

الضغوط النفسية وأثرها على الرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية دراسة مقارنة بين الريف والحضر

محمد جوده عبد الجواد

مقدمة البحث : Introduction Research

ويعتبر قادة الهيئات الرياضية من أكثر المؤثرين على النشء والشباب نظرا لطبيعة عملهم وما يرتبط بها من نشاط ومرح وسرور وانطلاق ويستطيع قادة الهيئات الرياضية من خلال مهنته أن يحقق ما لا يستطيعه آخرون وذلك بسبب طبيعة المهنة التي يمارسها من حيث تفاعلها مباشرة مع النشء والشباب حيث تظهر مشاعرهم وأحاسيسهم وقدراتهم الجسمية والحركية في آن واحد مع اتساع المجال لتقويم انفعالاتهم النفسية المختلفة وهذا لا يتاح لآخرون. من هنا يظهر دور الهيئات الرياضية والعاملين بها كدور عظيم الأهمية .

اشارت بعض الدراسات والعديد من الخبرات التطبيقية في علم النفس الرياضي ان مهنة تدريس التربية الرياضية في مصر من المهن الضاغطة ، ولعل ابرز دليل على ذلك ان الغالبية العظمى من خريجي كليات التربية الرياضية في مصر وبالرغم من اعدادهم المباشر للعمل كمعلمين للتربية الرياضية بالمدارس يعزفون عن العمل بوزاره التربية والتعليم ، هذا وقد اشارت بعض الاحصائيات الرسمية ان حوالي ٢٠% فقط من خريجي هذه الكليات وعددهم (١٢) كلية للبنين والبنات يتسلمون عملهم كمعلمين بالمدارس في حين ان الغالبية العظمى من المختارين للعمل كمعلمين للتربية الرياضية بالمدارس يفضلون العمل في مهن اخري .

(٧٠:٦)

والضغوط النفسية ظاهره من ظواهر الحياه الانسانيه التي يواجهها الانسان في مواقف واوراقات مختلفه تتطلب منه توافقا او اعاده توافق مع البيئه هذه الظاهره شانها شان معظم الظواهر النفسيه الاخرى كالقلق والاحباط والتوتر والعدوان وغيرها مم يرتبط بطبيعته الوجود الانساني حيث تؤثر الضغوط النفسيه التي واجهها المعلم علي الدور الذي يقوم به وابتكاراته فيؤثر الاحساس بالضغط العالي لديه علي حالته النفسيه فيولد الاحباط والعدوانيه والقلق .

(٣:٤)

يوضح ابراهيم خليفه (٢٠٠٠م) ان الضغوط النفسيه في حياه الفرد هيا احدي الظواهر النفسيه التي يتعرض لها والتي قد تؤدي شدتها والتعرض المتكرر لها تاثيرها السلبي علي الصحه وقد يصل الامر الي الاجهاد العضلي النفسي . (٩:١)

يعتبر مفهوم الرضا الوظيفي من المفاهيم المركبة التي تتطوى على العديد من الجوانب المتداخلة والمتراصة والتي يؤثر كل جانب منها على بقية الجوانب الأخرى فقد تعددت الآراء والنظريات التي تناولت موضوع الرضا الوظيفي إذ يرى بعض العلماء ومنهم مورش Mores ولولر Lolur أن إشباع حاجات العاملين هو أهم محددات تحقيق هذا الرضا بينما يعطى آخرون أمثال لاندي وترانبو Landy & Trumbo ورود وويزمان Rudd & Wiseman أهمية خاصة للعلاقات الاجتماعية التي تربط العاملين ببعضهم ويرجع البعض إلى موقف المرءوسين من رؤسائهم وطبيع ونمط الإشراف الذي يخضعون له ويرى فريق آخر روبنسون وفورم وفيري هوبك Robenson & Vromm & Hippook أن الاعتبارات الخاصة بالشخصية ومدى تكاملها في محيط العمل لها فضل في تحقيق هذا الرضا.

وقد اهتم علماء النفس بتعريف الرضا الوظيفي منذ أن بدأت دراسة هذه الظاهرة. فيرى ديبوراواه كيلى Deborah Keylee (٢٠١١م) أن الرضا الوظيفي يعني "مجموعة من الاهتمامات بالظروف النفسية والمادية والبيئية التي تحمل المرء على القول بصدق". (٤٧ : ١٢)

ولقد تعددت الدراسات التي تناولت ظاهرة الرضا الوظيفي في مجالات متعددة ولكن لوحظ أن هناك قصورا واضحا في القدرة على تعريف موحد للرضاء الوظيفي.

كما يشير أحمد سيد (٢٠٠٥م) في أن الرضا سواء كان عن المهنة أو الدراسة يأتي لاتجاهات الفرد نحو مهنته أو دراسته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوي طموحه وخصائص شخصيته وميوله التي تظهر في صورة الرضا. (٤١٦ : ٢)

ويعتبر قادة الهيئات الرياضية من أكثر المؤثرين على النشء والشباب نظرا لطبيعة عملهم وما يرتبط بها من نشاط ومرح وسرور وانطلاق ويستطيع قادة الهيئات الرياضية من خلال مهنته أن يحقق ما لا يستطيعه آخرون وذلك بسبب طبيعة المهنة التي يمارسها من حيث تفاعلها مباشرة مع النشء والشباب حيث تظهر مشاعرهم وأحاسيسهم وقدراتهم الجسمية والحركية في آن واحد مع اتساع المجال لتقويم انفعالاتهم النفسية المختلفة وهذا لايتاح لآخرون.

من هنا يظهر دور الهيئات الرياضية والعاملين بها كدور عظيم الأهمية مما يستلزم العمل على توفير كافة الامكانيات المساعدة لنجاح هذا الدور ويشكل الرضا الوظيفي للأخصائى الرياضى أهمية خاصة نظرا للدور المهم الذى يقوم به من خلال الدور القيادى الذى يقوم به فى

تربية النشء فإن رضائه عن مهنته يعد حافزا له لبذل الجهد واستغلال قدراته وإمكاناته ويحقق الطموح الذي يسعى اليه.

وفى هذا الصدد يشير **جمال محمد (٢٠٠٨م)** أن النجاح فى العمل الذى يمارسه الفرد يرفع مستوى طموحه ويشعره بنوع من الرضا عن الذات. (٨: ٩)

ويرى **حسن حسين الخيري (٢٠٠٨م)** أن الدوافع تبدأ بظهور الحاجات والرغبات ودرجة الحاجات الداخلى الذى يتمثل فى التوتر وعدم الاتزان عند الفرد يلى ذلك مرحلة البحث والاختيار لإشباع هذه الحاجات ثم مرحلة الهدف والسلوك يليها مرحلة المراجعة والتقويم والربط بين هذه الحاجات ثم مرحلة الجزاء والثواب وهذا يعتمد على نوعية تقويم الأداء المتقدم ذكره وأخيرا ربط الفرد بين السلوك والجزاء الذى حصل عليه لإشباع الحاجات الأصلية فإذا كانت دورة الدوافع هذه قد أشبعت هذه الفحاجات فالنتيجة تكون توازنا ورضاءا أما إذا بقيت الحاجة غير مشبعة فإن دورة الدوافع تعيد نفسها مع احتمال اختيار سلوك مختلف. (٩: ١١٠)

من الأمور المسلم بها ان نجاح العمل أيا كان نوعه يتطلب تحقق درجة عالية من الإرتياح والإقتناع بهذا العمل.

حيث يتأثر الرضا الوظيفى بالعديد من العوامل التى قد ترتبط بالوظيفة ذاتها أو بالمجتمع الذى ينتمى اليه العامل أو بالنمط التكوينى لشخصية الفرد، ويرى بعض المهتمين بعلم الإدارة أن اشباع حاجات العاملين تعد من أهم العناصر لتحقيق رضا الفرد عن عمله بينما يرى فريق آخر ان العلاقات الإجتماعية التى تربط العاملين ببعض دورا هاما فى تحقيق رضائهم عن العمل، وأيضا هناك اتجاه يرجع الى ان الرضا عن العمل يرتبط بموقف المرؤوسين من رؤسائهم وطبيعة نمط الإشراف الذى يخضعون له وكذلك مرتبط بمدى تكامل شخصية الفرد والاعتبارات المرتبطة له فى محيط العمل.

مشكلة البحث : the problem of research

لاحظ الباحث من خلال عمله كمدرس تربيته رياضيه بوزاره التربيه والتعليم ان هناك عدد كبير نسبيا من معلمى التربيه الرياضيه لا يستمرون فى عملهم , واخرون لا يحبون عملهم على الرغم من استمرار عملهم وذلك لعدم رضاهم عن هذا العمل ، وبالتالي يحدث هبوط فى مستوى انجازهم ، ويفضلون العمل فى مهن اخرى غير مهنة التعليم وهو الامر الذى يقدم الدليل الواضح على ارتباط مهنة تدريس التربيه الرياضيه بالعديد من الضغوط النفسيه ، والجدير

بالذكر ان معلم التربية الرياضية له دور هام وفعال لذا يتطلب البحث لمعرفة الضغوط النفسية التي تجعله في حاله من عدم الرضا الوظيفي وغير قادر على مزاوله مهنته بكفاءه ، وهنا تتلخص مشكلة البحث في :-

- هل توجد ضغوط نفسيه تؤثر على مدرس التربية الرياضية.
- هل يوجد فروق بين الضغوط النفسيه الواقعه على مدرس التربية الرياضية في الريف مقارنة مع الضغوط النفسيه على مدرس التربية الرياضية في الحضر .
- هل يوجد رضا اوعدم رضا وظيفي لمعلمي التربية الرياضية .
- هل يوجد فروق بين الرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في الريف مقارنة مع الحضر.
- هل تؤثر الضغوط النفسية على الرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في الريف والحضر.

أهمية البحث: The importance of research

الاهمية العلمية:

تتحدد اهمية البحث في معرفه مصادر الضغوط النفسيه التي تواجه معلمي التربية الرياضية سواء كان في الريف او كان في الحضر ، وبذلك من خلال استخدام مقياس يسمح بالتعرف على مصادر الضغوط النفسيه التي تؤثر على سير وجودة العمليه التعليميه وتؤثر ايضا على عدم الاقبال على العمل كمعلم تربيته رياضيه ورفض البعض هذا العمل ، ومحاولة ايجاد هذه الضغوط والعمل على ازالته .

الاهمية التطبيقية :

- 1- تم التوصل الى الضغوط النفسيه التي تؤثر على مدرس التربية الرياضية في الريف.
- 2- تم التوصل الى الضغوط النفسيه التي تؤثر على مدرس التربية الرياضية في الحضر.
- 3- تم التوصل الى الاختلافات في الضغوط النفسيه بين معلمين الريف والحضر ومحاولة دعمهم لمواجهة هذ الضغوط لتحقيق عملية الرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية .

هدف البحث : the Research Aims

يهدف البحث الي :

التعرف على الضغوط النفسية وأثرها على الرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية بين كل من الريف والحضر .

فروض البحث :

- في ما يلي يمكن صياغة الفروض التالية ، ونسوقها بوصفها إجابات محتملة لتساؤلات الدراسة ، وذلك على النحو التالي :
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين الضغوط النفسية لمعلمي التربية الرياضية في الريف والحضر .
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين درجات الرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في الريف والحضر .
 - توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في الريف .
 - توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في الحضر .
 - توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والرضا الوظيفي لمعلمي التربية الرياضية في كل من الريف والحضر .

تعريفات البحث : Termineusedin Research

الضغوط النفسية (*) :

تعرف على انها عوامل خارجيه ضاغطة على الفرد ، وهى العبء او الحمل الذى يقع على اجهزة جسم الانسان نتيجة الصعوبات المستمرة البيئية والسلوكيه والمعرفيه والانفعاليه اثناء حياته اليوميه وما يتبعه من استجابات بغرض التكيف او التوافق لمواجهه تلك الصعوبات ليحتفظ الفرد بحاله من التوازن والاستقرار .

معلم التربية الرياضية (*) :

هو الفرد الذى يقوم بتعليم وتطوير اداء التلاميذ فى المجال الرياضى بهدف الوصول بهم الى اعلى المستويات فى الاداء الرياضى .

الرضا الوظيفى :

هو الشعور الذي ينتاب الفرد تجاه عمله وذلك يتوقف على قدرة العمل على اشباع او عدم اشباع حاجات الفرد وذلك من خلال قيامه بوظيفة معينة.

الدراسات المرجعة

١- قامت الزهراء رشاد محمد حسين (٢٠٠٣) (٥) بدراسة بعنوان الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعيه الانجاز لدى معلمى ومعلمات التربية الرياضيه بالمرحلتين الاعداديه والثانويه بمحافظة المنيا بهدف التعرف على علاقه بين الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعيه الانجاز لدى معلمى ومعلمات التربية الرياضيه بالمرحلتين الاعداديه والثانويه بمحافظة المنيا "، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، واشتملت عينة البحث علي (٢٠٠) معلم ومعلمه تربيه رياضيه بالمرحلتين الاعداديه والثانويه بمحافظة المنيا ، واطهرت النتائج ما يلي : وجود علاقه ارتباطيه سالبه وداله احصائيه بين الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعيه الانجاز لدى معلمى ومعلمات التربية الرياضيه بالمرحلتين الاعداديه والثانويه بالمنيا.

٢- قام ايهاب محمد زكريا (٢٠٠٤) (٧) بدراسة بعنوان الضغوط النفسيه لدى اخصائى التربية الرياضيه بمراكز الشباب بمحافظتى القاهره والجيزه ، بهدف بناء قائمه للضغوط النفسيه لدى اخصائى التربية الرياضيه ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، واشتملت عينة البحث علي (٢٤٧) اخصائى نشاط رياضى، واطهرت النتائج ما يلي تساوى الاخصائين الرياضيين فى محافظتى القاهره والجيزه فى الضغوط النفسيه .

الدراسات المرجعية الاجنبية :

٣- قام ادام نيكولز واخرون (٢٠١٢) adam, et al (١١) بدراسة بعنوان تحليل مسارمظاهر الضغوط والتعامل معها والرضا عن الأداء بين الرياضيين . بهدف معرفة مظاهر الضغوط ومعدلات الرضا عن الأداء بين اللاعبين. واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، واشتملت عينة البحث علي (٥٥٧) لاعب ، واطهرت النتائج ما يلي هناك نوعان من العوامل الأول المتحكم فيه ذاتيا تبين انها ترتبط بالتحدي الذي يرتبط بالتوجيه نحو المهمة اثناء المنافسة - هناك استراتيجيات ترتبط بالتوجه نحو المهمة ارتباطا ايجابيا بالاداء .

اجراءات البحث



منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي (المقارن) القائم على الدراسة المسحية حيث انه يتناسب مع طبيعة هذه الدراسة .

عينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بطريقة عمدية وهي مديرية التربية والتعليم بمحافظة القليوبية _ ادارة بنها (ريف - حضر) واستجابة لاهداف البحث تم تمثيل العينة من التعليم الاعدادى وبلغ عدد المعلمين ٩٨ معلم ومعلمة
العينة استطلاعية وبلغ عدده (١٦)
العينة الاساسية وبلغ عدده (٨٢)

وسائل جمع البيانات:

اقتضت طبيعة البحث ، والدراسة استخدام عدد ٢ مقياس
مقياس رقم ١: (قائمة الضغوط النفسية المهنية لدى معلمى ومعلمات التربية الرياضية بقطاع وسط الدلتا التعليمى (د / محمد السيد الششتاوى) ويحتوى هذا المقياس على ٥ محاور وهذه المحاور تضم ٣٠ عبارة
والمحاور هي :

- ١- بعد مرتبط بالعمل مع تلاميذ المدرسة
 - ٢- بعد مرتبط بالامكانات المادية بالمدرسة
 - ٣- بعد مرتبط بالعلاقة بين المعلم وادارة المدرسة
 - ٤- بعد مرتبط بالراتب الشهرى للمعلم
 - ٥- بعد مرتبط بالعلاقة مع المعلمين الاخرين
- وايضا استخدام مقياس الرضا الوظيفى لدى معلمى التربية الرياضية (د/ سيد فؤاد بسطويسى) ويحتوى هذا المقياس على ٦ محاور وهذه المحاور تضم ٢٥ عبارة .

- ١- بعد مرتبط بالدخل الشهرى
- ٢- بعد مرتبط بطبيعة الاشراف والتوجيه
- ٣- بعد مرتبط بمكانه المهنة فى المجتمع



٤- بعد مرتبط بطبيعته التدريس

٥- بعد مرتبط بطبيعته الاشراف الادارى

٦- بعد مرتبط بلمستقبل المهني للتربية الرياضية

الاجراءات التطبيقية للدراسة الميدانية :

اولا : تم تسليم الاستمارات للمعلمين بالريف ، والحضر .

ثانيا : تم استلام الاستمارات من المعلمين .

فترة عرض الاستمارة على المعلمين تراوحت بين ١٧/١/٢٠١٩ : ٢١ / ٢ / ٢٠١٩

جدول (١)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة العبارة ودرجه المحور ودرجه العبارة ودرجه المقياس الكلي

ن = ١٦

للضغوط النفسية

م	العبارة	المحور	الاول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	المجموع الكلي
١	التلاميذ ليس لديهم الدافع للاشتراك فى حصة التربية الرياضية .		.٦٩٠*						.٧٤٦
٢	ياخذ منى ضبط النظام وقتا طويلا		.٥٣٨*						.٥٨٥*
٣	يضايقنى كثرة غياب تلاميذ السنوات النهائية عن حصص التربية الرياضية .		.٤٩٤*						.٥٤٦*
٤	ملابس التلاميذ تعوق من الاداء الحركى فى حصة التربية الرياضية .		.٥٦٤*						.٥٢٣*
٥	اشعر بان التلاميذ لديهم اهتمام واضح بحصة التربية الرياضية		.٥٠٦*						.٥٧٣*
٦	الملاعب الضرورية لقيامى بعملى قليلة جدا او تكاد تكون غير موجودة			.٥٦٠*					.٥١٦*
٧	الاعتمادات المالية اللازمة للصرف منها على النشاط الرياضى غير كافية			.٦١٠*					.٥٦٤*
٨	الملاعب بالمدرسة غير مناسبة للتدريس			.٨٧٤*					.٥٠٩*
٩	الادوات والاجهزة الرياضية بالمدرسة مناسبة لكى اقوم بعملى على اكمل وجه			.٥٧١*					.٦٩٢*
١٠	الامكانيات الرياضية بالمدرسة مناسبة لاعداد التلاميذ			.٦١٢*					.٥٠٢*
١١	راى غير مهم لمدير المدرسة				.٥٠٨*				.٤٩٦*
١٢	اشعر من ادارة المدرسة				.٥٢١*				.٥٩٩*

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء السادس) (٩)

بضعف التقدير للعمل الجيد
الذي اقوم به

صدق الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط النفسية

جدول (٢)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة المحور والدرجة الكلية للمقياس الضغوط النفسية

ن = ١٦

قيمه ر	المجموع الكلي للمقياس		المحاور		
	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
.٦٨٩	٩.٤٥٠٧٥	٩٥.١٢٥٠	٢.٠٦١٥٥	١٧.٣٧٥٠	المحور الاول
.٦٨٤			٣.١٧٢٨٠	١٤.٧٥٠٠	المحور الثاني
.٧٧٣			٢.٥٥٢٧٨	١٤.٦٢٥٠	المحور الثالث
.٧٧٣			٢.٥٥٢٧٨	١٤.٦٢٥٠	المحور الرابع
.٦٠٧			٢.٠٣٢٠٤	١٧.٤٣٧٥	المحور الخامس
.٦٢١			٢.٧٧٤١٤	١٦.٣١٢٥	المحور السادس

قيمه ر الجدوليه عند مستوى معنويه ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧

يتضح من جدول (٢) ان هناك ارتباط دال احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين المحور والمجموع الكلي لمقياس الرضا الوظيفي مما يدل علي صدق مقياس الضغوط النفسية

جدول (٣)

ثبات عبارات مقياس (الضغوط النفسية) باستخدام الفا كورنباخ

م	ارتباط العباره عند حذف درجتها من الاستبيان	قيمه الفا للمقياس اذ تم حذف العنصر	م	ارتباط العباره عند حذف درجتها من الاستبيان	قيمه الفا للمقياس اذ تم حذف العنصر
١	.٦٥٦	٩٠.٧٥٠٠	١٦	.٦٧٧	٩٠.٠٠٠٠
٢	.٧٢٧	٨٩.٦٢٥٠	١٧	.٧١٦	٩١.١٢٥٠
٣	.٧٣٥	٨٩.١٢٥٠	١٨	.٧٠٢	٩٠.٩٣٧٥
٤	.٦٩٥	٨٩.٣٧٥٠	١٩	.٧١٢	٨٩.٦٨٧٥
٥	.٦٩١	٨٩.٣٧٥٠	٢٠	.٦٩٨	٨٩.٢٥٠٠
٦	.٧٠٥	٨٩.٧٥٠٠	٢١	.٧٠٦	٨٨.٤٣٧٥
٧	.٧٠٩	٨٩.١٢٥٠	٢٢	.٦٩٤	٨٨.٤٣٧٥
٨	.٦٦٨	٨٩.١٨٧٥	٢٣	.٦٩٧	٨٨.٨١٢٥
٩	.٦٧٦	٩١.٥٦٢٥	٢٤	.٧١٣	٩١.٥٠٠٠
١٠	.٧٠٦	٩١.٢٥٠٠	٢٥	.٧٠٩	٩١.٠٠٠٠
١١	.٦٦٦	٨٩.٨٧٥٠	٢٦	.٦٦١	٨٩.٣١٢٥

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء السادس) (١٠)



٨٩.٦٢٥٠	.٦٩٣	٢٧	٩٠.٦٢٥٠	.٦٧١	١٢
٩٠.٠٠٠٠	.٦٩٧	٢٨	٩١.٠٠٠٠	.٦٧٣	١٣
٩٠.٢٥٠٠	.٧٢٦	٢٩	٩٠.٤٣٧٥	.٦٨٦	١٤
٩٠.١٢٥٠	.٧٢١	٣٠	٩١.٠٦٢٥	.٧١٨	١٥

قيمه ر الجدوليه عند مستوى معنويه ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧

يتضح من جدول (٣) قيمه معامل الفا كرونوباخ اذا تم حذف درجات احدي العبارات من الدرجة الكليه للاستبيان لعبارات ومنه يتضح ان جميع العبارات ثابتة او تسهم في رفع الثبات الكلي للاستبيان حيث وجد ان معامل الفا الكلي عند حذف كل عباره علي حده اقل من او يساوي معامل الفا الكلي للاستبيان (٩١.٥٦) كما يتضح معامل ارتباط العباره بالدرجه الكليه للمقياس عند حذف درجه العباره من الدرجه الكليه للاستبيان وهذا المعامل يشير الي صدق عبارات الاستبيان وذلك باعتبار بقيه عبارات الاستبيان محكا للعباره فجميعها داله احصائيا .

صدق الاتساق الداخلي (لمقياس الرضا الوظيفي)

جدول (٤)

معامل ارتباط بيرسون بين درجه العباره ودرجه المحور وبين درجه العباره والمجموع الكلي

ن = ١٦

للمقياس

م	العباره	المحور	الاول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	المجموع الكلي
١	يهتم الموجه باتاحة الفرص لمعلم التربية الرياضية للمناقشة وابداء الراي						.٧١٥**	*.٠.٦٣٢
٢	نصاب الحصص بالنسبة لمعلم التربية الرياضية كبير		.٦٤٥**					.٦٧٧**
٣	يوجد نقص ملحوظ في الاجهزة والادوات الرياضية		.٥٠١*					.٦٠١*
٤	الاحظ عدم توافر الزي الرياضى لمعلم التربية الرياضية .		.٦٠٢*					.٦١٨*
٥	يتصف العمل في مهنة تدريس التربية الرياضية بالرتابة والنمطة وعدم التجديد			.٧٨٤**				.٨٠٨**
٦	اشعر احيانا ان ادارة المدرسة تكلفني فوق مااستطيع .					.٥١٥*		*.٠.٦٥٦
٧	الاحظ ان ادارة المدرسة تهتم بدروس وانشطة التربية الرياضية					.٥٨٦*		*.٠.٦١٣
٨	يقل رضائى عن المهنة كلما زادت			.٧٠٣**				.٦٤١**

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء السادس) (١١)



جامعة بنها

BENHA UNIVERSITY
Learn Today ... Achieve Tomorrow

جامعة بنها - كلية التربية الرياضية للبنين - مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة

						سنوات عملي بالتدريس.	
*.٦٦٢			.٦٣٣**			منح المعلم بدل للملابس الرياضية.	٩
*.٦٤٥					*.٥٩٥	اشعر بتضاؤل فرص السفر والاعارة الان .	١٠

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء السادس) (١٢)

المنارة للاستشارات

جدول (٥)

معامل ارتباط بيرسون بين درجة المحور والمجموع الكلي لمقياس الرضا الوظيفي

ن = ١٦

قيمه ر	المجموع الكلي للمقياس		المحاور		
	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
.٩١٦**	٨.٩١٣٤٧	٨٢.٦٢٥	٦.٠٩٧١	٣٢.٦٢٥٠	طبيعة تدريس مادة التربية الرياضية
.٦٤٧**			٢.٧٨٦١٣	١١.٨١٢٥	المستقبل المهني للتربية الرياضية
.٥٣٣*			٢.١٨٧٠٨	١٦.١٢٥٠	الدخل الشهري
.٥٢٩*			١.٤٠٠٨٩	١٠.٦٨٧٥	الإشراف الإداري بالمدرسه
-.٥٧٠*			١.٧٤٦٤٢	١١.٣٧٥٠	ابعد مرتبطة بالإشراف والتوجيه المهني

قيمه ر الجدوليه عند مستوى معنويه ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧

يتضح من جدول (٥) ان هناك ارتباط دال احصائيا عند مستوي معنويه ٠.٠٥ بين المحور والمجموع الكلي لمقياس الرضا الوظيفي مما يدل علي صدق مقياس الرضا الوظيفي .

ثبات المقياس باستخدام الفا كورنباخ

جدول (٦)

ثبات عبارات مقياس (الرضا الوظيفي) باستخدام الفا كورنباخ

م	ارتباط العباره عند حذف درجاتها من الاستبيان	قيمه الفا للمقياس اذ تم حذف العنصر	م	ارتباط العباره عند حذف درجاتها من الاستبيان	م
١	٠.٥٧٣	٨٠.٣٧٥٠	١٤	٠.٥٧٥	٨٠.٠٦٢٥
٢	٠.٥٦١	٨٠.٦٢٥٠	١٥	٠.٥٠٥	٧٩.٠٠٠٠
٣	٠.٥٩٧	٧٨.٩٣٧٥	١٦	٠.٥٢٠	٨٠.١٢٥٠
٤	٠.٥٦٤	٧٩.٥٦٢٥	١٧	٠.٥١٢	٨٠.٣٧٥٠
٥	٠.٧٦٥	٨٠.٥٦٢٥	١٨	٠.٥٣٣	٨٠.٠٦٢٥
٦	٠.٥١٩	٧٨.٥٦٢٥	١٩	٠.٥٠١	٧٩.٧٥٠٠
٧	٠.٥٢٣	٨١.١٢٥٠	٢٠	٠.٥٤٩	٨٠.١٨٧٥
٨	٠.٥٩١	٧٩.٦٨٧٥	٢١	٠.٥٧١	٨٠.٦٢٥٠
٩	٠.٥٩٩	٧٩.٥٦٢٥	٢٢	٠.٥١٩	٧٨.٧٥٠٠
١٠	٠.٥٠٣	٧٩.٣٧٥٠	٢٣	٠.٥٨٣	٧٩.٠٠٠٠
١١	٠.٧٠٤	٧٨.٦٨٧٥	٢٤	٠.٦٠٢	٨٠.٣٧٥٠
١٢	٠.٥٣٦	٧٩.٠٦٢٥	٢٥	٠.٥٦٩	٧٩.٦٢٥٠
١٣	٠.٥٩٦	٨٠.٩٣٧٥			

رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء السادس) (١٣)

يتضح من جدول (٦) قيمه معامل الفا كرونوباخ اذا تم حذف درجات احدي العبارات من الدرجة الكلية للاستبيان لعبارات ومنه يتضح ان جميع العبارات ثابتة او تسهم في رفع الثبات الكلي للاستبيان حيث وجد ان معامل الفا الكلي عند حذف كل عباره علي حده اقل من او يساوي معامل الفا الكلي للاستبيان (٨٠.٩٣٧) كما يتضح معامل ارتباط العباره بالدرجة الكلية للمقياس عند حذف درجة العباره من الدرجة الكلية للاستبيان وهذا المعامل يشير الي صدق عبارات الاستبيان وذلك باعتبار بقيه عبارات الاستبيان محكا للعباره فجميعها داله احصائيا .

المعالجات الاحصائية :

المتوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل الالتواء

عرض ومناقشة النتائج :

عرض نتائج الفرض الاول

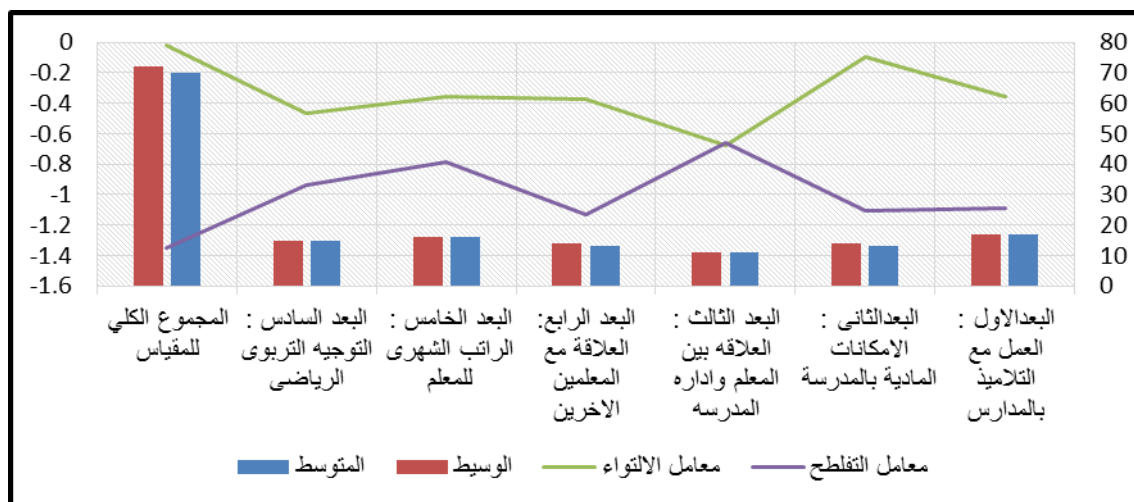
جدول (٧)

توصيف استجابات عينه البحث (المعلمين بالريف) حول محاور الضغوط النفسيه

ن = ٥٥

معامل التقلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	
-١.٣٥٢	-٠.٢٢	١.٩٤٨	١٧	١٦.٨٥٥	البعد الاول : العمل مع التلاميذ بالمدارس
-٠.٩٤	-٠.٤٧	٣.٠٤٨	١٤	١٢.٩٢٧	البعد الثاني : الامكانيات المادية بالمدرسة
-٠.٧٨٨	-٠.٣٥٧	١.٩٣٣	١١	١٠.٩٢٧	البعد الثالث : العلاقة بين المعلم واداره المدرسه
-١.١٣٤	-٠.٣٧٦	٢.٢٤	١٤	١٣.٢٧٣	البعد الرابع: العلاقة مع المعلمين الاخرين
-٠.٦٥٧	-٠.٦٧٣	٢.٦٢	١٦	١٥.٩٠٩	البعد الخامس : الراتب الشهري للمعلم
-١.١٠٨	-٠.٠٩٨	٢.٠٥	١٥	١٤.٩٤٥	البعد السادس : التوجيه التربوي الرياضى
-١.٠٨٩	-٠.٣٦	٦.٦٣٢	٧٢	٦٩.٨٩١	المجموع الكلي للمقياس

يتضح من جدول (٧) معامل الالتواء انحصر ما بين $3 \pm$ مما يدل علي التوزيع الطبيعي لعينه البحث (المعلمين بالريف) في استجاباتهم لابعاد استبيان الضغوط النفسيه وبالتالي تجانس عينه البحث .



شكل (١)

توصيف استجابات عينه البحث (المعلمين بالريف) حول محاور الضغوط النفسيه

جدول (٨)

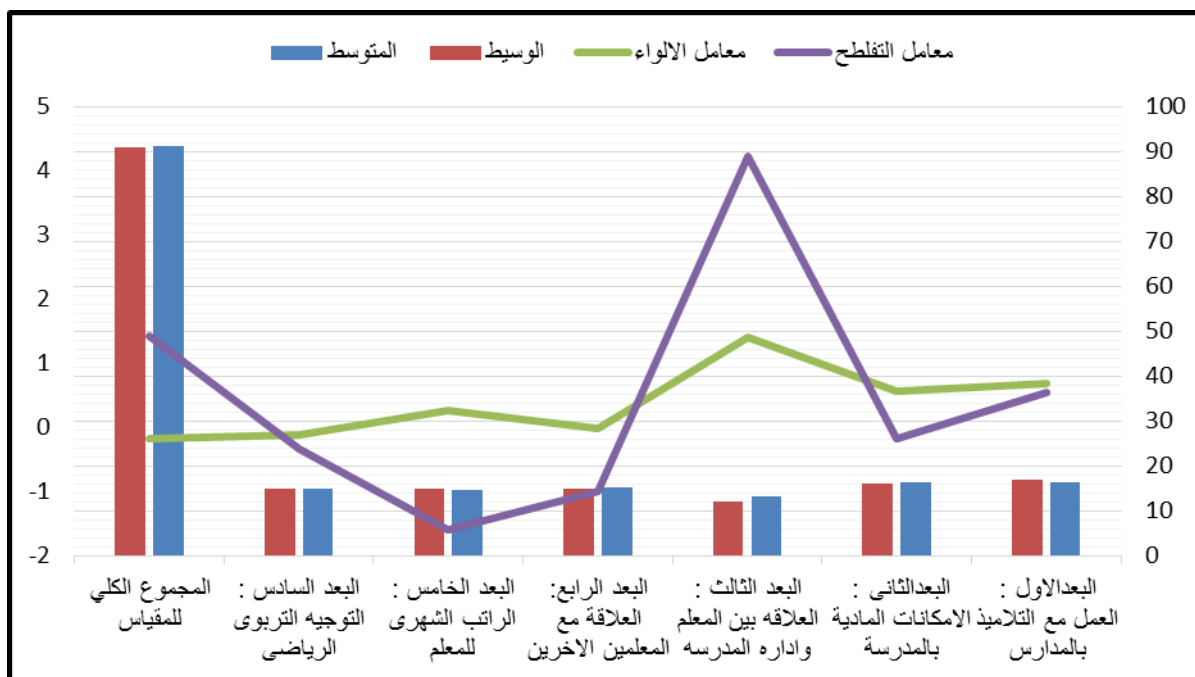
توصيف استجابات عينه البحث (معلمين بالمدينه) حول محاور الضغوط النفسيه

$$n = 27$$

معامل التفلطح	معامل الالواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	البعد
١.٤١٧	٠.١٧	٣.٢٥١	١٧	١٦.٤٨١	البعد الأول : العمل مع التلاميذ بالمدارس
٠.٣٤	٠.١٠٦	٢.٤٣٦	١٦	١٦.٣٧	البعد الثاني : الامكانيات المادية بالمدرسة
١.٥٨٨	٠.٢٦٥	٢.٥٩٢	١٢	١٣.٢٢٢	البعد الثالث : العلاقة بين المعلم واداره المدرسه
٠.٩٨٧	٠.٠٠٧	١.٧٩٣	١٥	١٥.٢٩٦	البعد الرابع : العلاقة مع المعلمين الاخرين
٤.٢٣٥	١.٤٠٩	٢.١٢٣	١٥	١٤.٧٤١	البعد الخامس : الراتب الشهري للمعلم
٠.١٦٨	٠.٥٥٧	٢.٥٤٩	١٥	١٥.٠٣٧	البعد السادس : التوجيه التربوي الرياضي
٠.٥٥	٠.٦٨٧	٦.٩١٥	٩١	٩١.١٤٨	المجموع الكلي للمقياس

يتضح من جدول (٨) معامل الالتواء انحصر ما بين $3 \pm$ مما يدل علي التوزيع الطبيعي

لعينه البحث (معلمين بالمدينه) في استجاباتهم لابعاد استبيان الضغوط النفسيه وبالتالي تجانس عينه البحث .



شكل (٢)

توصيف عينه البحث حول محاور الضغوط النفسيه لمعلمين المدينه

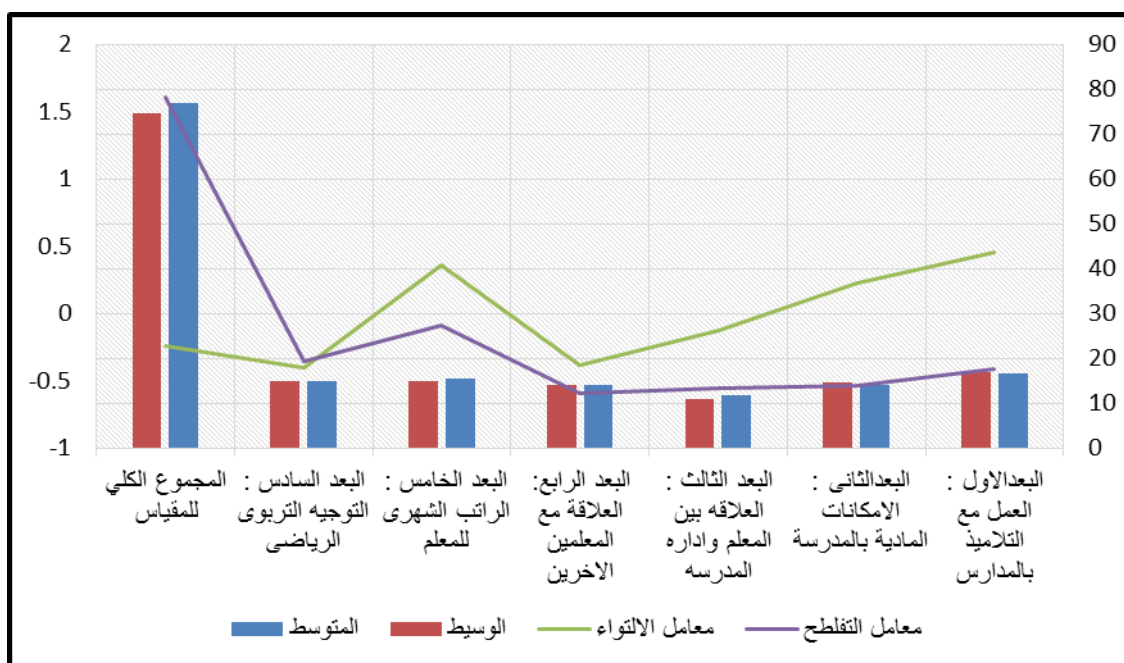
جدول (٩)

توصيف استجابات عينه البحث (معلمين بالريف وبالمدينه) حول محاور الضغوط النفسيه

ن = ٨٢

معامل التفلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	
١.٦٠٦	-٠.٢٤٤	٢.٤٤	١٧	١٦.٧٣٢	البعد الاول : العمل مع التلاميذ بالمدارس
-٠.٣٥٣	-٠.٤	٣.٢٧٩	١٤.٥	١٤.٠٦١	البعد الثاني : الامكانيات المادية بالمدرسة
-٠.٠٩٢	٠.٣٦١	٢.٤١٣	١١	١١.٦٨٣	البعد الثالث : العلاقة بين المعلم واداره المدرسه
-٠.٥٨٩	-٠.٣٨٥	٢.٣٠١	١٤	١٣.٩٣٩	البعد الرابع: العلاقة مع المعلمين الاخرين
-٠.٥٥٥	-٠.١٣	٢.٥١٥	١٥	١٥.٥٢٤	البعد الخامس : الراتب الشهري للمعلم
-٠.٥٤١	٠.٢٢١	٢.٢١١	١٥	١٤.٩٧٦	البعد السادس : التوجيه التربوي الرياضي
-٠.٤١٦	٠.٤٥١	١٢.٠٧١	٧٤.٥	٧٦.٨٩	المجموع الكلي للمقياس

يتضح من جدول (٩) معامل الالتواء انحصر ما بين ± 3 مما يدل علي التوزيع الطبيعي لعينه البحث (معلمين بالريف و المدينه) في استجاباتهم لابعاد استبيان الضغوط النفسيه وبالتالي تجانس عينه البحث.



شكل (٣)

توصيف عينه البحث حول محاور الضغوط النفسيه للمعلمين بالمدينه والريف

عرض نتائج الغرض الثاني

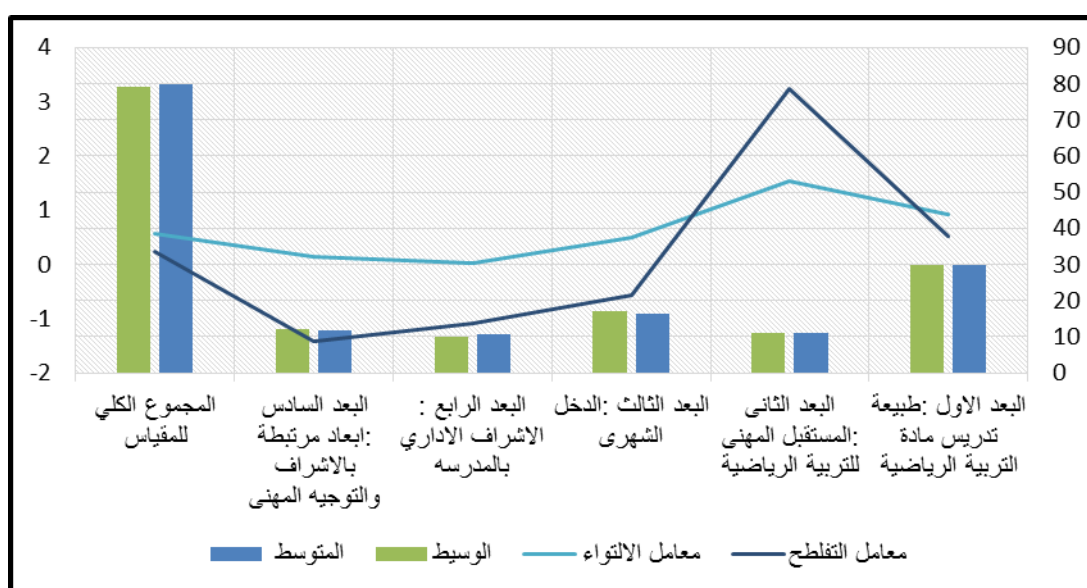
جدول (١٠)

توصيف استجابات عينه البحث (معلمين الريف) حول محاور الرضا الوظيفي

ن = ٥٥

معامل التقلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	
٠.٢٣٧	٠.٥٦٣	٣.٨٥	٣٠	٢٩.٩٠٩	البعد الاول :طبيعة تدريس مادة التربية الرياضية
-١.٤١	٠.١٤٦	١.٨٩٤	١١	١١.٠٧٣	البعد الثاني :المستقبل المهني للتربية الرياضية
-١.٠٨٥	٠.٠٢٦	٢.١٦	١٧	١٦.٢٣٦	البعد الثالث :الدخل الشهري
-٠.٥٧٣	٠.٤٨٨	١.٣٧١	١٠	١٠.٥٦٤	البعد الرابع : الاشراف الاداري بالمدرسه
٣.٢٢٤	١.٥٢٤	٢.٤١٨	١٢	١١.٩٢٧	البعد السادس :ابعاد مرتبطة بالاشراف والتوجيه المهني
٠.٥١	٠.٩٣٢	٥.٣٦٧	٧٩	٧٩.٧٠٩	المجموع الكلي للمقياس

يتضح من جدول (١٠) معامل الالتواء انحصر ما بين $3 \pm$ مما يدل علي التوزيع الطبيعي لعينه البحث (المعلمين بالريف) في استجاباتهم لابعاد استبيان الرضا الوظيفي وبالتالي تجانس عينه البحث



رقم المجلد (٢٥) شهر (يونيو) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء السادس) (١٨)



شكل (٤)

توصيف استجابات عينه البحث (المعلمين بالريف) حول محاور الرضا الوظيفي

جدول (١١)

توصيف استجابات عينه البحث (معلمين المدينة) حول محاور الرضا الوظيفي

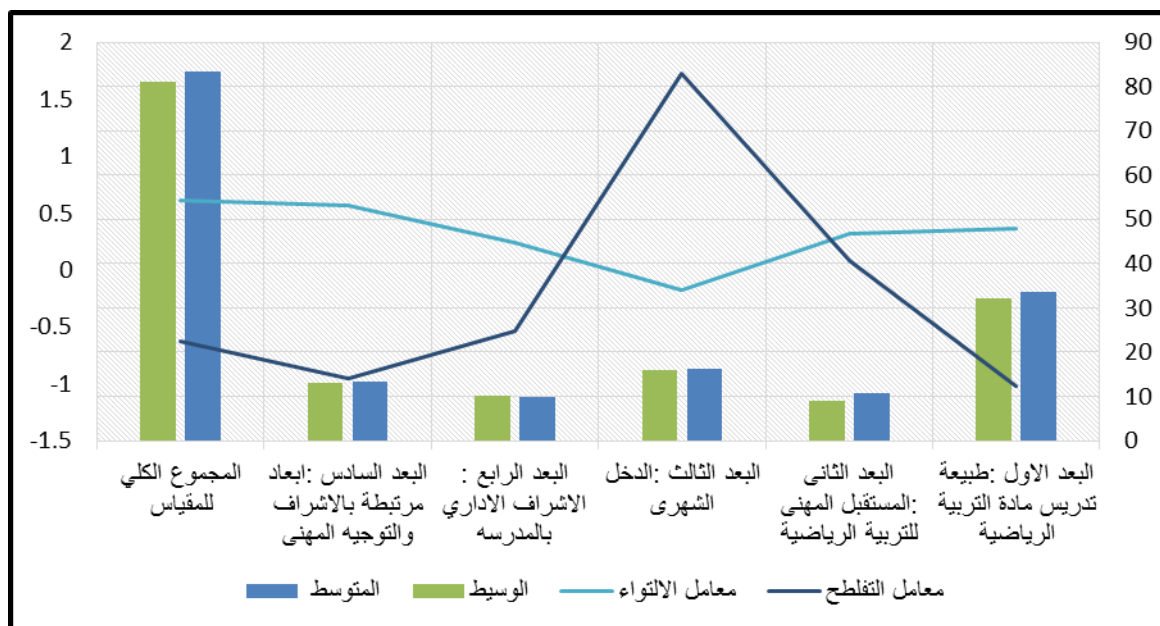
ن = ٢٧

معامل التفلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	
-٠.٦٣	٠.٦١٥	٤.٥٠١	٣٢	٣٣.٤٨١	البعد الاول: طبيعة تدريس مادة التربية الرياضية
-٠.٩٥٣	٠.٥٦٨	٣.٤٤٢	٩	١٠.٦٦٧	البعد الثاني: المستقبل المهني للتربية الرياضية
-٠.٥٣٩	٠.٢٤	٢.١١١	١٦	١٦.٠٧٤	البعد الثالث: الدخل الشهري
١.٧٢٧	-٠.١٧٢	١.٦٤٩	١٠	٩.٧٧٨	البعد الرابع: الاشراف الاداري بالمدرسه
٠.٠٧٧	٠.٣١٣	٢.٧٤٨	١٣	١٣.٣٧	البعد الخامس: ابعاد مرتبطة بالاشراف والتوجيه المهني
-١.٠١٨	٠.٣٦٢	٨.٢٤٢	٨١	٨٣.٣٧	المجموع الكلي للمقياس

يتضح من جدول (١١) معامل الالتواء انحصر ما بين $3 \pm$ مما يدل علي التوزيع الطبيعي

لعينه البحث (معلمين المدينة) في استجاباتهم لابعاد استبيان الرضا الوظيفي وبالتالي تجانس

عينه البحث



شكل (٥)

توصيف استجابات عينه البحث (المعلمين بالريف) حول محاور الرضا الوظيفي

ويعزو الباحث هذه النتائج الى أن الضغوط النفسية تشكل لأساس الرئيس الذي تبنى عليه بقية الضغوط الأخرى، وهو يعد العامل المشترك في جميع أنواع الضغوط الأخرى مثل: الضغوط الاجتماعية، ضغوط العمل (المهنية)، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الأسرية، الضغوط الدراسية، الضغوط العاطفية.

إن القاسم المشترك الذي يجمع كل الضغوط هو الجانب النفسي، ففي الضغوط الناجمة عن إرهاق العمل ومتاعبه في الصناعة، أولى نتائجها الجوانب النفسية المتمثلة في حالات التعب والملل اللذين يؤديان إلى القلق النفسي حسب شدة أو ضعف الضغط الواقع على الفرد.. وآثار تلك النتائج على التكيف في العمل والإنتاج، فإذا ما استفحل هذا الإحساس لدى العامل في عمله، فسوف تكون النتائج: التأثير على كمية الإنتاج، أو نوعيته، أو ساعات العمل، مما يؤدي إلى تدهور صحة العامل الجسدية والنفسية.. ومن أولى تلك الأعراض، هي زيادة الإصابات في العمل والحوادث، وربما تكون قاتلة فضلاً عن زيادة الغياب أو التأخر عن العمل، وربما يصل إلى الانقطاع عنه وتركه نهائياً.

أما الضغوط الاقتصادية، فلها الدور الأعظم في تشتيت جهد الإنسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير وخاصة حينما تعصف به الأزمات المالية أو الخسارة أو فقدان العمل بشكل نهائي، إذا ما كان مصدر رزقه، فينعكس ذلك على حالته النفسية، وينجم عن ذلك عدم قدرته على مسايرة متطلبات الحياة.

وتعد الضغوط الاجتماعية الحجر الأساس في التماسك الاجتماعي والتفاعل بين أفراد المجتمع. فمعايير المجتمع تحتم على الفرد الالتزام الكامل بها، والخروج عنها يعد خروجاً على العرف والتقاليد الاجتماعية.

إن الضغوط الأسرية تشكل بعواملها التربوية ضغطاً شديداً على رب الأسرة وأثراً على التنشئة الأسرية، فمعظم الأسر التي يحكمها سلوك تربوي متعلم ينتج عنه التزام وإلا اختل تكوين الأسرة وتفتتت معايير الضبط ونتج عنه تفكك الأسرة إذا ما اختل سلوك رب الأسرة أو ربة البيت. وأشارت أهم نتائج الدراسات المرجعية مثل **احمد محمد العقاد (٢٠٠٠) (٣)، محمد السيد الششتاوى (٢٠٠٠) (١٠).**

وقد اشارت بعض الدراسات المرجعية الي إن الإنسان يتعرض للضغوط المختلفة باستمرار ويستطيع أن يعيد توازنه بشكل سريع حال انتهاء الموقف الضاغط أو مدى قدرته على المواجهة والمطالبة في التحمل، فالشخصية الإنسانية ذات خصائص يتميز بعضها عن البعض الآخر، فبعض العوامل الضاغطة تشكل عبئاً على أنماط معينة من الشخصيات، في حين تستطيع

أنماط أخرى تحملها ومن ثم تصريفها بالشكل الذي لا يترك أثراً لدى الفرد، وأيضاً تتدخل المكونات البيولوجية في قدرة التحمل وقوة أجهزة الفرد البدنية. ويرى الباحث وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات المعلمين بالريف والمدينة في الضغوط النفسية وبذلك يتحقق الفرض الأول كليا.

ويعزو الباحث هذه النتائج الى أن الفرد ينفق ثلث حياته على الأقل ونصف الساعات التي لاينام فيها اما بالعمل ا وفي اوجه نشاط مرتبطه بالعمل الذي يشغله بطريقه او باخرى ، هذا يعنى ان وظائفنا لابد ان تشغل اذهاننا وفي كثير من الحالات تحدد المواقف المستمدة من العمل نوع الموقف التي تاتي بها في حياتنا العامة في المجتمع او الخاصة في الاسرة حيث نجد بعض الافراد يحبون الحديث عن عملهم متحمسين ومناثرين به على حين يبدو ان هناك اخرين ياخذون اعمالهم امرا مرفوضا لا يحصلون من على اية قوة دفاعية وينظرون الى وظائفهم بوصفها غير مشجعة وعديمة النفع .

ويعتبر الرضا الوظيفي مفهوما أكثر دقة واستخداما، وهو يعنى بكل وضوح أن الرضا نابع من العمل نفسه، وليس من أى مصدر آخر، ويعنى أيضا أن التغيرات يمكن أن تحدث من خلال الوظيفة وأن درجة التحسن التي تطرأ يمكن أن يتم قياسها.

وأشارت أهم نتائج الدراسات المرجعية مثل

الزهراء رشاد محمد حسين (٢٠٠٣) (٥)، ايهاب محمد زكريا (٢٠٠٤) (٧)، الي انه يوجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث في الرضا الوظيفي حيث أن الذكور أكثر رضا وظيفياً عن الهيكل التنظيمي والعمليات التنظيمية كما توجد أيضا فروق جوهرية في الرضا الوظيفي ومتغيرات الرضا الوظيفي

ويرى الباحث ان يتعرض الإنسان للضغوط المختلفة باستمرار ويستطيع أن يعيد توازنه بشكل سريع حال انتهاء الموقف الضاغط أو مدى قدرته على المواجهة والمطابوالة في التحمل، فالشخصية الإنسانية ذات خصائص يتميز بعضها عن البعض الآخر، فبعض العوامل الضاغطة تشكل عبئاً على أنماط معينة من الشخصيات، في حين تستطيع أنماط أخرى تحملها ومن ثم تصريفها بالشكل الذي لا يترك أثراً لدى الفرد، وأيضاً تتدخل المكونات البيولوجية في قدرة التحمل وقوة أجهزة الفرد البدنية.



وكانت أهم النتائج التي تم التوصل إليها الباحث وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معلم المدينة والريف وأبعاد الرضا الوظيفي وأنه ليس هناك أثر فعال للمتغيرات الوسيطة. وبذلك يتحقق الفرض الثاني كلياً.

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

من خلال ما توصل اليه الباحث من تحقيق اهدافه ونتائج بحثه تمكن استخلاص ما ياتي

-:

- 1- هناك ضغوط نفسيه تؤثر على معلم التربية الرياضية فى الريف .
- 2- هناك ضغوط نفسيه تؤثر على معلم التربية الرياضية فى الحضر .
- 3- هناك فروق بين الضغوط النفسية فى الريف مقارنة بالحضر .
- 4- هناك عوامل رضا اوعدم رضا وظيفى بين معلمى التربية الرياضية فى الريف .
- 5- هناك عوامل رضا اوعدم رضا وظيفى بين معلمى التربية الرياضية فى الحضر .
- 6- الضغوط النفسية لمعلمى التربية الرياضية تؤثر على عوامل الرضا او عدم الرضا الوظيفى لمعلمى التربية الرياضية .

التوصيات

فى ضوء اهداف وفروض البحث ، وفى حدود طبيعة وعينة البحث والمعالجات الاحصائية المستخدمة لتحليل وعرض النتائج وتفسيرها يوصى الباحث بما يلى :

- 1- ان تهتم الدولة بالاعداد النفسى للمعلمين عامة والتربية الرياضية خاصة .
- 2- ان تحاول الدولة التعرف على المشكلات النفسية التى يتعرض لها معلمين التربية الرياضية والعمل على حل هذه المشاكل لانه تؤثر على انتاجيه عمل الفرد .
- 3- زيادة الفرص لاعطاء الثقة للمعلمين فى انفسهم عن طريق اتاحة السلطات المناسبة لهم .



٤- العمل على التوجيه والارشاد النفسى لافراد المجتمع لابرار اهمية معلمى التربية الرياضية حيث انهم النواة التى تعد الاجيال وابرار دورهم فى المجتمع ، وكل ذلك ياتى من خلال الدور الذى تلعبه وسائل الاعلام والصحافة وكافة وسائل الاعلام التى لها الدور الاكبر فى تصحيح الافكار الخاطئة التى تخص معلم التربية الرياضية .

٥- زيادة الحافز المعنوى والمادى بالنسبة للمعلمين التربية الرياضية وذلك بما يتناسب مع مطالب واحتياجات الشخصية والعملية .

المراجع :

- ١- ابراهيم عبدربه خليفه (٢٠٠٠م): الرياضة والصحة النفسية ، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى ، القاهرة ، الاصدار الثانى .
- ٢- أحمد سيد مصطفى (٢٠٠٥م): المدير ومهاراته السلوكية، الجمعية العربية للإدارة، القاهرة.
- ٣- احمد محمد العقاد (٢٠٠٠م) : الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضيه وعلاقتها ببعض سمات الشخصية والجنس ومدته الخبره .
- ٤- اسامة كامل راتب (٢٠٠٤م): النشاط البدنى والاسترخاء ، دار الفكر العربى ، القاهرة.
- ٥- الزهراء رشاد محمد حسين (٢٠٠٣) : الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعيه الانجاز لدى معلمى ومعلمات التربية الرياضيه بالمرحلتين الاعداديه والثانويه بمحافظة المنيا " .
- ٦- ايمن محمود عبد الرحمن (٢٠٠٣م): مقياس الرضا الوظيفى لمعلمى التربية الرياضية للمرحلتين الاعدادية والثانوية ، مجلة اسويط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد السادس عشر ، مارس ن الجزء الاول ، كلية التربية الرياضية -جامعة اسويط .
- ٧- ايهاب محمد زكريا (٢٠٠٤): الضغوط النفسيه لدى اخصائى التربية الرياضيه بمراكز الشباب بمحافظة القاهرة والجيزة .

٨- جمال محمد على (٢٠٠٨م): التنمية الادارية في المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٩- حسن حسين الخيري (٢٠٠٨) : الرضا الوظيفي ودافعية الانجاز لدى عينة من المرشدين المدرسين بمراحل التعليم العام بمحافظة الليث والقنفذة . رسالة ماجستير غير منشورة ، مكة المكرمة ، جامعة ام القرى ، كلية التربية ، قسم علم النفس.

١٠- محمد السيد الششتاوى (٢٠٠٠م) : مقارنة للضغوط المهنية لدى معلمى ومعلمات التربية الرياضيه بقطاع وسط الدلتا "

المراجع الاجنبية :

- ١١- Adam r. nicholls, remco c.j.polman &and rewrllevy (٢٠١٢): Apath analy sis of stress appraisals, emotions, cophng, and performance satisfaction among athletes , psychology of sport and exercise , volum ١٣.
- ١٢- Development of the job Diagnostic Survey " , Journal of Applied psychology ,.