

التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا

*أحمد محمد أبو الحسن

مقدمة ومشكلة البحث:

يحتل المعلم في النظام التربوي مكان الصدارة في انجاح هذا النظام وتحقيق أهدافه، وبالرغم من أن المعلم يعتبر متغيرًا واحدًا من بين عدة متغيرات في العملية التربوية إلا أن هذا المتغير ذو أثر كبير وفعال في تفكير وسلوك التلاميذ.

ويشير زياد أمين بركات (٢٠٠٥م) أنه في ظل العصر الحالي نتوقع مكانة جديدة للمعلم واهتمامًا بارزًا لمسؤولياته التربوية والاجتماعية، حيث لا يمكن لأي نظام تعليمي أن يثمر ويرتقي إلى مستوى مسؤوليات التطور الحاصل في هذه الألفية دون الاهتمام بأوضاع المعلم وكفاياته، حيث أن هذه الألفية تفرض على الإنسان تحديات كبيرة من حيث الثورة المعلوماتية و التكنولوجيا الضخمة، وهذا يتطلب الاستعداد للتعلم الدائم والتدريب والتأهيل المستمرين. (١٠ : ٤)

فالمعلم هو صانع التدريس وأداته التنفيذية، حيث أن التدريس هو وسيلة اتصال تربوية تخطط وتوجه من قبل المعلم لتحقيق أهداف العلم لدى التلميذ، وهو أيضا نتاج مباشر لما يتصف به المعلم من خلفيات متنوعة وخصائص وكفايات، فإذا كانت هذه الكفايات عالية فإن التدريس بلا شك يكون تبعًا لذلك. (١٨ : ٩٠٣)

كما يسهم معلم التربية البدنية في هذه الآونة بالعديد من الأدوار الحيوية في داخل المجتمعات المدرسية، ويمكن تقسيم الأدوار التي باستطاعتهم القيام بها إلى خمس مجالات أساسية وهي التخطيط، والتدريس، والتقييم، والإدارة، وغيرها من المهام الأخرى، ومن ثم فإن مثل هذه الأدوار المتنوعة قد ألقت على معلم التربية البدنية العديد من المسؤوليات باعتبار أنه قائد مسئول عن تحسين مستوى اللياقة البدنية التي يتمتع بها الطلاب، الأمر الذي أضفى على طبيعة عمل معلم التربية البدنية بعدًا من التعقيد. (٢٤ : ٢٠)

ويعتبر استعداد المعلم وقابليته لمهنة التعليم من العوامل التي تؤثر في تنميته مهنيًا فقد توفر السلطات التعليمية كافة المصادر المادية والبشرية اللازمة لتنميته، ولكن

كل هذا لا يؤثر في تميته مهنياً ذلك أن استعداد المعلم يعتمد على عوامل في المعلم نفسه مثل درجة كئانه، خبراته السابقة ودوافعه واتجاهاته. (٥ : ٦٥)

ويعد التوافق من المفاهيم المركزية وهو المفهوم الأكثر شيوعاً في علم النفس والصحة النفسية، وقد تكمن أهمية هذا المصطلح في عصرنا هذا في الحاجة إلى الأمن والإستقرار النفسي، وقد اتفقت العديد من الدراسات على مفهوم التوافق النفسي.

وقد عرف عبدالحميد محمد شاذلي (٢٠٠٣م) بأنه السلوك المتكامل الذي يحقق للفرد أقصى حد من الاستغلال للإمكانيات الرمزية والاجتماعية التي ينفرد بها الإنسان، وتؤدي على بقاءه، وإشباع حاجاته وحاجات غيره، وهذا التوافق يتميز بالضبط الذاتي، والتقدير للمسؤولية الشخصية والاجتماعية، وهو توافق إيجابي يتضمن النضج الإنفعالي. (١٤ : ٦٦)

ويرى حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠٥م) بأنه هو الرضى بالواقع المستحيل على التغيير، وهذا جمود وسلبية واستسلام (وتغيير الواقع القابل للتغيير) وهذا مرونة وإيجابية وابتكار، ويرى أن عملية التوافق تتضمن إما تضحية الفرد بذاتيته أو تتضمن تثبيت وفرضها على العالم الخارجي فإذا فشل أصبح عصبياً وإذا نجح كان عبقرياً. (٦ : ٢٧)

ويرى الباحث أن مهنة التعليم من أجل المهن فهي تبني القيم وتوجه السلوك وتكسب المعارف والخبرات والمهارات، كما أنه من خلال عمل الباحث كمعلم تربية بدنية؛ لاحظ الباحث أن هناك العديد من الضغوط والتوترات التي يواجهها المعلم، فمنها ما هو مرتبط بالعمل وطبيعته، وما هو مرتبط بالبيئة المحيطة التي تؤثر على الأفراد والمؤسسات، ومنها الضغوط من سلوك التلاميذ، أو علاقة المعلم بزملائه أو رؤسائه، وغموض الدور الذي يؤديه، وغياب التفاهم بين المعلم والإدارة، فضلاً عن الإتجاهات السلبية نحو مهنة التدريس، ينتج عنها ردود أفعال مختلفة من المعلم كل على حسب إعداده وسماته الشخصية.

حيث يرى الباحث تباين المعلمون في التوافق النفسي والضغوط الواقعة عليهم وما يتبعه من تهيئة الجو المناسب للعمل، فبعض المعلمين قد تكون لديهم ميول إيجابية نحو مهنة التدريس مما يساعدهم تخطي تلك الضغوط بشكل إيجابي لا يؤثر على أدائهم في العمل، بينما من ليست لديهم ميول نحو المهنة أو القدرة على تحمل تلك الضغوط قد يؤثر ذلك على أداء مهامهم بالشكل الصحيح.

وهذا ما دفع الباحث للقيام بدراسة التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية

بمحافظة قنا.

أهمية البحث والحاجة إليه:

١- يمكن أن يسهم هذا البحث في تبصير المهتمين بالشأن التربوي، بأهمية التوافق النفسي لدى المعلمين.

٢- إلقاء الضوء على الواقع الفعلي للتوافق النفسي لدى المعلمين بمحافظة قنا.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا.

تساؤل البحث:

١- ما الواقع الفعلي للتوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا؟

التعريف ببعض المصطلحات الواردة في البحث:

١- التوافق النفسي:

عرف عبدالحميد محمد شاذلي (٢٠٠٣م) بأنه: السلوك المتكامل الذي يحقق للفرد أقصى حد من الاستغلال للإمكانات الرمزية والاجتماعية التي ينفرد بها الإنسان، وتؤدي غلى بقائه، وإشباع حاجاته وحاجات غيره، وهذا التوافق يتميز بالضبط الذاتي، والتقدير للمسؤولية الشخصية والاجتماعية، وهو توافق إيجابي يتضمن النضج الإنفعالي.

(١٤: ٦٦)

الدراسات السابقة:

قام الباحث بالإطلاع على العديد من الدراسات السابقة المرتبطة بمجال الدراسة الحالية ومن خلال ما توصل اليه من دراسات مرتبطة بالتوافق النفسي، وسوف يعرض الباحث الدراسات مرتبة من الأحدث للأقدم.

١- دراسة أشرف حسوي، بسماء آدم (٢٠١٩م) (١) استهدفت الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي ومستوى الطموح، والكشف عن الفروق بين متوسط درجات طلبة الجامعة على مقياس التوافق النفسي ومستوى الطموح تبعا لمتغير المستوى الدراسي لدى طلبة المدينة الجامعية في حلب. وتم استخدام الأدوات التالية: مقياس التوافق النفسي، ومقياس مستوى الطموح وكلا المقياسين من إعداد الباحث وتتكون عينة الدراسة من (٤٠٣) طالبا وطالبة من طلبة مدينة السكن الجامعي. ومن أهم النتائج التي توصل إليها البحث: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة على مقياس التوافق النفسي ودرجاتهم على مقياس مستوى الطموح. كما أشارت

إلى أنه لا توجد فروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق النفسي تعزى إلى متغير المستوى الدراسي. كما بينت وجود فروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس مستوى الطموح تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لصالح طلبة الدراسات العليا.

٢- دراسة غانم عبدالكريم، منظر عبدالوهاب (٢٠١٧م) (١٦) استهدفت معرفة التوافق لدى طلبة كلية التربية، ولتحقيق هذه الأهداف قام ببناء مقياس للتوافق النفسي، وطبقة الدراسة على عينة مكونة من (٨٠) طالباً وطالبة، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وخرجت الدراسة بمجموعة من النتائج أهمها أن طلبة كلية التربية متوافقون نفسياً، وظهرت فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير الجنس، ولصالح الذكور.

٣- دراسة محمد أحمد الرفوع (٢٠١٧م) (١٩) استهدفت التعرف على تأثير متغيرات الجنس والكلية والمستوى الأكاديمي في تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة من طلبة جامعة الطفيلة التقنية في التوافق النفسي العام، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم مقياس التوافق النفسي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وخرجت الدراسة بمجموعة من النتائج أهمها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي وأبعاده بين الطلبة تبعاً للجنس والمستوى الأكاديمي، ولا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الكلية.

٤- دراسة أماني حمدي شحادة (٢٠١١م) (٣) استهدفت الكشف عن درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات ومقارنتها عند أبناء غير العاملات حيث حاولت الدراسة الإجابة، واستخدمت الباحثة المنهج التحليلي الوصفي، كما تكونت عينة الدراسة من (٣٣٠) من أبناء وبنات الأمهات العاملات وغير العاملات، ولجمع المعلومات تم استخدام استبانة التوافق النفسي الاجتماعي من إعداد الباحثة، وقد خرجت الدراسة بعدة نتائج كان من أهمها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين أبناء العاملات في المؤسسات غير الحكومية وغير العاملات، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء الأمهات العاملات في المؤسسات غير الحكومية في مدينة غزة تعزى لمتغير الجنس (ذكر/ إناث)، نوع الأسرة، حجم الأسرة.

٥- دراسة مرفت عبد ربه (٢٠١٠م) (٢٠) استهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا وكل من المتغيرات (عدد سنوات الإصابة بالمرض، نوع مرض السكري، مستوى الدخل، المستوى التعليمي، العمر، النوع) لدى مرضى السكري وقامت الباحثة باختيار عينة عشوائية من المرضى المسجلين بمركز شهداء الرمال بلغت

(٣٠٠) مريض ومريضة كما وقامت الباحثة بتطبيق مقياس التوافق النفسي من إعداد شقير (٢٠٠٣م) ومقياس قوة الأنا لبارون ترجمة أبو ناهية واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت الباحثة وجود علاقة دالة إحصائية بين التوافق النفسي وأبعاده (الشخصي، الصحي، الأسري، الاجتماعي والتوافق العام) وقوة الأنا لدى مرضى السكري، وجود فروق دالة إحصائية في التوافق النفسي بعد التوافق الصحي وعدد سنوات الإصابة بمرض السكري، عدم وجود فروق دالة إحصائية بين عدد سنوات الإصابة بالمرض وأبعاد التوافق التالية (التوافق الشخصي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي)، وجود فروق دالة إحصائية في التوافق الشخصي والأسري والعام وذلك حسب مستويات الدخل الشهرية لمرضى السكري في حين لوحظ عدم وجود فروق في التوافق الصحي والاجتماعي، وأخيراً وجود فروق دالة إحصائية في التوافق النفسي وأبعاده المختلفة حسب المستويات التعليمية المختلفة لمرضى السكري.

٦- دراسة سامي محمود محمد (٢٠٠٦م) (١٢) استهدفت إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدي طلبة الثانوية بمحافظة رفح وما هي أبعاده والتعرف على الفروق في مجالات التوافق للطلبة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر، الصف الدراسي، التخصص الأكاديمي، مستوى الدخل) والتعرف على الفروق في أبعاد سمات الشخصية (الانبساط - الانطواء، العصابية، الذهانية، الكذب) والتعرف على أثر القلق والتوتر الناتج عن سكنهم في ناطق ساخنة على التوافق النفسي والاجتماعي لدي عينة الدراسة، بلغت عينة الدراسة (٦٦٠) طالب وطالبة مناصفة بين الذكور والإناث وتم اختيارهم بطريقة عشوائية واستخدم الباحث اختبار التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد الديب ومقياس ايزنك للشخصية ومن نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائية بين كل من مجالات التوافق النفسي والتوافق العام وأبعاد سمات الشخصية، عدم وجود فروق بين الجنسين في مجال التوافق الجسدي والتوافق العام بينما توجد فروق بين الجنسين في مجال التوافق النفسي الأسري والانسجامي لصالح الذكور وفروق في مجال التوافق الاجتماعي لصالح الإناث.

التعليق على الدراسات السابقة التي تناولت التوافق النفسي:

إعتمد الباحث على عدد (٦) دراسات سابقة في مجال التوافق النفسي وسوف يتناول الباحث التعليق على هذه الدراسات من خلال إلقاء الضوء على بعض النقاط الهامة :

١- الأهداف:

- هدفت جميع الدراسات السابقة إلى دراسة ما يلي:
- العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي ومستوى الطموح.
 - الكشف عن الفروق بين متوسط درجات طلبة الجامعة على مقياس التوافق النفسي ومستوى الطموح تبعاً لمتغير المستوى الدراسي لدى طلبة المدينة الجامعية في حلب.
 - التعرف على تأثير متغيرات الجنس والكلية والمستوى الأكاديمي في تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة من طلبة جامعة الطفيلة التقنية في التوافق النفسي العام.
 - درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات ومقارنتها عند أبناء غير العاملات حيث حاولت الدراسة الإجابة.
 - الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا وكل من المتغيرات (عدد سنوات الإصابة بالمرض، نوع مرض السكري، مستوى الدخل، المستوى التعليمي، العمر، النوع) لدى مرضى السكري.
 - التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدي طلبة الثانوية بمحافظة رفح وما هي أبعاده والتعرف على الفروق في مجالات التوافق للطلبة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر، الصف الدراسي، التخصص الأكاديمي، مستوى الدخل) والتعرف على الفروق في أبعاد سمات الشخصية (الانبساط - الانطواء، العصابية، الذهانية، الكذب).

٢- المنهج:

إتفقت جميع الدراسات السابقة على استخدام المنهج الوصفي (الدراسات المسحية).

٣- العينة:

معظم الدراسات السابقة في نوع العينات المستخدمة وهي الطلاب، كما تراوحت أعداد العينات المستخدمة في الدراسات السابقة وفقاً لطبيعة وأهداف كل دراسة ما بين (٨٠ إلى ٦٦٠).

٤- وسائل جمع البيانات:

استخدمت الدراسات السابقة وسائل جمع البيانات متنوعه والتي تمثلت في مقياس التوافق النفسي.

٥- المعالجات الإحصائية:

استخدمت معظم الدراسات السابقة الأساليب الإحصائية الآتية (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط، اختبار"ت"، تحليل التباين) واختلفت الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات لكل دراسة على حدة وذلك طبقاً لطبيعة وأهداف كل دراسة.

٦- أهم النتائج:

أوضحت معظم نتائج الدراسات أن وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي والمتغيرات المستخدمة في البحث، بالإضافة إلى وجود فروق بين الذكور والإناث.

خطة وإجراءات البحث

أولاً: منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

ثانياً: مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على معلمى التربية الرياضية بمحافظة قنا وعددهم (٨٠٤) معلم ومعلمة.

ثالثاً: عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث تم توزيع عدد (٣٠٠) استمارة استبيان على عينة البحث وبعد إستبعاد الإستمارات التي حدث بها أخطاء من قبل المستجيبين والتي لم ترد من البعض وعددهم (٢٠)، استقرت عينة البحث على قوامها (٢٨٠) معلماً ومعلمة للتربية الرياضية، بنسبة ٣٤.٨% من مجتمع البحث وتم اختيار عدد (٢٠) معلماً ومعلمة تربية رياضية عشوائياً لإجراء الدراسة الاستطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، والجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث.

جدول (١)
توصيف عينة البحث

العينة الاستطلاعية		العينة الأساسية		مجتمع البحث		المرحلة
معلمين	معلمات	معلمين	معلمات	معلمين	معلمات	
٦	٧	٢٥	١٤٣	١١٩	٤٢٠	الابتدائية
٤	٣	٢١	٩١	٤٥	٢٢٠	الإعدادية
١٠	١٠	٤٦	٢٣٤	١٦٤	٦٤٠	المجموع
٢٠		٢٨٠		٨٠٤		المجموع الكلي

أ- مقياس التوافق النفسي: اعداد زينب محمود شقير (٢٠٠٣م) (١٠).
صمم هذا المقياس زينب شقير سنة ٢٠٠٣، وفي سبيل إعداده قامت المؤلفة بالاطلاع على التراث النظري والدراسات السابقة وكذا على بعض المفاهيم النظرية للتوافق النفسي وأبعاده المختلفة، كما اطلعت على بعض مقاييس التوافق النفسي مثل مقياس كاليفورنيا للشخصية ومقياس التوافق إعداد عبد الوهاب كامل ومقياس التوافق النفسي إعداد وليد القفاص... الخ، وهي مقاييس أجريت على فئة العاديين من الناس، إلى أن توصلت المؤلفة إلى ويتكون من أربعة أبعاد رئيسية للتوافق وهي:

- التوافق الشخصي والانفعالي
- التوافق الصحي والجسمي.
- التوافق الأسري.
- التوافق الإجتماعي.

وتم التوصل إلى ٣٠ عبارة يبرز من خلالها التوافق لدى الفرد والتي انتهت إلى عشرون فقرة لكل بعد من أبعاد المقياس الفرعية وذلك بعد الانتهاء من التقنين الخاص بالمقياس، وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس الكلية ٨٠ عبارة مقسمة إلى ٢٠ عبارة لكل محور فرعي على حدة، كما موضح بالجدول التالي:

جدول (٢)

توزيع عبارات مقياس التوافق النفسي حسب المحاور

المجموع الكلي	فقرات المقياس		محاور المقياس
	العبارات السالبة	العبارات الموجبة	
٢٠	من ١٥ : ٢٠	من ١ : ١٤	التوافق الشخصي والانفعالي
٢٠	من ٢٩ : ٤٠	من ٢١ : ٢٨	التوافق الصحي والجسمي
٢٠	من ٥٦ : ٦٠	من ٤١ : ٥٥	التوافق الأسري
٢٠	من ٧٥ : ٨٠	من ٦١ : ٧٤	التوافق الإجتماعي
٨٠	٢٩	٥١	اجمالي عدد العبارات

هذا ويمكن تطبيق المقياس على الجنسين من مختلف الأعمار ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن.

- وقد صمم هذا المقياس على طريقة "ليكرت" وذلك بإعطاء تقدير دقيق على مقياس متدرج من (موافق، محايد، معارض) والدرجات على التوالي (٢، ١، ٠) وهذا في حال كان اتجاه التوافق إيجابياً، أما إذا كان اتجاهه سلبياً فتمنح الإجابات الدرجات (٠، ١، ٢).

وعلى ذلك نجد أن:

- أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (١٦٠) وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل الذي يأخذ الدرجة "٢" سواء في العبارات الإيجابية أو السلبية.

- متوسط الدرجة التي يمكن الحصول عليها هي (٨٠) وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل أحيانا الذي يأخذ الدرجة "١"

- أدنى درجة يمكن الحصول عليها هي (٠) وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل الذي يأخذ الدرجة "٠" سواء في العبارات الإيجابية أو السلبية.

- صدق المقياس:

إستخدم الباحث صدق الإتساق الداخلي لحساب معامل الصدق، حيث تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وقوامها (٢٠) معلماً من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الأول ومجموع المحور
لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية (ن=٢٠)

رقم المحسوبة	العبارات	م
٠.٩٥	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	١
٠.٩١	هل أنت متفائل بصفة عامة؟	٢
٠.٩٧	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟	٣
٠.٩٢	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	٤
٠.٨٨	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟	٥
٠.٩١	هل تتطلع لمستقبل مشرق؟	٦
٠.٨٠	هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟	٧
٠.٨٣	هل أنت سعيد ويشوش في حياتك؟	٨
٠.٩٤	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟	٩
٠.٧٨	هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	١٠
٠.٩١	هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟	١١
٠.٩٦	هل انت قريب من الله بالعبادة والذكر دائماً؟	١٢
٠.٩٢	هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟	١٣
٠.٨٩	هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟	١٤
٠.٨٦	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟	١٥
٠.٩١	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموماً؟	١٦
٠.٩٢	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟	١٧
٠.٩٧	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟	١٨
٠.٩٣	هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟	١٩
٠.٩٠	هل تشعر بنوبات صداد أو غثيان من وقت لآخر؟	٢٠

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الاول والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٨ ، ٠.٩٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحور.

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثاني ومجموع المحور لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية (ن=٢٠)

م	العبارات	قيمة ر المحسوبة
١	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟	٠.٨٤
٢	هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟	٠.٩٠
٣	هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟	٠.٩٢
٤	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟	٠.٩٦
٥	هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح؟	٠.٧٨
٦	هل تهتم بصحتك جيداً وتتجنب الإصابة بالمرض؟	٠.٩٣
٧	هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	٠.٩٦
٨	هل تعطي نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟	٠.٩٠
٩	هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر والغمز بالعين)؟	٠.٩٢
١٠	هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟	٠.٨٦
١١	هل تشعر أحياناً بحالات برودة أو سخونة؟	٠.٨٥
١٢	هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟	٠.٩٤
١٣	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	٠.٩٣
١٤	هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر؟	٠.٩٠
١٥	هل تتصبب عرقاً (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟	٠.٩٧
١٦	هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	٠.٨٦
١٧	هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟	٠.٧٦
١٨	هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	٠.٨٢
١٩	هل تعاني من امساك (أو اسهال) كثيراً؟	٠.٩١
٢٠	هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر؟	٠.٩٥

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٦ ، ٠.٩٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحور.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثالث ومجموع المحور لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية (ن=٢٠)

م	العبارات	قيمة ر المحسوبة
١	هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟	٠.٧٣
٢	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	٠.٩٦
٣	هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	٠.٩٤
٤	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	٠.٩٠
٥	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟	٠.٩٣
٦	هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟	٠.٨٧
٧	هل تأخذ حقه من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	٠.٨٢
٨	هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟	٠.٩١
٩	هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟	٠.٩٣
١٠	هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصداقة؟	٠.٩٢
١١	هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	٠.٧٩
١٢	هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية (والثقافية)؟	٠.٧٦
١٣	هل تشجعك أسرتك على اظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	٠.٨٥
١٤	هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟	٠.٩٤
١٥	هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	٠.٩٧
١٦	هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	٠.٨٦
١٧	هل تتمنى أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	٠.٨٠
١٨	هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟	٠.٧٦
١٩	هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	٠.٩٠
٢٠	هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	٠.٩٠

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٣ ، ٠.٩٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحور.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين عبارات المحور الرابع ومجموع المحور لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية (ن=٢٠)

م	العبارات	قيمة ر المحسوبة
١	هل تحرص على المشاركة الإيجابية الإجتماعية والترفيهية مع الآخرين؟	٠.٩١
٢	هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	٠.٩١
٣	هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	٠.٩٦
٤	هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	٠.٨٨
٥	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	٠.٩٣
٦	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتهم؟	٠.٩٠
٧	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	٠.٩٨
٨	هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	٠.٨٢
٩	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيراً؟	٠.٨٩
١٠	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	٠.٩١
١١	هل يسعدك المشاركة فيالحفلات والمناسبات الإجتماعية؟	٠.٩٧
١٢	هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟	٠.٩٣
١٣	هل تحاول الوفاء بوعدهم مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟	٠.٩٤
١٤	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	٠.٩٤
١٥	هل تفكر كثيراً قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه)؟	٠.٨٠
١٦	هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	٠.٨٦
١٧	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	٠.٧٦
١٨	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟	٠.٩١
١٩	هل تتخلى عن إهداء النصح لزميلك خوفاً من أن يزعجك منك؟	٠.٩٠
٢٠	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	٠.٩٣

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين عبارات المحور الرابع والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٦ ، ٠.٩٨) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحور.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلي
لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية (ن=٢٠)

م	المحور	قيمة ر المحسوبة
١	التوافق الشخصي والانفعالي	٠.٩٥
٢	التوافق الصحي والجسمي	٠.٩٧
٣	التوافق الأسري	٠.٩٠
٤	التوافق الإجتماعي	٠.٩٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠.٩٠ : ٠.٩٩) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس ككل.
- معامل الثبات:

لحساب معامل الثبات لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية، استخدم الباحث طريقة الثبات لمعامل ألفا كرونباخ على العينة الاستطلاعية، وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

ثبات ألفا كرونباخ بين المحاور ومجموع

مقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية (ن=٢٠)

م	المحاور	معامل ثبات ألفا كرونباخ
١	التوافق الشخصي والانفعالي	٠.٧١
٢	التوافق الصحي والجسمي	٠.٧٠
٣	التوافق الأسري	٠.٧٠
٤	التوافق الإجتماعي	٠.٧٥
	مجموع المقياس	٠.٧٩

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) بين المحاور ومجموع المقياس تراوحت ما بين (٠.٧٠ : ٠.٧٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بثبات عالي. وأصبح جاهز للتطبيق. مرفق (١) الدراسة الإستطلاعية:

حرصاً من الباحث على سلامة الإجراءات الإدارية والفنية قبل وأثناء وبعد تطبيق المقياس، قام الباحث باختيار عدد (٢٠) معلم من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث، في الفترة من / / إلى / / ، بهدف التعرف على عدة نقاط أهمها:

- دقة تنظيم وسير العمل في القياس.
- صدق وثبات المقياس قيد البحث.
- التعرف على المشكلات التي تظهر عند القياس.
- وبناءً على نتائج الدراسة الاستطلاعية توصل الباحث إلى:
- صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في المقياس.
- صدق وثبات المقياس قيد البحث.

تطبيق أدوات البحث:

تم تطبيق مقياس التوافق النفسي في الفترة من / / حتى / / ؟؟؟؟
المعالجات الإحصائية المستخدمة:

اعتمد الباحث في المعالجة الإحصائية الحزمة الإحصائية لبرنامج S.P.S.S V20.0 على جهاز الحاسب الآلي، وقد تم تقريب النتائج إلى كسرين عشريين، واستند الباحث في النتائج إلى مستوى دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ .

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

تحقيقاً لأهداف البحث ووصولاً للإجابة على تساؤله وفي حدود ما توصل إليه الباحث من بيانات من خلال التحليل الإحصائي يحاول الباحث عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها، وسوف يتم سردها كما يلي:

تساؤل البحث: ما الواقع الفعلي للتوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا؟

جدول (٩)

الوزن النسبي والنسبة المئوية والمتوسط والاتجاه لاستجابات عينة البحث في المحور الأول التوافق الشخصي والإنفعالي لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا (ن=٢٨٠)

م	العبارات	موافق	محايد	معارض	الوزن النسبي	النسبة المئوية	المتوسط	الاتجاه
١	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟	٢٣٨	٢٣	١٩	٤٩٩	٨٩.١١	١.٧٨	موافق
٢	هل أنت متفائل بصفة عامة؟	٢٤١	٣١	٨	٥١٣	٩١.٦١	١.٨٣	موافق
٣	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن إنجازاتك أمام الآخرين؟	٢٣٦	٣٣	١١	٥٠٥	٩٠.١٨	١.٨٠	موافق
٤	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟	٢٢٩	٤٠	١١	٤٩٨	٨٨.٩٣	١.٧٨	موافق
٥	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟	٢٤٩	٢٥	٦	٥٢٣	٩٣.٣٩	١.٨٧	موافق
٦	هل تتطلع لمستقبل مشرق؟	٢١٩	٥٩	٢	٤٩٧	٨٨.٧٥	١.٧٨	موافق
٧	هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟	٢١١	١٣	٥٦	٤٣٥	٧٧.٦٨	١.٥٥	موافق
٨	هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟	٢١٧	٣٣	٣٠	٤٦٧	٨٣.٣٩	١.٦٧	موافق
٩	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟	٢٠٨	٤٣	٢٩	٤٥٩	٨١.٩٦	١.٦٤	موافق
١٠	هل تشعر بالانتران الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	٢٢٢	٤٧	١١	٤٩١	٨٧.٦٨	١.٧٥	موافق
١١	هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟	٢٤٦	٢٦	٨	٥١٨	٩٢.٥٠	١.٨٥	موافق
١٢	هل انت قريب من الله بالعبادة والذكر دائماً؟	٢٤٤	٣٤	٢	٥٢٢	٩٣.٢١	١.٨٦	موافق
١٣	هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟	٢٤٧	٢٩	٤	٥٢٣	٩٣.٣٩	١.٨٧	موافق
١٤	هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟	٢٦٣	١٠	٧	٥٣٦	٩٥.٧١	١.٩١	موافق
١٥	هل تشعر باليأس وتهبط همته بسهولة؟	٣٩	٧١	١٧٠	٤١١	٧٣.٣٩	١.٤٧	موافق
١٦	هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموماً؟	٤٨	٨١	١٥١	٣٨٣	٦٨.٣٩	١.٣٧	موافق
١٧	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟	٤٣	٩٩	١٣٨	٣٧٥	٦٦.٩٦	١.٣٤	محايد
١٨	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟	٤٦	٦٥	١٦٩	٤٠٣	٧١.٩٦	١.٤٤	موافق
١٩	هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟	٣٩	٩٣	١٤٨	٣٨٩	٦٩.٤٦	١.٣٩	موافق
٢٠	هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟	٤٢	٦١	١٧٧	٤١٥	٧٤.١١	١.٤٨	موافق
	مجموع المحور				٩٣٦٢	٨٣.٥٩	١.٦٧	موافق

يتضح من جدول (٩) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الأول التوافق الشخصي والإنفعالي لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا قيد البحث قد تراوحت ما بين (٦٦.٩٦% : ٩٥.٧١%)، بينما النسبة المئوية للمحور ككل بلغ (٨٣.٥٩%).

كما يوضح أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة البحث نحو المحور الأول: التوافق الشخصي والإنفعالي، أن جميع العبارات قد جاءت بمتوسطات حسابية بدرجة تحقق (موافق)، وكان ترتيب العبارات حسب المتوسطات الحسابية من الأهم فالأقل أهمية من وجهة نظر أفراد عينة البحث كالتالي:

في الترتيب الأول جاءت العبارة رقم (١٤) هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟، بمتوسط حسابي ١.٩١ وبنسبة مئوية ٩٥.٧١%.

وفي الترتيب الثاني جاءت العبارتين (٥، ١٣) هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟، هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة؟ بمتوسط حسابي ١.٨٧ وبنسبة مئوية ٩٣.٣٩%.

وفي الترتيب الثالث جاءت العبارة رقم (١٢) هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائماً؟، بمتوسط حسابي ١.٨٦ وبنسبة مئوية ٩٣.٢١%.

وفي الترتيب الرابع جاءت العبارة رقم (١١) هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟، بمتوسط حسابي ١.٨٥ وبنسبة مئوية ٩٢.٥%.

وفي الترتيب الخامس جاءت العبارة رقم (٢) هل أنت متفائل بصفة عامة؟، بمتوسط حسابي ١.٨٣ وبنسبة مئوية ٩١.٦١%.

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تدل على أن العينة تتمتع بمستوى من الأمن والطمأنينة النفسية، بالإضافة إلى الشعور بالذات والحب للآخرين والتعاون، هذا مع تمتعهم بالتفاؤل.

ويتفق ذلك مع ما ذكره خالد إبراهيم حسن (٢٠٠٨م) نقلاً عن عثمان عبدالله (١٩٩٩م) حيث أشار إلى أن من شروط أحداث التوافق الجيد تقبل الفرد لنفسه وفكرته الموجبه عنها مما يدفعه نحو العمل والنجاح وفق حدود امكانياته وقدراته والتوافق مع أفراد المجتمع وعدم تقبل الفرد لنفسه ومعرفة امكانياتها وقدراتها يدخله في دائرة المواقف الإحباطية مما ينتج عنه الشعور بالعجز والفشل والإنطواء والعدوان والمحصلة هي سوء توافق اجتماعي. (٨: ١٨)

بينما حصلت العبارة رقم (١٧) هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟ على أقل نسبة مئوية (٦٦.٩٦%) وهذا يعتبر طبيعياً بالنسبة لكون الإنسان الطبيعي يشعر بالقلق في بعض المواقف التي يتعرض لها.

وهذا يتفق مع ما ذكرته مواهب الرشيد ابراهيم (٢٠١٨م) حيث أشارت إلى أن للقلق نوعان طبيعي ويساعد الفرد على الاستمرار وبذل الطاقة الزائدة، بينما القلق غير

الطبيعي يكون عرضة للاضطرابات النفسية الشائعة، وقد تكون بسبب الخوف من المستقبل مما يترك أعراض جسدية ونفسية سالبة، فيؤدي لعدم القدرة على التأقلم مع البيئة الجديدة. (٢١: ٨)

ويتبين من خلال الجدول السابق أن درجة استجابة أفراد العينة على عبارات المحور الأول التوافق الشخصي والإنفعالي بشكل عام جاءت بدرجة موافقة عالية، ويمتوسط حسابي (١.٦٧) ونسبة مئوية (٨٣.٥٩%).

مما سبق يرى الباحث تأييداً لما ذكره علي أحمد معوض (٢٠٠٥م) أن الكائن الحي بجانب ما لديه من قدرة على التلاؤم مع البيئة الطبيعية أيضاً لديه القدرة على التلاؤم مع الظروف النفسية والاجتماعية التي تمر به، وأن جميع اتجاهات تعريف التوافق تشير إلى أنه عملية تتم بين الفرد والبيئة بحيث يشعر بالرضا والسعادة. (١٥)

جدول (١٠)

الوزن النسبي والنسبة المئوية والمتوسط والاتجاه لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني التوافق التوافق الصحي والجسمي لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا (ن=٢٨٠)

م	العبارات	موافق	محايد	معارض	الوزن النسبي	النسبة المئوية	المتوسط	الاتجاه
١	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟	٢٥١	١٩	١٠	٥٣١	٩٤.٨٢	١.٩٠	موافق
٢	هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟	٢٤٩	٢٠	١١	٥٢٩	٩٤.٤٦	١.٨٩	موافق
٣	هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟	٢٧٣	٥	٢	٥٥٣	٩٨.٧٥	١.٩٨	موافق
٤	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟	٢٦٧	١٠	٣	٥٤٧	٩٧.٦٨	١.٩٥	موافق
٥	هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟	٢٧٦	٢	٢	٥٥٦	٩٩.٢٩	١.٩٩	موافق
٦	هل تهتم بصحتك جيداً وتتجنب الإصابة بالمرض؟	٢٦٦	١١	٣	٥٤٦	٩٧.٥٠	١.٩٥	موافق
٧	هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	٢١٦	٥٩	٥	٤٩٦	٨٨.٥٧	١.٧٧	موافق
٨	هل تعطي نفسك قدرًا كافيًا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟	٢٠٣	٥٨	١٩	٤٨٣	٨٦.٢٥	١.٧٣	موافق
٩	هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر والغمز بالعين)؟	٧٣	٤٤	١٦٣	٣٧٠	٦٦.٠٧	١.٣٢	محايد
١٠	هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟	٤٩	٥٦	١٧٥	٤٠٦	٧٢.٥٠	١.٤٥	موافق
١١	هل تشعر أحياناً بحالات برودة أو سخونة؟	١٩	٣٢	٢٢٩	٤٩٠	٨٧.٥٠	١.٧٥	موافق

١٢	هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)؟	٣٥	١١	٢٣٤	٤٧٩	٨٥.٥٤	١.٧١	موافق
١٣	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	١١	٥٩	٢١٠	٤٧٩	٨٥.٥٤	١.٧١	موافق
١٤	هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟	٢٠	٧٢	١٨٨	٤٤٨	٨٠.٠٠	١.٦٠	موافق
١٥	هل تتصبب عرقاً (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟	٩	٤٢	٢٢٩	٥٠٠	٨٩.٢٩	١.٧٩	موافق
١٦	هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟	٢٩	٤١	٢١٠	٤٦١	٨٢.٣٢	١.٦٥	موافق
١٧	هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟	٢٧	٣٤	٢١٩	٤٧٢	٨٤.٢٩	١.٦٩	موافق
١٨	هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام؟	١٢	٢٨	٢٤٠	٥٠٨	٩٠.٧١	١.٨١	موافق
١٩	هل تعاني من امسك (أو اسهال) كثيراً؟	٥٣	٦٣	١٦٤	٣٩١	٦٩.٨٢	١.٤٠	موافق
٢٠	هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر؟	١٣	٧٤	١٩٣	٤٦٠	٨٢.١٤	١.٦٤	موافق
	مجموع المحور				٩٧٠.٥	٨٦.٦٥	١.٧٣	موافق

يتضح من جدول (١٠) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثاني التوافق الصحي والجسمي لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا قيد البحث قد تراوحت ما بين (٦٦.٠٧% : ٩٩.٢٩%)، بينما النسبة المئوية للمحور ككل بلغ (٨٦.٦٥%).

كما يوضح أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة البحث نحو المحور الثاني: التوافق الصحي والجسمي، أن جميع العبارات قد جاءت بمتوسطات حسابية بدرجة تحقق (موافق) فيما عدا العبارة (٩) فقد جاءت بدرجة تحقق (محايد)، وكان ترتيب العبارات حسب المتوسطات الحسابية من الأهم فالأقل أهمية من وجهة نظر أفراد عينة البحث كالتالي:

في الترتيب الأول جاءت العبارة رقم (٥) هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟، بمتوسط حسابي ١.٩٩ ونسبة مئوية ٩٩.٢٩%.

وفي الترتيب الثاني جاءت العبارة رقم (٣) هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟ بمتوسط حسابي ١.٩٨ ونسبة مئوية ٩٨.٧٥%.

وفي الترتيب الثالث جاءت العبارة رقم (٤) هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)؟، بمتوسط حسابي ١.٩٥ ونسبة مئوية ٩٧.٦٨%.

وفي الترتيب الرابع جاءت العبارة رقم (٦) هل تهتم بصحتك جيداً وتتجنب الإصابة بالمرض؟، بمتوسط حسابي ١.٩٥ ونسبة مئوية ٩٧.٥%.

وفي الترتيب الخامس جاءت العبارة رقم (١) هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟، بمتوسط حسابي ١.٩٠. وبنسبة مئوية ٩٤.٨٢%. ويرى الباحث أن هذه النتيجة تدل على أن العينة تتمتع بصحة جيدة وقوة البنية بالإضافة إلى رضاهم عن مظهرهم الخارجي وتجنبهم الإصابة بالمرض، كما أن حياتهم مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت.

ويتفق ذلك مع ما ذكرته أماني حمدي شحادة (٢٠١١م) نقلاً عن زينب محمود شقير (٢٠٠٣م) حيث أشارت إلى أن التوافق الصحي والجسمي هو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته وتمتعته بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدرته على الحركة والالتزان وسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لهتمته ونشاطه. (٣: ٣٥)(١١: ٥)

بينما حصلت العبارة رقم (٩) هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر والغمز بالعين)؟ على أقل نسبة مئوية (٦٦.٩٦%) وهذا يدل على أن أفراد العينة يتمتعون بصحة نفسية جيدة حيث أن قضم الاظافر والغمز بالعين تعتبر سلوكاً غير سويماً من الناحية النفسية.

ويتبين من خلال الجدول السابق أن درجة استجابة أفراد العينة على عبارات المحور الثاني التوافق الصحي والجسمي بشكل عام جاءت بدرجة موافقة عالية، وبمتوسط حسابي (١.٧٣) وبنسبة مئوية (٨٦.٦٥%).

مما سبق يرى الباحث تأييداً لما ذكرته زينب محمود شقير (٢٠٠٣م) أن التوافق الصحي والجسمي هو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته وتمتعته بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدرته على الحركة والالتزان وسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لهتمته ونشاطه. (١١: ٥)

جدول (١٢)

الوزن النسبي والنسبة المئوية والمتوسط والاتجاه لاستجابات عينة البحث في المحور الثالث التوافق الأسري لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا (ن=٢٨٠)

م	العبارات	موافق	محا يد	معرض	الوزن النسبي	النسبة المئوية	المتوسط	الاتجاه
١	هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟	٢٤٦	٢١	١٣	٥٢٦	٩٣.٩٣	١.٨٨	موافق
٢	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟	٢٥١	١٠	١٩	٥٣١	٩٤.٨٢	١.٩٠	موافق
٣	هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	٢٥٥	٩	١٦	٥٣٥	٩٥.٥٤	١.٩١	موافق
٤	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟	٢٤٨	٢٢	١٠	٥٢٨	٩٤.٢٩	١.٨٩	موافق
٥	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟	٢٥٨	١٣	٩	٥٣٨	٩٦.٠٧	١.٩٢	موافق
٦	هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟	٢٤١	١٩	٢٠	٥٢١	٩٣.٠٤	١.٨٦	موافق
٧	هل تأخذ حقتك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	٢٥٣	٢٤	٣	٥٣٣	٩٥.١٨	١.٩٠	موافق
٨	هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟	٢٥٠	٢٠	١٠	٥٣٠	٩٤.٦٤	١.٨٩	موافق
٩	هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟	٢٣٤	٢٦	٢٠	٥١٤	٩١.٧٩	١.٨٤	موافق
١٠	هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة؟	٢٥١	٢٣	٦	٥٣١	٩٤.٨٢	١.٩٠	موافق
١١	هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	٢٣٩	٢٢	١٩	٥١٩	٩٢.٦٨	١.٨٥	موافق
١٢	هل أنت راض عن ظروف الأسرة الإقتصادية (والثقافية)؟	٢٣٧	٢٢	٢١	٥١٧	٩٢.٣٢	١.٨٥	موافق

يتضح من جدول (١٢) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثالث التوافق الأسري لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا قيد البحث قد تراوحت ما بين (٨٤.١١% : ٩٧.٣٢%)، بينما النسبة المئوية للمحور ككل بلغ (٩٣.٨٣%).

كما يوضح أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة البحث نحو المحور الثالث: التوافق الأسري، أن جميع العبارات قد جاءت بمتوسطات حسابية بدرجة تحقق (موافق)، وكان ترتيب العبارات حسب المتوسطات الحسابية من الأهم فالأقل أهمية من وجهة نظر أفراد عينة البحث كالتالي:

في الترتيب الأول جاءت العبارة رقم (١٥) هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟، بمتوسط حسابي ١.٩٥ وبنسبة مئوية ٩٧.٣٢%.

وفي الترتيب الثاني جاءت العبارة رقم (٥) هل تحترم أسرتك رأيك ويمكن أن تأخذ به؟ بمتوسط حسابي ١.٩٢ وبنسبة مئوية ٩٦.٠٧%.

وفي الترتيب الثالث جاءت العبارة رقم (١٤) هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟، بمتوسط حسابي ١.٩١ وبنسبة مئوية ٩٥.٧١%.

وفي الترتيب الرابع جاءت العبارة رقم (٣) هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟، بمتوسط حسابي ١.٩١ وبنسبة مئوية ٩٥.٥٤%.

وفي الترتيب الخامس جاءت العبارة رقم (٧) هل تأخذ حقاك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟، بمتوسط حسابي ١.٩٠ وبنسبة مئوية ٩٥.١٨%.

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تدل على أن العينة تتمتع بتشجيع الأسرة على تبادل الزيارات، كذلك خوف العائلة عليهم والوقوف بجانبهم، بالإضافة إلى حب الأسرة لهم وإغمارهم بالحب والعطف والحنان والأمن.

ويتفق ذلك مع ما ذكرته أمانى حمدي شحادة (٢٠١١م) نقلاً عن بشير ابراهيم محمد (٢٠٠٣م) حيث أشارت إلى أن التوافق الأسري هو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل أسرة تقدره وتحبه، مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة والتعاون بينه وبين أفراد الأسرة، ومدى قدرة الأسرة على توفير الإمكانيات الضرورية. (٣: ١٩) (٤: ١٧)

كما اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع ما أشار إليه أشرف محمد شريت، صبره محمد علي (٢٠٠٤) حيث ذكرا أن التوافق الأسري يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كليهما وبينهما وبين الأبناء بعضهم البعض الآخر حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية. (٢: ١٣٠)

بينما حصلت العبارة رقم (١٦) هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟ على أقل نسبة مئوية (٨٤.١١%) وهذا يدل على أن أفراد العينة لا تعتبر أفراد أسرهم مصدر عبء عليهم.

ويتبين من خلال الجدول السابق أن درجة استجابة أفراد العينة على عبارات المحور الثالث التوافق الأسري بشكل عام جاءت بدرجة موافقة عالية، وبمتوسط حسابي (١.٨٦) وبنسبة مئوية (٩٢.٨٣%).

مما سبق يرى الباحث تأييداً لما ذكرته خليل عدنان خليل (٢٠١٥م) نقلاً عن غزلان شمش محمد (٢٠٠٩م) أن الأسرة ينظر إليها علي أنها وحدة من الأشخاص المتفاعلين، يحدد كل شخص داخل الأسرة عدد من الأدوار، أي أن الفرد يدرك معايير وتوقعات الدور الذي يحدده له الأعضاء الآخرون في الأسرة وينسبون لها إليه، والتي سلوكه والكيان العضوي الأسري يمثل الوحدة الإجتماعية الأساسية في المجتمع، وكلما كانت العلاقات الأسرية والتطابق والتماسك الأسري بين أعضاء الأسرة قوية أدى ذلك إلى علاقات وروابط وضوابط اجتماعية سليمة بين أفرادها في تعاملهم داخل الأسرة وفي المجتمع الأكبر، والعكس من ذلك عندما يسود جو الأسرة التنافر والتناحر، وعدم الرغبة في تحمل المسؤوليات من قبل الآباء والأبناء. (٩: ١٦ - ١٧) (١٧: ٣٣)

جدول (١٣)

الوزن النسبي والنسبة المئوية والمتوسط والاتجاه لاستجابات عينة البحث في المحور الرابع التوافق الاجتماعي لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا (ن=٢٨٠)

م	العبارات	موافق	محايد	معرض	الوزن النسبي	النسبة المئوية	المتوسط	الاتجاه
١	هل تحرص على المشاركة الإيجابية الإجتماعية والترولوجية مع الآخرين؟	٢٧١	٦	٣	٥٥١	٩٨.٣٩	١.٩٧	موافق
٢	هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	٢٧٥	٣	٢	٥٥٥	٩٩.١١	١.٩٨	موافق
٣	هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	٢٦٨	٩	٣	٥٤٨	٩٧.٨٦	١.٩٦	موافق
٤	هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟	٢١٣	٣٩	٢٨	٤٩٣	٨٨.٠٤	١.٧٦	موافق
٥	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً؟	٢٤٤	٢١	١٥	٥٢٤	٩٣.٥٧	١.٨٧	موافق
٦	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟	٢٧٧	٢	١	٥٥٧	٩٩.٤٦	١.٩٩	موافق
٧	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	٢٦٨	١٠	٢	٥٤٨	٩٧.٨٦	١.٩٦	موافق
٨	هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	٢٥١	١٩	١٠	٥٣١	٩٤.٨٢	١.٩٠	موافق
٩	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيراً؟	٢٦٩	٧	٤	٥٤٩	٩٨.٠٤	١.٩٦	موافق
١٠	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟	٢٧٣	٥	٢	٥٥٣	٩٨.٧٥	١.٩٨	موافق
١١	هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الإجتماعية؟	٢٧٦	٢	٢	٥٥٦	٩٩.٢٩	١.٩٩	موافق
١٢	هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟	٢٦٩	٨	٣	٥٤٩	٩٨.٠٤	١.٩٦	موافق
١٣	هل تحاول الوفاء بوعدهم مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟	٢٧٠	٦	٤	٥٥٠	٩٨.٢١	١.٩٦	موافق
١٤	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	٢٦٦	١٠	٤	٥٤٦	٩٧.٥٠	١.٩٥	موافق
١٥	هل تفكر كثيراً قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح	٢٠٥	٣٣	٤٢	٤٨٥	٨٦.٦١	١.٧٣	موافق

							الآخرين (أو ترفضه)؟
١٦	هل تعتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	٢٢	٦٣	١٩	٤٥٣	٨٠.٨٩	١.٦٢ موافق
١٧	هل يصعب عليك اللجوء في مناسبات مع الآخرين حتى ولو كملوا في مثل سنك؟	١٢	٨٩	١٧	٤٤٧	٧٩.٨٢	١.٦٠ موافق
١٨	هل تتجمل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟	٣٣	١١	١٢	٣٧٥	٦٦.٩٦	١.٣٤ محايد
١٩	هل تتخلى عن إهداء النصح لزميلك خوفاً من أن يزعل منك؟	٣٨	٦١	١٨	٤٢٣	٧٥.٥٤	١.٥١ موافق
٢٠	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	٤٧	٦٣	١٧	٤٠٣	٧١.٩٦	١.٤٤ موافق
	مجموع المحور					٩١.٠٤	١.٨٢ موافق

يتضح من جدول (١٣) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الرابع التوافق الاجتماعي لمقياس التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا قيد البحث قد تراوحت ما بين (٦٦.٩٦% : ٩٩.٤٦%)، بينما النسبة المئوية للمحور ككل بلغ (٩١.٠٤%).

كما يوضح أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة البحث نحو المحور الرابع: التوافق الاجتماعي، أن جميع العبارات قد جاءت بمتوسطات حسابية بدرجة تحقق (موافق)، فيما عدا العبارة (١٨) فقد جاءت بدرجة تحقق (محايد)، وكان ترتيب العبارات حسب المتوسطات الحسابية من الأهم فالأقل أهمية من وجهة نظر أفراد عينة البحث كالتالي:

في الترتيب الأول جاءت العبارة رقم (٦) هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتهم؟، بمتوسط حسابي ١.٩٩ ونسبة مئوية ٩٩.٤٦%.

وفي الترتيب الثاني جاءت العبارة رقم (١١) هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟، بمتوسط حسابي ١.٩٩ ونسبة مئوية ٩٩.٢٩%.

وفي الترتيب الثالث جاءت العبارة رقم (٢) هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟، بمتوسط حسابي ١.٩٨ ونسبة مئوية ٩٩.١١%.

وفي الترتيب الرابع جاءت العبارة رقم (١٠) هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟، بمتوسط حسابي ١.٩٨ ونسبة مئوية ٩٨.٧٥%.

وفي الترتيب الخامس جاءت العبارة رقم (١) هل تحرص على المشاركة الإيجابية الإجتماعية والترويحية مع الآخرين؟، بمتوسط حسابي ١.٣٤ وبنسبة مئوية ٦٦.٩٦%.

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تدل على أن العينة يشعرون بتقدير الآخرين لأعمالهم وإنجازاتهم، ويسعدون بالمشاركة في المناسبات الاجتماعية، كما أنهم يستمتعون بمعرفة الآخرين والجلوس معهم، ويربطهم علاقات طيبة مع الزملاء، هذا بالإضافة إلى أنهم حريصون على المشاركة الإيجابية في المناسبات الاجتماعية والترويحية مع الآخرين.

ويتفق ذلك مع ما ذكره كابون وواشينجتون Capon&Washington (٢٠١٥م) نقلاً عن نادية محمد العمري (٢٠١٩م) حيث أشارا إلى أن التوافق الإجتماعي هو حالة الرضا والإنسجام بين الفرد والمجتمع تؤدي إلى قدرة الفرد على ارضاء ذاته. (٢٣: ٢٥٦) (٢٢: ٣٣١)

كما اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع ما أشار إليه سهير كامل أحمد (١٩٩٩م) حيث ذكرت أن قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية مرضية تتسم بالتعاون والتسامح والإيثار لا يشعر بما يعكرها من العدوان أو الريبة أو الاتكال أو عدم الاكتراث لمشاعر الآخرين معاً وأن يرتبط بعلاقات دافئة مع الآخرين. (١٣: ٢٢) ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية، وتقبل التغير الاجتماعي، والعمل لخير الجماعة، والتفاعل الاجتماعي السليم في إقامة علاقات طيبة وإيجابية مع أفراد المجتمع مما يؤدي إلى الصحة الاجتماعية. (٦: ٢٧)

بينما حصلت العبارة رقم (١٨) هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟ على أقل نسبة مئوية (٦٦.٩٦%) وهذا يدل على أن أفراد العينة لا يتأثروا بمواجهة الناس أو يرتبكون أثناء الحديث أمامهم. ويتبين من خلال الجدول السابق أن درجة استجابة أفراد العينة على عبارات المحور الرابع التوافق الاجتماعي بشكل عام جاءت بدرجة موافقة عالية، وبمتوسط حسابي (١.٨٦) وبنسبة مئوية (٩٢.٨٣%).

مما سبق يمكن القول تأييداً لما ذكرته أماني حمدي شحادة (٢٠١١م) حيث أشارت إلى أن الفرد يكون متوافقاً اجتماعياً عندما يكون لديه المقدرة على الاستمتاع بعلاقات اجتماعية حميمة تتصف بالاحترام والتقدير بحيث يشبع الفرد من خلال هذه العلاقات حاجاته الاجتماعية فالإنسان كائن اجتماعي بطبعه كما الالتزام بأخلاقيات

المجتمع وقوانينه وعملية تعديل للسلوك وما يتوافق مع معايير المجتمع أي محاولة التوفيق بين الذات والبيئة. (٣ : ١٩)

وبهذا يكون الباحث قد أجاب على تساؤل البحث والذي ينص على "ما الواقع الفعلي للتوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا؟"
الإستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وفي حدود العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية والنتائج التي توصل إليها الباحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- التوافق الأسري حصل على الترتيب الأول في مستوى التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا حيث بلغت النسبة المئوية (٩٢.٨٣%).
- ٢- التوافق الاجتماعي حصل على الترتيب الثاني في مستوى التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا حيث بلغت النسبة المئوية (٩١.٠٤%).
- ٣- التوافق الصحي والجسمي حصل على الترتيب الثالث في مستوى التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا حيث بلغت النسبة المئوية (٨٦.٦٥%).
- ٤- التوافق الشخصي والإنفعالي حصل على الترتيب الرابع في مستوى التوافق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمحافظة قنا حيث بلغت النسبة المئوية (٨٣.٥٩%).

ثانياً: التوصيات:

- في ضوء ما أظهرته نتائج هذه الدراسة يوصي الباحث بالتوصيات التالية:
- ١- ضرورة الاهتمام بالتوافق النفسي للمعلمين لما له من تأثير على حياتهم الوظيفية.
 - ٢- إعداد المعلمين نفسياً واجتماعياً للتفاعل مع البيئة الوظيفية وجعل أمر تكيفه مع هذه البيئة أكثر تقبلاً.
 - ٣- الاهتمام بالصحة النفسية للمعلمين من خلال البرامج المتطورة.
 - ٤- يجب على المسؤولين العمل على إعطاء المعلمين قدراً مناسباً من السلطة والحرية للقيام بمسؤولياتهم وواجباتهم في ضوء ظروف العمل.

المراجع

أولاً: المراجع باللغة الأجنبية:

- ١- أشرف حسوي، بسماء آدم: التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلبة جامعة حلب الفاطنين بالمدينة الجامعية، مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، المجلد (٤١) العدد (٧٥)، جامعة البعث للعلوم الإنسانية، ٢٠١٩م.
- ٢- أشرف محمد شريت، صبره محمد علي: الصحة النفسية والتوافق النفسي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.
- ٣- أماني حمدي شحادة: دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، ٢٠١١م.
- ٤- بشير ابراهيم محمد: التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظات غزة وعلاقته ببعض المتغيرات، الجامعة الإسلامية، غزة، ٢٠٠٣م.
- ٥- بيومي محمد ضحاوي، سلامة عبد العظيم: التنمية المهنية للمعلمين مدخل جديد نحو إصلاح التعليم، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، ٢٠٠٩م.
- ٦- حامد عبدالسلام زهران: التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ٧- حامد عبدالسلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ٨- خالد إبراهيم حسن: التوافق النفسي والاجتماعي لدى معلمي المرحلة الثانوية بمحلية أم درمان وعلاقته بتوافق الطلاب الدراسي من وجهة نظر المعلمين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان، ٢٠٠٨م.
- ٩- خليل عدنان خليل: التوافق الأسري وعلاقته بالذكاء الوجداني وفاعلية الذات لدى العاملات بوزارة الصحة الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة، ٢٠١٥م.
- ١٠- زياد أمين بركات: الدورات التدريبية أثناء الخدمة وعلاقة ذلك بفعالية المعلم واتجاهاته نحو مهنة التدريس، مجلة اتحاد الجامعات العربية، ٢٠٠٥م.

- ١١- زينب محمود شقير: مقياس التوافق النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ١٢- سامي محمود محمد: التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية القاطنين في المناطق الساخنة بمحافظة رفح وعلاقته بمسارات الشخصية، رسالة ماجستير، جامعة اليوموك، الأردن، ٢٠٠٦م.
- ١٣- سهير كامل أحمد: الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، ١٩٩٩م.
- ١٤- عبدالحميد محمد شاذلي: التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، ٢٠٠٣م.
- ١٥- علي أحمد معوض: التوافق النفسي والاجتماعي لدى معلمي مرحلة التعليم الثانوي وعلاقته بالرضا عن مهنة التعليم في اليمن والسودان (دراسة مقارنة)، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة النيلين، السودان، ٢٠٠٥م.
- ١٦- غانم عبدالكريم، منظر عبدالوهاب: التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية، رسالة ماجستير، جامعة القادسية، العراق، ٢٠١٧م.
- ١٧- غزلان شمش محمد: الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية، ٢٠٠٩م.
- ١٨- ماجدة حبشي سليمان: الكفاءات التدريسية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى معلمي العلوم بالمرحلة الإعدادية المؤهلين وغير المؤهلين تربوياً، دراسة تقويمية الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، المؤتمر العلمي الثاني إعداد المعلم، التراكمات والتحديات الإسكندرية، يونيو ١٩٩٠م.
- ١٩- محمد أحمد الرفوع: التوافق النفسي لدي طلبة جامعة الطفيلة التقنية وعلاقته ببعض المتغيرات، المجلد (١)، العدد (٤)، مجلة العلوم التربوية، كلية العلوم التربوية، جامعة الطفيلة التقنية، الاردن، ٢٠١٧م.
- ٢٠- مرفت عبده ربه: التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضي السكري في قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين، ٢٠١٠م.

٢١- مواهب الرشيد ابراهيم: القلق لدى طالبات كلية التربية بالزلفي وعلاقته ببعض المتغيرات، المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية، العدد الخامس (أيلول)، ٢٠١٨م.

٢٢- نادية محمد العمري: التوافق الإجتماعي وعلاقته بالتسامح والثقة بالنفس لدى الأم الوحيدة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، العدد ٢٧، رقم ٢، غزة، ٢٠١٩م.

ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية:

- 23- Capon, L.M., & Washington, D.C.: Marital conflict children's emotional security and psychological adjustment: An observational study of the influence of marital positive. (Doctoral dissertation). University of America: USA. 2015
- 24- Singh, R.: Job Stress, Job Satisfaction and Adjustment among Physical Education Teachers of Haryana Schools, Doctor of philosophy in physical education. Punjabi university, 2006