



جامعة ألكلي محند أولحاج - البويرة -



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم

وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

- التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي.

- الموضوع:

الرضا الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى أساتذة التربية
البدنية والرياضية

- دراسة ميدانية أجريت على مستوى بعض متوسطات ولاية البويرة-

إشراف الدكتور:

- رافع أحمد.

إعداد الطالب:

- خياط حسين.

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة	الجامعة
نبيل منصوري	أستاذ التعليم العالي	رئيسا	جامعة البويرة
أحمد رافع	أستاذ محاضر ب	مشرفا مقرا	جامعة البويرة
الحسين قرومي	أستاذ محاضر ب	ممتحنا	جامعة البويرة

السنة الجامعية: 2024/2025



شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، سيدنا ونبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين..

نحمد الله جزيل نعمه، ونشكره على توفيقه لنا لإنجاز هذه المذكرة..

أتقدم بالشكر والتقدير إلى أستاذي الفاضل ومشرفي في هذا العمل الدكتور رافع أحمد على نصائحه وتوجيهاته القيمة ...

كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى جميع أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة، نظير ما قدموه من تسهيلات في سبيل إكمال هذه المذكرة...

وأتقدم بجزيل الشكر إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد...

وما توفيقني إلا بالله...



حسين

إهداء



بعد بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ والصلاة والسلام على أشرف المرسلين حبيبنا وسيدنا محمد عليه
أشرف الصلاة وأزكى التسليم..

أما بعد أهدي هذا العمل المتواضع:

إلى التي سهرت من أجل رعايتي وربتتي نعم التربية فلم أرى أمامي سواها أمي الغالية
حفظها الله وأطال عمرها...

إلى الذي رباني على الفضيلة والأخلاق وكان لي درع أمان أحتمي به في نائبات الزمان
وتحمل عبئ الحياة حتى لا أحس بالحرمان أبي الغالي حفظه الله...

إلى أولادي حفظهم الله وبالأخص الكتكوت الصغير محمد الامين...

إلى الزوجة الكريمة حفظها الله...

إلى الدكتور رافع أحمد، المشرف على هذا العمل له مني كل التقدير والاحترام...

إلى جميع أساتذة المعهد والى كل من علمني حرفا، جعلها الله في ميزان حسناتهم...

إلى جميع أصدقائي وزملائي الذين تسعهم ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي...

إلى جميع القائمين على مكتبة المعهد لهن مني أسمى عبارات الشكر والتقدير...

إلى كل من يصلهم قلبي ولم يكتبهم قلبي...

حسين

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير
ب	- إهداء
ج	- محتوى البحث
و	- قائمة الجداول
و	- قائمة الأشكال
ز	- ملخص البحث
ح	- مقدمة
مدخل عام: التعريف بالبحث	
02	1- الإشكالية.
04	2- فرضيات البحث.
04	3- أسباب اختيار الموضوع.
05	4- أهمية البحث.
06	5- أهداف البحث.
06	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم.
الجانب النظري: الخلفية النظرية المعرفية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث.	
المحور الأول: الرضا الوظيفي.	
10	- تمهيد.
11	1-1- مفهوم الرضا الوظيفي.
12	1-2- خصائص الرضا الوظيفي.
12	1-3- أهمية الرضا الوظيفي بالنسبة للموظف.
13	1-4- العوامل المؤثرة على الرضا الوظيفي.
14	1-5- مؤشرات الرضا الوظيفي وعدم الرضا الوظيفي.
15	1-6- طرق قياس الرضا الوظيفي.
المحور الثاني: الصحة النفسية	
17	2-1- مفهوم الصحة النفسية.
18	2-2- أهداف الصحة النفسية.

18	2-3- معايير الصحة النفسية.
20	2-4- خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية.
المحور الثالث: أستاذ التربية البدنية والرياضية	
23	3-1- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية.
24	3-2- خصائص وصفات أستاذ التربية البدنية والرياضية.
25	3-3- أدوار ومسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية.
25	3-3-1- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تخطيط المنهج والمواقف التدريسية.
26	3-3-2- دور أستاذ التربية الرياضية تجاه المجتمع.
27	3-3-3- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية.
30	3-4- العناصر المؤثرة على أستاذ التربية البدنية والرياضية.
31	- خلاصة.
الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.	
33	تمهيد.
34	2-1- الدراسات المرتبطة بالبحث.
34	2-2-1- عرض الدراسات التي تطرقت إلى "الرضا الوظيفي".
35	2-2-2- التعليق على الدراسات.
36	2-2-3- عرض الدراسات التي تطرقت إلى "الصحة النفسية".
37	2-2-4- التعليق على الدراسات.
38	2-2-5- أوجه الاستفادة من الدراسات والبحوث المرتبطة.
38	2-2-6- مميزات الدراسة الحالية.
39	خلاصة.
الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث.	
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
42	تمهيد
43	3-1- الدراسة الاستطلاعية.
44	3-2- الدراسة الأساسية.
44	3-2-1- المنهج العلمي المتبع.
45	3-2-2- متغيرات البحث.

45	3-2-3 - مجتمع البحث.
45	3-2-4 - عينة البحث.
45	3-2-5 - مجالات البحث.
45	3-2-6 - أدوات الدراسة.
46	3-2-7 - الوسائل الإحصائية.
47	خلاصة.
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
49	تمهيد.
50	- المعايير التي اعتمد عليها الطالب في تفسير النتائج.
53	4-1-1 - عرض وتحليل النتائج.
53	4-1-1-1 - عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.
54	4-1-1-2 - عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.
55	4-1-1-3 - عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة.
56	4-1-2-1 - مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات.
56	- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات الجزئية.
59	- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية العامة.
59	خلاصة.
61	- الاستنتاج العام.
63	- توصيات الدراسة.
	- البيبليوغرافيا.
	- الملاحق.
-	الملحق رقم (01)
-	الملحق رقم (02)
-	الملحق رقم (03)
-	الملحق رقم (04)

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
46	- الجدول (01) يبين الأساتذة المحكمين للمقياسين.	1
50	- الجدول (02): يبين مستويات درجات مقياس الرضا الوظيفي.	02
50	- الجدول (03): يبين مستويات درجات مقياس لصحة النفسية.	03
53	- الجدول 03: يبين مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.	04
54	- الجدول 05: يبين مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.	05
55	- الجدول (06): يبين العلاقة بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية.	06
59	- الجدول (07): يبين مقابلة النتائج بالفرضية العامة.	07

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
53	الشكل رقم (01): التمثيل البياني لنتائج مقياس الرضا الوظيفي.	1
54	- الشكل رقم (02): التمثيل البياني لنتائج مقياس الصحة النفسية.	02

الرضا الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

- دراسة ميدانية أجريت على مستوى بعض متوسطات ولاية البويرة -

إشراف الدكتور:

- رافع أحمد

إعداد الطالب:

- خياط حسين

الملخص:

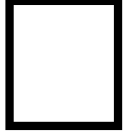
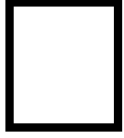
هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث استخدم الطالب المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهداف الدراسة وتطبيق المقاييس الخاصة بأداة الدراسة على عينة قوامها (30) أستاذًا تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، حيث تم استخلاص النتائج وتحليلها بالأساليب الإحصائية من خلال برنامج (spss)، وأظهرت النتائج أنه:

- مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.
- مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

ووفقًا للنتائج التي تم التوصل إليها فإن الطالب يوصي بما يلي:

- ✓ العمل على ضمان توفير الأدوات والمعدات الرياضية اللازمة، والمرافق المدرسية المناسبة، بما يسهل على الأساتذة أداء مهامهم بفاعلية ويقلل من الضغوط المرتبطة بنقص الإمكانيات.
- ✓ تخفيف الأعباء التدريسية، من خلال مراجعة الحجم الساعي وعدد التلاميذ في الأفواج لضمان السير الجيد للحصص وتوفير الوقت الكافي للإعداد لها.
- ✓ تسهيل التواصل بين الإدارة والأساتذة من خلال إنشاء قنوات اتصال مفتوحة وفعالة بين أساتذة التربية البدنية والإدارة المدرسية لحل المشكلات وتقديم الاقتراحات والاستماع إلى ملاحظاتهم.

الكلمات الدالة: الرضا الوظيفي، الصحة النفسية، أساتذة التربية البدنية والرياضية.



مقدمة البحث

مقدمة:

تعد التربية البدنية ميدانا حيويا يتجاوز مجرد النشاط الحركي، لتكون ركيزة أساسية في بناء جيل صحي ومتكامل، إنها ليست مجرد حصص تعليمية تهدف إلى تنمية اللياقة البدنية فحسب، بل هي عملية تربية شاملة تسعى إلى غرس عادات صحية سليمة، وتعزيز الوعي بأهمية النشاط البدني المنتظم والتغذية السليمة، من خلال التربية البدنية، يكتسب الأطفال والمراهقون المهارات الحركية الأساسية، ويطورون قدراتهم البدنية كالقوة والتحمل والمرونة، مما ينعكس إيجابا على صحتهم الجسدية والنفسية على حد سواء، كما تساهم في بناء شخصياتهم، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وتنمية روح التعاون والانضباط من خلال الأنشطة الجماعية والرياضات المختلفة، فجيل يدرك قيمة الحركة ويتبنى نمط حياة نشط هو جيل قادر على مواجهة تحديات المستقبل بصحة وعافية، مما يجعله ثروة حقيقية للمجتمع.

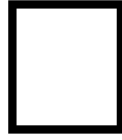
حيث يلعب أستاذ التربية البدنية دورا محوريا لا غنى عنه ضمن المنظومة التربوية ككل، فهو ليس مجرد مدرب رياضي، بل مرب ومعلم يساهم بشكل فعال في التكوين الشامل للتلاميذ، يتعدى دوره تقديم المهارات الحركية إلى غرس القيم الأخلاقية، وتعزيز الروح الرياضية، وتنمية القدرات الاجتماعية مثل التعاون والانضباط والقيادة، فهو قدوة للتلاميذ في الالتزام بالصحة واللياقة، ويساعدهم على بناء الثقة بالنفس وتجاوز التحديات الجسدية والنفسية، كما، يتحمل أستاذ التربية البدنية مسؤولية تصميم وتنفيذ أنشطة تعليمية جذابة ومحفزة تتناسب مع الفروق الفردية للتلاميذ، ويتطلب ذلك منه إعدادا دقيقا للدروس، بدءا من تحديد الأهداف التعليمية والبدنية، مروراً باختيار التمارين والألعاب المناسبة، وصولاً إلى توفير بيئة آمنة ومشجعة للجميع، يقوم بتقييم أداء الطلاب بشكل مستمر، ويقدم لهم التغذية الراجعة البناءة، ويوجههم نحو تطوير قدراتهم، كما يبرع في إدارة الحصص، وتوزيع المهام، والتعامل مع التحديات السلوكية، كل ذلك لضمان تحقيق أقصى استفادة من كل حصة، وتنمية جيل واع بأهمية النشاط البدني والصحة في حياته.

ويعد الرضا الوظيفي لأستاذ التربية البدنية والرياضية عنصرا حيويا لتحقيق التميز في المنظومة التعليمية، فهو يتجاوز مجرد الحصول على مردود مادي، ليشمل شعور الأستاذ بالتقدير، والانتماء، والإنجاز في عمله، عندما يكون أستاذ التربية البدنية راضيا عن وظيفته، ينعكس ذلك إيجابا على أدائه، حيث يزداد حماسه وطاقته في إعداد الحصص وتنفيذها بفاعلية، ويصبح أكثر إبداعاً في ابتكار أساليب تدريس جديدة ومحفزة، هذا الرضا يمكن أن ينبع من عدة جوانب، مثل توفير بيئة عمل داعمة، وتقدير جهوده، وإتاحة فرص التطور المهني، بالإضافة إلى الشعور بأن عمله يترك أثرا إيجابيا وملموسا في حياة التلاميذ وصحتهم، إذ أن تحقيق الرضا الوظيفي لأستاذ التربية البدنية

والرياضية ليس رفاهية، بل ضرورة استراتيجية، فالأستاذ الراضي يكون أكثر التزاما تجاه مهنته وطلابه، مما يؤدي إلى تحسين جودة التعليم البدني، وزيادة مشاركة الطلاب وشغفهم بالنشاط الرياضي، وبالتالي المساهمة في بناء جيل أكثر صحة ونشاطا بدنيا ونفسيا، إنه استثمار في رأس المال البشري الأكاديمي الذي ينعكس إيجابا على صحة المجتمع ككل، فالرضا الوظيفي للمعلم هو شعور داخلي بالراحة النفسية تجاه مهنة التعليم، ينبع من التوافق بين توقعات المعلم وطموحاته وما يحققه فعلا من خلال ممارسته للمهنة، فإذا وجد المعلم أن ما تقدمه له المهنة يلبي أو يفوق احتياجاته وتوقعاته، فإنه يشعر بالرضا، أما إذا كانت الإنجازات والنتائج أقل من طموحاته، فسيشعر بعدم الرضا (منصوري، 2013، ص286).

كما تعد الصحة النفسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية أمرا بالغ الأهمية، فهي لا تؤثر على جودة حياته الشخصية فحسب، بل تمتد لتنعكس بشكل مباشر على أدائه المهني وفعالته في توجيه التلاميذ، فالأستاذ الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة يكون أكثر قدرة على التعامل مع ضغوط العمل، وإدارة التحديات الصعبة خلال الحصص، وتقديم الدعم العاطفي للطلاب، فضلا عن كونه نموذجا إيجابيا للصحة المتكاملة، على العكس، فإن التوتر أو الإرهاق النفسي قد يؤثر سلبا على قدرته على الابتكار في الحصص، أو بناء علاقات إيجابية مع التلاميذ، أو حتى الحفاظ على شغفه بمهنته، لذا، فإن الاهتمام بالصحة النفسية لأستاذ التربية البدنية يمثل استثمارا ضروريا لضمان بيئة تعليمية صحية ومنتجة، ويساهم في نهاية المطاف في تحقيق الأهداف التربوية والبدنية المرجوة، فالصحة النفسية هي حالة من الاستقرار النسبي حيث يكون الفرد متكيفا مع ذاته وبيئته، ويتمتع بالتوازن الانفعالي، تتيح له هذه الحالة تحقيق ذاته، وفهم إمكانياته وقدراته، واستثمارها بأفضل شكل ممكن (الداهري، 2005، ص29).

حيث اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لتقديم بحث متكامل الجوانب، بدأنا بمدخل عام عرف بالبحث، حيث حددنا مشكلة الدراسة وصغنا فرضياتها، إضافة إلى توضيح أهمية الدراسة والأهداف المرجوة منها، مع ضبط المفاهيم والمصطلحات الخاصة بها، ثم انتقلنا إلى الجانب النظري، الذي قسم إلى فصلين، تناول الأول الخلفية المعرفية النظرية للدراسة من خلال ثلاثة محاور أساسية تتعلق بمتغيرات البحث، الرضا الوظيفي، الصحة النفسية، وأستاذ التربية البدنية والرياضية، بينما خصص الفصل الثاني لعرض الدراسات المرتبطة بالبحث، أما الجانب الثالث، فقد خصص للخلفية المعرفية التطبيقية، وشمل فصلين، الأول تناول منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، حيث عرضنا الدراسة الاستطلاعية وخطواتها، والمنهج العلمي المتبع، ومجتمع وعينة الدراسة، بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة والأساليب الإحصائية المعتمدة، أما الفصل الثاني فخصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة ومعرفة الباحث، واختتمت الدراسة باستنتاج عام، بالإضافة إلى تقديم توصيات واقتراحات تفتح آفاقا بحثية جديدة في هذا الموضوع من زوايا مختلفة.



مدخل عام:

التعريف بالبحث

الإشكالية:

يعد ميدان التربية البدنية والرياضية ركيزة أساسية في بناء الأجيال، فهو لا يقتصر على تنمية الجوانب البدنية فحسب، بل يمتد ليشمل الجوانب النفسية والاجتماعية للتلاميذ، وفي قلب هذا الميدان، يقف أستاذ التربية البدنية كعنصر فاعل ومؤثر، تقع على عاتقه مسؤولية كبيرة، لذا، يصبح الرضا الوظيفي والصحة النفسية لديه من العوامل الحاسمة التي تحدد مدى فعاليته وقدرته على تحقيق الأهداف التربوية المنشودة، مما ينعكس إيجابا على جودة العملية التعليمية وصحة الأجيال القادمة.

حيث دخل الإنسان القرن الواحد والعشرين يحمل معه من القرن الماضي عبئا ثقيلا من المشكلات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية المعقدة، وفي الوقت الراهن تعقدت أمور الحياة بشكل أكبر وكثرت مطالبها بسبب طغيان المادة على القيم والمعايير الروحية، مما جعل الإنسان يسعى بكل طاقته لتحقيق أهدافه وطموحاته مما شكل جوا ملائما لزيادة الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية والانحرافات السلوكية (دايلي، 2018، ص175).

والصحة النفسية هي عملية معقدة ومتشابكة، تنتج عن تضافر العديد من العوامل، وتتأثر بشكل كبير بكل من الخصائص الوراثية والظروف البيئية المتنوعة التي يمر بها الفرد، إنها ليست حالة ثابتة لا تتغير، بل هي حالة مكتسبة تزداد وتتناقص وفقا للأحوال الداخلية والخارجية للفرد، هذه الزيادة والنقصان هي مسألة نسبية تختلف من شخص لآخر ومن موقف لآخر، غالبا ما نجد أن العديد من الأشخاص، حتى أولئك الذين لا يعانون من اضطرابات نفسية واضحة، يشعرون بمستويات مزمنة من التعاسة، الخيبة، الإحباط، أو عدم الاطمئنان، قد يدرك هؤلاء الأفراد، لسبب أو لآخر، أنهم لم يتمكنوا من تحقيق أقصى إمكاناتهم، ولم يستمتعوا بالحياة كما ينبغي، أو لم يصلوا إلى النجاح المأمول في عملهم وعلاقاتهم الإنسانية (خليفة، 2018، ص41).

كما يمكننا تعريف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبيا من التوافق النفسي الشامل، والذي يشمل التوافق الشخصي والعاطفي والاجتماعي للفرد مع ذاته ومع بيئته المحيطة، في هذه الحالة، يشعر الفرد بالسعادة والرضا سواء مع نفسه أو مع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستثمار كامل قدراته وإمكاناته، كما تتضمن الصحة النفسية القدرة على مواجهة متطلبات الحياة بفعالية، وأن يتمتع الفرد بشخصية متكاملة وسوية، وسلوك طبيعي وحسن خلق، مما يضمن له العيش في سلام داخلي وخارجي. إذن هي حالة إيجابية تتجاوز مجرد غياب أعراض المرض النفسي، لتشمل التمتع بسلامة العقل واستقامة السلوك (زهران، 2005، ص09).

ونجد أن الرضا الوظيفي عنصر أساسي لنجاح أي مؤسسة، حيث يؤثر بشكل مباشر على إنتاجية الموظفين وجودة عملهم، فالعمل يعتبر عنصرا أساسيا من عناصر الانتاج وأساس التقدم والنهوض بأي مجتمع يحقق العديد

من المزايا المادية للفرد التي تتمثل في كونه مصدرا للرزق والدخل ولأسرته التي يقوم بإعالتها كما انه يحقق في نفس الوقت العديد من المزايا المعنوية كالشعور بالذات والكيان من خلال ما يؤديه من عمل، والرضا الوظيفي قضيه لها أهميتها في حياة الافراد والجماعات ذلك أن رضا الفرد عن مهنته يعد أساسا لتوافقه النفسي والاجتماعي ويرتبط ذلك بالنجاح في العمل ويعكس مكانه الفرد داخل مجتمعه (بهنسي، 2011، ص13).

يعد الرضا الوظيفي عاملا محوريا في نجاح الموظف، فهو المحرك الأساسي لشغفه بعمله، وجودة أدائه، ورغبته في الإبداع والتطور، وعلى النقيض، يرتبط عدم الرضا الوظيفي بظاهرتين سلبيتين هما الأمراض النفسية ومختلف أمراض القلب التي قد تصيب الموظف نتيجة للضغوط النفسية وعدم الارتياح في بيئة العمل، وقد كشفت الدراسات عن وجود علاقة وثيقة بين الرضا الوظيفي وظاهرة الإنهاك الجسدي والعقلي في العمل، مما يؤكد على الأهمية الكبيرة للجوانب النفسية للفرد وتأثيرها الإيجابي أو السلبي عليه بغض النظر عن طبيعة عمله (البارودي، 2015، ص ص 39-40).

فالرضا الوظيفي والصحة النفسية ركيزتين أساسيتين في حياة الفرد المهنية والشخصية، فهما يتكاملان ليشكلا بيئة عمل منتجة وحياة إيجابية، فعندما يشعر الموظف بالرضا عن عمله، تزداد إنتاجيته وتحفيزه، ويصبح أكثر إقبالا على التحديات وتطوير الذات، هذا الرضا لا ينبع فقط من الحوافز المادية، بل يتعداها ليشمل الشعور بالتقدير، والانتماء، وتوفير فرص للنمو والتعلم.

حيث أن الصحة النفسية تلعب دورا حيويا في قدرة الموظف على التعامل مع ضغوط العمل والتحديات اليومية بفعالية، فبيئة العمل الداعمة التي تراعي الجانب النفسي للموظفين تسهم في تقليل مستويات التوتر والقلق، وبالتالي تقلل من معدلات الغياب وتزيد من الولاء للمؤسسة، وعندما يتمتع الموظف بصحة نفسية جيدة، يكون أكثر قدرة على اتخاذ قرارات صائبة، والتعاون مع زملائه، وتقديم أفضل ما لديه، وإهمال أي من هذين الجانبين قد يؤدي إلى الإرهاق الوظيفي، وتدهور الأداء، وحتى المشكلات الصحية الجسدية، مما يؤثر سلبا على الفرد والمؤسسة على حد سواء، وفي ضوء ما سبق تم طرح التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية؟

التساؤلات الجزئية:

- ما مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

- ما مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

2- فرضيات البحث:

2-1- الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

2-2- الفرضيات الجزئية:

- مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

- مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

3- أسباب اختيار الموضوع:

3-1- أسباب ذاتية:

- الاهتمام الشخصي، شغف الباحث بمجال التربية البدنية والرياضة، وعلم النفس بشكل عام، مما يدفع للاستقصاء في هذا الموضوع الهام، والإحساس بالقدرة على تناول هذا الموضوع والكشف عن خباياه.

- الخبرة المسبقة، كان للباحث تجارب شخصية وملاحظات ميدانية عن التحديات التي يواجهها أساتذة التربية البدنية وتأثيرها على صحتهم النفسية، لكون الطالب أستاذ تربية بدنية ورياضية ويرغب في البحث في موضوع الصحة النفسية والرضا الوظيفي لدى الأستاذ، خاصة في ضل خصوصيات مادة التربية البدنية والرياضية.

- الرغبة في المساهمة، الدافع للمساهمة في تحسين ظروف عمل هذه الفئة المهنية الهامة.

3-2- أسباب موضوعية:

- أهمية مهنة أساتذة التربية البدنية، الدور الحيوي الذي يلعبونه في بناء صحة التلاميذ الجسدية والنفسية، مما يجعل صحتهم النفسية ورضاهم الوظيفي أمراً بالغ الأهمية.

- الضغوط المهنية، مهنة التربية البدنية والرياضة قد تكون مصحوبة بضغوط خاصة (مثل الإصابات، متطلبات الأداء، التعامل مع مجموعات كبيرة من التلاميذ، ضعف التقدير أحياناً).

- تأثير المهنة على الجودة التعليمية، مدى رضا الأستاذ وصحته النفسية يؤثران بشكل مباشر على جودة التعليم الذي يقدمه وقدرته على إلهام التلاميذ.

- نقص الدراسات الموجهة، كما ذكرنا في الأهمية العلمية، هناك حاجة فعلية لدراسات تركز على هذه الفئة المحددة.

- التحولات في بيئة العمل، التغيرات المستمرة في المناهج، المتطلبات الإدارية، والضغوط المجتمعية التي قد تؤثر على الرضا الوظيفي والصحة النفسية.

4- أهمية البحث:

4-1- الجانب العلمي (الأكاديمي):

- سد الفجوة البحثية، لقلة الدراسات المتخصصة التي تربط بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية تحديدا لدى فئة أساتذة التربية البدنية والرياضية (في حدود إطلاع الطالب).

- إثراء المعرفة، بتوفير بيانات ومعلومات جديدة تساهم في فهم أعمق للعلاقة بين هذين المتغيرين الهامين.

- قد تساهم النتائج في تقديم معلومات ونتائج تفسر هذه العلاقة، مما يفيد الباحثين في مجالات علم النفس المهني وعلم النفس الرياضي.

- منهجية البحث، إتاحة فرصة لاستخدام أدوات قياس وتقنيات إحصائية متقدمة لفهم هذه العلاقة بشكل دقيق.

4-2- الجانب العملي (التطبيقي):

- تحسين الأداء الوظيفي، فهم كيفية تأثير الرضا الوظيفي على الصحة النفسية يمكن أن يؤدي إلى تحسين بيئة العمل وبالتالي رفع مستوى أداء أساتذة التربية البدنية.

- تعزيز الصحة النفسية للأساتذة، تقديم توصيات عملية للمؤسسات التعليمية والجهات المعنية لتعزيز الصحة النفسية لأساتذة التربية البدنية من خلال زيادة رضاهم الوظيفي (في نهاية هذه الدراسة).

- خفض معدلات الإرهاق والاحترق الوظيفي، تحديد العوامل التي تساهم في تدني الرضا الوظيفي والتي قد تؤدي إلى الإرهاق، مما يساعد في وضع استراتيجيات للحد منها.

- العمل على توجيه الجهود نحو تصميم برامج دعم نفسي ومهني (برامج إرشادية وتدريبية) موجهة لهذه الفئة، تهدف إلى زيادة رضاهم وتحسين صحتهم النفسية.

- جودة التعليم، الصحة النفسية الجيدة والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية ينعكس إيجابا على جودة العملية التعليمية للتلاميذ في هذا المجال.

5- أهداف البحث:

- يمكن الهدف الرئيسي من هذا البحث التعرف على العلاقة بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، من خلال:
- التعرف على مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.
 - التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.
 - التعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا الوظيفي بأبعاده الستة (06) والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

6-1- الرضا الوظيفي:

* التعريف الاصطلاحي:

هو شعور الفرد بالسعادة والارتياح أثناء أدائه لعمله، ويتحقق ذلك بالتوافق بين ما يتوقعه الفرد من عمله ومقدار ما يحصل عليه فعلا في هذا العمل، وأن الرضا الوظيفي يتمثل في المكونات التي تدفع الفرد للعمل والانتاج (عبد اللطيف، 2015، ص09).

* التعريف الإجرائي:

ويعرفه الطالب أنه شعور عاطفي إيجابي ينتاب الفرد نتيجة تقييمه لوظيفته أو خبراته المهنية، هذا الشعور يعكس مدى التوافق بين ما يتوقعه الفرد ويحتاجه ويقدره في عمله، وبين ما تقدمه الوظيفة من مكافآت ومزايا، هذه المكافآت يمكن أن تكون مادية (كالأجر والمنح المقدمة)، أو معنوية (كالاعتراف بالجهد، حرية التصرف، فرص النمو، والعلاقات الاجتماعية)، ويعتبر الرضا الوظيفي عاملا نفسيا متعدد الأوجه، يتأثر بعوامل داخلية خاصة بالفرد (مثل السمات الشخصية والتطلعات) وعوامل خارجية تتعلق ببيئة العمل (مثل طبيعة المؤسسة وظروفها).
والتعريف الإجرائي للرضا الوظيفي في الدراسة الحالية هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الأساتذة من خلال إجاباتهم على فقرات مقياس الرضا الوظيفي المستخدم في هذه الدراسة.

6-2- الصحة النفسية:

* التعريف الاصطلاحي:

هي حالة تتسم بوجود مجموعة من الخصائص الإيجابية لدى الفرد، مثل العلاقات الشخصية القوية، والمهارات الاجتماعية الفعالة، والمشاركة المجتمعية البناءة، والعمل المرضي، والأنشطة الترفيهية الهادفة، بالإضافة إلى التمسك بالقيم والمبادئ والأهداف الواضحة، كل هذه العوامل تمكن الفرد من التكيف الجيد مع ذاته ومحيطه، وفي الوقت نفسه، تعني التحرر من الصفات السلبية والأعراض المرضية كالسلوك غير الناضج، وعدم الاستقرار

العاطفي، والشعور بالنقص، أو وجود معوقات جسدية ومظاهر عصبية، والتي من شأنها أن تعرقل هذا التوافق (خلفي، 2018، ص46).

*** التعريف الإجرائي:**

يعرفها الطالب بأنها حالة إيجابية من التوازن الانفعالي والنفسي، تمكن الفرد من مواجهة متطلبات الحياة اليومية بفعالية، وهي لا تعني الخلو من الأمراض النفسية فحسب، بل تشمل أيضا القدرة على التفكير بوضوح، تنظيم العواطف، تكوين علاقات بناءة مع الآخرين، والمساهمة بشكل إيجابي في مجتمعه، مما يعزز قدرته على تحقيق أقصى إمكاناته.

والتعريف الإجرائي للصحة النفسية في الدراسة الحالية هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الأساتذة من خلال إجابتهم على فقرات مقياس الصحة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

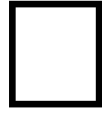
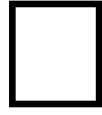
6-3- أستاذ التربية البدنية والرياضية:

*** التعريف الاصطلاحي:**

هو المحور الأساسي في عملية التعليم والتعلم، إذ يمتلك القدرة على اختيار وتكييف الأساليب التعليمية الأنسب لدرسه، من خلال هذا الاختيار، يتمكن الأستاذ من تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية بفعالية وتجسيدها على أرض الواقع (مرزوقي، قرومي، 2022، ص219).

*** التعريف الإجرائي:**

هو المتخصص التربوي الحاصل على شهادة من أحد معاهد أو أقسام التربية البدنية والرياضية، والذي يعنى بتعليم وتوجيه التلاميذ في مجال النشاط البدني والرياضي، يتجاوز دوره مجرد تقديم التمارين، ليشمل تنمية المهارات الحركية، غرس القيم الرياضية والأخلاقية، وتعزيز الوعي الصحي واللياقة البدنية لدى الأفراد، يعمل الأستاذ على تصميم وتنفيذ برامج تعليمية تتناسب مع الفئات العمرية المختلفة، مستخدما أساليب تدريس متنوعة لتحقيق الأهداف البدنية، العقلية، والاجتماعية للتلاميذ، مما يسهم في بناء شخصيات متكاملة وصحية.

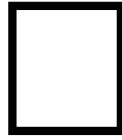


□ الجانب النظري:

الخلفية المعرفية النظرية

□ للدراسة

□ والدراسات المرتبطة بالبحث



□ الفصل الأول:

الخلفية المعرفية

النظرية للدراسة

تمهيد:

يعد الجانب النظري أول ما نستهل به مذكرات التخرج، والذي يضم جميع المعطيات والمعلومات النظرية والمعرفية الخاصة بمتغيري البحث (المستقل والتابع)، حيث تم تخصيص هذا الفصل للتطرق إلى ثلاث محاور أساسية، حيث تضمن المحور الأول الرضا الوظيفي، وتضمن المحور الثاني الصحة النفسية، وتضمن المحور الثالث أستاذ التربية البدنية والرياضية.

1-1- مفهوم الرضا الوظيفي:

الرضا الوظيفي هو شعور نفسي بالقناعة والارتياح والسعادة يتحقق عند إشباع الحاجات والرغبات والتوقعات من العمل نفسه وبيئة العمل، بالإضافة إلى الشعور بالثقة والولاء والانتماء للمنظمة (البارودي، 2015، ص38).

الرضا الوظيفي هو حالة إيجابية من الارتياح تتبع من تحقيق الذات من خلال النجاح في العمل والتكيف مع المؤثرات البيئية الداخلية والخارجية (قاشي، 2017، ص122).

الرضا الوظيفي هو مجموعة من المشاعر الداخلية الإيجابية التي يشعر بها العاملون، مثل الطمأنينة والسعادة تجاه العمل بشكل عام ونمط القيادة بشكل خاص (صبرينة، 2017، ص276).

الرضا الوظيفي هو الشعور الإيجابي الذي يحسه الأستاذ أثناء أدائه لعمله، وينتج عن التوافق بين توقعاته من العمل وما يحصل عليه، ويشمل العناصر التي تدفعه للعمل بارتياح (بوفرة، 2014، ص85)..

الرضا الوظيفي هو المشاعر التي يكونها العامل تجاه عمله، وترتبط بعوامل متعددة مثل الأجر، وجماعة العمل، والترقية، وساعات العمل وغيرها (بوردين، 2017، ص332).

الرضا الوظيفي هو حالة نفسية تعكس مدى شعور المدرس بالارتياح النفسي تجاه مهنة التعليم عند ممارستها، وينتج عن الفرق بين ما يقدمه المدرس وطموحاته وحاجاته وما توفره له المهنة. يتحقق الرضا إذا حصل على حاجات تعادل أو تفوق توقعاته، بينما يشعر بعدم الرضا إذا كانت أقل (منصوري، 2013، ص286).

الرضا الوظيفي هو الحالة المتوقعة للأفراد مقارنة بما هو متوقع منهم وما يحصلون عليه لإشباع حاجاتهم، مما يؤدي إلى تحقيق فعالية في الأداء وبالتالي تحقيق أهداف المنظمة بشكل عام (يونسي، 2015، ص07).

الرضا الوظيفي هو حالة وجدانية ناتجة عن الفرق بين ما يقدمه المعلم للمدرسة وبين طموحاته وحاجاته وما تقدمه له المدرسة في جوانب مثل طبيعة العمل، والإعداد، والعلاقات التربوية، والأجر، والإشراف، والاعتراف، والترقية (بوعلي، 2009، ص13).

الرضا الوظيفي هو شعور العامل بالارتياح الناتج عن جودة الحياة في بيئة العمل، ويتضح من خلال مؤشرات مثل ارتفاع الإنتاجية، وانخفاض الغياب، وعدم الرغبة في تغيير العمل، والشعور بالنمو، والإحساس بالأمان وعدم التهديد، وذلك من خلال العلاقات مع الزملاء والرؤساء (بونوه، 2016، ص22).

1-2- خصائص الرضا الوظيفي:

أهم خصائص الرضا الوظيفي:

- تعددية المفهوم والقياس: يلاحظ وجود تعريفات وطرق قياس متنوعة للرضا الوظيفي، تعكس اختلاف وجهات نظر الباحثين وخلفياتهم النظرية.
- طبيعة فردية: يعد الرضا الوظيفي تجربة فردية، حيث يمكن أن يختلف شعور الرضا من شخص لآخر تبعا لاختلاف الحاجات والدوافع الفردية.
- ارتباط بالجوانب السلوكية المتداخلة: يتأثر الرضا الوظيفي بتعقيد وتداخل الجوانب المختلفة للسلوك الإنساني، مما قد يؤدي إلى نتائج متباينة في الدراسات المختلفة نظرا لاختلاف الظروف.
- حالة من القناعة والقبول: يتميز الرضا الوظيفي بأنه شعور بالقناعة والقبول الناتج عن تفاعل الفرد مع عمله وبيئة العمل، وإشباع حاجاته ورغباته، مما يعزز الثقة والولاء والأداء.
- تأثير سياق العمل والنظام الاجتماعي: يرتبط الرضا الوظيفي ببيئة العمل والنظام الاجتماعي، وهو محصلة لتجارب الفرد الإيجابية والسلبية المتعلقة بالعمل، وينعكس في تقييمه للعمل والإدارة بناءً على تحقيق أهدافه الشخصية.
- استقلالية عناصر الرضا: الرضا عن جانب معين من العمل لا يعني بالضرورة الرضا عن الجوانب الأخرى، كما أن المؤثرات على الرضا تختلف فعاليتها من فرد لآخر بسبب اختلاف الحاجات والتوقعات (البارودي، 2015، ص 39-40).

1-3- أهمية الرضا الوظيفي بالنسبة للموظف:

يعد الرضا الوظيفي حجر الزاوية في نجاح الموظف، فهو المحرك الأساسي لشغفه بعمله، وجودة أدائه، ورغبته في الإبداع والتطور، على النقيض من ذلك، يرتبط عدم الرضا الوظيفي بمشكلات صحية خطيرة كالأمراض النفسية والقلبية الناتجة عن الضغط وعدم الارتياح في بيئة العمل، وقد أكدت الدراسات وجود صلة وثيقة بين الرضا الوظيفي وظاهرة الإساءة الجسدية والعقلية في العمل، مما يبرز أهمية الجانب النفسي للفرد وتأثيره العميق على حياته المهنية، ومن البديهي أن الموظف الذي يرى في وظيفته فرصا محفزة ونموا، سيتمسك بها، بينما من يشعر بانعدام الأمان وأن مساره المهني مسدود، سيبحث حتما عن بدائل أخرى، ومن الأخطاء الشائعة التي ترتكبها بعض الشركات، لخفض التكاليف، البدء بتقليل رواتب الموظفين، مما يولد لديهم شعورا بالظلم يقوض قدرتهم على الإبداع والإنتاج، ويدفعهم للبحث عن فرص أفضل لدى المنافسين، لذا، ينصح بدفع رواتب أعلى قليلا من متوسط السوق،

وتقديم مكافآت للمتميزين، وإشراك الموظفين في اتخاذ القرارات، هذه الممارسات تعزز شعورهم بالملكية وتحفزهم على الاجتهاد والحفاظ على موارد المؤسسة، مما يساهم في زيادة ربحها وتحقيق أهدافها (البارودي، 2015، ص40).

يعد الرضا الوظيفي للعاملين مؤشرا بالغ الأهمية لصحة المنظمة وعافيتها، ويعكس مدى فاعليتها، فمن المفترض أن المنظمات التي يفتقر موظفوها إلى الرضا الوظيفي تكون أقل حظا في تحقيق النجاح مقارنة بتلك التي يتمتع موظفوها بمستوى عالٍ من الرضا، ويلاحظ أن الموظف الراضي عن عمله يكون أكثر ميلاً للاستمرار في وظيفته والمساهمة في تحقيق أهداف المنظمة، بالإضافة إلى كونه أكثر نشاطاً وحماساً في أدائه، ويترتب على تحقيق الرضا الوظيفي العديد من الآثار الإيجابية، حيث يرتبط ارتفاعه بانخفاض معدلات دوران العمل وتراجع ظاهرة التغيب، وعلى الجانب الآخر، يميل الأفراد ذوو الأداء المرتفع إلى البحث عن فرص عمل بديلة إذا انخفض رضاهم الوظيفي، وذلك نظراً لقدرتهم على إيجاد خيارات أخرى (عزيز، 2013، ص50).

1-4- العوامل المؤثرة على الرضا الوظيفي:

- الرضا عن الأجر: يشمل الحصول على مقابل مادي كاف لتلبية الاحتياجات الأساسية والشعور بالأمان المالي والمكانة الاجتماعية، بالإضافة إلى كونه تعبيراً عن تقدير المنظمة للعامل.
- الرضا عن محتوى العمل: يتحقق من خلال إثراء الوظيفة وتنوع المهام الذي يسمح للعامل بإظهار مهاراته المختلفة، ويشمل ذلك:
 - مدى تنوع مهام العمل: لتجنب الملل والحفاظ على القدرات الذهنية.
 - مدى الاستقلالية المتاحة: منح الفرد حرية في الأداء لتحقيق نتائج مرضية.
 - استخدام قدرات الفرد: مما يزيد من شعوره بالرضا عن عمله.
 - تجارب النجاح والفشل في العمل: لتعزيز تقدير الفرد لذاته وثقته بها.
 - الرضا عن فرص الترقى: يساهم في تحقيق النمو والتطور المهني للأفراد.
 - الرضا عن الإشراف: يعزز العلاقة بين العاملين والمشرفين، مما يسهل تنفيذ التوجيهات والرقابة الفعالة.
 - الرضا عن جماعة العمل: يؤدي إلى التفاعل الإيجابي والتفاهم والتنسيق بين الزملاء، مع وضوح أدوار ومهام كل فرد.
 - الرضا عن ساعات العمل: مع توفير فترات راحة مناسبة، مما يعود بالنفع على الموظف.

- الرضا عن ظروف العمل: يتأثر بالبيئة المادية والمردود الذي يحصل عليه الفرد بغض النظر عن صعوبة العمل (عبد اللطيف، 2015، ص 25-26).

1-5- مؤشرات الرضا الوظيفي وعدم الرضا الوظيفي:

أ- علامات الرضا الوظيفي: يمكن ملاحظتها من خلال:

- الأداء: مدى جودة وكفاءة الفرد في إنجاز المهام الوظيفية المختلفة.

- الولاء للمنظمة: شعور الموظف تجاه مؤسسته، ومدى ارتباطه بها ورغبته في خدمتها، حيث يتأثر هذا الولاء بشكل كبير بمستوى الرضا الوظيفي.

- الصحة الجسدية والعقلية: يرى "ديبراي" أن الحالة النفسية للموظف تؤثر على صحته العضوية، وبالتالي تنعكس مستويات الرضا أو عدم الرضا على هذه الصحة إيجابا وسلبا، وقد أكد "بورك" هذا الارتباط بوجود علاقة بين الرضا وبعض الأعراض الجسدية مثل التعب، وصعوبة التنفس، والصداع، وغيرها.

ب- علامات عدم الرضا الوظيفي: تظهر من خلال:

- الغياب: عدم الانتظام في الحضور للعمل، وقد أظهرت العديد من الدراسات وجود علاقة بين الغياب ومستوى الرضا الوظيفي.

- دوران العمل: ترك الموظف للعمل بإرادته واختياره، وقد أشارت نتائج الدراسات إلى وجود ارتباط بين الرضا الوظيفي ودوران العمل، مع عوامل أخرى مؤثرة مثل اختلاف الرؤساء وطبيعة العمل وظروفه وعمر العامل وفرص العمل البديلة.

- التظاهر بالمرض (التمارض): يفترض الباحثون وجود علاقة عكسية بين مستوى الرضا الوظيفي ومعدلات الحوادث والإصابات في العمل، حيث يُعتقد أن الموظف غير الراضي يكون أكثر عرضة للإصابة. بينما يرى آخرون أن الإصابات قد تكون سببًا في حد ذاتها لعدم الرضا.

- الشكاوى: لجوء الموظف إلى تقديم تظلمات وشكاوى كآخر وسيلة للتعبير عن استيائه من الأسباب التي أدت إلى عدم رضاه عن عمله.

- الاضطراب: يعتبر من أقوى علامات عدم الرضا الوظيفي، ويعكس حالة من التذمر والفوضى والإهمال التي يعيشها الموظف داخل المؤسسة، كلجوء كرد فعل على ظروف مثل الأجور المنخفضة وأساليب الإشراف والترقية وغيرها.

- التخريب واللامبالاة: يؤدي انخفاض مستوى الرضا الوظيفي إلى ضعف اهتمام الموظف وانضباطه أثناء أداء مهامه، مما قد ينتج عنه الإهمال واللامبالاة (براهمي إبراهيم، 2017، ص 70-71).

1-6- طرق قياس الرضا الوظيفي: أهم طرق قياس الرضا الوظيفي:

- طريقة تحليل ظواهر الرضا:

- تحليل ظواهر الرضا: تعتبر هذه الطريقة الأكثر شيوعاً، حيث يتم تحليل مؤشرات سلوكية تعكس مستوى الرضا لدى الموظف، من هذه المؤشرات:

- معدل دوران العمل والتغيب والتمارض: يشير انخفاض هذه المعدلات عموماً إلى ارتفاع مستوى الرضا الوظيفي.

- المزايا: دقة المعلومات وسهولة تصنيفها والابتعاد عن التحيز.

- العيوب: صعوبة التأكد من صحة البيانات وترجمة بعضها. (الشرايدة، 2008، ص 107).

- طبيعة القصة:

تعتمد على إجراء مقابلات شخصية مع الموظفين ليتذكروا أوقات شعورهم بالرضا أو عدم الرضا عن العمل وأسباب ذلك وتأثيره على أدائهم.

- أهم النتائج: العوامل المؤدية للرضا لا يعني غيابها عدم الرضا بالضرورة.

- العيوب: احتمالية نقص الموضوعية لاعتمادها على التقديرات الشخصية (الشرايدة، 2008، ص 107).

- طريقة الإستفتاءات:

تستخدم استبيانات لجمع آراء الموظفين حول رضاهم الوظيفي. تتضمن هذه الاستبيانات نماذج مختلفة مثل نموذج فروم ونموذج بورتر الذي يقيس الرضا بناءً على إشباع خمس حاجات إنسانية (الأمن، الانتساب، تقدير الذات، الاستقلال، تحقيق الذات).

- المزايا: سهولة التصنيف الكمي للبيانات، إمكانية استخدامها مع عينات كبيرة، قلة التكلفة، ووفرة المعلومات. (الشرايدة، 2008، ص 107-108).

- طريقة الحالات الحرجة:

تعتمد على مطالبة الموظفين بوصف مواقف محددة في العمل وشعورهم تجاهها لتحديد مستوى رضاهم.

- طريقة المقابلة الشخصية:

جري الرئيس مناقشات فردية مع رؤوسيه حول جوانب العمل المختلفة، ويتم تحليل إجاباتهم لفهم مستوى رضاهم والعناصر التي يرونها إيجابية أو تحتاج إلى تحسين.

ويلاحظ أن لكل طريقة من طرق قياس الرضا الوظيفي مزاياها وعيوبها، وعلى الباحث ان يفاضل بين هذه

الطرق من حيث:

- ملاءمتها لمجتمع البحث و مفردات العينة التي يود اختيارها.
- التسهيلات والإمكانيات المتاحة له باستخدام كل طريقة.
- درجة الدقة التي يتوخاها لنتائجه، وطبيعة المؤثرات التي يسعى للوصول إليها، هل هي مؤثرات كمية أو نوعية.
- نقاط القوة و الضعف التي تنطوي عليها كل طريقة (الشرايدة، 2008، ص108).

تعتبر الصحة النفسية من أهم جوانب الصحة العامة، حيث تساهم بشكل كبير في تحقيق التوازن العقلي والعاطفي الذي ينعكس على سلوك الفرد وقدرته على التفاعل مع محيطه، تمثل الصحة النفسية حالة من الاستقرار والرفاهية النفسية التي تمكن الأفراد من التعامل مع التحديات والضغوط اليومية بشكل إيجابي، إن الاهتمام بالصحة النفسية لا يقل أهمية عن الاهتمام بالصحة الجسدية، إذ أن اضطرابات الصحة النفسية قد تؤثر بشكل كبير على جودة الحياة وتؤدي إلى العديد من المشاكل الصحية والسلوكية، فالإنسان المتمتع بالصحة النفسية هو القادر على مواجهة مصاع ومساكن الحياة، وكذا التكيف مع مختلف المواقف الحياتية المعاشة يعتبر تكيفا معقولا.

2-1- مفهوم الصحة النفسية:

الصحة النفسية تعني القدرة على التوافق مع نفسه ورضاه عن نفسه وتوافق مع المجتمع الذي يعيش فيه وسلامة الفرد من الصراعات الداخلية وقدرته على التكيف مع الوسط الذي يعيش فيه مع متغيرات البيئة المادية والاجتماعية من حوله.

أن الحالة النفسية للفرد، والتي تتمثل في الصحة النفسية، هي تكامل طاقات الفرد المختلفة مما يؤدي إلى حسن استثمارها وتحقيق جودة إنسانية (صولي إيمان، 2014، ص32).

يعرف صبره وشريت (2004) الصحة النفسية بأنها سلامة الفرد من المرض النفسي والعقلي بمختلف صورته، وعدم ظهور أعراض للاضطرابات السلوكية الحادة في الأفعال والتصرفات (صبره ، شريت، 2004، ص23)

يشير الداھري (2005) إلى أن مصطلح الصحة النفسية يُستخدم للدلالة على نمو السلوك الشخصي والاجتماعي نحو السواء، والوقاية من الاضطرابات النفسية. ويرى أن الصحة النفسية هي تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به، كما تجعل الفرد قادراً على مواجهة المشكلات المختلفة (الداھري، 2005، ص25).

ترى منظمة الصحة العالمية أن الصحة النفسية هي حالة من الرفاه الكامل على الصعيد البدني والعقلي والاجتماعي للفرد، وهي تتجاوز مجرد غياب الأمراض النفسية أو العقلية (سفاصفة، عربيات، 2005، ص 09).

يصف الداھري (2005) الصحة النفسية بأنها حالة تتميز بالاستقرار النسبي، حيث يكون الفرد متكيفاً مع ذاته وبيئته، ولديه توازن انفعالي، بالإضافة إلى قدرته على تحقيق ذاته ومعرفة واستغلال إمكاناته المتاحة. (الداھري، 2005، ص29).

2-2- أهداف الصحة النفسية:

- يمكن للمعلومات حول الصحة النفسية أن تزود الأخصائي النفسي بما يلي:
- تعزيز الصحة النفسية: فهم أبعاد الصحة النفسية الإيجابية يمكن الأخصائي من وضع استراتيجيات لرفع مستوى الرفاهية النفسية للأفراد.
 - فهم التوافق والشخصية: إدراك الترابط بين التوافق النفسي والجوانب المختلفة للشخصية يساعد في فهم الصعوبات التي يواجهها الأفراد بشكل أعمق.
 - التوجيه والإرشاد: المعرفة الشاملة بمبادئ الصحة النفسية تمكن الأخصائي من تقديم التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي الفعال للأفراد.
 - إدراك المفاهيم الأساسية: فهم واضح لأبعاد المفاهيم والمصطلحات العامة المستخدمة في مجال الصحة النفسية يسهل التواصل المهني والتشخيص.
 - تشخيص وعلاج الأمراض النفسية: الإلمام بالأمراض النفسية يساعد في عملية التشخيص ووضع الخطط العلاجية المناسبة.
 - فهم الأسباب: معرفة أسباب الأمراض النفسية والانحرافات السلوكية الشائعة لدى الأفراد يساهم في الوقاية والتدخل المبكر - (عطية، 2014، ص22).

2-3- معايير الصحة النفسية:

- لقد أصبح واضحاً أن العلوم الإنسانية تتم بصورة كبيرة في وضع وسائل و معايير للقياس والتقييم أسوة بالعلوم الطبيعية، وحرصاً على الوصول إلى أدق النتائج و اصدق التشخيص، و لكن طبيعة النفس البشرية تعقد هذه المهنة على المختصين والخبراء في مجال علم النفس و خصوصاً عندما يتعلق الأمر بتحديد معايير الصحة النفسية.
- وتؤكد " فوزي " على انه ومع تراكم المعرفة في مجال الصحة النفسية، أصبح من المطلوب بإلحاح تحديد أسلوب يمكن من خلاله التعرف على نصيب الفرد من الصحة النفسية كما و كيفاً و قد يكون من الصعب أن يحدث نوع الإنفاق بين كافة مدارس علم النفس في هذا الصدد، إلا أن الاختلاف في هذا المجال قد يصبح مفيداً عندما يعني اتساع الزوايا التي تحدد المعايير في ضوءها بما يغطي أكبر رقعة من الحقيقة.

وأشار علماء النفس إلى عدة معايير ومناهج تُستخدم لقياس الصحة النفسية والتمييز بين السلوك السوي وغير السوي، ومنها:

أ- المعيار الطبي:

يعتمد على الحكم على حالة الشخص الصحية أو المرضية من خلال الفحص الإكلينيكي باستخدام الأدوات والوسائل الطبية المختلفة، والمقابلة النفسية بين الأخصائي والمريض، وأسلوب الملاحظة المتخصصة.

ب- المعيار الذاتي:

تحدد السوية هنا بناء على إدراك الفرد وشعوره الداخلي وخبرته الذاتية، فإذا شعر الفرد بالقلق وعدم الرضا عن ذاته، يُعتبر غير سوي وفقا لهذا المعيار (غريب، 1999، ص137).

ج- المعيار الوظيفي:

يتم تقييم السلوك على أنه سوي أو مضطرب عند معرفة الهدف الكامن وراءه.

د- المعيار الإحصائي:

يتخذ المتوسط أو المنوال (الشائع) معيارا للسوية، وتُعتبر اللاسوية هي الانحراف عن هذا المتوسط بالزيادة أو النقصان.

هـ- المعيار الاجتماعي:

يعتمد هذا المعيار على معايير وقيم المجتمع في الحكم على السلوك السوي أو المنحرف. فما يقبله المجتمع ويرضى عنه يعتبر سلوكا سويا، وما يرفضه يُعتبر سلوكًا منحرفا (أبو حويج والصفدي، 2001).

و- المعيار المثالي:

يشير إلى حالة من الكمال أو مجموعة من الشروط المثالية المستقلة عن الواقع والزمان، ويُعتبر الوصول إليها والسعي نحو تحقيقها أمرا جديرا بالطموح (رضوان، 2000، ص63).

ز- المعيار الباطني:

وفقا لهذا المعيار، لا يمكن تحديد مدى قرب الفرد من السواء أو اللاسواء إلا بتجاوز مستوى السلوك الظاهري والبحث عن الأسباب والدوافع الكامنة والصراعات الأساسية، وكيفية تعامل الإنسان مع هذه المحتويات الكامنة وقدرته على التعبير عنها وإشباع رغباته ودوافعه (فوزي، 2005).

ح- المعيار التلاؤمي:

في هذا المعيار، يحدد السلوك السوي وغير السوي من خلال مدى مساعدة الفرد على تحقيق النضج المطلوب وتحقيق ذاته. ويُعتبر الدافع لإدراك الجهد الكامل الذي يبذله الفرد عاملاً هاماً في تحديد السلوك السوي وغير السوي (الداهري، 2005، ص40).

2-4- خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية:

- تقدير الذات:

يتميز الأفراد ذوو الصحة النفسية العالية بشعور قوي بتقبل الذات وتقديرها بشكل موضوعي، وهذا يشمل حب الذات مع التمييز عن الأنانية وعشق الذات (عليوي، 2011).

- التكيف:

القدرة على التفاعل الديناميكي والتأثير المتبادل مع البيئة المحيطة، وليس مجرد الخضوع السلبي لها، مما يؤدي إلى تكيف نشط وملائم لمختلف جوانب الحياة.

- الشعور بالسعادة مع النفس:

يتمثل في الراحة النفسية الناتجة عن ماضي نظيف، وحاضر سعيد، ومستقبل مشرق، والاستفادة من الخبرات اليومية، وإشباع الحاجات والدوافع النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة، بالإضافة إلى اتجاه متسامح نحو الذات واحترامها وتقبلاتها، والثقة بها، ومفهوم إيجابي للذات، وتقدير الذات بشكل حقيقي (مدثر أحمد، 2000، ص16).

الشعور بالسعادة مع الآخرين:

يتضمن حب الآخرين والثقة بهم واحترامهم وتقبلهم، والاعتقاد بالثقة المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحوهم ("التكامل الاجتماعي")، والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب، والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين، والاستقلال الاجتماعي، والسعادة الأسرية، والتعاون وتحمل المسؤولية (زهران، 2005).

- تحقيق الذات واستغلال القدرات:

فهم النفس والتقويم الواقعي، وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات ومبدأ الفروق الفردية، واحترام هذه الفروق وتقدير الذات حق قدرها، واستغلال القدرات والإمكانات لتحقيق صحة وتوافق نفسي جيد (الزبيدي، 2007).

- القدرة على مواجهة مطالب الحياة ومشاكلها:

امتلاك نظرة سليمة وموضوعية لمتطلبات الحياة اليومية ومشاكلها، والسعي للتعرف على كل ما هو جديد فيها، وتبني موقف إيجابي في مواجهتها، والقدرة على حل المشكلات ومواجهة المواقف الحياتية وصراعاتها، وبذل الجهد للتغلب عليها وعدم الاستسلام لها، والسيطرة على الأفكار القديمة وتجاوزها (صبره وأشرف، 2004).

- التكامل النفسي:

الأداء الوظيفي الكامل والمتكامل والمتناسق للشخصية ككل (جسميًا، عقليًا، انفعاليًا، اجتماعيًا) والتمتع بالصحة النفسية ومظاهر النمو العادي (زهران، 2005، ص50)

- السلوك العادي:

تبني السلوك العادي والمعتدل والمألوف والغالب على حياة أغلبية الناس العاديين، والعمل على تحسين مستوى التوافق النفسي (مدثر أحمد، 2003، ص17).

- حسن الخلق:

التحلي بالأدب والالتزام، وطلب الحلال واجتناب الحرام، وبشاشة الوجه، وبذل المعروف، وكف الأذى، وإرضاء الناس في السراء والضراء، ولين القول، وحب الخير للناس، والكرم، وحسن الجوار، وقول الحق، وبر الوالدين، والحياء، والصلاح، والصدق، والبر، والوقار، والصبر، والشكر، والرضا، والحلم، والعفة.

- العيش في سلامة وسلام:

التمتع بالصحة النفسية والجسمية والاجتماعية، والأمن النفسي والسلم الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة والتمتع بها، والتخطيط للمستقبل بثقة وأمل (زهران، 2000، ص14).

- الاستقلالية وثبات الاتجاهات:

الاعتماد على الذات في إبداء الآراء وعدم التبعية، والدفاع عن الآراء والاتجاهات أمام الآخرين مع التمتع بالصحة النفسية، مع التأكيد على الثبات في الاتجاهات وعدم التذبذب بين القبول والرفض دون الوصول إلى حد التصلب في الآراء.

- الواقعية في الطموح والأهداف:

التعامل مع الحقائق بموضوعية وواقعية عند وضع أهداف واضحة ومقبولة ومناسبة وقابلة للتحقيق.

- المرونة والاستفادة من الخبرات السابقة:

القدرة على التكيف والتعديل والتغير بما يتناسب مع الموقف لتحقيق التكيف، وقد يحدث التعديل نتيجة لتغير في حاجات الفرد أو أهدافه وبيئته، بالإضافة إلى تعديل السلوك بناءً على الخبرات السابقة وعدم تكرار السلوك الفاشل (صولي إيمان، 2014، ص37).

- الاتزان الانفعالي:

قياس الصحة النفسية بثبات واتزان الفرد ("نضج الأنا") ونجاحها في التوفيق بين مطالب الواقع ومطالب "الهو" و"الأنا الأعلى"، وبقدرة الفرد على التوفيق والانسجام بين دوافعه المختلفة بحيث لا تتعارض بشكل ظاهر (العمرية، 2000).

- القدرة على مواجهة الإحباط:

امتلاك القدرة على الصمود للشدائد دون إسراف في استخدام الحيل الدفاعية، ويتطلب ذلك كفاءة من جانب الأنا لمواجهة المواقف المحبطة بطريقة تتفق والعمليات الواقعية للموقف، حيث تعتبر درجة تحمل الفرد للإحباط من أهم سمات شخصيته التي تميزه عن غيره (زبيدي ونصيرة، 2012، ص109).

3-1- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

وفقا لأحمد ماهر أنور حسن (2007)، يعرف معلم التربية الرياضية بأنه شخصية تربوية فريدة تتاح لها فرص متعددة للتأثير الإيجابي على التلاميذ، وتقديم الدعم لهم في مختلف الأوقات والأماكن سواء داخل المدرسة (في الفصل، الملعب، الساحات) أو خارج البرنامج المدرسي خلال أوقات فراغهم، يقوم هذا المعلم بإكسابهم المهارات الحركية، وتزويدهم بالمعلومات العلمية والنظرية، وتوجيههم نحو ممارسة الأنشطة الحركية المتنوعة بما يتناسب مع قدراتهم واستعداداتهم، بهدف تحقيق نمو وتطور متكامل ومتوازن لديهم (حسن، 2007، ص178).

تعتبر ميرفت علي خفاجة أن معلم التربية الرياضية هو الركيزة الأساسية وحجر الزاوية في العملية التعليمية ضمن مجال التربية الرياضية المدرسية، فهو القادر على إحداث تأثير ملموس في تلاميذه حتى مع تغير المناهج وتطورها لتواكب العصر، يساهم هذا المعلم في تنمية المهارات والقدرات المختلفة لدى المتعلمين من خلال تنظيم العملية التعليمية وفهم احتياجاتهم وأنماط تفكيرهم، إضافة إلى ذلك، يلعب معلم التربية الرياضية دورا قياديا ورائدا رياضيا واجتماعيا، يساهم في تقدم المجتمع بتثنية جيل صحيح يتسم بحب الوطن، كما يعمل على تسليح تلاميذه بأساليب التعلم الذاتي التي تمكنهم من اكتساب المعارف، وتكوين القدرات، وغرس القيم الأخلاقية والاجتماعية والجماعية في نفوسهم (خفاجة، 2008، ص173).

يرى عصام الدين متولي عبد الله (2011) أن معلم التربية البدنية يضطلع بدور محوري في المدرسة، ولا يمكن إنكار هذا الدور نظرا لما يمتلكه من صفات قيادية حكيمة، كما يعتبر من الشخصيات المحبوبة والمؤثرة في التلاميذ، وذلك بفضل أسلوبه الذي يتميز بالعطف، اللين، الصبر، العزم، والكياسة، وقد أكدت العديد من البحوث والدراسات أن شخصية معلم التربية البدنية بالغة الأهمية بالنسبة للتلاميذ، حيث إن مؤهلاته تمكنه من الإلمام بطبيعة التلاميذ النفسية والاجتماعية، مما يدعم تربيتهم من النواحي الجسمية والاجتماعية، وينعكس إيجاباً على نشأة تلاميذ يتمتعون بجسم سليم ونفس سوية (متولي عبد الله، 2011، ص279).

يشير حمدي محمد (2004) إلى أن مدرسي التربية البدنية والرياضية هم الأفراد المتخصصون في تدريس مجال التربية البدنية والرياضية ضمن المؤسسات التربوية، مع التركيز بشكل خاص على المرحلة الثانوية (حمدي، 2010، ص48).

يعرف عبد القادر عثمانى (2013) أستاذ تخصص التربية البدنية والرياضية بأنه خريج معاهد التربية البدنية والرياضية، سواء من النظام الكلاسيكي الذي يتطلب أربع سنوات من الدراسة، أو نظام LMD الذي يستغرق ثلاث سنوات (عثمانى، 2013، ص48).

3-2- خصائص وصفات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

تتطلب مهنة أستاذ التربية البدنية والرياضية مجموعة من الصفات والخصائص المتكاملة التي تمكنه من أداء دوره التربوي بفاعلية، يمكن تصنيف هذه الصفات إلى جانبين رئيسيين:

أ- الصفات المعرفية:

أكدت معظم الأبحاث والدراسات على ضرورة امتلاك المعلم، بشكل عام، مستوى معين من الذكاء لتمكينه من عملية التعليم. وإلى جانب الذكاء، يجب أن يتمتع أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفات وقدرات معرفية أخرى منها:

- الإلمام التام بمجال تخصصه الأكاديمي: يجب أن يمتلك الأستاذ فهماً عميقاً وتمكناً كاملاً من المادة أو الموضوع الذي يقوم بتدريسه.
- القدرة على التعبير بوضوح (الطلاقة): القدرة على توصيل الأفكار والمعلومات المطلوبة من المادة الدراسية إلى التلاميذ بأسلوب سلس وواضح.
- القدرة على التكيف بين الأفكار ومستوى التلاميذ العقلي: يعني ذلك موائمة المواضيع المعطاة مع المتوسط العمري العقلي للتلاميذ لضمان الاستيعاب الفعال.
- القدرة على تنظيم وتسلسل محتوى الدرس: يشمل ذلك ترتيب وتنظيم مواضيع الدرس واختيار المواد المناسبة، وتقديمها بشكل تدريجي (من السهل إلى الصعب أو الأقل بساطة).

ب- الصفات الشخصية:

- تتعدى الصفات المطلوبة الجانب المعرفي لتشمل خصائص شخصية تؤثر في فاعلية المعلم وتفاعله مع تلاميذه:
- المهارة في التعليم: القدرة على استخدام أساليب تدريس فعالة ومبتكرة.
 - الوضوح في أسلوب التعليم: تقديم المعلومات والإرشادات بطريقة مفهومة ومباشرة.
 - الاهتمام والمواظبة على العمل: إظهار الالتزام والتفاني في أداء المهام التدريسية.
 - مواكبة المستجدات في التخصص: الحرص على الاطلاع المستمر على كل ما هو جديد في المادة التي يقوم بتدريسها.
 - الاهتمام بمشاعر التلاميذ: التعاطف مع الطلاب ومراعاة حالتهم النفسية والعاطفية.
 - إثارة الفضول والتفكير: تشجيع التلاميذ على البحث والتفكير النقدي.

- التفاعل والاستجابة لقدرات التلاميذ واستعداداتهم: التجاوب مع الفروق الفردية بين الطلاب وتكييف التدريس بما يتناسب معها (جردات، 1994، ص120).

وفي دراسة مجلس المدارس بإنجلترا وويلز أكدت على أهمية هذه الصفات، حيث أفادت النتائج أن الصفات التي نالت أعلى ترتيب بين عينة كبيرة من المدرسين والمدرسات كانت كالتالي:

- القدرة على كسب احترام وثقة التلاميذ.

- الفاعلية في توصيل الأفكار.

- القدرة على الإيحاء بالثقة.

- التمكن المعرفي للمادة.

- مستوى عالٍ من التعليم.

أما قائمة كاليفورنيا لإعداد المعلمين، فقد حددت الصفات الرئيسية للمعلم في:

- القدرة على تعليم التلاميذ بفعالية.

- القدرة على إرشاد وتوجيه التلاميذ بحكمة.

- المساهمة بفاعلية في الأنشطة المدرسية المختلفة.

- المساعدة في بناء علاقات إيجابية بين المدرسة والمجتمع (حسن، 2007، ص179).

بينما قام كل من ميرفت علي خفاجة ومصطفى السابح محمد بتقسيم صفات أستاذ التربية البدنية والرياضية إلى

فئات شملت:

- التعليم/ سلامة الجسم والحواس/صحة الجسم/ النظافة/ الروح الاجتماعية/ النظام/ الخصائص الخلقية/

الخصائص العقلية/ المادة التعليمية/ الثقافة العامة (خفاجة، 2008، ص152).

3-3- أدوار ومسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يضطلع أستاذ التربية البدنية والرياضية بعدة أدوار ومسؤوليات حيوية تتجاوز مجرد التدريس، لتشمل المساهمة في تخطيط المناهج وتفعيل دوره المجتمعي.

3-3-1- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تخطيط المنهج والمواقف التدريسية:

يعد المعلم أحد أهم المساهمين في عملية تخطيط المنهج الدراسي؛ ويعود ذلك إلى كونه المسؤول المباشر عن تنفيذ المنهج، وبالتالي فهو الأكثر دراية بنقاط قوته وضعفه. هذه المعرفة تمنحه القدرة على اقتراح الحلول المناسبة للمشكلات التي قد تعترض تحقيق الأهداف التعليمية للمنهج (حسن، 2007، ص181).

ومع أن دور المعلم في تخطيط المنهج قد تطور، إلا أنه لا يزال لا يرقى إلى المستوى المتوقع من الكفاءة. ويرجع ذلك، جزئياً، إلى أن برامج إعداد المعلمين قد لا توفر لهم الفرص الكافية لاكتساب مهارات تقويم المناهج والحكم عليها وتطويرها (عفاف، 2014، ص102).

يتطلب دور المعلم في تخطيط المواقف التدريسية ما يلي:

- التخطيط الشامل للمنهج والوحدات الدراسية.
- إعداد خطط تفصيلية للدروس اليومية.
- تخطيط الأنشطة والوسائل التعليمية الضرورية للدروس.
- دراسة وتقييم مستويات التلاميذ وقدراتهم الفردية.
- صياغة أهداف الدروس وتنوعها لتشمل جوانب مختلفة.
- تحديد أساليب واستراتيجيات التدريس الأنسب لكل درس.
- اختيار وتحديد أساليب ووسائل التقويم المتنوعة (حسن، 2007، ص181).

3-3-2- دور أستاذ التربية الرياضية تجاه المجتمع:

يمتد دور أستاذ التربية الرياضية ليشمل مسؤوليات مجتمعية مهمة تساهم في التنمية الشاملة:

- الإلمام بظروف وخصائص البيئة المحلية: يجب أن يكون على دراية تامة ببيئته وخصائصها والعلاقات التي تحكمها.
- جعل المدرسة مركز إشعاع: العمل على أن تكون المدرسة التي يدرس فيها مركزاً تربوياً، ثقافياً، تعليمياً، واجتماعياً فاعلاً في المجتمع المحيط.
- المشاركة الفاعلة في الأنشطة الرياضية المجتمعية: ضرورة المساهمة في تنشيط الأندية الرياضية والاجتماعية ودعمها لتحقيق أهدافها.
- القدوة الحسنة للشباب: أن يكون نموذجاً يُحتذى به في الأخلاق القويمة والسلوك الحسن.
- القدرة على جذب التلاميذ: امتلاك شخصية قادرة على تحفيز التلاميذ للمشاركة في الأنشطة التي تسهم في الارتقاء بمستوى المجتمع.
- الإلمام بثقافة المجتمع: أن يكون ملماً بثقافة مجتمعه من حيث أصولها التاريخية، اتجاهاتها، مشكلاتها، وأهدافها، حيث يعتبر هذا الأساس جوهرياً لوظيفته (مكارم، 2002، ص115-116).

3-3-3- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يتحمل أستاذ التربية البدنية والرياضية مجموعة واسعة من المسؤوليات التي تنتزع على عدة محاور أساسية، مما يعكس دوره المحوري في العملية التعليمية والمجتمع.

- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية تجاه مهنته:

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يدرك مسؤولياته كعضو فاعل في مهنته، وأن يحترم تقاليدها، يتطلب ذلك منه أن يكون عضوا نشطا في النقابات والجمعيات المهنية، وأن يسعى باستمرار لزيادة كفاءته وتقديمه الوظيفي. يشمل هذا الالتزام ما يلي:

- تكملة الإعداد المهني: في حال عدم تلقيه إعدادا كاملا، يتوجب عليه السعي لاستكمال تعليمه من خلال الدراسات المتاحة في الميدان.

- التطوير المستمر: الاطلاع الدائم على أحدث البحوث في التربية البدنية والرياضية وطرق التدريس، وتطبيق هذه المعارف في ممارساته التعليمية قدر الإمكان.

- المشاركة المهنية: الاشتراك في المجالات والمطبوعات الدورية المهنية لتبقى على اطلاع دائم.

- الانتماء التنظيمي: الانضمام إلى النقابات، الجمعيات، أو الروابط التي تعمل على تطوير المهنة.

- السعي للحصول على درجات علمية أعلى: مواصلة التعليم الأكاديمي للحصول على مؤهلات علمية إضافية.

- المساهمة في البحث العلمي: المشاركة في إجراء البحوث العلمية متى أمكن ذلك.

- النمو الذاتي: العمل على تطوير نفسه مهنيا وتخصصيا.

- توسيع الثقافة العامة: زيادة معارفه وثقافته العامة من خلال الاطلاع المستمر على كل جديد وحديث.

- الالتزام بالأخلاقيات المهنية: اتباع التقاليد والأخلاقيات التي تحكم المهنة (عمر، 2008، ص ص 81-82).

- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية تجاه مجتمعه:

من واجبات الأستاذ الأساسية تعزيز العلاقة بين المدرسة والمجتمع المحلي، وذلك من خلال:

- التعاون مع المؤسسات المجتمعية: مد يد التعاون للمؤسسات الموجودة في المجتمع، خاصة تلك التي تخدم المدرسة.

- إشراك أهالي الحي: تنظيم فعاليات وأنشطة رياضية مفتوحة، مثل البطولات والمسابقات (مثل مسابقات الجري للجميع)، لإشراك سكان الحي في نشاطات المدرسة.

- التطوع في الهيئات الرياضية: المساهمة بجهوده البناءة في الأندية والهيئات الرياضية لتمكينها من تحقيق أهدافها.

- خدمة المجتمع: المشاركة الفعالة في الأعمال المجتمعية التي قد تتطلبها الظروف، كالمساهمة في الدفاع المدني، التمرير، أو حملات التوعية.

- فهم المجتمع المحلي: دراسة المجتمع المحلي بدقة ومعرفة مراكز الخدمات المتوفرة فيه.

- التحسس لمشكلات المجتمع: إدراك مشكلات مجتمعه، توعية المواطنين بها، والمشاركة في إيجاد حلول لها.

- احترام القيم المجتمعية: الالتزام بالتقاليد والحدود التي يضعها المجتمع المحلي، وأن يكون قدوة حسنة للمواطن الصالح علما وخلقا (عمر، 2008، ص 80-81).

- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية تجاه طلابه:

يعتبر التلميذ هو المستهدف الأول من نشاط وواجبات المدرس، فالمسؤولية الأساسية للمؤسسات التربوية ورجالها، وفي مقدمتهم المعلم، هي تربية وتنشئة وتنمية التلميذ من جميع جوانب حياته (البدنية، النفسية، العقلية، والاجتماعية)، وتشمل أهم هذه الواجبات:

- التربية الشاملة: المساهمة في تربية التلاميذ تربية شاملة، متكاملة، ومتوازنة من مختلف الجوانب.

- تزويدهم بالمعرفة: إمداد التلاميذ بالمعلومات والمعارف الصحيحة والحديثة.

- فهم قدرات الطلاب وتوجيههم: التعرف على إمكانات التلاميذ وقدراتهم، استعداداتهم وميولهم، ثم توجيه المتفوقين منهم ودعم الضعفاء ورعايتهم.

- الرعاية الصحية: الاهتمام بالرعاية الصحية للتلاميذ من خلال التعرف على الخدمات الصحية المدرسية، غرس

العادات الصحية بينهم، وملاحظة مشاكلهم الصحية والعيوب القوامية المنتشرة في محيطهم للعمل على إصلاحها

ونشر الوعي الصحي (عصام الدين متولي عبد الله، 2001، ص 250).

- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية تجاه زملائه:

تعد مسؤولية أستاذ التربية البدنية والرياضية جسيمة، فرسالته كقائد للنشء لا تعادلها أي رسالة أخرى، لذا، من

واجبه فهم هذه المسؤوليات والتعاون بصدق مع زملائه المدرسين، وتوضيح مفهوم التربية البدنية والرياضية لهم،

حيث قد يكون لديهم سوء فهم لهذا المجال. هذا التعاون يسهل عليه إنجاز عمله وأداء رسالته. تظهر أهمية

التعاون في حاجته إلى دعمهم في الإشراف على الفرق الرياضية وتنظيم عملها، مما يضمن إشراك أكبر عدد ممكن

من الزملاء في التنظيم والتدريب، يمكنه أيضا تنظيم مباريات رياضية بين الزملاء المدرسين، وإشراكهم في الإشراف

على الجمعيات الأخرى (مثل جمعية التمثيل والهوايات)، مما يحقق فكرة الأسرة المدرسية ويعزز قدرات التلاميذ المختلفة (عمر، 2008، ص77-78).

يمكن إيجاز مسؤولية أستاذ التربية البدنية والرياضية تجاه زملائه فيما يلي:

- الامتناع عن المنافسة غير الأخلاقية: عدم السعي لمنافسة زميل يشغل مركزا ما بقصد الحلول محله.
- العدالة في الأجور: عدم محاولة الفوز بمركز عن طريق قبول راتب أقل مما هو مخصص لذلك المركز.
- الصدق والموضوعية في التوصيات: أن يكون صادقا وموضوعيا عند كتابة التوصيات عن زملائه، وألا يمتنع عن تقديم التوصيات المطلوبة منه.
- تقدير المساعدة المهنية: الاعتراف وتقدير المساعدة المهنية التي يقدمها له زملاؤه.
- تجنب النقد الهدام والفتنة: عدم انتقاد الزملاء بقصد التشهير بهم، وعدم إثارة الفتنة بينهم.
- عدم التدخل إلا بطلب: عدم التدخل بين زميل وطالب إلا إذا طلب منه ذلك.
- الإبلاغ عن المخالفات للمصلحة العامة: عدم التغاضي عما يضر بمصلحة المدرسة والمهنة، وإبلاغ المسؤولين رسميا بذلك من أجل المصلحة العامة (الحياري، 1983، ص118).
- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية تجاه إدارة المدرسة:
- التعاون الصادق: يجب أن يكون مختصاً ومتعاوناً بصدق مع إدارة المدرسة، مع التركيز على الصالح العام، هو أحد الأعمدة الرئيسية المسؤولة عن العمل مع التلاميذ والمساعدة في إقرار النظام داخل المدرسة.
- إعداد المشروعات الرياضية: تحضير جميع المشروعات اللازمة لتنشيط الحياة الرياضية بالمدرسة، بما يتفق مع الإمكانيات المتاحة من ملاعب وأدوات، لتتمكن الإدارة من توفيرها في الوقت المناسب.
- نشر ثقافة التربية البدنية: تعزيز التربية البدنية والرياضية في المدرسة من خلال الإشراف على النشاط الداخلي وتدريب الفرق المدرسية، بالإضافة إلى ربط المدرسة بالمجتمع الخارجي.
- سلامة المرافق والأدوات: التأكد من سلامة الملاعب والمرافق المدرسية، وتزويدها بالأجهزة والأدوات الرياضية المتوفرة، ومتابعتها باستمرار لضمان عامل الأمن بالدرس واستبعاد التالف منها.
- المشاركة في الاحتفالات الوطنية: توجيه اهتمامه نحو المشاركة في الاحتفالات القومية والوطنية من خلال تنظيم الحفلات والمهرجانات والعروض الرياضية.
- الإشراف على الطابور المدرسي: مسؤولية الإشراف على الطابور المدرسي.

- تنمية العلاقات مع أولياء الأمور: المشاركة في مجالس الآباء والعمل على تنمية العلاقات بين المدرسة والمنزل وخلق التعاون بينهما.

- الاشتراك في الفحص الطبي: المشاركة في الفحص الطبي الذي تقوم به المدرسة.

- توطيد الصلة بالإدارة: الحفاظ على تواصل مستمر مع إدارة المدرسة (عمر، 2008، ص78-79).

3-4- العناصر المؤثرة على أستاذ التربية البدنية والرياضية:

عند الحديث عن التدريس، يتبادر إلى الذهن مباشرة مصطلح "المدرس" أو "الأستاذ" باعتباره صانع العملية التدريسية ومنفذها الفني. يصعب علمياً ومنطقياً فصل المصطلحين أو فهم أحدهما دون الرجوع إلى الآخر، من المؤثرات التي تؤثر على سلوك الأستاذ في عمله ما يلي:

- المؤثرات الخلقية الاجتماعية:

تؤثر الحياة الاجتماعية بخصائصها ونظمها الثقافية، الإدارية، السياسية، الاقتصادية، والمعاملات، وما تمليه على الأستاذ من قيم وممارسات وأساليب تفاعل مع الآخرين عموماً والتلاميذ خاصة، بشكل كبير على البنية الاجتماعية لأستاذ التربية البدنية والرياضية. كما لا يجب إهمال جانب الحياة الأسرية الخاصة من حيث مستواها الاقتصادي المعيشي، ووظيفتها الاجتماعية، ومدى تقييمها للعلم والأساتذة، ومدى استقرار حياتها اليومية.

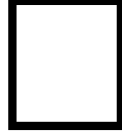
- المؤثرات الخلقية الشخصية والوظيفية:

تشمل هذه المؤثرات العمر والجنس، القيم والأخلاقيات الخاصة، الصحة العامة، ونوع الخبرات الشخصية السابقة. كما تتضمن نوع التأهيل الوظيفي، والذكاء العام والخاص. وتشمل أيضاً الصفات النفسية مثل: الاعتماد على الذات، المرونة، الوقار، الاتزان، التعاون، الموضوعية، الالتزام الخلقى، المرح العام، الحيوية والنشاط، والاستقرار النفسي.

أما الخصائص الشخصية الوظيفية فتتمثل في الرغبة الفطرية في التدريس، الالتزام الفطري بأدابه، الانتماء لأسرة التدريس، تشجيع العلاقات الإنسانية، حب المساعدة ورعاية الآخرين، معرفة حدود الذات، تحمل المسؤولية، حب المبادرة والتجديد، المواظبة والمحافظة على المواعيد، الكفاية اللغوية الخاصة بالاتصال، والمظهر العام المناسب (بن عطية، 2010، ص113-114).

خلاصة:

ركز هذا الفصل على إنشاء قاعدة معرفية قوية لدراستنا بناء على الدراسات السابقة، وكانت مقسمة إلى ثلاثة محاور رئيسية، الرضا الوظيفي، الصحة النفسية، وأستاذ التربية البدنية والرياضية، وتهدف هذه المحاور إلى توفير فهم شامل للمفاهيم والمتغيرات المرتبطة بالدراسة، مما يمهد الطريق بسلاسة للجزء التطبيقي والميداني. بالتالي، يمكننا التأكيد على أن وجود خلفية نظرية ومعرفية متينة أمر بالغ الأهمية للباحث، حيث يساعده ذلك على تحديد وفهم جميع المفاهيم المتعلقة بمتغيرات دراسته بدقة، مما يضمن إحاطة كاملة بالموضوع قبل الشروع في الدراسة التطبيقية والعمل الميداني.



□ الفصل الثاني:

**الدراسات المرتبطة
بالبحث**

تمهيد:

تمثل الدراسات السابقة والمشابهة نقطة انطلاق مهمة لأي باحث، حيث ينظر لكل بحث كجزء يكمل الأبحاث السابقة ويمهد الطريق لأخرى مستقبلية، لذا من الضروري للباحث مراجعة شاملة للمؤلفات المتخصصة من كتب ومصادر متنوعة، إلى جانب الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع، ويعد هذا الاطلاع عاملاً مساعداً أساسياً، فهو يمكن الباحث من الاستفادة من الرؤى، النظريات، والمعارف والمعلومات التي قدمها باحثون آخرون، مما يوفر له قاعدة انطلاق راسخة لإنجاز بحثه، تكمن أهمية هذه الدراسات في قدرتها على المساعدة في معالجة مشكلة البحث وفهم أبعادها المختلفة، بالإضافة إلى دورها في توجيه عملية التخطيط، ضبط المتغيرات، ومناقشة نتائج البحث بأسلوب علمي ومنهجي سليم.

2-1- الدراسات المرتبطة بالبحث:

2-2-1- عرض الدراسات التي تطرقت إلى " الرضا الوظيفي":

دراسة بوزناد سميرة (2024)، بعنوان "المناخ التنظيمي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى الأساتذة دراسة ميدانية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف المسيلة"، بهدف التعرف على العلاقة بين المناخ التنظيمي والرضا الوظيفي لدى أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف المسيلة، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وشملت العينة 46 أستاذاً وأستاذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، لجمع البيانات، استخدمت الباحثة استبياناً، وكشفت النتائج، بعد تحليل البيانات الإحصائية وتفسيرها، أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المناخ التنظيمي والرضا الوظيفي لدى أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف المسيلة، وأن مستوى المناخ التنظيمي والرضا الوظيفي مرتفعان لدى أساتذة الكلية.

دراسة زواق المحمد و بجاش عبد الحق (2017)، بعنوان "الرضا الوظيفي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى أساتذة التربية البدنية في مرحلة التعليم المتوسط دراسة ميدانية بولاية المسيلة"، بهدف التعرف على العلاقة التي تربط الرضا الوظيفي بدافعية الإنجاز لدى أساتذة التربية البدنية في مرحلة التعليم المتوسط بولاية المسيلة، والتحقق أو الكشف عن ما إذا كانت هناك فروق بين الأساتذة في كل من الرضا الوظيفي ودافعية الإنجاز، اعتمد الباحثان المنهج الوصفي ذي الطابعين الارتباطي والمقارن، وشملت العينة 75 أستاذاً من أساتذة التعليم المتوسط تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة. لجمع البيانات، استخدم الباحثان مقياسين: الأول لقياس الرضا الوظيفي، والثاني لقياس دافعية الإنجاز، وقد توصلت النتائج، بعد تحليلها، إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الرضا الوظيفي والدافعية للإنجاز لدى الأساتذة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة مرتفعي ومنخفضي الرضا الوظيفي في مستوى الدافعية للإنجاز لصالح الأساتذة مرتفعي الرضا الوظيفي. كما كشفت النتائج عن عدم وجود فروق بين الجنسين في كل من الرضا الوظيفي والدافعية للإنجاز.

دراسة براهيم، براهيم وقرين، العيد (2017)، بعنوان "مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي في ضوء العوامل الخاصة بالأستاذ بالعمل وبيئة العمل"، بهدف التعرف على مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي في ضوء العوامل الخاصة بالأستاذ بالعمل وبيئة العمل، وفحص دلالة الفروق في هذا المجال وفق متغيري الجنس والخبرة المهنية، اعتمد الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وشملت العينة 68 أستاذاً وأستاذة، لجمع البيانات، واستخدما مقياس الرضا الوظيفي الذي أعده استناداً إلى مراجعة التراث السيكلوجي ذي العلاقة بالموضوع. وقد أظهرت النتائج ما يلي: وجود مستوى عالٍ من الرضا الوظيفي لدى الأساتذة في ضوء العوامل

الخاصة بهم، ووجود مستوى عالٍ من الرضا الوظيفي لدى الأساتذة في ضوء العوامل الخاصة بالعمل، ووجود مستوى متوسط من الرضا الوظيفي لدى الأساتذة في ضوء العوامل الخاصة ببيئة العمل. كما كشفت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الأساتذة في مستوى الرضا الوظيفي تبعاً لمتغير الجنس، ووجود فروق دالة إحصائية بين الأساتذة في مستوى الرضا الوظيفي تبعاً لمتغير الخبرة المهنية.

2-2-2- التعليل على الدراسات:

- من حيث المجال المكاني: أجريت هذه الدراسات كلها في الجزائر، هذا يضيف عليها خصوصية البيئة المحلية ويعكس اهتماما بحثيا بقضايا الرضا الوظيفي والدافعية والمناخ التنظيمي ضمن السياق التعليمي الجزائري.

- من حيث الأهداف: هدفت الدراسات مجتمعة إلى فهم متغير الرضا الوظيفي بشكل أساسي، فدراسة بوزناد سعت للتعرف على العلاقة بين المناخ التنظيمي والرضا الوظيفي، بينما دراسة زواق وبجاش هدفت إلى معرفة العلاقة بين الرضا الوظيفي ودافعية الإنجاز، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق بين الأساتذة في هذين المتغيرين، أما دراسة براهيم وقرين فاستهدفت التعرف على مستوى الرضا الوظيفي في ضوء عوامل خاصة بالأستاذ والعمل وبيئة العمل، وفحص الفروق تبعاً لمتغيري الجنس والخبرة، هذه الأهداف تعكس اهتماماً مشتركاً بالجوانب المهنية والنفسية للأساتذة.

- من حيث المنهج: استخدمت الدراسات جميعها المنهج الوصفي، فقد اعتمدت دراسة بوزناد وبراهمي وقرين المنهج الوصفي التحليلي، بينما استخدمت دراسة زواق وبجاش المنهج الوصفي ذي الطابعين الارتباطي والمقارن، هذا التنوع في المنهج الوصفي يعكس طبيعة الأهداف التي سعت إليها كل دراسة، حيث يعد المنهج الوصفي مناسباً لوصف الظواهر والكشف عن العلاقات.

- من حيث العينة وكيفية اختيارها: تنوعت طبيعة العينات وفئاتها المستهدفة بين أساتذة التعليم المتوسط (دراسة زواق وبجاش)، وأساتذة التعليم الثانوي (دراسة براهيم وقرين)، وأساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف المسيلة (دراسة بوزناد)، وقد اعتمدت جميع الدراسات اختيار العينة بطريقة عشوائية (بسيطة أو عشوائية بشكل عام) وبأحجام متفاوتة (46، 68، 75 أستاذاً وأستاذة)، مما يعزز من تمثيلية العينة للمجتمع الأصلي.

- من حيث متغيرات البحث: تشترك هذه الدراسات في تناول متغير "الرضا الوظيفي" كمتغير أساسي، دراسة بوزناد ربطت الرضا الوظيفي بـ"المناخ التنظيمي"، بينما دراسة زواق وبجاش ربطته بـ"الدافعية للإنجاز"، أما دراسة براهيم

وقرين، فقد بحثت مستوى الرضا الوظيفي في ضوء "العوامل الخاصة بالأستاذ، بالعمل، وبيئة العمل"، بالإضافة إلى دراسة الفروق تبعاً لـ"الجنس" و"الخبرة المهنية".

- من حيث الأدوات المستعملة: اعتمدت الدراسات بشكل أساسي على المقاييس والاستبيانات كأدوات لجمع البيانات. فقد استخدمت دراسة بوزناد استبياناً، بينما استخدمت دراسة زواق وبخاش مقياسين (أحدهما للرضا الوظيفي والآخر لدافعية الإنجاز)، واعتمدت دراسة براهمي وقرين مقياس الرضا الوظيفي الذي أعده الباحثان.

- من حيث الوسائل الإحصائية: استخدمت الدراسات السابقة عدة وسائل إحصائية باستخدام برنامج SPSS، لتحليل العلاقات والفروق واختبار دلالتها الإحصائية.

2-2-3- عرض الدراسات التي تطرقت إلى "الصحة النفسية":

دراسة عباس لخضر وكيجل اسماعيل (2019)، بعنوان "دور الممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية لدى أطفال الصم والبكم"، هدفت إلى الكشف عن أهمية الممارسة الرياضية ودورها في تحقيق الصحة النفسية لدى هذه الفئة، حيث اعتمد الباحثان المنهج الوصفي، وشملت العينة 25 مربية من المختصين في مراكز الصم والبكم، حيث تم اختيار كامل مجتمع البحث. لجمع البيانات، تم استخدام استبيان وزع على العينة المدروسة، كشفت النتائج، بعد تحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة، عن ما يلي: للممارسة الرياضية دور إيجابي في تحقيق الرضا عن الذات لدى الأطفال الصم والبكم، حيث بلغت نسبة الإيجابية 88% مقابل 12% سلبية من وجهة نظر المختصين، وكذا للممارسة الرياضية دور إيجابي في تحقيق السعادة في الحياة لدى الأطفال الصم والبكم. بلغت نسبة الإيجابية 84% مقابل 16% سلبية من وجهة نظر المختصين، وأيضاً للممارسة الرياضية دور إيجابي في تحقيق الصحة النفسية لدى الأطفال الصم والبكم، حيث كانت نسبة الأطفال ذوي مستوى الصحة النفسية الإيجابي 88% مقابل 12% لديهم مستوى سلبي من وجهة نظر المختصين، وبناء على هذه النتائج، أوصى الباحثان بدمج الأطفال الصم والبكم في مختلف الأنشطة الرياضية، وتوفير جو وظروف مناسبة للعب وممارسة الأنشطة الرياضية، بالإضافة إلى توفير مرافق رياضية داخل مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة ومختصين رياضيين.

دراسة خليفي نادية (2018)، بعنوان "الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة"، بهدف دراسة العلاقة بين هذين المتغيرين لدى عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري بتيزي وزو، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، وشملت العينة 200 طالب وطالبة، لجمع البيانات، استخدمت الباحثة مقياس الصحة النفسية لسيد عبد الحميد مرسي ومقياس الضغوط النفسية لعبد الحق لبواردة،

وكشفت النتائج، بعد تحليلها بالأساليب الإحصائية المناسبة، عن وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين أبعاد الصحة النفسية الإيجابية (كالعلاقات الشخصية الوطيدة، المهارات الاجتماعية، المشاركة الاجتماعية، العمل المشبع والترفيه، القيم والمبادئ والأهداف) وأبعاد الضغوط النفسية (الدراسية، الاقتصادية، الأسرية، الشخصية، الاجتماعية، والانفعالية) لدى طلبة الجامعة الجزائرية، وكذا وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين أبعاد الصحة النفسية السلبية (كالسلوك غير الناضج، عدم الاستقرار الانفعالي، الشعور بعدم التكافؤ، المعوقات البدنية، والمظاهر العصبية) وأبعاد الضغوط النفسية المذكورة سابقاً لدى ذات الفئة من الطلبة، بناءً على هذه النتائج، أوصت الباحثة بأهمية رعاية طلبة الجامعة من خلال المتابعة والدعم النفسي للحفاظ على صحتهم النفسية، وضرورة تطوير برامج إرشادية وعلاجية تهدف إلى تخفيف تأثير الضغوط النفسية على حياتهم.

دراسة عزاز ياسين وهواورة مولود (2018)، التي كانت بعنوان "ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الفردية منها والجماعية وأثرها على الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي"، هدفت إلى مقارنة تأثير الأنشطة البدنية الجماعية والفنون القتالية على تنمية الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، بالإضافة إلى إيجاد الفروق الإحصائية بين هذه الأنشطة المختلفة، حيث اتبع الباحثان المنهج الوصفي، وطبقا دراستهما على عينة قوامها 80 رياضياً، باستخدام مقياس الصحة النفسية لجمع البيانات، وبعد تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS، توصل الباحثان إلى نتيجتين أساسيتين: للنشاط البدني الرياضي الجماعي دور كبير في تحقيق الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي، ولممارسة الفنون القتالية دور في تنمية الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

2-2-3- التعليق على الدراسات:

- من حيث المجال المكاني: أجريت هذه الدراسات كلها في الجزائر، مما يضيف عليها خصوصية البيئة المحلية.
- من حيث الأهداف: هدفت الدراسات مجتمعة إلى فهم العلاقة بين الصحة النفسية من جهة، والضغوط النفسية أو الممارسة الرياضية من جهة أخرى، لدى فئات مختلفة (طلبة الجامعة، تلاميذ الطور الثانوي، أطفال الصم والبكم). هذه الأهداف تعكس اهتماماً مشتركاً بالجانب النفسي والبدني.
- من حيث المنهج: استخدمت جميع الدراسات المنهج الوصفي، وهو منهج مناسب للكشف عن العلاقات ووصف الظواهر.

- من حيث العينة وكيفية اختيارها: تنوعت طبيعة العينات وفئاتها المستهدفة بشكل كبير (طلبة جامعيون، تلاميذ ثانويون، مربون مختصون في الصم والبكم)، بينما لم تذكر دراسة عزاز وهوارة كيفية اختيار العينة، اعتمدت دراسة خليفي العينة العشوائية (ضمنيا بحكم عدد العينة الكبيرة)، بينما دراسة عباس وكيجل اعتمدت الحصر الشامل للمجتمع الصغير.

- من حيث متغيرات البحث: تشترك هذه الدراسات في تناول متغير الصحة النفسية كمتغير أساسي، دراسة خليفي ربطته بالضغوط النفسية، بينما دراسة عزاز وهوارة، وعباس وكيجل ربطته بالممارسة الرياضية.

- من حيث الأدوات المستعملة: اعتمدت الدراسات بشكل أساسي على المقاييس النفسية والاستبيانات كأدوات لجمع البيانات، (مقاييس الصحة النفسية والضغط).

- من حيث الوسائل الإحصائية: استخدمت الدراسات السابقة عدة وسائل إحصائية باستخدام برنامج SPSS.

2-2-4- أوجه الاستفادة من الدراسات والبحوث المرتبطة:

لقد استفاد الباحث بشكل كبير من الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع بحثه، وتجلت هذه الاستفادة في عدة جوانب رئيسية:

- تحديد المتغيرات: ساعدت هذه الدراسات في تحديد وضبط المتغيرات المستقلة والتابعة للدراسة الحالية بدقة.
- صياغة التساؤلات والفرضيات: قدمت الدراسات السابقة تصورا واضحا لصياغة تساؤلات وفرضيات الدراسة الحالية.

- اختيار المنهج البحثي: مكنت الباحث من تحديد المنهج المناسب لإجراء الدراسة، وهو المنهج الوصفي الارتباطي.

- بناء الإطار النظري: أسهمت بشكل فعال في بناء وتحديد الإطار النظري للدراسة، مما وفر أساسا علميا متينا.
- اختيار الأدوات: ساعدت في تحديد واختيار الأدوات المناسبة لجمع البيانات، وهي مقياس الرضا الوظيفي ومقياس الصحة النفسية.

- تخطيط خطوات البحث: أرشدت الباحث في تحديد الخطوات المنهجية اللازمة لإجراء دراسته بفعالية.

- مناقشة النتائج: وفرت مرجعا قيما لمناقشة وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة.

2-2-5- مميزات الدراسة الحالية:

تميز الدراسة الحالية عن الأبحاث السابقة بعدة جوانب أساسية، مما يمنحها قيمة إضافية:

- **البيئة والعينة:** أجريت هذه الدراسة في البيئة الجزائرية، مع التركيز على عينة محددة من أساتذة التربية البدنية والرياضية.

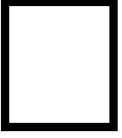
- **المجتمع المستهدف:** استهدفت الدراسة بشكل خاص أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط.

- **الموضوع والفئة:** تناولت موضوعي الرضا الوظيفي والصحة النفسية، مع التركيز على هذه الفئة المحددة من الأساتذة.

- **خصوصية الفئة:** شملت الدراسة فئة أساتذة التربية البدنية نظرا لخصوصيات وأهمية هذه الشريحة في المنظومة التعليمية.

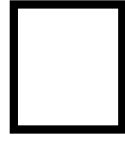
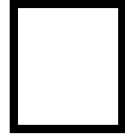
خلاصة:

يشكل استعراض الدراسات السابقة في هذا الفصل ركيزة أساسية للدراسة الحالية، حيث أتاح لنا فرصة التعمق في فهم الجوانب المتعلقة بـ الرضا الوظيفي، الصحة النفسية، وذلك من خلال تحليل نقدي للدراسات التي تناولت هذه المتغيرات في السياق الجزائري، لقد مكنا التعليق على هذه الدراسات من تحديد الفجوات البحثية القائمة، وتأكيد أهمية المتغيرات التي سنتناولها دراستنا (الرضا الوظيفي والصحة النفسية) بالإضافة إلى توجيهنا في بناء الإطار النظري وصقل المنهجية المناسبة، وبهذا، فقد استلهمنا من هذه الأعمال السابقة صياغة إشكالية بحثنا، وتحديد أدواته، وستساعدنا في عملية مناقشة النتائج، وفي الأخير تم التطرق إلى مميزات الدراسة الحالية.



الجانب التطبيقي:

الدراسة الميدانية للبحث



□ الفصل الثالث:

منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد:

بعد أن استعرضنا الجانب النظري لمتغيرات دراستنا، ننتقل الآن إلى الجانب التطبيقي الميداني، حيث تتطلب البحوث العلمية، بمختلف أنواعها، اتباع منهجية علمية دقيقة وموضوعية لضمان الوصول إلى نتائج تسهم في إثراء المعرفة العلمية، لذا تستلزم دراستنا الحالية عملا منهجيا منظما ودقيقا في جميع جوانبها وإجراءاتها، لضمان الحصول على نتائج علمية وموضوعية.

وفي هذا الفصل، سنوضح الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة، بدءا بالدراسة الاستطلاعية ثم الدراسة الأساسية، سنبين طبيعة المنهج المتبع ومدى ملاءمته لموضوع الدراسة، بالإضافة إلى عرض المتغيرات الأساسية، كما سنتناول مجتمع الدراسة والعينة وكيفية اختيارها، وحدود الدراسة ومجالاتها (البشري، الزماني، والمكاني). أخيرا، سنفصل في أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية، والأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل وتفسير النتائج.

3-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولية التي تمنح الباحث نظرة شاملة على جوانب دراسته الميدانية، ويفضل خاصة في البحوث الميدانية، إجراء هذه الدراسة قبل البدء في الإجراءات الفعلية للبحث، حيث تساعد الدراسة الاستطلاعية الباحث على فهم الظروف المحيطة بإجراء البحث وتحديد أي صعوبات محتملة قد تواجهه عند تطبيق أدواته البحثية (سليمان، 2014، ص 96).

وقبل الشروع في الدراسة الأساسية، أجرينا دراسة استطلاعية بهدف تحقيق عدة أهداف، هدفت هذه الدراسة إلى التأكد من إمكانية التطبيق العملي والميداني للدراسة، ومدى ملاءمة مكان الدراسة للبحث، كما سعينا لضبط العينة التي ستجرى عليها الدراسة، والتحقق من صلاحية الأداة المستخدمة لجمع المعلومات (المقاييس المطبقة في هذه الدراسة)، وتحديد الزمن المناسب والمطلوب لإجرائها، وتمثلت أهداف دراستنا الاستطلاعية في ما يلي:

➤ أهداف الدراسة الاستطلاعية:

هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى تحقيق ما يلي:

- تحديد حجم وخصائص المجتمع الأصلي الذي تستهدفه الدراسة.
- ضبط العينة المناسبة وفقاً لمتغيرات الدراسة وطريقة اختيارها.
- التعرف على الظروف المختلفة التي قد ترافق عملية التطبيق بهدف التحكم فيها من جهة، وتجنب المشكلات المحتملة من جهة أخرى.
- التأكد من مدى ملاءمة أدوات الدراسة المختارة (المقياسين)، والمتمثلة في مقياس الرضا الوظيفي ومقياس الصحة النفسية، ومدى تغطيتها لأهداف البحث من خلال عرضها على مجموعة من الأساتذة المحكمين (الملحق 02).
- التحقق من وضوح عبارات المقياسين وخلوها من أي غموض.
- الصياغة النهائية لفرضيات الدراسة، حيث قدمت لنا النتائج الأولية للدراسة الاستطلاعية مؤشرات حول مدى ملاءمة الفرضيات والتعديلات الواجبة في حال عدم ملاءمتها.

ومن هنا كانت للبحث مجموعة من الخطوات الاستطلاعية جاءت على النحو التالي:

3-1-1- الخطوة الاستطلاعية الأولى:

قام الطالب بخطوته الاستطلاعية الأولى في تاريخ 10 ديسمبر 2024 بهدف الحصول على موافقة مديرية التربية لولاية البويرة لإجراء الدراسة الميدانية في بعض من متوسطات الولاية، بالإضافة إلى الحصول على تصريح دخول يسمح له بذلك أثناء التطبيق الميداني للدراسة الحالية.

تمثلت إجراءات هذه الخطوة في التوجه إلى مديرية التربية بالبويرة، وذلك بعد الحصول على تسهيل مهمة من المعهد، وكانت النتيجة الأساسية لهذه الخطوة هي الحصول على التصريح اللازم لدخول للمتوسطات المعنية بالدراسة الميدانية.

3-1-2- الخطوة الاستطلاعية الثانية:

أجرى الطالب الخطوة الاستطلاعية الثانية في 28 جانفي 2025 من خلال التوجه إلى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة وعرض أداة الدراسة (المقياسين) على مجموعة من الأساتذة المتخصصين للتأكد من مدى ملاءمتها لأهداف الدراسة الحالية (الملحق 02).

3-1-3- الخطوة الاستطلاعية الثالثة:

قام الطالب بالخطوة الاستطلاعية الثالثة في 13 أفريل 2025، تضمنت هذه الخطوة زيارة المتوسطات المشمولة بالدراسة الميدانية لتوزيع المقياسين الخاصين بالدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يشكلون عينة الدراسة، وكانت النتيجة الرئيسية لهذه الخطوة هي توزيع المقياسين على الأساتذة، ثم استلامها بعد إجابتهم عليها.

3-2- الدراسة الأساسية:

3-2-1- المنهج العلمي المتبع:

نظرا لطبيعة موضوع الدراسة، ولضمان الإحاطة الشاملة والدقيقة بالمشكلة وتشخيصها، كان من الضروري استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، حيث يتناسب هذا المنهج مع هدف الدراسة ويساهم بشكل كبير في دراسة العلاقة بين المتغيرات بدقة.

3-2-2- متغيرات البحث:

- المتغير المستقل: يعرف المتغير المستقل بأنه الذي يطبق لمعرفة تأثيره على المتغير التابع (التميمي، 2013، ص 85)، وفي هذه الدراسة، تمثل في الرضا الوظيفي.

- المتغير التابع: يشير منسى والشريف (2014، ص 14) إلى أن المتغير التابع هو متغير الاستجابة الذي ينتج عن تأثير المتغير المستقل، أي أن قيمته تتأثر بتغير قيمة المتغير المستقل، وفي هذه الدراسة، تمثل في الصحة النفسية.

3-2-3- مجتمع البحث:

بعد تحديد هدف الدراسة، من الضروري تحديد المجتمع الذي يشملته البحث والذي ستجمع منه البيانات، مع معرفة حدوده ومدى الحاجة إليه (البلداوي، 2007، ص 18)، بناء على ذلك، يتحدد مجتمع دراستنا الحالية بجميع أساتذة التربية البدنية والرياضية للمرحلة المتوسطة في ولاية البويرة.

3-2-4- عينة البحث:

حرصا للوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية مطابقة للواقع قمنا باختبار عينة البحث بطريقة عشوائية بسيطة، والبالغ عددها 30 أستاذا.

3-2-5- مجالات البحث:

- المجال البشري: يمثل الأفراد الذين شاركوا في الدراسة أو تم إنجازها من خلالهم، في بحثنا هذا، تمثل المجال البشري في أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط.

- المجال المكاني: ارتأينا إجراء الدراسة الميدانية على مستوى بعض متوسطات ولاية البويرة.

- المجال الزمني: هو المدة الزمنية التي استغرقها الباحث لإنجاز هذه الدراسة وكانت خلال الموسم الجامعي 2025/2024.

3-2-6- أدوات الدراسة:

- مقياس الرضا الوظيفي:

اعتمد الطالب على مقياس الرضا الوظيفي لدى مدرسي التربية الرياضية الذي أعده (سالم الفهد 2017)، يتكون المقياس من (34) عبارة موزعة على (06) أبعاد هي (الرضا عن فرص الترقى والنمو الوظيفي، الرضا عن الأمان والاستقرار الوظيفي، الرضا عن طبيعة العمل وملائمته للقدرات الشخصية، الرضا عن ظروف وإجراءات

الفصل الثالث:.....منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

العمل وبيئته المادية، الرضا عن علاقات العمل، الرضا عن الرئيس ونمط القيادة السائد في العمل)، ويتضمن المقياس ثلاث بدائل (لا أوافق 0، إلى حد ما 1، /موافق 2)، وطبقه في البيئة الجزائرية صابر بن عيسى (2019/2018) في دراسته بعنوان "الرضا الوظيفي وعلاقته بجدودة الحياة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية".

- مقياس الصحة النفسية:

اعتمد الطالب على مقياس الصحة النفسية الذي أعده (صلاح فؤاد محمد مكاوي) مدرس الصحة النفسية بكلية التربية بالعريش، يتكون المقياس من (56) عبارة، ويتضمن المقياس ثلاث بدائل (لا أوافق 1، أوافق إلى حد ما 2، /أوافق 3)، وطبقه في البيئة الجزائرية ملوكة عواطف (2013/2014) في دراستها بعنوان "اتجاهات المعلمين نحو ممارسة مديري المدارس الابتدائية للعلاقات الانسانية وعلاقتها بالصحة النفسية".

الجدول (01) يبين الأساتذة المحكمين للمقياسين

الملاحظات	الجامعة	الدرجة العلمية
مقبول	جامعة البويرة	أستاذ
مقبول	جامعة البويرة	أستاذ
مقبول	جامعة البويرة	أستاذ
مقبول	جامعة البويرة	أستاذ محاضر "ب"
مقبول	جامعة البويرة	أستاذ محاضر "أ"

3-2-7- الواسائل الإحصائية:

اعتمدنا على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ذا الإصدار IBM SPSS V23 : وفي ما يلي نذكر المعادلات التي تم حسابها من خلال برنامج (SPSS):

- المتوسط الحساب.

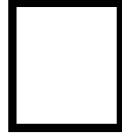
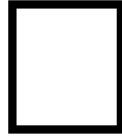
- الانحراف المعياري.

- معامل الارتباط بيرسون.

- اختبار (Kolmogorov-Smirnov) و (Shapiro-Wilk).

خلاصة:

في هذا الفصل، تناولنا الخطوات المنهجية الأساسية التي يتبعها الباحث لضبط الإجراءات الميدانية لدراسته، تضمنت هذه الخطوات تحديد الأدوات والوسائل المستخدمة في جمع المعلومات والبيانات، بهدف معالجتها إحصائياً واتخاذ القرار الإحصائي المناسب، ومن ثم مناقشة النتائج، ويعد هذا الفصل ضرورياً لتجنب الوقوع في العشوائية التي قد تؤثر سلباً على مصداقية النتائج المتحصل عليها، فهو بمثابة تمهيد للجانب التطبيقي، حيث يحدد معالم البحث الرئيسية ويمهد الطريق لتطبيقات الدراسة الميدانية، وبذلك، تكون الأرضية مهيأة لعرض النتائج بشكل منظم وجدولي وبياني، مما يسهل على القارئ فهمها ويضمن لها قيمة علمية.



□ الفصل الرابع:

**عرض وتحليل ومناقشة
النتائج**

تمهيد:

بعد الانتهاء من الخطوات المنهجية للبحث، ننتقل في هذا الفصل إلى عرض النتائج التي تم جمعها، وتحليلها، ومناقشتها، تعد هذه المرحلة ضرورية للباحثين للتحقق من صحة الفرضيات المطروحة من عدمها، ولتسهيل مقارنة النتائج بالفرضيات بهدف تقديم دراسة واضحة المعالم، خالية من الغموض، وذات قيمة علمية تخدم البحث بشكل عام، وسنسعى أيضا إلى تفسير الإشكال المطروح في الدراسة بناء على النتائج التي توصلنا إليها، مع الحرص على تنظيم العرض، وتأتي هذه النتائج من الدراسة الميدانية التي أجريت في بعض متوسطات ولاية البويرة.

وبالتالي، يهدف هذا الفصل بشكل رئيسي إلى تحويل النتائج الميدانية إلى بيانات ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في تحقيق الأهداف الأساسية للدراسة، ينطلق ذلك من الافتراض العام بأنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، ولتحقيق ذلك، سيتم استخدام الأساليب الإحصائية للوصول إلى النتائج النهائية، وتوضيحها بالاستناد إلى نتائج البحوث السابقة، ثم مقارنتها بالفرضيات البحثية الجزئية، وأخيرا مناقشة النتائج ومقابلتها بفرضيات الدراسة.

❖ المعايير التي اعتمد عليها الطالب في تفسير النتائج:
 ➤ مستوى الرضا الوظيفي:

الجدول (02): يبين مستويات درجات مقياس الرضا الوظيفي

مرتفع	متوسط	منخفض	المستوى
68-47	46-24	23-0	الرضا الوظيفي

➤ مستوى الصحة النفسية:

الجدول (03): يبين مستويات درجات مقياس لصحة النفسية

مرتفع	متوسط	منخفض	المستوى
168-131	130-94	93-56	لصحة النفسية

❖ التأكد من شروط تطبيق معامل الارتباط بيرسون:

- البيانات كمية وتم اختيارها بطريقة عشوائية.

- اختبار اعتدالية البيانات (التوزيع الطبيعي) للمتغير الأول الرضا الوظيفي:

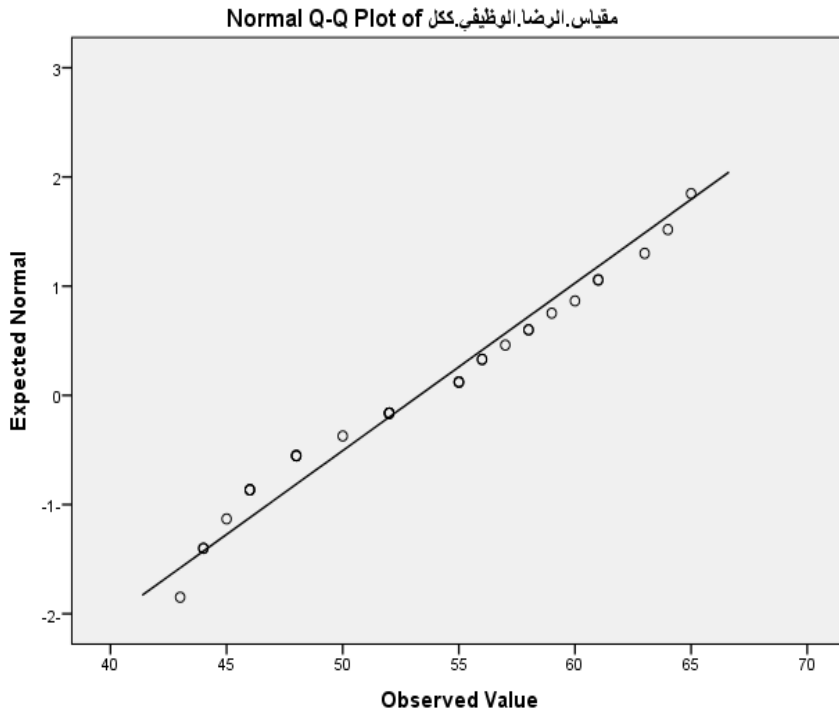
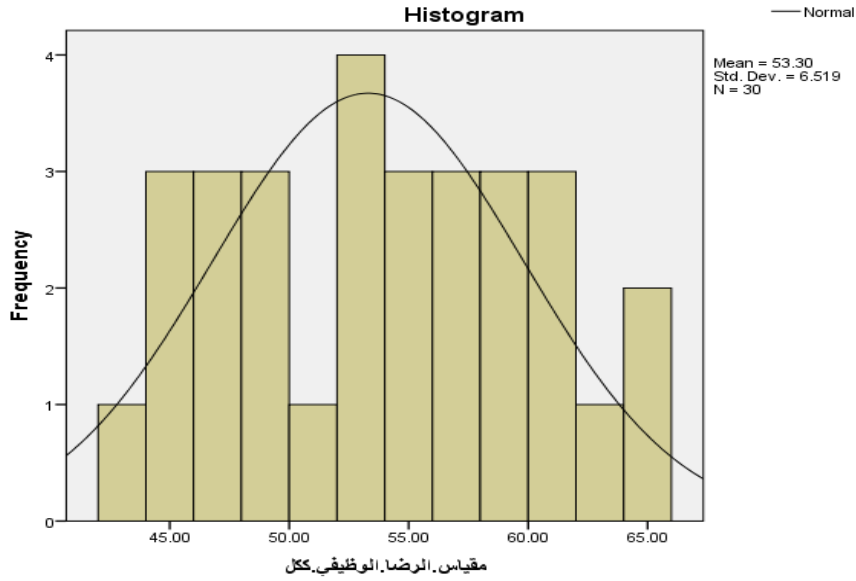
قام الطالب بحساب قيم اختبائي (Kolmogorov-Smirnov) و (Shapiro-Wilk) للدلالة على

التوزيع الطبيعي للمتغيرات، حيث يتضح من الجدول (الملحق 03)، أن قيمة P.value تساوي 0.21 و 0.20

وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بالتالي البيانات تتبع التوزيع الطبيعي (الاعتدالي).

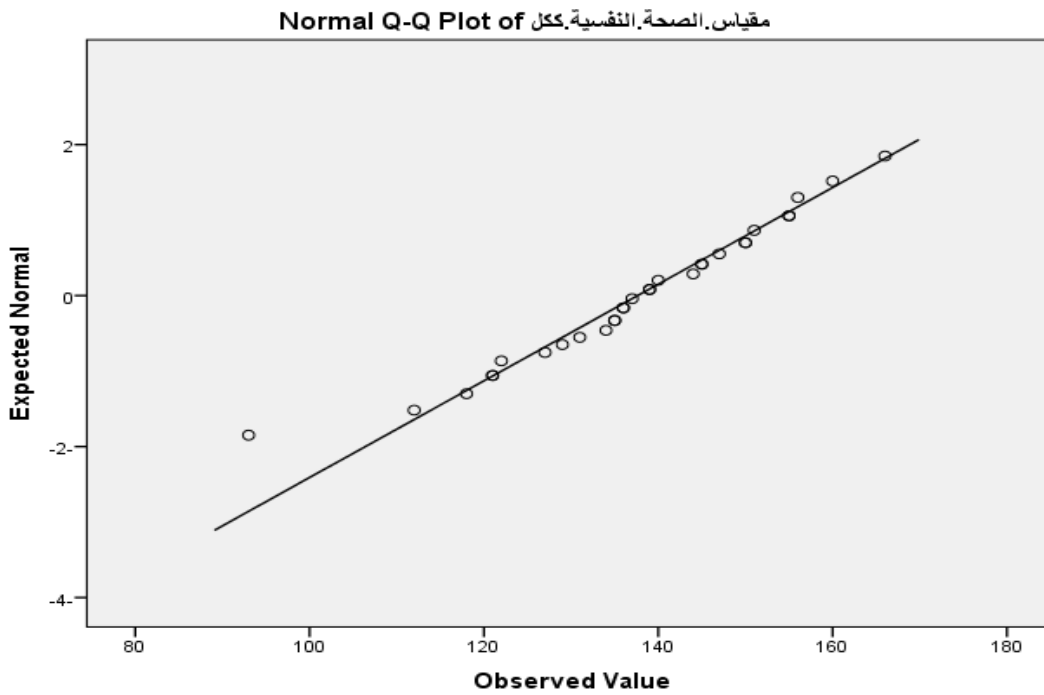
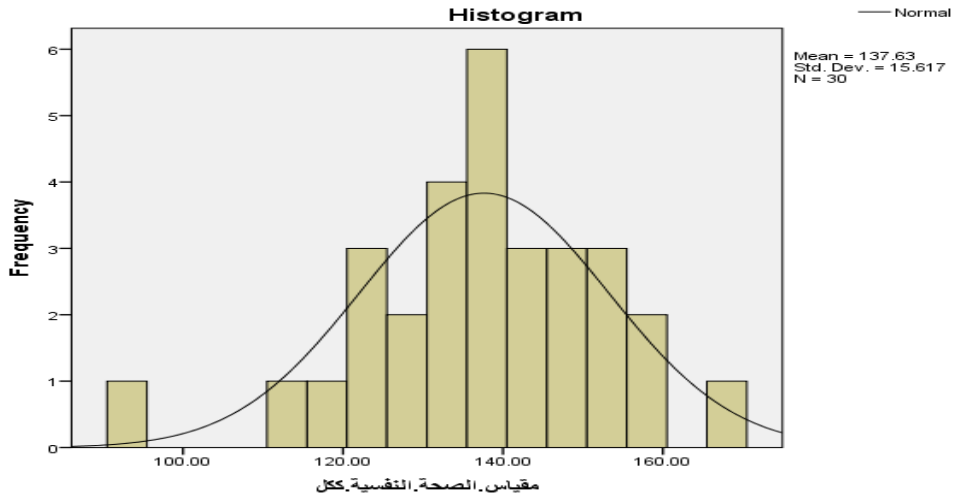
أيضا لدينا الشكلين التاليين، يبينان أن المنحنى على شكل جرس وبالتالي البيانات تتبع التوزيع الطبيعي

(الاعتدالي)، كما أن البيانات تتجمع حول خط مستقيم مما يؤكد أنها تتبع التوزيع الطبيعي.



- اختبار اعتدالية البيانات (التوزيع الطبيعي) للمتغير الثاني (الصحة النفسية):
 قام الطالب بحساب قيم اختباري (Kolmogorov-Smirnov) و (Shapiro-Wilk) للدلالة على التوزيع الطبيعي للمتغيرات، حيث يتضح من الجدول (الملحق 04)، أن قيمة P.value تساوي 0.532 و 0.20 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بالتالي البيانات تتبع التوزيع الطبيعي (الاعتدالي).

أيضا لدينا الشكلين التاليين، يبينان أن المنحنى على شكل جرس وبالتالي البيانات تتبع التوزيع الطبيعي (الاعتدالي)، كما أن البيانات تتجمع حول خط مستقيم مما يؤكد أنها تتبع التوزيع الطبيعي.

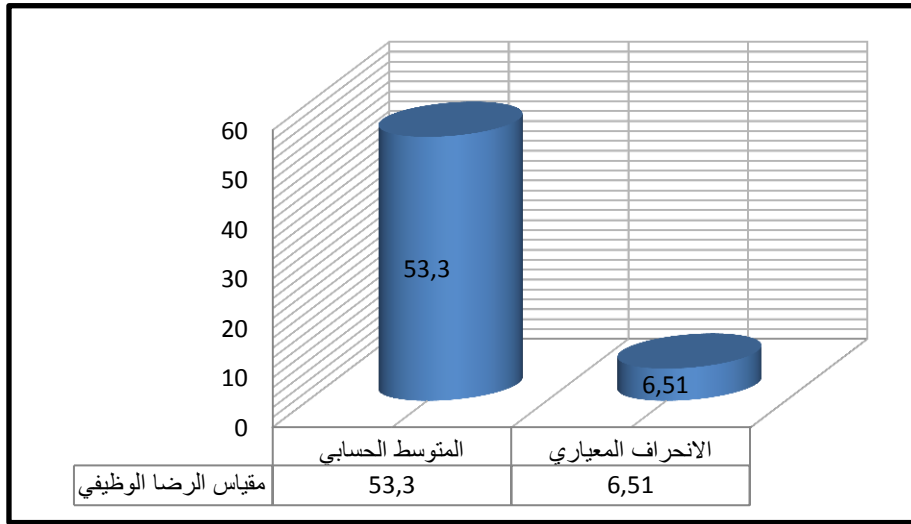


4-1- عرض وتحليل النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة:

4-1-1- الفرضية الأولى: مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

الجدول 04: يبين مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
مرتفع	6.51	53.30
مقياس الرضا الوظيفي		



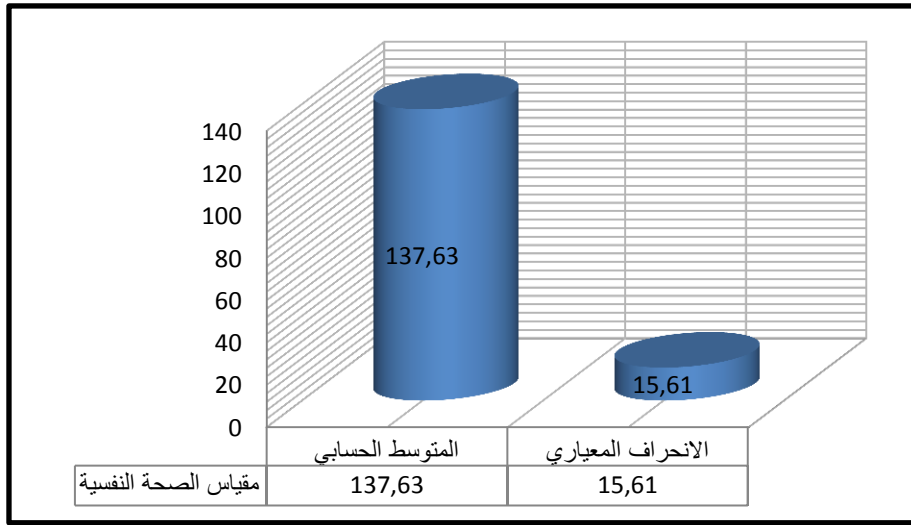
الشكل رقم (01): التمثيل البياني لنتائج مقياس الرضا الوظيفي.

من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (04) الذي يمثل نتائج مقياس الرضا الوظيفي، والشكل رقم (01) يمثل التمثيل البياني لنتائجه، نلاحظ أن مستوى الرضا الوظيفي كان مرتفعا، حيث بلغت قيمت المتوسط الحسابي (53.3) بانحراف معياري قدره (6.51).

4-1-2- الفرضية الثانية: مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

الجدول 05: يبين مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
مرتفع	15.61	137.63
مقياس الصحة النفسية		



الشكل رقم (02): التمثيل البياني لنتائج مقياس الصحة النفسية.

من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (05) الذي يمثل نتائج مقياس الصحة النفسية، والشكل رقم (02) يمثل التمثيل البياني لنتائجه، نلاحظ أن مستوى الصحة النفسية كان مرتفعاً، حيث بلغت قيمت المتوسط الحسابي (137.63) بانحراف معياري قدره (15.61).

4-1-3- الفرضية الثالثة: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

الجدول (06): يبين العلاقة بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية

مستوى الدلالة	مستوى المعنوية sig	الارتباط	العينة	مقياس الصحة النفسية	مقياس الرضا الوظيفي
0.05	0.004	0.50	30	مقياس الصحة النفسية ككل	البعد الأول
	0.038	0.38			البعد الثاني
	0.001	0.55			البعد الثالث
	0.003	0.52			البعد الرابع
	0.46	0.46			البعد الخامس
	0.022	0.41			البعد السادس
	0.00	0.73			مقياس الرضا الوظيفي ككل

من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (06) الذي يمثل نتائج معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي ومقياس الصحة النفسية، نلاحظ أن قيمة sig كانت تساوي 0.004، 0.038، 0.001، 0.003، 0.46، 0.022، لأبعاد مقياس الرضا الوظيفي وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإننا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، أي توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية في جميع الأبعاد ما عدا في البعد الخامس كانت غير دالة إحصائياً، كانت بالنسبة لمقياس الرضا الوظيفي ككل 0.00 هي أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً.

وبما أن قيمة معامل الارتباط بين مقياس الرضا الوظيفي ومقياس الصحة النفسية بلغت 0.73 فإنه توجد علاقة طردية قوية بين المتغيرين.

4-2-1- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات الجزئية:

- الفرضية الأولى: مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

يشير ارتفاع مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية إلى وجود عدة عوامل إيجابية تسهم في شعورهم بالراحة والسعادة تجاه مهنتهم، كطبيعة العمل الممتعة، والشغف بالرياضة: غالبا ما يكون أساتذة التربية البدنية مدفوعين بشغفهم بالرياضة والنشاط البدني، ممارسة هذا الشغف كجزء من عملهم اليومي يمكن أن يكون مصدرا كبيرا للرضا، والتفاعل المستمر مع التلاميذ في بيئة ديناميكية ونشطة، وأيضا التنوع في المهام، على عكس بعض المهن الروتينية، تتضمن التربية البدنية أنشطة متنوعة مثل التدريب، والتخطيط للأنشطة، والتحكيم، مما يقلل من الملل ويزيد من الحماس، فالرضا الوظيفي هو الحالة التي تتكون لدى الأفراد عندما تتطابق توقعاتهم حول ما يطلب منهم وما يتلقونه لإشباع حاجاتهم، هذا التطابق يؤدي إلى فعالية في الأداء، وينتج عنه في النهاية تحقيق أهداف المنظمة بشكل عام (يونس، 2015، ص 07).

ونجد أيضا أن البيئة التعليمية والمدرسية تؤثر بشكل كبير، فإذا كانت الإدارة المدرسية توفر الدعم الكافي، والموارد اللازمة، وتحترم دور أستاذ التربية البدنية، فإن ذلك يعزز الشعور بالتقدير ويساهم في الرضا الوظيفي، وإذا كانت بيئة العمل التي تشجع على التعاون والدعم المتبادل بين الأساتذة فإنها تخلق جوا إيجابيا ومريحا، كما قد توفر بعض المدارس مرونة في تصميم المناهج أو الأنشطة، مما يمنح الأستاذ شعورا بالاستقلالية والتحكم في عمله، إذ أن الرضا الوظيفي للمعلم هو حالة شعورية تنشأ من التباين بين ما يمنحه المعلم للمدرسة (جهده، وقته، إلخ) وما يتلقاه في المقابل من المدرسة، سواء كان ذلك في تلبية طموحاته وحاجاته أو من خلال عوامل مثل طبيعة العمل، الإعداد، العلاقات مع الزملاء والإدارة، الأجر، الإشراف، التقدير، أو فرص الترقية. (بوعلي، 2009، ص 13).

إضافة إلى تقدير المجتمع، فغالبا ما يحظى أساتذة التربية البدنية بتقدير من أولياء الأمور والمجتمع لدورهم في تنمية جيل صحي ونشط، ورؤية التلاميذ يحققون إنجازات رياضية (الرياضة المدرسية مثلا)، أو حتى يتحسنون في صحتهم العامة، يمكن أن تكون مصدرا كبيرا للرضا.

وأیضا بالمقارنة ببعض المهن الأخرى، قد تسمح مهنة أستاذ التربية البدنية بتوازن أفضل بين العمل والحياة الشخصية، خاصة إذا كانت ساعات العمل لا تتضمن إرهاقا مفرط، وساعات عمل يومية أقل.

ويمكننا القول أن ارتفاع مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية يعكس مزيجا من الشغف الشخصي بالرياضة، والبيئة التعليمية الداعمة، والشعور بإحداث تأثير إيجابي على التلاميذ والمجتمع، بالإضافة إلى طبيعة العمل المتنوعة والممتعة، هذه العوامل مجتمعة تخلق بيئة عمل محفزة ومرضية للأساتذة.

- **الفرضية الثانية:** مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

يشير ارتفاع مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية إلى عدة عوامل متداخلة ويمكننا تفسير هذه النتيجة الإيجابية من خلال ما يلي، فأحد أبرز هذه العوامل هو النشاط البدني المنتظم الذي يمارسونه بشكل يومي، فممارسة الرياضة تساعد بشكل كبير على تقليل التوتر والقلق والاكتئاب، وتحسين المزاج بفضل إفراز بعض الهرمونات التي تمنح شعورا بالراحة والسعادة، هذه الممارسة اليومية تمنحهم مرونة نفسية وقدرة أكبر على التعامل مع ضغوط الحياة والعمل، حيث يتمتع الأفراد الأصحاء نفسيا بإحساس عميق بتقبل الذات وتقديرها بطريقة صحية، هذا التقبل وتقدير الذات يعني أن الفرد يحب نفسه، لكنه يختلف عن الأنانية أو النرجسية (عليوي، 2011، ص68).

بالإضافة إلى ذلك، تلعب بيئة العمل الإيجابية والمحفزة دورا هاما في تعزيز صحتهم النفسية، غالبا ما تكون الحصص الدراسية والملاعب أماكن مليئة بالحيوية والتفاعل الإيجابي مع التلاميذ، مما يقلل من الشعور بالملل أو الإرهاق الذي قد يصاحب الوظائف الروتينية، هذا التفاعل المستمر مع التلاميذ والزلاء يساهم في بناء شبكة دعم اجتماعي قوية، وهي عامل وقائي أساسي ضد العديد من المشكلات النفسية.

علاوة على ذلك، يجد أساتذة التربية البدنية والرياضية شعورا عميقا بالإنجاز والهدف من خلال عملهم، فهم لا يقومون فقط بتدريس مهارات رياضية، بل يساهمون في غرس قيم مثل الانضباط، العمل الجماعي، والمثابرة لدى الشباب، فرؤية تلاميذهم يحققون تقدما وتطورا يمنحهم شعورا بالرضا الوظيفي والاعتزاز بمهنتهم، وهذا الشعور بالمعنى والهدف ينعكس إيجابا على رفاهيتهم النفسية العامة.

بشكل عام يمكننا القول، أن طبيعة مهنة أساتذة التربية البدنية والرياضية، التي تجمع بين الحركة المستمرة، التفاعل الاجتماعي الإيجابي، والشعور بالإنجاز، تخلق بيئة مثالية لتعزيز والحفاظ على مستوى مرتفع من الصحة النفسية لديهم، حيث يرى الدايري (2005، ص25) أن الصحة النفسية هي قدرة الفرد على التكيف مع عالمه الخارجي المحيط به، وهي أيضا ما يجعله قادرا على مواجهة المشكلات المختلفة.

- **الفرضية الثالثة:** توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

تشير وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية إلى أن مستويات الرضا لديهم عن جوانب مختلفة من عملهم ترتبط بشكل وثيق بحالتهم النفسية، هذا يعني أنه كلما زاد رضاهم عن عملهم، كلما تحسنت صحتهم النفسية، والعكس صحيح. ويمكن تفسير هذه العلاقة من عدة جوانب، أولاً، الرضا عن بيئة العمل الجيدة ومقدار الدعم الذي يتلقونه، سواء من الإدارة أو من زملائهم، يساهم بشكل مباشر في شعورهم بالأمان والاستقرار الوظيفي، عندما يشعر الأستاذ بأن بيئة عمله إيجابية وداعمة، يقل لديه الشعور بالتوتر والقلق المرتبط بالعمل، مما ينعكس إيجاباً على صحته النفسية ويقلل من احتمالية الإصابة بالإرهاق الوظيفي أو الاكتئاب، فالرضا الوظيفي للمعلم هو حالة نفسية تعكس مدى ارتياحه وشعوره بالراحة تجاه مهنة التعليم أثناء ممارسته لها، ينشأ هذا الشعور نتيجة الفارق بين ما يقدمه المعلم من جهد وعطاء، وبين طموحاته وحاجاته التي يسعى لتحقيقها من خلال المهنة، وما توفره له المهنة بالفعل، فإذا كانت المكتسبات التي يحصل عليها المعلم تعادل أو تفوق توقعاته، فإنه يشعر بالرضا، أما إذا كانت أقل من توقعاته، فإنه يشعر بعدم الرضا. (منصوري، 2013، ص286).

ثانياً، يلعب الرضا عن طبيعة المهام والمسؤوليات دوراً حيوياً، فأساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يجدون في عملهم تحدياً وإبداعاً، ويشعرون بأنهم يساهمون في تنمية التلاميذ جسدياً ونفسياً، وعادة ما يكون لديهم مستوى أعلى من الرضا الوظيفي، هذا الشعور بالإنجاز والهدف، بالإضافة إلى الفرصة لممارسة نشاط بدني كجزء من عملهم، يعزز من مزاجهم العام ويقلل من الضغوط النفسية، مما يعزز صحتهم النفسية بشكل كبير، حيث أن الرضا الوظيفي هو شعور نفسي بالقناعة، الارتياح، والسعادة ينشأ عن إشباع الحاجات والرغبات والتوقعات المتعلقة بالعمل نفسه ومحتوى بيئة العمل، ويتضمن هذا الشعور أيضاً الإحساس بالثقة، الولاء، والانتماء للعمل (البارودي، 2015، ص38).

ثالثاً، يؤثر الرضا عن التقدير والتحفيز الذي يتلقونه على صحتهم النفسية بشكل مباشر، عندما يشعر الأستاذ بأن جهوده تقدر ويعترف بها، سواء من قبل الإدارة، التلاميذ، أو أولياء الأمور، فإن ذلك يعزز من شعوره بقيمته الذاتية وكفاءته، هذا التقدير يرفع من معنوياته ويزيد من دافعيته، مما يجعله أكثر إيجابية وتفاؤلاً، وبالتالي أفضل من حيث الصحة النفسية، على النقيض، عدم التقدير أو الشعور بالإحباط يمكن أن يؤدي إلى تدني الصحة النفسية.

ويمكننا القول العلاقة الارتباطية الإحصائية بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تؤكد على أن الرضا عن العمل ليس مجرد رفاهية، بل هو عامل أساسي يؤثر بشكل مباشر على جودة

حياتهم النفسية والعقلية، لذلك، فإن الاستثمار في تحسين ظروف العمل، وتقدير جهودهم، وتوفير بيئة داعمة، يساهم بشكل فعال في تعزيز صحتهم النفسية وبالتالي أداءهم المهني.

- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

الجدول (07): يبين مقابلة النتائج بالفرضية العامة.

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.	الأولى
تحققت	مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.	الثانية
تحققت	توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.	الثالثة
تحققت	توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.	العامة

من خلال الجدول رقم (07) يتبين لنا أن الفرضيات الثلاثة التي اقترحها الطالب في بداية دراسته كحلول لمشكلة البحث قد تحققت، وهذا في ظل نتائج الدراسة ومناقشتها، وهذه النتائج جاءت في نفس سياق الفرضية العامة، بأنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية التي تحققت بناء على تحقق الفرضيات الجزئية التي تخدمها.

خلاصة:

توصلنا خلال هذا الفصل إلى عرض، تحليل، ومناقشة النتائج التي تم الحصول عليها من الدراسة الميدانية التي أجريت على مستوى بعض المتوسطات بولاية البويرة، وتحويل وتفرغ المعطيات الرقمية لنتائج الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى الأساتذة والمسجلة من خلال مقياسي الرضا الوظيفي والصحة النفسية، في مجموعة من الجداول والأعمدة البيانية من خلال استعمال الوسائل الإحصائية المختلفة، وهذا لإبراز القيمة العلمية لهذه النتائج من خلال مناقشتها وتفسيرها للتعرف على أهم الجوانب المتعلقة بالظاهرة محل الدراسة وانعكاسها على أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث تكمن الأهمية الرئيسية لهذا الفصل في التحقق من صحة الفرضيات المطروحة وتحويل البيانات الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية، كان ذلك من خلال تطبيق الأساليب الإحصائية لمقارنة النتائج بالفرضيات الجزئية، ومناقشتها في ضوء البحوث السابقة، بهدف تقديم تفسير واضح ومنظم للإشكال البحثي الخاص بالدراسة.



الاستنتاج العام

الاستنتاج العام:

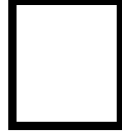
لقد تناولنا في هذا البحث موضوع الرضا الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية، والذي يعد من المواضيع المحورية التي تستدعي اهتماما متزايدا من قبل المؤسسات التعليمية، والتربوية، بالإضافة إلى العديد من الباحثين المتخصصين، وتتجلى أهمية هذا الموضوع في كونه يمس جانبا حيويا من حياة الأستاذ، ويؤثر بشكل مباشر على جودة أدائه التعليمي، وقدرته على الإبداع والتميز في مجال يسهم بشكل فعال في بناء صحة الأجيال، حيث سعينا من خلال هذا البحث إلى فهم عميق للجوانب المتعددة التي تشكل الرضا الوظيفي، وكيفية ارتباطها بالحالة النفسية لأساتذة التربية البدنية، وبعد جمع البيانات وتحليلها بأسلوب منهجي وعلمي، توصلنا إلى الاستنتاجات التالية:

- مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع، حيث يشير هذا الاستنتاج إلى أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يشعرون بالرضا الكبير تجاه عملهم، قد يعود هذا إلى شغفهم بالرياضة، الديناميكية الفريدة لمهنتهم، والشعور بالإنجاز الناتج عن تأثيرهم الإيجابي في التلاميذ.

- مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع، ويدل هذا الاستنتاج على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يتمتعون بصحة نفسية جيدة، يرجح أن يسهم النشاط البدني المنتظم كجزء من عملهم، والتعبير عن الذات من خلال الحركة، والتفاعلات الاجتماعية الإيجابية في تعزيز رفاههم النفسي وقدرتهم على التعامل مع الضغوط المختلفة.

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي والصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، ويعني هذا أن ارتفاع مستوى الرضا عن العمل يرتبط بتحسن الصحة النفسية، والعكس صحيح، مما يبرز أهمية توفير بيئة عمل داعمة لضمان الرفاه الشامل للأستاذ.

إذ يعد الرضا الوظيفي والصحة النفسية ركيزتين أساسيتين لنجاح الأستاذ في مسيرته المهنية والشخصية، ولا يمكن فصل أحدهما عن الآخر، فالرضا الوظيفي يؤثر بشكل مباشر في الصحة النفسية للأستاذ، والعكس صحيح، فعندما يشعر الأستاذ بالرضا عن عمله، ينعكس ذلك إيجابا على حالته النفسية، ويقلل من مستويات التوتر والقلق، ويزيد من شعوره بالدافعية والإنجاز.



توصيات الدراسة

توصيات الدراسة:

- بناء على النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، نقدم مجموعة من التوصيات والمقترحات، التي نأمل أن تساهم هذه في دعم العاملين في المجال التربوي، وتقديم رؤى قيمة للباحثين المهتمين بهذا المجال، والتي قد تكون نقطة انطلاق لدراسات وبحوث مستقبلية تتناول هذا الموضوع من جوانب وزوايا جديدة، وتطبيق هذه التوصيات من شأنه أن يساهم بشكل كبير في رفع مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية، مما ينعكس إيجاباً على صحتهم النفسية، وبالتالي على جودة العملية التعليمية والأداء العام للتلاميذ:
- العمل على ضمان توفير الأدوات والمعدات الرياضية اللازمة، والمرافق المدرسية المناسبة، بما يسهل على الأساتذة أداء مهامهم بفاعلية ويقلل من الضغوط المرتبطة بنقص الإمكانيات.
 - تقدير جهود أساتذة التربية البدنية سواء من خلال مكافآت معنوية أو مادية، هذا يعزز شعورهم بالقيمة والتقدير.
 - تخفيف الأعباء التدريسية، من خلال مراجعة الحجم الساعي وعدد التلاميذ في الأفواج لضمان السير الجيد للحصص وتوفير الوقت الكافي للإعداد لها.
 - العمل على توفير برامج دعم نفسي وورش عمل للتعامل مع ضغوط العمل، وإدارة التوتر، وتعزيز المرونة النفسية، ويمكن أن تشمل هذه البرامج جلسات إرشادية فردية أو جماعية.
 - التوعية بأهمية الصحة النفسية من خلال تنظيم حملات توعية داخل المؤسسات التعليمية بأهمية الصحة النفسية لأساتذة التربية البدنية، وتشجيعهم على طلب المساعدة عند الحاجة دون تردد أو إحراج.
 - تشجيع الأنشطة الترفيهية والاجتماعية، بتنظيم فعاليات وأنشطة اجتماعية ورياضية ترفيهية لأساتذة التربية البدنية لتعزيز الروابط الاجتماعية بينهم وتخفيف التوتر الناتج عن العمل.
 - دعم الأساتذة الراغبين في إجراء البحوث المتعلقة بتخصصهم أو بمجال التربية البدنية بشكل عام، مما يساهم في تطوير المعرفة ويزيد من إحساسهم بالإنجاز (أو الراغبين في اكمال دراستهم في طور الماستر أو الدكتوراه).
 - تسهيل التواصل بين الإدارة والأساتذة من خلال إنشاء قنوات اتصال مفتوحة وفعالة بين أساتذة التربية البدنية والإدارة المدرسية لحل المشكلات وتقديم الاقتراحات والاستماع إلى ملاحظاتهم.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

المراجع:

أ- الكتب:

- الشرايدة، سالم تيسير. (2008). الرضا الوظيفي: أطر وتطبيقات علمية. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- جردات، عزت، وآخرون. (1994). التدريس الفعال. عمان.
- عبد الله، عصام الدين متولي. (2011). طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- مصطفى، عفاف عثمان. (2014). استراتيجيات التدريس الفعال. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- الحيارى، محمود عبد الحميد. (1983). أخلاقيات المهنة. عمان.
- أبو هرجة، مكارم حلمي، وزغلول، محمد سعد، وعبد الرحمن، أيمن محمود. (2002). مدخل التربية الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- البارودي، منال. (2015). الرضا الوظيفي وفن التعامل مع الرؤساء والمرؤوسين. القاهرة: المجموعة العربية للتدريب والنشر.
- خفاجة، ميرفت علي ومحمد، مصطفى السايح. (2008). المدخل إلى طرائق تدريس التربية الرياضية. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- أبو مروان، والصفدي. (2001). مدخل الى الصحة النفسية. عمان، الأردن: دار المسيرة.
- رضوان، احمد. (2007). العلوم الصحية. الإسكندرية، مصر: دار الوفاء لدنيا للطباعة و النشر.
- الزبيدي، كامل. (2007). دراسة في الصحة النفسية. عمان: مؤسسة الوراق.
- السفاسفة، محمد، وعريبات، أحمد. (2005). الصحة النفسية و السيكولوجية. أسوان: المعهد العالي للخدمة الاجتماعية.
- زبيدي، ناصر الدين، ولمين، نصيرة. (2012). مبادئ الصحة النفسية و الإرشاد النفسي. جامعة الجزائر2: ديوان المطبوعات الجامعية.
- زهران، حامد عبد السلام. (2005). الصحة النفسية و العلاج النفسي. مصر: عالم الكتب.
- سليمان، عبد الرحمان سيد. (2014). مناهج البحث. القاهرة: عالم الكتب.
- التميمي، محمود كاظم. (2013). منهجية كتابة البحوث والرسائل في العلوم التربوية والنفسية (ط.1). عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- منسى، محمود عبد الحليم والشريف، خالد حسن. (2014). التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام برنامج SPSS. الاسكندرية: دار الجامعة الجديدة.
- البلداوي، عبد الحميد عبد المجيد. (2007). أساليب البحث العلمي والتحليل الإحصائي: التخطيط للبحث وجمع وتحليل البيانات يدويا وباستخدام SPSS. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- عبد اللطيف، عصام. (2015). الرضا الوظيفي ومهارات إدارة ضغوط العمل. القاهرة: نيو لينك للنشر والتدريب.

قائمة المراجع

- مدثر، أحمد. (2002). الصحة النفسية. مصر: المكتب العلمي للكمبيوتر للنشر.
- عليوي، نوال. (2011). مواجهة التأخر الدراسي وصعوبات التعلم. القاهرة: مكتبة الساعي.
- صبرة، علي محمد، وشريت، أشرف. (2004). الصحة النفسية والتوافق. مصر: دار المعرفة الجماعية.
- عمر، عصام عبد اللطيف. (2015). الرضا الوظيفي ومهارة أداء ضغوط العمل. القاهرة: نيولينك للنشر والتدريب.
- عطية، ع. م. (2014). الصحة النفسية: المفهوم والأهمية والرؤى المستقبلية (ط.1). العالمية للنشر والتوزيع.
- الداھري، حسن صلاح. (2005). مبادئ الصحة النفسية (ط.1). عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- العمرية، صلاح الدين. (2000). الصحة النفسية والإرشاد النفسي (ط.1). الأردن: مكتبة المجتمع العربي.
- ب- رسائل الماجستير وأطروحات الدكتوراه والمجلات العلمية:
- دايلي، ناجية. (2018). معايير السواء ومؤشرات الصحة النفسية -دراسة نظرية تحليلية. مجلة العلوم الاجتماعية، 15 (27)، 175.
- خليفي، نادية. (2018). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، (08)، 41.
- مرزوقي، أسامة وقرومي، علي. (2022). أثر شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية على العلاقة البيداغوجية بينه وبين تلاميذ الطور الثانوي. مجلة المنظومة الرياضية. 09 (03). 217-229.
- بن عيسى، صابر. (2019). الرضا الوظيفي وعلاقته بجدودة الحياة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. أطروحة دكتوراه. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر بسكرة- الجزائر.
- عواطف، ملوكة. (2014). اتجاهات المعلمين نحو ممارسة مديري المدارس الابتدائية للعلاقات الانسانية وعلاقتها بالصحة النفسية. رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ورقلة- الجزائر.
- عزاز، ياسين وهوارة، مولود. (2018). ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الفردية منها والجماعية وأثرها على الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي. مجلة علمية دولية تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة الجزائر3، (16)، 171.
- عباس، لخضر وكيجل، اسماعيل. (2019). دور الممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية لدى أطفال الصم والبكم. مجلة المسار الرياضي. (04)، 54-62.
- بوزناد، سميرة. (2024). المناخ التنظيمي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى الأساتذة دراسة ميدانية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف المسيلة. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، 14(02)، 449-466.
- براهيم، براهيم وقرين، العيد. (2017). مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي في ضوء العوامل الخاصة بالأستاذ بالعمل وبيئته العمل. دراسات في علوم التربية. 01 (02)، 63-94.

قائمة المراجع

- زواق، امجد وبهاش، عبد الحق. (2017). الرضا الوظيفي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى أساتذة التربية البدنية في مرحلة التعليم المتوسط دراسة ميدانية بولاية المسيلة. مجلة تاريخ العلوم. (07)، 194-212.
- بشيري، ابن عطية. (2010). السلوك القيادي لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقاته بمستوى التفكير الابتكاري لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. (مذكرة ماجستير). معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة دالي إبراهيم، الجزائر.
- بوعلي، لخضر. (2009). الرضا الوظيفي وأثره على دافعية الإنجاز لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية: دراسة ميدانية على مستوى ثانويات الشلف. (مذكرة ماجستير). معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر.
- بونوة، علي. (2016). العلاقات الإنسانية وأثرها على الرضا الوظيفي: دراسة حالة لعمال صندوق الضمان الاجتماعي - وكالة الجلفة. (أطروحة دكتوراه). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- حمدي، محمد. (2004). البنية العاملية لشخصية مدرسي التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية الوطنية. (أطروحة دكتوراه). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، الجزائر.
- عثمانى، عبد القادر. (2013). اقتراح برنامج تدريبي أثناء الخدمة لتنمية كفايات التدريس لأستاذ التربية البدنية والرياضية للمرحلة الابتدائية. (أطروحة دكتوراه). معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3، الجزائر.
- يونسى، رشيد. (2015). الثقافة التنظيمية ودورها في الرضا الوظيفي: دراسة ميدانية بمؤسسة ديوان الترقية والتسيير العقاري بمدينة الجلفة. (مذكرة ماجستير). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- صولي، إيمان. (2014). المناخ المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ المتوسط. (رسالة ماجستير). جامعة قاصدي مرياح، ورقلة.

قائمة الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة: أكلي محند أولحاج-البويرة-

معهد: علوم وتقنيات النشاطات الرياضية و البدنية.

قائمة المتوسطات

الرقم	اسم المتوسطة	السيد مدير المتوسطة
1	متوسطة العالي جمعة - بوكرام	السيد مدير المتوسطة العالي جمعة المدير الج. طويسال سعيد بوكرام - الأخضرية -
2	متوسطة بولنسوار مولود بوكرام - البويسرة -1-	السيد مدير المتوسطة بولنسوار مولود بوكرام - البويسرة - -1-
3	متوسطة سي عبد الله بربار أولاد شلالة بوردبالة - البهيرة	السيد مدير المتوسطة سي عبد الله بربار أولاد شلالة بوردبالة - البهيرة
4	متوسطة قنول حمود بوردبالة ولاية البهيرة	السيد مدير المتوسطة قنول حمود بوردبالة ولاية البهيرة
5	متوسطة محمد القرومي الأخضرية - البويرة	السيد مدير المتوسطة محمد القرومي الأخضرية - البويرة
6	متوسطة لعربي سعيد الأخضرية - 1-	السيد مدير المتوسطة لعربي سعيد الأخضرية - 1-

إشراف الأستاذ:

رافع احمد

إعداد الطالب:

خياط حسين

السنة الجامعية/2024/2025



استمارة تحكيم المقياسين

الموضوع: الرضا الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	ملاحظات	الامضاء
01	رافع أحمد	م.م.ب.	مقبول	
02	منهوري بيل	أستاذ	مقبول	
03	توفيق لهراد	أستاذ	مقبول	
04	لؤاس عبد الله	أستاذ	مقبول	
05	قدوري الحسين	أستاذ محاضر	مقبول	

إشراف الدكتور:

- رافع أحمد

إعداد الطالب:

خياط حسين

السنة الجامعية: 2025/2024

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

المقياس الأول المتعلق بمتغير الرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية: اقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية، وقرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك وسلوكك وآرائك، ثم بين إلى أي مدى تتطابق عليك ثم بين إلى أي مدى تتطبق عليك وضع علامة (X) أمام الإجابة التي تتفق معك، ولا تترك أي عبارة دون الإجابة عنها من فضلك:

م	العبارات	موافق	إلى حد ما	لا أوافق
1	تمنحك وظيفتك الفرصة لاكتساب الخبرات وتنمية المهارات .			
2	تفضل أن تكون الترقية على أساس الأقدمية في العمل .			
3	تفضل أن تكون الترقية على أساس الكفاءة في العمل.			
4	تحرص الإدارة على إتاحة فرص النمو الوظيفي للأخصائيين بعقد برنامج لتدريبهم بصفة دورية.			
5	تحقق الترقية من درجة إلى أخرى مكانة اجتماعية أفضل بالدرس.			
6	نشعر بالخوف من فقد وظيفتك نتيجة نشوب خلاف بينك وبين رؤسائك في العمل.			
7	توفر لك وظيفتك الاشتراك بالتأمينات بما يحقق لك الاستقرار المادي بعد بلوغ المعاش .			
8	توفر المدرسة نظام خاص للرعاية الطبية و العلاجية للعاملين.			
9	تكفل وظيفتك استمرار ذلك من العمل في حالة الإصابة أو المرض.			
10	يتناسب عملك مع مؤهلاتك و استعداداتك الشخصية.			
11	يحقق لك عملك إثراء وظيفيا من خلال تنوع المهام وما يتضمنه عملك من مسؤوليات.			
12	عدد ساعات العمل مناسب مما يوفر لك الفرصة للقيام بأنشطتك وواجباتك الأخرى.			
13	يساعدك عملك على إبراز قدراتك مما يسمح لك بالتجديد والابتكار.			
14	تمنحك وظيفتك بالمدرسة تقدير واحترام الآخرين.			
15	تمنحك وظيفتك الشعور بالانتماء للمدرسة والمسؤولية اتجاهها.			
16	تشعر بان عملك هام لنفسك وللمجتمع.			
17	تتميز إجراءات وخطوات العمل بالوضوح بالنسبة لك.			
18	تتاح لك الفرصة للقيام بتخطيط عملك.			
19	يتاح لك الوقت الكافي والإمكانات اللازمة لإتمام العمل بكفاءة			
20	تتميز بيئة العمل المادية بمقر الإدارة بوجود (تجهيزات مكتبية، نظافة، إضاءة.... الخ).			

21	بيئة العمل المادية بالنشاطات الرياضية (حالة الملاعب، الأجهزة و الأدوات الرياضية...الخ) مناسبة.			
----	--	--	--	--

22	يتعذر تحديد مسؤولية القصور في العمل نتيجة لعدم التحديد الواضع لتحديد مسؤوليات العاملين بالإدارة.
23	تسود روح التعاون بينك و بين زملائك في إنجاز الأعمال.
24	يتسم تعاونك مع رئيسك و التفاهم المتبادل.
25	تجمعك بالمدرسين المشاركين بالأنشطة الرياضية علاقة مهنية طيبة تحقق الالتزام و الجدية في العمل.
26	تتسم علاقتك بإدارة المدرسة بالتعاون و التقدير المتبادل.
27	تحرص الإدارة على تنظيم أنشط و فعاليات مختلفة تسهم في دعم و توطيد علاقات العمل على اختلاف مسؤولياتها.
28	تسود روح التعاون بينك و بين مرؤوسيك في إنجاز الأعمال.
29	تتاح لك الفرصة لإبداء الرأي بحرية في مختلف المواقف المتعلقة بالعمل.
30	تتاح لك الصلاحيات عندما تفوض إليك سلطة الإشراف على أعمال الآخرين.
31	يتميز رئيسك بالقدرة على اكتشاف المشكلات و الأخطاء و اتخاذ القرارات المناسبة لعلاجها.
32	يهتم رئيسك في العمل بتدريب مرؤوسيه و متابعتهم و الاستماع لمقترحاتهم.
33	يسيء رئيسك استخدام السلطات التي تمنحها له وظيفته.
34	يتعامل رئيسك مع جميع العاملين تحت رئاسته بحيادية و موضوعية.

المقياس الثاني:

تحية طيبة وبعد:

يقوم الباحث "خياط حسين" و تحت إشراف "الدكتور رافع أحمد" بإجراء بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير 02 في ميدان علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية، تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي وموضوعه:

الرضا الوظيفي و علاقته بالصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية الرياضية

و الباحث يرجو من سيادتكم الإجابة عن فقرات مقياس الدراسة مع العلم أن صدق إجابتك يساعد في البحث العلمي و فقط.

المقياس الثاني: المتعلق بمتغير الصحة النفسية لأساتذة التربية البدنية والرياضية: أقر أمن فضلك كل عبارة مما يلي بعناية، و قرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك و سلوكك و آرائك، ثم بين إلى أي مدى تنطبق عليه بوضع علامة (×) أمام الإجابة التي تتفق معك، و لا تترك أي عبارة دون الإجابة عنها من فضلك.

العبارات	أوافق	أوافق إلى حد ما	لا أوافق
1			
معاملة الآخرين تجعلني راضي عن نفسي.			
2			
اشعر بالسعادة لأن حياتي جديرة بأن تعاش.			
3			
أشعر أن الآخرين راضين عني .			
4			
منذ الصغر و أنا أعاني من بعض الأمراض المزمنة			
5			
اشعر بالسعادة لأنني قادر على حل مشاكلي.			
6			
اشعر بأن تخصصي له مستقبل.			

7	رغم بذل مجهود لإنجاز أعمالتي إلا أنني غير راض عن نفسي.
8	اشعر بأنني أعاني من بعض المشكلات النفسية .
9	اشعر بأن معظم أصدقائي راضين عني.
10	اشعر باليأس عندما أجد الآخرين غير سعداء.
11	تخصص دراستي له قيمة، لكن ليس في بلدي.
12	اشعر بأنني راضي عن نفسي رغم ضغوط الحياة.
13	منذ صغري و الآخرين يتقبلونني.
14	أود الذهاب إلى طبيب نفسي لكن الظروف تحول دون ذلك.
15	ليس لدي عزيمة و إرادة في إيجاد معنى في حياتي.
16	أكون سعيدا عندما أكون راض عن حياتي

17	أود أن أغير من تخصص دراستي لان لا قيمة له.
18	منذ فترة و اليأس يملا حياتي.
19	رغم التصرفات الجيدة إلا أن الآخرين غير راضين عني .

20	الحب هو الأساس الذي يجعل لحياتي معنى.
21	اقتربني من الله يجعلني راضي عن نفسي.
22	اشعر بالخوف من المستقبل.
23	اشعر بأن مستقبلي المادي غير مستقر.
24	أشعر بالراحة عندما أجد الآخرين سعداء.
25	عندما التزم بقضاء الشعائر الدينية، تكون حياتي ذات قيمة.
26	اشعر بأن الله راضي عني.
27	رغم الآخرين لا يقبلون عن نوع دراستي إلا أنني أحبه.
28	بعض أقاربي يعانون من بعض الأمراض النفسية.
29	اشعر بالأمان عندما أكون مع الآخرين.
30	أحاول أن أتصرف بطريقة من خلالها يتقبلني أقربائي.
31	رغم محاولاتي على حل مشاكلي، إلا أنني اشعر بعدم الأمان.
32	الأمور المادية تسترعي اهتمامي أكثر من أي شيء آخر.
33	لا اشعر بالسعادة رغم أنني راضي عن نفسي.
34	اشعر بالقلق تجاه مستقبلي.
35	الآخرين ينظرون لنوع دراسي بغير احترام.
36	اشعر أنني أعاني من بعض الاضطرابات النفسية.
37	رغم أن حياتي مليئة بالضغوط إلا أن السعادة تلازمي.
38	معنوياتي المرتفعة لها دور في إيجاد معنى في حياتي.
39	اظهر للآخرين أنني سعيد و لكنني غير ذلك.
40	اشعر بالخوف دون سبب منذ الصغر.
41	منذ فترة و أنا أعاني من الأرق أثناء النوم.
42	حياتي مليئة بالحزن رغم قلة المشاكل بها.

			أرى أن مهنتي في المستقبل لها قيمة.	43
			أتعهد أن أحسن من أعمالتي كي يتقبلني الآخرون.	44
			الإحباط المتكرر يجعل حياتي بلا معنى.	45
			رغم أن الحزن لا يفارقني، إلا أنني أعمل بجدية.	46
			لا أجد صعوبة في حياتي المادية.	47
			لا أشعر بالرضا عن ذاتي لعدم التزامي بواجباتي الدينية.	48
			أشعر أن السعادة الحقيقية لا توجد في حياتي.	49
			أشعر بالقلق لعدم اطمئناني على مستقبلي المادي.	50
			أشعر بالرضا لأنني أعمل بجدية.	51
			رغم أن نوع دراستي له قيمة إلا أنني أشعر بأنه غير مريح ماديا.	52
			أشعر باليأس سريعا عندما أقع في أي مشكلة.	53
			لا أتقبل ذاتي لقصوري في القيام بواجباتي.	54
			مهما أربح من أموال، إلا أنني أشعر بالعوز المادي.	55
			الشعور باليأس يقلل من همتي.	56

قائمة الملاحق

- اختبار اعتدالية البيانات (التوزيع الطبيعي) للمتغير الأول الرضا الوظيفي:

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ككل الوظيفي. الرضا. مقياس	.125	30	.200 [*]	.954	30	.217

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

- اختبار اعتدالية البيانات (التوزيع الطبيعي) للمتغير الثاني (الصحة النفسية):

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ككل النفسية. الصحة. مقياس	.108	30	.200 [*]	.970	30	.532

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

- الاحصاءات الوصفية لمقياس الرضا الوظيفي:

Statistics

ككل الوظيفي. الرضا. مقياس

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		53.3000
Std. Deviation		6.51867

- الاحصاءات الوصفية لمقياس الصحة النفسية:

Statistics

ككل النفسية. الصحة. مقياس

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		137.6333
Std. Deviation		15.61715

قائمة الملاحق

- معامل الارتباط بين أبعاد مقياس الرضا الوظيفي وبين مقياس الصحة النفسية:

Correlations

		الأول. البعد	النفسية. الصحة. مقياس ككل
الأول. البعد	Pearson Correlation	1	.504**
	Sig. (2-tailed)		.004
	N	30	30
ككل. النفسية. الصحة. مقياس	Pearson Correlation	.504**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		النفسية. الصحة. مقياس ككل	الثاني. البعد
ككل. النفسية. الصحة. مقياس	Pearson Correlation	1	.380*
	Sig. (2-tailed)		.038
	N	30	30
الثاني. البعد	Pearson Correlation	.380*	1
	Sig. (2-tailed)	.038	
	N	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		النفسية. الصحة. مقياس ككل	الثالث. البعد
ككل. النفسية. الصحة. مقياس	Pearson Correlation	1	.557**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	30	30
الثالث. البعد	Pearson Correlation	.557**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

قائمة الملاحق

		النفسية. الصحة. مقياس ككل	الرابع. البعد
ككل. النفسية. الصحة. مقياس	Pearson Correlation	1	.522**
	Sig. (2-tailed)		.003
	N	30	30
الرابع. البعد	Pearson Correlation	.522**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		النفسية. الصحة. مقياس ككل	الخامس. البعد
ككل. النفسية. الصحة. مقياس	Pearson Correlation	1	.137
	Sig. (2-tailed)		.469
	N	30	30
الخامس. البعد	Pearson Correlation	.137	1
	Sig. (2-tailed)	.469	
	N	30	30

Correlations

		النفسية. الصحة. مقياس ككل	السادس. البعد
ككل. النفسية. الصحة. مقياس	Pearson Correlation	1	.416*
	Sig. (2-tailed)		.022
	N	30	30
السادس. البعد	Pearson Correlation	.416*	1
	Sig. (2-tailed)	.022	
	N	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

قائمة الملاحق

- معامل الارتباط بين مقياس الرضا الوظيفي وبين مقياس الصحة النفسية:

Correlations

		النفسية. الصحة مقياس ككل	الوظيفي. الرضا مقياس ككل
ككل. النفسية. الصحة مقياس	Pearson Correlation	1	.730**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
ككل. الوظيفي. الرضا مقياس	Pearson Correlation	.730**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Abstract

Job Satisfaction and its Relationship with Mental Health Among Physical Education and Sports Teachers

-A Field Study Conducted in Select Middle Schools in the Wilaya of Bouira -

*** Prepared by:**

- Khiat Hocine

*** Supervised by:**

- Dr. Rafa Ahmed

Abstract:

This study aimed to investigate the relationship between job satisfaction and mental health among physical education and sports teachers. To achieve its objectives, the researcher employed a descriptive correlational approach. The study tools were applied to a random sample of 30 male and female teachers.

The results were analyzed using statistical methods via SPSS software, revealing the following:

- The level of job satisfaction among physical education and sports teachers is high.
- The level of mental health among physical education and sports teachers is high.
- There is a statistically significant correlational relationship between the dimensions of the job satisfaction scale and mental health among physical education and sports teachers.

Based on these findings, the researcher recommends the following:

- Ensure the provision of necessary sports tools and equipment, and appropriate school facilities. This will facilitate teachers' effective performance of their duties and reduce pressures associated with a lack of resources.
- Alleviate teaching burdens by reviewing class hours and student numbers per group to ensure smooth lesson delivery and sufficient preparation time.
- Facilitate communication between administration and teachers by establishing open and effective communication channels between physical education teachers and school administration to resolve problems, offer suggestions, and address their feedback.

Keywords: Job Satisfaction, Mental Health, Physical Education and Sports Teachers.