**الجمهوريــة الجزائريــة الديمقراطيــة الشعبيــة**

**وزارة التعليم العالـي والبحـث العلمـي**

**جامعة عبد الحميد بن باديس**

**معهد التربية البدنية و الرياضية**

**بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس**

**في التربية البدنية والرياضية**

# الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدوافع اختيارهم مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية

**إعداد الطلبة:**

عبد الرفيق بوسروال

محمد الامين بوسروال

**الأستاذ المشرف:**

د/ نور الدين عتوتي

**السنة الجامعية.....2013..... /.....2014.....**

# كلمة شكر

عملا بقول الرسول صلى الله عليه وسلم "من لم يشكر الناس لم يشكر الله" □

نشكر الله تعالى على توفيقه لنا لإنجاز هذا البحث.□

يسعنا ويشرفنا أن نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من ساهم معنا في إنجاز هذا العمل، سواء من قريب أو من بعيد.□

ونخص بالذكر الأستاذ القدير: عتوتي نور الدين ، المشرف على بحثنا. □ فلم يبخل بتوجيهاته ونصائحه علينا، ولم يتوانى في تقديم أرائه الصائبة لنا، حتى تم إنجاز هذا العمل. □

وكذا الأستاذ حجار الذي ساعدنا كثيرا في بحثنا□

وتحياتنا إلى كل أساتذة وطلبة وعمال قسم التربية البدنية والرياضية□ بمستغانم.□

"والله في عون العبد ما دام العبد في عون أخيه"□

رفيق+أمين

# الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

إلى من قال فيها الصادق الصديق الذي لا ينطق على الهواء.

"الجنة تحت أقدام الأمهات"إلى التي حملتني في بطنها و سهرت لأجلي

،

إلى التي باركتني بدعائها و سامحتني بحبها و حنانها الغالي

و العزيزة على قلبي دعيني انحني إمامك و اقبل جبينك...أمي.

إلى الذي تعب لارتاح و كافح لأنال إلى صاحب القلب الأبيض

عبد القادر ...والدي.

إلى أغلى كنز وهبه الله لي أخواتي "عبلة و ربيعة "

إلى روح أجدادي سي بلقاسم و سي أحمد رحمهم الله.

إلى أعمامي ، عماتي ، أخوالي ، خالتي كل باسمه و خاصة المرحوم"كمال"

الذي اسأل الله أن يرحمه و يسكنه الجنة.

إلى كل الأساتذة المحترمين ،اللذان ساعدني كثيرا في بحثي هذا-شكرا جزيلا-

الى رفقاء دربي و طفولتي و أحبابي اسماعيل-مراد-محمد و إلى جميع رفقاء الجامعة"

إسماعيل-سيد أحمد - حاج-براهيم-هشام-غوثي-قادة-سبقاق ...إلى كل رفقاء الجامعة.

إلى أساتذة و طلبة و عمال قسم التربية البدنية و الرياضية بمستغانم

إلى من جمعتني بهم لحظة صدق ... و فرقتني بهم لحطة صدق

أهدي ثمرة جهدي و تعبي.

# المحتويات

إهداء ا

شكر و تقدير ب

## قائمة المحتويات

قائمة الجداول ج

قائمة الأشكال ح

## تعريف بالبحث


| | |
|---|---|
| 1-مقدمة | 01 |
| 2-الإشكالية | 03 |
| 3-أهداف البحث | 06 |
| 4- الفرضيات | 06 |
| 5- تعريف المصطلحات | 07 |
| 6-دراسات سابقة | 09 |

## الباب الأول:دراسة نظرية

## الفصل الأول: الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية


| | |
|---|---|
| تمهيد | 21 |
| 1-لمحة تاريخية | 22 |
| 2 طبيعة الضغوط | 24 |
| 2-1 المدية و الشيئية | 25 |
| 2-2 عامة و منتشرة | 25 |
| 2-3تنشأ من مثيرات سارة مثلما تنشأ من مثيرات مؤلمة | 26 |
| 2-4 علاقة الضغوط بنواتجها ديالتيكية | 26 |
| 2-5 الضغوط ومؤشر ضروري للتكيف | 27 |
| 2-6الضغوط ذات طبيعة وظيفية | 27 |
| 2-7 الضغوط ذات طبيعة ديناميكية | 28 |
| 2-8 الضغوط قوة دافعة | 28 |
| 3-1 النظريات المفسرة للضغوط النفسية | 28 |
| 3-1-1 نظرية هانز سيلي | 29 |
| 3-1-2- نظرية سبيلبرجر | 31 |
| 3-1-3 نظرية هنري موراي | 32 |
| 3-2-1 النظريات المفسرة للضغط المهني | 33 |
| 3- 2-1 نظرية ماك لين | 33 |
| 3-2-2 نظرية تور كوت | 34 |
| 4- كيفية حدوث الضغط | 35 |
| 4-1 مرحلة الإنذار | 35 |

| | |
|---|---|
| 2-4 مرحلة المقاومة | 36 |
| 3-4 مرحلة الإرهاق | 36 |
| 5- ديناميكية الاستجابة للضغوط | 38 |
| 1-5 الاستجابة الفيزيولوجية | 38 |
| 1-1-5 استجابة أدرينالية | 38 |
| 2-1-5 استجابة كورتيزولية | 39 |
| 2-5 الاستجابة النفسية السلوكية | 39 |
| 6- النماذج المختلفة للضغط | 40 |
| 1-6 النموذج الأول (A) | 40 |
| 2-6 النموذج الثاني (B) | 41 |
| 3-6 النموذج الثالث (C) | 41 |
| 6- خلاصة | 42 |
| **الفصل الثاني : الدافعية و دافعية الإنجاز في مجال الرياضي** | |
| 1- تمهيد | 44 |
| 1- مفهوم الدافعية | 45 |
| 2- خصائص الدافعية | 46 |
| 2 - 1 الفرضية | 46 |
| 2- 2 النشاط | 46 |
| 2- 3 الاستمرار | 46 |
| 2- 4 التنوع | 46 |
| 2- 5 التحسن | 46 |
| 2- 6 التكيف الكلي | 47 |
| 2 - 7 تحقيق الغر | 47 |
| 3 وظائف الدوافع | 48 |
| 3-1 السلوك بالطاقة | 48 |
| 3-2. أداء وظيفة الاختيار | 48 |
| 3- 3 أداء وظيفة الاختيار | 48 |

| | |
|---|---|
| 3-3-2 توجيه السلوك نحو الهدف | 48 |
| 4- تصنيف الدوافع | 48 |
| 4-1 تصنيف علي أسس شعوري لا شعوري | 49 |
| 4-2 تصنيف على أسس دوافع داخلية و خارجية | 50 |
| 4-3 تصنيف على أسس دوافع مباشرة و غير مباشرة | 51 |
| 5- الأسس التي تقوم عليها الدوافع | 52 |
| 5- 1 مبدأ الطاقة والنشاط | 52 |
| 5-2 مبدأ الفرضية | 52 |
| 5-3 مبدأ التوازن | 52 |
| 5-4 مبدأ الحتمية الديناميكية | 52 |
| 6- نظريات الدوافع | 52 |
| 6-1 نظرية التحليل النفسي | 53 |
| 6-2 نظرية مفاهيم الحاجة | 53 |
| 6-3 النظرية الفيزيائية | 53 |
| 6- 4 النظرية المعرفية | 53 |
| 6-5 نظرية التعلم الاجتماعي | 54 |
| 6-6 النظرية الوظيفية | 54 |
| خلاصة | 55 |

# فهرس الجداول


| الرقم | عنوان الجدول | الصفحة |
|---|---|---|
| 01 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال01 | 63 |
| 02 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال02 | 64 |
| 03 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال03 | 65 |
| 04 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال07 | 66 |
| 05 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال10 | 67 |
| 06 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال14 | 68 |
| 07 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال15 | 69 |
| 08 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال04 | 71 |
| 09 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال05 | 72 |
| 10 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال06 | 73 |
| 11 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال11 | 74 |
| 12 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال13 | 75 |
| 13 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال08 | 77 |
| 14 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال09 | 78 |
| 15 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال12 | 79 |
| 16 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال16 | 80 |
| 17 | يمثل التحليل الإحصائي جميع إجابات الأساتذة على السؤال17 | 81 |

# الباب الأول

# الجانب التطبيقي

**مقدمة:**

التربية بمفهومها الحديث ضرورة فردية و جماعية كونها الأداة الفعالة لتحقيق التنمية البشرية و الاجتماعية الاقتصادية، لذلك نلاحظ أن الشعوب التي أدركت هذه الحقيقة مبكرا تمكنت من استثمارها في مواردها البشرية، و تنشيط مؤسساتها الإنتاجية، في حين بقيت الشعوب التي لم تدرك هذه الحقيقة تعاني التخلف في جميع مظاهره، لأن أي نهضة لن تقوم لها قائمة إلا إذا تركزت على أساس وعي تربوي يتناول المجتمع في جميع صفوفه و فئاته، و أول ما يجب الاهتمام به هو الأستاذ لأنه العنصر الرئيسي في العملية التربوية، وعليه يتوقف نجاحها أو فشلها، لذا يجب أن تضع السياسات الحكومية هذا العنصر المهم في أرفع مكانة حتى يساهم في تربية النشء و بذلك يثبت ذاته ولن يتحقق هذا الأمر إلا إذا تهيأت له ظروف نفسية واجتماعية و اقتصادية.

ويحتاج العالم في هذه الأيام إلى ثروة هائلة في التقدم و التطور في كل مجالات الحياة المختلفة الاقتصادية و الثقافية والاجتماعية و الرياضية وغيرها، ومن هنا يحدث الصراع و المنافسة بين المجتمعات للحاق بركب التقدم والمعرفة، واحتلال المكان اللائق بين دول العالم ، فإذا أحسن استخدام هذه الثروة العلمية المتلاحقة في مجالات التطور والتقدم فسيكون هذا في صالح البشرية، و إذا لم يحسن استخدامها فسوف تؤدي إلى الكثير من المشكلات والأحداث التي تؤدي إلى حدوث كثير من التوتر و التهدية في مجالات الحياة

كلها، وإذا لم تكن هناك حلولا لهذه المشكلات التي تسببها هذه المؤثرات المتنوعة فإن تأثيرها الضار سوف ينعكس على الفرد من مختلف الجوانب النفسية والبدنية والعقلية و المهنية وغيرها. و قد تؤثر هذه

الضغوط و التوترات على الأفراد في حياتهم اليومية و أعمالهم الشخصية و المهنية، وهذا ما يطلق عليه " الضغوط المهنية "في علم النفس.

و يشير" فاروق جبريل ( 1991 ) "أن ضغوط العمل هي تعبير عن حالة من الجهد العقلي أو الجسمي و تحدث نتيحه للحوادث التي تسبب قلقا أو إزعاجا أو تحدث نتيجة لعوامل عدم الرضا أو نتيجة للصفات العامة التي تسود بيئة العمل أو أنها تحدث نتيجة للتفاعل بين هذه المسببات جميعا.

ويشكل العمل شكلا هاما من أشكال النشاط البشري الذي يلقى قبولا اجتماعيا، و العمل مجال أساسي للطاقة البشرية و يرتبط إحساس الفرد بالرضا عن العمل الذي يؤديه ارتباطا وثيقا، بما يحققه العمل له في مختلف النواحي الاقتصادية و الاجتماعية و النفسية.

حيث من شان هذه الضغوط المنصبة على كاهل أستاذ التربية البدنية والرياضية التأثير على دافعية الانجاز لدى التلاميذ لممارسة ومزولة النشاط الرياضي المدرسي .

و تعد دافعية الانجاز من أهم المواضيع التي يجب التركيز عليها باعتبارها تتناول دوافع واتجاهات التلميذ على ممارسة النشاط البدني ورغبته في التألق وتحقيق أهدافه والوصول إلى ونتائج ايجابية إلا أن هناك عوامل تؤول دون وصول التلميذ إلى مبتغاه إزاء مؤثرات العمل لدى الأستاذ والتي تنعكس سلبا عليه .

وإيمانا منا بأهمية الدور الذي يقوم به المدرس في بلادنا من أجل تنفيذ الخطط التربوية و إنجاحها، وبحجم وخطورة مصادر الضغوط التي يواجهها يوميا وباستمرار بدرجات و مستويات مختلفة سواء تعلق منها بالجانب المهني كظروف العمل السيئة والغير مريحة أو بالجانب ألعلائقي كسوء العلاقة مع التلاميذ وتأثيره على كبح دوافعه، أو الجانب البيداغوجي ككثافة البرامج وسرعة تغييرها، أو بالجانب المادي كضعف الأجر الشهري....الخ،

والتي تنعكس أثارها على صحته النفسية خاصة منها القلق، وعلى صحته الجسمية و اتجاهه نحو مهنة التعليم و مستقبلها، اختار الباحثين موضوع " الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية وعلاقتها بدافعية نحو الرياضة المدرسية بالمرحلة الثانوية " للبحث و الدراسة آملا أن يخرجوا بنتائج تخدم القائمين على التربية والتعليم في بلادنا.

## 1-الإشكالية:

يحتاج العالم في هذه الأيام ثروة هائلة من التقدم و التطور في كل مجالات الحياة المختلفة الاقتصادية و الثقافية والاجتماعية و الرياضية و غيرها، ومن هنا يحدث الصراع والمنافسة بين البشر للحاق بركب التقدم و المعرفة ، واحتلال المكان اللائق بين دول العالم ، فإذا أحسن استخدام هذه الثروة العلمية المتلاحقة في مجالات التطور و التقدم فسيكون هذا في صالح البشرية، وإذا لم يحسن استخدامها فسوف تؤدي الكثير من المشكلات والأحداث التي تؤدي إلى حدوث كثير من التوتر و التهديد في مجالات الحياة كلها، وإذا لم تكن هناك حلولا لهذه المشكلات التي تسببها هذه المؤثرات المتنوعة فإن تأثيرها الضار سوف ينعكس على الفرد من مختلف الجوانب النفسية و البدنية والعقلية والمهنية وغيرها وبذلك تتفاوت المهن في طبيعتها من حيث طريقة الأداء، و المسؤوليات، و النتائج المترتبة على السلوك العلمي، وهذا التباين يؤدي إلى إيجاد درجات مختلفة من الضغوط

فالأعمال التي يقدمها أصحابها في شكل خدمات اجتماعية كالتعليم والتمريض و التأمين يتعرض أصحابها لدرجات مرتفعة من الضغوط النفسية والقلق أكثر من غيرها، فقد بينت دراسة كوكس ( 1978 ) عند مقارنة المعلمين بالعاملين نصف المهرة إلى % 79 من المعلمين أجابوا بأن عملهم هو المصدر الرئيسي للضغط... ، وذكر سليمان الوابلي (1993) أن مستوى درجة الضغط النفسي لدى المعلمين أعلى بكثير من درجة الضغط في المهن الأخرى كما لخص عبد الرحمن الطريري ( 1994 ) إلى أن يعملون في القطاع الاجتماعي (كالمدرسين )هم الأكثر عرضة للضغط.

فالمدرسون يختارون مهنة التعليم و لديهم الرغبة للقيام برسالة نبيلة عنوانها مساعد ة الآخرين (التلاميذ و أوليائهم، والمجتمع)، و لكنهم سرعان ما يدركون حجم المسؤولية التي تنتظرهم، و يدركون المساعدة التي يطلبها الآخرون ، فيعملون بأقصى جهدهم لمساعدتهم، ولكنهم يجدون أنفسهم وعلى الرغم من العمل الجاد أن المشاكل ومعها المطالب في استمرار، و لا يقدرون بالتالي على تحملها، كما ليس لديهم القدرة على حل أكثرها، عندها يشعرون بالإحباط و بالقلق و بعدم الرضا. وعليه أصبح ينظر إلى التعليم على أنها من المهن الأكثر أثقالا بالضغط، لأنها تزخر بالعديد من الأعباء و المطالب والمسؤوليات و بشكل مستمر، بالإضافة إلى إدراك المدرسين لوضعهم المهني من حيث نقص المكانة الاجتماعية، و نقص التقدير المادي والمعنوي، والعزلة الاجتماعية .

ومن هذا المنطلق، وجد الباحث نفسه أمام إشكالية علاقة مصادر ضغوط العمل بدافعية الانجاز لدى التلاميذ نحو الرياضة المدرسية بالمرحلة الثانوية ، و لذلك تعتبر دافعية الانجاز لدى التلاميذ أحد الأمور الرئيسية للتوافق المهني و يقصد بها

تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الفرد لتحقيق مبتغياه ، كما تعد دافعية الانجاز لدى التلاميذ مسألة مهمة للأفراد و المجتمعات، فدافعية التلميذ نحو التفوق والنجاح تعتبر أساسا من أساسيات الحياة ، وذلك أن الدافعية ترتبط بالنجاح في العمل وهو المعيار الموضوعي الذي يقوم على أساسه تقييم المجتمع للأفراد، كما أنه يمكن أن يكون مؤثرا لنجاح الفرد في جميع جوانب حياته الأخرى.

بالرغم من الأهمية الكبيرة التي تحظى به ظاهرة الضغوط المهنية في الدراسات النفسية

إلا أن الباحثين قد لاحظ من خلال زياراته لمعظم مكتبات معاهد التربية البدنية والرياضية قلة البحوث والدراسات التي تناولت هذا الموضوع بالبحث الأمر الذي دفع بهم إلى خوض غمار هذا المجال.

**التساؤل العام :** ما نوع العلاقة بين الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ودافعية نحو الرياضة المدرسية بالمرحلة الثانوية ؟

**التساؤلات الفرعية:**

1 هل الضغوط و الدوافع المهنية هي التي دفعت الأستاذ لاختياره تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة ؟

2 هل الدوافع المهنية هي التي دفعت أستاذة لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة ؟

3 وهل الدوافع الإجتماعية هي التي دفعت الأستاذ لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة ؟

## 2- الأهداف:

### الهدف العام:

تحديد نوع العلاقة بين الضغوط المهنية و الدوافع الشخصية لدى أساتذة لاختيارهم تدريس التربية البدنية والرياضية كمهنة .

### الأهداف الفرعية:

1 التعرف على الضغوط المهنية و على أثر الدوافع الشخصية لأساتذة في اختيارهم تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

2 معرفة دافعية الاجتماعية على الأستاذ في اختياره تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

3 تحديد نوع الأثر الدوافع على الأستاذ في اختياره تدريس التربية البدنية والرياضية كمهنة .

## 3- الفرضيات:

### ا)-الفرضية العامة:

هناك ضغوط مهنية و دوافع شخصية لها أثر إيجابي لاختيار الأستاذ تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة .

### ب)-الفرضيات الفرعية:

ب-1 معرفة أثر الضغوط و الدافع المهنية لدى أساتذة لاختيار تدريس التربية البدنية والرياضية كمهنة.

ب-2 معرفة الدوافع الاجتماعية على الإستاد في اختياره تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة .

ب-3 توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الضغوط المهنية و الدوافع لدى أساتذة لاختيار تدريس التربية البدنية والرياضية كمهنة .

## 4-تعريف المصطلحات:

الضغوط :كلمة أصلها لاتيني وهي stinger وتعني ضم، وشد، وربط ، استعملت بصفة متداولة في القرن السابع عشر بما يرادف، الألم و الصعوبات، و الشدة، والحزن ، والخسارة، أو المصائب و النكبات، أي كل ما يعتبر على نتاج حياة صعبة. وفي أواخر القرن الثامن عشر كان الضغط يستعمل مرادفا لمعاني القوة، و التوتر،أو الجهد المكثف و تغير مفهوم الضغط في بداية القرن العشرين، إذ أصبح يعني قوة دافعة أو قوة مجموع ة الدوافع المحركة للسلوك.

**الدوافع :**

تناول الباحثين موضوع " الضغوط المهنية و دوافع لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لدى الرياضة المدرسية بالمرحلة الثانوية. و كان الهدف من وراء ذلك معرفة نوع وشدة العلاقة بين المتغيرات الدراسة والتي تتمثل إلى معرفة أهم الضغوطات المهنية و بالتحديد إلى العوامل التي تعرقل مهمة مدرس التربية البدنية والرياضية في التعلم الثانوي و من خلال دراستنا للبحث و عن طريق مقياس الضغوط المهنية ومقياس الدوافع اتضح لنا أ ن للعلاقات الإنسانية أهمية كبيرة و فعالة في الحياة المهنية للمدرس و في حالة اختلال تنعكس سلبا على مردوده المهني،و الوصول به إلى المستوى المرموق و تحقيق أهدافه السامية

من كل الجوانب و النواحي البدنية – العقلية – الاجتماعية والاهتمام بدافعيتهم نحو المشاركة في النافسات الرياضية المدرسية .و لهذا جاءت دراستنا و التي هدفها من ورائها معرفة أهم العراقيل و الصعوبات التي تحول دون تأدية المدرس لمهامه على أحسن وجه ، و على ضوء تساؤلات المشكلة التي طرحها الباحثين من أهداف و فرضيات البحث ، قام الباحثين بإجراء دراسة نظرية معتمدين بذلك عدة مراجع علمية باللغة العربية و الأجنبية و بحوث مشابهة كما استخدم

الباحثين مقاييس مقننة للدكتور " محمد حسن علاوي " و كذلك استخدم المنهج المسحي و الذي يعتبر إحدى الوسائل لجمع المعلومات و تم توزيعها على مدرسي التربية البدنية والرياضية

و على أثر توزيع المقياسين تم جمع النتائج و بعد المعالجة الإحصائية و تحليل هذه النتائج استنتجنا أن مدرس التربية البدنية و الرياضية علاقته حسنة تربطه بالتلاميذ وبمدرس المواد الأخرى بحيث أنها تشجعه و تحفزه على العمل.

أما فيما يخص علاقته مع الإدارة و المفتش، الإمكانيات المادية ، الراتب الشهري كليهما عوامل تؤثر عليه و تنعكس سلبا على دافعية الانجاز لدى التلاميذ.

رحم الشاعر الذي قال:

إن المعلم والطبيب كليهما * لا ينصحان إذ هما لم يكرما

فاصبر لدائك إن أهنت طبيبه * و اصبر لجهلك إن جوفت معلما

بالإضافة إلى عامل الأجر، فعدم اعتراف المسئولين على المجهود الذي يبذله أستاذ التربية البدنية والرياضية و عدم تقدير المجتمع لدورهم هو الآخر عاملا قويا من عوامل الضغط المؤثرة على دافعية التلميذ ، فالمدرس في نموه يحتاج إلى إشباع حاجاته النفسية، و تتأثر شخصيته بصورة مباشرة بكل ما يصيب

حاجاته من إهمال أو حرمان، و لعل أبرز هذه الحاجات، الحاجة إلى تحقيق الذات، و الحاجة إلى الاحترام و التقدير، و هذا ما يفسر ظهور علامات من الضغط النفسي الناجم عن الإحباط.

و بناء على نتائج الدراسة الميدانية، يحدث الضغط النفسي عند الأستاذ من خلال منظومة صيغة تفاعل المتغيرات البيئية المدرسية مع المتغيرات الذاتية الفردية .

**نقد الدراسة :**

اعتماد على البيانات التي جمعها الباحثين من خلال دراستهم لمسات الدافعية و الضغوط و لحقنا للاستنتاجات المستخلصة و علاقة بالانجاز الرقمي و الجهد البدني ,أما الجديد في دراستنا يتعلق بالدافعية المتعلقة بالأستاذ لاختياره مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

# الفصل الاول

# 1 الضغوط المهنية

**تمهيد:**

تعد ظاهرة الضغوط النفسية وضغوط العمل من أكثر الظواهر الإنسانية تعقيدا، وصعوبة على الرغم من كل الجهود المبذولة لتفسيرها منذ سنة 1936 إلى يومنا هذا.

وترجع هذه الصعوبة في كون الضغط تكوين فرضي وليس شيئا ملموسا واضح المعالم من السهل قياسه، حيث يستدل على وجوده من خلال نتائجه وآثاره النفسية والسلوكية والجسمية التي تنعكس على الفرد مما جعل من الصعب الحصول على صورة شاملة وواضحة للضغوط بصفة عامة، وضغوط العمل بصفة خاصة.

ولهذا أردنا في أول فصل أن نلقي الضوء على ماهية الضغوط من حيث تطورها تاريخيا، وطبيعتها وأهم النظريات المفسرة لها وكيفية حدوثها، وأخيرا النماذج المختلفة لها.

## 1- لمحة تاريخية:

لقد حظي الضغط (Stress) بدراسات عديدة إلى 120 ألف دراسة قبل 1981. ويسمى الضغط بمرض الحضارات الحديثة، وهو ليس بداء جديد بل كان معروفا لدى أسلافنا غير أن ميكانيزم هذا الأخير لم يكن واضحا حين ذلك.

وتوسعت الدراسات حول الضغط وفي مختلف التخصصات العلمية والاجتماعية الأمر الذي جعل هذا المفهوم شائع الاستعمال حتى عند عامة الناس، ويعتبر الطبيب الكندي عالم الغدد الصماء (هانس سيلي Hans Selye) أول من استخدم هذا المفهوم سنة 1936 حيث كان له شأن عظيم في اكتشاف مصطلح الضغط وهذا بفضل دراساته العديدة التي قام بها حول استجابات الجسم غير المحددة عند تعرضه للآثار الخارجية، والتي توصل من خلالها إلى أن هناك أسباب غامضة من شأنها أن تحدث توترات لدى الشخص عندما يفشل في التكيف معها، مثل حالة الحزن أو الفرح أو الغضب ..الخ.

ليطلق بعد ذلك على مجمل هذه الاستجابات مصطلح الضغط، كما توصل أيضا في عام 1950 إلى التمييز بين نوعين من الضغط هما: ضغط عابر، وضغط ذو طبيعة معقدة.

بعد هذا الاكتشاف أخذ هذا المصطلح في التبلور أكثر من بداية الستينات حيث توسعت مجالات تطبيقه أكثر فأكثر من البيولوجيا إلى الفيزيولوجيا وأخيرا إلى العلوم النفسية والاجتماعية التي تشير إلى كل مالا يمكن تفسيره وفقا للعوامل الوراثية أو البيولوجية أو الفيزيولوجية.

وقد بين أصحاب هذا التطور أن العوامل الاجتماعية تعمل من خلال وظيفتين هما أن هذه العوامل تعمل على نشر المرض باعتبار المجتمع منبع الأحداث والاحباطات والتغيرات.

إنها تعمل على التخفيف منه حيث يقود المجتمع إلى الشفاء أو التخفيف من المرض بفضل الشد الأخلاقي أو الفوائد الجانبية (***Griffiths، 1981، صفحة 363***)

فالمنظور الاجتماعي يهتم بالضغط ولكنه يركز أساسا حول التعامل الفعال معه، وهو يبحث في العوامل الاجتماعية التي تعمل على الحد منه وفي العوامل التي تزيد من آثاره.

وقد تدعمت أهمية العوامل الاجتماعية بافتراضين هامين سنة 1970 هما:

أولا: الأول مفاده أن المرض قد تكون له عوامل عديدة وغير محددة من الصعب التوصل إليها، لذلك يجب القيام بالبحث انطلاقا من العوامل النفسية والاجتماعية ذات الخطورة الملحوظة على الصحة.

ثانيا: أما الافتراض الثاني فمفاده أن المرض لا يتحدد بالعوامل النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الفرد فقط بل يتحدد بمدى مقاومة الفرد لهذه العوامل.

ما يتضح من خلال هذين الافتراضين أنه من الضروري البحث عن العوامل والضوضاء والفشل الدراسي كلها ضغوط نفسية، فالوقائع الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والمهنية وغيرها تكتسب معناها ممن يدركها وهي وقائع يقع تحت طائلتها فرد ما وليست ضاغطة في حد ذاتها، وإنما تكتسب هذه الصفة عندما يدركها الفرد على أنها كذلك ولها نتائج تحدث على المستوى ذات الفرد جسمية-معرفية، عقلية، نفسية، وتستقر الضغوط بصفة عامة في وعي الناس بدرجات متفاوتة فكثيرا ما يتحدث الأفراد عن أنهم واقعون تحت طائلة ضغط ما، وهم يتحدثون عن أشياء يعرفونها ويستطيعون تشخيصها بدقة لأنها كامنة في الوسط الذي يعيشون فيه في البيئة الطبيعية للتفهم ضغوط الغلاف الجوي، ودرجة الحرارة، البرودة، طبيعة التضاريس، شح الموارد الطبيعية وأيضا الضغط السكني وازدحام السكان وقلة الخدمات، وضغوط ضيق السكن وقلة عدد الحجرات في المنزل، ضعف الإضاءة....الخ.

وفي البيئة الاجتماعية توجد ضغوط التشكيلات والوضعيات والنماذج الاجتماعية، والشفقات الأسرية، التفاوت الحضاري، كثرة الأبناء، الجيران، اختلاف الميول والاتجاهات، صراع القيم، قلة نصيب الفرد من الرفاهية الاجتماعية والوسائط التكنولوجية وضغوط الأحداث الشائعة في الحياة ففقدان أو موت عزيز كما أن الحوادث السيارة يمكن أن تكون مصدر للضغوط حيث تؤدي إلى تغيير في الحياة وتتطلب إعادة التوافق، وأن التغيرات الحادة تجعل التوافق صعبا ينتج عنه الضغط(***Griffiths، صفحة 337***)

وفي الوضع الاقتصادي توجد ضغوط الفقر، البطالة، انخفاض الإنتاج، عدم عدالة توزيع الناتج القومي، التفاوت الطبقي، ويكون معنى الضغط هنا التباين بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الفرد وقدرته على الاستجابة لها، كما أن الشعور بالوطأة والعبء وعدم الرضا الناتج من عدم التوافق مع الأوضاع الاقتصادية، وعلى المستوى السياسي نشأة الضغوط من عدم الرضا عن نظام الحكم، ضغط الحكم، الصراعات السياسية، الصراعات النقابية وأهمية بعض القوى، ضغط الحكم بالنسبة للحاكم ويكون معنى الضغط هنا أنه عدم الرضا والشعور بالوطأة الناتج عن عدم التكيف مع الأوضاع السياسية القائمة.

أما فيما يخص تطور مفهوم الضغط لدى العاملين بالمهن الإنسانية لوحظ اهتمام كبير بالبحث في هذا الموضوع وتطورت نتائجه حيث يؤكد باركلي "Perkily -1977" أن ما يجعل الضغط أكثر حدة في المهن الأساسية هو المتطلبات التي تفرضها هذه المهن والتي تختلف عن متطلبات المهن الإنسانية يستعملون أنفسهم كوسائل لتحقيق حاجات الآخرين.

وفي سنة 1993 خلال المؤتمر العالمي للصحة المهنية الذي أقيم بفرنسا بين الباحثين الأسباب الموحدة الأساسية للضغط المهني منها العامل الأكثر أهمية هو مشكل التنظيم في الحياة المهنية ومن عوامل الخطر ذكروا: المرتب، غياب الاستقلالية، العبء الثقيل في العمل، عدم توجيه العامل لعمله بنفسه، غياب التشجيع من طرف المسئولين والزملاء، عدم إتاحة الفرصة للعامل لاستعمال معرفته الخاصة ومؤهلاته وذكائه في تطوير العمل وخلق الجديد(***Griffiths***، ***صفحة 337***)

## 2- طبيعة الضغوط:

تعرف الأشياء والظواهر بطبيعتها وتظهر هذه الطبيعة من الوصف التحليلي للظاهرة والخصائص الداخلية الباطنية وإذا كانت الصفات الظاهرة تدرك في عملية المعرفة الحسية، من خلال الحواس فإنه يستدل على الصفات الداخلية من آثارها.

والأمر نفسه بالنسبة لظاهرة الضغوط والتي تتجلى في مضامين بيولوجية ونفسية واجتماعية ولأن كل المضامين لها انعكاساتها النفسية وبسبب أن نتائج الضغوط تظهر في مخرجات فيزيولوجية ونفسية فيعتبر الباحثون أن كل الضغوط نفسية، فالتفكيك الأسري وترك العمل وفقدان عزيز والمشاحنات اليومية.

كما يمكن أن يكون هناك ضغوط مهنية يكون منشؤها مهنة الفرد، وما يقوم به من عمل مثل الشقاق مع الزملاء ضغوط قواعد العمل، عدم الرضا عن المركز الوظيفي، المرتب، الترقية، التميز غير المبرر، الرؤساء، الجمهور، ويكون معنى الضغط هنا الشعور بالوطأة والعبء والثقل الناشئ من مهنة الفرد ومجموعة الصعوبات المباشرة وغير المباشرة التي يواجهها الفرد في مهنته وعمله.

وهناك ضغوط منشؤها جوانب معرفية عقلية فتتكون من التشوه الإدراكي، والاختلالات الوظيفية العقلية مثل: القصور في التفكير والاستنتاج والاستدلال والتذكر، وتنشأ الضغوط من المتغيرات النفسية عندما يكون هناك اختلالات

في الميكانيزمات الدفاعية، قصور في إشباع الحاجات، وعندما تكون منظمات علم النفس في حالة صراع أو قلق أو شعور بالإحباط وعدم التوافق والتكيف النفسي وهكذا نجد أن الضغط ذو طبيعة معقدة، يعبر عن ظواهر وقائع متعددة ذات مضامين بيولوجية، ونفسية واقتصادية واجتماعية وهو إما حاد أو مزمن ويمكن أن تحدد بعض الصفات الفيزيقية أو الداخلية والتي تعطي ظاهرة الضغوط وحدتها وتماسكها وتميزها عن غيرها من الظواهر وقد تم استنباطها من المبادئ والقواعد والنظريات التي اهتمت بدراسة هذه الظاهرة وهي كما نص عليها كثيرون تتمثل فيما يلي:

## 2-1- المادية والشيئية:(*Griffiths*)

حيث تأتي الضغوط النفسية من تفاعلات عناصر حياتية ووجودية كثيرة، فمنشأها يكون من مثيرات تكمن في طبيعة بنية النظام الاجتماعي والسياسي والاقتصادي وكذلك من الوظيفة المنوطة بهذه الصراعات التي تكون مكونات هذه الأبنية وقصور وظيفتها(***توفيق، 1999، صفحة 10***) كما تنشأ الضغوط من مثيرات حيوية، بيولوجية، كيميائية (جراثيم، تغيرات هرمونية، تهديدات جسمية خطيرة). ومن المثيرات النفسية مثل: صراعات، احباطات، مطالب تفوق أو تتجاوز قدرة الشخص على تحملها أو مواجهتها، اختلالات أو عدم توازن الآليات الدفاعية الهامة لدى الشخص وعدم التحكم فيها.

وهذه الوقائع يمكن إدراكها ماديا وتحديدها من خلال المعرفة الحسية واستنباطها من خلال المعرفة والشعور بوطأتها، وتجسيدها في الواقع بصورة عيانية.

## 2-2- عامة ومنتشرة:

بالرغم من وجود فروق فردية بين الأفراد في كونهم يقعون تحت طائلة الضغوط النفسية وأن هناك أفراد مؤهلين دون غيرهم لمعاناتها، وهذا التأهيل في طبيعة تكوينهم واستعداداتهم النفسية والعقلية والمعرفية، وكذلك يمكن في طبيعة المجال الذي يعيشون فيه، إلا أن هناك شروط عندما تتوافر لا بد أن يعاني الفرد من ضغوط نفسية، وهنا لا فرق بين فرد وآخر ومنه تتحقق صفة العمومية للضغوط.

كما أن للضغط تأثيرات مختلفة على النواحي العصبية والفيزيولوجية تكاد تكون عامة لدى أفراد البشر كالقلق مثلا الذي يؤدي إلى زيادة حالة النشاط الكهربائي للجلد وهذه الاستجابة تكون عامة لدى كل الأفراد الذين يعانون من الضغط.

## 2-3- تنشأ من مثيرات سارة مثلما تنشأ من مثيرات مؤلمة:(*توفيق، 1999، صفحة 10*)

ثبت أن الحوادث المرغوبة وغير المرغوبة تؤدي إلى تغير الحياة، وتتطلب إعادة التوافق الثابت، وأن الخبرات السارة أيضا تسبب ضغطا لكنه قليل القدر، إذا ما قورن بالضغط الناتج عن الخبرات غير السارة، ومن أمثلة الضغوط الناشئة عن خبرات سارة نجد: التفوق والنجاح الذي يلقي على صاحبه مسؤولية العمل الشاق من أجل المحافظة عليه.

وهناك أيضا الضغط الناتج عن توقعات الآباء لطموح أبنائهم ورغباتهم وضرورة تطابقها مع هذه التوقعات ومواقف الفرح والسرور الزائد، وذلك باعتبار أن الضغط هو استجابة غير نوعية للجسم، وأنه حالة فيزيولوجية ناتجة عن تغيرات في الأنشطة الأصلية، وما الحالات العقلية والعاطفية إلا مرشد للاستجابة

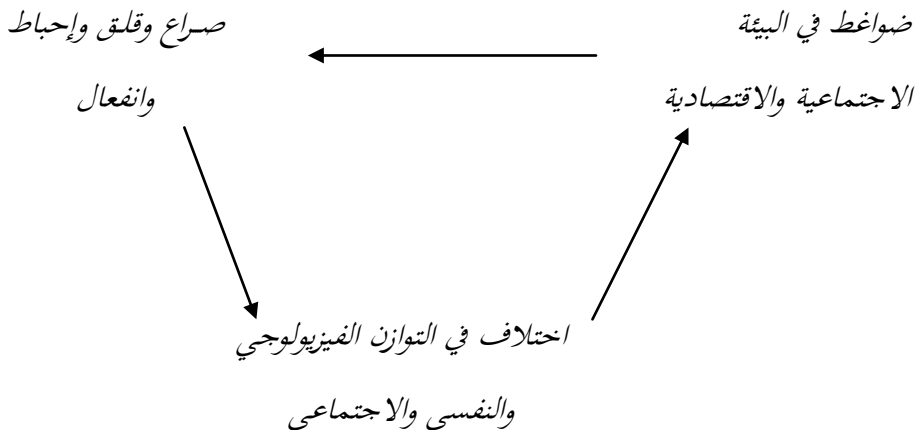
الفيزيولوجية ولكنها ليست في حد ذاتها الضغط، السرور والألم يثيران هذه الاستجابة، فكلاهما تغير في الحالات التي يعمل الجسم في ظلها.

## 2-4- علاقة الضغوط بنواتجها ديالتيكية:

ينتج عن الضغوط كثير من النواتج مثل: القلق، والصراع والإحباط وهذه بدورها لها تأثيرات فيزيولوجية ونفسية واجتماعية.

فقد كشفت الدراسات على أن من أهم نتائج الضغط هو تغير المزاج والأمراض الجسمية والعقلية والتأثير السلبي على أداء الفرد بصفة عامة.

فحالات القلق مثلا كإحدى نتائج الضغط لها تأثير ضار على سعة الذاكرة، والانتفاع بها تحت تأثير الضغط يضعف الأداء الحسي الحركي كما تتأثر الجوانب المعرفية في الشخصية، القلق يؤدي إلى إضعاف إدراك الترابط بين الكلمات المترابطة، ونوضح في الشكل رقم 01 أن العلاقة بين الضغوط ونواتجها ديالتيكية فقد ظهرت استجابة القلق والصراع والإحباط للضغوط الخارجية الموجودة في البيئة التي يعيش فيها الفرد ونتجت عن هذه الاستجابة آثار غيرت في الاتزان العام الفيزيولوجي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد، ثم أن هذه الأخيرة أدت بدورها إلى تشويه إدراك الوقائع الموجودة في البيئة واعتبارها مهددة وضاغطة.




شكل رقم 01: يوضح العلاقة الديالتيكية (الدائرية) بين الضغوط ونواتجها.(***توفيق، 1999، صفحة 12***)

## 2-5- الضغوط ومؤشر ضروري للتكيف:

يعتبر الضغط حالة من حالات الفرد التي تشكل أساس التفاعلات التي يظهر فيها تكيف أو سوء تكيف فإذا تضمنت المواقف الضاغطة مطالب في حدود قدرة الفرد واستطاع تحقيقها يحدث التكيف والتوافق، وأما إذا تضمنت هذه الضغوط مطالب فوق الطاقة والاحتمال فإن ذلك يؤدي إلى سوء التكيف والاضطراب.

فكلما زادت قوة الضغط زاد احتمال خروج الفرد على اتجاه الاحتمال والتي تساعد قدرات الفرد وإمكانيته على التكيف معها.

وفي الأخير ما يمكن قوله هو أن التكيف ما هو إلا وسيلة للتخلص من الضغوط التي يقع تحت طائلتها الفرد.

## 2-6- الضغوط ذات طبيعة وظيفية:

تعتبر الضغوط من جانب وظيفي لما يكون عليه البناء الاجتماعي من تكامل أو تفكك فتحدث الضغوط بفشل هذا البناء الاجتماعي في القيام بوظائفه كما ينتج الإحساس بالضغوط كجانب وظيفي لعدم تكامل الشخصية واختلاف آليات الدفاع النفسية والفيزيولوجية لدى الفرد، وعدم كفاية وأهلية القدرات والاستعدادات لديه لتحمل الضغوط، أو لتعرضه لكثير من الضغوط في فترات زمنية متقاربة.

### 2-7- الضغوط ذات طبيعة ديناميكية:

من الصفات التي تتصف بها الضغوط أنها ليست استقرارية حيث أنها تتضمن مجموعة من التغيرات المترابطة فهي ظاهرة تتأثر بعوامل مثل: الجنس ودرجة الوعي الذاتي للأفراد، ومستواهم الاقتصادي والطبقة التي ينتمون إليها وتتأثر بالثقافة المنشئة له فقد ثبت أن الأسرة تمثل ضغطا بالنسبة للفرد المصري أكثر من الأمريكي كما تحقق أيضا أن هناك فروقا بين الجنسين عدا الأداء في مواقف الانفعال وأن الأفراد مرتفعي الوعي الذاتي يستطيعون التقليل من التأثيرات الضاغطة الناشئة عن ضغوط الحياة المختلفة(***(T.M), 1981, p. 41***)

## 2-8- الضغوط قوة دافعة:

تعتبر الضغوط عند حد معين قوة دافعة نحو غاية وهدف معين فهي منظومة مترابطة تساهم في تشكيل جوانب كثيرة في شخصية الفرد، وتشكل مهاراته وخبراته الاجتماعية وتصقل قدراته واستعداداته العقلية والمعرفية وتجعل منه كائنا اجتماعيا قادرا على التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي، وعند هذا الحد يكون لها غاية أما إذا تجاوزت ذلك فإنها تصبح خطرة ومهددة بالنسبة للفرد.

## 3- النظريات المفسرة للضغوط:

تنشأ تعدد النظريات العلمية في مجال دراسة وتفسير الظاهرة الإنسانية من تعقيدها وصعوبة تفسيرها وتعد الضغوط من الظواهر المعقدة التي حاول الكثير من النتائج التي ساعدت على فهم الضغوط، وسنقسم النظريات إلى قسمين، الأول يتناول الضغوط النفسية والثاني خاص بالضغط المهني.

### 3-1- النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

سوف نتناول فيها ثلاث وجهات نظر والتي تمثل ثلاث أنساق فكرية والتي بدورها اهتمت بتفسير الضغوط النفسية وهي النسق الأول فيزيولوجي عصبي لهانز سلبي، أما الثاني فهو نفسي قدمه سبيلبرحر، أما الثالث فهو نفسي اجتماعي وقدمه هنري موراي.

### 3-1-1- نظرية هانز سيلي (Hans Selye):

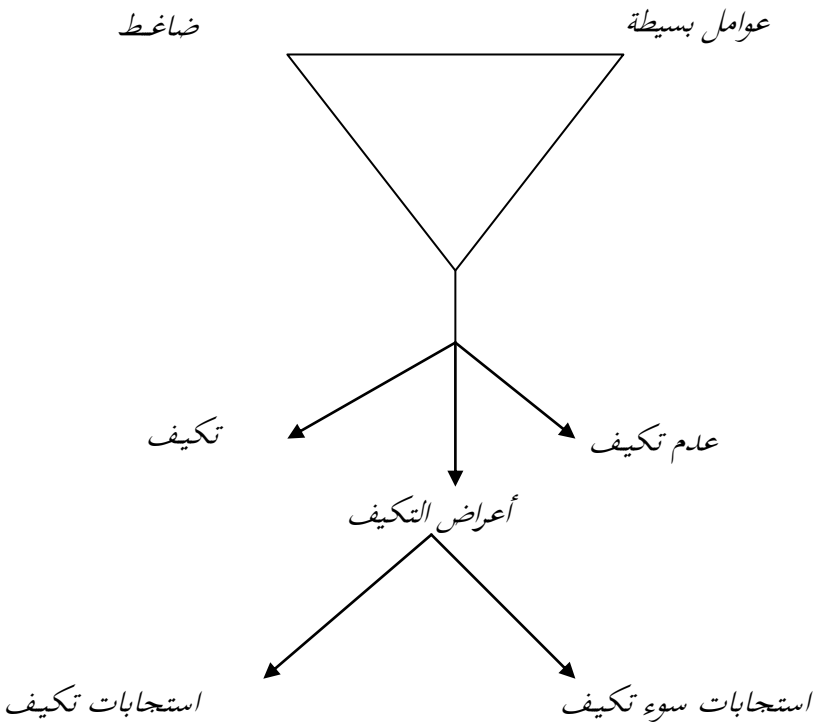
كان لطبيعة تخصصه الدراسي تأثير كبير في صياغة نظريته في الضغوط، حيث تخصص في دراسة الفيزيولوجيا والأعصاب وظهر هذا التأثير من خلال اهتمامه باستجابات الجسم الفيزيولوجية الناتجة عن الضاغط (Stress) كما أنه استخدم السم والصدمات الكهربائية على الحيوانات كضواغط.

ويرى هانز سيلي من خلال نظريته أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويصفه على أساس الاستجابة للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة، وأنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير موقف ضاغط، وتعتبر هذه الاستجابة دليلا على وجود ضغط، كما يعتبر حدوثها مصحوبا بأعراض تمثل بالفعل حدوث ضغط(***(T.M)، 1981، صفحة 42***)

ويعتبر سيلي أن أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضاغط عالمية وهدفها هو المحافظة على الكيان والحياة.

كما يربط بين تقدم الفعل أو الدفاع ضد الضغط وبين التعرض المستمر المتكرر الضاغط وفي هذا الصدد يحدد ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط وهذه المراحل نفسها تمثل أيضا مراحل التكيف العام، وهذه المراحل هي: الفزع، المقاومة، الإجهاد، ويختم سيلي نظريته بتعريف الضغط على أنه: "حالة من حالات الكائن الحي التي تشكل أساسا للتفاعلات التي يبدي فيها تكيفا أو التي يبدي فيها سوء تكيف".

**وقد أوضح هانز سيلي مفهومه برسم توضيحي كما هو مبين في الشكل رقم 02.**




*شكل رقم 02: يوضح حدوث الضغط طبقا لنظرية هانز سيلي(**توفيق، 1999، صفحة 52**)*

في إطار هذا الرسم التوضيحي نميز الضاغط وهو متغير مستقل ينتج منه ضغوط، العوامل الوسيطية وهي التي لها دور هام في زيادة أو تقليل تأثير الضاغط، مثل: المناخ، والطعام، وأعراض التكيف المتزامن التي تظهر في وقت واحد ويقصد بها الضغوط الطارئة التي تظهر في الكائن الحي مثل: التغيرات الكيميائية، وأخيرا استجابات التكيف أو سوء التكيف مثل: ضغط الدم أو أمراض القلب.

ويذكر سيلي أنه تتحدد شدة الاستجابة للضغط عن طريق العوامل الوسيطة كما تعتمد نوعية الاستجابة على نوع عملية التكيف.

### 3-1-2- نظرية سبيلبرجر (Spielberger):

يتخذ سبيلبرجر من القلق وحدته التعبيرية لتفسير الضغوط النفسية ولهذا فإن فهم نظريته في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط، فلقد أقام نظريته في القلق على أساس التميز بين نوعين

من القلق هما: قلق الحالة (Anxiety state) وقلق السمة (Anxiety trait).

وفي هذا الإطار يشير سبيلبرجر على أن القلق شقين يشملان قلق السمة أو القلق العصابي أو القلق المزمن، وكذلك قلق الحالة أو القلق الموضعي أو قلق الموقف.

وقلق السمة استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل الفرد قلقا، يعتمد بصورة أساسية على الخبرات الماضية، بينما قلق الحالة هو حالة موقفية تعتمد بصورة أساسية ومباشرة على الظروف الضاغطة.

سبيلبرجر في نظريته يربط بين قلق الحالة والضغط حيث يعتبر أن: الضغط الناتج عن ضاغط معين مسببا لحالة القلق، وما يثبته في علاقة قلق الحالة بالضبط يستعيده على قلق السمة أو القلق العصابي الناتج عن الخبرات السابقة بالضغط حيث أن الفرد يكون من سمات شخصيته القلق أصلا.

ويهتم في هذا الإطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العلاقة بينهما وبين ميكانزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه ثم تستخدم الميكانزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (كبت، إنكار، إسقاط ...) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهروب من الموقف الضاغط(***توفيق، 1999، صفحة 55***)

وقد اهتم سبيلبرجر بتحديد خصائص وطبيعة المواقف الضاغطة التي تؤدي إلى مستويات مختلفة لحالة القلق، إلا أنه لا يساوي بين مفهوم الضغط ومفهوم القلق وذلك لأن الضغط النفسي وقلق

الحالة يوضحان الفروق بين خصائص القلق كرد فعل انفعالي والمثيرات التي تستدعي هذه الضغوط.

فالقلق كما يرى سبيلبرجر هو عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغط، وتبدأ هذه العملية بواسطة مثير خارجي ضاغط.

ويمز أيضا بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد (Theat) فكلاهما مفهومين مختلفين فكلمة ضغط تشير على الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي (Objective danger) أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف أي بمعنى توقع الخطر أو إدراك ذاتي للخطر (Syubjectiveapprossal danger).

**3-1-3: نظرية هنري موراي (Henry Murray):**

ينفرد موراي بين منظري الشخصية بعمق الفهم للديناميت التي تحدث في داخل الكائن البشري من أجل انبثاق لحظة التكيف وإحداث التوازن النفسي، وسيتم منهجه بالديناميات النفسية.

وتوصل موراي إلى مستوى عال من الدينامية النفسية عندما يتعرض لمفهوم الحاجة (Neod) ومفهوم الضغط (Stress) ويعتبرها مفهومان مركزيان ومتكافئان في تفسير السلوك الإنساني، ويعد الفصل بينهما تحريفا خطيرا، كما يلتقي كل من الضغط والحاجة في حوار دينامي يظهر في مفهوم الثيما (Thema) والذي يعني به موراي "وحدة سلوكية كلية تفاعلية تتضمن الموقف الحافز (الضغط) والحاجة.

وهكذا فإنه طبقا لوجهة نظره فإنه يصعب دراسة الضغوط منفصلة عن الحاجات، حيث يعرف الضغط على أنه خاصية لموضوع بيئي أو شخصي تسير أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجته***(توفيق، 1999، صفحة 55 57 64 65)***

وهكذا طبقا لنظرية موراي تكون الحاجات النفسية قوى دافعية لكنها لا تعمل بمفردها وإنما تتظافر مع القوى البيئية في دينامية من أجل انبثاق السلوك الإنساني، وإذا كانت هذه القوى مسيرة وقادرة على الإشباع استعاد الإنسان توازنه وانتظامه.

أما في حالة أن تعوق إشباع الحاجات المثارة تكون الضغوط وهنا نكون إزاء حالتين من الضغوط:

أولا: حالة وجود ذاتي للأشخاص والقوى والنماذج، والأنماط والقوالب والوضعيات الاجتماعية في المحيط الفيزيقي الذي يعيش فيه الإنسان، وهذا الوجود مادي بصرف النظر عن دلالة هذه الأشياء، ويمكن أن نكشف عنه بالبحث الموضوعي، وهذه الحالة سماها موراي ضغط ألفا (ALPHA)

ثانيا: حالة دلالة الأشياء والموضوعات وتنشأ عندما يكون لدى الفرد حاجة مثارة وترتبط هذه الحالة من أجل الإشباع ببعض الأشخاص والوضعيات الاجتماعية، والقوى، وفسر الفرد هؤلاء الأشخاص والقوى أنها ضاغطة في اتجاه نحو الإشباع وإزالة التوتر، فإنه ينشأ ضغط بيتا (BETA) فالاعتبار هنا يكون للتفسير والتأويل الذي يلجأ إليه الفرد فليست الموضوعات والأشياء هي ضواغط في حد ذاتها وإنما تكون ضاغطة عندما يدركها ويفسرها الفرد على أنها كذلك.

ويوضح موراي أن سلوك الفرد يرتبط ارتباطا وثيقا بضغوط بيتا ولكن من المهم بالرغم من ذلك اكتشاف المواطن التي يستجيب لها الفرد وبين ضغوط ألفا الموجودة بالفعل.

ومما سبق نجد أن موراي ميز بين نمطين من الضغوط هما:

- ضغط بيتا: وهي دلالات الموضوعات البيئية كما يدركها الفرد.

- ضغط ألفا: وهي خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع أو كما يظهر البحث الموضوعي.

## 3-2- النظريات المفسرة للضغط المهني(*(T.M)، 1981، صفحة 45*)

ونتناول فيها نظريتين الأولى لماك لين والثانية لتوركوت على النحو التالي:

### 3-2-1- نظرية ماك لين (MC. LEAN):

ولقد قدم ماك في نظريته هذه سنة 1974 بتناول ثلاثي الأقسام يمثل المؤثرات، القابلية للانجراح والمحيط وبعد كل قسم من هذا التناول مبنيا على علاقة التفاعل والتداخل فيما بينها.

**أ- المحيط (Le Contexte):**

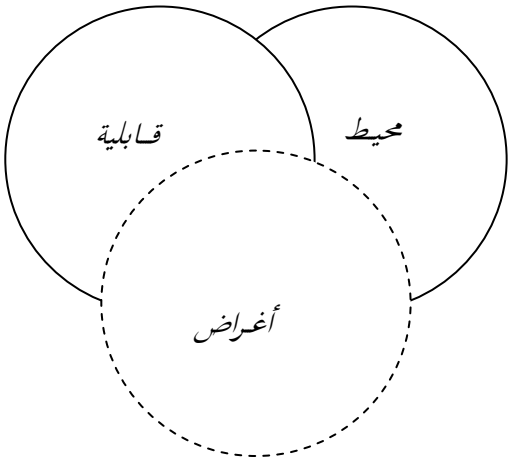
تشبع المحيط لكل الميادين، الاجتماعي، المادي، الاقتصادي، السياسي وتدخل مؤثرات هذا المحيط في مستويات مختلفة لحياة الفرد (مادية، مهنية، عملية) وتلزم بعض المحيطات المهنية قدرات كبيرة للتكيف معها وفقا لطبيعة العمل وخصائصه وتنشأ ظروف العمل غير الملائمة لقدرات وطاقات العمل ضغطا لدى أغلبيتهم.

**ب- قابلية الإنجراح (Vulnérabilité):**

تختلف القابلية من فرد لآخر، حيث يلاحظ في ظروف مشابهة ومؤثرات متماثلة تختلف طريقة وطبيعة الاستجابة للأفراد، ويتعلق هذا المجال بالقابلية الفردية للعمل، استعداد لمواجهة الصعوبات والمؤثرات الداخلية والخارجية.

**ج- المؤثرات (Agents du Stress):**

تكون العوامل الخاصة بغض النظر عن طبيعتها (علائقية، نفسية، محيطية، فيزيولوجية، مهنية) المحرك المؤثر في توجيه وتوليد سياق الضغط ويوضح النموذج المتمثل في الشكل رقم 03 العوامل سالفة الذكر:

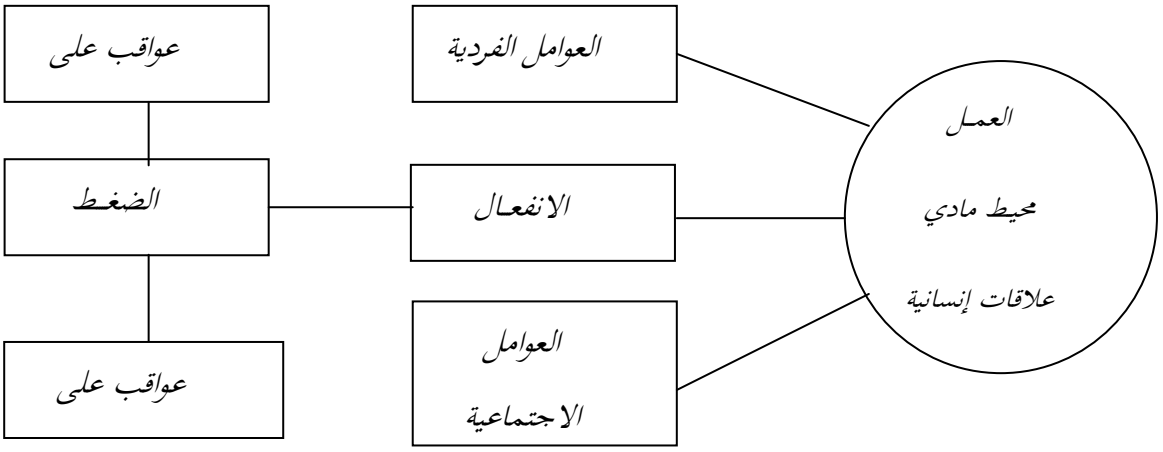



شكل رقم 03: نموذج ماك لين للضغط المهني "تفاعل العوامل"

يتضح من هذه النظرية حسب ماك لين أنه عندما تتقاطع مكومات الضغط المذكورة سالفا، والمتمثلة في المؤثرات أو عوامل الضغط القابلة للانجراح، المحيط، فإن ذلك يؤدي بالضرورة إلى ظهور أغراض الضغط.

**3-2-2- نظرية تور كوت (P.R. Turcotte.):**

يدرس توركوت في نظريته التفاعل الموجود بين مؤثرات الضغط والاستجابة، تأثير المتغيرات المعدلة عليها، حيث يحاول توضيح العلاقة الموجودة بين المؤثرات واستجابة الفرد من خلال نموذجه سنة 1982 العمل التنظيمي كما هو موضح في الشكل رقم 04.




شكل رقم 4: نموذج توركوت للعمل التنظيمي(***عيطور، 1997، صفحة 101***)

يذهب هذا النموذج إلى إبراز التفاعل الموجود بين عوامل الضغط والاستجابة لها، وتوضيح دور المتغيرات المعدلة للضغط، وعليه يركز الباحث على طبيعة العمل، إطاره الحقيقي، نوع العلاقات الإنسانية داخل المؤسسة، بالإضافة إلى التقدم التكنولوجي والتكنولوجيا المستخدمة والجو العام لمحيط العمل، وتعد كل هذه العوامل مصادر للضغط المهني ونخلص في الأخير أن ظاهرة الضغوط اهتمت بدراستها تخصصات متعددة باعتبارها ظاهرة إنسانية، بيولوجية، اجتماعية، مهنية، وقد انتهت كل دراسة إلى نتائج ساعدت في فهم هذه الظاهرة والكشف عن أبعادها.

## 4- كيفية حدوث الضغط:

إن محاولة تكيف الجسم مع الموقف الذي يوجد فيه تترجم عن طريق استجابات عصبية هرمونية، وحسب هانز سيلي يحدث الضغط بعد أن يمر الجسم بثلاث مراحل يوضحها الشكل رقم 05 هي:

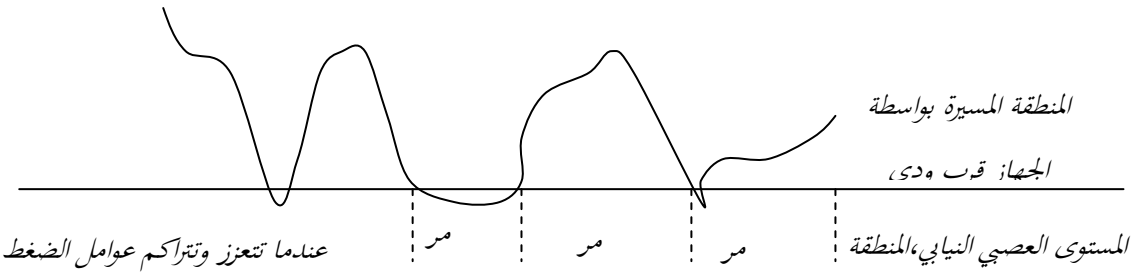
### 4-1- مرحلة الإنذار:

تكون هذه المرحلة تحت رقابة الجهاز الدوراني وتفاعلات الهدم والبناء في حالة يقظة، تتدخل أثناء هذه المرحلة الميكانزمات الدفاعية للفرد، فيعبئ الجسم الطاقة المحصل عليها من استجابة الإنذار حسب تغيرات قلبية عرقية نتيجة لتفريغ الأدرينالين الذي تفرزه الغدة الكظرية بصفة مفاجئة وعنيفة ويرتفع ضغط الدم ويزداد دوران الدم في العضلات والدماغ، وتزداد الإيقاعات القلبية والتنفسية مما يجعل استجابة الفرد السلوكية في هذه الحالة تتميز بالمواجهة أو الهروب، وإذا استمر تعرض الفرد للضغط فإنه يعيش المرحلة الثانية من الضغط.

## 4-2- مرحلة المقاومة:

ويطلق عليها أيضا مرحلة التكيف الكامل أو التوازن وتحدث هذه المرحلة عندما يكون التعرض للضغط متلازما مع التكيف وهنا تختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى، وتظهر تغيرات واستجابات أخرى تدل على التكيف، فهذه المرحلة أساسية لميكانيزم الضغط تسير بواسطة الجهاز الودي.

يزداد في هذه المرحلة النشاط الفيزيولوجي تزايدا سريعا يجعل الفرد يعيش ضغطا يوميا وتوترا داخليا إلا أن هذا الأخير يتلاءم مع المرحلة بعكس ما يحدث في مرحلة الإنذار التي تأتي فجأة وعلى شكل صدمة وزيادة عنيفة لما يجري داخل الفرد من أفكار وأحاسيس، بيد أنه إذا ما استمر عامل الضغط أو أن ميكانيزم الدفاع لم يقم بدوره فإنه يصل إلى مرحلة الإنهاك والإرهاق.



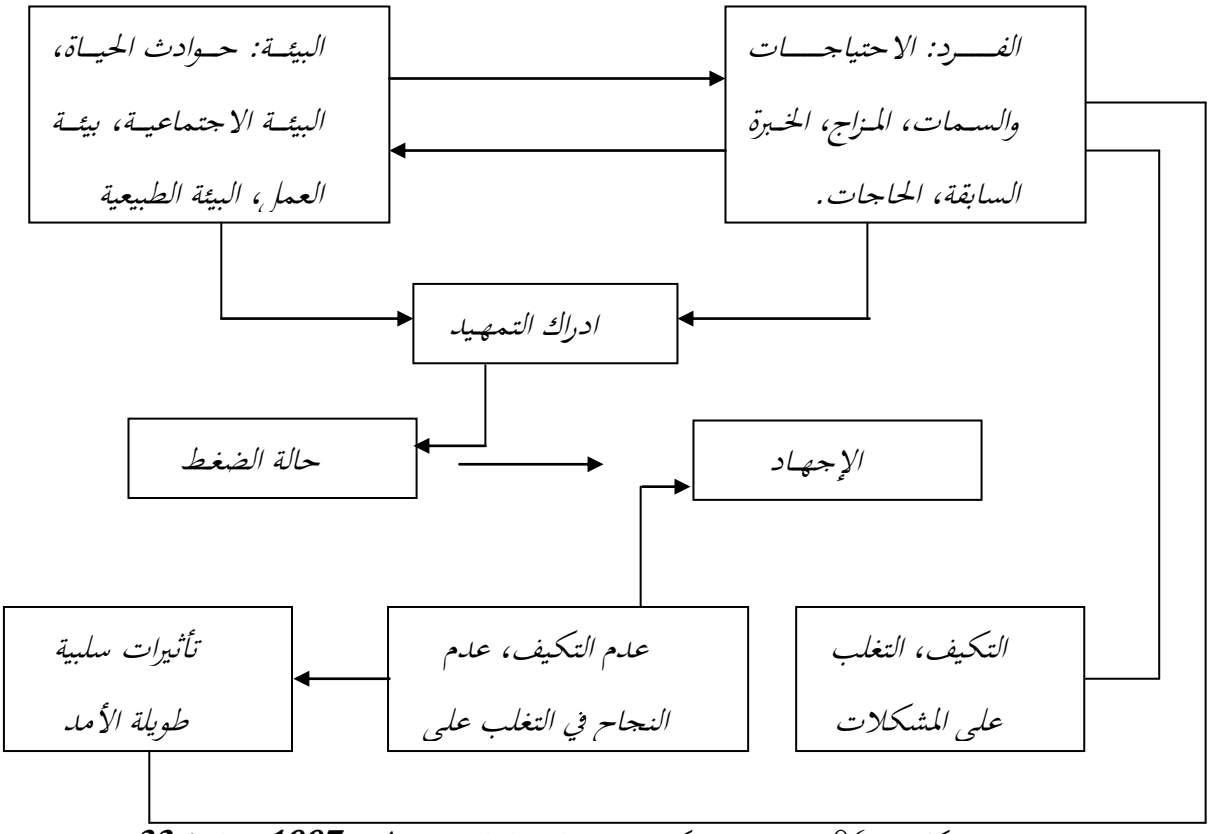

شكل رقم 05: يوضح أزمنة (مراحل) الثلاث للضغط

## 4-3- مرحلة الإرهاق:

وهي مرحلة تعقب المرحلة الثانية ويكون الجسم فيها قد تكيف، غير أن الطاقة الصاروخية تكون قد استمدت وأنه إذا كانت الاستجابة الدفاعية شديدة، ومستمرة لفترة طويلة فإنه قد ينتج عنها أمراض التكيف التي تحدث عندما يتعدى مصادر الجهاز الفيزيولوجي وبمعنى آخر فإن هذه المرحلة تأتي بعد تلاشي ميكانيزمات التكيف وتحت فعل الجهاز نظير ودي، وبحركات الذهاب والإياب تعود إلى مستواها شيئا فشيئا، إذ أن هذه المرحلة قابلة للانعكاس، فبعد فترة جيدة من الراحة يعود الجسم إلى حالته الطبيعية.

يبدو جليا مما سبق أن تقسيم آليات الضغط إلى ثلاث مراحل يحقق هدفا هاما يتمثل في تسيير طاقة الجسم بطريقة فعالة، وجعلها تحت التصرف عند الحاجة وتجديدها مباشرة بعد الاستعمال بهذا يعتبر الضغط مبدأ بيولوجي ضروري، إذ ينظم دفاع الجسم ضد كل الاعتداءات الخارجية سواء باتخاذ سلوك هروبي أو هجومي.

لقد رأينا في مراحل حدوث الضغط وذلك حسب تقسيم هانز سيلي، لكن هناك من أعطى رأيا آخر حول ديناميكية حدوث الضغط وهذا ما قام به العالم كوبر (Cooper) والذي يوضح لنا وجهة نظره من خلال نموذجه الذي يبين فيه ديناميكية حدوث الضغط النفسي، والذي نعبر عنه من خلال الشكل رقم06.




شكل رقم 06: يوضح ديناميكية حدوث الضغط النفسي***(عيطور، 1997، صفحة 22)***

تحدث حالة الضغط من خلال ديناميكية فيزيولوجية وسيكولوجية ناتجة عن إدراك حوادث خطيرة ومهددة ومعيقة لإشباع الحاجات، وتحقيق الأهداف ووجود أعباء ينئيها العمل، ومتطلبات تفوق قدرة الفرد ويبذل الجهاز الفيزيولوجي والجهاز التنفسي جهودا تكيفية لتفادي هذه الضغوط والتغلب عليها.

وبمعنى آخر يكون الفرد تحت ظروف المشقة والانضغاط مختلفا من الناحية الفيزيولوجية والنفسية عنه في حالة عادية فيشعر الفرد بحالة عامة من عدم الارتياح والعبء الذي يقع على كاهل ومضمون هذه الحالة والضغط النفسي فمن الناحية البدنية تحدث اختلالات في الاتزان العام للجسم، واضطراب في الجهاز الغدي ومن الناحية النفسية تظهر

اختلالات في دفاعات النفس وانهيارها وتشوهات في الإدراك وتغيرات في المزاج يعبر عن هذه الحالة في صفات تظهر على أنه واقع تحت تأثير الضغط.

## 5- ديناميكية الاستجابة للضغوط:

ينتج عن حدوث الضغط لدى الفرد حالة من عدم الاتزان الفيزيولوجية والنفسية والسلوكية، وهو ما يعبر عن وجود استجابة ما تتضمن أبعاد فيزيولوجية بدنية وأبعاد أخرى نفسية وسلوكية ومن هنا ميز الباحثون في هذا المجال بين عدة استجابات هي:

### 5-1- الاستجابة الفيزيولوجية:

تعتمد هذه الاستجابة على رد فعل الهجوم أو الهروب وتكون عصبية كيميائية حيث يستجيب الجسم للضغط بواسطة جهازين للدفاع هما الجهاز العصبي والجهاز الأصم (الغدي) اللذان يلعبان دورا هاما في التكيف الاعتداءات ومقاومتها ويساعدان في الحفاظ على استقرار الجسم، أي التوازن البيولوجي والاستقرار الفيزيولوجي، وبما أنه هناك علاقة مباشرة بين الجهاز العصبي والغدد الصماء فإن حدوث الضغط يؤدي إلى تنبيه الجهاز العصبي الذي يعمل على تحفيز الغدد لتفرز عدة هرمونات تؤثر مباشرة على حالة الجسم وإنما يمكن بقاء هذه الهرمونات الطبيعية بشكل مفرط نظرا لحالة الضغط التي يعاني منها الفرد، والتي تسبب في الإرهاق وظائف الأعضاء الفعالة في الجسم، ويمكن تمييز نوعين من الاستجابة على مستوى الجسم.

### 5-1-1- استجابة أدرينالية:

الناتجة عن زيادة إفراز هرمون الأدرينالين من الغدة الكظرية، وتفعيل الجهاز العصبي السمبتاوي الذي يؤدي إلى استجابة الجسم بزيادة سرعة ضربات القلب، ارتفاع ضغط الدم، زيادة جريان الدم بما يحمله من أكسجين وجلوكوز إلى العضلات والدماغ مما يساهم في تنبيهها(***رياحي، بدون تاريخ، صفحة 18***)

### 5-1-2- استجابة كورتيزولية:

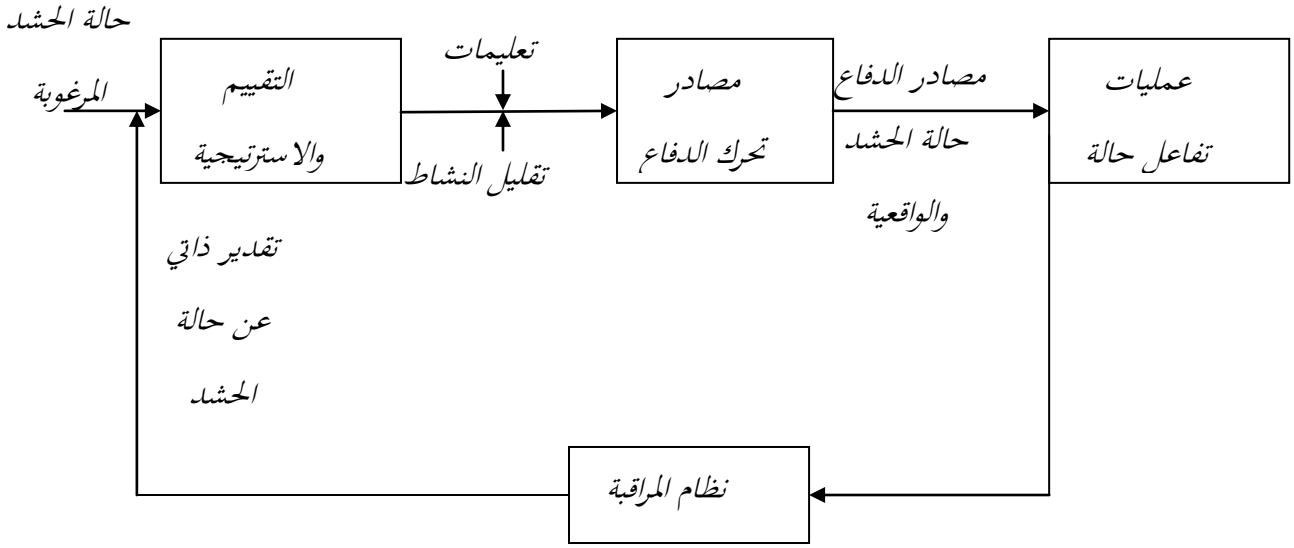
تأتي متأخرة وبطيئة يتم خلالها إفراز هرمون الكورتيزول من الغدة الكظرية الذي يساعد على تنظيم الوظائف الجسمية تحت الضغط ويهيأ الجسم لمرحلة الانفراج، إلا أن زيادة نسبته في الدم تسبب الضغط وتؤدي إلى إمساك الماء والملح في الجسم وارتفاع ضغط الدم، ولنقص كالسيوم العظام وإدرار البوتاسيوم في البول، وارتفاع الحموضة في المعدة مما يؤدي إلى ظهور قرحة المعدة والإثني عشر .(1)

### 5-2- الاستجابة النفسية السلوكية :

تتضمن استجابات سلوكية، انفعالية، اجتماعية، وهي تتجلى بوضوح في تصرفات الفرد الذي يعاني من الضغط، كردة فعل طبيعية عما يعانيه وتؤثر في حالته المزاجية والانفعالية ومن بينها .

- القلق، والعصبية، وسرعة الغضب .
- الحزن، البكاء، الإحساس بالعجز.
- سرعة تقلب المزاج.
- ضعف التركيز والانتباه.
- شرود الذهن باستمرار وكثرة التفكير .

أما الاستجابات الاجتماعيات فتكون إما بميل الفرد إلى الانعزال أو العصبية الزائدة بحيث يكون من السهل عليه الوقوع في المشاجرات مع الآخرين مما سبق يتضح لنا أن الاستجابة للضغوط سواء كانت فيزيولوجية أو نفسية أو سلوكية فإنها مترابطة ومتداخلة فيما بينها، بحيث نستطيع اعتبارها استجابة واحدة تتأتى من خلال بنية تفاعلية درين أمنية يوضحها الشكل رقم 07.




شكل رقم 07: يوضح بناء الاستجابة للضغوط النفسية(***توفيق، 1999، صفحة 39***)

كما هو موضح فإن الاستجابة للضغوط تبدو في ديناميكية تبدأ من مصادر الضغط التي قد تكون إما خارجية أو داخلية مع أن هذه المصادر ليست هي الضاغطة في حد ذاتها، وإنما تكون كذلك (أي ضاغطة) عندما يراها الإنسان كذلك، فتنشأ عمليات تفاعل حالة الضغط وهي عمليات جسمية، بدنية، فيزيولوجية وعمليات إدراكية عقلية معرفية، وأخرى مزاجية انفعالية مما يؤدي إلى حالة من حشد الطاقات والاستعداد والإمكانات، فينشأ نظام المراقبة لكي لا يقرر متى تحدث الدفاعات ويشعر الفرد بهذه الوثبات الدفاعية وتنشط مراحله، وحالة التهيؤ التي يكون عليها، حتى أنها تبدو في تقرير ذاتي وأثناء ذلك تهب حالة من التقييم لتحديد إستراتيجية القرار لإعطاء تعليمات لمصادر تحرك الدفاع لمواجهة أو مقاومة حالة الضغط.

## 6- النماذج المختلفة للضغط:

هناك ثلاث نماذج مختلفة للضغط هي:

### 6-1- النموذج الأول (A):

هو النموذج المنبسط بمعنى خاص الأشخاص الذين يظهرون استجابتهم بعنف فهم بمثابة براكين نشطة، بحيث كل نفخة انفعالية تثير انفجار.

### 6-2- النموذج الثاني (B):

هو النموذج النظري الخاص بالأشخاص الذين يكتمون ردود فعلهم للضغط فهم هادئين غير حقيقيين يتأملون في صمت.

### 6-3- النموذج الثالث (C):

هو النموذج الوسيط يقع بين النموذجين السابقين ويطابق النموذج المثالي للسلوكات فالأشخاص الذين ينتمون إلى النموذج الأول يستجيبون عن طريق ميكانيزمCatecholaminique بينما يستجيب الأشخاص في النموذج الثاني بميكانيزمCorlicosaurrenalien، فهؤلاء الأشخاص يميلون أكثر إلى ضعف الدفاعات المناعية وبمعنى آخر فإن الشخصية ذات النمط A لديها ميكانيزم الضغط الداخلي الذي يجعلها أكثر مقاومة للضغط من الشخصية ذات النمط B التي لديها ميكانيزم الضغط الخارجي.

فالشخصية ذات النمط الأول تعرب أسباب ما يحدث لها إلى أسباب داخلية بينما الشخصية من النمط الثاني فتعرب أسباب ما يحدث لها إلى أسباب خارجية مما يجعلها أكثر عرضة للضغط.

**خلاصة :**

من معالجتنا لماهية الضغوط في هذا الفصل نجد أنه قد تم دراستها والبحث فيها من جوانب وزوايا عديدة وفق طرق مختلفة ومناهج متباينة، حيث اهتمت بدراسة الضغوط تخصصات متعددة كعلم النفس وعلم الاجتماع وعلم الإدارة والطب باعتبارها ظاهرة إنسانية وبيولوجية واجتماعية ومهنية لتنتهي في الأخير رغم اختلافها إلى نتائج تتكامل فيما بينها لتزيل اللبس الذي أحاط بالظاهرة وتكشف عن أبعادها.

# الفصل الثاني

# 2 الدافعية

**تمهيد:**

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس نظرا لتواجده في قلب العديد من المشكلات الرياضية العامة و ذلك بسبب كل من حصيلة نمو البيئات الاجتماعية مثل :مهام الاستاذ , التنافس الرياضي ، و سلوكيات المدربين ، أيضا زيادة تأثيرها على متغيرات السلوك مثل :الإصرار ، التعلم و الأداء .

وفي ضوء أهمية هذه النتائج للرياضيين , يمكن للفرد أن يفهم بسهولة لماذا يهتم الباحثين بالدافعية؟ .

و الإجابة هي ملائمتها للمجال الرياضي , و لأنه وراء كل سلوك دافع ,أي قوة دافعة .

إن القول المأثور ' انك تستطيع إن تقود الحصان إلى النهر و لكنك لا تستطيع ان تجبره أن يشرب الماء ' لأنه يشرب من تلقاء نفسه عندما يكون لديه الدافعية للشرب و هذا يعبر بوضوح عن دور الدافعية في ميدان التعلم و التدريب الرياضي و هذا ما سنتناوله بالتدقيق في هذا الفصل .

## 1- مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد كبير من علماء النفس , و بالتالي تعددت محاولات تعريفها و من هذه التعاريف نذكر:

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي : المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد و الحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك , و هذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، و بمثيرات البيئة الخارجية من جهة

و نجد الدافع عند **مصطفى عشوي** انه : حالة من التوتر النفسي و الفزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال و نشاطات و سلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر و إعادة التوازن للسلوك و النفس عامة (عشوي، 2004 ص 127 )

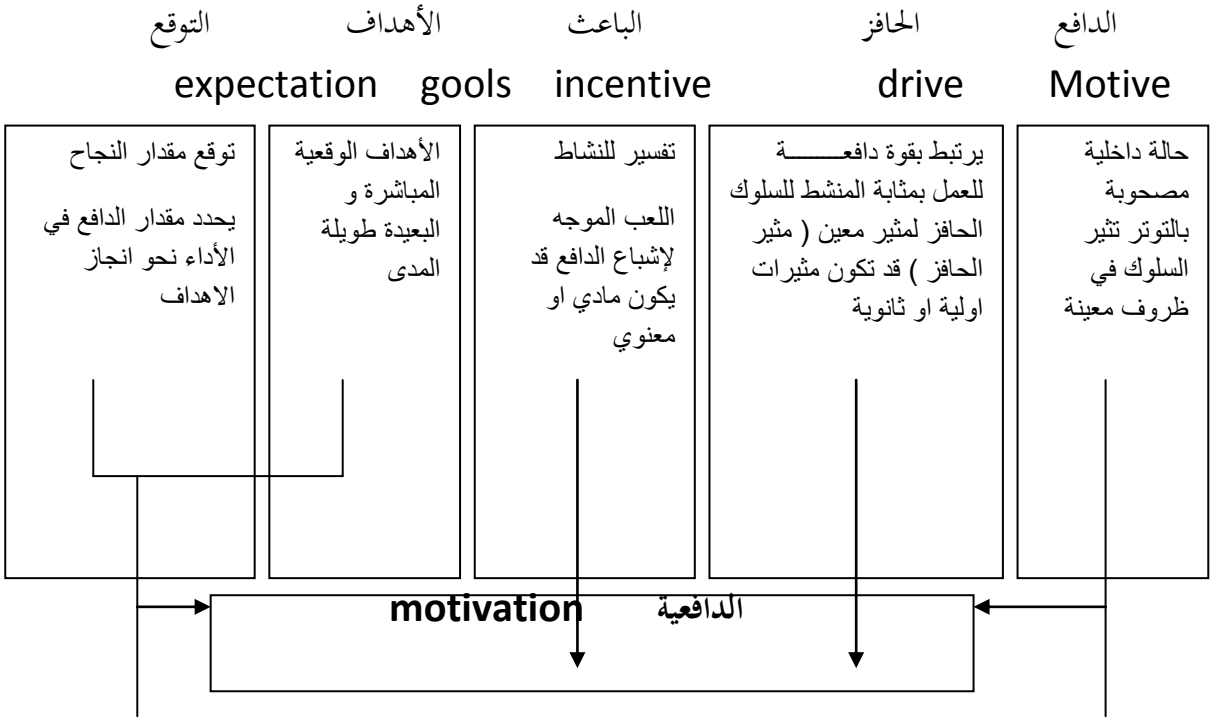
و يرى **صدقي نور الدين محمد**: استعداد الفرد لبذل جهد من اجل تحقيق هدف معين (الدين، 2004 ص 127).

و يعرفها **THOMAS.R** انها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لاشباع الحاجات و البحث عن لأهداف (R p32، 1991)

تعريف **محمد حسن علاوي** : انها مصطلح عام يشير الى العلاقة الدينامية بين الفرد و بيئته و تشمل العوامل و الحالات المختلفة ( الفطرية , المكتسبة ' الداخلية و الخارجية , المتعلمة و الغير متعلمة ,الشعورية و اللاشعورية و غيرها). و التي تعمل على بدء و توجيه و استمرار السلوك و بصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما (علاوي، 2004 ص 212 )

**تعريف سيد خير الله** : هي طاقة كامنة في الكائن الحي تعمل على استشارتهليسلك سلوكا معينا في العالم الخارجي، و يتم عن طريق اختيار الاستجابة المفيدة وظيفيا له في عملية تكييفية مع بيئته الخارجية ، ووضع هذه الاستجابة في مكان الاسبقية على غيرها من الاستجابات المحتملة،لما ينتج إشباع حاجة معينة،أو الحصول على هدف معين

وحتى يتسنى لنا فهم هذه التعاريف تجدر بنا الاشارة الى العناصر المتمثلة في الشكل (1) :




عناصر تشكل الدافعية الرياضية عن محمود عنان 1994 (سيكولوجية المنافسات الرياضية ) للمجلس الاعلى للشباب و الرياضة قطاع اعداد القادة .

## 2.خصائص الدافعية : من خصائص الدافعية ما يلي :

### 1.2.الغرضية :(Purpocive) :

إن الدافع في أساسه يوجه السلوك نحو غرض معين , ينهي حالة التوتر الناشئة من عدم اشباعه .

### 2.2.النشاط : (action) :

اذ يبذل الانسان نشاطا ذاتيا تلقائيا لاشباع الدافع و يزداد هذا النشاط كلما زادت قوة الدافع .

### 3.2. الاستمرار: (Continaity):

يستمر نشاط الإنسان بوجه عام ,حتى ينهي حالة التوتر التي اوجدها الدافع ,ويعود الى حالة الاتزان .

### 4.2. التنوع :(variation ) :

ياخذ الانسان فيتنويع سلوكه و تغيير اساليب نشاطه عندما لا يستطيع اشباع الدافع بطريق مباشر .

### 5.2.التحسن :(improvement) :

يتحسن سلوك الانسان اثناءالمحاولات لاشباع الدافع مما ينتج عنه سهولة في تحقيق اغراضه عند تكرار المحاولات التالية .

### 6.2.التكيف الكلي: (whole adgustment):

يتطلب إشباع الدافع من الانسان تكيفا كليا عاما ,و ليس في صورة تحريك جزء صغير من جسم , و يختلف مقدار التكيف الكلي باختلاف اهمية الدافع و حيويته فكلما زادت قوة الدافع ,كلما زادت الحاجة للتكيف الكلي .

### 7.2.تحقيق الغرض: (purpo verfication):

و يتم ذلك عندما يتوقف السلوك و عندما يتم تقيق الغرض اي الهدف الذي كان الانسان يرمي الى تحقيقه , و حيث يتم اشباع الدافع و عندئذ يتوقف السلوك (آخرون 2001 ص127).

من خلال هذه الخصائص يفهم بان الانسان يزداد نشاطه كلما كانت قوة الدافع لديه كبيرة ، و اذا واجه صعوبات في اشباع الدافع لديه ,فانه يكيف نفسه وفقا لتلك المعوقات التي تحل دون اشباع دوافعه كما اوضح ماسلو ان الانسان يولد بخمسة انظمة مرتبة بشكل هرمي كالتالي :

| |
|---|
| حاجات تحقيق الذات . انجازات تحقيق الذات و تحقيق الفرد لإمكاناته |
| حاجات الاحترام . الانجاز ،الكفاءة ،الاستحسان ، التقدير |
| حاجات الحب . الانتساب، التقبل، الانتماء |
| حاجات الأمن . الطمأنينة و الأمان . غياب الأخطار |
| حاجات فسيولوجية . الجوع و العطش ،الهواء .....الخ |

**شكل (2)**: يوضح التنظيم الهرمي للحاجات التي وضعها ماسلو (ليندادا فيدوف ،2000 ص10 )

## 3.وظائف الدوافع :

ان اي رد فعل عن اي سلوك لا يمكن ان يحدث تلقائيا و انما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد و منه فالسلوك له اغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة يلبي بها الفرد حاجياته وم غرائزه، و منه نستخلص ان للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك و هي ثلاثة :

### 1.3.السلوك بالطاقة :

و معنى ذلك ان الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد و يؤدي التوتر الذي يصحب احباط الدافع لدى الكائن الحي الى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه و اعادة توازنه و تدل الملاحظة على ان الانسان و الحيوان من خلال تجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة اما اذا تعرض للحرمان فانه ينشط من اجل اشباع هذه الحاجات و الرغبات و الدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافاة له على تحسين قدراته و تكليلها بالنجاح،لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافاة جاذبيتها اذا ادرك المراهق ان الرياضة اخلاق قبل ان تكون من اجل المكافاة ففي هذه النقطة تصبح المكافاة غير ضرورية .

### 2.3.أداء وظيفة الاختيار :

و يتجلى ذلك في ان الدوافع تختار نوع النشاط او الرياضة التي يستجيب و يتفاعل معها المراهق و يهمل الانشطة الاخرى كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا ، كما أنها تحدد الحد الكبير للطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد اقرً **جوردن البورتً** انه عندما تكون اتجاه عام للمواقف و الميول فانه لا يخلق فقط حالة التوتر التي يسهل استثارتها و تؤدي الى نشاط ظاهر يشبع الموقف او الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار و اختيار كل سلوك متصل به و توجيهه .

### 3.3.توجيه السلوك نحو الهدف :

إن مجرد عدم الرضا في حالة المراهق لا يؤدي و لا يكفي لاحداث و نمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو اهداف معينة يمكن الوصول إليها و تحقيقها (المليجي، 1984 ص 94 95 )

## 4. تصنيف الدوافع:

يصب اقامة تصنيف واحد للدوافع و ذلك لتعقيدها و تعيقد صلتها بالسلوك الواحد و يمكن ارجاع ذلك الى انها تختلف باختلافات الاشخاص كما ان الدافع الواحد يمكن ان يؤدي الى الوان مختلفة من السلوك بالاضافة الى اننا قد نجد ان للسلوك الواحد مجموعة من الدوافع المختلفة و فيما يلي سوف نقدم التصنيف التالي :

. تصنيف على أساس شعوري ،لاشعوري .

. تصنيف على أساس فطري و مكتسب.

. تصنيف على أساس داخلي و خارجي.

## 1-4 – تصنيف على أساس شعوري لاشعوري :

### ـ الدوافع الشعورية:

وهي تلك الدوافع المرتبطة بالادراك و الفطنة اذ ان الانسان يستطيع تحديدها و يتفطن لوجودها فهي كل الاعمال التي نقوم بها عمدا و بمحظ ارادتنا كالذهاب الى الملعب للتدريب أو المشاهدة (منصور بدون سنة ص 103).

كما ان الفرد يشعر بها و يكرن على وعي بها ، و هي ناتج نشاط عقلي لان الفرد يقوم باختيار الدافع الذي يسعى لتحقيقه و المعروف ان الدوافع الاولية هي التي تشبع أولا (TOURNIER, GET , PONCHON p25 ،، 1995)

### ـ الدوافع اللاشعورية :

الدوافع اللاشعورية لا يشعر بها الفرد اثناء قيامه بالسلوك ايا كان السبب و قسم مدرسة التحليل النفسي هذه الدوافع الى مؤقتة يمكن ان يدركها الفرد لتمحيص او مراقبة سلوكه و اخرى دائمة يصعب على الفرد معرفتها الا بطرق علاجية خاصة نادت بها نظريات علم النفس خاصة مدرسة التحليل النفسي (توفيق، 1986 ص108 )

كما ان الدوافع اللاشعورية لا يستطيع الانسان ادراك حدودها و طبيعتها ووجودها ، و للدوافع اللاشعورية تأثير في السلوك ، فنجد أن بعض الأمراض قد تنشا عن ذكريات مكبوتة في اللاشعور من خبرات قديمة حدثت في مرحلة الطفولة .

ان الدوافع اللاشعورية يبدا تكونها لدى الانسان من الطفولة الى غاية الرشد و هذا يعني انه عند حدوث ضغط على الفرد سواء كان من طرف والديه و هو صغير او المجتمع و هو كبير و حال ذلك دون تلبية حاجات هذا الفرد ، وكلما حدث ذلك الصراع يؤدي الى الكبت اي ان الرغبات التي لا تحقق لسبب او لاخر قد تتعرض للكبت و هو ما يجعلها ترتسم في اللاشعور محاولة في كل حين البروز في اللاشعور ) منصور ص 104 (.

### ـ الدوافع الفطرية :

يطلق عليها اسم الدوافع العضوية او الفسيولوجية او الاولية و يقصد بها ما يولد الانسان مزودا به ولا يحتاج الى تعلمه لانه ينتقل عن طريق الوراثة ، كما يعرف عند العلماءانه كل دافع يدفع الفرد الى التماس اهداف طبيعية موروثة بالرغم من تغيير السلوك ومن علامات الدافع الفطري ما يلي :

. اشتراك النوع كله مهما اختلفت الظروف و المواقف و المحيط الاجتماعي

. اشتراك الانسان مع الحيوان في بعض الدوافع كثيرما يتخذ دليل على فطريته .
. ظهور الدوافع عند الميلاد و في سن مبكرة اي قبل ان يستفيد الكائن من الخبرة و التعلم.

(منصور)**- الدوافع المكتسبة :**

هي دوافع ثانوية يكتسبها الفرد خلال عملية التطبع الاجتماعي و تساعده على استمرار العلاقات الانسانية و الاجتماعية و تنظم سلوكه و علاقاته و عدم اشباعها يؤدي الى الشعور بالقلق و الاغتراب و التعاسة ، و تكار الذات ، ولا تنشا الدوافع المكتسبة بل يستند اساسها على الاستعدادات الفطرية و تتثبت في ثناياها تحت تأثير العوامل البيئية و الاجتماعية(andretthil)

## 4-2- تصنيف على أساس دوافع داخلية وخارجية:

### - الدوافع الداخلية:

تشير الدافعية الداخلية الى الاندماج في النشاط الرياضي لذاته من اجل الستمتاع و الرصا المشتقان من اداء النشاط ذاته .فعندما يكون الفرد مدفوعا داخليا سيؤدي سلوكه على النحو الارادي بالرغم من عدم وجود حوافز خارجية ، أو إجبار خارجي على الممارسة الرياضية ،فالرياضي الذي يذهب للتدريب لانه يجده ممتعا و مرضيا لتعلم المزيد من المهارات او الخطط أو المعارف الخاصة برياضته،و أيضا الرياضي الذي يتدرب بصورة منتظمه في رياضته للاستمتاع بالمحاولة الجادة لتحقيق التفوق على نفسه ، و إتقان المهارات المختلفة سوف يكون مدركا لدوافعه الداخلية نحو رياضته الخاصة ، و هكذا فالأنشطة التي تسمح للفرد بخبرة مشاعر الكفاية، و تقريره لسلوكه سوف تسمح له بفرصة الاشتراك فيها بسبب الدافعية الداخلية .

### - الدوافع الخارجية :

الدافعية الخارجية هي عكس الداخلية حيث تشير إلى سلوك عدم تقرير الفرد لمصيره ، و ذلك السلوك يستثار فقط عن طريق مثيرات خارجية مثل( المكافآت)اي انه سلوكلا ياتي من داخل الفرد ، و لكنه يأتي عن طريق افراد

آخرين و يتم ذلك عن طريق التدعيم سواء الايجابي او السلبي . و قد يكون ماديا مثل المكافآت المادية و الجوائز العينية ، و قد يكون معنويا مثل التشجيع و المرح (محمد ص108- 109 )

## 3-4 . تصنيف على أساس دوافع مباشرة و غير مباشرة:

**ـ الدوافع المباشرة**:

ومن اهمها :

. الاحساس بالرضا و الاشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .

. المتعة الجمالية بسبب رشاقة ة جمال و مهارة الحركات الذاتية للفرد، و نذكر على سبيل المثال الجمباز ،التزحلق على الثلج، و غيرها من الرياضات التي تتميز برشاقة الاداء و الحركات .

. الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها الو التي تتطلب المزيد من الشجاعة و الجراة و قوة الادارة .

. الاشتراك في المنافسات ( المباريات) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من اركان النشاط الرياضي و ما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة .

**ـ الدوافع الغير مباشرة :** ومن أهمها :

. محاولة اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فاذا سالت الفرد عن اسباب ممارسة النشاط الرياضي فانه قد يجيب امارس الرياضة لانها تكيبني الصحة و تجعلني قويا .

. ممارسة النشاط البدني الرياضي لاسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل و الانتاج فقد يمارس الفرد النتشاط الرياضي لانه يساهم في زيادة قدرته على اداء عمله و رفع مستوى انتاجه في العمل . .
الاحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه (آخرون، 1987 ص208).

## 5- الأسس التي تقوم عليها الدوافع:

### 5-1 مبدأ الطاقة والنشاط:

تؤدي الدافعية إلى القيام بحركات جسمانية وحركات مهارية و ذلك بتمديد عضلات الجسم بالطاقة و تفريغ شحنة هذا النشاط بالاستثارة الجسمانية من البيئة الخارجية أو من داخل الكائن الحي.

### 5-2 مبدأ الغرضية:

تؤدي الدوافع إلى توجيه السلوك نحو أغراض وأهداف معينة فالكائن الحي يسعى دائما للحصول على الطعام الماء و الشريك الجنسي و المال و المركز و البيت.

### 5-3 مبدأ التوازن:

ويقصد به أن الكائن الحي لديه الاستعداد أن يحتفظ بحالة عضوية ثابتة متوازنة فإذا تغير هذا الاتزان حاول الجسم استعادته،فحرارة الجسم السليم 37° مئوية يحتفظ بها الجسم مهما تغيرت حرارة أو برودة الجو و عملية حفظ التوازن الفزيولوجي هذه تتم آليا وينظمها جسم الإنسان.

### 5-4 مبدأ الحتمية الديناميكية:

معنى هذا أن كل السلوك له أسباب و هذه الأسباب توجد في الدوافع و من هذه الدوافع ما هو فزيولوجي و منها ما هو مكتسب متعلم ، والدوافع المكتسبة و إن كانت أصلا تقوم على دوافع فزيولوجية إلا أنها مستقلة عنها ولها قوتها الدافعة الخاصة بها (جلال، 1963 ص227-234)

## 6- نظريات الدوافـــع :

هناك عدة نظريات تطرقت في تحليلاتها و تفسيراتها إلى المفاهيم النفسية و الاجتماعية للدوافع حيث حاولت في مجملها إعطاء صورة كاملة عن مفهوم الدافع محاولة منها في مساعدتنا على فهم أعمق لهذا السلوك الإنساني و تكوين تصور واضح عنه و من أهم النظريات نجد

## 6-1 نظرية التحليل النفسي:

تنسب هذه النظرية إلى العالم الشهير (سيغموند فرويد) حيث ترى هذه النظرية أن أي نشاط للإنسان يكون مدفوعا بدافعين هما الجنس و العدوان ، كما تفسر مفهوم الدافعية بأنه يعود أساسا للاشعور فيما يقوم به الفرد من أفعال و سلوكات كما أن للكبت دور في قدرتنا على تحديد أو معرفة الدوافع الكامنة وراء أي سلوك سواء كان ذلك الفعل و السلوك سوي أو غير سوي. (عثمان، 1986ص30 )

## 6-2 نظرية مفاهيم الحاجة:

ترجع أصولها إلى العالم" **موراي سنة1938**" و حسب هذه النظرية فإن القوة الدافعة للفرد تنطلق أصلا مما لديه من حاجات،والحاجة هي التي تجعل الفرد ينتقل من المواقف المشبعة إلى مواقف تحقق له إشباع هذه الحاجات. (DOUGALL, 1923 P16)

كما يعرف(**زكي صالح 1972**) الحاجة بأنها تنشأ عن الشروط البيولوجية الحيوية المثلى اللازمة لحفظ أو بقاء الإنسان.

## 6-3 النظرية الفيزيائية:

تعود أصول هذه النظرية إلى العالم"**لورتز1950**"،وفيها يبرز أهمية الجانب الحركي على الجانب الوجداني.

حيث يبررها بالقوة الدافعة الذاتية إضافة إلى القوة الدافعة الخارجية، إذ أن هناك قوى خارجية تمثل المثير البيئي حيث إذا ازدادت هذه القوة الدافعة الذاتية أصدر الفرد أفعالا ما ، و أصبح دور القوى الخارجية ثانوي (الملا، بدون سنة)

## 6- 4النظرية المعرفية:

يرجع أصل هذه النظرية إلى العالم"**أتكينسون ATKINSON سنة 1958**" و تفسر هذه النظرية الدافع على أن الإنسان ليس مجبرا على تصرفاته بل مخير.

فالنشاط الفرد الفعلي يزوده بدافعية ذاتية متأصلة فيه مؤدية بذلك إلى النشاط الذي هو غاية و ليس وسيلة للنجاح ، و يكون نتاج ذلك مجموعة من العمليات معالجة للمعلومات و المدركات الحسية المتوفرة لدى الفرد في الوضع المثير الموجود فيه و بذلك يتمتع بدرجة عالية من الضبط الذاتي. (DOUGALL P16 ، 1923)

## 5-6 نظرية التعلم الاجتماعي:

يشير"**فيدي 1989**"إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصادر الدافعية فالنجاح أو الإخفاق لاستجابة معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية ، و من ثمة الرغبة في تكرار السلوك الناجح كما أن أصحاب هذه النظرية يرجعون أصول الدافعية إلى العمليات الاجتماعية وحدها .

وتركز النظريات التي تقول بالمنشأ الاجتماعي للدافعية المحددات الثقافية الحضارية لتشكيل السلوك الدافعي للإنسان (محمد، 2004- 2005 ص101 )

وانطلاقا من أن الحاجة هي مفهوم افتراضي يختلف من فرد لآخر و لا يمكن قياسه ، فقد حدد "موراي "خمسة معايير يمكن على أساسها تقييم فعالية هذه الحاجات وسلوك الفرد هي:

- تراجع السلوك و نتيجته.
- نمط السلوك المتبع للوصل إلى تلك النتيجة.
- الإدراك الانتقالي لمجموعة من الموضوعات و الاستجابة لمؤثرات محددة.
- التعبير بصراحة عن الانفعالات و المشاعر التي تتصل بتلك الحاجة.
- إبداء الرضا عن تحقيق الحاجة و عدم الرضا عند الإخفاق في الوصول إلى النتائج المرجوة .

## 6-6 النظرية الوظيفية:

تنسب هذه النظرية إلى العالم"**ألبورت ALLPORT 1940**" و يقوم أساسها على أن لدوافع الإنسان وظيفة استقلالية مرحلية تتغير وتنمو مع الفرد حيث يتم عن طريق التعديل في الميول الفردية و قيمها و اتجاهاتها و أنماط تفاعل الفرد في مختلف عناصر البيئة المادية و المعنوية ،و لهذه النظرية مجموعة من المبادئ أهمها:

- المرحلة الوظيفية :حسب هذه النظرية تعني طاقة الدافع عند الفرد و هي مشتقة من طاقة اللاشعور خاصة أن عملية التعلم عند الفرد تتجدد دوما.
- مادام الدافع مرتبط بمرحلة نمو الفرد و تطوره حسب هذه النظرية نعني رفض المثير الشرطي أو الإلزامي.
- التكامل و النمو و التدريب و النضج عوامل ضرورية لتكوين الدافعية لدى الفرد .
- النظرية الوظيفية من خلالها يمكن تفسير الأحداث المفاجئة لحياة الفرد كالصدمات العصبية الناتجة من التخيلات و الأوهام و المخاوف المرضية ( علم النفس في حياتنا ص19 ).

**خلاصة :**

من خلال ما قد منا هـ نستطيع القول أن الدافعية موضوع عميق وواسع ولا نستطيع حصره في عرض بسيط لكننا حاولنا عرض ما أمكن عرضه لنحاول أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع والدافعية حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة في فهم أعمق وأدق لموضوع دراستنا و بحثنا هذا.

# الباب الثاني

# الجانب التطبيقي

**تمهيد:**

بعد تغطية الجوانب النظرية للبحث سنحاول في هدا الفصل أن نحيط بالموضوع

بدراسة ميدانية ,عن طريق توزيع الإستبيان على الأساتذة في التعليم الثانوي, و الذي تمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها, تم تقديم مناقشة و تحليل النتائج للأسئلة التي طرحنها في الإستبيان حيث نقوم بوضع جداول لهده الأسئلة التي طرحنها في الإستبيان بحيث نقوم بوضع جداول لهده الأسئلة تتضمن عدد الإجابات و النسبة المئوية الموافقة لها,و في الأخير نقوم بعرض الإستنتاج لتوضيح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.

## 1- منهج البحث :

نضرا لطبيعة البحث أو الموضوع فإننا اعتمدنا على المنهج الوصفي لإجراء بحثنا الميداني .

و الذي في مجال التربية البدنية و الرياضية بأنه كل" إقصاء ينصب عن ظاهره من الظواهر التعلمية أو النفسية كما هي القائمة في الحاضر بقصد تشخيصها و كشف جوانبها, و تحديد العلاقات بين عناصرها , أو بينهما و بين ظواهر تعليمية أو نسبة أو إجتماعية أخرى" (عمار بوحوش و محمد محمود النبيان ، 2001، صفحة 139).

ما يرى الأخارون يعد طريقة لوصف الظاهرة المد روسة و تحويرها كميا عن طريق جمع المعلومات المقننة عن المشكلة و تصنيفيها و إخضاعها للدراسة العلمية.

و يعد المنهج الوصفي من أحسن طرق البحث العلمي التي تتسم بالموضوعية ,و دالك أن المستجوبين يجدون كامل الحرية في التطرق لأرائهم و زيادته إلى هدا طبيعة بحثنا تتطلب هدا المنهج ,الأمر الذي دعنا إلى إختياره ,فعملية الوصف هي الخطوات الأولى إلى طرق العلم .

**2- أدوات جمع البيانات :**

2-1- الإ سستبيان: هو وسيلة جمع البيانات يستعمل كثيرا في البحوث العلمية و من خلاله يتم طرح مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى جمع المعلومات و تحليلها التي ترتبط بالهدف ,و قد قمنا بإختيار الإستبيان كونه يسمح بجمع المعلومات و تحليلها بسهولة .

و تحتوي الإستمارة البحث على "17"سؤال موجه لأساتدة التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي في بعض ولايات غليزان حيت قمنا بتقسيم الأسئلة إلى ثلاثة محاور ,كما أن المحور متعلق بفرضية كما هو موضح على الشكل التالي:

- **المحور الأول:** يتعلق بالفرضية الولى و التي على النحو التالي**"تلعب الدافعية الشخصية دور هام في إختيار الأستاد لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة "**

و الأسئلة الخاصة بهدا المحور هي كالتالي:" 15,14,10,07,03,02,01".

-**المحور الثاني:** يتعلق بالفرضية الثانية "**إن للإنجاز و الدوافع الإجتماعية أثر إيجابي لإختيار الأستاد تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

و الأسئلة الخاصة بهدا المحور هي :"13,11,06,05,04".

**-المحور الثالث:**يتعلق بالفرضية الثالثة " **إن للضغوط و الدوافع المهنية أثر إيجابي على الأستاد في إختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

و الأسئلة الخاصة بهدا المحور هي :"17,16,12,09,08".

**3-الطريقة الإحصائية:**

من أجل تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها بعد الإجابة على الأسئلة من طرف أفراد العينة و فرزها إعتمدنا على ما يلي:

3-1-النسبة المئوية:والتي يتم حسابها بالطريقة التالية:

عدد العينة ⟵ 100%

عدد التكرارات ⟶ س%

عدد التكرار ×100

بحيث:س= ——————————

عدد العينة

**3-2-إختيار كاف تربيع (كا)$^2$**: و الذي يعتبر من أهم المقاييس الإحصائية و الذي يسمح لنا بمعرفة مدى وجود الفروق المعنوية في إجابات الأساتذة على الأسئلة بحيث يتم حسابه بالطريقة التالية:

$$كا^2 = \frac{(ت\ م - ث\ ن)^2}{ت\ ن}$$

بحيث:

مج:هو المجموع.

ت م : هو التكرارات المشاهدة.

ت ن : هو التكرارات النظرية.

**4-مجتمع البحث:**

يمكن مجتمع بحثنا في مجموع من الأساتذة التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي بثانويات ولاية غليزان دائرة زمورة حيث يعتبر البحث إطارا مرجعيا للباحث في إختيار عينة البحث,وقد يكون هذا الإطار مجتمعا كبيرا أو صغيرا و قد يكون إطار الأفراد أو مدارس أو جامعات أو أندية رياضية.

**5-عينة البحث:**

هي عينة أو العينة هي جزء من مجتمع البحث التي تسمح بإنجاز بحث لصعوبة إستجواب كل أفراد العينة و حرصا منا للوصول إلى نتائج أكثر دقة و موضوعية و مطابقة للواقع,قمنا بإختيار عينة بطريقة عشوائية من عدة ثانويات و لم تخص العينة بأي خصائص أو مميزات كالسن أو الجنس أو الشهادة المتحصل عليها أو السن الخبرة ,و تحتوي هذه العينة على أربعين أستاذا (40) موزعين على 14 ثانوية

**الجدول رقم** 02

| **الثانويات / الأساتذة** | **العدد الإجمالي** | **العينة** | **النسبة المئوية** |
|---|---|---|---|
| الثانويات | 36 | 14 | %39 |
| الأساتذة | 106 | 40 | %38 |

-الجدول 02 يوضح النسبة المئوية للعينتين المأخوذتين من العدد الإجمالي الخاص بالثانويات و الأساتذة.

**6-المجالات**

**6-1-المجال المكاني**: اخترنا عدة ثانويات بولاية غليزان

**6-2-المجال الزمني**:

**-الجانب النظري**: انطلقنا فيه من شهر جانفي إلى غاية شهر ماي 2014

**-الجانب التطبيقي**:إمتد من شهر ماي حتى شهر جانفي 2014

**7-صعوبات البحث**:

من بين الصعوبات التي واجهتها خلال بحثنا هذه ندكر منها:

-إسترجاع كل الاستمارات في الوقت المحدد.

-الإتصال لمديرية التربية لولاية مستغانم.

**خلاصة:**

لمنهجية البحث و الإجراءات الميدانية أهمية كبرى لنجاح أي بحث علمي يتميز بتميز الدقيق و يهدف للوصول إلى المعلومات الجيدة و الجديدة ,و إن إختيار منهج بحث ملائم و طريقة إحصائية صحيحة أو سليمة و عينة مقصودة بالإضافة الى تعميم مجالات البحث ,كلها تأذي إلى تحقيق الهدف المرجو.

**تمهيد**

لكل بحث جانب نظري و جانب تطبيقي ,ومن خلال هذا الفصل سنقوم بتحليل و مناقشة نتائج إجابات الأساتذة و على الاستمارة المقدمة لهم ,و ذالك للتأكد من صحة الفرضيات من عددها,و الخروج باستنتاجات,ثم نختم فصلنا هذا باستنتاج.

## 1-عرض و تحليل و مناقشة النتائج و مقابلتها بفرضية المحور الأول:

و المتعلق بالفرضية الجزئية الأولى التي تنص على "**تلعب الدافعية الشخصية دور هام في إختيار الأساتذة لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

### 1.1-مناقشة الفرضية الأولى:

**السؤال رقم 01**: هل ممارستك للرياضة يعتبر دافع لإختيارك لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة؟

الغرض من السؤال:معرفة مدى تأثير ممارسة الرياضة لإختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 32 | %80 | 40 | 01 | 0.05 | 14.4 | 3.84 | دال |
| لا | 08 | %20 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم03**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بأن ممارسة للرياضة يعتبر دافع لإختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

حسب نتائج تحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول (3) يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05و درجة الحرية د=1, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (14.4) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84).

**مناقشة النتائج:** بعد هذا التحليل يظهر لنا أن الأساتذة الدين يوافقون على أن ممارسة الرياضة يعتبر دافع حيث قدرة النسبة ب (80%)أما الذين وافقوا فقدرت بنسبة (20%).

**الإستنتاج:** نستنتج أن أغلب الأساتذة يوافقون على أن ممارسة الرياضة يعتبر دافع لإختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية .

**السؤال رقم 02:** إن اختياري تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة راجع إلى:

**الغرض من السؤال:** معرفة سبب إختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| حب التلاميذ للحصة | 03 | %7.5 | 40 | 02 | 0.05 | 8.25 | 5.99 | دال |
| حب أستاذ المادة | 11 | %27.5 | | | | | | |
| حبهما معا | 26 | %65 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم 04:** التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان ممارسة الرياضة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (4) نلاحظ انه توجد فروق معنوية او ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة و هذا عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية د=2، و بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة(28.25) اكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (5.99).

**مناقشة النتائج**: بعد التحليل يظهر أن الأساتذة الذين اجابوا بحب التلاميذ للحصة كان ذلك بنسبة(7.5%)،أما الذين أجابوا بحب أستاذ المادة فقدرت نسبتهم ب(27.5%) أما الذين أجابوا بحبهما معا فقدرت نسبتهم ب(65%).

**الاستنتاج:**

نستنتج أن الأساتذة يختلفون في أسباب اختيارهم لمهنة تدريس التربية البدنية والرياضية،و أن معظمهم يقرون على أن حب التلاميذ للحصة و الأساتذة بمثابة دافع لاختيارها.

**السؤال(3)**: ما هي جملة المزايا التي جعلتك تختار تدريس التربية البدنية و الرياضية؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كانت مزايا حصة التربية البدنية والرياضية هي التي أدت بالأستاذ لاختيارها كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| التربوية | 25 | %62 | | | | | | |
| التنافسية | 10 | %25 | | | | | | |
| ترفيهية | 05 | %12.5 | 40 | 02 | 0.05 | 16.24 | 5.99 | دال |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم 05** : التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان مزايا حصة التربية البدنية و الرياضة يعتبر دافع لاختيار تدريسها كمهنة.

حسب النتائج المحصل عليها كما هو موضح في الجدول (5) يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05و درجة الحرية د=2, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (16.24) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (5.99).

**مناقشة النتائج:** بعد التحليل يظهر لنا أن الأساتذة الذين أجابوا بتربوية كانت نسبتهم (62.5%)،أما الذين أجابوا بتنافسية فكانت نسبتهم ب(25%) أما الذين أجابوا بترفيهية فقدرت نسبتهم ب(12.5%).

**الاستنتاج:**

نستنتج أن الأساتذة يختلفون في أن المزايا الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية تعتبر دافع،حيث معظمهم يعتبرون الاقتراح الأول و الأمثل في انها تربوية.

**السؤال رقم 07:** هل اختيارك لمهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع الى:

**الغرض من السؤال:**معرفة تأثير أستاذ التربية البدنية و الرياضية في تدريسها كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نظرتك الى لباس الاستاذ | 07 | %17.5 | 40 | 02 | 0.05 | 6.33 | 5.99 | دال |
| مرفولوجية الاستاذ | 10 | %32.5 | | | | | | |
| معاملته للتلاميذ | 05 | %50 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم( 06)** : التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان الاقتراحات الموضحة في السؤال تعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول (6) يتضح أنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05و درجة الحرية د=2, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (6.33) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (5.99).

**مناقشة النتائج:** من خلال التحليل الإحصائي يتضح بأن الأساتذة الذين أجابوا بنظرتك الى لباس الأستاذ قدرت نسبتهم (17.5%)،أما الذين أجابوا بمرفولوجية الاستاذ كانت نسبتهم ب(32.5%) أما الذين أجابوا بمعاملته للتلاميذ فقدرت نسبتهم ب(50%).

**الاستنتاج:**

نستنتج بان إجابات الأساتذة كانت بنسب متفاوتة،على ان اختياره مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية،حيث أن معظمهم يوافقون على أن اختيارها راجع الى معاملة الأستاذ.

**السؤال رقم 10**: هل المزايا الصحية و البدنية للتربية البدنية والرياضة يعتبر دافع لاختيارك لتدريس التربية البدنية والرياضة كمهنة؟

**الغرض من السؤال:**معرفة تأثير المزايا الصحية و البدنية في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا² المحسوبة | كا² الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 36 | %90 | | | | | | |
| لا | 11 | %10 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | 40 | 01 | 0.05 | 25.6 | 3.84 | دال |

**الجدول رقم (07)**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان المزايا الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضة يعتبر دافع لاختيار تدريسها كمهنة.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (7) نلاحظ بأنه توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05و درجة الحرية د=1, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (25.6) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84).

**مناقشة النتائج:** من خلال التحليل الإحصائي يظهر بأن الأساتذة الذين يوافقون على ان المزايا الصحية و البدنية تعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة كانت نسبتهم (90%)،أما الذين لم يوافقوا فكانت نسبتهم ب(10%).

**الاستنتاج:**

نستنتج بأن الأساتذة أغلبهم يوافقون على أن المزايا الصحية و البدنية للتربية البدنية و الرياضة يعتبر الدافع لاختيار تدريسها كمهنة.

**السؤال رقم 14:** هل كونك دائما على صلة بجديد الرياضة يعتبر دافع لاختيارك تدريس التربية البدنية و الرياضة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إن كان البحث عن جديد الرياضة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 29 | %72.5 | | | | | | |
| لا | 11 | %27.5 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | 40 | 01 | 0.05 | 8.01 | 3.84 | دال |

**الجدول رقم (08):** التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان البحث عن جديد الرياضة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (8) نلاحظ بأنه توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05و درجة الحرية د=1, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (3.84) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (8.01).

**مناقشة النتائج:** بعد هذا التحليل الإحصائي يظهر بأن الأساتذة الذين يوافقون على ان البحث الجديد في الرياضة تعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة قدرت نسبتهم (72.5%)،أما الذين لم يوافقوا فكانت نسبتهم ب(27.5%).

**الاستنتاج:**

نستنتج بأن الأساتذة أغلبهم يوافقون على أن البحث عن جديد الرياضة يعتبر الدافع لاختيار تدريس حصة التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

**السؤال رقم 15** : من هم الأشخاص الدين دفعوا بك إلى اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة؟

**الغرض من السؤال** : معرفة الأشخاص الذين كان لهم دور في اختيارك تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الأسرة | 07 | 17.5 % | 40 | 02 | 0.05 | 15.34 | 5.99 | دال |
| الأصدقاء | 08 | %20 | | | | | | |
| أساتذة المادة | 25 | 62.5 % | | | | | | |
| المجموع | 40 | 100 % | | | | | | |

**الجدول رقم(09)**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة حول الأشخاص الذين دفعوا بالأستاذ لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول (9) نلاحظ أنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05و درجة الحرية د=2, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (15.34) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (5.99).

**مناقشة النتائج**: بعد هذا التحليل الإحصائي يتضح بأن الأساتذة الذين أجابوا بالأسرة قدرت نسبتهم (17.5%)،أما الذين أجابوا بالأصدقاء كانت نسبتهم ب(20%) أما الذين لم يوافقوا كانت نسبتهم (62.5%).

**الاستنتاج:**

نستنتج بان أغلب الأساتذة يختلفون في أن الأسرة،الأصدقاء،أساتذة التربية البدنية و الرياضة دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة،حيث أن معظمهم يقرون على أن أساتذة التربية البدنية و الرياضة بمثابة دافع لاختيارها.

## 1-2 الاستنتاج الخاص بالفرضية الأولى:

بعد التحليل الإحصائي لنتائج الفرضية الأولى و التي كانت تدور حول "**تلعب الدوافع الشخصية دور هام في اختيار الأستاذ لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**" توصلنا إلى الاستنتاج التالي:

يعتبر اغلب الأساتذة أن الدوافع الشخصية تؤثر على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة بنسبة كبيرة.

## 2- عرض و تحليل و مناقشة النتائج و مقابلتها بفرضية المحور الثاني:

و هو يتعلق بالفرضية الجزئية الثانية التي تنص على:"**إن للدوافع الاجتماعية أثر ايجابي لاختيار الأستاذ تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

## 1-2 مناقشة الفرضية الثانية:

**السؤال رقم (4)**:في رأيك هل يمكن اعتبار الحصول على مهنة إضافة يعتبر دافع لاختيارك تدريس التربية البدنية و الرياضية.

**الهدف من السؤال:** معرفة إن كان إمكانية الحصول على مهنة إضافية يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 17 | %42.5 | 40 | 01 | 0.05 | 0.9 | 3.84 | غير دال |
| لا | 23 | %57.5 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم (10)**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان الحصول على مهنة إضافية يعتبر دافع لاختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضة.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول (10) نلاحظ بأنه لا توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ،و درجة الحرية د=1, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (0.9) أصغر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84).

**مناقشة النتائج:** من خلال هذا التحليل الإحصائي يظهر بأن الأساتذة الذين يوافقون على ان الحصول على مهنة إضافية يعتبر دافع قدرت نسبتهم (42.5%)،أما الذين لم يوافقوا فكانت نسبتهم ب(57.5%).

**الاستنتاج:**

نستنتج بأن معظم الأساتذة يقرون على أن الحصول على مهنة إضافية لا يعتبر دافع لاختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضة.

**السؤال رقم 05**: هل اختيارك لمهنة تدريس التربية البدنية والرياضية راجع إلى العلاقة الطيبة بين الأستاذ و التلميذ؟

**الغرض من السؤال**: توضيح العلاقة الطيبة بين الأستاذ و التلميذ إن كان لها دور في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 32 | %80 | | | | | | |
| لا | 08 | %20 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | 40 | 01 | 0.05 | 14.4 | 3.84 | دال |

**الجدول رقم (11)**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان العلاقة بين الأساتذة و التلميذ يعتبر دافع لاختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضة.

من خلال نتائج التحليل في الجدول (11) يتضح بأنه توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة ,و هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ،و درجة الحرية د=1, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (14.4) أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84).

**مناقشة النتائج**: من خلال هذا التحليل الإحصائي يظهر بأن الأساتذة الذين يوافقون على أن اختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضة راجع إلى العلاقة الطيبة بين الأستاذ و التلميذ قدرت نسبتهم (80%)،أما الذين لم يوافقوا فكانت نسبتهم ب(20%).

**الاستنتاج**: نستنتج أن أغلب الأساتذة يوفقون على أن اختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع إلى العلاقة الطيبة بين الأستاذ و التلميذ.

**السؤال رقم (6)**: هل الممارسة الفعالة للتلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية دفعتك لاختيار تدريسها كمهنة؟

**الغرض من السؤال**:توضيح دور الممارسة الفعالة في حصة التربية البدنية و الرياضية إن كان يعتبر دافع لاختيارها للتدريس كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 25 | %62.5 | | | | | | |
| لا | 15 | %37.5 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | 40 | 01 | 0.05 | 2.5 | 3.84 | غير دال |

**الجدول رقم (12)**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة بان الممارسة الفعالة للتلاميذ أثناء الحصة يعتبر دافع لاختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضة.

حسب نتائج التحليل في الجدول (12) يتبين لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة 0.05 ،و درجة الحرية د=1, بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (2.5) أصغر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84).

**السؤال رقم 11:** هل ظروف إنجاز حصة التربية البدنية و الرياضية مقارنة مع باقي المواد دفعتك لإختيار تدريسها كمهنة .

**الغرض من السؤال:** توضيح ظروف إنجاز حصة التربية البدنية و الرياضية مقارنة مع باقي المواد إن كان يعتبر دافع الاختيار تدريسها كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 29 | %72.5 | 40 | 01 | 0.05 | 8.1 | 3.84 | دال |
| لا | 11 | %27.5 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم 13:** التحليل الإحصائي لأجوبة حول الاقتراحات الموضحة في السؤال تعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

حسب تحليل النتائج الإحصاء كما هو موضح في الجدول رقم(13)يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =1 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (8.1)أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84)

**مناقشة النتائج**:يتضح لنا من خلال التحليل الإحصائي بأن الأساتذة الدين يوافقون على أن ظروف إنجاز حصة التربية البدنية و الرياضية مقارنة مع باقي المواد دفعت إلى اختيار تدريسها كمهنة,حيت قدرت بنسبة (72.5%),أما الدين لم يوافقوا فقدرت النسبة ب(27.5) .

**الإستنتاج** : نستنتج أن معظم الأساتذة يوافقون على ظروف إنجاز حصة التربية البدنية و الرياضية مقارنة مع باقي المواد دفع إلى اختيار تدريسها كمهنة .

**السؤال رقم 13**: ما هي الأمور التي جعلتك تختار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة؟

**الغرض من السؤال**: توضيح الأسباب التي جعلت الأستاذ يختار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة .

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| إحترام التلاميذ للأستاذ | 20 | %25 | 40 | 02 | 0.05 | 13.4 | 5.99 | دال |
| نظرة المجتمع للأستاذ | 06 | %15 | | | | | | |
| الأهمية الكبيرة للمادة | 24 | %60 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم14** : التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة حول الاقتراحات الموضحة في السؤال تعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

حسب تحليل النتائج الإحصاء كما هو موضح في الجدول رقم(14)يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =2 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (13.4)أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (5.99)

**مناقشة النتائج:** يتبين لنا من خلال التحليل الإحصائي بأن الأساتذة الدين يوافقون على أن الاقتراحات الموضحة في الجدول رقم (14)حيت كانت الإجابة على الاقتراح الأول بنسبة (25%),أما الاقتراح الثاني بنسبة (60%) .

**الإستنتاج:** نستنتج أن الأساتذة يختلفون في الأمور التي جعلت الأستاذ يختار تدريس مهنة التربية البدنية و الرياضة , حيث أن معظم يقر أن الأهمية الكبيرة للمادة بمثابة دافع لاختيارها .

**الإستنتاج الخاص بالفرضية الثانية:**

بعد التحليل الإحصائي لنتائج الفرضية الثانية و التي كانت تدور حول:"للدوافع الاجتماعية أثر إيجابي على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة".

رأينا أن حل أراء الأساتذة كانت تدور حول تأثير الدوافع الاجتماعية على الأستاذ في اختياره لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

**3-عرض و تحليل و مناقشة النتائج و مقابلتها بفرضية المحور الثالث:**

المتعلقة بالفرضية الثالثة التي تنص على "**إن للضغوط والدوافع المهنية أثر إيجابي على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

**3-1- مناقشة الفرضية الثالثة :**

**لسؤال رقم08** : هل اهتمامكم بالرياضة دفع بكم لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 28 | %70 | 40 | 01 | 0.05 | 6.4 | 3.84 | دال |
| لا | 12 | %30 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم 15** : التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة حول الضغط و الدافع الأساسي لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة .

من خلال نتائج تحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم(08)يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =2 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (6.4)أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84)

**مناقشة النتائج**:يتبين لنا من خلال التحليل الإحصائي بأن الأساتذة الدين يوافقون على أن الاهتمام بالرياضة يعتبر كا دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة حيث قدرة بنسبة (70%),أما الدين يوافقون فقدرة بنسبة (30%)

**استنتاج**:إدن نستنتج أن أغلبية الأساتذة يوافقون على أن تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة راجع إلى الاهتمام بالرياضة حيث كان هذا الأخير بمثابة دافع.

**السؤال رقم09**:هل الحصول على وظيفة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة؟

**الغرض من السؤال:** تبين إن كان الحصول على وظيفة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 19 | %47.5 | 40 | 01 | 0.05 | 0.1 | 3.84 | غير دال |
| لا | 21 | %52.5 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم16**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة الحصول الحصول على مهنة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية والرياضية كمهنة .

يتضح من خلال نتائج تحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم(16)يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =1 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (0.1)أصغر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84)

**مناقشة النتائج:** من خلال هذا التحليل الإحصائي يتبين لنا بأن الأساتذة الدين يوافقون على أن الحصول على وضيفة دفع لإختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة حيث قدرة بنسبة (47.5%),أما الدين لم يوافقون فقدرة نسبتهم (52.5%)

**استنتاج:** و بالتالي نستنتج أن الأساتذة يختلفون في اعتبار الحصول على وظيفة يعتبر دافع لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة,إذا جاءت إجاباتهم بنسب متقاربة.

**السؤال رقم12** :باعتبار أن التربية البدنية و الرياضية تعمل على تحسين سلوك المراهق ,فهل هذا يعتبر دافع لتدريسها كمهنة ؟

**الغرض من السؤال** : تبين مدى تأثير التربية البدنية و الرياضية في تحسين سلوك المراهق وراء اختيار تدريسها كمهنة.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 32 | %80 | 40 | 01 | 0.05 | 14.4 | 3.84 | دال |
| لا | 08 | %20 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم17**:التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة حول أن التربية البدنية و رياضية تعمل على تحسين سلوك المراهق ,فهل هذا يعتبر دافع لتدريسها كمهنة .

من خلال نتائج تحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم(17)يتضح لنا بأنه توجد دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =1 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (14.4)أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84)

**مناقشة النتائج:** من خلال هذا التحليل الإحصائي يتبين لنا بأن الأساتذة الدين يوافقون على التربية البدنية و الرياضية و ما تعمله علة تحسين السلوك المراهق بمثابة دافع لاختيار تدريسها كمهنة حيث قدرة بنسبة (80%),أما الدين أجابوا ب لا فقدرة نسبتهم (20%).

**استنتاج:**

نستنتج أن الاساتدة يختلفون في الإجابة على اعتبار أن التربية البدنية و الرياضية تعمل على تحسين سلوك المراهق ,فهل هذا يعتبر دافع لتدريسها كمهنة ,و أن معظمهم يوافقون على أنه دافع.

**السؤال رقم 16**:هل لنا أن نعرف لماذا إخترتم هذه المهنة ؟

**الغرض من السؤال** : إن كان اختيار الأستاذ لمهنة التدريس التربية البدنية و الرياضية طوعا أو كرها .

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| نعم | 30 | %75 | 40 | 01 | 0.05 | 10 | 3.84 | دال |
| لا | 10 | %25 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم18**: التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الاساتدة حول اختيار الأستاذ لمهنة التدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

يتضح من خلال نتائج تحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم(18)يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =1 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (10)أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84)

**مناقشة النتائج**: بعد تحليل الإحصائي يظهر بأن أغلب الأساتذة أجابوا بنعم على السؤال رقم(16)بنسبة (75%),أما الذين أجابوا بلا فقدرت نسبتهم ب (25%) .

**استنتاج**:

نستنتج أن الاساتدة يختلفون في اختيارهم لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة إن كانت طوعا او كرها معظمهم يقرون على اختيارها طوعا أي بمحض إرادتهم.

**السؤال رقم 17** :هل امتهانك تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع إلى:

**الغرض من السؤال** :معرفة الدافع الأساسي الذي أذى إلى اختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية.

| الإجابات | التكرار | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| دافع الشخصي | 30 | %75 | 40 | 03 | 0.05 | 65.6 | 7.81 | دال |
| دافع المهني | 08 | %20 | | | | | | |
| دافع الاجتماعي | 01 | %2.5 | | | | | | |
| توجيه الوزارة | 01 | %2.5 | | | | | | |
| المجموع | 40 | %100 | | | | | | |

**الجدول رقم 19**:التحليل الإحصائي لنتائج أجوبة الأساتذة حول أهم دافع لاختيار مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية.

حسب نتائج تحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم(19)يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أي ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة عند مستوى الدلالة =0.05 و درجة الحرية =3 بحيث نجد أن كا$^2$ المحسوبة (65.6)أكبر من قيمة كا$^2$ الجدولية (3.84).

**مناقشة النتائج:** بعد تحليل الإحصائي يظهر بأن أغلب الأساتذة أجابوا بالدافع الشخصي وذالك بنسبة رقم(75%)أما الذين أجابوا بالدافع المهني بنسبة (20%),أما الذين أجابوا بدوافع الاجتماعية فقدرت نسبتهم ب (2.5%)و نفسي الشيء بالنسبة لتوجيه الوزارة (2.5).

**استنتاج:**

نستنتج أن الاساتذة يختلفون في دوافع اختيارهم لمهنة التدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة و إن معظمهم يقرون الدافع الشخصي هو الأساس في اختيارها كمهنة.

**الاستنتاج الخاص بالفرضية الثالثة:**

بعد التحليل الإحصائي لنتائج الفرضية الثالثة والتي كانت تدور حول "**إن للدوافع المهنية أثر إيجابي على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضة كمهنة**".

و منه توصلنا إلى الاستنتاج التالي :

يرى أغلب الأساتذة أن الدوافع المهنية لها تأثير على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

**الاستنتاج العام:**

من خلال دراستنا النظرية الدافعية , التربية البدنية و الرياضية ,أستاذ التربية البدنية و الرياضية ,المراهقة و الدراسة التطبيقية (تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان)و اعتمادا على ما توصلنا إليه تبين لنا أنا الاستنتاجات أثبتت.

-صحة الفرضية الأولى و التي تنص على "**تلعب الدوافع الشخصية دور هام في اختيار الأساتذة لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

-صحة الفرضية الثانية و التي مفادها "**إن للدوافع الاجتماعية أثر و ضغوط إيجابية على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

-صحة الفرضية الثالثة و التي تقول " **إن للدوافع المهنية أثر إيجابي على الأستاذ في اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة**".

و من هذا نستخلص في الأخير أن بعض الدوافع (شخصية ، اجتماعية ، مهنية ) لها تأثير في إقبال الأساتذة على اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

**الخاتمة:**

إن التربية البدنية و الرياضية في الواقع عبارة عن مجموعة من الأهداف يسعى المدرسون أو الأساتذة إلى تحقيقها و إنجازها بكيفية منظمة و محددة، حيث تترجم كلها في شكل قيم و خبرات و كفاءات يخرج بها المتعلم في نهاية فترة التعلم، تسمح لأستاذ التربية البدنية و الرياضية بالتعلق أكثر و أكثر بهذه المهنة الشريفة حيث يكون نافعا لنفسه و مجتمعه.

و من خلال هذا البحث الذي قمنا به أردنا إبراز أهم الدوافع التي تدفع بالأستاذ لاختيار هذه المهنة الشريفة ( تدريس التربية البدنية و الرياضية ) ،حيث تمثلت هذه في الدوافع الشخصية و الاجتماعية و المهنية.

و إن إتحاد هذه الدوافع فيما بينها تعمل إيجابيا و حتما ستؤدي بهذا الفرد إلى اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

و في الأخير يمكننا القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا و كلما بدلنا جهدا كانت تعتبر مساهمة ضئيلة، رغم تفانينا و إخلاصنا، حيث كانت غايتنا إبراز بعض الدوافع التي أدت بالأستاذ إلى اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة و نسأل الله عز و جل أن نكون قد وفقنا و لو بقليل و الله ولي التوفيق.

# الملاحق

**وزارة التعليم العالي و البحث العلمي**

**جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم**

**معهد التربية البدنية و الرياضية**

في اطار انجاز مذكرة لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان:

**"الضغوط المهنية لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية و علاقتها بدوافع اختيارهم مهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية"**

- نطلب من أساتذتنا الأعزة الإجابة على مجموعة الاسئلة الموجودة في هذه الاستمارة،مع العلم ان إجابتكم ستستعمل لغرض البحث العلمي فقط،و ستكونون بإجابتكم على هذه الأسئلة قد ساهمتم في إنجاز هذا البحث.

**-ملاحـــــــظة :**

إقرأ الأسئلة بتمعن و ضع علامة (×) في الخانة المناسبة.

**س1**:هل ممارستك للرياضة يعتبر دافع لتدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة؟

نعم ☐ لا ☐

**س2**: إن اختياري لمهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع الى:

حب التلاميذ للحصة ☐ حب الاساتذة المادة ☐ حبهما معا ☐

أشياء اخرى.....

**س3**: ما هي جملة المزايا التي جعلتك تختار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة؟

تربوية ☐ تنافسية ☐ ترفيهية ☐ أشياءأخرى.....

**س4**: هل اختيارك لمهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع الى:

نظرتك الى لباس الاستاذ ☐ مورفولوجية الاستاذ ☐ معاملته للتلاميذ ☐

أشياء اخرى.....

**س5**: هل المزايا الصحية و البدنية و الرياضية يعتبر دافع لاختيارك لمهنة تدريس التربية البدنية والرياضية؟

نعم ☐ لا ☐ شيء اخر.....

**س6**: هل كونك دائما على صلة بجديد الرياضة يعتبر دافع لاختيارك لتدريس التربية البدنية كمهنة؟

نعم ☐ لا ☐ أشياء اخرى.....

**س7**: من هم الاشخاص الذين دفعوا بك الى اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية؟

الاسرة ☐ الاصدقاء ☐ اساتذة التربية البدنية و الرياضي ☐

**س8**: في رأيك يمكن اعتبار الحصول على مهنة إضافية يعتبر دافع لاختيارك تدريس التربية البدنية كمهنة؟

نعم ☐ لا ☐

**س9**: هل اختيارك لمهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع الى العلاقة الطيبة بين الاساتذة و التلميذ؟

نعم ☐ لا ☐ أشياء اخرى.....

**س10**: هل ممارسة الفعالة للتلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية دفعتك لاختيار تدريسها كمهنة؟

نعم ☐ لا ☐ اشياء اخرى.....

**س11**: هل ظروف إنجاز حصة التربية البدنية مقارنة مع باقي المواد دفعتك لاختيار تدريسها كمهنة؟

نعم ☐ لا ☐

**س12**: ما هي الامور التي جعلتك تختار تدريس التربية البدنية و الرياضية؟

احترام للاستاذ ☐ نظرة تختار المجتمع للاستاذ ☐ الاهمية الكبيرة للمادة ☐

اشياء اخرى.....

**س13**: هل اهتمامكم بالرياضة دفع بكم لاختيار مهنة تدريس التربيو البدنية و الرياضية؟

نعم ☐ لا ☐ اشياء اخرى.....

**س14**: هل الحصول على وظيفة يعتبر دافع لاختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية؟

نعم ☐ لا ☐

**س15**:باعتبار التربية البدنية تعمل على تحسين سلوك المراهق،فهل هذا يعتبر دافع لتدريسها كمهنة؟

نعم ☐ لا ☐ شيء آخر.....

**س16**: هل لنا أن نعرف لماذا اخترنا هذه المهنة؟.....

**س17**:هل امتهانك لمهنة تدريس التربية البدنية و الرياضية راجع الى؟

دافع شخصي ☐ دافع مهني ☐ دافع اجتماعي ☐ توجيه الوزارة ☐

دوافع أخرى.....

**المراجع بالعربية :**


- محمد عوض بسنوسي ، فيصل ياسين الشاطئ ،(نظرية وطرق التربية البدنية البدنية )،ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية – الجزائر ، 1992 ، ص28 .
- رابح تركي ، (منهاج البحث في العلوم التربية وعلم النفس ) ، المؤسسة الوطنية للكتاب ، 1984 ، ص23 .
- عمار بوحوش ، (منهاج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ) ، ديوان المطبوعات الجامعية – الجزائر ، 1984 ، ص56 .
- دليلة عيطور: الضغط النفسي الاجتماعي لدى الممرضين، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد علم النفس وعلوم التربية، جامعة الجزائر، 1997،ص101.
- محمد نصرا لدين ياحي: الضغط والقلق والحالات العصبية، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، بدون تاريخ، ص 18
- صالح محمد علي أبو جادو: علم النفس التربوي، دار الميسرة، ط1، الأردن، بدون سنة، ص22.
- مصطفى عشوي: مدخل الى علم النفس ، المكتب الجامعي الحديث ، ط1، مصر ، 2004 ، ص127
- صدقي نور الدين:علم النفس الرياضي، ط1 ، المكتب الجامعي الحديث ، مصر ، 2004 ، ص 127
- محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي ، ط4 ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 2004 ، ص 212 .
- جابر عبد الحميد جابر : الدافعية نظريات و تطبيقات ، مرجع سابق، ص07 .
- إسماعيل محمد الفقي و آخرون : علم النفس التربوي ، مكتبة االعبيكان ، ط4 ، الرياض العليا ،2001 ، ص 167 .
- ليندادا فيدوف ، ترجمة محمود عمرو و آخرون : الشخصية ، الدافعية و الانفعالات ،الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ، ط1، مصر ،2000، ص10 .
- حلمي المليجي: علم النفس المعاصر ، دار العربية ، ط6 ، لبنان ، 1984 ، ص 94-95 . رسالة ماجستير غير منشورة، ص 104,103 .
- السمالوطي نبيل ، محمد توفيق: الإسلام و قضايا علم النفس الحديثة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1986 ، ص 108.
- صدقي نور الدين محمد:علم نفس الرياضة، مرجع سابق ، ص (108-109) .

- أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة،1990،ص17.
- شهد الملا:دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند الطلبة الجزائريين،رسالة ماجستير غير منشورة.
- بن عبد السلام محمد: نمط شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية و علاقته بدافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، سيدي عبد الله ، 2004-2005 ،ص 101.
- نحاتي عثمان: علم النفس في حياتنا ، دار الشروق للطباعة ، ط03 ، بيروت – لبنان ، 1985،ص19.
العربي،ط1،مصر،1998،ص11.
- أسامة كامل راتب :علم النفس الرياضة،مفاهيم وتطبيقات،مرجع سابق،ص25 .
فؤاد بهاء السيد ، الأسمر النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1985 ، ص275 .

# المراجع الأجنبية


- Griffiths : Psychology and medicine, the British psychological society, England, 1981, P 336.

- Griffiths : Psychology and medicine, OP cité , P 337.

- Fraser (T.M): Stress et satisfaction au travail B.T.T, Genève, Suisse, 1981, P 41, 42 , 45.

- THOMAS. R , préparation psychologique du sportif ,ed , vigot , 1991 , p 32.

- TOURNIER, GET , PONCHON , manuel de sciences économiques et humaines baillier . PARIS 1995.p25.

-VALLER ANDRETTILL : introduction à la psychologie de la maturation, CANADA ,ED M .

- MURROY H,A,exploration in oxford, University Pressrypers MOLYTY1938.p97.

- MC DOUGALL:Wanouthine of Psychologies, METH,WON, LONDON 1923 P16.

GERAND , Entrainement de Basket –Ball. Edition : VIGOT .paris ,1985,p 223.

- MACOLIN : rêves des acteurs qui contribuent à la performance individuelle ou d 'une équipe , 1998 , p12-L - la psychanalyse et la personnalité- paris.

- www.elazyem.com/(40)htm-15-03-2009.

**ملخص الدراسة**

**عنوان الدراسة** :الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدوافع اختيارهم مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية

تهدف الدراسة الى دراسة واقع مجموعة من الأهداف التي يسعى الأساتذة أو المدرسون إلى تحقيقها الغرض من الدراسة إبراز أهم الدوافع التي تدفع بالأستاذ لاختيار هذه المهنة الشريفة ( تدريس التربية البدنية و الرياضية ) تم اختيار العينة من الأفراد تتمثل في أساتذة بكيفية كانت عشوائية و من عدة مؤسسات مختلفة نسبتها 39% و تتمثل نسبة الأساتذة في 38% ،استنادا الى تحرير استمارات استبيانية تحتوي على جملة من الاسئلة دات محاور اجتماعية،شخصية و مهنية

اهم ما نستنتجه من هذا البحث هو أن من خلال دراستنا النظرية الدافعية , التربية البدنية و الرياضية ,أستاذ التربية البدنية و الرياضية ,المراهقة و الدراسة التطبيقية (تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان) و صحة كل الدراسات التي درسناها و من هذا نستخلص في الأخير أن بعض الدوافع (شخصية ، اجتماعية ، مهنية ) لها تأثير في إقبال الأساتذة على اختيار تدريس التربية البدنية و الرياضية كمهنة.

وفي النهاية إن التربية البدنية و الرياضية في الواقع هي مجموعة من الأهداف يسعى المدرسون أو الأساتذة إلى تحقيقها و إنجازها بكيفية منظمة و محددة، حيث تترجم كلها في شكل قيم و خبرات و كفاءات يخرج بها المتعلم في نهاية فترة التعلم، تسمح لأستاذ التربية البدنية و الرياضية بالتعلق أكثر و أكثر بهذه المهنة الشريفة حيث يكون نافعا لنفسه و مجتمعه.

**Résumé de l'étude:**

**Titre de l'étude:** les pressions professionnelles chez les professeurs d'éducation physique et sportive et leur relation motivée de choisir la profession d'enseigner l'éducation physique et du sport

L'étude vise à examiner la réalité d'un ensemble d'objectifs qui cherche des professeurs ou enseignants pour atteindre l'objectif de l'étude soulignent les motifs les plus importants qui conduisent avec professeur de choisir cette profession noble (enseignement de l'éducation physique et du sport) a été sélectionné échantillon de personnes est les professeurs comment était aléatoire et de plusieurs institutions taux différent de 39 % et est la proportion d'enseignants dans 38 %, sur la base d'un questionnaire contenant une série de questions axées essentiellement sur le coté social, personnel et professionnel.

La chose la plus importante que nous concluons de cette recherche est que grâce à notre étude de la théorie de la motivation, de l'éducation physique et sportive, professeur d'éducation physique et sportive, l'adolescence et appliquée (analyse de l'étude et la discussion des résultats du questionnaire) et la santé de toutes les études que nous avons étudiés et conclure que dans le dernier peu de motivations (personnelles, sociales, professionnelles) ont un impact sur la participation des enseignants à choisir l'enseignement d'éducation physique et sportive en tant que profession.

En fin de compte, l'éducation physique et du sport, en fait, est un ensemble d'objectifs recherchés par les enseignants ou les professeurs à réaliser et accomplir la façon dont l'organisation et spécifique, qui se traduit tous sous la forme de valeurs et expériences et compétences par l'apprenant à la fin d'une période d'apprentissage, permettent professeur d'éducation physique et sportive vanter de plus en plus de cette noble profession où il est bénéfique pour lui et sa communauté.