الضغط المهني وعلاقته الإرتباطية بإستنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية ومدى إنعكاساته على تطبيق البرامج التعليمية ضمن المناهج الجديدة

إعداد الباحث : غيدي عبد القادر

جامعة المسيلة

المنارة للاستشارات

ملخص باللغة العربية :

هذا البحث يتكلم عن الضغط المهني وكيف ان له علاقة إرتباطية بإستنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة المادة والتي هي التربية البدنية و الرياضية ومدى إنعكاس ذلك على تطبيق البرامج التعليمية في ضوء المناهج الجديدة و التي هي المقاربة بالكفاءات، حيث تكلمت على ستة مصطلحات نفسية خاصة بالضغط المهني وكيفية تأثرها بالطاقة النفسية وهي كالتالي :

العمل في حد ذاته والظروف المحيطة به و مدى تأثر الأستاذ بالظروف البيئية والطبيعية في مكان العمل، أي مختلف جوانب العمل التي يعيشها الأستاذ والتي تعتبر كمصدر للضغط وكذلك على العلاقات البينشخصية و التي معناها طبيعة الادارة تتطلب درجة عالية من التواصل مع الافراد سواءا داخل او خارج المنظمة وأهمها العلاقات مع الرؤساء و الأصدقاء في العمل ، ويهتم هذا المقياس الجزئي كما قمنا بدراسة السيرة المهنية و الإنجاز والتي تعني الانجاز الشخصي والنجاح المشترك للفرد و المنظمة ، يمكن أن يكون مصدرا رئيسيا للضغط حيث يعمل هذا المقياس الجزئي على قياس هذا النوع من الضغط وأيضا درسنا الدور الإداري والذي يقيس لنا مدى ادراك الأستاذ او الفرد بصفة عامة للتوقعات التي يضعها الآخرون إتجاهه و البنية و الجو التنظيمي والذي يقيس هذا المقياس الجزئي الضغط الناتج عن شعور الفرد بالإحباط نظرا لخصائص التنظيم في المنظمة أو المؤسسة الى جانب ذلك قمنا بالتعرف على التواجه البيت – بالعمل والذي يعني التفكير بالعمل أثناء التواجد بالبيت ،و يهدف إلى قياس الضغط المهني الناتج عن تأثير العمل على الحياة خارج العمل (البيت)، والعكس بالعكس.

وقد قسمنا بحثنا هذا الى فصل يتحدث عن التربية البدنية والرياضية و اهم المراحل التي مر بها التعليم عبر الزمن الى غاية يومنا هذا ثم فصل اخر تحدثنا فيه عن الضغط المهني و الإحتراق النفسي بالتفصيل و بعدها قمنا بالكلام عن الطاقة النفسية و الذي يعتبر مصطلح جديد لدى الرياضيين والأساتذة ثم فصل رابع وتطرقنا فيه الى تبيين المنهج المتبع و اهم الدراسات التطبيقية ثم الفصل الأخير وهو الفصل التطبيقي و أهم النتائج المتحصل عليها بالتحليل و المناقشة .

ملخص باالغة الإنجليزية :

The research speaks for professional pressure and how that correlation has been exhausted psychic energy among professors material which is physical and sports education and the extent of its impact on the application of educational programs in the light of the new curriculum, which is the approach competencies

Where he spoke on the six private psychiatric terms of vocational clicking and how psychological powered affected are as follows:

The work itself and the circumstances surrounding it and the vulnerability of a professor of environmental conditions and natural in the workplace, ie the various aspects of work experienced by the professor, which is considered as a source of pressure, as well as on Alpinchksah relations, which means the nature of the administration require a high degree of communication with people, whether inside or outside Organization, and the most important relations with superiors and friends at work, and cares of this partial measure, as we studied the curriculum and achievement of professional, which means personal achievement and joint success of the individual and the organization, can be a major source of pressure where this partial measure works to measure this kind of pressure and also we studied the managerial role, which measures us how to realize the teacher or the individual in general, to the expectations set by others its direction and structure and the regulatory atmosphere, which measures this partial measure of the pressure caused by the individual's sense of frustration due to the characteristics of the organization in the organization or institution Besides, we recognize the Altusband House - to work, which means thinking about work while on the house, and is designed to measure the professional pressure resulting from the impact of work on life outside of work (the house), and vice versa.

We have divided our present to separate talking about physical education and sports, and the most important stages undergone by the Education through time to this day and then another chapter have talked about occupational stress and

burnout in detail and then we talking about psychic energy, which is a new term in athletes The professors then fourth-quarter and touched it to demonstrate the approach taken and the most important of Applied Studies, and the last chapter and the chapter is applied and obtained results analysis and discussion.

مقدمة البحث :

قد يشعر الإنسان بأن طاقته ضعيفة ومعنوياته منخفضة، وإن وجود هذه الأعراض لا يعني بالضرورة أن هناك مرض جسدي يعاني منه، بل من الممكن أن يكون السبب نفسي.

وتعود أهم أسباب التعب العاطفي إلى تجاهل الناس للشخص نفسه، أو فشله في القيام بأشياء تشعره بالسعادة، الأمر الذي يستهلك طاقته العاطفية و يولد لديه الشعور بالانحطاط والتعب الجسدي، و بالتالي يؤثر سلبا على عمله.

ومن المهم جدا تواجد الأشخاص الإيجابيين في حياة الإنسان للقيام بدعمه وتشجيعه على الشعور بالرضا عن النفس ، فهؤلاء يلهمون من حولهم إلى المزيد من النجاح والإبداع، مما يشكل الدور الأكبر في تجاوز حالة التعب العاطفي، بدلاً من الأشخاص المتذمرين الذين يقومون بوضع العراقيل أمام من حولهم ، لأنهم يعملون على استنفاذ طاقة من حولهم ويشعروهم بالإحباط والإعاقة و العجز.

الكلمات الدالة :

التربية لغة:التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى أي غذى الولد وجعله ينمو وربى الولد أي هذبه ، وأصلها يربوا أي زاد وزنها.

التربية إصطلاحا :التربية في الاصطلاح معناها "التهيئة" وهي تعلق بكل كائن حي كالنبات والحيوان والإنسان ولكل منها طرائق خاصة لتربيته، وتربية الإنسان تبدأ في الحقيقة قبل ولادته ولا تنتهي إلا بموته

–**التربية البدنية:**معناها المادة التي يدرسها أساتذة مختصون، و تعتني بالبدن أكثر من أي شيء آخر.

–**الضغط المهني** :هو مجموعة العوامل التي تحدث نتيجة إحتراق نفسي داخلي ويعبر عنها بالدرجات التي يتحصل عليها الأستاذ في مقياس الضغط .

–**الأستاذ** : وهو الفرد الذي يقوم بتدريس مجموعة من التلاميذ داخل مؤسسة حكومية أو خاصة .

–التعليم المتوسط :هو نوع من أنواع التعليم النظامية الذي يمتد بانتهاء مرحلة التعليم الإبتدائي وينتهي عند مدخل التعليم الثانوي .

- **الطاقة النفسية:** يستخدم مصطلح الطاقة النفسية في مجال علم النفس على نحو مرادف لمصطلحات أخرى عديد مثل الدافعDrire،التنشيطActirationالاستثارة Arousal.

المنهج:مجموعة الخبرات التربوية التي توفرها المدرسة للمتعلمين داخل المدرسة وخارجها من خلال برامج دراسية منظمة بقصد مساعدتهم على النمو الشامل والمتوازن.

إشكالية البحث:

إن التخطيط للمستقبل والعمل للوصول إلى أهداف محددة يضعها الإنسان أمامه ويعمل لكي يصل إليها، يمكن أن يضفي معنى للحياة ويجعل فيها أشياء كثيرة تولد الشعور بالأمل والسعادة، مع الابتعاد عن العيش على الماضي وما فات الإنسان من فرص،وما كان يمكن أن يحققه لو تصرف بشكل مختلف، والأفضل من هذا هو أن يتم التركيز على الحاضر وعلى ما يرغب الإنسان بصنعه في حياته المستقبلية.

إلى جانب ذلك الضغوط الأخرى المتعلقة بظروف العمل، و الظروف الطبيعية كالحرارة و البرد الشديد و كثرة التفكير في العمل حتى بالبيت، و حتى كثافة البرامج التعليمية لها الدور الأكبر في هذه المشاكل النفسية،حيث نستنتج ان ارتفاع الطاقة النفسية قد يؤدي الى عرقلة عملية التعلم واكتساب المهارات الجديدة ، بينما يحسن أداء المهارات التي تتم إتقانها من قبل، وهذا معناه أن أداء المبتدئ للمهارات الرياضية سيتأثر سلبيا عند زيادة الطاقة النفسية بينما الرياضي الذي يتقن أداء المهارات قد يستفيد من ارتفاع مستوى هذه الطاقة ، بحيث أنه توجد علاقة وطيدة بين العمل و الضغوط و إستنفاذ الانسان لطاقاته النفسية مما تعنيه الكلمة، مما دعانا لطرح التساؤل التالي :هل الضغط المهني يؤثر على استنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية ،و بالتالي على تطبيق البرامج التعليمية.... ؟

-أهداف البحث :

- معرفة الضغوط المهنية و أخطارها على الحياة العملية
- معرفة الطاقة النفسية وكيف تتأثر بالضغوط المهنية
- التعرف على انعكاسات استنفاذ الطاقة النفسية على الجسد و على الأداء.

– معرفة العوامل المؤدية إلى ظهور أعراض الضغط المهني لدى أساتذة التعليم المتوسط في مادة التربية البدنية و الرياضية.

– التعرف على مدى انعكاسات الضغوط على الحياة الاجتماعية لأساتذة التعليم المتوسط في مادة التربية البدنية و الرياضية.

–أهمية وأسباب اختيار البحث :

–إعطاء نظرة علمية حول موضوع الضغط وكيفية إدراك الأستاذ له، وتأثير الضغط المهني على الأستاذ و إنعاس ذلك في الوسط التربوي .

– إعطاء نظرة حول أهم المشاكل التي يعاني منها أساتذة التربية البدنية و الرياضية بالجزائر، و التي تؤثر على إستنفاذ الطاقة النفسية.

–محاولة الوصول إلى الأسباب المؤدية للضغط المهني وللبحث والتفكير في الآليات التي تحد من هذه المشكلة الخطيرة .

– التعريف بمصطلح الطاقة النفسية في المجال الرياضي و مجال التعليم .

–يتناول الموضوع جانبا أو طرفا مهما في العملية التعليمية آلا وهو الأستاذ الذي يعتبر مفتاح النجاح أو الإخفاق لأي منهاج أو لأي هدف تربوي.

الدراسات السابقة و المرتبطة :

وأظهرت الدراسات حسب علي عسكر سنة 2000 أن ضغط العمل المستمر له آثار جانبية سلبية على صحة الفرد البدنية و العقلية مثل أمراض القلب ، ارتفاع ضغط الدم ، التوتر ويؤدي إلى انخفاض الأداء وترك العمل و الغياب.(علي عسكر.سنة 2000: 85)

وتشير دراسة أخرى والتي أجرتها فتيحة مزياني سنة 1998 على 115 مدير، أن مستويات الضغط المهني عند المديرين مختلفة حسب المصادر، وأظهرت النتائج أن المديرين يعانون من مختلف مصادر الضغط المهني التي تتمثل في العلاقات الشخصية و السيرة المهنية و الإنجاز، والجو والبنية التنظيمية لديها تأثير على الصحة النفسية و الرضا المهني . (فتيحة مزياني، 1998: 127)، وإعتبر "أمسي قراث " أن الضغوط لها متغيرات كثيرة ولخصها في عدة مظاهر هي:

الضغوط المهنية السلبية وعرفها على أنها عامل دينامي أو عامل فاصل بين حاجات الفرد، و الفرص المتاحة له في البيئة أو بين القدرات الفردية و متطلبات البيئة الى جانب ذلك دراسة فورنهام و باين سنة 1979، و كذلك ، دراسة تراسي.

كما تؤكد دراسة yates سنة 1979 أن ضغوط الحياة اليومية سوءا الايجابية أم السلبية لها تأثير على الصحة والصحة النفسية و التوافق، إن التوافق و الضغوط المهنية ليسا متبادلان ولكنهما عوامل مستقلة و مستمرة ففي أي وقت يمارس الفرد مستوى معين من التوافق و مستوى معين من الضغوط ولا يمكن إشراكهما في وقت واحد.كما أوجد أيضا العلاقة بين كثرة المسؤولية على الفرد و الضغوط فوجدها علاقة طردية أي كلما زادت مسؤوليات العمل و خاصة المديرين و رجال الأعمال زادت الضغوط المهنية، لهذا اعتبرها المصدر الرئيسي لضغوط العمل.

الدراسات الاستطلاعية: إن الدراسة الاستطلاعية عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل البحث لمعرفة صلاحيتها ، وكذا صدقها وموضوعية النتائج المتحصل عليها في النهاية، والدراسة الإستطلاعية تسبق العمل الميداني المتمثل في توزيع الاختبار ، وهي مرحلة من مراحل البحث العلمي، لذا قمنا بإجراء لقاءات مع عينة من أساتذة التعليم المتوسط لمادة التربية البدنية و الرياضية، والمتمثلة في 13 أستاذ مع إجراء مقابلات مع كل أستاذ وتوزيع إستمارة مقياس الآداء في العمل ومقياس الطاقة النفسية الفعالة الجديد، ومقياس الضغط المهني الذي يهدف إلى معرفة مستوى الضغط المهني، حيث ضم المقياس بنود

المنهج المتبع : إن إجراءات الدراسة المتبعة في البحث والتي نقصد بها منهجية الدراسة و التي تعني الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة المطرحة والهدف من البحوث العلمية بشكل عام هو الكشف عن الحقائق الكامنة وراء المواضيع التي تعالجها، وتكمن قيمة هذه البحوث و أهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها.

ذلك أن الموضوع و مهما كانت طبيعته لا يخضع الى الدراسة العلمية إلا بعد أن يتمكن الباحث من ضبط الإطار المنهجي بدقة، و لهذا الغرض سنتطرق في هذا الفصل الى منهجية البحث المتبعة عينة الدراسة، أداة الدراسة، الخصائص

السيكومترية للأداة و الدراسة الاستطلاعية و الاجراءات التطبيقية المتبعة في الدراسة.

مجتمع البحث: تتكون عينة البحث هذا من ستون 100 أستاذ يدرس مادة التربية البدنية و الرياضية للتعليم المتوسط ،وقد تم إختيار العينة بطريقة مقصودة لأنها خاصة بمدرسي مادة التربية البدنية و الرياضية، وتمثلت في 100 أستاذ في هذا التخصص من البرنامج التعليمي، في العديد من المؤسسات التربوية،وتتصف هذه العينة بخصائص تميز أفرادها إلى ثلاث مجموعات، من خصائص العينة أنها مقسمة حسب السن و الجنس و الأقدمية في العمل.

ونلخص ذلك في الجدول التالي :

جدول رقم (01) : توزيع العينة حسب الجنس:

الجنس	العدد	النسبة المئوية
الذكور	100	٪100
الإناث	00	٪00

أما من حيث السن فأفراد العينة مقسمون إلى ثلاث فئات عمرية :

يتبين من خلال الجدول كيفية توزيع أفراد العينة حسب متغير السن فنجد أن مجموع العينة يمثل 100 فرد ، منقسمة إلى ثلاث مستويات ، فالمستوى الاول وهو الأساتذة الذين يدرسون مادة التربية البدنية و الرياضية بالطور المتوسط الذين اعمارهم أقل من الثلاثون سنة (30) ،و عددهم 64 فرد ، أي بنسبة قدرت ب 64 % ، و المستوى الثاني والذي يتكون من الأساتذة الذين يدرسون مادة التربية البدنية و الرياضية بالطور المتوسط ،و الذين تتراوح اعمارهم (من 35 إلى 45سنة) وبنسبة قدرت ب 33 % وعدد الأفراد 33 ، والمستوى الثالث والذي يتكون من الأساتذة الذين يدرسون مادة التربية البدنية و الرياضية بالطور المتوسط –طبعا – والذين تتراوح أعمارهم بين (46 إلى 55 سنة) وبنسبة قدرت ب 3% وعدد الأفراد يمثل 03 أفراد فقط.

ونلخص ذلك في الجدول التالي :

الجدول رقم (02): يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن

المتغير	المستويات	العدد	النسبة المئوية
السن	من أقل من 30سنة	64	%64
	أكبر من 35 إلى 45	33	%33
	من 46 إلى 55	3	%3

جدول رقم (03) : توزيع العينة حسب الأقدمية في العمل :

الأقدمية في العمل	من:01-05سنوات	من:06-10سنوات	من:11سنة فما فوق
التكرار	23	58	19
النسبة المئوية	٪23	٪58	٪19

أدوات البحث :اعتمدنا في بحثنا هذا على الأدوات التالية :

مقياس مصادر الضغط في مكان العمل لـ : Cooper، and slone William(مترجم).

ب-مقياس الطاقة النفسية للبروفيسور ناتالي هوولفورت (مترجم من طرف الباحث أ غيدي عبدالقادر)

مقياس مصادر الضغط في مكان العمل :

يعد هذا المقياس من أحد مقاييس مؤشر الضغط المهني وهو للباحثين: كوبر، سلون ، ووليامس 1988، وقد تمت ترجمته إلى اللغة الفرنسية من طرف كوبر وستورا 1990 ، وأعد هذا المقياس لغرض تحديد وقياس مصادر وآثار الضغط المهني ويتكون المقياس في الأصل من 61 بند موزعة على 06 مقاييس جزئية، قمنا

بأخذها جميعا، (06) مقاييس جزئية تتناول جوانب موضوع بحثنا هذا، حيث يعتبر مقياس الضغط المناسب حسب رأي لمعرفة اهم مصادر الضغوط المختلفة لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية و هو مترجم من اللغة الفرنسية الى اللغة العربية وهي مكيفة حسب مادة التربية البدنية و الرياضية و حسب ظروف العمل بالجزائر وهي :

1/ العمل في حد ذاته والظروف المحيطة به :وهذا المقياس يقيس مدى تأثر الأستاذ بالظروف البيئية و الطبيعية في مكان العمل، أي مختلف جوانب العمل التي يعيشها الأستاذ والتي تعتبر كمصدر للضغط ، وأخذنا منه 08 بنود وهي المرقمة بـ (.55.41.40.36.33.20.14.8.1) .

2/ **العلاقات البينشخصية** : إن طبيعة الادارة تتطلب درجة عالية من التواصل مع الافراد سواءا داخل او خارج المنظمة ،و أهمها العلاقات مع الرؤساء و الأصدقاء في العمل ، ويهتم هذا المقياس الجزئي بقياس هذه العلاقات و يتكون من 10 بنود وهي (56.50.37.34.27.26.18.17.6.5).

3/ **السيرة المهنية و الإنجاز**: إن الانجاز الشخصي والنجاح المشترك للفرد والمنظمة، يمكن أن يكون مصدرا رئيسيا للضغط حيث يعمل هذا المقياس الجزئي على قياس هذا النوع من الضغط، ويتكون من 09 بنود و هي (56.50.37.34.26.18.17.6.5).

4/ **الدور الإداري**: يقيس لنا مدى ادراك الأستاذ او الفرد بصفة عامة للتوقعات التي يضعها الآخرون إتجاهه، ويتكون من 11 بند أساسي و هي: (57.51.45.44.38.31.24.21.15.9.2).

5/ **البنية و الجو التنظيمي**: يقيس هذا المقياس الجزئي الضغط الناتج عن شعور الفرد بالإحباط نظرا لخصائص التنظيم في المنظمة أو المؤسسة ، ويتكون من 11 بند أساسي وهي (57.53.48.42.35.28.23.22.16.12.11).

6/**التواجه البيت – بالعمل**: و يعني التفكير بالعمل أثناء التواجد بالبيت، و يهدف إلى قياس الضغط المهني الناتج عن تأثير العمل على الحياة خارج العمل

(البيت)، والعكس بالعكس، وأخذنا منه 09 بنود وهي المرقمة بـ (59.49.47.46.29.19.13.7.4..) .

* **تعليمة المقياس** : كل شيء يمكن أن يشكل مصدر للضغط (بالنسبة للفرد) في وقت ما، فالشخص الذي يؤكد انه يخضع لضغط شديد في العمل في الوقت الحالي يريد أن يقول انه لديه عمل كثير يقوم به ، لكن هذا لا يمثل إلا جزء من الكل .

* طريقة التصحيح : تنقط بنود الاختبار وفق (06) درجات من 01 إلى 06 كما يلي :

- مصدر واضح تماما 6
- مصدر واضح 5
- مصدر على العموم 4
- ليس مصدرا على العموم 3
- ليس مصدرا واضحا 2
- ليس مصدرا واضحا تماما 1

حاصل الدرجات الخام هي درجة ذلك المقياس .

-طريقة تصحيح المقياس :

إن عملية تصحيح المقياس ، تتم بواسطة إستعمال شبكات للتصحيح ، وذلك بوضع كل شبكة على المقياس الجزئي المناسب لها ،وحاصل الدرجات الخام هي درجة ذلك المقياس .

تفسير النتائج :يتم تفسير نتائج الضغط في مكان العمل بالاعتماد على المؤشرات الموضحة في الجدول الأخير، والتي تتعلق بالمقاييس الستة الجزئية لهذا المقياس وهي كالتالي :

مصدر العمل في حد ذاته، مستواه المتدني يتراوح مابين 6 الى 21 درجة، اما مجال الدرجات المتوقعة فنجد فيها كل من الحد الادنى و درجته 22، والمتوسط الحسابي و درجته 27، اما الحد الاعلى فدرجته 32 في حين درجات المستوى المرتفع تتراوح ما بين 33 و 54 درجة .

اما عن الدور الإداري فمستواه المتدني يتراوح مابين 6 و 25 درجة أما قيم الدرجات المتوقعة فهي 26 و 33 و 40 درجة، وهي تمثل كل من الحد الادنى و المتوسط الحسابي و الحد الاعلى على التوالي، أما مجال المستوى المرتفع فيتراوح ما بين 41 الى 66 درجة .

في حين أن مجال المستوى المتدني لمصدر العلاقات البينشخصية، تتراوح ما بين 6 الى 23 درجة ،اما الحد الادنى لمجال الدرجات المتوقعة فدرجته 24 درجة ومتوسطه الحسابي 30 أما حده الأعلى فدرجته 36 درجة ، في حين المستوى المرتفع لهذا المصدر فدرجاته مابين 37 الى 60 درجة.

بينما مصدر السيرة المهنية و الإنجاز فدرجاته المتدنية تتراوح ما بين 6 الى 23 درجة ،اما عن الدرجات المتوقعة فهي 20 و 27 و 32 و هي تمثل كل من الحد الادنى و المتوسط الحسابي و الحد الاعلى على التوالي ،أما المستوى المرتفع فدرجاته تراوحت ما بين 33 و 54 درجة .

أما عن المصدرين المتبقيين و المتعلقين بالجو و البنية التنظيمية و كذلك التواجه البيت و العمل، فلقد تشابها في جميع الدرجات سواء في المستوى المتدني و التي تراوحت ما بين 6 الى 25 درجة ، أو مجال الدرجات المتوقعة بحده الادنى، ودرجته 26 و متوسطه الحسابي بدرجة 33، و حده الاعلى بدرجته 40، اما عن المستوى المرتفع فتراوحت درجاته ما بين 41 و 61 درجة .

مقياس الطاقة النفسية: قمنا أيضا بإستعمال مقياس الطاقة النفسية كأداة لجمع البيانات وذلك لطبيعة بحثنا ولسهولة إستعماله ،و هو مترجم من اللغة الفرنسية الى اللغة العربية ، فهو أداة من أدوات البحث العلمي للحصول على الحقائق .

وقد قمنا بأخذ عينة من الأسئلة المؤثرة و التي لها معنى واضح المعنى ، ومختارة حسب أهميتها و التي تتكون من 11 سؤال.

كما تم وضع مقياس موجه لأساتذة مادة التربية البدنية و الرياضية وتكون الإجابة بأربع إختيارات، ويتم منح أربع درجات إلى درجة واحدة أو درجتين حسب كل سؤال والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم 04 : عند الإجابة بـ :

الإجابة	دائما	غالبا	أحيانا	أبدا
الدرجة	04	03	02	01

حيث نقوم بجمع العلامات جميعها و كل شخص على حدى ، و هناك سلم تنقيط آخر يمكننا من معرفة مستوى الآداء لكل فرد من خلاله. وهو كالتالي :

الأدوات الإحصائية :

إستعملنا في تحليل البيانات على معامل الإرتباط البسيط " pearson correlation وذلك حسب صياغة فرضيات بحثنا والتي تبحث عن العلاقة بين المتغيرات وتم حساب معامل الإرتباط لكل فرضية جزئية من فرضيات بحثنا الثلاثة ، ونعتمد في حساب معامل الإرتباط بين متغيرين بإستخدام القيم الكمية الأصيلة وفق المعادلة التالية :

$$rp = \frac{n\sum(x*y)-(\sum x)*(\sum y)}{\sqrt{(n\sum x^2-(\sum x)^2}*\sqrt{n(\sum y^2-(\sum y)^2}}$$

حيث أن:

- معامل الارتباط:Rp
- حجم العينة:n
- متغيران: X Y

و ذلك باستعمال معادلة "بيرسن"، و تغيير النتائج إلى أمتار، و التعريف (معامل الرتب).

-ربط نتائج البحث بالنظريات والدراسات السابقة:

توصلنا من نتائج الفرضيات الجزئية إلى أنه:

- توجد علاقة ارتباطية بين العمل في حد ذاته و استنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية.
- توجد علاقة ارتباطية بين الدور الاداري و استنفاذ الطاقة النفسية.

- توجد علاقة ارتباطية بين العلاقات البينشخصية و استنفاذ الطاقة النفسية .
- توجد علاقة ارتباطية بين السيرة المهنية و استنفاذ الطاقة النفسية .
- توجد علاقة ارتباطية بين الجو و البنية التنظيمية باستنفاذ الطاقة النفسية .
- توجد علاقة ارتباطية بين التواجه البيت –العمل باستنفاذ الطاقة النفسية لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية.

و تباينت درجة الارتباط بين ارتباط متوسط و قوي، مما يدل على أن للضغوط علاقة باستنفاذ الطاقة النفسية

لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، كما أن لها تأثير ايجابي في تقليل هذه الطاقة النفسية ولها إنعكاسات سلبية على العمل وبذلك على تطبيق البرامج التعليمية .

ومما سبق التوصل إليه فإن الفرضية العامة والتي نصت على: " للضغوط المهنية علاقة ارتباطية باستنفاذ الطاقة النفسية إستنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ،وبالتالي على مدى تطبيق البرامج التعليمية و بالجزائر." قد تحققت كليا .

الاستنتاج العام:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية هو إنسان في الحقيقة ، فيؤثر و يتأثر بتلك الظروف المحيطة به، و للإدارة وأسلوب تعاملها و هيكلتها دور في تردي أو نمو نسبة الآداء في المؤسسات التربوية و مكان العمل ،وكذلك لمفتش التربية البدنية والرياضية دور في ذلك فإن كان هذا الاخير يعمل و يراقب و يتتبع امور الأساتذة لما وصل الأمر الى درجة العنف بين الأستاذ و مديره أو بينه و بين المسير المالي مثلا لأجل توفير وسائل كان من المفروض توفرها آليا ، حيث ينعكس ذلك على إستنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية ، إلا أننا لاحظنا أن الأستاذ و خاصة أستاذ التربية البدنية و الرياضية رغم أنه لا يميل بدوره إلى الصدامات و لا إلى الظروف و المشاكل العالقة والمتعلقة بالإدارة ، إلا أنه يتأثر بها وبالتالي تنعكس عليه وعلى نفاذ و نقص طاقته النفسية و تنقص فعالياته إتجاه عمله فيكون نقص في تطبيقه للبرامج التعليمية في وقتها ، وعلى الرغم من أنه يعمل

بعيدا عن تلك الظروف والمشاكل فهو يعمل في الساحة أو الميدان، فهو يصادفها كذلك .

ليس هذا فقط بل وجدنا في دراستنا أن الأستاذ كذلك يتأثر ببعض الظروف الأخرى و بما أنه يحب عمله كالآخرين فهو لا ينسى عمله حتى بالبيت، و يتذكر كل ما يحدث له بالميدان أحيانا و في كثير من الأحيان إن لم نقل غالبا يأخذ عمله للبيت ليحضر مذكراته الخاصة بعمله فهو يحضر أيضا، عكس ما هو شائع عليه ، فلديه أعمال كثيرة تمثلت في صب النتائج على دفتر التنقيط مثلا أو حساب المعدل في نهاية كل فصل، فهو يتعب و يمل كأستاذ الفيزياء و الرياضيات ..الخ.

فلما يأخذ عمله فهو يأخذ بذلك مشاكل عمله الى الاسرة و العائلة فتتأثر أسرته بمشاكله الخارجية فيشكل عليهم ضغط هم كذلك ، الى جانب ذلك يمكن ان تكون مشاكل البيت هي التي تؤثر على الاستاذ في مكان عمله أيضا .

و بخصوص الظروف المحيطة به كالبرودة و الحرارة ، و حتى البيئية الأخرى تؤثر على عمله ، ويمكن أن تحدث آثار بليغة عليه و حتى على التلاميذ المحيطين به فهو مسؤول عنهم و يعنون له الكثير ، يتأثر بتلك الظروف فتؤدي إلى الإنقاص من عزيمته على العمل و بالتالي على مستوى آدائه.

الإقتراحات و التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة لموضوعنا و المتعلق بالضغط المهني وعلاقته الارتباطية بإستنفاذ الطاقة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية و مدى إنعكاساته على تطبيق الرامج التعليمية ضمن المناهج الجديدة، وما قد وجدناه في واقع مر و في الميدان التجريبي في ساحات و ساعات العمل ،و تحت وطأة الظروف السيئة التي يعمل فيها الأساتذة الذين لا حول و لا قوة لهم الا الصبر و العمل وجنا جملة من الاقتراحات وهي مايلي

– إفادة لجنة تحقيق للتأكد من الواقع المر لأساتذة التربية البدنية و الرياضية بالوطن وخاصة البلديات الصغيرة

– ضرورة توفير الميادين لتسهيل عمل الأساتذة مع الوسائل الضرورية للعمل وتعميم بناء القاعات المغطاة

- إعداد قوانين خاصة بأساتذة المادة تخص الزيادة في المنح والإتوات و منحة الظروف الطبيعية كالحرارة و البرد القارص في فصل الشتاء.
- ضرورة إشراك أساتذة التربية البدنية و الرياضية في إتخاذ القرارات و الاقتراحات المتعلقة بالجانب التربوي، و إعداد البرامج التربوية، وعلى أن يكون أستاذ هذه المادة عضو بمجلس التسيير بالمؤسسة التربوية.
- تنظيم ساعات العمل لأستاذ التربية البدنية و الرياضية، وعلى أن تكون فترة الممارسة من الساعة 08.00 إلى 12.00 فقط و على ألا يفوق الحجم الساعي له عن 18ساعة في الأسبوع(في الطور المتوسط طبعا).
- العمل على تنظيم دورات تدريبية خارجية للأساتذة تدوم أيام معدودة.
- العمل على إستفادة الأساتذة من رحلات للإستجمام .

إقتراحات لمديريات التربية لولايات الوطن : أخذ هذه الأسس العلمية بالحسبان وهي كالآتي :

1/ المستويات التي يجب مراعاتها أثناء العمل و التوظيف :

المستوى الأول : حاجات فيزيولوجية

المستوى الثاني : ضمان الأمن و الإستقرار داخل المؤسسة

المستوى الثالث : و يخص الجانب الإجتماعي و علاقة الأستاذ بالزملاء.

المستوى الرابع: تحقيق الذات فالتكوين يعتبر وسيلة لتحسين المستوى و بالتالي تحقيق الذات.

المستوى الخامس: تأكيد الذات كذلك في مجال العمل يحقق العامل رغباته والإستحقاق و الثقة .

2/ العلاقة بين الشخص و المنصب :

الملاحظة : ملاحظة و متابعة الأستاذ و هو يعمل و ملاحظة النقائص حيث يمكن تصحيحها و الحد من سلبياتها ايضا.

المتابعة و الصيانة : متابعة الأستاذ و هو يعمل و مد يد العون له من الجانب المعوفي و العلمي للمساهمة في تطويره و تأقلمه في المؤسسة خاصة و هو جديد أو مبتدئ.

الإختبار و الإنتقاء: إتباع أسلوب الانتقاء العلمي لإختيار أشخاص قادرين لى مهنة التعليم، فليس كل من يدرس جيدا ،أو يتحصل على شهادة تعليمية هو في الواقع قادر على التدريس.

التقييم و القياس: و ذلك من خلال قياس الآداء للأستاذ و مراقبة التطور الحاصل و العكس كذلك صحيح .

التدريب المهني: وهو تطوير الفرد من شتى النواحي و ذلك بتدريبه على تطبيق المستجدات في الطرق التعليمية و التعلمية، والتكوين المستمر له مع توفير الراحة النفسية له.

ومما سبق ذكره خلال دراستنا للضغوط المهنية العالية التي يعاني منها أساتذة التربية البدنية و الرياضية بالجزائر، يتبين لنا أن إلى جانب الدور السلبي الذي تلعبه الإدارة في المؤسسات التعليمية إتجاه التلميذ و الأستاذ، هناك أيضا عوامل أخرى مثل التوقيت السيء و جداول العمل غير المتقنة و غير العادلة أحيانا، و إن سوء التنظيم و التسيير كذلك يؤثر بدرجة كبيرة، كما لا ننسى عدة ظروف أخرى كالعلاقات بين الاساتذة و العمال و عمال الإدارة، الى جانب ذلك الظروف الطبيعية كالحرارة، والبرودة الشديدة في فصل الشتاء خاصة، وذلك لعدم توفر القاعات المغطاة في أغلب المؤسسات التربوية حالت في الواقع بين الأستاذ و إتقان عمله بصورة ممتازة، فتأثر الأستاذ بهذه الظروف و ظروف أخرى بيئية كالدخان المتصاعد من المصانع القريبة من المؤسسات التربوية أدت في النهاية إلى نهاية العمل الجاد في أوساط العمال خاصة وأن أساتذة هذه المادة التي لا تعد إلا أن تكون في نظر الجميع لهو ولعب قد يعانون في كثير من الأحيان من عدة مشاكل عالقة تؤثر عليهم من الناحية النفسية و الإجتماعية خاصة وتنعكس على الصحة و البدن، فالأستاذ البسيط هو في الحقيقة عنصر هام في المعادلة التربوية و التربية و التعليم و إيصال المعرفة العلمية للتلميذ و الطالب ،ليس هذا فقط بل من يعد الجيل الصاعد بالقوة والحكمة والتفكير السليم، الذي يحب دينه ووطنه، و الوفي لمعتقداته لزم من الإدارة و الإداريين الإهتمام أكثر بمشاكل العمال و محاولة معرفة أسبابها.