مجلة الإبداع الرياضي : ISSN 2170-0818 : EISSN 2602 - 5094
المجلد رقم "(15) " / العدد رقم " (01) " – 2024 / الصفحة : 193 - 205

الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في ضوء بعض المتغيرات.

Professional pressures in physical education and sports professors in light of certain variables.

بوساق بدرالدين[1]

Boussag Badreddine[1]

[1] جامعة محمد بوضياف المسيلة/ مخبر حوكمة الإعلام الرياضي والتسيير الرياضي في الجزائر /

badredinne.boussag@univ-msila.dz

تاريخ الاستلام:2024/01/10 تاريخ القبول: 2024/04/16 تاريخ النشر: 2024/06/01

الملخص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في ضوء بعض المتغيرات، وكذا معرفة مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، وتكونت عينة الدراسة من (35) أستاذ تربية بدنية ورياضية بمرحلة التعليم المتوسط، اختيروا بطريقة عشوائية، وانتهج الباحث المنهج الوصفي التحليلي وهذا لأنه الأنسب في مثل هذه الدراسات، أما فيما يخص أدوات الدراسة فقد جرى جمع البيانات اللازمة باستخدام مقياس الضغوط المهنية مكون من (36) عبارة، موزعة على ستة أبعاد، واستخدم مقياس ليكرت التدريج الثلاثي (دائما، أحيانا، أبدا)، وبلغ معامل ثبات المقياس (0.93) وتم تطبيقه على عينة الدراسة، و اعتمد الباحث في معالجته على برنامج الحزمة الإحصائية SPSS، وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي: مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية متوسط، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغيرات الدراسة(الحالة الاجتماعية، الأقدمية في التدريس).

- **الكلمات المفتاحية :** الضغوط؛ الضغوط المهنية؛ أستاذ التربية البدنية والرياضية؛ التعليم المتوسط؛

Abstract : The study aimed to identify the professional pressures in the professors of physical education and sports in the light of some variables, as well as to know the level of professional pressures in professors of physical education and sports, and the study sample consisted of (35) professor of physical education and sports at the intermediate stage of Education .the researcher took the analytical descriptive approach, which is because it is best suited in such studies, as for the study tools, the necessary data was collected using a professional pressure scale of 36 phrases, spread across six dimensions. he used a triple step Licert scale

(Always, Sometimes, Never), and the scale constant coefficient (0.93) was reached and applied to the study sample , and the researcher relied on the statistical package program SPSS, the results of the study include: The level of professional stress among physical education and sports teachers is average and the presence of statistically significant differences between the study sample in the pressure level of Professional Teachers of physical education and sports according to the variables of ,(social status,seniority in teaching).

Keywords: Pressures; Professional pressures; professor of physical and sports education; intermediate education; Variables (scientific qualification, social status, seniority in teaching).

*** مقدمة وإشكالية الدراسة :**

الضغوط ظاهرة إنسانية قديمة، منذ أن خلق الله الإنسان لقول الله سبحانه وتعالى: (لقد خلقنا الإنسان في كبد) سورة البلد: الآية 4، فتعرض الإنسان للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، فواقع الحياة ليس مفروشا بالورود فهو محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات وظروف الشاقة.

وقد نال موضوع الضغوط اهتماما كبيرا من الباحثين في علم النفس وعلم الاجتماع، لأنه يؤثر سلبا على صحة العقلية والجسدية للإنسان، ويعد قطاع التعليم من المهن التي تعاني من ضغوط مهنية واجتماعية، ويكون أصحابها أكثرها عرضة للضغوط، لأنهم يتعرضون لمستويات عالية من الضغط النفسي والقلق .وأظهرت العديد من الدراسات أن درجة الضغط النفسي لدى الأساتذة أعلى بكثير من المهن الأخرى، والأشخاص الذين يعملون في مجال التعليم هم أكثر الفئات تعرضا للضغوط .وفي هذا الصدد يذكر (جودت):" مهنة التدريس هي واحدة من أكثر 5 مهن ضغطا في العالم، ومع ذلك في التقرير عن ضغوط العمل في المملكة المتحدة، كان التدريس في المقام الأول مهنة أكثر ضغطا و إجهادا. (الداهري، 2005، صفحة 23)

نظرا لأن مهنة التدريس واحدة من المهن التي تتطلب الكثير من العمل ، لذلك فهي تعتبر من المهن الضاغطة التي يشعر بعض الأساتذة بعدم الرضا عن مهنتهم وهذا مما يترتب عليه الكثير من العواقب السلبية تنعكس في العطاء والتوافق النفسي والمهني. (حكيمة و طاوس، 2016، صفحة 566)

وفقا لمنظمة العمل الدولية، " التدريس هو أحد أكثر جوانب العمل ضغطا ." ويرجع ذلك إلى المثيرات الضاغطة الموجودة في البيئة التعليمية، والتي يرجع بعضها إلى

شخصية الأستاذ، والتي تحدد قدرته على التأقلم مع المتغيرات السريعة والكبيرة في مجال التدريس، والبعض الآخر يرجع إلى البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الأستاذ، ومدى تقديرها لدور الأستاذ وأهمية العلم.

نظرا للتحديات التي تواجه هذا العصر،أصبحت الضغوط جزءا من حياة الفرد، فهي تنتشر في مختلف البيئات والمجتمعات، وخاصة بيئة الأعمال التي تتطلب من الأشخاص المسؤولين عليها التفاعل المباشر مع الأشخاص، وخاصة البيئات المدرسية، التي يظهر فيها ضغط العمل، والعمل الذي يقوم به الأساتذة في هذه البيئة، مثل ضغوط قواعد العمل، عدم الرضا عن المناصب، الرواتب، الترقيات، والتمييز غير العادل بين الأساتذة. (عمرون، 2018، صفحة 520)

ومن خلال مزاولة الباحث لمهنة التدريس في مرحلة التعليم المتوسط سابقا وملاحظته للضغوط التي يتعرض لها الأستاذ مع بعض التلاميذ الذين يتصفون و يقومون بممارسة سلوكات غير مقبولة وبأشكال مختلفة ويتسببون بحدوث مشاكل انضباطية، كما أنها تؤثر بشكل سلبي عليهم وعلى الأساتذة مما يجعلهم يشعرون بضغوط ويؤثر في توافقهم النفسي ودافعية الانجاز.

يمكن أن يختلف مستوى الضغوط المهنية من أستاذ إلى أستاذ آخر ويمكن أن يعزى إلى الاختلافات الفردية، والاستجابة والتعامل مع الحالة الضاغطة، وإضافة إلى المناخ التنظيمي العام للمؤسسة التعليمية، وباعتبار أستاذ التربية البدنية والرياضية، هو مركز العملية التعليمية وتدريس المادة بشكل جيد، يتطلب توفر الإمكانات والظروف البيئية الجيدة، لكي يمارس مهامه بطريقة كاملة، وبالتالي فإن نقص هذه الإمكانات سيؤدي حتما إلى ضغوط مهنية لديه ينعكس ويؤثر سلبا عليه وعلى التلاميذ. (جاري، 2019، صفحة 23).

إن الدراسة والبحث في الضغط المهني للأستاذ هي أحد الأسئلة التي يجب تناولها لتحديد مستوى هذا الضغط المهني، الذي يعتبر مهما كموضوعات أخرى .وفي هذا السياق جاءت هذه الدراسة للكشف عن مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة البدنية والرياضية في ضوء بعض المتغيرات. والتي جاءت من خلال معايشة الباحث للأساتذة سابقا في مرحلة المتوسط، والإحساس بمدى الضغوط التي يتعرضون لها أثناء قيامهم بعملهم.

وفيما يلي سرد التعريفات الاصطلاحية والإجرائية للكلمات الدالة في الدراسة

تعريف الضغوط:

تعريف الضغوط المهنية: مجموعة من المثيرات التي تتواجد في بيئة عمل الأفراد والتي ينتج عنها مجموعة من ردود الأفعال التي تظهر في سلوك الأفراد في العمل، أو في حالتهم النفسية والجسمية، أو في أدائهم لأعمالهم نتيجة تفاعل الأفراد مع بيئة عملهم التي تحوي الضغوط. (محمد ع.، 2005، صفحة 284)

أستاذ التربية البدنية والرياضية:

هو الفرد الذي تقع على عاتقه مسؤولية عمله التربوي على أكمل وجه.

التعليم المتوسط: هي مرحلة تقع بين المرحلة الابتدائية ومرحلة التعليم الثانوي

ومن بين الدراسات السابقة التي لها صلة بالموضوع نستعرض باختصار للدراسات السابقة نذكر منها:

دراسة غسان، 2004

هدفت الدراسة للكشف عن مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية في فلسطين في ضوء متغيرات الجنس وسنوات الخبرة والشهادات التعليمية والدخل الشهري، وأجريت الدراسية على عينة تكونت من 538 معلما ومعلمة، واستخدم البحث المنهج الوصفي.

ومن نتائج الدراسة ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مختلف محاور الضغوط المهنية بين حملة البكالوريا وحملة الماجستير، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين والذين نحصر خبراتهم أقل من 5 سنوات ومن (5-10) سنوات لصالح ذوي الخبرة.

دراسة أمان الله رشيد، محمد حبارة،2013

و كانت بعنوان:"مصادر الضغوط النفسية الأكثر تأثيرا على أساتذة التربية البدنية والرياضية"، هدفت الدراسة إلى تحديد مستويات الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ومعرفة مدى تأثر مستويات الضغوط النفسية باختلاف الخصائص الفردية للأساتذة (السن، الجنس، الخبرة المهنية، الحالة المدنية، الصفة) واعتمد الباحث على المنهج المسحي، أما عينة الدراسة فكانت غرضية في حدود ما تسمح به إمكانات الباحث.

ومن نتائج الدراسة ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية بين الأساتذة تعزى لمتغير الجنس والخبرة المهنية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا على الدرجة الكلية للمقياس تعزى لمتغير سن الأستاذ، ولا توجد فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير صفة الأستاذ،والحالة المدنية.

دراسة محمد مناصرية، بشير لعريط 2018

كانت بعنوان "مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي، والهدف من الدراسة هو معرفة مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي، واتبع الباحث في دراسته المنهج الوصفي التحليلي، أما عينة الدراسة بلغت 32 أستاذا، من مجتمع بحث وهي ثانوية هادي محمود بتاملوكة ولاية قالمة، أما المجال الزماني فكان في الموسم الدراسي 2017.

ومن نتائج الدراسة: أن مستوى الضغوط المهنية لدى أفراد العينة متوسط، ولا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغوط المهنية ترجع إلى المتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، الخبرة المهنية).

ومما سبق يمكن طرح التساؤلات التالية:

ما مستوى الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم المتوسط؟.

هل هناك فرق دال إحصائيا في الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية؟.

هل هناك فرق دال إحصائيا في الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية وفقا لمتغير الأقدمية في التدريس؟.

وللإجابة على هذه التساؤلات وضع الباحث الفرضيات التالية:

مستوى الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية متوسط.

يوجد فرق دال إحصائيا في الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية وفقا لمتغير للحالة الاجتماعية.

يوجد فرق دال إحصائيا في الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية وفقا لمتغير الأقدمية في التدريس.

ومن أهداف الدراسة ما يلي: التعرف إلى مستوى الضغوط المهنية لدى أستاذ التربية البدنية في مرحلة التعليم المتوسط، وكذلك إلى التعرف على أثر المتغيرات الآتية: (الحالة الاجتماعية، الأقدمية في التدريس) على الضغوط المهنية لدى أستاذ التربية البدنية.

1- الطرق المنهجية المتبعة :

مجالات البحث: أجري هذا البحث على مستوى المتوسطات التابعة لولاية المسيلة، في الموسم الدراسي: 2019/2018.

الدراسة الاستطلاعية: قام الباحث باختبار المقياس ميدانيا والتي أجريت على مستوى (9) متوسطات حيث تم اختيار 15 أستاذا.

المنهج المتبع في الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

أدوات جمع البيانات: تم تطبيق مقياس الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية المصمم من طرف محمد حسن علاوي، حيث يحتوي المقياس على 36 عبارة مقسمة على 06 أبعاد، وكل بعد يحتوي على 04 عبارات في اتجاه الهدف وعبارتين عكس اتجاه الهدف، والمحاور الممثلة في هذا الجدول:

جدول رقم (1): يوضح أرقام عبارات المقياس.

الأبعاد	أرقام العبارات في اتجاه هدف القائمة	أرقام العبارات في عكس اتجاه هدف القائمة
العمل مع التلاميذ	31/19/13/7	25/1
الإمكانات المادية بالمدرسة	32/20/8/2	26/14
الراتب الشهري	33/27/15/3	21/9
الإشراف التربوي	34/16/10/4	28/22
علاقة الأستاذ بإدارة المؤسسة	29/23/17/11	35/5
علاقة الأستاذ بأساتذة آخرين	36/30/18/12	24/6

المصدر: مخرجات SPSS من إعداد الباحث.

حيث يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية بالإجابة على عبارته في ضوء مقياس ثلاثي التدريج، و يتم تصحيح القائمة بمنح الدرجة التي يقوم الأستاذ برسم دائرة حولها وذلك بالنسبة للعبارات التي في اتجاه الهدف أي التي تشير إلى وجود الضغوط، أما بالنسبة للعبارات التي عكس وجود هدف القائمة فيتم عكسها على النحو التالي : الدرجة (3) تصبح 1،الدرجة (2) تبقى 2، الدرجة (1) تصبح 3.

مجتمع وعينة الدراسة:

اعتمد الباحث في هذه الدراسة أن يكون مجتمع البحث خاص بأساتذة التربية البدنية والرياضية بمتوسطات ولاية المسيلة، وعددهم 325 أستاذ ، وتتشكل عينة هذا البحث من أساتذة التربية البدنية والرياضية المدرسين للسنوات الأولى والثانية والثالثة والرابعة من التعليم المتوسط بولاية المسيلة وبلغ عدد أفراد البحث 35 أستاذ حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة من عدد من المتوسطات التابعة

لمقاطعات تعليمية مختلفة على مستوى الولاية ليتم في الأخير حصر عدد الأساتذة المذكورين ليكونوا قوام البحث الحالي.

جدول رقم (02): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الحالة الاجتماعية و الأقدمية في التدريس.

المتغير	التقسيم	التكرار	النسبة المئوية
الحالة الاجتماعية	أعزب	13	37.15%
	متزوج	22	82.85%
	المجموع	35	%100
الأقدمية في التدريس	اقل من 5 سنوات	8	22.86%
	ن 5 سنوات – 10 سنوات	17	48.57%
	أكثر من 10 سنوات	10	28.57%
	المجموع	35	%100

المصدر: مخرجات SPSS من إعداد الباحث.

الأسس العلمية لأداة البحث:

صدق المقياس:

وللتحقق من صدق المقياس اعتمد الباحثان على حساب الصدق الذاتي الذي يساوي جذر الثبات لاستمارة المقياس أي أن معامل الصدق الذاتي بلغ "0.96".

ثبات المقياس:

وللتحقق من ثبات المقياس اعتمد الباحثان على حساب معامل ألفا كرونباخ، بلغ معامل الثبات 0.93، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

للتحقق من صحة الفروض، استخدم الباحثان برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم التربوية والاجتماعية (SPSS.20).

2- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

تحليل نتائج الفرضية الأولى:

لتحقق منها استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس ونتائج الجدول (03) أدناه تبين ذلك، ومن أجل تفسير النتائج اعتمد الباحث على مقياس ليكرت التدريج الثلاثي الآتي:

(1- 1.66 درجة منخفضة، 1.67- 2.33 درجة متوسطة، 2.34- 3 درجة عالية).

حيث جاءت درجة الأبعاد الستة كلها متوسطة، وبلغت الدرجة الكلية للمقياس لدى أفراد العينة بمتوسط حسابي 1.86، وعليه مستوى الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية متوسط في جميع أبعاد المقياس، يمكن القول بأن:" الفرضية محققة.

الجدول رقم (03): يمثل نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية للمقياس.

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
الدرجة الكلية للمقياس	1.86	.29	متوسط

المصدر: مخرجات SPSS من إعداد الباحث.

تحليل نتائج الفرضية الثانية:

وللتحقق منها استخدم الباحث اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

الجدول رقم (04): نتائج اختبار ت للمقارنة بين متوسط درجات أفراد العينة تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية.

المتغير	الحالة الاجتماعية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة حرية	الدلالة الإحصائية	القرار
الدرجة الكلية للمقياس	أعزب	13	1.59	.14	5.45	33	.000	دال
	متزوج	22	2.01	.24				

المصدر: مخرجات SPSS من إعداد الباحث.

يتبين من الجدول أعلاه أنه توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 في الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية، هناك تباين بين متوسطي المستويين التعليميين حيث بلغ متوسط ذوي الحالة الاجتماعية أعزب (1.59) في حين بلغ متوسط ذوي الحالة الاجتماعية متزوج الذي بلغ (2.01) وما يؤكد ذلك هو قيمة اختبار (T-TEST) والتي بلغت (5.45) حيث جاءت دالة إحصائيا عند الدلالة 0.01، ومن هنا يمكن القول بأنه تحققت الفرضية.

تحليل نتائج الفرضية الثالثة:

وللتحقق منها استخدم الباحث اختبار التباين الأحادي والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

جدول رقم (05): يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد عينة الدراسة والدرجة الكلية للمقياس تبعا لمتغير الأقدمية في التدريس.

مصادر التباين		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (f)	الإحصائية	القرار
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	1230.71	2	22.27	7.49	.002	دال
	داخل المجموعات	2626.02	32	4.67			
	الكلي	3856.74	34				

المصدر: مخرجات SPSS من إعداد الباحث.

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة اختبار الفرق (F) "تحليل التباين الأحادي"(One-Way ANOVA) بلغت على التوالي بالنسبة لـ أبعاد مقياس الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية والدرجة الكلية للمقياس وفقا لمتغير الأقدمية في التدريس(7.49) أي توجد فروق عند مستوى دلالة 0.01، من هنا يمكن القول أن الفرضية محققة.

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

بعد عرض النتائج و تحليلها تبين للباحث تحقق الفرضية، حيث اتضح أن مستوى الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية لدى أفراد العينة متوسط، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (مناصرية، 2018) والتي أظهرت نتائجها أن مستوى الضغوط المهنية لدى أفراد العينة متوسط.

ويرجع الباحث في ذلك إلى أن معظم الأساتذة من أفراد العينة هم في بداية مسارهم المهني.

تحليل ومناقشة الفرضية الثانية:

من خلال نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية، على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، حيث جاءت المتوسطات متباينة وأظهرت فروق معنوية، و فيه دليل على تباين مستوى الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية المتعلق بالأبعاد الستة.

إن هذه النتائج تؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج) وهذا ما يؤكد صحة فرضية البحث التي نصت على ذلك، وهذا ما لا يتفق مع دراسة (أمان الله، 2013) التي أظهرت نتائجها أن الحالة المدنية عامل يؤثر في مستويات الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى المسؤولية الملقاة على عاتق الأستاذ من تحضير للدروس وتدريس، إضافة إلى وضعيته العائلية ونفس الظروف المهنية داخل المتوسطة مثل الحجم الساعي للعمل التي تصل في مرحلة المتوسط إلى 22 ساعة، وكذا اكتظاظ التلاميذ في الأقسام كل هذا يسبب ضغطا له.

تحليل ومناقشة الفرضية الثالثة:

من خلال نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق حسب متغير الأقدمية في التدريس، بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاث، حيث جاءت المتوسطات متباينة، وأظهرت فروق معنوية و فيه دليل على تباين الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية المتعلقة بالأبعاد الستة.

إن هذه النتائج تؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير الأقدمية في التدريس، وهذا ما يؤكد صحة فرضية البحث التي نصت على ذلك، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (غسان، 2004) التي أظهرت نتائجها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين والذين نحصر خبراتهم أقل من 5 سنوات ومن (5-10) سنوات لصالح ذوي الخبرة.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن الأستاذ ذوي الخبرة القصيرة أي في بداية مشواره المهني إلى عدم اتضاح الرؤية له في الميدان مقارنة بذوي الخبرة المهنية.

3. استنتاج عام :

توصل الباحث في هذه الدراسة إلى تحقيق وتأكيد جميع الفرضيات:

مستوى الضغوط لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية متوسط.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج).

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية وفقا لمتغير الأقدمية في التدريس (أقل من 5 سنوات، من 5- 10 سنوات، أكثر من 10 سنوات).

وعليه يقترح الباحث:

القيام بالدراسات التي تبحث في موضوع الاستراتيجيات لمواجهة الضغوط المهنية.

إجراء دراسة حول مصادر الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية في جميع الأطوار.

إجراء دراسة مقارنة لمستويات الضغوط لمهنية لأساتذة الأطوار الثلاث (ابتدائي، متوسط، ثانوي).

المصادر والمراجع:

القرآن الكريم

- سليم عمرون. (2018). مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة المواد العلمية في مرحلة التعليم المتوسط وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية. *مجلة العلوم النفسية والتربوية، 6(2)* ، 520.

-أيت حمودة حكيمة، و وازي طاوس. (2016). مصادر الضغوط المهنية لدى معلم مرحلة التعليم الابتدائي. *مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد 25* ، 566-581.

- صالح حسن الداهري. (2005). *مبادئ الصحة النفسية*. ط1، عمان، الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.

- مراد جاري وآخرون. (2019). مصادر الضغوط المهنية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية. *مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والفنية. جامعة الجزائر 3. العدد 16. الجزائر* ، 23.

- بدرالدين بوساق، مراد خلادي. (2020). مصادر الضغوط المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي. *مجلة الممارسة الرياضية والمجتمع، جامعة تبسة، المجلد 3، العدد 1* ، 69- 80.

- عبد العزيز عبد المجيد محمد. (2005). *سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي*. القاهرة: مركز كتاب النشر.

- غسان حسين الحلو. (2004) .مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين .*مجلة الدراسات في العلوم التربوية، عمان، العدد .2*

-أمان الله رشيد، و حبارة محمد. (2013). مصادر الضغوط النفسية الأكثر تأثيرا على أساتذة التربية البدنية والرياضية. *مجلة الابداع الرياضي، جامعة المسيلة، العدد 10* ، 10-42.

- محمد مناصرية، و بشير لعريط. (2018). مستوى الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الثانوي. *مجلة التواصل في العلوم الانسانية والاجتماعية،جامعة باجي مختار، عنابة، المجلد 24، العدد 53* ، 132-152.