# الأمن النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج

* أ.د/ أحمد محمد عبد المعز السنتريسي
** أ.د/ أحمد كمال نصاري
*** الباحث/ مؤمن إبراهيم عبد العزيز خليل

## المقدمة ومشكلة البحث

يعد الأمن النفسي من المطالب الأساسية لجميع الأشخاص في كل فئات المجتمع ويتطلع إليها كل إنسان في كل زمان ومكان ، ليعيش في بيئة مجتمعية صديقة مشبعة لحاجاته ويحتاج إلي أن يشعر بأنه محبوب ومحترم من الآخرين ومقبول بينهم محتاج أن يشعر بالاستقرار الاسري والاجتماعي والنفسي ليشعر بالثقة والاطمئنان والأمن والأمان ، كما أن مهنة التدريس من المهن التي يحتاج أصحابها أن يتمتعوا بمهارات خاصة كالذكاء الاجتماعي ، والقدرة علي الهبوط والصعود في مستوي التفكير بما يتناسب مع عقلية المتعلمين ويكون علي دراية كاملة بتخصصه والقدرة علي توصيل المعلومات وتحقيق الهدف من العملية التعليمية مع مراعاة اختلاف القدرات العقلية للمتعلمين ، وكلما احتاجت أي مهنة في المجتمع إلي عدد كبير من المهارات كلما نجد فيها قدر كبير من الضغوط التي تحيط بتلك المهنة وفي هذا البحث نلقي الضوء علي مهنة معلم التربية الرياضية العاملين بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ونتعرض فيه لمدي مستوي الأمن النفسي عندهم ومستوي الضغوط النفسية لديهم وعلاقة الأمن النفسي بالضغوط النفسية التي يتعرضون لها.

فقد أشار "**عبد الله خلفان**" **(٢٠١٤م)** في دراسته : أن الفرد يحتاج إلى الأمن ، يحتاج إلي أن يعيش فى بيئة صديقة مشبعة لحاجاته ، وأن يشعر بأن الأخرين يحبونه ويحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة وأنه مستقر وآمن أسريا ومتوافق إجتماعياً وأنه مستقر فى سكن مناسب وله مورد رزق مستمر ومناسب وأنه آمن على نفسه وجسمه ويشعر بالثقة والإطمئنان والأمن والأمان . (٣٦ : ١١).

---

* أستاذ علم النفس الرياضي بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية بالهرم جامعة حلوان .

** أستاذ علم النفس الرياضي وعميد كلية التربية الرياضية بقنا جامعة جنوب الوادي .

*** معلم أول تربية رياضية بالأزهر الشريف بمنطقة سوهاج الأزهرية .

وأشار أيضاً "**الفرحاتي السيد**" **(٢٠١٢م)** في كتابه : أن الأمن نعمة عظيمة من نعم الله عز وجل على عباده يطلبها الناس ويبحثون عنها بشتي الوسائل وهو ضرورة من ضرورات الحياة ، ولكن الناس يتفاوتون ويتشتت سعيهم في طلبها ، حيث أخطأها كثير منهم ، ووفق الله عز وجل قليل من عباده إلي سبيل تحصيلها ، وذلك فضل الله يؤتيه من يشاء ، و الله ذو الفضل العظيم . (٤٦ : ٢٧٥).

وأشار أيضاً "**ماجد الموسى**" **(٢٠٠٧م)** في دراسته : أن الشعور بالأمن النفسي من المطالب الأساسية لجميع الأشخاص فى كل فئات المجتمع يتطلع إليها كل إنسان فى كل زمان ومكان ، فقد جاءت حاجة الإنسان للأمن النفسي فى المرتبة الثانية بعد إشباع الحاجات الفسيولوجية ( الأولية ) فى النموذج الهرمي للحاجات الإنسانية عند ماسلو (Maslow) فى نظريته عام ١٩٧٠م. وهو ما يؤكد أهمية الأمن النفسي لدي الأشخاص فى كل فئات المجتمع وتأثيره عليهم . (٥٠ : ٧).

ويتفق كلاً من "**مصطفي باهي وآخرون**" **(٢٠١٥م)** : أن الضغوط النفسية أصبحت من أهم الموضوعات الحديثة التي لها أثراً كبيراً فى مجتمعنا الحالي وفي مقدمة الموضوعات التى تناقش فى مجالات كثيرة مثل التعليم والطب والصحة العامة وعلم النفس وعلم وظائف الأعضاء والطبيعة وغيرها من المجالات التي تهم الأفراد ، ليس فقط بسبب التأثيرات العقلية والجسمية التي يمكن أن تسببها للفرد ولكن بسبب قدرتها علي إيجاد مشكلات اجتماعية واقتصادية فى المجتمع وإن لم تكن بصورة مباشرة . (٥٨ : ٢٧٠).

وتري " **فيروز مامي**" **(٢٠٠٨م)** : أن المعلمين تقع علي عاتقهم مسؤلية تحقيق الأهداف التربوية التي يسعي أي مجتمع لتحقيقها ، وتعتبر عملية التدريس عن جملة الأنشطة والعمليات المقصودة التي يقوم بها المعلم ، في سبيل نقل المعارف والعلوم إلى المتعلمين مستعينا في ذلك بمختلف المعارف والمعلومات الضرورية لديه ، لأداء مهمته على أحسن وجه . (٤٧ : ٦٦).

وتري " **نشوة كرم** " **(٢٠٠٧م)** في دراستها : أن المجتمع المدرسي صورة مصغرة من المجتمع الإنساني ، فإن المعلمين إضافة إلى المشكلات النفسية والإجتماعية التي يعاني منها الأفراد بصفة عامة ، لديهم مشكلات خاصة بطبيعة مهنتهم ، حيث وصفت مهنة التدريس بأنها من أكثر المهن الخدمية معاناة من الضغوط النفسية . (٦٢ : ١).

فقد أسفرت نتائج دراسة "**عبد الرحمن الطريري**" **(١٩٩٤م)** نقلاً عن "**العرباوي سحنون**" **(٢٠٠٩م)**: أن العاملين بالقطاع الإجتماعي كالمعلمين هم أكثر عرضة للضغوط . (٣٩ : ٣).

كما أسفرت نتائج دراسة " **مصطفي منصوري** " **(٢٠١٠ م)** علي أن المعلمين يعانون من الضغوط المرتفعة التي يتعرضون لها يوميا وباستمرار . (٦٠ : ٣).

وأشار " **حبيب صافي** " **(٢٠٠٦م)** في دراسته : أن التدريس مهنة كثيرة المطالب ومتعددة المتغيرات إذ لا يكاد يقتصر دور المعلم على مجرد الإعداد لعملية التدريس وتنفيذها فحسب ، بل يتعداه إلى ضرورة متابعة مختلف التطورات العلمية والتكنولوجية والإلمام بأحدث الطرق والأساليب التربوية، وكذالك اتخاذ قرارات للمساهمة في حل المشكلات الأكاديمية والتربوية ، إضافة إلى ضرورة الإنفتاح على المجتمع والعمل على خدمته ، وكل هذا يتم في ظل نظرة المجتمع المتدنية لهذه المهنة وغياب الدعم والتشجيع لها . (١٢ : ٧٨).

ويتفق كلاً من "**عبد الفتاح خليفات وعماد زغلول**" **(٢٠٠٣م):** أن المعلم لا يحظى بالسلطة والمكانة سواء داخل المدرسة أو خارجها وفي نفس الوقت يطلب منه الكثير من المهام التي تُفرض عليه من خلال اللوائح والتشريعات والتعليمات التربوية . **(٣٣ : ٦٥).**

ومن خلال عمل الباحث كمعلم للتربية الرياضية بأحد المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج وتعامله المستمر مع زملائه معلمي التربية الرياضية وتعايشه مع العديد من المشكلات والضغوط النفسية ، التمس الباحث أن هناك انخفاض في مستوي الأمن النفسي ووجود ضغوط نفسية كبيرة يواجهها معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج فمنها ضغوط نفسية تتعلق بالأفراد ومثال علي ذلك الضغوط نفسية التي تكون مصدرها موجه المادة ، أو تكون من عميد المعهد ، ومنها ما يتعلق بالظروف الاجتماعية والنفسية وطبيعة العمل والمهام المسنده إليه ، وتؤثر هذه الضغوط علي أداء المعلم المهني وصحته النفسية ، كما أن لها انعكاس سلبي علي مستوي الأمن النفسي لمعلم التربية الرياضية مثل شعور معلم التربية الرياضية بعدم الارتياح النفسي في المعهد أو شعوره بأنه غير محبوب من زملائه مدرسي المواد الشرعية ونتائج انخفاض مستوي الأمن النفسي لمعلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج سيؤثر علي أدائهم المهني وصحتهم النفسية ، مما يعرضهم إلي بعض الإحباطات التي تشكل عائق في اتخاذ بعض القرارات ، وعدم القدرة علي الابتكار في العمل ، وضعف القدرة علي إعداد خطط تطويرية لعملهم ، وانخفاض مستواهم بشكل عام في أدائهم لمهام عملهم ، ومن خلال إجراء الباحث للعديد من المقابلات الشخصية مع معلمي التربية الرياضية العاملين بالقطاع الأزهري ، للتعرف علي مستوي إحساسهم بالأمن والأمان النفسي والتعرف علي مصادر ومظاهر الضغوط التي يتعرض لها معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ، والاطلاع علي العديد من الدراسات والأبحاث حول موضوع الضغوط وتأثيراتها السلبية علي شخصية الفرد وصحته النفسية كالصعوبة في اتخاذ القرار والإحباط ، والتفاعل السلبي مع الآخرين ، استمد الباحث مشكله بحثه وتجسدت في الربط بين الأمن النفسي والضغوط النفسية التي يتعرض لها معلم التربية الرياضية بقطاع التعليم الأزهري داخل المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ومحاولة الإجابة علي التساؤلات الأتية :

- ما مستوى الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟

- ما مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟
- ما هي درجة العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟

## أهمية البحث والحاجة إليه

وتتضح أهمية البحث فيما يلي :

**الأهمية النظرية للبحث :**

١- من الموضوعات الهامة في الأمن النفسي والضغوط النفسية فهما يعتبرا من أهم الحاجات اللازمة للإنسان في حياته بشكل عام وفي عمله بشكل خاص وهي إحدي المشكلات التي تواجه المعلم بشكل عام ومعلمي التربية الرياضية في الأزهر الشريف بمحافظة سوهاج بشكل خاص ومعرفة العلاقة بين الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج .

٢- يركز البحث علي معرفة مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ومعرفة مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج .

٣- يمثل هذا البحث إضافة علمية متواضعة للدراسات التي تناولت الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية وبشكل خاص معلمي التربية الرياضية العاملين المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج لتحقيق أفضل أداء لهم والمهام المرجوه منهم .

**الأهمية التطبيقية للبحث :**

١- إستفادة المتخصصين والمسئولين والعاملين في الأزهر الشريف وفي الادارة العامة للتربية الرياضية من النتائج والتوصيات التي ستصل إليها نتائج هذا البحث في مجال التربية الرياضية لوضع الحلول اللازمة وتطبيقها لرفع مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بصفة عامة ومعلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج بصفة خاصة .

٢- وفي ضوء ما يسفر عنه البحث من نتائج وتوصيات يمكن لنتائج هذه الدراسة أن تساعد الباحثين في وضع برامج إرشادية تساعد علي القضاء علي مصادر الضغوط النفسية التي يواجهها معلمو التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بشكل عام والتي يواجهها معلمو التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج بشكل خاص وبرامج تعمل علي زيادة مستوي الأمن النفسي لديهم وبالتالي تحقيق أفضل أداء مهني لهم .

## أهداف البحث

يهدف البحث إلي :

١- دراسة مستوى الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج .

٢- دراسة مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج.

٣- دراسة العلاقة الارتباطية بين مستوي الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج .

## تساؤلات البحث

- ما مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟
- ما مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟
- ما العلاقة بين الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟

## مصطلحات البحث

### الأمن النفسي Psychological security:

فقد عرفه " **كمال دسوقي** " **(١٩٩٨م)** في كتابه ذخيرة علوم النفس : أن يكون الفرد آمنا أي سالماً من تهديد أخطار العيش وعدم التخوف من المستقبل وهو إتجاه مركب من تملك النفس والثقة بالذات والتيقن من أن الفرد ينتمي لجماعات إنسانيه لها قيمتها ويضيف أن الأمن حالة يشعر فيها الفرد بالسلام والأمن وعدم التخوف ، ويكون فيها إشباع الحاجات وإرضائها مكفولان ، ويكون أحيانا إشباع تلك الحاجات بدون جهد ، وغالبا يحتاج إلي المجاهدة المعقولة ، والتي سوف تجلب الرضى . (٤٨ : ٣٣).

كما عرفه "**ماسلو Maslow** " **(١٩٩١م)** نقلاً عن "**جهاد الخضري**" **(٢٠٠٣م)** : أن الأمن النفسي شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين وله مكانه بينهم ، يدرك أن بيئته صديقه غير محبطة يشعر فيها بندره الخطر والتهديد والقلق . (١٠ : ١١).

### الضغط النفسى Psychological Stresses:

عرفه " **إبراهيم شحاته وآخرون** " **(٢٠١٥م)** أنه إستجابة جسدية غير محدوده لمطلب معين وما زال هذا التعريف ينظر إليه على أنه أفضل وأبسط تعريف فسيلوجى ، لما يحدث فى أجسامنا حين يحدث أى خلل فى إتزاننا النفسى المريح وكثيرٌ من الدراسات أوضحت أن هناك علاقة سببيه بين التعرض لأحداث الحياة

الضاغطة والإصابة بالإضطرابات الجسمية والنفسية ، إذ يوجد كثير من الأفراد الذين يظهرون علامات الإنهيار نتيجة لتعرضهم لخبرات ضاغطة . ( ٥٨ : ٢٧٠ ) .

**معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية :**

يعرفهم الباحث إجرائياً بأنه هم أفراد أكاديميين ومتخصصين حاصلين علي درجة البكالوريوس أو الماجستير أو الدكتوراه في التربية الرياضية يقومون بتقديم مختلف ألوان النشاط البدني والرياضي وتدريس مناهج تربوية رياضية بهدف تعليم وتنمية مهارات بدنية رياضية مختارة لتحقيق أهداف بدنية وعقلية وتربوية وإنفعالية وإجتماعية وسلوكية للتلاميذ بالمعاهد الأزهرية ، وتعد المعاهد الأزهرية هي نظام تعليمي تربوي مماثل وموازي لنظام التعليم بمدارس التربية والتعليم وتتبع هيئة الأزهر الشريف من الناحية الإدارية والفنية .

## خطة وإجراءات البحث :

**منهج البحث :**

يعتمد الباحث في الدراسة الحالية علي المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته نظراً لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيق أهدافه .

**مجتمع البحث :**

يمثل مجتمع البحث في معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج خلال العام الدراسي ٢٠١٦ / ٢٠١٧ م وعددهم ( ١٩٢ ) معلماً .

**عينـة البحث :**

قام الباحث بإختيار عينة قوامها (١٥٠) معلم تربية رياضية من العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية التابعة لمحافظة سوهاج بالطريقة العمدية تم تقسيمهم إلي عينة أساسية قوامها (١٠٠) معلماً تمثل نسبة ٥٢% من مجتمع البحث ، وعينة إستطلاعية قوامها (٥٠) معلماً تمثل نسبة ٢٦% من مجتمع البحث وقد روعي في إختيار العينة الدرجة الوظيفية والخبرة والكفاءة ، وجدول (١) يوضح توصيف المجتمع وعينة البحث .

## أدوات البحث

١- مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) ، إعداد زينب شقير ٢٠٠٥م . (مرفق ١)(٢٠) .

٢- مقياس الضغوط النفسية للمعلمين ، إعداد كلاً من " طلعت منصور ، وفيولا الببلاوي " (١٩٩٧م). (مرفق ٢) (٣٠) .

**إجراءات البحث :**

**١) المعاملات العلمية لمقياس الأمن النفسي :**

٢) قام الباحث بإجراءات الثبات والصدق للمقياس على عينة استطلاعية من مجتمع البحث وهم معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية لمحافظة سوهاج وعدد العينة الاستطلاعية (٥٠) معلم كما هي

موضحة بجدول (١) تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم التطبيق خلال الفترة من ٩ - ٢٠١٧/٩/١٢م وذلك لحساب المعاملات العلمية للمقياس من خلال الآتي :

**مؤشرات الصدق:**

**- صدق المقارنة الطرفية :**

استخدم الباحث طريقة صدق المقارنة الطرفية للحصول علي صدق اختبار الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) ، وقام بمقارنة درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى للعينة الاستطلاعية والتي يبلغ قوامها (٥٠ معلم)، وعن طريق اختبار (ت ) تم الحصول علي دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات وجدول (١) يوضح ذلك

**جدول (١)**

**دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والأدنى على أبعاد مقياس الأمن النفسي**

**(ن=٥٠)**

| البعد | مسمي البعد | الربيع الادني | | الربيع الاعلي | | قيمة ت |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | |
| الاول | الأمن النفسي (الطمأنينة الإنفعالية ) المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل | ١٧,١١١ | ١,١٦٦٦ | ٣٨,٠٠٠ | ٠,٥٠٠ | ٤٩,٣٧١ |
| الثاني | الأمن النفسي (الطمأنينة الإنفعالية ) المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد | ١٨,٦٦٦ | ٠,٥٠٠ | ٤١,١١١ | ١,٨٣٣ | ٣٥,٤٣٣ |
| الثال | الأمن النفسي ( الطمأنينة الإنفعالية ) المرتبط بالحالة المزاجية للفرد | ٨,١١١ | ٢,٠٨٨ | ٢٩,١١ | ٠,٦٠٠ | ٢٨,٩١ |
| الرابع | الأمن النفسي ( الطمأنينة الإنفعالية ) المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد | ١٥,٥٥٥ | ٠,٨٨١ | ٣٣,٦٦ | ١,٠٠٠ | ٤٠,٧٥٠ |
| | الدرجة الكلية | ٦٦,٤٤٤ | ٢,٦٥١ | ١٣٧,٠٠ | ٤,٢٧٢ | ٤٢,١٠٠ |

قيمة ( ر ) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢,١٤٥

**يتضح من جدول (١)** أن قيم (ت) المحسوبة جاءت دالة إحصائياً بين الربيع الأدني والربيع الأعلي على أبعاد مقياس الأمن النفسي ولصالح الربيع الأعلي وهذا يشير علي أن المقياس قادر علي ان يقيس ما وضع من أجله.

**مؤشرات الثبات :**

لحساب ثبات المقياس خلال البحث الحالي استخدم الباحث الطرق التالية :

**- معامل الثبات باستخدام التطبيق واعادة التطبيق :**

لحساب معامل الثبات للمقياس بالبحث الحالي استخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث قام الباحث بتطبيق مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) (مرفق ١) علي عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث قوامها (٥٠) معلماً في خلال الفترة من ٩ - ٢٠١٧/٩/١٢م ثم تم إعادة التطبيق بفاصل زمني خمسة عشر يوماً ثم تم حساب معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لإيجاد ثبات هذا المقياس وجدول (٢) يوضح ذلك .

**جدول (٢)**

**قيم معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق علي أبعاد مقياس الأمن النفسي وقيم معاملات الصدق الذاتي**

**(ن=٥٠)**

| البعد | مسمي البعد | التطبيق | | إعادة التطبيق | | قيمة ( ر ) | الصدق الذاتي |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | |
| الاول | الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل | ٢٤.١٣٣ | ٣.٤٠١ | ٢٥.٠٣٣ | ٢.٢٦٦ | ٠.٨٦٨ | ٠.٩٣١ |
| الثاني | الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد | ٢٧.٦٦٦ | ٣.٧٩٩ | ٢٩.١٣٣ | ١.٥٦٨ | ٠.٨٥٥ | ٠.٩٢٤ |
| الثالث | الأمن النفسي المرتبط بالحياة المزاجية للفرد | ١٧.٤٣٣ | ٤.٦٥٨ | ١٩.٦٣٣ | ١.٢٧٢ | ٠.٦٢٧ | ٠.٧٩١ |
| الرابع | الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد | ٢٠.٥٠٠ | ٢.٨٩٧ | ٢١.١٩٣ | ٢.١٦٤ | ٠.٧٩٢ | ٠.٨٨٩ |
| | مقياس الأمن النفسي | ٨٩.٧٣٢ | ١٢.٣٠٩ | ٩٤.٩٩٢ | ١١.٧٢٣ | ٠.٧٥٤ | ٠.٨٦٨ |

قيمة ( ر ) الجدولية عند درجة حرية (٤٨) ومستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨

**الملاحظ من خلال جدول (٢)** أن قيم ( ر ) المحسوبة جاءت دالة إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق على جميع أبعاد مقياس الأمن النفسي مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات ، كما جاءت جميع قيم الصدق الذاتي دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠٥) على جميع الأبعاد مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق ويشير علي أن المقياس قادر علي ان يقيس ما وضع من أجله.

**أسلوب المعالجة الإحصائية :**

للقيام بحساب النتائج والمعالجات الاحصائية استخدم الباحث البرنامج الاحصائي SPSS وذلك لضمان دقة النتائج .

## عرض النتائج ومناقشتها :

### أولاً : عرض نتائج البحث

- في ضوء أهداف البحث يعرض الباحث النتائج الخاصة بالبحث علي النحو التالي :

**لتحديد مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج قام الباحث بحساب التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد مقياس الأمن النفسي ثم تم جمع المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد مقياس الأمن النفسي وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٣) :**

**جدول (٣)**

**المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وعدد الفقرات والمجموع الترجيحي والوزن النسبي والترتيب لأبعاد مقياس الأمن النفسي لدي عينة البحث من المعلمين**

**(ن=١٠٠)**

| م | أبعاد المقياس | عدد الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المجموع الترجيحي | الوزن النسبي | الترتيب |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ١ | الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل | ١٤ | ١٥.٦٦ | ٨.٦٨ | ١٥٦٦ | ٣٧.٢٨ | ٢ |
| ٢ | الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد | ١٨ | ١٦.٩٢ | ١٠.٥٦ | ١٦٩٢ | ٣١.٣٣ | ١ |
| ٣ | الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد | ١٠ | ١٢.٣١ | ٥.٨٠ | ١٢٣١ | ٤١.٠٣ | ٤ |
| ٤ | الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد | ١٢ | ١٤.٨٥ | ٧.٠٢ | ١٤٨٥ | ٤١.٢٥ | ٣ |
| | الدرجة الكلية | ٥٤ | ٥٩.٧٤ | ٣٢.٠٦ | ٥٩٧٤ | ٣٦.٨٧ | |

**يوضح جدول (٣) ما يلي :**

١) أن المتوسط الحسابي لمستوي " **الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (١٥.٦٦) وبانحراف معياري (٨.٦٨) والمجموع الترجيحي يساوي (١٥٦٦) وقيمة الوزن النسبي (٣٧.٢٨%).

٢) أن المتوسط الحسابي لمستوي " **الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (١٦.٩٢) وبانحراف معياري (١٠.٥٦) والمجموع الترجيحي يساوي (١٦٩٢) وقيمة الوزن النسبي (٣١.٣٣%).

٣) أن المتوسط الحسابي لمستوي " **الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (١٢.٣١) وبانحراف معياري (٥.٨٠) والمجموع الترجيحي يساوي (١٢٣١) وقيمة الوزن النسبي (٤١.٠٣%).

٤) أن المتوسط الحسابي لمستوي " **الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (١٤.٨٥) وبانحراف معياري (٧.٠٢) والمجموع الترجيحي يساوي (١٤٨٥) وقيمة الوزن النسبي (٤١.٢٥%).

٥) أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٥٩.٧٤) وبانحراف معياري (٣٢.٠٦) والمجموع الترجيحي يساوي (٥٩٧٤) وقيمة الوزن النسبي (٣٦.٨٧%).

**لتحديد مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج قام الباحث بحساب التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية للمعلمين ثم تم جمع المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٤) :**

**جدول (٤)**

**المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وعدد الفقرات والمجموع الترجيحي والوزن النسبي والترتيب لأبعاد مقياس الضغوط النفسية لدي عينة البحث من المعلمين**

**( ن =١٠٠ )**

| م | المحاور | عدد الفقرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المجموع الترجيحي | الوزن النسبي | الترتيب |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ١ | ضواغط "مقلقات " لعبء المهني | ٦ | ٢٥.٧٩ | ٩.٠٠ | ٢٥٧٩ | ٨٥.٩٦ | ٦ |
| ٢ | نقص الدافعية | ٧ | ٢٦.٥٩ | ٩.٨٥ | ٢٦٥٩ | ٧٥.٩٧ | ٤ |
| ٣ | الضيق المهني أو الضيق بالمهنة | ٨ | ٢٧.٩٤ | ١١.٤٥ | ٢٧٩٤ | ٦٩.٨٥ | ٣ |
| ٤ | صعوبات إدارة الوقت | ٥ | ٢٣.٧٥ | ٦.٠٣ | ٢٣٧٥ | ٩٥.٠٠ | ٧ |
| ٥ | المظاهر الانفعالية للضغوط | ٦ | ٢٦.١٥ | ٦.٩٠ | ٢٦١٥ | ٨٧.١٦ | ٥ |
| ٦ | المظاهر السلوكية للضغوط | ٧ | ٢٩.٥٧ | ١٠.١٥ | ٢٩٥٧ | ٨٤.٤٨ | ٢ |
| ٧ | المظاهر الفسيولوجية للضغوط | ١٠ | ٣٨.٢٧ | ١٣.٦٠ | ٣٨٢٧ | ٧٦.٥٤ | ١ |
| | الدرجة الكلية | ٤٩ | ١٩٨.٠٦ | ٦٦.٩٨ | ١٩٨٠٦ | ٨٠.٨٤ | |

**يوضح جدول (٤) ما يلي :**

١) أن المتوسط الحسابي للبعد الأول " **ضواغط "مقلقات" لعبء المهني** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٢٥.٧٩) وبانحراف معياري (٩.٠٠) والمجموع الترجيحي يساوي (٢٥٧٩) وقيمة الوزن النسبي (٨٥.٩٦%).

٢) أن المتوسط الحسابي للبعد الثاني " **نقص الدافعية** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٢٦.٥٩) وبانحراف معياري (٩.٨٥) والمجموع الترجيحي يساوي (٢٦٥٩) وقيمة الوزن النسبي (٧٥.٩٧%).

٣) أن المتوسط الحسابي للبعد الثالث " **الضيق المهني أو الضيق بالمهنة** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٢٧.٩٤) وبانحراف معياري (١١.٤٥) والمجموع الترجيحي يساوي (٢٧٩٤) وقيمة الوزن النسبي (٦٩.٨٥%).

٤) أن المتوسط الحسابي للبعد الرابع " **صعوبات إدارة الوقت** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٢٣.٧٥) وبانحراف معياري (٦.٠٣) والمجموع الترجيحي يساوي (٢٣٧٥) وقيمة الوزن النسبي (٩٥.٠٠%).

٥) أن المتوسط الحسابي للبعد الخامس " **المظاهر الانفعالية للضغوط** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٢٦.١٥) وبانحراف معياري (٦.٩٠) والمجموع الترجيحي يساوي (٢٦١٥) وقيمة الوزن النسبي (٨٧.١٦%).

٦) أن المتوسط الحسابي للبعد السادس " **المظاهر السلوكية للضغوط** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٢٩.٥٧) وبانحراف معياري (١٠.١٥) والمجموع الترجيحي يساوي (٢٩٥٧) وقيمة الوزن النسبي (٨٤.٤٨%).

٧) أن المتوسط الحسابي للبعد السابع " **المظاهر الفسيولوجية للضغوط** " لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (٣٨.٢٧) وبانحراف معياري (١٣.٦٠) والمجموع الترجيحي يساوي (٣٨٢٧) وقيمة الوزن النسبي (٧٦.٥٤%).

٨) أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بسوهاج يساوي (١٩٨.٠٦) وبانحراف معياري (٦٦.٩٨) والمجموع الترجيحي يساوي (١٩٨٠٦) وقيمة الوزن النسبي (٨٠.٨٤%).

**لتحديد العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج قام الباحث بحساب قيم المعاملات الارتباطية بين محاور مقياس الأمن النفسي ومحاور مقياس الضغوط النفسية لدي عينة البحث الكلية كما يوضحها جدول (٥).**

## جدول (٥)

## قيم معاملات الارتباط بين محاور مقياس الأمن النفسي ومحاور مقياس الضغوط النفسية لدي عينة البحث الكلية

( ن = ١٠٠ )

| | محاور مقياس الضغوط النفسية | محاور مقياس الأمن النفسي | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل | الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد | الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد | الامن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد | المجموع الكلي |
| محاور مقياس الضغوط النفسية | ضواغط "مقلقات " لعبء المهني | -٠,٥٤١* | -٠,٠٤٩ | -٠,٠٠٧ | -٠,٠٢٧ | -٠,٠١٢ |
| | نقص الدافعية | -٠,٦١١* | -٠,١٣٢ | -٠,٠٨٧ | -٠,٠١٩ | -٠,٠٩١ |
| | الضيق المهني أو الضيق بالمهنة | -٠,٢٦٧ | -٠,٢٣٣ | -٠,٠٨٩ | -٠,٣٦١ | -٠,٢٦٨ |
| | صعوبات إدارة الوقت | -٠,١٢٥ | -٠,٢٨٢ | -٠,١١٧ | -٠,٦٠٦* | -٠,١٥٠ |
| | المظاهر الانفعالية للضغوط | -٠,١٣٠ | -٠,٦٥٢* | -٠,٠٧٩ | -٠,٥٤٤* | -٠,٠٨١ |
| | المظاهر السلوكية للضغوط | -٠,٢٩٣ | -٠,٣١٢ | -٠,١٠٠ | -٠,١٦٦ | -٠,٢٧٨ |
| | المظاهر الفسيولوجية للضغوط | -٠,١٦٧ | -٠,١٣٩ | -٠,١٣٦ | -٠,٠٢٠ | -٠,١٤١ |
| | الدرجة الكلية | -٠,١٦٥ | -٠,٢٢٣ | -٠,١٠٤ | -٠,٠٦١ | -٠,١٧٠ |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي دلالة ( ٠,٠٥ ) = ٠,١٧٤

**يتضح من جدول (٥) ما يلي :**

- توجد علاقة عكسية بين المتغير رقم (١) " **تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل** " في مقياس الأمن النفسي وبين المتغير رقم (٢) " **نقص الدافعية** " في مقياس الضغوط النفسية .
- توجد علاقة عكسية بين المتغير رقم (٢) " **الحياة العامة والعملية للفرد** " في مقياس الأمن النفسي وبين المتغير رقم (٥) " **المظاهر الانفعالية للضغوط** " في مقياس الضغوط النفسية.
- توجد علاقة عكسية بين المتغير رقم (٤) " **العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد** " في مقياس الأمن النفسي وبين المتغير رقم (٥) " **المظاهر الانفعالية للضغوط** " في مقياس الضغوط النفسية .
- توجد علاقة عكسية بين المتغير رقم (١) " **تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل** " في مقياس الأمن النفسي وبين المتغير رقم (١) " **ضواغط (مقلقات) لعبء المهني**" في مقياس الضغوط النفسية .
- توجد علاقة عكسية بين المتغير رقم (٤) " **العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد** " في مقياس الأمن النفسي وبين المتغير رقم (٤) " **صعوبات إدارة الوقت** " في مقياس الضغوط النفسية .

## مناقشة نتائج البحث :

**التساؤل الأول والذي ينص علي :**

- **ما مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟**

لدراسة مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج قام الباحث بحساب التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد مقياس الأمن النفسي ثم تم جمع المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد مقياس الأمن النفسي وكانت النتائج كما وضحها جدول (٣)

ومن خلال نتائج جدول (٣) نستطيع أن نحدد مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ومن خلال الدرجة الكلية لأبعاد مقياس الأمن النفسي والتي كانت (٥٩.٧٤) ومفتاح التصحيح للمقياس بالمرفق (١) نستطيع أن نحدد درجة مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج وهو ( أمن نفسي بسيط ) أقل من المتوسط ولذلك يلاحظ الباحث أن شعور عينة البحث بالأمن النفسي منخفض نسبيا.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلي الظروف التي يواجهها معلمي التربية الرياضية العاملين بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج سواء من تأخر ترقيتهم ونقص فرصهم في الترقية لدرجات مالية أو وظيفية أعلي أو نقص التقدير لهم ولمجهوداتهم بعملهم المهني بالمعاهد الأزهرية من رؤسائهم والتفرقة بينهم في المعاملة وبين معلمين المواد الشرعية ومعلمي المواد العربية ، فنجد هناك انخفاض في درجات أبعاد الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل فقد أخذ هذا البعد المرتبة الثانية ترتيباً تنازليا وكانت درجته (١٥.٦٦) ويعزو الباحث ذلك إلي فقد المعلمين عينة البحث الأمل والطموح بمستقبل أفضل وذلك ناتج عن إحباطات متراكمة بتأخيرهم في الترقيات الوظيفية فنجد أن المعلمين المسكنين في درجة معلم تأخرت ترقيتهم أكثر من سبع سنوات لانتقالهم إلي الدرجة الوظيفية الأعلى وهي معلم أول ونفس المشكلة مع باقي المعلمين المسكنين علي الدرجات الوظيفية المختلفة فالمسكنين علي معلم أول متأخرة ترقيتهم إلي الدرجة التالية معلم أول (أ) وهكذا باقي الدرجات الوظيفية مما جعل هناك إحباط في تكوين رؤية واضحة للمستقبل لأفراد عينة البحث وفرص التقدم والنجاح في العمل .

كما أننا نجد انخفاض في درجات البعد الثاني من محاور مقياس الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد وحصل علي المرتبة الأولي وكانت درجته (١٦.٩٢) ويعزو الباحث ذلك إلي مشاكل الحياة عامة التي تواجه معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج من ارتفاع في كل السلع وارتفاع في إيجارات الشقق السكنية (المسكن) وارتفاع أسعار الملابس وارتفاع تكاليف الزواج وكل متطلبات الحياة الضرورية والتي أصبح الراتب من المهنة لا يكفي تماماً كل هذه المتطلبات مما سبب لهم قلق وخوف بشكل عام من مواجهه متطلبات الحياة والمواقف الطارئة بها ويعد هذا هو الهم الأول والأكبر للمعلمين .

أما البعد الثالث لمقياس الأمن النفسي والمرتبط بالحالة المزاجية للفرد والذي حصل علي أقل درجات نسبية وسط باقي أبعاد مقياس الأمن النفسي وهي (١٢.٣١) ويرجع ذلك من وجهه نظر الباحث من خلال ما يتعرض له هو وزملائه في مهنة تدريس التربية الرياضية من تمييز بينهم وبين معلمي المواد الشرعية فنجد أنه ملزم بطابور الصباح وهذا شيئاً طبيعياً وتأخر له جميع حصص التربية الرياضية في آخر اليوم الدراسي وتلقي علي عاتقه مهام الإشراف اليومية علي الفصول ولا يجد تقدير أو تحفيز معنوي ويعرقل في تطبيق أنشطته الرياضية الداخلية داخل المعهد والأنشطة الرياضية الخارجية لأن الكثير من عمداء المعاهد لا يؤمنون بدور تلك الأنشطة وآثارها علي الطلاب ويروا أن تلك الأنشطة يمكن الاستغناء عنها وهي غير ذات قيمة عالية ومهمة وكل ذلك له الأثر السيئ علي الحالة المزاجية لمعلمي التربية الرياضية العاملين بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج .

أما البعد الرابع من محاور مقياس الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد فقد حصل علي الترتيب الثالث ترتيباً تنازلياً وسط باقي أبعاد مقياس الأمن النفسي فقد حصل علي درجات (١٤.٨٥) ويعزو الباحث ذلك إلي تغير الإيقاع اليومي ورتم الحياة السريع الذي أصبح الفرد لا يجد وقتاً من كثرة الالتزامات اليومية وكثرة الضغوط وظهور مواقع التواصل الاجتماعي والهواتف النقالة فنجد أن العلاقات الاجتماعية للفرد وتفاعله الاجتماعي تغير عن ذي قبل بظهور مواقع التواصل الاجتماعي وتواصل الاصدقاء والاقرباء بها والهواتف النقالة .

واتفقت النتائج السابقة مع دراسة " **إياد محمد** " **(٢٠٠٥)(٦)** والتي أشارت إلي انخفاض درجة الأمن النفسي لدي عينه بحثه ووضحت انخفاض الأمن النفسي لدي الفرد يكون بسبب فقدان أو انخفاض الشعور بالتقبل والحب وعلاقات الدفء من الآخرين وعدم الشعور بالانتماء إلي جماعة العمل وعدم تحقيق الذات وعدم الشعور بالسعادة في العمل والرضا الوظيفي. ودراسة "**سعد عايض**"**(٢٠١٢)(٢٣)** التي أشارت أن مستوي الأمن النفسي لدي عينه بحثه دون المتوسط ودراسة "**حسن عبيد**" **(٢٠١٥)(١٣)** والتي أشارت أن مستوي الأمن النفسي أقل من المتوسط واختلفت مع دراسة " **ضيف الله حمدان** " **(٢٠٠٩م)(٢٩)** والتي أشارت إلي ارتفاع مستوي الأمن النفسي لدي المعلمين بشكل عام ومعلمي التربية الرياضية جزء من كل المعلمين ودراسة "**محمد عبد الله**" **(٢٠١٥)(٥٤)** والتي أشارت أن مستوي الأمن النفسي لدي عينه بحثه مرتفعة واختلفت أيضاً مع دراسة "**لافي العازمي**" **(٢٠١١)(٤٩)** والتي أشارت أن مستوي الأمن النفسي لدي عينه بحثه مرتفعة واختلفت مع دراسة كل من "**زانج وليو** Zang & Liu" **(٢٠١٥)(٨٨)** ودراسة "**سيتو Seto**" **(٢٠١٠)(٨٣)** حيث أشاروا بارتفاع مستوي الأمن النفسي لديهم.

كما أشار "**أحمد عكاشة**" **(١٩٨٩)** نقلاً عن "**سعد نفاع**"**(٢٠١٣)(٢٢)** أن انعدام أو النقص الشديد في الشعور بالأمن النفسي يسبب حدوثاً لاضطرابات نفسية وخاصة في سلوكيات الفرد .

**وبذلك استطاع الباحث الاجابة علي التساؤل الأول ما مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟**

**التساؤل الثاني والذي ينص علي :**

- **ما مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟**

لدراسة مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج قام الباحث بحساب التكرارات والمتوسطات والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد مقياس الضغوط النفسية ثم تم جمع المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية وكانت النتائج كما وضحها جدول (٤):

ومن خلال نتائج جدول(٤) نستطيع أن نحدد مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ومن خلال الدرجة الكلية لأبعاد مقياس الضغوط النفسية للمعلمين وكانت (١٩٨.٠٦) ومفتاح التصحيح للمقياس بالمرفق (٢) نستطيع أن نحدد درجة مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ( ضغوط نفسية مرتفعة ) ولذلك يلاحظ الباحث أن شعور عينة البحث بالضغوط النفسية عالية جداً .

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلي الظروف التي يواجهها معلمي التربية الرياضية العاملين بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج من وجهه نظره من خلال ما يتعرض له هو وزملائه في مهنة تدريس التربية الرياضية من التأثير السلبي لانخفاض مستوي الأمن النفسي وارتفاع مستوي الضغوط النفسية فنجد أن معظم العاملين في المهنة من المدخنين ومنهم من يعمل بلا مبالاة غير مهتم بالأسس السليمة لسير العمل وغير مهتم بالمشاركة في المسابقات الخارجية أو إقامة الأنشطة الداخلية كما أنهم يفتقدون لعنصر القدرة علي الابتكار ونقص الدافعية والتي من شأنها عدم التفكير في كيفية الارتقاء بمستوي عملهم أو حتي التفكير في طرق أفضل وأكثر دقة يكون من شأنها تسهيل سير العمل والارتقاء بالمهنة ، فهناك استجابات عالية حول تأثير " الضغوط الخاصة بالناحية الفسيولوجية " والتي كان ترتيبها الأول بين أبعاد المقياس ومن مظاهرها ارتفاع ضغط الدم وسرعة التنفس وسرعة ضربات القلب كما نجد أن عينة البحث لها استجابات عالية نحو بعد الضيق المهني مما يظهر تأثيراً سلبياً علي أفراد عينة البحث بالإصابة بمجموعة من الاحباطات الناتجة عن التعرض للضغوط في محيط العمل وتعرض أفراد عينة البحث لمجموعة من الضغوط التي تؤدي بهم إلي " نقص الدافعية " حيث يتعرضون لنقص فرص الترقي الوظيفي ونقص في التقدير والاعتراف بمجهوداتهم في عملهم داخل المعاهد مما يجعلهم يتأثرون بهذه الضغوط من ناحية عملهم علي الارتقاء بمستوي مهنتهم ويحبط أمالهم بالنسبة للمستقبل ويؤدي بهم إلي عدم القدرة علي الايفاء بواجبات العمل أو التهرب من المهام المسندة إليهم وبالتالي نقص الدافع ولذلك يري الباحث السرعة في

إصلاح جوانب النقص الموجودة بالمهنة والعمل علي تخفيف حده هذه الضغوط بحل المشكلات التي يواجهها معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج .

كما نري أن استجابة الأفراد السلوكية نتيجة لتعرضهم للضغوط النفسية ومن ضمن هذه السلوكيات كثرة التدخين وتناول عقاقير مهدئة أو يتناول عقاقير نتيجة شعورهم بالمرض كما يظهر تأثير الضغوط النفسية في سلوك الأفراد في عدم قدرتهم علي التركيز وانشغالهم بأفكار غير مترابطة وأمور غير متوازنة ولا تؤدي بهم سواء إلي نجاح أو إلي تقدم .

ويتفق ذلك مع دراسة "**شهاب الظاهر ومحمد رائد**" **(٢٠١٢م)(٢٤)** ، و دراسة "**صابر عبد اللطيف**" **(٢٠١١م)(٢٥)** وتأكيدهم لتعرض معلمي التربية الرياضية للعديد من الضغوط النفسية والضغوط المرتبطة بالمهنة ومالها من تأثير سلبي عليهم وعلي قدراتهم وعلي القيام بمهام عملهم بنجاح مما يؤثر سلباً علي صحتهم النفسية ويصيبهم بالعديد من الإحباطات التي من شأنها إعاقة سير العمل وعدم القدرة علي الابتكار والارتقاء بمستواهم المهني . وتتفق مع دراسة "**محمد حمزة**"**(٢٠٠٧م)(٥٣)** في دراسته أن المعلمون يعانون من مستويات مختلفة من الضغوط وأكبر مصادر الضغوط قلة الراتب الشهري وعدم كفايته والمشاكل السلوكية التي تصيب المعلم بسبب سوء المعاملة من الادارة أو الزملاء وأشار أيضاً أن مصادر الضغوط النفسية عدم وجود حافز مادي كافي وعدم تعاون الزملاء ونظرة المجتمع للمعلم واتفقت مع دراسة "**عباس متولي**"**(٢٠٠٠)(٩٠)** حيث أظهرت نتائج الدراسة أن مستوي الضغوط النفسية لدي المعلمين والمعلمات مرتفعة وانهم يشعرون بالتوتر والانفعال والاحساس بالنقص وعدم الكفاءة في اداء عملهم والعلاقة بينهم وبين رؤسائهم سلبية للغاية بسبب الضغوط المرتفعة واختلفت مع دراسة "**سميث كارن Smith Karen**"**(٢٠٠٠)(٨٤)** حيث أظهرت النتائج أن مستوي الضغوط النفسية منخفض وأن هناك قدرا كبيرا من الرضا الوظيفي.

**وبذلك استطاع الباحث الاجابة علي التساؤل الثاني ما مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟**

**التساؤل الثالث والذي ينص علي :**

- **ما العلاقة بين الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟**

كما قام الباحث بدراسة العلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس الأمن النفسي وأبعاد مقياس الضغوط النفسية وذلك الهدف الثالث من البحث وتم حساب معاملات الارتباط بين مستوي الأمن النفسي ومستوي الضغوط النفسية لدي عينة البحث وكانت النتائج كما وضحها جدول (٥):

ويفسر الباحث أثر انخفاض معدل درجات بعد الأمن النفسي لتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل وطموحه المهني وجعلت مستوي نقص الدافعية لدي أفراد عينة البحث فأصبح عدم وجود الدافع القوي للتقدم في المهنة والارتقاء بمستواها . فقد أصبح هناك صعوبة لأفراد عينة البحث علي إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الزملاء وصعوبة إدارة الوقت لعدم وجود وقت كافي للاسترخاء علي سبيل المثال وذلك نتيجة عدم الاتقان والسرعة المفرطة في الأداء .

ونجد أيضاً أن المعلمين عينة البحث فاقدين للطموح المهني لنقص فرصهم في الترقيات الوظيفية وكذلك نجد عينة البحث تتعرض لضواغط كبيرة لمقلقات العبء المهني حيث نجد أن عمداء المعاهد الأزهرية يسندوا مهام إضافية كثيرة لمعلم التربية الرياضية من إشراف يومي وتفويض لإنهاء إجراءات إدارية بالإدارة المركزية للمنطقة من تسويات وطلبات استخراج شيكات وغيرها والعودة للمعهد لاستكمال الحصص والاشراف علي الفصول وبعض من المهام السابقة ليس لها علاقة بالتربية الرياضية وأيضاً نجد أنه لا يعطي التقدير المعنوي المناسب كدافع لتحمل كثرة ضغوط تلك المهام لاستكمالها علي أكمل وجه مما يؤدي إلي فقد حماسه تجاه العمل وإتمام المهام بدرجة كبيرة من الإتقان والجودة .

ويشير الباحث إلي أن عدم تناسب التقدير المادي والمعنوي الذي يحصل عليه هو وزملائه من خلال التقرير التقييمي له ولزملائه معلمي التربية الرياضية والتي تقوم بها الجهات الادارية الإشرافية علي سير العمل بمهنة تدريس التربية الرياضية يؤدي بهم إلي نقص الحماس تجاه العمل وتجاه مهام العمل المسندة إليهم مما ينعكس علي أداء واجباتهم المهنية بدرجة منخفضة من الاتقان والكفاءة كما أن زيادة الأعمال الإدارية والغير مرتبطة بالتربية الرياضية والتي من المفترض يقوم بها الاداريين أو الوكلاء وتلك الأعمال الادارية غير مرتبطة وغير مختصة بالتربية الرياضية أو مهام معلم التربية الرياضية فتؤدي به في النهاية إلي ضياع الوقت بما لا يخدم مجال العمل بالتربية الرياضية وأيضاً يؤدي إلي عدم القدرة علي الإبقاء بواجبات عملهم الأساسية أو القدرة علي الابتكار أو التطوير في العمل .

وتتفق النتائج السابقة مع دراسة "**صابر عبد اللطيف**" (٢٠١١)(٢٥) حيث كانت نتائج دراسته أن هناك علاقة عكسية سلبية بين الضغوط النفسية ومتغير الرضا الوظيفي وتتفق مع دراسة "**حسن عبيد**" (٢٠١٥)(١٣) حيث كانت نتائج دراسته أن هناك علاقة عكسية سلبية بين مستوي الأمن النفسي ومستوي القلق ، واتفقت مع دراسة "**لافي العازمي**" (٢٠١١)(٤٩) في نتيجة العلاقة العكسية السالبة ما بين الأمن النفسي والوحدة النفسية واتفقت مع دراسة "**روبيرت Robert**" (٢٠٠٠)(٨١) حيث جاءت نتيجة دراسته أن هناك علاقة عكسية بين مستوي الأمن النفسي ومستوي تقدير الذات كما اتفقت مع دراسة "**ويلسون Wilson**"(٢٠١٠)(٨٧) ودراسة "**جريش Gireesh**"(٢٠٠٤)(٦٩) حيث كانت نتائج دراستهم

أن الضغوط النفسية علاقتها عكسية مع متغير جودة الحياة واتفقت مع دراسة "**فراس قريطع**"(٢٠١٧)(٤٥) حيث كانت نتائج الدراسة أن هناك علاقة عكسية بين الضغوط النفسية ومتغير الرضا عن الحياة واختلفت مع دراسة "**سعد العنزي**"(٢٠١٣)(٢٢) حيث كانت العلاقة بين الأمن النفسي ومتغير الدافعية علاقة ايجابية طردية واختلفت مع دراسة "**سيتو** Seto"(٢٠١٠)(٨٣) حيث كانت هناك علاقة ايجابية طردية بين متغيري الأمن النفسي والحرية النفسية واختلفت مع دراسة "**جهاد عاشور**"(٢٠٠٣)(١٠) حيث كانت نتائج دراسته ان هناك علاقة ارتباطية موجبه بين متغير الأمن النفسي ومتغير السمات الشخصية لقوة الأنا واختلفت مع دراسة "**ديفيس Davis**"(١٩٩٩)(٦٨) حيث كانت نتائجها أن هناك علاقة موجبة طردية بين مستوي الأمن النفسي ومتغير الابداع عند الفرد وتتفق النتائج أيضاً مع دراسة "**ماسلو Maslow**" (١٩٩١)(٧٧) حيث أشار إلي أن الفرد عندما يشعر بأنه محبوب ومتواصل مع الآخرين بشكل جيد وله مكانه بينهم يرتفع مستوي الأمن النفسي لديه . كما اتفقت مع دراسة "**صلاح الكناني**" (١٩٨٨) **نقلاً عن** "**سعد العنزي**" (٢٠١٣)(٢٢) حيث أشار إلي الفرد عندما يصبح لديه عدم خوف من المستقبل ويشعر بالأمان و الاطمئنان في دراسته أو عمله يرتفع مستوي الأمن النفسي لديه والعكس إذا شعر بعدم الأمان وعدم الاطمئنان ينخفض مستوي الأمن النفسي. وتتفق مع دراسة "**كيرنز Kerns**" (٢٠٠١)(٧٣) حيث أشار إلي أنه عندما يشعر الفرد أنه محبوب ومقبول ومقدر من الآخرين يرتفع مستوي الأمن النفسي لديه .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة "**ميللر Miller**" نقلاً عن "**مشيرة عبد الحميد**" (١٩٩٠)(٥٧) أن هناك ضغوط داخلية نابعه من اضطرابات الذات أو ضغوط خارجيه تأتي من العمل وضغوط تغير في سلوكيات الفرد وتجعله يغير مبادئه ويحدث صراع داخلي بين الواقع والقيم فهذا يسبب له ضغوطاً مرتفعة. وتتفق مع دراسة "**إلين Allen**" (١٩٨٣) (٦٦) حيث أشار إلي أن تعرض الفرد لمواقف ضاغطه خاصة من العمل يكون له تأثير سلبي يجعله يعجز عن تحقق أهدافه ويعجز أيضاً من التفاعل مع الآخرين ، ومن ثم ظهور الأعراض النفسية والجسدية وغير ذلك من نواحي الاختلال الوظيفي وقد يكون له تأثير إيجابي يدفعه لتحقيق ذاته .وتتفق تلك النتائج ووجهه نظر الباحث مع دراسة " **نشوة كرم** " (٢٠٠٧)(٦٢) حيث أشارت في دراستها أن المجتمع المدرسي صورة مصغرة من المجتمع الإنساني، والمعلمين تحدث لهم مشكلات نفسية واجتماعية ، والمعلمين لديهم مشكلات خاصة بطبيعة مهنتهم ، حيث وصفت مهنة التدريس بأنها من أكثر المهن الخدمية معاناة من الضغوط النفسية .

**وبذلك استطاع الباحث الاجابة علي التساؤل الثالث ما العلاقة بين الأمن النفسي والضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج ؟**

## الإستخلاصات والتوصيات :

## أولاً : الإستخلاصات

١) مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج دون المتوسط فمستواه بسيط طبقا لتصحيح المقياس حيث بلغ المتوسط الحسابي لمجموع محاور مقياس الأمن النفسي (٥٩.٧٤) .

٢) مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية العاملين بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج مرتفعة حيث بلغ المتوسط الحسابي لمجموع أبعاد مقياس الضغوط النفسية للمعلمين (١٩٨.٠٦) وذلك يشير إلي ارتفاع مستوي الضغوط النفسية لديهم .

٣) هناك علاقة ارتباطية عكسية بين الأمن النفسي والضغوط النفسية حيث أنه كلما يقل مستوي الأمن النفسي ترتفع درجة الضغوط النفسية .

## ثانياً : التوصيات

**في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بما يلي :**

١) إجراء دراسة عن الأمن النفسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج.

٢) إجراء دراسة عن الضغوط النفسية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج.

٣) بناء برنامج لتحسين مستوي الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج.

٤) بناء برنامج لخفض مستوي الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج.

**توصيات موجهه للإدارة العامة للتربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بالأزهر الشريف :**

١) يجب توفير بيئة عمل مشجعة وتساعد علي الشعور بالاطمئنان والاستقرار النفسي في بيئة العمل لتعزيز الأمن النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بشكل عام وفي محافظة سوهاج بشكل خاص.

٢) إيجاد الحلول التي يكون من شأنها القضاء علي مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها معلمو التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بشكل عام وخاصة بمحافظة سوهاج لما يسهم به ذلك من تقدم المستوي الرياضي للتلاميذ وزيادة الدافعية للإنجاز والاجتهاد في إتقان العمل وتطوره لمعلمي التربية الرياضية .

٣) ضرورة الاهتمام بمعلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية وتحسين مستواهم العلمي والوظيفي وترقياتهم وذلك عن طريق عقد دورات تدريبية وتثقيفية بشكل مستمر لهم ولتطويرهم المهني وتوفير الإمكانيات المادية والأدوات التي يحتاجونها لإتمام دورهم التعليمي علي أكمل وجه وزيادة الدافعية لهم، وعدم تأخر ترقياتهم عن موعدها الطبيعي وصرف حوافز مادية للمعلمين المتميزين حتي يعود إليهم استقرارهم النفسي ويتحسن أداؤهم الوظيفي.

٤) ضرورة القيام بدراسات ميدانية بشكل مستمر من المسئولين الرياضيين بقطاع المعاهد الأزهرية لمحاولة التعرف علي ما يمكن أن يتعرض له معلمو التربية الرياضية من مشكلات تعوق عملهم ومعرفة مستوي الأمن النفسي لهم ومظاهر الضغوط النفسية التي تظهر حديثاً ومحاولة إيجاد أفضل الطرق للحد منها ومواجهتها .

٥) ضرورة خلق وعي لعمداء المعاهد والاداريين من السادة المسئولين من الادارة العامة للتربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية و السيد رئيس قسم التربية الرياضية بالإدارة المركزية لمنطقة سوهاج الأزهرية والسادة الموجهين والمتابعين نحو مهنة التربية الرياضية وطبيعتها ومتطلباتها.

٦) ضرورة الاهتمام بمستوي الأمن النفسي لمعلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج حيث أظهرت النتائج أن مستوي الأمن النفسي لديهم بسيط . وعليه يوصي الباحث بضرورة المتابعة المستمرة لمعلمي التربية الرياضية بقطاع المعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج لحل جميع مشكلاتهم التي تسبب لهم انخفاضا في مستوي الأمن النفسي والتي تعوق أداء عملهم وتذليل الصعوبات التي تواجههم في مجال التعليم الأزهري.

٧) ضرورة الاهتمام بمستوي الضغوط النفسية لمعلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج حيث أظهرت النتائج ارتفاع مستوي الضغوط النفسية لديهم . وعليه يوصي الباحث بضرورة صدور منشور لكل المعاهد الأزهرية بتحديد المهام المنوطة بمعلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية بمحافظة سوهاج والتأكيد علي عدم إسناد أي أعمال غير مختصة بالتربية الرياضية والتي تسبب ضغوطاً نفسية ترهقهم وتعوقهم عن أداء عملهم ودورهم علي أفضل وجه .

# قائمة المراجع

## أولاً : المراجع العربية


١. **أحمـــد عاطـف محمـد (٢٠١٧م)** : الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدي طلبة جامعة القدس المفتوحة ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين .

٢. **أحمـــد كمـــال نصاري (٢٠١٧م)** : تطبيقات علم النفس الرياضي، مؤسسة عالم الرياضة، الطبعة الأولي ، الإسكندرية .

٣. **أسماء عبدالعزيز عبداللطيف(٢٠١٠م)** : الضغوط النفسية المهنية لمعلمة رياض الاطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية ، رسالة ماجستير ، كليه رياض الاطفال ، جامعة القاهرة .

٤. **آسيـــا عقـــون محمـد (٢٠١٢م)** : الضغط النفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدي معلمي التربية الخاصة ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية ، جامعة فرحات عباس سطيف ، الجزائر .

٥. **أمـاني أحمـــد قاســـم (٢٠٠٤م)** : الأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدي طلبة جامعة آل البيت ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم والآداب قسم العلوم التربوية ، جامعة آل البيت ، الأردن .

٦. **إيـــاد محمـــد نـــادي (٢٠٠٥م)** : الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدي طلبة جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

٧. **إيمان التلي عبد القادر (٢٠٠٦م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدي طالبات المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير منشورة ، الجامعة الاسلامية بغزة ، فلسطين .

٨. **جمـال مختـــار حمـــزة (٢٠٠١م)** : سلوك الوالدين الإيذائي للطفل وأثره علي الأمن النفسي له ، مجلة علم النفس عدد ٥٨ ، الهيئة المصرية العامة للكتاب .

٩. **جميل حسن الطهراوي (٢٠٠٧م)** : الأمن النفسي لدي طلبة الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الاسرائيلي ، مجلة

الجامعة الاسلامية ، ( سلسلة الدراسات الإنسانية ) .

١٠. **جهاد عاشور الخضري (٢٠٠٣م)** : الأمن النفسي لدى العاملين بمراكز الإسعاف بمحافظات غزة وعلاقته ببعض سمات الشخصية ومتغيرات أخري ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة .

١١. **حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠٣م)** : دراسات في الصحة النفسية والارشاد النفسي، القاهرة، عالم الكتب .

١٢. **حبيب بن صافي الحبيب (٢٠٠٦م)** : صورة المعلم في ثقافة المجتمع الجزائري ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في الأنثروبولوجيا ، جامعة أبي بكر بلقايد ، تلمسان .

١٣. **حسن عبيد جبر (٢٠١٥م)** : الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدي طلبة كلية الفنون الجميلة ، مجلة جامعة بابل ، المجلد ٢٣ ، العدد ٣ .

١٤. **حسن مصطفي عبد المعطي(٢٠٠٦م)** : ضغوط الحياه وأساليب مواجهتها، دار زهراء الشرق، القاهرة.

١٥. **حمدي علي الفرماوي (٢٠٠٠م)** : ركائن البناء النفسي" دراسة تحليليه تفسيريه توجيهيه في سلوك الانسان "، القاهرة ، ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

١٦. **حنان حمد سليمان (٢٠١٢م)** : الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من التوافق النفسي والاجتماعي والزواجي لدي عينة من المصابات بسرطان الثدي في ليبيا ومصر ، دراسة مقارنة ، رسالة ماجستير، كلية الآداب ، جامعة الإسكندرية ، مصر.

١٧. **دعاء جهاد شلهوب (٢٠١٦م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدي عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة دمشق .

١٨. **رشا جاسر سعيد (٢٠٠٩م)** : صعوبات تدريس مقرر التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية الإعدادية للفتيات بصعيد مصر، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط .

١٩. **رئيفة رجب عوض (٢٠٠١م)** : ضغوط المراهقين مهارات المواجهة ( التشخيص والعلاج ) ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .

٢٠. **زينب محمود شقير( ٢٠٠٥م)** : مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) كراسة التعليمات، الطبعة الأولي، الأنجلو المصرية، القاهرة.

٢١. **زينب محمود شقير (٢٠٠٢م)** : الشخصية السوية والمضطربة ،القاهرة ، مكتبة

النهضة المصرية ، ط(٢) .

٢٢. **سعـد بن نفـاع العنزي (٢٠١٣م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدي طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الخليجية ، مملكة البحرين .

٢٣. **سعـد عايـض عبدالله (٢٠١٢م)** : الأمن النفسي والصلابة النفسية لدي طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الخليجية ، مملكة البحرين .

٢٤. **شهـاب أحمد حسن ، محمـد رائـد محـمد (٢٠١٢م)** : الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدي معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل، المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية في العراق ، معهد إعداد المعلمين بالموصل ، تربية نينوي.

٢٥. **صابر عبداللطيف السيد (٢٠١١م)** : الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي وتقدير الذات لدي معلمي التربية الرياضية بالمعاهد الأزهرية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان .

٢٦. **صالـح إبراهيم الضبـع (١٩٩٩م)** : دراسات في التأصيل الاسلامي لعلم النفس ، ط٢ ، دار عالم الكتب ، الرياض.

٢٧. **صبحي عبدالفتاح الكفوري (٢٠٠٠م)** : فعالية برنامج علاجي سلوكي معرفي في إدارة الضغوط النفسية لدي عينه من طلاب كلية التربية ، مجلة البحوث النفسية والتربوية ، كلية التربية ، جامعة المنوفية ، السنه(١٥)، العدد(٣) .

٢٨. **صـلاح فـؤاد محمـد (٢٠٠١م)** : دراسة تنبؤيه لأثر ضغوط الحياه في بعض المتغيرات الشخصية لدي فئات من الموهوبين ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، العدد ٤٦.

٢٩. **ضيف الله بن حمدان الدلبحي(٢٠٠٩م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز في العمل لدي معلمي المرحلة الثانوية العامة ( بنين ) بمدينة الرياض، رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية قسم العلوم الاجتماعية تخصص الرعاية والصحة النفسية .

٣٠. **طلعـت أحمد منصور، فيولا نصـر البيلاوي (١٩٩٧م)** : قائمة الضغوط النفسية للمعلمين ( كراسة التعليمات )، الأنجلو المصرية ، القاهرة .

٣١. **عادل عبد الرحمن الهلالي (٢٠٠٩م)** : بعض أساليب مواجهة الضغوط لدي طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القري، مكة، المملكة العربية السعودية .

٣٢. **عبد العظيم المصدر ، باسم علي أبو كويك (٢٠٠٧م)** : ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة– فلسطين، بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الثالث، الجودة في التعليم الفلسطيني " مدخل للتميز " الذي تعقده الجامعة الإسلامية في الفترة من٣٠– ٣١ أكتوبر ٢٠٠٧م .

٣٣. **عبد الفتاح خليفات ، عماد الزغول (٢٠٠٣م)** : مصادر الضغوط النفسية لدي معلمي محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة العلوم التربوية ( علمية ومحكمة ، نصف سنوية ) عدد (٣) ، كلية التربية ، جامعة قطر.

٣٤. **عبد الفتاح محمد الخواجة (٢٠٠٤م)** : فاعلة برنامج إرشاد جمعي يستند إلي الاتجاه العقلاني والانفعالي وأسلوب حل المشكلات في خفض الضغوط النفسية التي تواجه الطلاب الموهوبين الذكور في سن المراهقة وتحسين مستوي تكيفهم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عمان العربية ، عمان الأردن .

٣٥. **عبد الله حميد حمدان (٢٠٠٣م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدي طلاب رعاية الأيتام بالرياض، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا بأكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.

٣٦. **عبد الله خلفان سالم (٢٠١٤م)** : برنامج للأمن النفسي وأثره علي الدافعية للإنجاز والتوافق لدي طلبة مرحلة التعليم ما بعد الأساسي في سلطنة عمان.

٣٧. **عبدالله بن حميد السهلي (٢٠٠٩م)** : أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدي الشباب من المرض المترددين علي مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضي ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعه أم القري ، المملكة العربية السعودية .

٣٨. **عبيد بن عبد الله العمري (٢٠٠٣م)** : ضغوط العمل عند المعلمين ، دراسة ميدانية ، قسم الدراسات الاجتماعية ، كلية الآداب ، جامعة الملك

سعود ، الرياض ، المملكة العربية السعودية.

٣٩. **العرباوي سحنون محمد (٢٠٠٩م)** : الضغوط المهنية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدي أساتذة التربية البدنية والرياضية، رسالة ماجستير ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة حسيبة بن بو علي ، الشلف .

٤٠. **عويد سلطـان المشعان (٢٠٠٠م)** : مصادر الضغوط في العمل لدي المعلمين الكويتيين وغير الكويتيين فى المرحلة المتوسطة ، مجلة دمشق المجلد ١٦، العدد الأول .

٤١. **فـاروق السيـد عثمان (٢٠٠٨م)** : القلق وادارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.

٤٢. **فايزة بنت علي الشندودي (٢٠١١م)** : بعض القيم الدينية وعلاقتها بالأمن النفسي لدي طلبة الصف الثاني عشر بمحافظة مسقط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم، جامعة نزوي، سلطنة عمان

٤٣. **فايـزة غـازي العبدالله (٢٠١٤م)** : استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية عند اليافعين في مدارس مدينة دمشق الثانوية، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة دمشق .

٤٤. **فائق فوزي عبد الخالـق (١٩٩٧م)** : ضغوط العمل الوظيفي ، مجله أفاق اقتصادية ، إتحاد غرفه التجارة والصناعة ، الامارات المجلد ١٧، العدد ٦٧-٦٨ .

٤٥. **فـراس قريطـع قاسـم (٢٠١٧م)** : الضغوط النفسية لدي المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد ١٣، عدد ٤ .

٤٦. **الفرحاتى السيد محمـود (٢٠١٢م)** : علم النفس الايجابي للطفل ، دار الجامعة الجديدة ، القاهرة.

٤٧. **فـيروز مامـي زرارقـة (٢٠٠٨م)** : محاضرات في علم الاجتماع والتربية، دار بهاء الدين للنشر والتوزيع للجزائر .

٤٨. **كمـال دسـوقي محمد (١٩٩٨م)** : ذخيرة علوم النفس ، القاهرة، الدار الدولية للنشر والتوزيع.

٤٩. **لافـي بن مبرك بن براك (٢٠١١م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدي طلبة الجامعة بدولة الكويت، رسالة ماجستير، كلية التربية،

الجامعة الخليجية ، مملكة البحرين .

٥٠. **ماجـد اللميـع حمـود (٢٠٠٧م)** : الأمن النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

٥١. **محمد السيد الشيشتاوي (٢٠٠٠م)** : دراسة مقارنة للضغوط النفسية والمهنية لدي معلمي ومعلمات التربية الرياضية بقطاع وسط الدلتا التعليمي ، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

٥٢. **محمـد حسـن علاوي (١٩٩٨م)** : سيكولوجية الإحتراق للاعب والمدرب الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

٥٣. **محمـد حمـزة الزيودي (٢٠٠٧م)** : مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات ، المجلد ٢٣ ، العدد الثاني ، منشورة بمجلة دمشق ، كلية العلوم التربوية جامعة موتة .

٥٤. **محمـد عبد الله علـي (٢٠١٥م)** : الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدي عينة من طلبة جامعة الدمام بمدينة الدمام ، رسالة الماجستير ، جامعة الدمام .

٥٥. **محمد محمـد الشحـات (١٩٩٩م)** : كيف تكون معلماً ناجحاً للتربية الرياضية ، مكتبة العلم والإيمان ، ط١ ، القاهرة .

٥٦. **مريـم عثمـان محـمد (٢٠٠٩م)** : الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدي أعوان الحماية المدنية ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الأخوة منتوري قسطنيه ، الجزائر .

٥٧. **مشـيره عبدالحميـد احمـد (١٩٩٠م)** : ضغوط الحياه الموجبة والسالبة وضغوط عمل المعلم كمنبئ للتوافق ، مجلة التربية وعلم النفس ، جامعة المنيا، المجلد ٣، العدد ٤.

٥٨. **مصطفي حسين باهي ، إبراهيم ربيع شحاتة ، عمرو أحمد فؤاد ، هند عبد الفتاح سالم (٢٠١٥م)** : أصول علم نفس الرياضة ، مركز الكتاب الحديث ، الطبعة الأولي .

٥٩. **مصطفي حسين باهي وآخرون** : علم النفس الفسيولوجي ، مكتبة الانجلو المصرية ،

(٢٠٠٢م) القاهرة ، ٢٠٠٢ م .

٦٠. **مصطفي منصوري عبد القادر(٢٠١٠م)** : الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها ، منشورات قرطبة ، المحمدية الجزائر .

٦١. **مناحي فـــلاح العازمـــي (٢٠٠٩م)** : الضغوط الأسرية كما تدركها أمهات الأطفال المعاقين ، دراسة مقارنة ، رسالة الدكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا الطفولة ، جامعة عين شمس ، القاهرة .

٦٢. **نشـــوة كـــرم عمـــار(٢٠٠٧م)** : الاحتراق النفسي للمعلمين ذوى النمط ( أ ، ب ) وعلاقته بأساليب المواجهة ، رسالة ماجستير، جامعة الفيوم .

٦٣. **هارون توفيق الرشيدي (١٩٩٩م)** : الضغوط النفسية ( طبيعتها – نظرياتها )، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة .

٦٤. **وائـــل السيـــد حامـــد (٢٠١٨م)** : الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدي أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود ، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية ، مجلد ٣، العدد ١ .

٦٥. **يوسف عبدالفتاح محمد (١٩٩٩م)** : الضغوط النفسية لدي المعلمين وحاجاتهم الإرشادية ، مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر، العدد (١٥).

## ثانياً : المراجع الأجنبية

66. **Allen R.J. Human Stress (1983)** : Its nature and control Minnea Polis . Minnesota :Burgess Publishing Compa.

67. **Bhattacharjee,A & Bhattacharjee,S (2014)** : Security-Insecurity Feeling and Depression among Adolescents of Working and Non-Working Women, International **Journal of Science and Research**, 3(8)**.**

68. **Davis ,PatrikEtal (1999)** : Children's Responses To Adult Conflict As afunction of conflict History , Eric – No Ed 390528

69. **Gireesh , et al , (2004)** : Matthew E ; and Niranjan , N . (2004) . The Impact of Student Life Stress on Health Related Quality of Life among

70. **Jaiyeoba A.O&Jibril ,M.A (2008)** : Sources of Occupational stress among secondary school administrators in kano state , Nigeria . African Research

Review , 2 (3) .

71. **JeroenSchepers, Ad de Jone, (2008)** : Psychological safety and social support in groupware adoption: A multi- level assessment in education, **Journal of computers & education**, 51 (2008) 757.

72. **Kaspereen C & Dana , A (2012)** : Relaxation intervention for stress reducation among teacher and staff , International Journal of Stress Mongment , 19 (3) 250-238 .

73. **Kerns , K ; Klepac , L &Coie , A . (2001)** : peer relationship and treadlescents perception of security in the child-mother relationship

74. **Liberman , J , &Berck (2000)** : Atikens , S , Lord , J , Bernauer , E ,Fowler , W , Liberman , J , Berck P . Relationships and of manual muscle testing to Objective Strength measurements , muscle and Never , 12 173-177 .

75. **Margin Son, S (2012)** : International Student Psychology Security . **Social and Behavioral Sciences**, 86 (2013) : 70 - 75 .

76. **Marshall ,L ; Allison., P. ;Nykamp, M. ; Pharm ,D and Lanke , S.(2008)** : Perceived Stress and Quality of Life among Doctor of Pharmacy Students , American Journal of Pharmaceutical Education , Vol . 72 (6) .

77. **Maslow , A . (1991)** : Motivation and personality . New york. Harper Row .

78. **Mcnamara.S (2001)** : Stress Management Program For Secondary School Students , RoutledgeFalmer Taylor & Francis Group , London and New York .

79. **Merino Akindatun (2005)** : The effect of academic policy on the psychological well-being and collective self-esteem of California urban teachers

, PHD , Capella university .

80. **Peter , B . (2007)** : The Relationships among physiological And Perceived Stress , Quality of Life , Self – Care , And impairement In Doctoral Students , Ph.D, The State University of New York at Buffalo .

81. **Robert , et al (2000)** : Adult Attachment Security And Symptoms of Depression , Journal of Personality And Social Psychology , Vol 70 , No .2

82. **Samuel , W . (1996)** : personality searching for source of human behavior . new york :Graw – hill .

83. **Seto , M (2012)** : Effect of the Psychological Freedom on Creativity of Indonesia University Students , **International Journal of Business and Social Science** 1(2) .

84. **Smith Karen L (2000)** : An identification of those personal and professional variables which contribute to teacher stress and job satisfaction , master , kean university.

85. **Warkman Steve (2006)** : Psychological security in the school environment and its relation to the regulations and laws followed in secondary schools , Quality of Life , Self – Care , And impairement In Doctoral Students , Ph.D, The State University of New York at Buffalo.

86. **White – Williams , W . (2009)** : The Relationships among Satisfaction with Social Support , Perceived Stress , and Coping on Quality of Life and Survival at 5 to 10 Years After Heart Transplantion , Ph.D , University of Alabama at Birmingham.

87. **Wilson , C . (2010)** : Understanding Stress and The Quality of Life for Adolescent Children of

Clergy : a Retro Spective Study , Ph.D , The Florida State University .

88. **Zhang , B & Liu , H (2015)** : An Investigative research on the status of urban residents , Psychological Security , **Journal of Public Affairs , 15(3)** , 311 – 315 .

89. **Zhang . J , Wang , H (2011)** : Survey and analysis of College Students , Psychological Security and its offecting Factors , **Journal of Anhuiradio and University** , Retieyed may 20, 2012 .

## ثالثاً : المراجع الإلكترونية

٩٠. **عباس إبراهيم متولي (٢٠٠٠م)** : الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحة الابتدائية ، منشورة بموقع أكاديمية علم النفس.
http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=2350