث:

1- الضغوط النفسية Psychological Stress

" هي الحالة التي يصل فيها الفرد إلى عدم قدرته على التغلب على مثيرات خارجية تحد من أدائه لعمله بطريقة صحيحة " (5: 261)

2 - الضغوط المهنية Stress Of Professional

يعرفها أسامة كامل راتب (1994م) نقلاً عن مك جراث Mc-Grath بأنها " عملية أو خطوات متتابعة تشير إلى الإحساس الناتج عن فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانات التي يصابها عادة مواقف فشل حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانات مؤثر قوي في إحداث الضغوط النفسية (6: 16).

3- الرضا عن العمل Jop Satisfaction

مجموعة المشاعر النفسية التي يشعر بها الفرد تجاه عمله وقد تكون هذه المشاعر إيجابية أو سلبية " (7: 169).

أدوات الدراسة: استعان الباحث بقائمة الضغوط المهنية للمعلمين من إعداد علاوي (1998م) وقائمة الشخصية " لجوردن " ترجمة " فؤاد أبو حطب " و " جابر عبد الحميد نتائج الدراسة: أسفرت النتائج أن معلمي التربية الرياضية يتعرضون للضغوط بصورة واضحة، وأن المعلمين والمعلمات الأقل خبرة هم الأكثر إحساساً بالضغوط المهنية مقارنة بالأكثر خبرة، ولا يوجد تفاعل بين الجنسين ومدة الخبرة لمعلم التربية الرياضية في الضغوط المهنية. (8)

2/2 دراسة: أمين الخولي، محمد المتوكل (2001م):

وبناءً على ما تقدم ذكره تتمثل مشكلة الدراسة في الإجابة على:

1- ما هي أهم مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي.

2- ما هي أهم مستويات الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي.

3- ما العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي (بمدينة العجيلات).

3.1 أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة في كونها تسلط الضوء على مشكلة مهمة ذات بعد تربوي تؤثر في العملية التعليمية والتربوية وفي الأداء المهني لمعلم التربية البدنية وأهمية دوره في المؤسسة التعليمية التي هو جزء مهم لا يقتصر دوره عن باقي زملائه المعلمين في التخصصات الأخرى، وما يتعرض له من ضغوط نفسية خاصة فهو يتواجد في مجتمع مليء بالتحديات يؤثر ويتأثر بها.

لذا أدرك الباحث أهمية هذه الدراسة في التعرف على أهم مصادر الضغوط المهنية ومستوياتها وتحديد علاقة هذه الضغوط بالأداء الوظيفي للمعلمين، والتي نأمل أن تنعكس نتائج هذه الدراسة على تطوير العملية التربوية والتعليمية بليبيا وإيضاح الدور المهم لمعلم التربية البدنية في المساهمة والرفع من مستوى العملية التعليمية ككل، ويمكن إيجاز أهمية الدراسة فيما يلي:

1 - تعد الدراسة الحالية في حدود علم الباحث الأولى في هذا المجال التي تهتم بدراسة العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي

2- تساهم الدراسة الحالية في تحديد مستويات الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي.

3- تكمن أهمية الدراسة الحالية في لفت انتباه المسؤولين إلى أهمية الضغوط النفسية للمعلمين وتأثيرها في مستوى أدائهم ، حيث أن عدم تمتعهم بالتوافق النفسي المطلوب يؤدي إلى نتائج سلبية أهمها فشلهم في احتواء هذه الضغوط ، وعدم قدرتهم على تحقيق الأداء المطلوب.

4 - تساهم الدراسة الحالية من خلال إطارها النظري والنتائج التي سوف تتوصل إليها في إثراء الباحثين في

2 - الدراسات السابقة:

1/2 دراسة: أحمد العقاد (1999م):

عنوان الدراسة: " الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية "

هدف الدراسة: إلى التعرف على الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة.

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: تمثلت في (824) معلم ومعلمة بالمرحلتين الإعدادية والثانوية بمحافظة الشرقية.

المرتبطة بكم العمل وصراع الدور ، وغموض الدور ، والتطور والنمو المهني والاتصال كما انخفض مستوى الرضا لديهن نتيجة عوامل مرتبطة ببيئة العمل ومميزات العمل والعوامل الدراسة على إن الاجتماعية كذلك ، كما أظهرت نتائج الدراسة أن هناك ارتباط عكسي بين ضغوط العمل وبين الرضا الوظيفي لدى المشرفات الإداريات . (11)

5/2 دراسة: الزهراء رشاد محمد حسنين (2003م)
عنوان الدراسة: " الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية بالمرحلتين الإعدادية والثانوية بمحافظة المنيا "
هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية بالمرحلتين الإعدادية والثانوية بمحافظة المنيا.

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي.
عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (600) معلم ومعلمة، وقد تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية حيث بلغ حجم العينة الأساسية (200) معلم ومعلمة بواقع (100) من كل مرحلة.

أدوات الدراسة: استعان الباحث بقائمة الضغوط المهنية للمعلمين من إعداد علاوي (1998م)، واختبار دافعية الانجاز من إعداد " إبراهيم قشقوش".
نتائج الدراسة: أسفرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمين التربية الرياضية بالمرحلتين الإعدادية والثانوية في الضغوط المهنية وكذلك إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمين التربية الرياضية بالمرحلتين الإعدادية والثانوية في دافعية الانجاز. (12)

6/2 دراسة: دوق يان وآخرون . Dong, Y. et al . (2005م)

عنوان الدراسة: " الضغوط المهنية وأسلوب المواجهة والدعم الاجتماعي لمعلمي المدارس المهنية
هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف العلاقة بين الضغوط المهنية وأسلوب المواجهة والدعم الاجتماعي لمعلمي المدارس المهنية وتقديم أدلة لتحسين أوضاع الصحة النفسية للمعلمين في إنجلترا.

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي.
عينة الدراسة: بلغت (197) معلماً من معلمي المدارس المهنية.

أدوات الدراسة: استعان الباحثون بقائمة الضغوط المهنية واستبيان المواجهة المبسط والدعم الاجتماعي.
نتائج الدراسة: أسفرت النتائج إلى أن مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين كان مرتفعاً ثم درجة الضغوط الاجتماعية، كما أشارت النتائج إلى أن هناك روابط إيجابية بين الضغوط المهنية وأسلوب المواجهة السلبي وروابط سلبية مع الدعم الاجتماعي. (16)

3/ إجراءات البحث:

عنوان الدراسة: " الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية في منطقة شرق القاهرة التعليمية ".

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى حدوث الضغوط المهنية لمعلمي التربية الرياضية من الجنسين.

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي.
عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (30) معلماً و(30) معلمة اختيروا عشوائياً من المرحلة الثانوية

أدوات الدراسة: استعان الباحثان بقائمة الضغوط المهنية للمعلمين من إعداد علاوي (1998م) .

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج إلى وجود ضغوط مهنية يعاني منها بشكل عام معلمي التربية الرياضية تتراوح دراجتها ما بين متوسطة إلى قليلة، كما لا توجد فروق دالة في الضغوط المهنية بين كل من معلمي ومعلمات التربية الرياضية (9)

3/2 دراسة: " على الوليدي " (2003م):

عنوان الدراسة: " الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لدي معلمي التربية الخاصة بمدينة أ بها ".

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لدي معلمي التربية الخاصة بمدينة أ بها ومستوى رضاهم الوظيفي.

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي.
عينة الدراسة: بلغت العين (113) معلماً في معاهد التربية الخاصة بمدينة أ بها.

أدوات الدراسة: استعان الباحث بمقياس الضغوط النفسية من إعداد " فيميان " وترجمة " فيولا البيلاوي وطلعت منصور " (1989م) ومقياس جامعة مينييسوتا للرضا الوظيفي ترجمت " نعمت رمضان " (1991م).

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج إلى وجود ضغوطاً نفسية لدى المعلمين مرتبطة بعبء العمل وصراع الدور وغموض الدور والعلاقات في العمل كما لا توجد فروق ذات دلالة في الضغوط النفسية أو الرضا الوظيفي بين أفراد العينة ترجع إلى متغيرات السن أو الخبرة، ودلت على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية للمعلمين ومستوى رضاهم عن العمل. (10)

4/2 دراسة: سعاد عبد الله السلوم (2003م) :

عنوان الدراسة: "عوامل ضغوط العمل التنظيمية وعلاقتها بالرضا الوظيفي للمشرفات الإداريات.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على العوامل المسببة للضغوط في العمل وعلاقتها بمستوى الرضا لدى المشرفات الإداريات.

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي.
عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (260) مشرفة من مكاتب الإشراف في كل من الرياض وجدة والدمام.

أدوات الدراسة: قامت الباحثة بتصميم مقياسين للضغوط النفسية والثاني للرضا عن العمل.

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج إلى أن من أهم مسببات الضغوط النفسية لدى المشرفات الإداريات الضغوط

1/3 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لمناسبتها مع طبيعة الدراسة.

2/3 مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بالمدارس الواقعة في نطاق مدينة العجالات والبالغ عددهم (425) معلم ومعلمة موزعين طبقاً لما يلي:
1/2/3 عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية حيث بلغ عددها (85) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية، وكانت الاستجابة من العينة للمقياسين، عدد (74) استمارة معلم لمقياس الضغوط المهنية وعدد (70) استمارة معلم لمقياس الرضا الوظيفي.
2/2/3 عينة الدراسة الأساسية:
تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بالطريقة العشوائية حيث بلغ عددها (245) معلم ومعلمة من معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجالات وموضحة كالآتي:

جدول (1) توصيف عينة البحث

المرحلة	ذكور	إناث	المجموع
الابتدائية	63	55	118
الإعدادية	50	77	127
المجموع	113	132	245

3/ شروط عينة البحث:

1- أفراد العينة من معلمي التربية البدنية بالمدارس الواقعة في نطاق مدينة العجالات بمرحلة التعليم الأساسي.
أن يكونوا من خرجي التربية البدنية.
3- أن يكونوا أمضوا أكثر من ثلاثة سنوات في العمل

4 / 3 أدوات البحث:

استعان الباحث بمقياسين اثنين هما:

② مقياس الضغوط المهنية للمعلم من إعداد " محمد عبد الله عسيري " (2008م) ، ملحق رقم (1) ، ويتكون المقياس من (64) عبارة متمثلة في سبعة عوامل وهي (الضغوط المتعلقة بعبء العمل ، الضغوط المتعلقة بغموض الدور ، الضغوط المتعلقة بصراع الدور ، الضغوط المتعلقة بالنمو المهني ، الضغوط المتعلقة بالعلاقات الإنسانية ، الضغوط المتعلقة بالعائد المادي ، الضغوط المتعلقة بالمكانة الاجتماعية) وتخضع الاجتماع لميزان تقدير خماسي (أبدأ = 1) ، (نادراً = 2) ، (أحياناً = 3) ، (غالباً = 4) (دائماً = 5) ، والدرجة العليا للمقياس (320) ، والدرجة الدنيا للمقياس (64) .
(13)

② مقياس الرضا الوظيفي لمعلم التربية البدنية إعداد " وهيب رمضان السيد " (2011م) ملحق رقم (2) ويتكون المقياس من (69) عبارة متمثلة في سبعة أبعاد وهي (الرضا عن مهنة التدريس ، الرضا عن الإشراف الإداري ، الرضا عن الإشراف الفني ، الرضا عن العائد من المهنة ، الرضا عن مكانة المهنة في المجتمع ، الرضا عن مستقبل المهنة ، الرضا عن الإمكانيات المتاحة) وتخضع لميزان تقدير ثلاثي (غير موافق = 1) ، (إلى حد ما = 2) (موافق = 3)

، والدرجة العليا للمقياس (207) ، والدرجة الدنيا (69) .
(14)

5 / 3 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية بتاريخ 29 / 10 / 2019م على عينة من نفس عينة البحث وعددهم (85) معلم ومعلمة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجالات، وذلك للاطلاع على أهم المعوقات والسلبيات التي قد ترافق الإجابة على الاستبيانين وكانت التعليمات واضحة وتراوحت الإجابة على الاستبيانين فترة ما بين (15 - 20) دقيقة.

6 / 3 الأسس العلمية لمقياس الثقة بالنفس:

1 . صدق المحتوى :

للتعرف على صدق أداة البحث وقياسه حيث اعتمد الباحث على صدق المحتوى المتمثل في مدى ارتباط فقرات المقياسين لأهداف الدراسة ، حيث قام الباحث بعرض المقياسين على عدد (5) من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي ، ملحق (3) وذلك لإبداء آرائهم فيهما من خلال مدى وضوح فقرات المقياسين ومدى انتماء العبارات للمحاور وهل تمثل ما هو مراد قياسه ، وقد أكد الجميع على مدى صلاحية فقرات المقياسين للغرض الذي وضع من أجله ، وقد التزم الباحث بما أبدوه من ملاحظات بعين الاعتبار .

2 . ثبات المقياسين : للزيادة في الدقة وللتأكد من أن المقياسين يتمتعون بالثبات ، قام الباحث بالاختبار وإعادة تطبيقه على عينة بلغت (85) معلم ومعلمة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجالات ، وبفاصل زمني أسبوعين تقريباً بين الاختبار الأول والثاني لكل مقياس ، حيث بلغ معامل الثبات لمقياس الضغوط المهنية للمعلم

استخدم الباحث برنامج spss لإجراء المعالجات المناسبة لطبيعة البحث وهي :

(النسبة المئوية - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - المتوسط الفرضي - معامل الارتباط البسيط) .

4/ عرض النتائج ومناقشتها :

1/4 السؤال الأول: ما هي أهم مصادر الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات.

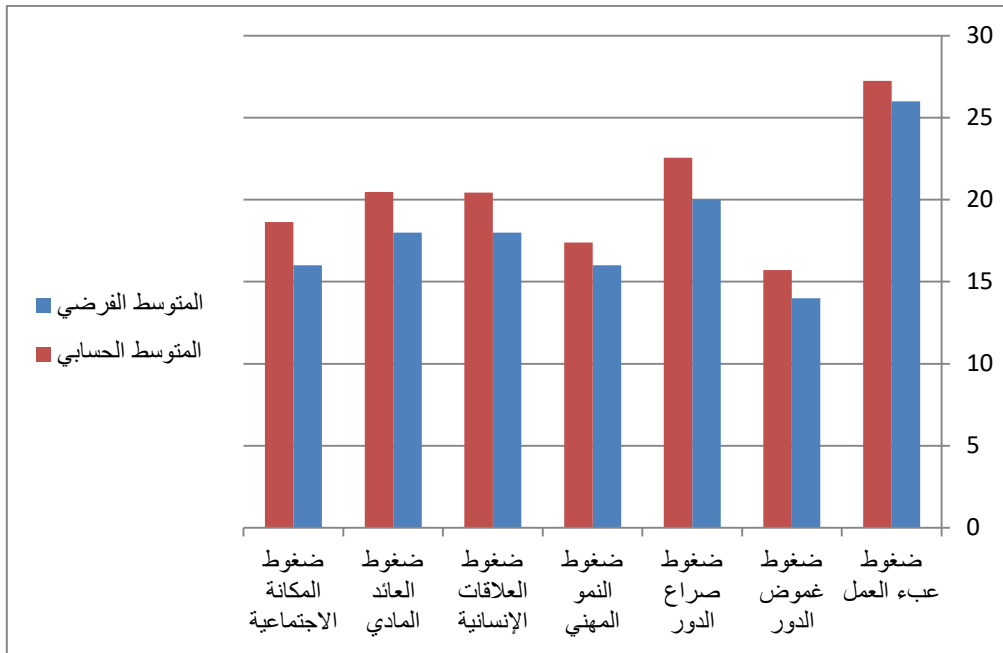
للإجابة على السؤال الأول والمتمثل في ما هي مصادر الضغوط المهنية لعينة البحث فقد استخدم الباحث المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعوامل الضغوط النفسية ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (2)

يبين دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي والانحراف لإيجاد ترتيب الضغوط المهنية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات
ن = 245

م	عوامل الضغوط المهنية	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	دلالة الفروق	الانحراف المعياري	الترتيب
1	الضغوط النفسية المتعلقة بعبء العمل	32.485	26	6.485	8.412	الأول
2	الضغوط النفسية المتعلقة بغموض الدور	15.712	14	1.712	4.703	السادس
3	الضغوط النفسية المتعلقة بصراع الدور	22.562	20	2.562	7.065	الثاني
4	الضغوط النفسية المتعلقة بالنمو المهني	17.38	16	1.38	6.073	السابع
5	الضغوط النفسية المتعلقة بالعلاقات الإنسانية	20.429	18	2.429	5.942	الخامس
6	الضغوط النفسية المتعلقة بالعائد المادي	20.464	18	2.464	7.546	الرابع
7	الضغوط النفسية المتعلقة بالمكانة الاجتماعية	18.628	16	2.628	5.171	الثالث

شكل رقم (1)



من قبل المسؤولين بعين الاعتبار في العمل على المساهمة في التقليل منها وذلك بوضع الحلول المناسبة لكل المشاكل التي قد تسبب في زيادة عبء العمل للمعلم أثناء أدائه لعمله .

كامل احتلت الضغوط النفسية المتعلقة بصراع الدور الترتيب الثاني لمعلمي التربية البدنية بمدينة العجبات حيث بلغ المتوسط الحسابي لهذا العامل (22.562) وانحراف معياري بلغ (7.065) ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة : محمد عبد الله عسيري (2008م) ، ونتائج دراسة : أحمد العقاد (1999م) ، ونتائج دراسة : دوق يان وآخرون (2005) . Dong, Y. et al . (2005) ، ويرى الباحث ذلك في قد يشعر معلم التربية البدنية بنوع من الإحراج أو الضيق عندما يكلف المعلم بمهام أو واجبات ليس من صميم عمله أو مجال تخصصه كالأعمال الإدارية أو اخذ مكان زميل له في الفصل في حصة تدريسية ليست من تخصصه أو إسناد بعض النشاطات الرياضية لغيره من الزملاء في التخصصات الأخرى ، هذا كله قد يزيد من حدة الضغوط النفسية المتعلقة بهذا العامل لمعلم التربية البدنية الأمر الذي يستوجب النظر إليها بالأهمية من قبل مدير المدرسة والمسؤولين على العملية التعليمية .

وقد جاء بعد الضغوط النفسية المتعلقة بالمكانة الاجتماعية في الترتيب الثالث من مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية ، حيث بلغ المتوسط الحسابي لهذا البعد (18.628) ، وانحراف معياري بلغ (5.171) وتتفق نتائج هذه الدراسة ونتائج دراسة " دوق يان وآخرون Dong, Y. (2005) " (et al .) ، وكذلك مع ما أكدته "سارة المرابط و زينب برحومة (2015م) إلى أن المكانة الاجتماعية التي حظي بها المعلم في السابق قد تراجعت نسبياً ويظهر ذلك من خلال المعاملة اليومية ، هذا وتشير نتائج هذه الدراسة أيضاً إلى أن الضغوط المتعلقة بالمكانة الاجتماعية من

دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي

بينت نتائج الدراسة الحالية أهم مصادر الضغوط التي يعاني منها المعلمون والمعلمات كما هو مبين في الجدول رقم (2) والخاص بالمتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث يتضح لنا وجود فروق في مستويات عوامل الضغوط المهنية للدرجة الكلية للمقياس ، حيث جاءت الضغوط المتعلقة بعبء العمل كمصدر للضغط النفسي بالترتيب الأول ، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (32.485) وبانحراف معياري بلغ (8.412) ، وهذا يتفق مع نتائج دراسة أمين الخولي ، محمد المتوكل (2001م) ، ونتائج دراسة علي الوليدي (2003م) ، ونتائج دراسة سعاد عبد الله السلوم (2003م) ، وكذلك مع نتائج دراسة الزهراء رشاد حسنين (2003م) ، وتوضح نتائج هذه الدراسة أن الضغوط المهنية المتعلقة بعبء العمل تعتبر مصدراً أساسياً للضغوط النفسية لمعلمي التربية البدنية ، ويرى الباحث ذلك في إن عبء العمل يعتبر عامل مهم في الضغوط المهنية الواقعة على معلمي التربية البدنية بصفة خاصة نظراً لأن مهنة التدريس في هذا التخصص تنسم بالكثير من المسؤوليات والمهام التي يقوم بها معلم التربية البدنية وذلك في ظل نقص الإمكانيات وعدم قدرة المعلم على القيام بواجباته ، حيث يشعر المعلم بنوع من الإحباط مع زيادة المهام المكلف بها فهو المسؤول الأول على النظام داخل المدرسة الأمر الذي يستوجب حضوره من الطابور الصباحي بحكم طبيعة عمله إلى جانب تكليفه بالحصص التدريسية في كل أسبوع ، وكثرة أعداد التلاميذ في كل فصل وكذلك ترتيب حصة التربية البدنية بالجدول الدراسي ، بالإضافة إلى الإشراف المباشر على نشاطات المدرسة الداخلية والخارجية منها وما يترتب عليه من زيادة في المهام والمسؤولية ، كل هذه الضغوط النفسية تتطلب النظر

احتل بعد الضغوط النفسية المتعلقة بالنمو المهني الترتيب السابع وذلك بمتوسط حسابي (17.38) ، وانحراف معياري بلغ (6.073) ، لدى معلمي التربية البدنية ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة محمد عبد الله عسيري (2008م) ، ونتائج دراسة أمين الخولي ، محمد المتوكل (2001م) ، ونتائج دراسة علي الوليدي (2003م) ، وتوضح نتائج هذه الدراسة أيضا أن عامل الضغوط النفسية المتعلقة بالنمو المهني من مصادر الضغوط النفسية ، ويرى الباحث أن وقوع هذا البعد في الترتيب السابع هو في أن معلمي التربية البدنية لديهم خبرة عملية ويتمتعون بصفات قيادية ويمتازون بروح التعاون والعمل الجماعي فيما بينهم ومع باقي زملائهم في التخصصات الأخرى ، الأمر الذي كان له أثره الواضح في التخفيف من ضغوطات هذا العامل .

2/4 السؤال الثاني : ما هي أهم مستويات الضغوط المهنية والرضا الوظيفي لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات؟

وللإجابة على هذا السؤال قام الباحث بتحديد مستويين للضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات وذلك من خلال بنود الاستبيان المخصص لتحديد مصادر الضغوط المهنية حيث كان لكل بند خمسة إجابات تتراوح ما بين (1 - 5) وعليه يمكن تحديد الدرجة الدنيا والقصى لكل مستوى كما يلي :

⑦ مستوى منخفض من الضغوط المهنية : بعد أن يتحصل المفحوص على علامة تتراوح ما بين (64 و 191) .

⑦ مستوى مرتفع من الضغوط المهنية : بعد أن يتحصل المفحوص على علامة تتراوح ما بين (193 و 320) .

وعليه فإن النتائج التي توصل إليها الباحث قد أظهرت إن أغلبية معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات عينة الدراسة لديهم مستوى مرتفع من الضغوط المهنية حيث تراوحت درجاتهم ما بين (193 و 320) درجة حيث كان عددهم (190) معلم ومعلمة وبنسبة مئوية بلغت (77.55 %) ، ثم كانت عينة الدراسة ذوي المستوى المنخفض من الضغوط المهنية لمعلمي التربية البدنية والذي تتراوح درجته ما بين (64 و 191) درجة حيث كان عددهم (55) معلم ومعلمة وبنسبة مئوية بلغت (22.45 %) وعليه يمكن القول أن معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات يعانون من ضغوط المهنية مرتفعة والجدول التالي يوضح ذلك :

مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية ، ويرى الباحث إلى أن أهمية الدور الذي يمكن أن تلعبه التربية البدنية في الرفع من مستوى العلاقات الاجتماعية ، حيث يعتبر معلمي التربية البدنية العنصر الفاعل في المدرسة رغم نظرة القلة قليلة من أفراد المجتمع بنظرة دونية لهذا التخصص على العكس ما نجده في الدول المتقدمة ، حيث ينظر إلى معلم التربية البدنية كغيره من أفراد المجتمع بل ينظر إليه كمثال للقيادة يقتدى به بين زملائه في العمل .

كما أوضحت النتائج بأن الضغوط النفسية المتعلقة بالعائد المادي احتلت الترتيب الرابع بمتوسط حسابي بلغ (20.464) وانحراف معياري بلغ (7.546) ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة محمد عبد الله عسيري (2008م) ، ونتائج دراسة أحمد العقاد (1999م) ، ونتائج دراسة أمين الخولي ، محمد المتوكل (2001م) ، ونتائج دراسة علي الوليدي (2003م) ، ويرى الباحث ذلك في أن العائد المادي يعتبر من العوامل الأساسية المتعلقة بالضغوط المهنية لمعلم التربية البدنية فالمعلم هو أحد ركائز المجتمع الأساسية فيجب أن يعامل كباقي أفراد المجتمع متساوون في جميع المزايا ، نظراً لأن العائد المادي يعتبر مهم بالنسبة لمعلم التربية البدنية باعتباره العائد الوحيد لأغلب المعلمين تقريباً ، وبالتالي فإن ضعف العائد المادي للمعلم قد يزيد من شدة الضغوط الواقعة على المعلم وتؤثر في أدائه لعمله المكلف به على أحسن وجه .

كما احتل بعد العلاقات الإنسانية الترتيب الخامس وجاء بمتوسط حسابي (20.429) وانحراف معياري (5.942) ، باعتباره عامل مسبب للضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية ، وتتفق نتائج هذه الدراسة على الوليدي (2003م) ، وكذلك مع نتائج دراسة الزهراء رشاد حسنين (2003م) ، دراسة : دوق يان وآخرون (2005) . (Dong, Y. et al) ، وتؤكد أيضا نتائج هذه الدراسة إلى إن الضغوط المتعلقة بالعلاقات الإنسانية تعتبر من مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بالعجيلات .

واحتل بعد الضغوط النفسية المتعلقة بغموض الدور الترتيب السادس لدى معلمي التربية البدنية بمتوسط حسابي بلغ (15.712) وانحراف معياري بلغ (4.703) ، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة : محمد عبد الله عسيري (2008م) ، ونتائج دراسة : أحمد العقاد (1999م) ، ونتائج دراسة : دوق يان وآخرون (2005) . (Dong, Y. et al) ، ونتائج دراسة أمين الخولي ، محمد المتوكل (2001م) ، ويرى الباحث ذلك في أهمية فهم وإدراك المعلم للأعمال الواجب عليه القيام بها في عمله فهي تلعب دور إيجابي في زيادة إتقان العمل وكذلك الابتعاد عن الأخطاء التي قد يقع فيها وتؤثر سلباً على أدائه الوظيفي .

جدول (3) الإحصاءات الوصفية لأفراد عينة الدراسة حسب معاناتهم من الضغوط المهنية

ت	مستويات الضغوط	عدد المعلمين	النسبة المئوية
1	مستوى منخفض (55 و 169)	55	22.45 %
2	مستوى مرتفع (171 و 275)	190	77.55 %
	المجموع	245	100 %

من خلال نتائج الجدول رقم (3) أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى ضغوط مهنة التدريس عند معلمي ومعلمات التربية البدنية كانت (77.55 %) ، والبالغ عددهم (190) معلم ومعلمة ، وهذا يعني أنها مرتفعة وأن المعلمين والمعلمات في مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات يعانون من ضغوط مهنة التدريس ، وكانت نتائج ذوي المستوى المنخفض (22.45 %) ، والبالغ عددهم (55) معلم ومعلمة ، وعليه يمكن القول أن معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات يعانون من ضغوط مهنية مرتفعة ناتجة عن مهنة التدريس .

ولتحديد مستوى الرضا والوظيفي لمعلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات وذلك من خلال بنود الاستبيان الخاص بالرضا الوظيفي حيث كان لكل بند ثلاثة إجابات تتراوح ما بين (1 – 3) وعليه يمكن تحديد الدرجة الدنيا والقصى لكل مستوى كما يلي :

مستوى منخفض من الرضا الوظيفي : بعد أن يتحصل المفحوص على علامة تتراوح ما بين (69 و 137) .

من خلال نتائج الجدول رقم (4) أظهرت نتائج الدراسة أن ذوي المستوى المرتفع في الرضا الوظيفي عند معلمي ومعلمات التربية البدنية كانت (54.69 %) ، والبالغ عددهم (134) معلم ومعلمة ، وهذا يعني أن المعلمين والمعلمات في مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات لديهم مستوى رضا وظيفي مرتفع عن مهنة التدريس .

ولتحديد مستوى الرضا والوظيفي لمعلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات وذلك من خلال بنود الاستبيان الخاص بالرضا الوظيفي حيث كان لكل بند ثلاثة إجابات تتراوح ما بين (1 – 3) وعليه يمكن تحديد الدرجة الدنيا والقصى لكل مستوى كما يلي :

مستوى منخفض من الرضا الوظيفي : بعد أن يتحصل المفحوص على علامة تتراوح ما بين (69 و 137) .

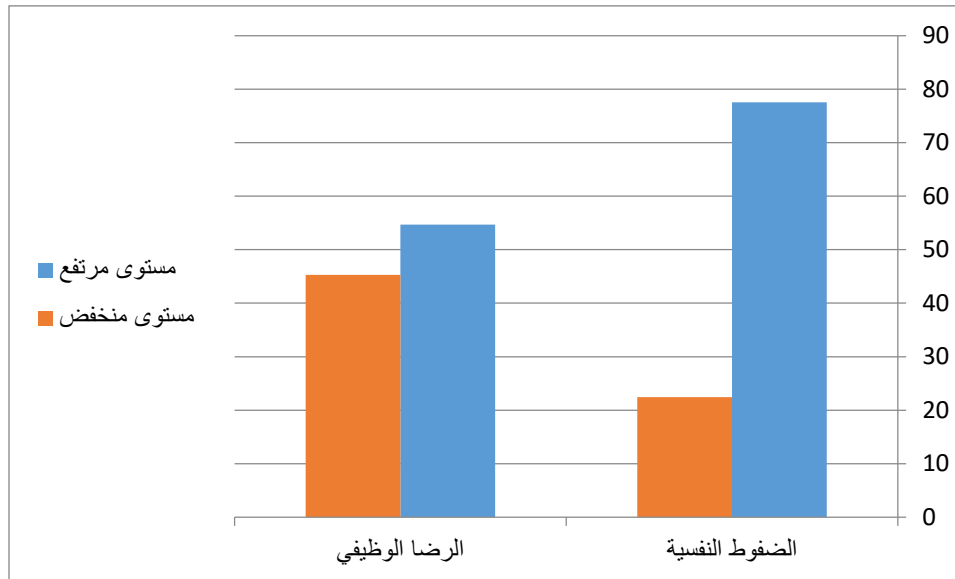
جدول (4)
الإحصاءات الوصفية لأفراد عينة الدراسة حسب مستوى الرضا لديهم

ت	مستويات الرضا الوظيفي	عدد المعلمين	النسبة المئوية
1	مستوى منخفض (69 و 137)	111	45.31 %
2	مستوى مرتفع (139 و 207)	134	54.69 %
	المجموع	245	100 %

حين كانت نتائج ذوي المستوى المنخفض (45.31 %) ، والبالغ عددهم (111) معلم ومعلمة ، وعليه يمكن القول أن معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات لديهم مستوى رضا وظيفي عن مهنة التدريس .

من خلال نتائج الجدول رقم (4) أظهرت نتائج الدراسة أن ذوي المستوى المرتفع في الرضا الوظيفي عند معلمي ومعلمات التربية البدنية كانت (54.69 %) ، والبالغ عددهم (134) معلم ومعلمة ، وهذا يعني أن المعلمين والمعلمات في مرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات لديهم مستوى رضا وظيفي مرتفع عن مهنة التدريس ، في

شكل رقم (2)



مستويات الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لمعلمي التربية البدنية

3/ السؤال الثالث : ما العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات ؟ .
وللإجابة على السؤال الثالث للدراسة والمتمثل في ما هي طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية والرضا الوظيفي لعينة البحث استخدم الباحث معامل الارتباط (بيرسون) وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول رقم (5) .

جدول رقم (5)

يبين معاملات الارتباط بيرسون لدلالة العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية و الرضا الوظيفي

الدلالة*	قيمة (ر)	الرضا الوظيفي		الضغوط النفسية	
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط
0.05					
دال إحصائيا	0.954	0.727	1.867	0.722	2.200

شدتها قد تزيد من قدرته في إتباع أفضل الأساليب الإيجابية في مواجهة هذه الضغوط ، كما إن طبيعة عمل معلم التربية البدنية بحكم تخصصه ، وسنوات الخبرة في مجال التدريس تجعله يكون أكثر تجربة وفهماً لمتطلبات عمله والأكثر قدرة على استخدام الأساليب الفعالة في سرعة التكيف مع هذه الضغوط والاستفادة منها وهذا ما يطلق عليه بمصطلح الضغوط الإيجابية ، فالشخص الذي يمتلك الإيجابية يمتلك القدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة الناتجة عن عبء العمل الوظيفي ، وكذلك إن فهم المعلم لذاته واحترامه لها وتقته بنفسه ، وتحمله المسؤولية وقدرته على اتخاذ القرارات الصحيحة في المواقف التي تواجهه ، تزيد من شعوره بالرضا الوظيفي لديه وعن كل المحيط المهني من زملاء المدرسين رغم كل الضغوط التي يتعرض لها في حياته

من خلال عرض نتائج الجدول رقم (5) والذي يمثل معامل الارتباط لعوامل الضغوط النفسية والرضا الوظيفي للمقياسين ككل ، حيث بلغ معامل الارتباط 0.954 دال إحصائيا عند مستوى 0.05 يتضح لنا وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لمستوى أبعاد الضغوط النفسية والدرجة الكلية لأبعاد الرضا الوظيفي لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات .

وتعني هذه النتيجة أنه كلما ارتفعت درجة الضغوط النفسية لدى معلمين ومعلمات التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة العجيلات كلما ارتفعت درجة الرضا الوظيفي والمهني لديهم ، ويعزو الباحث ذلك إلى أن الضغوط التي يتعرض لها المعلم مع التنوع في

3 . يعاني حوالي (77.55 %) من معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي في مدينة العجيلات من ضغوط مهنية مرتفعة .

4 . وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية للضغوط النفسية والدرجة الكلية لمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي في مدينة العجيلات .

2/5 التوصيات :

1 . العمل على تذليل كافة الصعوبات والمشكلات التي يعاني منها معلم التربية البدنية في المدارس للتخفيف من أعباء المهنة والعمل على توفير كل الإمكانيات اللازمة له .

2 . ضرورة الاهتمام بتطبيق قائمة الضغوط النفسية بشكل دوري للوقوف على مستوى هذه الضغوط لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية .

3 . ضرورة أعداد المعلمين إعداداً قيادياً صحيحاً وصقلهم من خلال عمل دورات لتنمية مهاراتهم .

4 . العمل على وضع برامج إرشادية لتنمية الروح الإيجابية لمعلمي التربية البدنية تجاه مواقف الحياة اليومية الضاغطة .

5 . تنمية المشاعر الإيجابية تجاه معلم التربية البدنية بالمدرسة وخارجها .

6 . إجراء المزيد من البحوث والدراسات المتعلقة بالضغوط النفسية والرضا الوظيفي للمعلمين .

المراجع:

- 1 . صبري إبراهيم عمران (1996م) دراسة مقارنة للضغوط النفسية لدى العاملين بالمدارس الرياضية بمحافظة الغربية والمنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية ، طنطا .
- 2 . حبيب بن صافي (2006م) صورة المعلم في ثقافة المجتمع الجزائري ، رسالة ماجستير في الانثروبولوجيا ، جامعة أبي بكر بلقايد ، تلمسان ، الجزائر .
- 3 . سيد فؤاد بسطويس (1998م) : بناء مقياس الرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، القاهرة ، جامعة حلوان .
- 4 . سارة المرابط و زينب برحومة (2015م) : الصورة الاجتماعية للمعلم وانعكاساتها على أدائه الوظيفي ، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمقاطعة قمار ، ولاية الوادي ، الجزائر
- 5 . أبو القاسم مسعود ديه (2018م) : إستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لطلبة كلية التربية البدنية جامعة طرابلس ، مجلة كليات التربية ، العدد السادس عشر ، جامع الزاوية .
- 6 . أسامة كامل راتب (1997م) : قلق المنافسة ، ضغوط التدريب ، احتراق الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 7 . أحمد صقر عاشور (1984م) : إدارة القوى العاملة ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .

اليومية ، وبالتالي أصبح هدف المعلم هو القيام بعمله بأكمل وجه .

وهذا يتفق مع نتائج دراسة "أمين الخولي ، محمد المتوكل" (2001م) ، ونتائج دراسة "علي الوليدي" (2003م) ، ونتائج دراسة "سعاد عبد الله السلوم" (2003م) ، وكذلك مع نتائج دراسة "الزهراء رشاد حسنين" (2003م) ، "محمد عبد الله عسيري" (2008م) ، ونتائج دراسة "أحمد العقاد" (1999م) ، ونتائج دراسة : "دوق يان وآخرون" Dong, Y. (2005) ، حيث أسفرت النتائج إلى أن مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين كان مرتفعاً ، كما أشارت النتائج إلى أن هناك روابط إيجابية بين الضغوط المهنية وأسلوب المواجهة مع الدعم الاجتماعي .

ويوضح الباحث إلى أن معظم المعلمون لا يربطون بين المشاكل أو المواقف الضاغطة التي تمر بهم في حياتهم اليومية ، فمعظمهم يحدث وأن يمر بضغوط نفسية كبيرة ولكن وأن يصل إلى مكان عمله ينسى ذلك ، ويصب كل تفكيره في أدائه لعمله بالصورة الصحيحة ، وهذا لطبيعة مهنة معلم التربية البدنية والشخصية التي يتمتع بها معلم التربية البدنية في أغلب الأحيان والتي تتميز بالصفة القيادية مكنته من التغلب على الضغوط النفسية والتعايش معها بصورة إيجابية التي يمكن أن تعيق عمله المكلف به ، وهذا ما أكدته "إبراهيم عبد ربه خليفة" (2009) إن الضغوط النفسية ليست سلبية أو ضارة في جميع أحوالها، فهناك ما يسمى بالضغوط الإيجابية والتي تساهم في تحسين الأداء، وتفيد المثابرة على الأداء بأعلى كفاءة وتوجه الانتباه نحو المهام الموكلة للفرد، فالمحك الذي يفرق بين جانبي الضغوط السلبية والضغوط الإيجابية يتحدد بنوع الضغوط التي تواجه الفرد وكيفية تفسير هذا الموقف الضاغط ومواجهته . (15: 142)

/ الاستنتاجات والتوصيات :-

1/5 الاستنتاجات :

أسفرت نتائج الدراسة الحالية وبعد ترتيب العوامل الأكثر تأثيراً في مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي في مدينة العجيلات على ما يلي :

1 . تتسم الضغوط النفسية (المهنية) لدى معلمي التربية البدنية بمرحلة التعليم الأساسي في مدينة العجيلات بالارتفاع .

2 . أظهرت نتائج الدراسة الحالية ترتيب أبعاد الضغوط النفسية كما يلي :

- ② الترتيب الأول : بعد عبء العمل .
- ② الترتيب الثاني : بعد صراع الدور .
- ② الترتيب الثالث : بعد المكانة الاجتماعية .
- ② الترتيب الرابع : بعد العائد المادي .
- ② الترتيب الخامس : بعد العلاقات الإنسانية .
- ② الترتيب السادس : بعد غموض الدور .
- ② الترتيب السابع : بعد النمو المهني .

- 8 . أحمد محمد العقاد (1999م) : الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة ، المجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويج والرياضة ، المجلد الأول ، المؤتمر العالمي (42) كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- 9 . أمين الخولي ، محمد المتوكل علي (2001م) : الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية في منطقة شرق القاهرة التعليمية ، المؤتمر العلمي الدولي ، الرياضة والعولمة ، المجلد الثاني ، جامعة حلوان ، القاهرة .
- 10 . علي محمد الوليدي (2003م) : الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة بمدينة أبها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى .
- 11 . سعاد عبد الله السلوم (2003م) : عوامل ضغوط العمل التنظيمية وعلاقتها بالرضا الوظيفي للمشرفات الإداريات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود الرياض .
- 12 . الزهراء رشاد محمد حسنين (2003م) : الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية بالمرحلتين الإعدادية و الثانوية بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- 13 . محمد عبد الله عسيري (2008م) : الضغوط النفسية والرضا عن العمل لدى معلمي التربية البدنية في المملكة العربية السعودية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية البدنية والرياضية ، جامعة القاهرة .
- 14 . وهيب رمضان السيد (2011م) : بناء مقياس للمناخ النفس اجتماعي المدرسي لمعلم التربية الرياضية وعلاقته بالرضا الوظيفي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- 15 . إبراهيم عبد ربه خليفة وآخرون (2009) : علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي القاهرة.
- 16 . Dong , Y . Jang , Z. Yu,G. (2005) : Occupational Stress, Coping Style And Socinl Support Of Vocational S chool Teachers. Chinese Journal Of Clinical Psyehology. 13 (1), 60-61 .