



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الرقم التسلسلي:

القسم: التربية البدنية

الرمز:

الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الذكاء الانفعالي وعلاقته بمواجهة الضغوط المهنية لدى

أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي.

– دراسة ميدانية بثانويات بلدية المسيلة –

إشراف الأستاذ:

أ. د. كرميش عبد المالك فريد

إعداد الطالب:

مبرك فارس

السنة الجامعية: 2020/2019



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الرقم التسلسلي:

القسم: التربية البدنية

الرمز:

الشعبة: النشاط البدني الرياضي التربوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الذكاء الانفعالي وعلاقته بمواجهة الضغوط المهنية لدى

أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي.

– دراسة ميدانية بثانويات بلدية المسيلة –

إشراف الأستاذ:

أ. د. كرميش عبد المالك فريد

إعداد الطالب:

مبرك فارس

السنة الجامعية: 2020/2019

شُكْرٌ وَعِرْفَانٌ

قال الله تعالى: ﴿وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنِ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَن يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَن كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ﴾ سورة لقمان الآية 12 .

أولاً وقبل كل شيء نشكر الله عز وجل الذي وفقنا على إكمال هذا العمل المتواضع، الذي نرجو أن يكون عملاً نافعا لنا ولجميع الطلبة الباحثين خاصة الباحثين في مجال التربية البدنية والرياضية .

أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان لأستاذي الفاضل **كريميش عبد المالك فريد** الذي يبخل عليّ بأرائه القيمة وبمصائبه السديدة لانجاز هذا البحث ، هذا ولا يفوتني أن أشكر الباحثين والأساتذة الأجانب على توجيهاتهم النيرة وعلى رأسهم فايد عبد الرزاق ، بكة فارس ، نصر الدين بركاتي ، عز الدين مهدي كما أتقدم بجزيل الشكر للأساتذة المناقشين الذين قبلوا مناقشة هذا البحث .

كما أتقدم بجزيل الشكر لجميع أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بولاية المسيلة.

كما لا يفوتني أن اوجه الشكر والتقدير للعاملين في المكتبة الذين لم يبخلوا علينا بالمساعدة في هذا البحث .

إِهْدَاء

أهدي هذا العمل المتواضع إلي

التي تكونت في رحمها خلقا من خلق إلي أُمي الغالية .

اهدي عملي إلي من احمل اسمه بكل افتخار إلي أبي الغالي .

اهدي هذا العمل إلي الجدة الحنون .

إلي سندي وذراعي أخي الحبيب .

إلي من اعتز بهم أخواتي الحبيبات .

إلي الأصدقاء والزملاء كل باسمه كل بمقامه .

إلي كل من يعرف فارس مبارك من قريب أو بعيد .

قائمة المحتويات :

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الأشكال
	الملخص
أ-ب	مقدمة
	الجانب المنهجي
الصفحة	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
04	1-1 – الإشكالية
05	1-2 – فرضيات الدراسة
06	1-3 – أهمية الدراسة
06	1-4 – أهداف الدراسة
07	1-5 – تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
11	1-6 – الدراسات السابقة والمشابهة
16	1-7 – مميزات الدراسة الحالية
	الجانب النظري
الصفحة	الفصل الثاني: الذكاء الانفعالي
18	تمهيد
19	2-1 – الذكاء الانفعالي
20	2-1-1 – لمحة تاريخية
21	2-1-2 – الاتجاهات النظرية في نماذج الذكاء الانفعالي
24	2-1-3 – الذكاء الانفعالي من منظور إسلامي
26	2-1-4 – أبعاد الذكاء الانفعالي ومكوناته
28	2-1-5 – مهارات الذكاء الانفعالي
30	2-1-6 – الذكاء الانفعالي والمهنة
31	2-1-7 – أهمية الذكاء الانفعالي
33	خلاصة

	الفصل الثالث : الضغط المهني
35	تمهيد
36	3- 1 – الضغوط المهنية
42	3- 2 – النظريات المفسرة للضغط المهني
42	3- 2- 1 – نظرية ماك لين
43	3- 2- 2 – نظرية تور كوت
49	3- 2- 3 – نظرية هانز سيلبي
53	خلاصة
الصفحة	الفصل الرابع: عرض الدراسات السابقة وتحليلها ومقارنتها بالدراسة الحالية
55	4- 1 . عرض الدراسات السابقة والمثابفة
59	4- 2 . تحليل الدراسات السابقة والمثابفة ومقارنتها بالحالية
الصفحة	الفصل الخامس : استنتاجات واقتراحات
62	5- 1. استنتاجات
62	5- 2. اقتراحات
64	قائمة المصادر والمرجع
/	قائمة الملاحق

قائمة الأشكال:

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
41	يوضح العلاقة الديالتيكية (الدائرية) بين الضغوط ونواتجها	01
43	نموذج ماك لين للضغط المهني "تفاعل المهني "	02
44	نموذج تور كوت للعمل التنظيمي	03
45	يوضح أزمة (مراحل الثلاث للضغط)	04
46	يوضح ديناميكية حدوث الضغط المهني	05
48	يوضح بناء الاستجابة للضغوط النفسية	06
50	يوضح نموذج نظرية هانز سيللي	07
51	نموذج كوبر يوضح بيئة الفرد كنموذج للضغوط	08
52	يوضح نموذج مارشال للضغوط	09

ملخص الدراسة باللغة العربية :

عنوان الدراسة : الذكاء الانفعالي وعلاقته بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي – دراسة ميدانية بثانويات ولاية المسيلة .

هدف الدراسة :

- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعوامل المرتبطة بالعمل مع التلاميذ لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعوامل المرتبطة بالإمكانات المادية في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالراتب الشهري لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالتوجيه التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- إثراء مكتبتنا بموضوع جديد حول الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي.

مشكلة الدراسة :

هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي ؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة : للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي .

الفرضيات الجزئية :

- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالعمل مع التلاميذ لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالإمكانات المادية في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .

- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالراتب الشهري لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالتوجيه التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .

Summary of the study in English:

Study title: Emotional intelligence and its relationship to confronting professional pressures among teachers of physical education and sports in the secondary phase - a field study in the high schools of M'sila state.

Purpose of the study:

- Identify the relationship between emotional intelligence and the factors associated with working with students among teachers of physical education and sports in secondary education

- Identifying the relationship between emotional intelligence and the factors associated with the physical capabilities in the school among teachers of physical education and sports in the secondary education stage

- Identify the relationship between emotional intelligence and factors related to the monthly salary of teachers of physical education and sports in secondary education

- Identify the relationship emotional intelligence and factors related to educational guidance among teachers of physical education and sports in secondary education

- Identifying the relationship between emotional intelligence and factors related to the relationship with other teachers among teachers of physical education and sports in secondary education.

Enriching our library with a new topic on the professional pressures of physical education and sports professors and its relationship to emotional intelligence.

the study Problem:

Does emotional intelligence have a relationship with confronting professional pressures among teachers of physical education and sports in secondary education?

Study hypotheses:

General hypothesis: emotional intelligence has a relationship with confronting professional pressures among teachers of physical education and sports in secondary education.

Partial hypotheses:

- Emotional intelligence has a relationship with confronting the factors associated with working with students for teachers of physical education and sports in secondary education.

•Emotional intelligence has a relationship with confronting the factors related to the physical capabilities in the school of teachers of physical education and sports in secondary education.

•Emotional intelligence has a relationship with confronting the factors related to the monthly salary of teachers of physical education and sports in secondary education.

•Emotional intelligence has a relationship with confronting the factors associated with educational guidance among teachers of physical education and sports in secondary education.

•Emotional intelligence has a relationship with confronting the factors related to the relationship with other teachers among teachers of physical education and sports in secondary education.

مقدمة

مقدمة

من المؤكد أن للعاطفة والانفعالات دور مهم في توجيه الفكر والسلوك الإنساني، وتحديد علاقة الفرد بعالمه، ويزخر التراث النفسي قديما وحديثا بموضوعات تشير إلى وجود علاقة تفاعل متبادل بين مشاعر الفرد وتفكيره، فقد أشار بوزان إلى وجود علاقة بين الجانب العقلي والجانب الانفعالي. (عبد الهادي السيد .2002، ص 249).

ومما لا شك فيه أن الذكاء العام التقليدي والذي تقيسه اختبارات الذكاء المعرفة، هام وضروري في الحياة الشخصية والدراسية والنجاح المهني...ولكن الذكاء الانفعالي هام أيضا مثل الذكاء العام ويمكننا القول أن الذكاء الانفعالي هو شرط مسبق لتطوير ولتحقيق قدراتنا العقلية المتنوعة، لذا نحتاج للتعرف على انفعالاتنا وعلى إعطاء مشاعرنا وحاجتنا الداخلية الوصف المناسب والتسمية الملائمة، مما يفيدنا في تحقيق أهدافنا الحياتية والمهنية بما يتناسب مع حاجات ومشاعر الآخرين من حولنا. (أبو حطب صادق، 1996، ص 74)

كما نحتاج إلى تنمية المهارات اللازمة للوصول إلى طرق مناسبة لتحقيق أهدافنا وحاجتنا المتنوعة، من خلال تهدئة انفعالاتنا الخاصة وصولا إلى ارتياحنا الداخلي وبعد ذلك نحتاج إلى تنشيط أنفسنا وتحريك كل قدراتنا الداخلية مثل الطاقة الداخلية، الجهد، الانضباط، المثابرة، المرونة، ثم التوجه نحو المصادر الخارجية المتوفرة حولنا ومنها، بناء شبكة علاقات اجتماعية فعالة من خلال التفاهم والحوار الناجح مع الآخرين، وتفهم حاجاته، والقدرة على التعاطف معه، وقراءة انفعالاته، وتحديد الحدود المناسبة بين الذات والآخرين. (غنيم محمد أحمد، 2001، ص 126)

إن التربية في أبسط مفهوم لها تعني عملية التوافق والتكيف فالتربية حسب هذا المفهوم عبارة عن عملية تفاعل بين الفرد وبيئته الاجتماعية، وذلك بغرض التوافق أو التكيف بين الإنسان والقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة، تبعا لدرجة التطور المادي والروحي فيها، فالتربية تهدف إلى مساعدة الشخصية الإنسانية على أن تنمو نموا (انفعاليا، اجتماعيا، عقليا...) سليما يحررها من الحقد والكراهية. (محمد عوض بسيوني، 1992، ص 9)

والتربية البدنية والرياضية إحدى فروع التربية الأساسية التي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة وتستخدم عن طريق النشاط البدني المختار الموجه والمنظم لإعداد الأفراد إعدادا متكامل مع ما يتلاءم وحاجيات المجتمع.

وقد جاء في القرن الواحد والعشرين محملا بالثروات العملية الكثيرة في شتى جوانب الحياة، المتصلة بالتكنولوجيا والطب والاتصالات والصناعة... وذلك عقب الإرهاصات الكثيرة في القرن

الماضي، مما ساهم في تعقيد الحياة وظهور كثير من الصعوبات والاضطرابات حتى أطلق عليه بعض الباحثين عصر القلق والضغط النفسي، مما ألقى بأعباء وضغوط كثيرة على كاهل العادي بصفة عامة وعلى عاتق المعلم بصفة خاصة، حيث يأتي عليه التعامل مع هذه الضغوطات وتلك التغيرات والتكيف معا بطريقة مقبولة وإلا وقع في شرك الضغوطات النفسية، والإنهاك النفسي

وبما أن مهنة التعليم تعد من أسمى المهن فقد أرسل الله عز وجل الأنبياء والمرسلين معلمين للناس يخرجونهم من الظلمات إلى النور لقوله تعالى ﴿ كما أرسلنا فيكم رسولا منكم نلتو عليكم آياتنا ويزكيكم ويعلمكم الكتاب والحكمة ويعلمكم ما لم تكونوا تعلمون ﴾ (سورة البقرة الآية 151)

انطلاقا من هذا جاءت هذه الدراسة كمحاولة لمعرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والضغوط المهنية .

وسعى في البحث عن هذه التساؤلات جاءت هذه الدراسة بخلفيتها النظرية وفصلها التطبيقي كمحاولة للإجابة عنها باعتبار ان الخلفية النظرية تتعمق أكثر في تراث الذكاء الانفعالي والضغوط المهنية، وتبحث في الدراسات السابقة وما ذكره الرواد والباحثون في الميدان في ضوء هذه الدراسة حيث قمنا بتقسيم بحثنا إلى أربعة فصول نذكرها بالترتيب:

الجانب المنهجي الفصل الأول: الإطار العام للدراسة وتطرقنا فيه إلى تحديد مشكلة البحث، أهميتها وأهدافها فرضياتها والدراسات السابقة والمثابهة ومميزات الدراسة الحالية .

الجانب النظري الفصل الثاني: الخلفية النظرية وتطرقنا فيه إلى بعض الآراء حول مفهوم الذكاء الانفعالي من منظور إسلامي ثم أعطينا عنه لمحة تاريخية وأهم الاتجاهات النظرية له التصنيفات للذكاء الانفعالي .

الفصل الثالث: وتطرقنا فيه إلى بعض الآراء حول مفهوم الضغوط المهنية، ثم أعطينا عنها لمحة تاريخية وأهم الاتجاهات النظرية لها .

الفصل الرابع: وتطرقنا فيه إلى عرض الدراسات السابقة وتحليلها ومقارنتها بالدراسة الحالية .

الفصل الخامس : وتطرقنا فيه إلى الاستنتاجات والاقتراحات .

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهمية الدراسة
- 4 - أهداف الدراسة
- 5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
- 6 - الدراسات السابقة والمشابهة
- 7 - مميزات الدراسة الحالية

1 الإشكالية

يشير علم النفس إلى أن الذكاء من أهم الخصائص المعرفية المؤثرة في نجاح المعلم بالتدريس ومن السمات التي قد تكون مؤثرة في أداء المعلم هو الانفعال.

إلا إن ذكاء المعلم يرتبط بكفاءته المهنية ارتباطا ليس له دلالة إحصائية، وعلى كل حال فالذكاء يعتبر عاملا مؤثرا في نجاح التدريس، بمعنى انه من الضروري توافر حد أدنى معين من الذكاء ليتحقق التدريس الفعال ومن السمات التي قد تكون مؤثرة في أداء المعلم هو الذكاء الانفعالي حيث أشارت العديد من الدراسات إلى أن الذكاء الانفعالي يؤثر في سلوك الفرد ونظراته للحياة وإتقان المهام. (أبو حطب صادق ص 201 1996)

ولقد ذهب بعض الدراسات إلى القول بان العامل في المهن المرتبطة بالخدمات الإنسانية مثل الطب والتمريض والتعليم هم أكثر العاملين الأكثر تعرضا للضغوط النفسية أو الضغوط المهنية عن غيرهم من المهن الأخرى.

من هذا المنظور يأتي تناول الضغوط النفسية لدى المدرسين كظاهرة نفسية هامة من زوايا وجوانب متعددة حسب طبيعة مصادر الضغوط وعموما تنقسم الضغوط المهنية إلى قسمين رئيسيين: جانب مرتبط بالعمل أو مايسمى بالجانب التنظيمي للعمل، وتشمل عدة مصادر مثل أعباء العمل، غموض الدور، صراع الدور، تحمل المسؤولية، المردود المالي، إما القسم الثاني فيشمل المصادر الشخصية مثل نمط الشخصية، مركز التحكم والحالات النفسية والجسدية.

وبما أن مهنة التدريس مهنة ضاغطة فإنها تشكل موضوع اهتمام نظرا لما ينجر عن هذه الضغوط من آثار سلبية تصل إلى حد الإصابة بالاضطراب سيكوسوماتية، أي انعكاس الحالة النفسية على الأعضاء البدنية من جهة ومن جهة أخرى على آدائه البيداغوجي وعلى ضوء ذلك نطرح التساؤل العام ومفاده :

هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي ؟

وتندرج تحت هذه الإشكالية العامة عدة تساؤلات فرعية :

- هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالعمل مع التلاميذ لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي ؟

- هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالإمكانات المادية في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي ؟
- هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالراتب الشهري لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي ؟
- هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالتوجيه التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي ؟
- هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي ؟

2 – فرضيات الدراسة :

على ضوء المعلومات المنتقاة من بعض البحوث والدراسات التي لها علاقة بموضوع دراستنا، اقترحنا فرضية عامة، ومنها فرضيات جزئية

الفرضية العامة :

للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

الفرضيات الجزئية :

وتندرج تحت هذه الفرضية العامة عدة فرضيات جزئية :

- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالعمل مع التلاميذ لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالإمكانات المادية في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالراتب الشهري لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالتوجيه التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- هل للذكاء الانفعالي علاقة بمواجهة العوامل المرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي ؟

3 – أهمية الدراسة :

أن أهمية اختيار البحث فرضه واقع الملاحظة الميدانية التي يجسدها أساتذة التربية البدنية والرياضية أثناء العملية التعليمية، هاته الأخيرة التي حظيت بالاهتمام الخاص في عصرنا الحالي كونها تعتبر سبيل التطور والتقدم، وبما أن الأستاذ جزء لئجزأ من هذه العملية فلا يمكننا عزله عنها كونه منشطها وموجهها، وقد نفف جليا عند أستاذ التربية البدنية والرياضية الذي ليقبل دوره عن باقي الأساتذة فهو المعلم والنفساني في آن واحد فعليه أن يحسن التصرف والمعاملة .

ويمكن تحديد أهمية الدراسة فيما يلي:

- ✓ الكشف عن جانب خفي من الجوانب النفسية للفرد وعلاقته بال ومن ثم لفت الانتباه لأساتذة التربية البدنية والرياضية إليه للتعامل معه
- ✓ الكشف عن عامل مهم من العوامل المؤثرة في الضغوط المهنية وهو الذكاء الانفعالي
- ✓ توجيه الاهتمام لدراسة الذكاء الانفعالي بشكل خاص والتعرف على طبيعته ومكوناته والأدوات المعدة لقياسه
- ✓ يمثل الذكاء الانفعالي الموضوع الذي يرتبط فيه الإنسان بالآخرين من خلال إدراكه لانفعالاته وانفعالات الآخرين

4 – أهداف الدراسة :

لايزال ميدان التربية البدنية والرياضية ميدانا خصبا وهذا راجع لارتباطه واتصاله بباقي العلوم فهذه الأخيرة في حركية دائمة، الأمر الذي يحتم على القائمين على مادة التربية البدنية بمواكبة التقدم فنحن نهدف إلى مايلي :

- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعوامل المرتبطة بالعمل مع التلاميذ لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعوامل المرتبطة بالإمكانات المادية في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالراتب الشهري لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالتوجيه التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي

التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي
إثراء مكتبتنا بموضوع جديد حول الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي.

5 الكلمات الدالة في الدراسة:

5 – 1 تعريف الذكاء:

5_1_1. لغة:

حدة الفؤاد، والذكاء سرعة الفطنة وقلب ذكي وصبي ذكي إذا كان سريع الفطنة، والذكاء في الفهم أن يكون فهما تاما سريع القبول. (ابن منظور كمال الدين، 1989، ص287)

5-1-2. اصطلاحا :

عرفه مقدم "هو قدرة الفرد على الاستجابة بنجاح كبير للمشكلات الإدراكية والمعرفية واللفظية". (مقدم عبد الحفيظ، 1993، ص192)

وعرفه ألزغلول بأنه "القدرة على حل المشكلات المألوفة والغير المألوفة من خلال توظيف المعارف والخبرات المعالجة للمواقف التي يواجهها الأفراد." (ألزغلول عماد، 2004، ص255)

وعرفته سعاد " هو القدرة الكلية للفرد على العمل الهادف والتفكير المنطقي والتفاعل الناجح مع البيئة". (سعاد جبر سعيد، 2008، ص10)

وعرفه جابر بأنه "قدرة الفرد الكلية لان يعمل في سبيل هدف وان يفكر تفكيرا رشيدا وان يتعامل بكفاءة مع بيئته". (جابر عبد الحميد جابر، 2003، ص60)

5-1-3. إجرائيا

هو قدرة أستاذ التربية البدنية على التصرف في المواقف والمستويات التي تكون لديه وهي التي تساعد له لتكيف مع الواقع الذي يعيشه والتفكير بعقلانية والتعامل بفعالية في كافة المواقف العملية.

5-2. الانفعالات :

5-2-1. لغة :

مشتق من الفعل الخماسي انفعال بمعنى قبل التأثير من غيره، وهي مقارنة لمقولة الفعل، ذلك أن الشيء إما يفعل وإما ينفعل. (محمد يعقوبي، 1998، ص124)

مشتقات من ردود الفعل، والفعل كناية عن كل عمل متعد أو غير متعد، فقولنا فعلت الشيء فانفعل كمقولنا كسرت الشيء فانكسر. (ابن منظور كمال الدين، 1989، ص529)

5-2-2. اصطلاحا :

وعرفه كل من صفاء وعلاء "هي اضطرابات أو تهيج في العقل أو المشاعر أو العواطف، بمعنى آخر استثارة في الحالة العقلية." (صفاء الأعسر، 2000، ص72)

وعرفه كامل وعبد الجابر "هي حالات داخلية تتصف بجوانب معرفية خاصة وإحساسات وردود أفعال فسيولوجية، وسلوك تعبيرية معين." (كامل الفرخ شعبان، 1999، ص8)

وعرفه قاسم "هي حالة نفسية جسمية يضطرب لها الإنسان كله جسما ونفسا أو انه في حالة الاهتياج العان تفصح عن نفسها في شعور الفرد وجسمه وسلوكه ولها القدرة على تحفيزه على النشاط." (قاسم حسن حسين، 1990، ص172)

5-2-3. إجرائيا :

وهو استجابة عقلية منظمة لحدث ما من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية، لها مظهر فيزيولوجي سلوكي معرفي وسلوك تعبيرية معين .

5-3 الذكاء الانفعالي

5-3-1 اصطلاحا:

عرفه فاروق بأنه هو "القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية ايجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة." (فاروق السيد عثمان، 2000، ص48)

وعرفه كل من صفاء وعلاء بأنه "قدرة الفرد على أن يدرك عواطفه ومشاعره وإدارتها، وان يمتلك القدرة على تحفيز العلاقات الإنسانية وتوجيهها بكفاءة عالية." (صفاء الأعرس، 2000، ص48)

5-3-2. إجرائيا

الذكاء الانفعالي هو الاستخدام الذكي للعواطف والانفعالات من طرف أستاذ التربية البدنية ويتضمن ذلك تفاعلا بين القدرات المعرفية والمهارات الشخصية والاجتماعية بحيث تساعده في توجيه سلوكه وتفكيره بما يزيد من فرص التكيف والنجاح في مختلف عمله.

5-4 الضغوط

5-4-1 لغة

ضغط، ضغطا، ضغطه أي عصره، زحمة، ضيق عليه و الكتاب المحدثون يقيّدون ب "على "يقولون :ضغط عليه ، والضغوط في اللغة الفرنسية يطلق عليها مصطلح (stress) وهي كلمة انجليزية مشتقة من كلمة أخرى (DESTRESS) وتعني الحزن والإنهاك وتنقسم إلى جزئين :

— STRESS:يعني الضغط

—deتعني سيء . (المنجد في اللغة والإعلام، 1996، ص 451)

5-4-2 اصطلاحا

لقد حظي مفهوم الضغط المهني بعدة تعاريف، رغم وضوح وسهولة الفهم، إلا أن الباحثين اختلفوا في إعطاء تعريف متفق عليه بشكل عام، إذ يعتبر (سيلبي) الضغط المهني " بأنه الاستجابة الفيزيولوجية التي ترتبط بعملية التكيف، فالجسم يبذل جهدا لكي يتكيف مع الظروف الخارجية والداخلية محدثا نمطا من الاستجابات غير النوعية التي تحدث حالة من السرور والألم .

ويرى كراسك أن الضغوط هي متطلبات العمل التي قد تفوق قدرات وطاقت الموظف .

يمكن تعريف الضغوط بأنها مجموعة من المثيرات التي تتواجد في بيئة عمل الأفراد، والتي ينتج عنها مجموعة من ردود الأفعال التي تظهر في سلوك الأفراد في العمل أو في حالتهم النفسية والجسمانية ، أو في آدائهم للأعمال نتيجة تفاعل الأفراد في بيئة عملهم التي تحتوي الضغوط .

5-5 الضغوط المهنية :

5-5 1 اصطلاحا

هي تلك الحالة الانفعالية التي تحدث نتيجة مصادر مهنية ونستدل عليها من خلال الأعراض النفسية والجسدية والسلوكية المهنية (اودن وجودي، 2004، ص50)

5-5 2 التعريف الإجرائي :

الحالة النفسية المتأزمة والتي تتميز بالضيق، التوتر، والاضطراب نتيجة مواجهة الأستاذ لأعباء وصعوبات مهنية والتي تنعكس سلبا على أدائه وتوافقه النفسي والمهني .

5-6 أستاذ التربية البدنية والرياضية :

5-6 1 مفهوم الأستاذ :

تجمع الكتابات العالمية أن المعلمين هم حملة مفتاح التغيير وهم باب الموصد، فيجب أن يكون المعلم في قلب أي جهد لتطوير التربية في مجتمعاتنا

والمعلم هو القائد، المعلم، المربي، الموجه، المقوم، المكافئ، النموذج، ونجاحه في عمله يعتمد على كفاءات عدة أهمها :

علمه وخبرته في المادة التي يدرسها، علمه وخبرته في التربية وعلم النفس، حسن تصرفه وتعامله مع الطلبة، وقدرته على إدارة الصف .

5-6 2 التربية البدنية والرياضية :

مجموعة من الأساليب وطرق فنية تستهدف اكتساب القدرات البدنية، المهارات المعرفية و المهارات الحس الحركية (أمين أنور الخولي، 2002، ص409)

5-6 3 مدرس التربية البدنية والرياضية :

يقول " بولديرو " : " أنه القائد فهو المنظم والمبادر لوحدة العمل و النشاط في جماعة الفصل، فهو يعمل ليس فقط لأكاب التلاميذ المعلومات والمعارف والمهارات وتقويمهم في النواحي المعرفية المهارية فحسب، بل يتضمن عمله أيضا تنظيم جماعة الفصل أو العمل على تنميتها تنمية اجتماعية .

ويقول تشارلز ميريل : لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم مالم يعد إعدادا أكاديميا خاصا بها حيث أنها تتطلب منم القائمين بها التخصص الدقيق في المادة العلمية، والإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها،

كما ينبغي أن يكون خبيراً بالأسس النفسية والاجتماعية التي تهتم بحاجات التلاميذ ودوافعهم وميولهم حتى تتمكن من التعامل معهم و إرشادهم وتوجيههم، حيث أن لمعلم التربية البدنية والرياضية دوراً هاماً في إعداد المتعلم لهذا كان من الضروري إعداد الملم أكاديمياً ومهنياً وثقافياً . (محمد سعيد عزمي، 2000، ص21)

6 الدراسات السابقة والمثابفة :

من المعروف أن الدراسة العلمية تتسم بطابعها التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وقد جاءت بعده درسات وبحوث عديدة قد تناولت ها بالشرح والدراسة و التحليل، أو اشترك مها في موضوع أو بعض جوانبه، حيث وجدنا في دراستنا هذه عدة مذكرات .

ومن بين الدراسات السابقة التي تناولت موضوع بحثنا والمتمثل في " الذكاء الانفعالي وعلاقته بالضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية " .

▪ الدراسة الأولى :

عنوان الدراسة :قام بها منير كريم، 2012—2013، تحت عنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية – دراسة ميدانية بثانويات ولاية المسيلة

أهداف الدراسة :

- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المهارية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات الإنتاجية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

منهج الدراسة :اعتمد الباحث على المنهج الوصفي

نتائج الدراسة : أسفرت نتائج الدراسة إلى مايلي :

- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة

الدراسة الثانية :

عنوان الدراسة :قام بها مقورة عبد العالي، 2014—2015، تحت عنوان الضغوط المهنية وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي — دراسة ميدانية ببعض بلديات ولاية المسيلة .

أهداف الدراسة :

- ❖ كشف طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية والاحترق النفسي .
- ❖ التعريف بهذا المرض وإبراز مستوياته النفسية اعرضه والنتائج المترتبة عن ذلك.
- ❖ إثراء مكتبتنا بموضوع جديد حول الضغوط المهنية وعلاقتها بالاحترق النفسي .
- ❖ الكشف عن مثل هذه الظواهر وتجنب تأثيراتها السلبية .
- ❖ إلقاء الضوء على بعض المشكلات النفسية التي يعاني منها المعلمون في المجتمع المدرسي وكذلك طبيعة المشكلات المهنية المتعلقة بالمرحلة التعليمية .
- ❖ الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية للحد من الظاهرة ولإتمام دراسة مشابهة في المستقبل .

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية والإجهاد الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي .
- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية وتبليد المشاعر لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي .
- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية ونقص الشعور بالانجاز لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي .
- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية والاحترق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي .

الدراسة الثالثة :

عنوان الدراسة : قام بها زيداني عيسى 2015 / 2016 تحت عنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في الرياضية المدرسية . "دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية برج بوعريج" .

أهداف الدراسة :

- معرفة مستوى الذكاء الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية .
- معرفة مدى تأثير الذكاء الانفعالي على بعد دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية .
- معرفة مدى تأثير الذكاء الانفعالي على بعد الفشل لدى تلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية .

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

النتائج المتوصل إليها:

- لتلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية مستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي .
- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الانفعالي ومؤشرات دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الرياضة مدرسية .

- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الانفعالي ومؤشرات تجنب الفشل النجاح لدى تلاميذ الرياضة مدرسية .

الدراسة الرابعة :

عنوان الدراسة : قام به تيطراوي سمير 2016/2015 تحت عنوان مصادر الضغوط المهنية التي تؤثر على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب مواجهتها .

أهداف الدراسة :

- تحديد مستويات الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية .
- معرفة مدى تأثير مصادر الضغوط المهنية على الأداء البيداغوجي للأستاذ.
- معرفة مسببات الضغوط المهنية وكذا معرفة الأكثر تأثيرا على الأداء البيداغوجي في ظل الإصلاحات التربوية الجديدة .

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

- يتعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية إلى مستوى مرتفع من الضغوط
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية وعامل الخبرة المهنية .
- توجد علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين مصادر الضغوط المهنية ماعدا الأعباء المهنية حيث لم تكن هناك علاقة ارتباطيه .
- تكون استراتيجيات مرتكزة على المواقف (الانسحاب، التفريغ الانفعالي، الإنكار ...) أكثر استخداما من تلك المرتكزة على الانفعال (الخوف، الغضب، الشعور بالذنب ...) عند أساتذة التربية البدنية .

الدراسة الخامسة :

عنوان الدراسة : قام به الياس حربي 2017/2016 تحت عنوان مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة . " دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية سطيف " .

أهداف الدراسة :

- معرفة الضغوط المرتبطة بعمل أساتذة التربية البدنية والرياضية مع التلاميذ.

- الكشف عن الضغوط المهنية التي يسببها نقص الإمكانيات المادية في المتوسطة .
- معرفة أن نقص الراتب الشهري لأساتذة التربية البدنية والرياضية يسبب ضغطا مهنيا له.
- الرغبة في الإلمام بالضغوط المهنية التي تكون من طرف المشرف التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية .
- الرغبة في الكشف عن الضغوط المهنية المرتبطة بالعلاقة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية وإدارة المتوسطة .
- الرغبة في الكشف عن الضغوط المهنية المرتبطة بالعلاقة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية و زملائه في المتوسطة .
- منهج الدراسة : المنهج الوصفي .

النتائج المتوصل إليها :

- عدم تعرض أستاذ التربية البدنية والرياضية لضغوط مهنية في مرحلة التعليم المتوسط
- وجود ضغوط مهنية فيما يخص الإمكانيات المادية بالمتوسطة .
- عدم وجود ضغط عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية مع التلميذ أثناء الحصة .
- تربط أستاذ التربية البدنية والرياضية علاقة جيدة مع زملائه الأساتذة .
- مراعاة المشرف التربوي لأستاذ التربية البدنية والرياضية في مرحلة المتوسط وذلك بالاحترام المتبادل بينهم.
- علاقة وطيدة بين إدارة المتوسطة وأستاذ التربية البدنية والرياضية وذلك راجع إلى طبيعة عمل أستاذ التربية البدنية و الرياضية .

الدراسة السادسة :

عنوان الدراسة : قام بها عبدلي نور الدين 2018 / 2019 تحت عنوان الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بالاحترق النفسى وأساليب مواجهة المشكلات.

أهداف الدراسة :

- قياس مستوى الذكاء، ومدى وجود فروق في الذكاء الانفعالي تبعا لمتغيري : الجنس والمؤهل العلمي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسط لمدينة باتنة.
- الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من الاحتراق النفسى وأساليب مواجهة المشكلات.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي، وانخفاض في مستوى الاحتراق النفسي

- وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة المشكلات
- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب المواجهة والاحتراق النفسي
- وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيري الجنس والمؤهل العلمي .

7 – مميزات الدراسة الحالية :

تتميز دراستنا التي تحت عنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بمواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي بحيث أنها تهدف إلى :

- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعوامل المرتبطة بالعمل مع التلاميذ لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والعوامل المرتبطة بالإمكانيات المادية في المدرسة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي.
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالراتب الشهري لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالتوجيه التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي و العوامل المرتبطة بالعلاقة مع المعلمين الآخرين لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي .
- إثراء مكتبتنا بموضوع جديد حول الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي.

بالإضافة إلى أنها تركز على المنهج الوصفي، وقد استخدمنا مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس الضغوط المهنية للكشف عن العلاقة بين هذين المتغيرين .

الفصل الثاني :

الذكاء الانفعالي

تمهيد

1 - الذكاء الانفعالي

خلاصة

تمهيد :

تعد الخلفية النظرية المنطلق الأول للباحث في عند بداية دراسته ، ففيها يقوم بجمع المعلومات النظرية التي لها ارتباط بموضوع الدراسة وتساعده في تفسير النتائج المتحصل عليها وكذلك الاستدلال بها.

ضمن هذا الفصل عرضا للخلفية النظرية المتعلقة بالذكاء الانفعالي وتطرقنا فيها إلى بعض آراء العلماء حول الذكاء الانفعالي من منظور إسلامي والاتجاهات النظرية في نماذج الذكاء الانفعالي ،وأبعاد ومهارات وأهمية الذكاء الانفعالي .

1-1 الذكاء الانفعالي:

إن الكثير من آيات القرآن الكريم والأحاديث الصحيحة ترشد إلى توجيه الانفعالات والتحكم فيها بذكاء لكي يكون لديه المقدرة على تنظيمها والسيطرة عليها والتحكم فيها وهذا ما دل عليه قول الله تعالى: ﴿ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُنْهَكِينَ﴾ (قرآن كريم، سورة النحل، الآية 125)

قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (قرآن كريم، آل عمران، الآية 134)

وقول رسول الله صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه أبو هريرة: "ليس الشديد بالصرعة وإنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب" (مسلم أبي الحسين، 2000، ص1111) متفق عليه والذي يدل على التعاطف وضبط الانفعالات في الاتفاق وكظم الغيظ.

كما يرى خوالدة الذكاء بشكل عام هو عبارة عن جملة من الوظائف الفكرية الضرورية لإدراك المفاهيم والقدرة على التحليل وهناك الذكاء العقلي، والذكاء الانفعالي. (خوالدة محمود، 2004، ص27)

ويشير إليه "جودانف" بأنه القدرة على الاستفادة من الخبرة للتوافق مع المواقف الجديدة. (الشيخ سليمان الخضري، 2008، ص 61)

ويرى الخضر بأن تعريفات الذكاء تشير إلى أنه القدرة على التوافق الفعال مع مواقف الحياة المختلفة، والتوافق لا يحتاج إلى قدرات عقلية فقط، بل يحتاج إلى ما هو أشمل من ذلك. (الخضر عثمان حمود، 2008، ص41)

ويشير الذكاء الانفعالي إلى الفروق الفردية الثابتة نسبياً بين الأفراد في طريقة الإدراك الجيد للانفعالات الذاتية وفهمها وتنظيمها والتحكم فيها وذلك من خلال مراقبة مشاعر الآخرين وانفعالاتهم والتعاطف والتواصل معهم بما يؤدي إلى اكتساب المزيد من المهارات الانفعالية والاجتماعية والعلاقات الإنسانية (خليفة سعد، 2007، ص 90)

كما أشار السمدوني بأن الذكاء الانفعالي ليس قدرة منفردة، ولكنه عبارة عن مجموعة من القدرات التي تتدرج من البسيط نسبياً مثل تعبيرات الوجه إلى الأكثر تعقيداً وتداخلاً مثل نفهم الأسباب

وننتج تأثير الانفعالات على المواقف الاجتماعية اليومية وكيفية تداخلها. (السمادوني السيد إبراهيم، 2007، ص 189)

1- 1- 1 لمحة تاريخية:

في عام 1926 اقترح ثورندايك Robert Thorndike التصنيف الثلاثي المشهور للذكاء: المجرّد والاجتماعي والميكانيكي، حيث يعرف الذكاء الاجتماعي بأنه القدرة على فهم الرجال والنساء والفتيان والفتيات، والتحكّم فيهم وإدارتهم بحيث يؤدون بطريقة حكمية في العلاقات الإنسانية ويقرر بأن موضوع الذكاء الاجتماعي هو البشر أنفسهم، يعمل فيهم الإنسان عملياته المعرفية.

وفي عام 1943 وضع ويكسلر David Wechsler تعريفا للذكاء على أنه المقدرة الكلية أو الشاملة للشخص لكي يؤدي غرض معين، ويفكر بعقلانية ويتعامل بفعالية مع عناصر البيئة المحيطة، وأشار إلى أهمية القدرات العاطفية للتنبؤ بقدرة أي شخص على النجاح في الحياة.

وبعد أكثر من ربع قرن أعيد تناول الذكاء الشخصي حين عرض جيلفورد Guilford عام 1967 نموذج المعدل حول بنية العقل، وحينئذ ذكر احتمال إضافة فئة جديدة لفئات المحتوى أسماء المحتوى السلوكي الذي يشتمل على القدرات التي تتطلب من الشخص إدراك سلوكه وسلوك الآخرين. (أبو حطب صادق، 1996 ص38)

كما قدم وارديل ورويس Wardeel & Royce في عام 1978 تصورا نظريا في إطار نتائج الدراسات التي أجريت في هذا المجال، حيث ذهب إلى وجود علاقة قوية بين كل من النظام الانفعالي والنظام المعرفي، ويظهر تأثيرها على الشخصية الإنسانية بأكملها في تكاملها وتخيلاهما ونظرتيها وتعاملها مع العالم.

وفي عام 1980 أشار بوزان Buzan إلى التكامل بين الجانب العقلي والجانب الانفعالي داخل الفرد، حيث يظهر هذا التكامل ويتبلور من خلال الذكاء الانفعالي، والذي يعبر عن نفسه في صور سلوكية متعددة. (عبد الهادي السيد، 2002، ص 249)

وفي عام 1983 اقترح هاورد جاردرنر Howard Gardner أستاذ علم النفس في جامعة هارفارد ود سبعة ذكاءات أساسية على الأقل، وذكر منها الذكاء الاجتماعي Interpersonal Intelliger، وهو القدرة على إدراك أمزحة الآخرين ومقاصدهم ودوافعهم ومشاعرهم والتميز بينها.

وفي عام 1990 نشر كل من سالوفي و ماير Salovey and Mayer مقالا بعنوان الذكاء الانفعالي، فيه بأن الذكاء الانفعالي هو نوع من الذكاء الاجتماعي، وأهم وظائفه إرشاد التفكير

وتخصيص ت التي تسهم في حل المشكلات، وكان على دراية تامة بما سبق من عناصر الذكاء غير المعرفي، لقد الذكاء العاطفي على أنه نوع من الذكاء الاجتماعي المرتبط بالقدرة على مراقبة الشخص لذاته ولعواطفه وانفعالاته ولعواطف وانفعالات الآخرين والتمييز بينها، واستخدام المعلومات الناتجة عن ذلك في ترشيد تفكيره وتصرفاته وقراراته. (جابر عبد الحميد، 2003، ص 11)

وفي عام 1995 قدم جولمان Golman أفضل ما كتب عن الذكاء الانفعالي في كتابه الشهير الذكاء الانفعالي والذي تناول فيه ما أسماه بالعقل الانفعالي وطبيعة الذكاء الانفعالي والمجالات التي له دور فيها، ودوره في براعة الإنسان وتقدمه في مجالات الحياة العملية قياسا بالذكاء الأكاديمي الذي يبرز دوره في حياة الفرد التعليمية. (Golman، 1995، p10)

وفي عام 1996 قسم ماير وجيهر الذكاء إلى ثلاثة أنواع: ذكاء معرفي، ذكاء انفعالي، ذكاء دافعي، وتؤكد أبحاث ماير أن المزاج الشخصي عموما يؤثر في تفكير الأفراد.

فقد بين ماير وسالوفي (1997) Salovey،Mayer أن الذكاء الانفعالي يمثل القدرة التي يمتلكها الشخص في مراقبة انفعالاته الذاتية، وانفعالات الآخرين، والتمييز بين أنواع الانفعالات المختلفة، وقدرته أيضا على استخدام هذه المعلومات من أجل تحديد أفكاره وسلوكياته. (Mayer، 1997، p56)

أما جولمان (1995) Goleman فقد أشار إلى أن الذكاء الانفعالي هو مجموعة من القدرات المتنوعة التي يمتلكها الفرد، واللازمة للنجاح في جوانب حياته المختلفة، والتي يمكن تعلمها وتحسينها. (Goleman، 1995، p35)

أما عدس (1997) فقد أشار إلى الذكاء الانفعالي بأنه القدرة على فهم الآخرين والتصرف الحكيم في العلاقات الإنسانية. (عدس محمد، 1997، ص 213)

1-1-2 الاتجاهات النظرية في نماذج الذكاء الانفعالي:

- نموذج جولمان للذكاء الانفعالي:

يحدد جولمان 1996 مهارات الذكاء الانفعالي وفق النموذج الآتي:

- المعرفة الانفعالية: وتتمثل في الوعي بالذات والتعرف على الشعور وقت حدوثه ورصد المشاعر والانفعالات وفهمها ويعتبر الوعي بالذات هو البعد الأساسي في الذكاء الانفعالي.

- إدارة الانفعالات: و تشتمل على القدرة على التعامل مع الانفعالات وإدارتها ملائم وتهدئة النفس والتخلص من القلق والمشاعر السلبية.

- تحفيز الذات: أي توجيه الانفعالات لتحقيق هدف معين للفرد، وأن يكون الفرد مصدر الدافعية لذاته.

- إدارة انفعالات الآخرين: وتتضمن القدرة على التعاطف مع الآخرين ومعرفة انفعالاتهم والقدرة على التقاط الإشارات الانفعالية للآخرين وتبني هذه المقدرة على أساس الوعي بالانفعالات وتعتبر مهارة إنسانية ضرورية في الأعمال القيادية.

- إدارة العلاقات الاجتماعية: وهذا المجال يتطلب الكفاية الاجتماعية ويتطلب المهارات التأثيرية لإدارة انفعالات الآخرين وضبطها، ويعتبر هذا البعد متطلبا هاما في القيادات العليا والأعمال التي تتطلب اتصالات مع المجتمع بشكل مكثف. (خوالدة محمود، 2008، ص 36)

- نموذج بار-أون:

حدد بار- أون 1997 مكونات الذكاء الانفعالي بالاعتماد على نظريته ومفهومه للذكاء الانفعالي وأشار إلى أن الذكاء الانفعالي يتكون من (15) كفاية موزعة على خمسة مكونات بين الجوانب الشخصية والانفعالية والاجتماعية وهي:

- المكونات الشخصية الداخلية (Intrapersonal components): وتتكون من مجموعة من الكفايات التي تساعد الفرد على التعامل مع نفسه بنجاح وهي: الوعي الذاتي وتوكيدها و تقدير الذات والاستقلالية.

- مكونات العلاقات بين الأشخاص (Components Intrapersonal): تتكون من مجموعة من الكفاءات الاجتماعية التي تساعد الفرد على إقامة علاقات شخصية ناجحة وذات تأثير إيجابي على الآخرين وتشتمل على التعاطف والكفاءة الاجتماعية والعلاقات الشخصية.

- المكونات التكيفية (Components Adaptability): وهي مجموعة من الكفايات التي تساعد الفرد على التكيف الناجح مع واقع الحياة ومتطلبات البيئة المحيطة وهاختيار الواقع والمرونة وحل المشكلات.

- مكونات إدارة التوتر (Management Components): وهي مجموعة من الكفايات التي تساعد الفرد على إدارة الضغوط ومقاومة الاندفاع وضبط الذات وتشتمل على تحمل التوتر والضغط النفسي وضبط الاندفاع.

- مكونات المزاج العام: وهي مجموعة من الكفايات التي تساعد الفرد على إدراك حالته المزاجية وتغييرها وتشتمل على التفاؤل والسعادة. (خوالدة محمود، 2008، ص 37).

- نموذج ماير وكاروسو وسالوفي:

حدد ماير وكاروسو وسالوفي النموذج التالي للذكاء الانفعالي ويتكون من مجموعة من القدرات الرئيسية التي تم تصنيفها إلى أربعة مجالات وهي:

- القدرات على الوعي الانفعالي: وتتضمن القدرة على إدراك الانفعالات بدقة والتعبير عنها وتتضمن كذلك التقييم الدقيق للانفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين.

- القدرة على استخدام الانفعالات: وتتضمن القدرة على استخدام الانفعالات لتقوية وتسهيل التفكير وتتضمن كذلك القدرة على الربط الدقيق بين الانفعالات وبعض الأحاسيس.

- القدرة على فهم الانفعالات ودلالاتها: وتتضمن القدرة على تحليل الانفعالات إلى أجزاء وفهم الانفعالات، وكذلك القدرة على فهم المشاعر المتداخلة و المعقدة في المواقف الاجتماعية.

- القدرة على إدارة الانفعالات: وتتضمن القدرة على إدارة المشاعر الذاتية ومشاعر الآخرين وضبط المشاعر السلبية وتغيير الحالة المزاجية. (معاوية محمود أبو غزال، 2011، ص 289)

- نموذج وايزنجر:

استند وايزنجر 2004 في بناء هذا النموذج على نظرية سالوفي وماير في الذكاء الانفعالي، حيث يتضمن هذا النموذج ثلاث كفايات متصلة بالبعد الشخصي، وكفائيتين متصلتين بالبعد بين الشخصي ويحتوي البعد الشخصي للذكاء الانفعالي على الكفايات الآتية:

- الوعي بالذات (Awareness Self): وهو مراقبة الفرد لنفسه من خلال أفعاله ومحاولة التأثير بنتائج أفعاله لتصبح أكثر فعالية.

- إدارة الانفعالات (Emotions Managing): وهو فهم الانفعالات الذاتية والسيطرة على هذه الانفعالات واستخدام ذلك في التعامل مع الأمور بشكل منتج.

- الدافعية الذاتية (Self-Motivation): ويقصد بها تمييز واستخدام المصادر المتاحة للدافعية الداخلية والخارجية لاستغلال الفرص بفاعلية، وهذه الكفاية تتضمن الحديث الذاتي Self-Talk وتدريب الذات Self-Coaching أما الكفائتان المتصلتان بالبعد بين الشخصي فهما:

- الاتصال الجيد: وهو تطوير مهارات الاتصال الفاعلة، والانخراط في ممارسات الاتصال الفاعل في بناء العلاقات.

- مراقبة الانفعالات: وهي مساعدة الآخرين في إدارة انفعالهم واستغلال قدراتهم بأقصى درجة ممكنة. (معاوية محمود أبو غزال، 2011، ص 290)

- نموذج مونتيماير وسبي:

أشار مونتيماير وسبي 2004 إلى أن الذكاء الانفعالي الذي قدمه بعض الباحثين الرواد في الذكاء الانفعالي مثل جولمان، وماير وسالوفي، وماثيوز يمكن تصنيفه في فئتين رئيسيتين تتضمنان مشاعر الفرد مقابل مشاعر الآخرين والوعي مقابل إدارة الانفعال وهكذا افترضنا أن الذكاء الانفعالي يتضمن أربعة أبعاد هي:

- الوعي (الإدراك) الانفعالي للذات: وهي القدرة على تمييز الانفعالات الذاتية.

- الوعي (الإدراك) الانفعالي للآخرين: وهي القدرة على تمييز انفعالات الآخرين.

- الإدارة الانفعالية للذات: وهي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على الانفعالات الذاتية.

- الإدارة الانفعالية للآخرين: وهي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على انفعالات الآخرين.

(خوالدة محمود، 2008، ص 38)

1- 1- 3 الذكاء الانفعالي من منظور إسلامي:

يزخر التراث الإسلامي بإشارات عديدة وواضحة إلى تأثير السلوك الإنساني بكل من العقل والقلب، ويكاد يتفق المختصون قديماً وحديثاً إلى أن العقل محل الإدراك والتفكير، وأن القلب مكن المشاعر والأحاسيس، يقول نجاتي إن الإدراك الحسي وظيفة يشترك فيها كل من الإنسان والحيوان، غير أن الله سبحانه وتعالى قد خص الإنسان بوظيفة إدراكية أخرى هامة يتميز بها عن الحيوان، وهي العقل الذي به يستطيع أن يعلو بإدراكه عن الأشياء المحسوسة فيفكر في المعاني المجردة كالخير والشر والفضيلة والرذيلة والحق والباطل، وبه يستطيع أن يستدل على المبادئ العامة من الملاحظات والتجارب. (نجاتي محمد عثمان، 2000، ص 123)

ويقول الشنقيطي "القلب هو مكن المشاعر من حب وبغض ووساوس وخطرات، وهو قبل ذلك موضع الإيمان والكفر، والإنابة والإصرار، والطمأنينة والاضطراب". (الشنقيطي سيد محمد، 1996،

ص 202)

ولكل من العقل والقلب دور في تيسير حياة الإنسان وتكيفه وتعايشه مع من حوله، وبلوغه الهدف الذي يسعى إليه " وذلك أن عمر الإنسان يقاس بعقله ووجدانه لا بسن حياته وأيام زمانه، وأنه على مقدار حظ العقل من العلم ونصيب الوجدان من مرهفات الحس تكون الحياة الإنسانية عرضاً وعمقاً وغنى". (الجوزو محمد، 1980، ص 9)

إنها لدى المؤمنين هذه الرؤية الإيمانية التي تضيء القلب بنور الإيمان فيرى الوجود بعين البصيرة لا بعين البصر، ويدرك الحقيقة إدراكاً من الداخل لا من الخارج أو الظاهر، فهي البصيرة إذن، إنها القلب، ولكن القلب هنا قلب مبصر مشرق مضيء، قلب يعقل ويدرك، قلب تتكشف أمامه الحقائق كما يسלט النور على الأشياء فتتضح وسط الظلمة. (الجوزو محمد، 1980، ص 188)

ويذكر أبو حطب كلاماً في هذا الصدد، يقول: "الحكمة هي قدرة القدرات الإنسانية التي تتوازن فيها المعرفة والوجدان والعقل". (أبو حطب صادق، 1996، ص 421)

ويقول: "الحكمة لفظ من ألفاظ القرآن الكريم، وردت في عشرين موضعاً من كتاب الله ومن ذلك قوله تعالى: ﴿يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ﴾ (قرآن كريم، سورة البقرة، الآية 269)

يشير إلى مفهوم الذكاء الوجداني الذي يقصده علماء النفس الغربيين، يقول: "بعد المقارنة بين مفهوم العقل ومفهوم القلب في القرآن والسنة يمكننا أن نذهب إلى القول بوجود عموم وخصوص وجهي بين اللفظين، فهما يشتركان في الناحية الفكرية، ويختص القلب بالناحية الوجدانية. العقل يستعرض الطبيعة والإنسان والحياة، ويستدل منها على وجود الصانع الخالق المبدع، ويستخرج النتائج التي توصله إلى الإيمان واليقين والقلب يفعل نفس الشيء، ولكنه يفكر بأسلوب مختلف، يستند إلى الوجدان العميق، والبصيرة النفاذة وتحركه إلى الخير أو الشر تحرك باطني، تظهر علاماته في أعمال الإنسان وتصرفاته. هناك فرق في الدور الذي يؤديه كل منهما، العقل يستعرض المعلومات وينظمها، ويستنتج منها ما يرشده إلى المعرفة. والقلب يدرك هذه المعلومات إدراكاً باطنياً وجدانياً، قد يكون العقل عاملاً مساعداً فيها، أو قد يكون جزءاً لا يتجزأ من القلب، يندرج تحته ويكون في خدمته، لأن المعرفة الحقيقية هي معرفة القلب، فالعقل تأمل وإدراك والقلب إحساس ويقين وفهم عميق، العقل هو وسيلة المعرفة وأداتها كما هو متعارف عليه في مختلف العصور، أما القلب في القرآن والسنة فإنه يبدوا متميزاً عن العقل بأنه عقل ملهم، عقل مبصر، عقل يشعر من أعماق الذات الإنسانية، ويدرك حقائق الأشياء بنور يقذفه الله فيه، فهو مكان الوحي، وهو مكان الإيمان، وهو مكان التقوى ومكان العلم، بل هو أعظم عضو في الإنسان، إذا صلح صلح الجسد كله، وإذا فسد فسد الجسد كله. (الجوزو محمد، 1980، ص 275)

1-1-4 أبعاد الذكاء الانفعالي ومكوناته:

اتفقت الأبحاث و الدراسات السابقة على أن الذكاء الانفعالي يتكون من عدة أبعاد تتشابه فيما بينها في المفهوم و الدلالة فقد ذكر ماير وسالوفي أن الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة أبعاد هي:

- إدراك الانفعالات: ويعني القدرة على تعرف الفرد على انفعالات الوجوه والتصميمات والموسيقى.

- قياس واستخدام الانفعالات: وذلك بهدف تحسين التفكير بمعنى توظيف الانفعالات.

- فهم الانفعالات: ويعني التصرف على الانفعالات والتفكير المنطقي.

-تنظيم الانفعالات: أي إدارة وتوجيه الانفعالات. (Mayer، 1997، p45) وقدم ديلوكس وهيجر تقسيما لمكونات الذكاء الانفعالي يتكون من خمسة عوامل هي:

- الوعي بالذات: معرفة الفرد لمشاعره واستخدامها في اتخاذ قرارات واثقة.

- تنظيم الذات: إدارة الفرد لانفعالاته بشكل يساعده ولا يعوقه والقدرة على تأجيل إشباع الحاجات.

-تحفيز الذات: استخدام الفرد لقيمه وتفصيلاته العميقة، لأجل تحفيز ذاته وتوجيهها لتحقيق أهدافها.

- التعاطف: الإحساس بمشاعر الآخرين والقدرة على فهمها وعلى إدارة نزعات وانفعالات الآخرين.

-المهارات الاجتماعية: قدرة الفرد على قراءة وإدارة انفعالات الآخرين من خلال علاقاته معهم وإظهار الحب والاهتمام بهم واستخدام مهارات الإقناع والتفاوض وبناء الثقة وتكوين شبكة علاقات ناجحة والعمل في فريق بصورة إيجابية. (عبد العظيم سليمان المصدر، 2008، ص 632)

كما ذكر ليفنسون أن الذكاء الانفعالي يشمل الأبعاد التالية:

- الإدراك الانفعالي: أي القدرة على معرفة الانفعالات التي تشعر بها مع توضيح العلاقة بين مشاعرنا وما نفكر فيه وما نفعله وما نقوله.

- التحكم في المشاعر: وتعني إدارة المشاعر المندفعة، والتفكير الواضح.

-الثقة والضمير الحي: أي المحافظة على التكامل وتحمل المسؤولية للأداء الشخصي.

-فهم الآخرين: أي الحساسية لمشاعرهم وانفعالاتهم وآرائهم والأخذ بها مع الاهتمام بالنشط اتجاههم .

-الحساسية لاحتياجات نمو الأفراد الآخرين ومساندتهم مع تدعيم قدراتهم. (Levenson، 1999، p103)

أما (جولمان فقد قسم الذكاء الانفعالي إلى أربع أبعاد هي:

-الوعي بالذات: ويعني معرفة الفرد بحالته المزاجية وانفعالاته عند حدوثها.

- إدارة الانفعالات: وتعني قدرة الفرد على تحمل الانفعالات القوية وأن تكون عبدا لها، كما تتضمن الحفز الذاتي وهي القدرة على توظيف الانفعالات في زيادة الدافعية.

- الوعي الاجتماعي: ويقصد به معرفة وإدراك مشاعر الآخرين مما يؤدي إلى القدرة على المشاركة الوجدانية معهم وتحقيق التناغم الوجداني معهم.

- المهارات الاجتماعية: ويقصد بها التعامل مع الآخرين بناء على فهم ومعرفة مشاعرهم، وإدارة التفاعل معهم بشكل فعال يسمح بتحقيق أفضل النتائج. (سالي علي حسن، 2007، ص 46)

وتوصل فاروق عثمان ومحمد عبد السميع إلى أن الذكاء الانفعالي يتكون من خمسة أبعاد هي:

-المعرفة الانفعالية: القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينهما مع الوعي بالعلاقات بين الأفكار والمشاعر الذاتية والأحداث الخارجية.

-إدارة الانفعالات: القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية مع ممارسة مهارات الحياة الاجتماعية والمهنية بفاعلية.

- تنظيم الانفعالات: القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بانفعالات مختلفة.

- التعاطف: القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعاليا مع فهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتناغم معهم.

-التواصل: التأثير الإيجابي القوي في الآخرين ومتى تتبعهم وتساندهم والتصرف معهم بطريقة لائقة. (فاروق السيد عثمان، 1998، ص 11)

وقد قدم محمد جودة تقسيماً لمكونات الذكاء الانفعالي احتوى على سبعة أبعاد هي:

الوعي بالذات، مدى التحكم الذاتي في الانفعالات الدافعية ويقظة الضمير وحفز الذات، التعامل مع الآخرين، الوضوح وإفشاء الذات والاعتراف بالواقع، وهذه الأبعاد تجمع ما بين القدرات والسمات الشخصية. (محمد إبراهيم جودة هلال، 1999، ص 52)

1-1-5 مهارات الذكاء الانفعالي:

تتوزع مهارات الذكاء الانفعالي وفق نموذج بار- أون المتكامل على خمس كفاءات هي:

- مهارة الكفاءة الشخصية Intrapersonal:

وتضم خمس مهارات هي:

أ- فهم الذات الانفعالية: قدرة الفرد على فهم مشاعره وانفعالاته والتمييز بينها، لمعرفة أسبابها وخلفياتها.

ب- التوكيدية: قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره ومعتقداته وأفكاره والدفاع عن حقوقه بأسلوب بناء.

ج- تقدير الذات: احترام وتقبل الذات كما هي، وتقبل الجوانب الموجبة والسلبية، وهذا مرتبط بالشعور بالأمن الداخلي، وقوة الذات والثقة بها. فالشخص المقدر لذاته متقبل وراضٍ عن نفسه.

د- تحقيق الذات: مهارة الفرد في تحقيق إمكاناته الكامنة، إنها عملية تقدم مستمرة للسعي بأقصى جهد ممكن لتنمية إمكانات الفرد ومواهبه، ويرتبط تحقيق الذات بالمشابرة لتحسين الأداء والنشاط والدافعية القوية للإنجاز. وإن مهارة تحقيقاً لذات مرتبطة بالرضا عن الذات.

هـ - مهارات الاستقلالية: هي القدرة على التوجه ذاتياً، وتحكم الفرد ذاتياً بتصرفاته وتفكيره والابتعاد عن الاعتمادية في التخطيط أو اتخاذ القرارات الهامة وتقوم الاستقلالية على درجة ثقة الفرد بنفسه، وإمكاناته الداخلية والرغبة في مواجهة وتحدي التوقعات والالتزامات.

- مهارة الكفاءات الاجتماعية Interpersonal:

أ- مهارة التعاطف: هي مهارة وعي وفهم مشاعر الآخرين وتقديرها ومراعاتهم والاهتمام بهم والاندفاع لمساعدتهم.

ب- مهارة العلاقات الاجتماعية: هي مهارة إقامة علاقات تفاعلية، مرضية، والحفاظ عليها مع الآخرين مضافاً إليها مشاعر الطمأنينة والراحة والتوقعات الموجبة في السلوك الاجتماعي.

ج- مهارة المسؤولية الاجتماعية: مهارة الفرد في أن يكون متعاوناً، ومشاركاً، وعضوً أبناء في جماعته الاجتماعية . وتتضمن هذه المهارة التصرف بأسلوبٍ مسؤول، ووعي اجتماعي واهتمام بالآخرين، والشعور بالمسؤولية تجاه المجتمع ككل، وترتبط المسؤولية الاجتماعية بتقبل الآخرين، والتصرف تبعاً لما يمليه ضمير الفرد والقواعد الاجتماعية، فالفرد الذي يفقد لهذه المهارة يظهر اتجاهات غير اجتماعية، ويصعب عليه العمل ضمن فريق عمل.

- مهارة إدارة الضغوط Stress Management:

أ- تحمل الضغوط: وهي مهارة تحمل الأحداث غير الملائمة، والمواقف الضاغطة دون تراجع، والتعامل معها بإيجابية وفاعلية دون الاستغراق فيها.

ب- مهارة ضبط الاندفاع: وهي مهارة مقاومة الحافز الانفعالي للسلوك والتصرف الاندفاعي. يتميز الفرد الذي يملك هذه المهارة بتقبله للاندفاعات العدوانية، والهدوء والسيطرة على السلوك العدواني. بينما الفرد الذي يفتقد هذه المهارة أقل تحملاً للإصابات، وأكثر اندفاعية، وسلوكه الانفعالي سلبي.

- المهارة التكيفية Adaptability:

أ- إدراك الواقع: مهارة الفرد في تقدير مدى التطابق بين خبراته الانفعالية مع ما هو موجود موضوعياً، مع الابتعاد عن المغالاة في الخيالات والأوهام. وهذه المهارة ترتبط بدرجة الوضوح الإدراكي في التعامل مع المواقف وتقديرها. وتفحص الأساليب المستخدمة لذلك.

ب- المرونة: مهارة الفرد في تكيف انفعالاته وأفكاره وسلوكه مع المواقف والشروط المتغيرة.

ج- حل المشكلات: هي مهارة الفرد في تحديد المشكلة، وتوليد الحلول الفعالة، وتنفيذ هذه المهارة التي تتطلب من الفرد أن يكون منضبطاً منهجياً ومنظماً التفكير، ودؤوباً على معالجة المشكلات، ولديه الرغبة في مواجهة المشكلات بدلاً من تجنبها.

- مهارة كفاءة المزاج العام General Mood:

أ- مهارة التفاؤل: هي رؤية الجانب النير في الحياة. والأخذ بالاتجاه الموجب نحوها حتى عند مواجهة الظروف غير الملائمة.

ب-مهارة ممارسة السعادة: هي الرضا عن الذات والاستمتاع بمجريات الحياة، وترتبط السعادة بالرضا العام عن الذات. (رزق الله رنده، 2006، ص66)

الذكاء الانفعالي والمهنة:

يبدو أن هناك اتفاقاً بين أوساط المهتمين بموضوع الذكاء والانفعالات إلى وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي ونجاح الأفراد في الحياة العملية، ومن الثابت أن الذكاء العام بمفرده لا يضمن تحقيق النجاح وإنما يحتاج الفرد إلى توفر مزيج من التعقل والمشاعر بحيث يؤدي هذا المزيج إلى إحداث تناغم بين الانفعالات والتفكير والتي يتحقق من خلالها نجاح الفرد في مجالات الحياة المختلفة.

إن الكفاءة المهنية التي يتصف بها بعض العاملين لا يمكن إرجاعها فقط إلى الذكاء المجرد بالمعنى التقليدي للذكاء بل أن هناك صفات ومهارات تتعلّق بالمشاعر والانفعالات ثبت توفرها لديهم.

إن الذكاء الانفعالي يعلمنا كيف نغير من أنماط تفكيرنا ومن طريقة نظرنا إلى العالم من حولنا ويولد في أنفسنا مشاعر إيجابية تجاه الذات وتجاه الآخرين، إننا لاستطيع أن نقرر عواطفنا، ولكننا نستطيع أن نقرر ماذا نفعل حيالها، فنحن لا نستطيع أن نقرر متى نعضب ومتى نخاف ومتى نقلق ومتى نحب ولكننا نستطيع أن نقرر كيف نتعامل مع الغضب والخوف والقلق والحب .

فالفرد الذكي انفعاليًا هو الفرد القادر على إدارة مشاعره وانفعالاته والتعبير عنها بطريقة فعالة وتمكنه من التواصل مع الآخرين والتفاعل معهم.

ويذكر أنكيما أن العديد من الدراسات أشارت إلى أن الكثير من الشبان ذوي المؤهلات الواعدة فشلوا، وكان سبب فشلهم تدني معدل الذكاء الانفعالي لديهم وعدم قدرتهم على التواصل مع الآخرين، فالفشل غالبًا ما ينشأ عن أسباب عاطفية أكثر منها أسباب فنية أو مهنية. (خوالدة محمود، 2004، ص 27)

وأظهرت دراسة للسمادونى أن الذكاء الوجداني يرتبط ارتباطاً موجبا بالتوافق المهني للمعلم، وأثن مهنة التدريس من المهن التي تقدم خدمات إنسانية، ويتطلب النجاح في تلك المهنة أن يؤدي المعلم أدواره المتعددة بكفاءة دون الشعور بعدم قدرته على السيطرة على انفعالاته، والإرهاق الانفعالي، ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي. (السمادونى السيد إبراهيم، 2007، ص71)

1-1-7 أهمية الذكاء الانفعالي:

نظرا للدور الكبير الذي يلعبه الذكاء الانفعالي في مختلف ميادين الحياة فقد شهد اهتماما بالغاً في كل أنحاء العالم من قبل المؤسسات التعليمية والجامعة والشركات الكبرى التي أدركت أن الذكاء الانفعالي ينطوي على فوائد جمة وأهمية كبرى يمكن إنجازها في ما يلي:

أ- أهميته في المجال المهني:

يشير مدثر سليم أحمد إلى أن العديد من الباحثين أمثال: Newsome- Graves- Goleman- Gardner قد لمسوا فائدة كبرى للذكاء الانفعالي يمكن إنجازها في النقاط الآتية:

- يساهم في التنبؤ بالنجاح المهني.
- يعد مؤشراً فعالاً للأداء الناجح.
- يزيد من فاعلية انتقاء الأفراد للوظائف.
- يساعد على النجاح الوظيفي للفرد كما يضمن له النجاح في علاقاته المهنية.
- له تأثير واضح على العلاقات الاجتماعية بزملاء العمل والرفاق. (مدثر سليم أحمد، 2002، ص 53)

ب- أهميته في المجال التربوي:

تشير الأبحاث في هذا المجال إلى أن الصحة العاطفية هامة للتعلم الفعال، وأن فهم الطالب لكيفية التعلم هو أساس نجاحه والذكاء الانفعالي بمفهومه العام يعني الثقة بالنفس وضبط الذات الانتماء والقدرة على التواصل والتعاون وحب الاستطلاع وهذه كلها صفات ضرورية للتحصيل العلمي والمعرفي.

إن الطالب الذي لا يتحكم في انفعالاته ولا يبدي مشاعر التفهم فإنه يكون عرضة للتوتر والغضب والاكتئاب مما يعيق عملية التعلم لديه، فالطالب الذي تمتلكه هذه الحالات لا يستطيع استيعاب المعلومات والمعارف لأن الانفعالات السلبية القوية تحول الانتباه إلى انشغال بذاته مانعة أي محاولة للتركيز على شيء آخر.

ج- أهميته في مجال الصحة النفسية:

يلعب الذكاء الانفعالي دورا بالغا في النجاح المهني والسعادة الزوجية والصحة النفسية بصورة عامة فقد أشارت نتائج بحوث أن الأشخاص الذين يعانون من القلق المزمن أو الاكتئاب أو الحزن معرضون للإصابة بأمراض أكثر من المدخنين.

كما توصل Jack Blok في دراسته إلى أن الأشخاص ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع كانوا أكثر تميزا في الجوانب الاجتماعية ولديهم اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين. (صفاء الأعسر، 2000، ص70)

خلاصة

نستخلص انه لابد أن تتوفر لدى الباحث في الخلفية النظرية معلومات تتماشى مع متطلبات بحثه وتخدمه بصفة تسمح له بتفسير النتائج وكذلك أن يلم الباحث بعدد كثير من المعلومات والنظريات التي يمكن من خلالها ربط الخلفية النظرية و الجانب التطبيقي لموضوع بحثه .

الفصل الثالث:

الضغوط المهنية

تمهيد :

1 - الضغوط المهنية

خلاصة

تمهيد

الأستاذ كإنسان له إيجابياته وسلبياته يتعرض أثناء أدائه لمهنة التدريس إلى متاعب ومصاعب ومشاكل جمة تحول دون قضاائه لمهمته على أكمل وجه , ومشكلة الضغوط المهنية أصبحت من أمراض العصر الأكثر انتشار بين جموع الناس وخاصة منهم أساتذة التربية البدنية وتطرقنا في هذا الفصل إلى الضغوط المهنية , لمحة تاريخية والنظريات المفسرة للضغط المهني.

1- الضغوط المهنية

1-1 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 سيلبي (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 ما لا 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 و التغيرات.

إنها تعمل على التخفيف منه حيث يقود المجتمع إلى الشفاء أو التخفيف من المرض بفضل الشد الأخلاقي أو الفوائد الجانبية. (Griffiths:, 1981, p 336)

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 تدعت أهمية العوامل الاجتماعية بافتراضين هامين سنة 1970 هما:

أولاً: الأول مفاده أن المرض قد تكون له عوامل عديدة و غير محددة من الصعب التوصل إليها، لذلك يجب القيام بالبحث انطلاقاً من العوامل النفسية والاجتماعية ذات الخطورة الملحوظة على الصحة. ثانياً: 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 تكتب 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 فكثيراً ما يتحدث الأفراد عن أفهم 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 وأيضاً الضغط السكاني وازدحام السكان وقلة الخدمات، وضغوط ضيق السكن وقلة عدد الحجرات في المنزل، ضعف الإضاءة... الخ.

وفي البيئة الاجتماعية توجد ضغوط التشكيلات والوضعيات والنماذج الاجتماعية، والشقاكات الأسرية، التفاوت الحضاري، كثرة الأبناء، الجيران، اختلاف الميول والاتجاهات، صراع القيم، قلة نصيب الفرد من الرفاهية الاجتماعية والوسائط التكنولوجية وضغوط الأحداث الشائعة في الحياة فقدان 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 صعباً ينتج عنه الضغط.

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 بالوفاة 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 بالوفاة 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 1977 -Perkily 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 المسؤولين والزلاء، عدم إتاحة الفرصة للعامل الاستعمال معرفته الخاصة ومؤهلاته وذكائه في تطوير العمل وخلق الجديد. (Griffiths:, OP, p 337)

1- 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 الحرية، 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 و بسبب أن نتائج الضغوط تظهر في مخرجات فيزيولوجية ونفسية فيعتبر الباحثون أن كل الضغوط نفسية، فالتفكير 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 بالوطة والعبء والتقل 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 و التذكر، وتتشأ 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 الفيزيائية 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:

1- المادية والشيئية:

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. (هارون توفيق الرشيد: 1999، ص 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 وتحديدتها من خلال المعرفة الحرية و استنباطها من خلال المعرفة والشعور بوطأتها، وتجديدها في الواقع بصورة عيانية.

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، وهذا لا فرق بين فرد وآخر ومنه تتحقق صفة العمومية للضغوط.

كما أن للضغط تأثيرات مختلفة على النواحي العصبية الفيزيولوجية 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.

3- تنشأ من مثيرات سارة مثلما تنشأ من مثيرات مؤلمة:

ثبت أن الحوادث المرغوبة و غير 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.

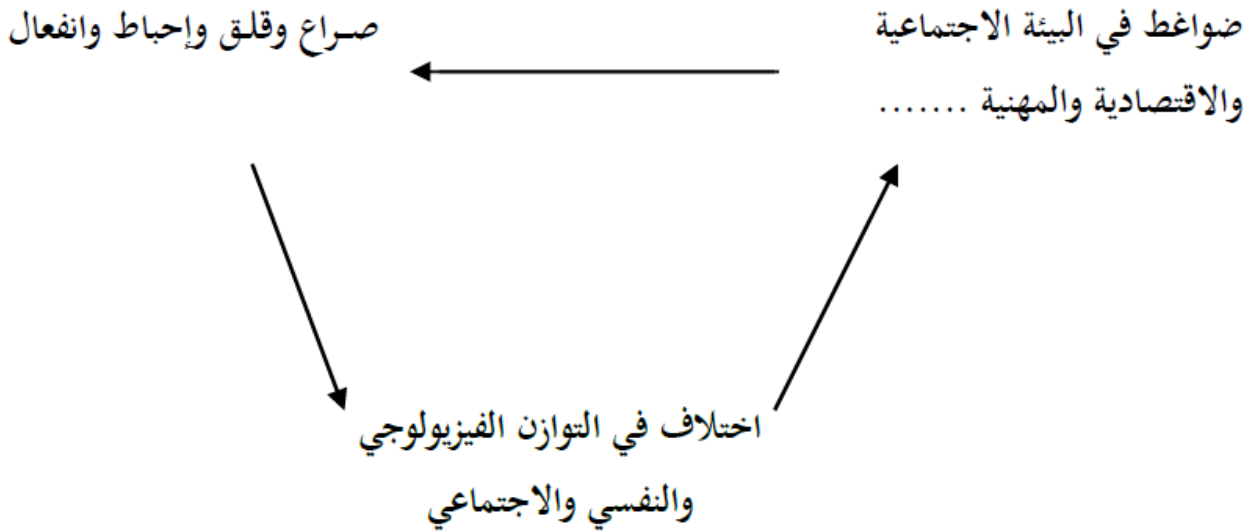
وهناك أيضا الضغط الناتج عن توقعات الآباء لطموح أبنائهم ورغباتهم وضرورة تطابقها مع هذه التوقعات ومواقف الفرحة والسرور الزائد، وذلك باعتبار أن الضغط هو استجابة غير نوعية للجسم، وأنه حالة فيزيولوجية ناتجة عن تغيرات في الأنشطة الأصلية، وما الحالات العقلية والعاطفية إلا مرشد للاستجابة الفيزيولوجية ولكنها ليست في حد ذاتها الضغط، السرور والألم يثيران هذه الاستجابة، فكلاهما تغير في الحالات التي يعمل الجسم في ظلها. (هارون توفيق الرشيد: 1999، ص 11)

4- علاقة الضغوط بنواتجها ديبالتيكية:

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، والانقاع 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 ديبالتيكية 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 إن هذه الأخيرة أدت بدورها إلى تشويه إدراك الوقائع الموجودة في البيئة واعتبارها مهددة وضاعطة.



شكل رقم 01: يوضح العلاقة الديالتيكية (الدائرية) بين الضغوط ونواتجها. (هارون توفيق الرشيد: 1999، ص 12)

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.

6- الضغوط ذات طبيعة وظيفية:

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

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 و الطبقة 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. (Fraser (T.M): 1981, P 41)

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 وتصلق 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.

1- 3 النظريات المفسرة للضغط المهني:

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

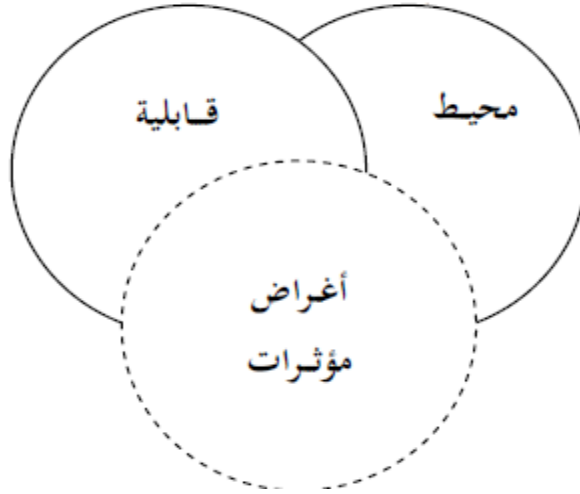
1- نظرية ماك لين (MC. LEAN):

ولقد قدم ماك في نظريته هذه سنة 1974 يتناول ثلاثي الأقسام يمثل المؤثرات، القابلية للانجرار والمحيط وبعد كل قسم من هذا التناول مبنيا على علاقة التفاعل والتداخل فيما بينها. (Fraser (T.M): 1981, p 45)

أ- المحيط (Le Contexte): تشبع المحيط لكل الميادين، الاجتماعي، المادي، الاقتصادي، السياسي وتدخل مؤثرات هذا المحيط في مستويات مختلفة الحياة الفرد (مادية، مهنية، عملية) وتلزم بعض المحيطات المهنية قدرات كبيرة التكيف معها وفقا لطبيعة العمل وخصائصه وتنشأ ظروف العمل غير الملائمة لقدرات وطاقات العمل ضغطا لدى أغليبتهم.

ب- قابلية الإنجرار (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 و توليد سياق الضغط ويوضح النموذج المتمثل في الشكل رقم 02 العوامل سالفة الذكر:

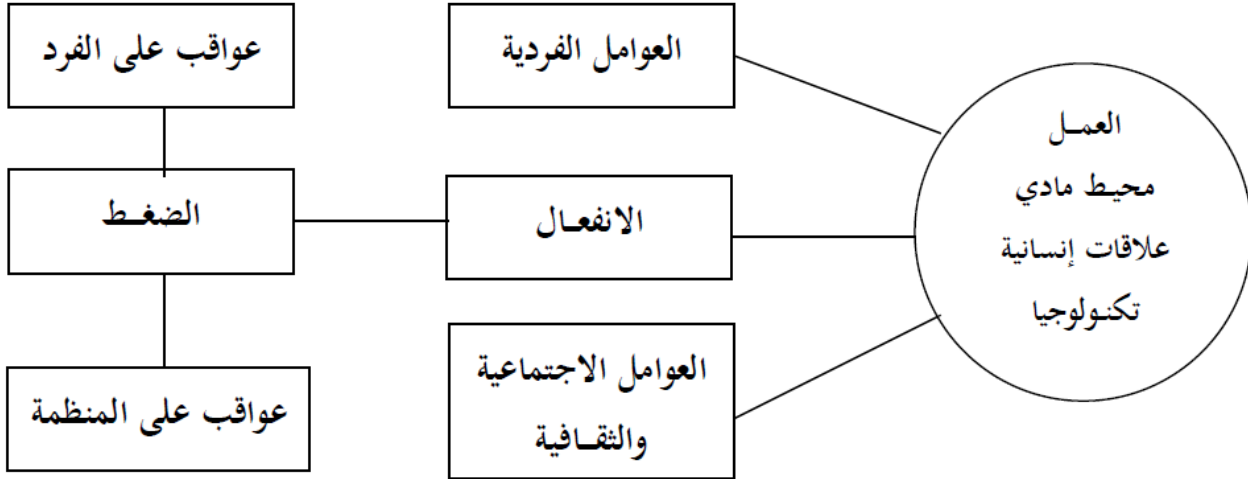


شكل رقم 02: نموذج ماك لين للضغط المهني " تفاعل العوامل "

يتضح من هذه النظرية حسب ماك لين أنه عندما تتقاطع مكونات الضغط المذكورة سالفًا، والمتمثلة في المؤثرات أو عوامل الضغط القابلة للانجراف، المحيط، فإن ذلك يؤدي بالضرورة إلى ظهور أعراض الضغط.

2- نظرية تور كوت: (P.R Turcotte)

يدرس تور كوت في نظريته التفاعل الموجود بين مؤثرات الضغط والاستجابة، تأثير المتغيرات المعدلة عليها، حيث يحاول توضيح العلاقة الموجودة بين المؤثرات واستجابة الفرد من خلال نموده سنة 1982 العمل التنظيمي كما هو موضح في الشكل رقم 03



شكل رقم 03 : نموذج توركوت للعمل التنظيمي. (دليله عيطوط: 1997، ص 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.

1-4 كيفية حدوث الضغط:

إن محاولة تكيف الجسم مع الموقف الذي يوجد فيه تترجم عن طريق استجابات عصبية هرمونية، وحسب هانز سيللي يحدث الضغط بعد أن يمر الجسم بثلاث مراحل يوضحها الشكل رقم 4 هي:

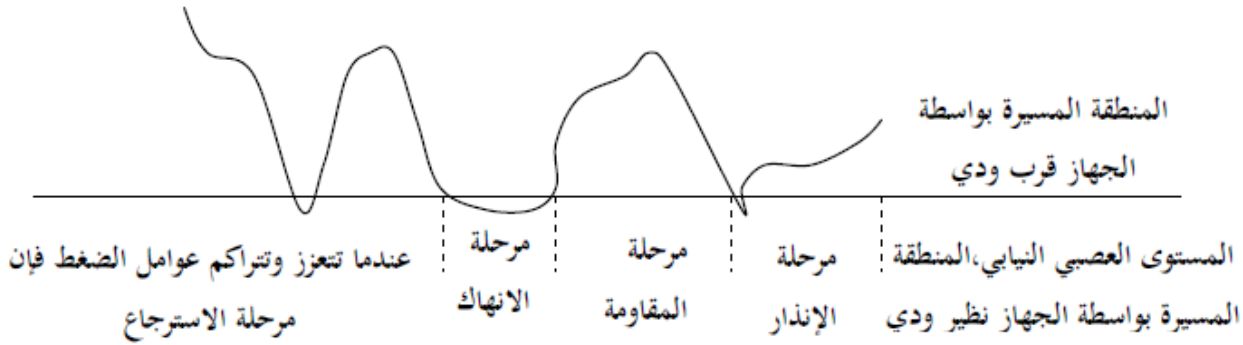
1- مرحلة الإنذار:

تكون هذه المرحلة تحت رقابة الجهاز الدوراني وتفاعلات الهدم والبناء في حالة يقظة، تتدخل أثناء هذه المرحلة الميكانيزمات الدفاعية للفرد، فيعقب 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.

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.



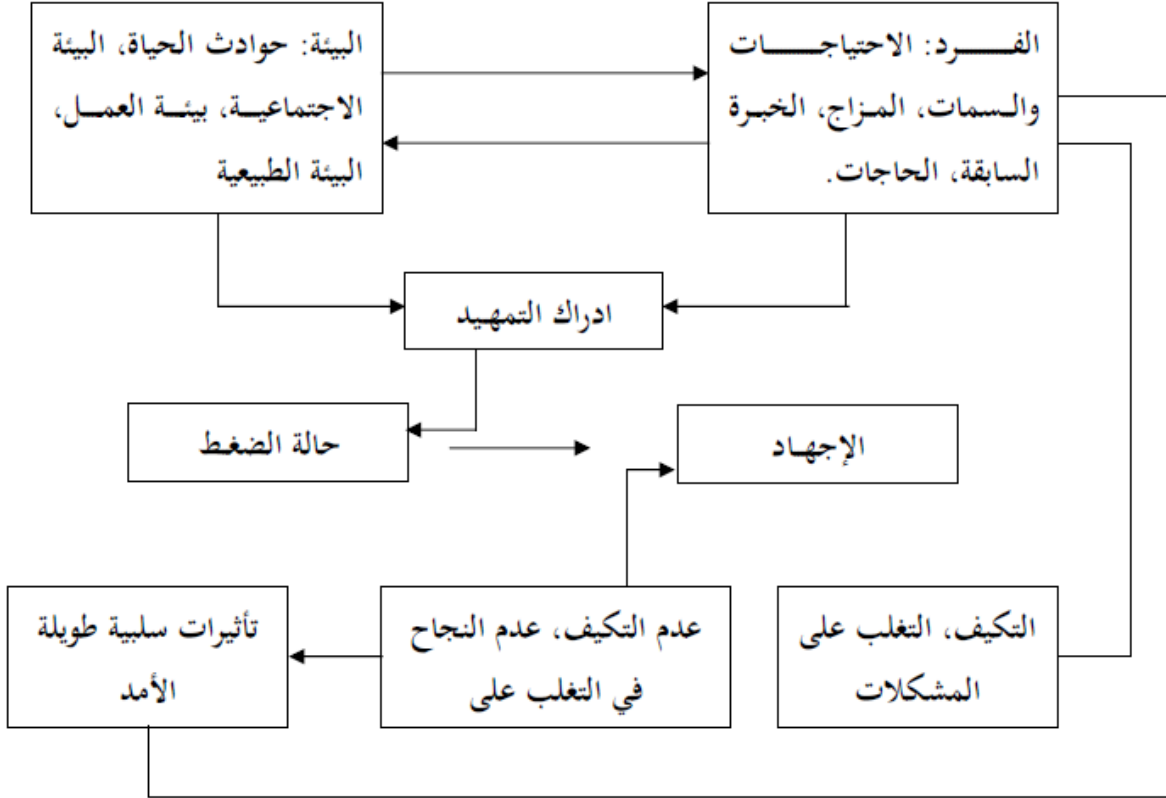
شكل رقم 04: يوضح أزمة (مراحل) الثلاث للضغط

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 سيللي، لكن هناك من أعطى رأيا آخر حول ديناميكية حدوث الضغط وهذا ما قام به العالم كوبر (Cooper) والذي يوضح لنا وجهة نظره من خلال نموذج الذي يبين فيه ديناميكية حدوث الضغط النفسي، والذي نعبر عنه من خلال الشكل رقم 05.



شكل رقم 05: يوضح ديناميكية حدوث الضغط المهني. (هارون توفيق الرشيد: 1999، ص 22)

تحدث حالة الضغط من خلال ديناميكية فيزيولوجية وسيكولوجية ناتجة عن إدراك حوادث خطيرة ومهددة ومعيقة لإشباع الحاجات، وتحقيق الأهداف ووجود أعباء ينيئها العمل، ومتطلبات تفوق قدرة الفرد وبيئته 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 الهضمي ومن الناحية النفسية تظهر اختلالات في دفاعات النفس وانهارها وتشوهات في الإدراك وتغيرات في المزاج يعبر عن هذه الحالة في صفات تظهر على أنه واقع تحت تأثير الضغط.

1- 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:

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 الأسمى (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.

1-1- استجابة ادرينالية:

الناجمة 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.

1-2- استجابة كورتيزولية:

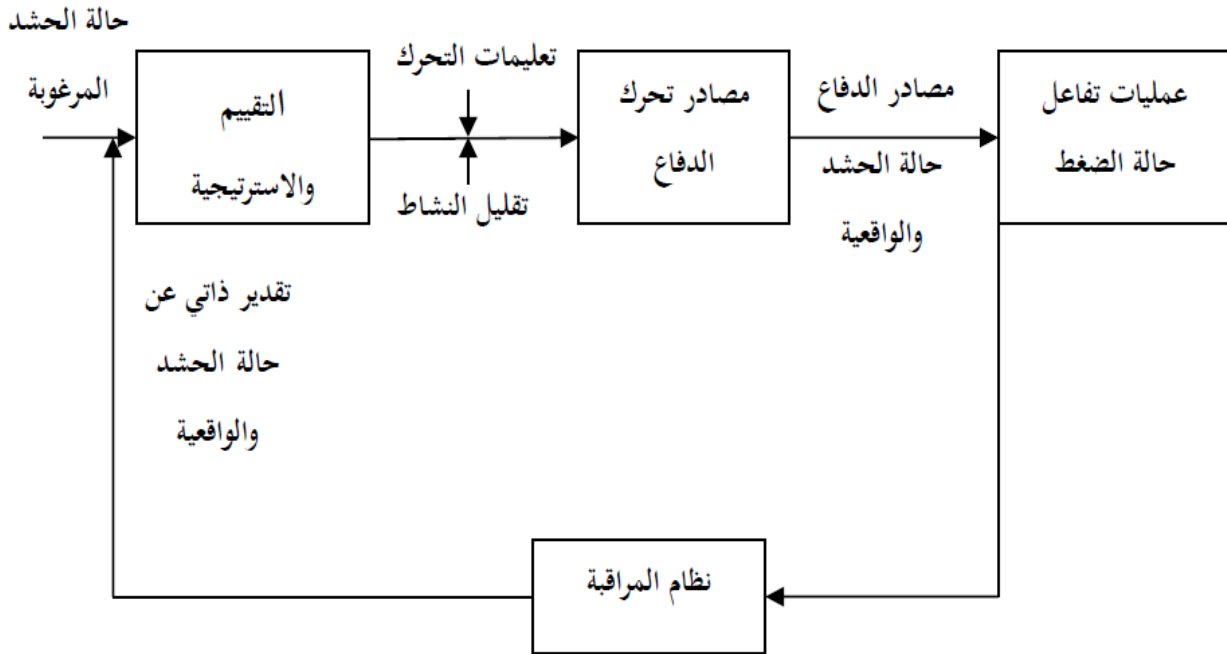
تأتي متأخرة وبطيئة يتم خلالها إفراز هرمون الكورتيزول من الغدة الكظرية الذي يساعد على تنظيم الوظائف الجسمية تحت الضغط ويهيأ الجسم لمرحلة الانفراج، إلا أن زيادة نسبته في الدم تسبب الضغط وتؤدي إلى إمساك الماء والملح في الجسم وارتفاع ضغط الدم، ولنقص كالسيوم العظام وإدرار البوتاسيوم في البول، وارتفاع الحموضة في المعدة مما يؤدي إلى ظهور قرحة المعدة والاثني عشر. (محمد نصر الدين ياحي: بدون تاريخ، ص 18)

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 الاجتماعية 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 06



شكل رقم 06: يوضح بناء الاستجابة للضغوط النفسية. (هارون توفيق الرشدي: 1999، ص

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 نظاما لمراقبة لكي لا يقرر متى تحدث الدفاعات ويشعر الفرد بهذه الوثبات الدفاعية وتنشط مراحلها، وحالة التهيؤ التي يكون عليها، حتى أنها تبدو في تقرير ذاتي

وأثناء ذلكتهب حالة من التقييم لتحديد إستراتيجية القرار لإعطاء تعليمات لمصادر تحرك الدفاع لمواجهة أو مقاومة حالة الضغط.

1-6 نماذج المختلفة للضغط:

هناك ثلاث نماذج مختلفة للضغط هي:

1- النموذج الأول (A):

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

2- النموذج الثاني (B):

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

3- النموذج الثالث (C):

هو النموذج الوسيط يقع بين النموذجين السابقين ويطابق النموذج المثالي للسلوكيات فالأشخاص الذين ينتمون إلى النموذج الأول يستجيبون عن طريق ميكانيزم Catecholaminique بينما يستجيب الأشخاص في النموذج الثاني بميكانيزم Corlicosaurrenalien، 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.

الشخصية 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.

نظرية هانز سيللي:

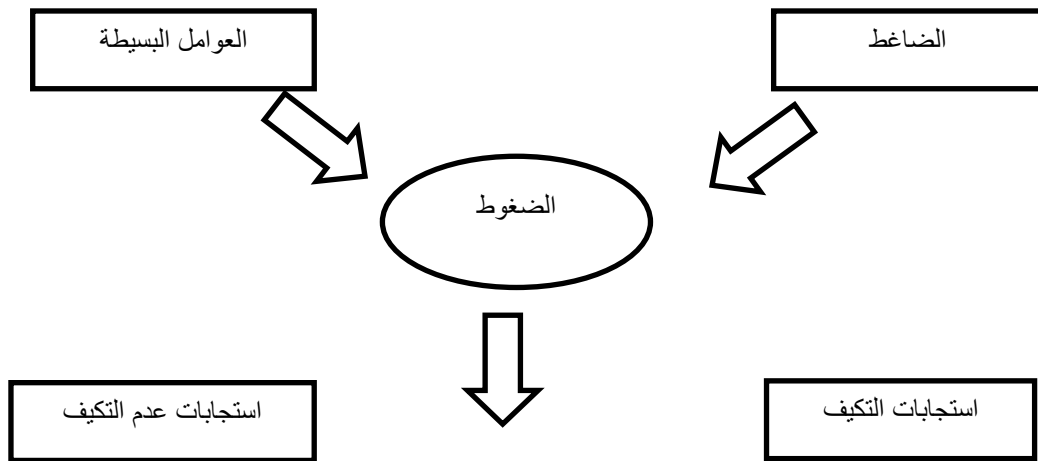
كان هانز سيللي بحكم تخصصه كطبيب يتأثر بتفسير الضغوط تفسيراً فيزيولوجياً وتتطلق نظرياته من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة العامل الضغط *stressor*، يمر الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة وأن هناك استجابة أو أنماطاً معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج أو بتعبير آخر أن الجسم البشري يقوم بنفس ردة الفعل الفيزيولوجي في مقابل أي شيء يؤثر على توازنه ويعتبر سيللي أن

أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضغط عالية وهدفها المحافظة على كيان والحياة وحدد سيلبي ثلاث مراحل للدفاع الضغط، ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

1-الفرع: ومنه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبادئ للضغط stressor ونتيجة هذه التغيرات التي تقل مقاومة الجسم، وقد تحدث الوفاة عندما تتهاى مقاومة الجسم ويكون الضاعط شديدا.

2- المقاومة: وتحدث عندما يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف ونتيجة رد الفعل هذا هي أن أجسامنا تكتسب قدرا فوق الطبيعي من الطاقة يمكنها أن تقاوم بهذا التهديد أو تتكيف به مع التغير.

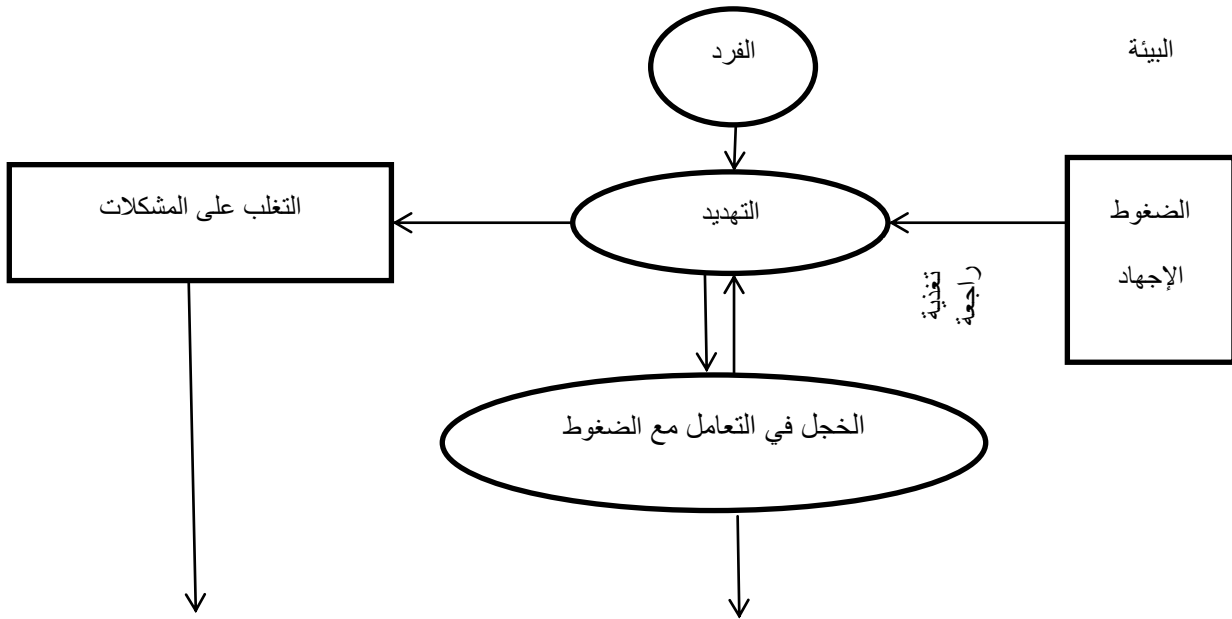
3- الإجهاد: مرحلة تعقب المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت وإن كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فقد استنفذت وأن كل الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة، فقد ينتج عنها أمراض التكيف ويمكن رصد هذه النظرية في الشكل التالي:



الشكل رقم 07: يوضح نموذج نظرية هانز سيلبي.

نموذج كوبر:

من خلال نموذج كوبر أسباب وتأثير الضغوط على الفرد ويذكر كوبر أنّ بيئة الفرد تعتبر مصدرا للضغوط ممّا يؤدي إلى وجود تهديد لحاجة من حاجات الفرد أو يشكل خطر يهدد الفرد وأهدافه في الحياة فيشعر بحالة الضغط ويحاول استخدام بعض الاستراتيجيات للتوافق مع الموقف، وإذا لم ينجح في التغلب على مشكلات واستمرار الضغوط لفترات طويلة فأنها تؤدي إلى بعض الأمراض مثل أمراض القلب والأمراض العقلية، كما تؤدي إلى زيادة القلق والاكتئاب وانخفاض تقدير الذات، ويمكن رصد نموذج كوبر.

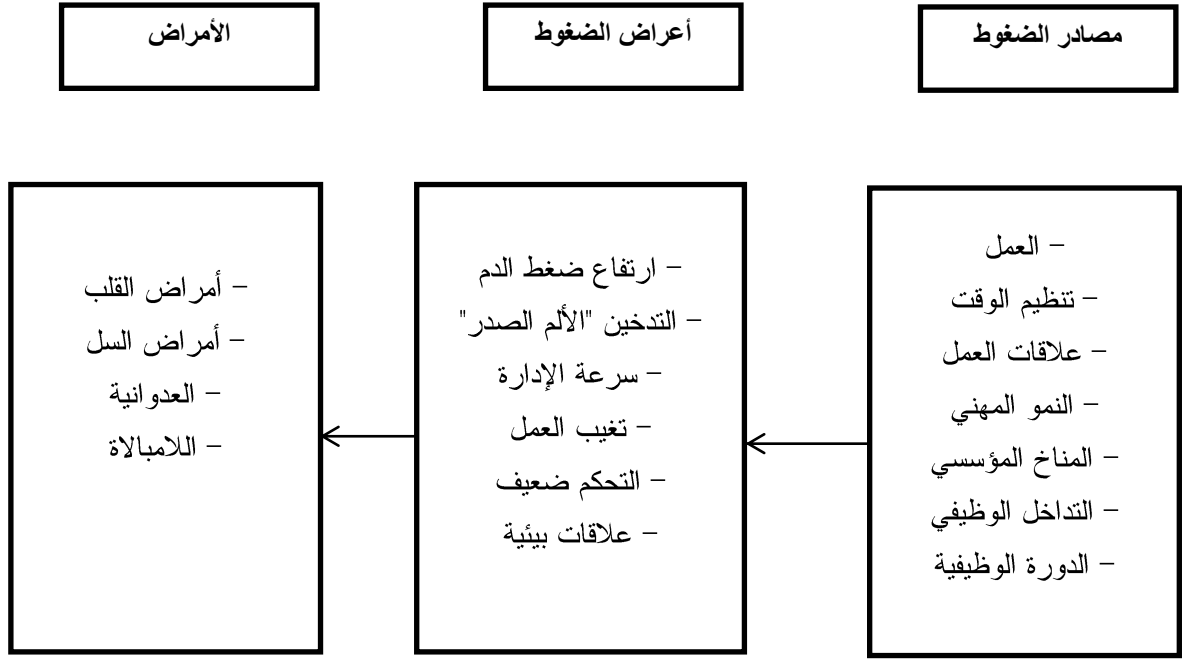


الشكل رقم 08: نموذج كوبر **فشل** **نجاح** 2001 نرد كنموذج للضغوط. (فاروق نجاح 2001

ص-102)

نموذج مارشال:

وفي هذه النظرية يحدد مارشال العوامل المسببة للضغوط في العمل، والأعراض التي تظهر على الفرد نتيجة تعرضه لضغوط العمل، وهي أعراض خاصة بالفرد تؤدي به في النهاية إلى أمراض القلب، وأعراض خاصة بالمؤسسة تؤدي إلى العدوانية وتكرار الحوادث ويمكن رصد نموذج مارشال في الشكل التالي:



الشكل رقم 09: يوضح نموذج مارشال للضغط (فاروق السيد عثمان: 2001، ص 109)

خلاصة

نستخلص انه لا بد أن تتوفر لدى الباحث في الخلفية النظرية معلومات تتماشى مع متطلبات بحثه وتخدمه بصفة تسمح له بتفسير النتائج وكذلك أن يلم الباحث بعدد كثير من المعلومات والنظريات التي يمكن من خلالها ربط الخلفية النظرية و الجانب التطبيقي لموضوع بحثه .

الفصل الرابع:

تحليل الدراسات السابقة والمتشابهة

4-1 . عرض الدراسات السابقة والمتشابهة .

4-2 . تحليل الدراسات السابقة والمتشابهة ومقارنتها
بالدراسة الحالية .

4-1. عرض الدراسات السابقة والمشابهة:

▪ الدراسة الأولى :

عنوان الدراسة: قام بها منير كريم ، 2012-2013، تحت عنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية - دراسة ميدانية بثانويات ولاية المسيلة

أهداف الدراسة :

- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المهارية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات الإنتاجية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
- ❖ التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفايات الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

منهج الدراسة: اعتمد الباحث على المنهج الوصفي

نتائج الدراسة: أسفرت نتائج الدراسة إلى مايلي :

- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة
- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والكفايات المعرفية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية المسيلة.

الدراسة الثانية :

عنوان الدراسة :قام بها مقورة عبد العالي ، 2014–2015 ، تحت عنوان الضغوط المهنية وعلاقتها بالاحترق النفسى لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي – دراسة ميدانية ببعض بلديات ولاية المسيلة.

أهداف الدراسة :

- ❖ كشف طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية والاحترق النفسى.
- ❖ التعريف بهذا المرض وإبراز مستوياته النفسية اعرضه والنتائج المترتبة عن ذلك.
- ❖ إثراء مكتبتنا بموضوع جديد حول الضغوط المهنية وعلاقتها بالاحترق النفسى.
- ❖ الكشف عن مثل هذه الظواهر وتجنب تأثيراتها السلبية.
- ❖ إلقاء الضوء على بعض المشكلات النفسية التي يعاني منها المعلمون في المجتمع المدرسي وكذلك طبيعة المشكلات المهنية المتعلقة بالمرحلة التعليمية.
- ❖ الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية للحد من الظاهرة ولإتمام دراسة مشابهة في المستقبل.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية والإجهاد الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.
- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية وتبلد المشاعر لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.
- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية ونقص الشعور بالانجاز لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.
- توجد علاقة بين أبعاد الضغوط المهنية والاحترق النفسى لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

الدراسة الثالثة :

عنوان الدراسة : قام بها زيداني عيسى 2015/ 2016 تحت عنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في الرياضية المدرسية."دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية برج بوعريرج".

أهداف الدراسة :

- معرفة مستوى الذكاء الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية.
- معرفة مدى تأثير الذكاء الانفعالي على بعد دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية.
- معرفة مدى تأثير الذكاء الانفعالي على بعد الفشل لدى تلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

النتائج المتوصل إليها:

- لتلاميذ الطور الثانوي المنخرطين في الرياضة المدرسية مستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي.
- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الانفعالي ومؤشرات دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الرياضة مدرسية.
- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الانفعالي ومؤشرات تجنب الفشل النجاح لدى تلاميذ الرياضة مدرسية.

الدراسة الرابعة :

عنوان الدراسة : قام به تيطراوي سمير 2016/2015 تحت عنوان مصادر الضغوط المهنية التي تؤثر على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب مواجهتها.

أهداف الدراسة :

- تحديد مستويات الضغوط المهنية لأساتذة التربية البدنية والرياضية.
- معرفة مدى تأثير مصادر الضغوط المهنية على الأداء البيداغوجي للأستاذ.
- معرفة مسببات الضغوط المهنية وكذا معرفة الأكثر تأثيرا على الأداء البيداغوجي في ظل الإصلاحات التربوية الجديدة.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

- يتعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية إلى مستوى مرتفع من الضغوط
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية وعامل الخبرة المهنية.

- توجد علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين مصادر الضغوط المهنية ماعدا الأعباء المهنية حيث لم تكن هناك علاقة ارتباطيه.
- تكون استراتيجيات مرتكزة على المواقف (الانسحاب، التفريغ الانفعالي، الإنكار...) أكثر استخداما من تلك المرتكزة على الانفعال (الخوف، الغضب، الشعور بالذنب...) عند أساتذة التربية البدنية.

الدراسة الخامسة :

عنوان الدراسة : قام به الياس حربي 2017/2016 تحت عنوان مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة . " دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية سطيف " .

أهداف الدراسة :

- معرفة الضغوط المرتبطة بعمل أساتذة التربية البدنية والرياضية مع التلاميذ.
- الكشف عن الضغوط المهنية التي يسببها نقص الإمكانيات المادية في المتوسطة .
- معرفة أن نقص الراتب الشهري لأساتذة التربية البدنية والرياضية يسبب ضغطا مهنيا له.
- الرغبة في الإلمام بالضغوط المهنية التي تكون من طرف المشرف التربوي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.
- الرغبة في الكشف عن الضغوط المهنية المرتبطة بالعلاقة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية وإدارة المتوسطة.
- الرغبة في الكشف عن الضغوط المهنية المرتبطة بالعلاقة بين أستاذ التربية البدنية والرياضية وزملائه في المتوسطة.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي.

النتائج المتوصل إليها :

- عدم تعرض أستاذ التربية البدنية والرياضية لضغوط مهنية في مرحلة التعليم المتوسط
- وجود ضغوط مهنية فيما يخص الإمكانيات المادية بالمتوسطة.
- عدم وجود ضغط عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية مع التلميذ أثناء الحصة.
- تربط أستاذ التربية البدنية والرياضية علاقة جيدة مع زملائه الأساتذة.
- مراعاة المشرف التربوي لأستاذ التربية البدنية والرياضية في مرحلة المتوسط وذلك بالاحترام المتبادل بينهم.

- علاقة وطيدة بين إدارة المتوسطة وأستاذ التربية البدنية والرياضية وذلك راجع إلى طبيعة عمل أستاذ التربية البدنية والرياضية.

الدراسة السادسة :

عنوان الدراسة :قام بها عبدلي نور الدين 2018 / 2019 تحت عنوان الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بالاحترق النفسي وأساليب مواجهة المشكلات.

أهداف الدراسة :

- قياس مستوى الذكاء ، ومدى وجود فروق في الذكاء الانفعالي تبعا لمتغيري : الجنس والمؤهل العلمي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة لمدينة باتنة.
- الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من الاحترق النفسي وأساليب مواجهة المشكلات

منهج الدراسة : المنهج الوصفي

نتائج الدراسة :

أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي ، وانخفاض في مستوى الاحترق النفسي

- وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وأساليب مواجهة المشكلات
- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب المواجهة والاحترق النفسي
- وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والاحترق النفسي
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيري الجنس والمؤهل العلمي.

4- 2. تحليل الدراسات السابقة والمتشابهة :

بعد استعراض الدراسات السابقة يتضح أن موضوع دراستنا الحالية لم يحظى بالكم الكافي من البحث، حيث لم يعثر الباحث على أي دراسة تتناول العلاقة بين متغيري البحث وهما الذكاء الانفعالي والضغوط المهنية للأساتذة في حدود اطلاعه.

✚ حيث أجريت هذه الدراسات ما بين 2013 و 2019.

✚ لهذا تنوعت أهداف الدراسات وفقا للهدف العام لكل دراسة.

✚ وقد اتفقت جميع الدراسات في إتباع نفس المنهج ألا وهو المنهج الوصفي ونحن في دراستنا سنعتمد على المنهج الوصفي.

✚ اختلاف وتنوع عينات الدراسات وطرق اختيارها تبعا لتنوع مجتمع الدراسة فمنها من طبقت على أساتذة التربية البدنية كما في دراسة منير كريم 2013، ودراسة مقورة عبد العالي 2015، ودراسة تيطراوي سمير 2016، ودراسة الياس حربي 2016، دراسة عبدلي نور الدين 2019، ومنها من طبقت على التلاميذ كما هو حال دراسة زيداني عيسى 2016، في حين ستكون عينة دراستنا الحالية على أساتذة التربية البدنية الرياضية.

✚ قد تم اختيار العينات بطريقة عشوائية بسيطة كما هو حال في دراسة كل من زيداني عيسى 2016، ودراسة تيطراوي سمير 2016، ودراسة الياس حربي 2017، في حين أخذنا في دراستنا جميع أفراد العينة كما هو حال دراسة كل من منير كريم 2013، ودراسة مقورة عبد العالي 2015، ودراسة عبدلي نور الدين 2019.

✚ كما نجد أن كل الدراسة اعتمدت على مقياس، حيث أن دراسة منير كريم 2013 اعتمدت على مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس الكفايات المهنية، ودراسة مقورة عبد العالي 2015 اعتمدت على مقياس الضغوط المهنية ومقياس الاحتراق النفسي، ودراسة زيداني عيسى 2016 على مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس دافعية الانجاز، ودراسة تيطراوي سمير 2016 فقد اعتمدت على مقياس الضغوط المهنية، ودراسة الياس حربي 2017 اعتمدت أيضا على مقياس الضغوط المهنية، ودراسة عبدلي نور الدين 2019 اعتمدت على مقياس الذكاء الانفعالي، مقياس الاحتراق النفسي ومقياس قائمة المواجهة في حين اعتمدت دراستنا الحالية على مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس الضغوط المهنية .

✚ في حين أن النتائج اختلفت حسب كل دراسة مذكورة أعلاه.

الفصل الخامس:

الاستنتاجات والاقتراحات

1-5- استنتاجات

2-5- اقتراحات

5-1- استنتاجات :

نظرا للظروف التي تمر بها البلاد من جراء تفشي وباء كوفيد 19, والذي طال أمددة لقرابة ثمانية أشهر تعذر علينا القيام بالإجراءات الميدانية للدراسة , وبعد اجتماع السادة الأساتذة تم اقتراح تحليل الدراسات السابقة والمشابهة كجانب تطبيقي .

من خلال الدراسات السابقة والمشابهة نستنتج أن لكل دراسة أعطت قيمة علمية لنتائج أفراد العينة وكذا مناقشتها وتحليلها لمعرفة أهم الجوانب المتدخلة في هذه العملية والخروج باستنتاج لكل فرضية من فرضيات الدراسة .

5-2- اقتراحات :

حرصا منا على أن تكون لهذه الدراسة قيمة وظيفية وعملية وبناء على نتائج الدراسات السابقة والمشابهة نوصي بما يلي :

– بناء برامج تربوية تعمل على تنمية الذكاء الانفعالي لما له من أهمية في دعم الذكاء العقلي والأكاديمي والإعداد للحياة الآمنة .

– ضرورة تضمين مهارات الذكاء الانفعالي وتدريبها ضمن المناهج الدراسية للطلاب في الجامعات.

– إقامة دورات تدريبية وإرشادية لتوضيح أهمية الذكاء الانفعالي في الحياة الاجتماعية والمهنية.

– الاهتمام بالذكاء الانفعالي وإكسابه للطلبة في جميع المستويات .

– مراعاة الإدارة التوزيع الأسبوعي للأستاذ.

– التفاعل الجيد بين الأساتذة لتحسين علاقاتهم بزملائهم في المهنة وتلاميذهم وإدارة الثانوية التي يعملون بها.

قائمة

المصادر

والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

1 – المصادر :

1- القرآن الكريم

2 – الحديث النبوي الشريف

2 – القواميس:

3- ابن منظور كمال الدين أبي الفضل، معجم المقاييس، دار الفكر للطباعة والنشر ط1، بيروت لبنان، 1989.

3 – المراجع باللغة العربية :

4 – أبو حطب صادق، القدرات العقلية، مكتبة أنجلو المصرية (ب، ط)، القاهرة، مصر، 1996.

5 – الجوزو محمد على، مفهوم العقل والقلب في القرآن والسنة، دار العلم للملايين، (ب، ط)، بيروت، لبنان، 1980.

6 – الخضر عثمان محمود، الذكاء الوجداني (إعادة صياغة مفهوم الذكاء)، شركة الإبداع الفكري للنشر والتوزيع، ط 2، الإسكندرية، مصر 2008.

7 – الخضري محسن، إدارة التغيير، الرضا للنشر والتوزيع، (ب، ط)، دمشق، سوريا، 2002.

8 – الزغلول عماد، مبادئ علم النفس التربوي، دار الكتاب الجامعي الإمارات العربية، ط 2، العين، الإمارات، 2004.

9 – السمادوني السيد إبراهيم، الذكاء الوجداني أسسه وتطبيقاته وتميمته، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1 عمان، الأردن، 2007.

10 – الشنقيطي سيد محمد، القلب في القرآن وأثره في سلوك الإنسان، دار اشبليا للنشر والتوزيع، ط1، الرياض، السعودية، 1996

11 – الشيخ سليمان الخضري، سيكولوجية الفروق الفردية في الذكاء، دار الميسرة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2008.

12 – أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، مصر، 2002.

قائمة المصادر والمراجع

- 13- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، عدنان دريوش جلون، التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، مصر، 1996.
- 14 - جابر عبد الحميد جابر، الذكاءات المتعددة والفهم (تنمية وتعميق)، دار الفكر العربي، (ب، ط)، القاهرة، مصر، 2003.
- 15 - هارون توفيق الرشيد، الضغوط النفسية وطبيعتها، ونظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها، مكتبة أنجلو المصرية، القاهرة، 1999.
- 16 - خليفة سعد، وليد السيد احمد، مراد علي عيسى، كيف يتعلم المخ الاضطرابات السلوكية والوجدانية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، مصر 2007.
- 17 - خوالدة محمود، الذكاء العاطفي والذكاء الانفعالي، دار الشروق للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، عمان، 2008.
- 18 - خوالدة محمود عبد الله محمد، الذكاء العاطفي، دار الشروق للنشر والتوزيع، ط1 عمان، الأردن، 2004.
- 19 - سالي علي حسن، الذكاء الوجداني لمعلمات الرياض للأطفال، دار المعرفة الجامعية، ط1، الإسكندرية، مصر، 2007.
- 20 - سعاد جبر سعيد، سيكولوجية التعبير، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2008.
- 21 - صفاء الأعسر، علاء الدين كفاي، الذكاء الوجداني، دار قباء للطباعة والنشر، ط1، القاهرة، مصر، 2000.
- 22 - عبد الهادي السيد عبده، فاروق السيد عثمان، القياس والاختبارات النفسية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2002.
- 23 - عدس محمد، دور العاطفة حياة الإنسان، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، عمان، الأردن، 1997.
- 24 - فاروق السيد عثمان، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2000.

قائمة المصادر والمراجع

- 25 – قاسم حسن حسين، علم النفس الرياضي ومبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، مطابع التعليم العالي، بغداد، العراق، 1990.
- 26 – كامل الفرخ شعبان، عبد الجابر تيم، النمو الانفعالي عند الطفل، دار الصفاء للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن، 1999 .
- 27 – محمد يعقوبي، معجم الفلسفة، أهم المصطلحات وأشهر الأعلام، الميزان للنشر والتوزيع، ط 2، الجزائر، 1998.
- 28 – مدثر سليم أحمد، الوضع الراهن في بحوث الذكاء المكتب الجامعي الحديث (ب، ط)، الإسكندرية، مصر، 2002.
- 29 – مسلم أبي الحسين، صحيح مسلم دار إحياء التراث العربي، ط1، بيروت، لبنان، 2000.
- 30 – معاوية محمود أبو غزال، النمو الانفعالي والاجتماعي من الرضاعة إلى المراهقة، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2011.
- 31 – مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية (ب، ط)، الجزائر، 1993.
- 32 – نجاتي محمد عثمان، القرآن وعلم النفس، دار الشروق، (ب، ط)، القاهرة، مصر، 2000.

4 – المراجع بالأجنبية :

- 33- FRASER (T. M): STRESS ET SATISFACTION EU TRAVILB .T .T GENEVE, SUISSE , 1981.
- 34-GREFTHS:PSYCHOLOGY AND MEDICINE , THE BRETISH PSYCHOLOGICAL SOCIETY , ENGLAND ,1981
- 35-GOLEMAN DQNIL , E;OTIONQL INTELLIGENEE , WHY IT CAN MATTER MORE THAN IQ ,NEW YORK ,A BANTEM BOOK ,1995.
- 36-LEVINSON, M.H"WORKING WITH ERNATIONAL INTELLIGNCE" AREVIEW OF GENERAL SEMANTICS VOL ,56,NO1,1999.
- 37-MAYER J, SALOVEY , EMOTINAL INTELLIGENEE , IN R STERNBERG (ED) ,HAND BOOK OF INTELLIGENEE , CAMBRIDGE , UK CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESSM 1997.

5- الدوريات والمجلات :

38- عبد العظيم سليمان المصدر، الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد 16، العدد الأول، جامعة الازهر، غزة، فلسطين، 2008.

39- محمد إبراهيم جودة هلال، دراسة لبعض مكونات الذكاء الوجداني في علاقتها بمركز التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية ببنها، المجلد 10، العدد 04، جامعة الزقازيق، مصر، 1999.

الأطروحات والرسائل العلمية :

40- رزق الله رنودة، فاعلية البرنامج التدريبي لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي، دراسة تجريبية في مدارس مدينة دمشق على عينة من تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا، 2006.

41- منير كريم، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، دراسة ميدانية بثانويات ولاية المسيلة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، غير منشورة، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2013.

42- مقورة عبد العالي، الضغوط المهنية وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي، دراسة ميدانية ببعض بلديات ولاية المسيلة، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر، غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2015.

43- عبدلي نور الدين، الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بالاحترق النفسي وأساليب مواجهة المشكلات، مذكرة مكملة لنيل شهادة الدكتوراه، غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2019.

44- زيداني عيسى، الذكاء الانفعالي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ مرحلة الثانوية المنخرطين في الرياضة المدرسية، دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية برج بوعريج، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2016.

45- الياس حربي، مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية من وجهة نظر الأساتذة، دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية سطيف، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2017.

قائمة المصادر والمراجع

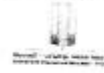
46- تيطراوي سمير، مصادر الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وأساليب مواجهتها، دراسة ميدانية بثانويات ولاية المسيلة، مذكرة لنيل شهادة الماستر، غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2016.

الملاحق

الملاحق

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Mohamed El-Bachir el-Djazer
Institut Des Sciences Et Techniques
Des Activités Physiques Sportives

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



الجامعة الجزائرية
جامعة محمد باقر
جامعة محمد باقر

قسم التربية البدنية

المسيلة في: 05...02...026

الرقم: 33/2019

إلى السيد (ة): مدير التربية...
المسيلة في: 05...02...026

طلب التماس مساعدة

في إطار العمل الميداني الذي يقوم عليه طلبة تكمية التخرج التقيين على
بيل شهادة (الليسانس، الماستر) في خلال الموسم الجامعي 2020/2019

فإننا نرجو من سيادتكم المحترمة السماح للطلبة الآتية أسماءهم التقرب
من مديرية التسيير... الموجودة على مستوى تزاب ولاية...
... والتي لها صلة بموضوع بحثكم.

الرقم	الاسم واللقب	المستوى	الرقم
01	صبرك حارس	ماستر	04
02			
03			
04			

الدكتور
مدير التربية
094_haps_nslia@yahoo.fr
الهاتف: 035 55 80 65

الطريق: 100 مرسية المسيلة - الجزائر

المسيلة في : 11 شهر 2020

مدير التربية
الى السيد :
مدير : ثانوية عبد الرحمان بن عوف
البلدية : عين الخضراء

مديرية التربية لولاية المسيلة
مصلحة التكوين والتفتيش
مكتب التكوين
رقم : 2020/4.5.4

الموضوع : ترخيص بإجراء (تربص ميداني)
بناء على مراسلة جامعة المسيلة

معهد علوم وثقافات النشاطات البدنية والرياضية قسم : التربية البدنية (السنة الثانية ماستر)

يرخص للطلبة :

الرقم	الإسم واللقب	تاريخ و مكان الإزدياد	رقم التسجيل
1	ميرك فارس	1994/04/22 مغرة	MZ01535115267
2			
3			
4			

بالدخول الى ... مؤسستكم

من 2020/02/09 الى غاية 2020/04/30

لإجراء تربص ميداني في المجالات التالية : حصص تطبيقية في مادة التربية البدنية والرياء

مع احترامهم للشروط التالية

العمل وفق ما يسمح به القانون وعدم التطرق الى عابث السرامفي
الإلتزام التام من طرف المترشحين باحترام القانون داخل المؤسسة المستقبلة وتخلعهم المسؤولية ازاء الإخلال بذلك
استغلال المعطومات المتحصل عليها خلال التربص في خدمة الجانب العلمي للمعابر السالفة الذكر لا غير
وضع رزنامة عمل لفائدة المترشحين من طرف المسؤول الأول للمؤسسة المستقبلة خلال الفترة المحددة
مراعاة السير العادي لانشطة المؤسسة
المطلوب من مؤسسة الإستقبال اتخاذ كل الترتيبات اللازمة لإنجاز العملية في ظروف عادية طبقا للتوجيهات الأتفة ال

مدير التربية لولاية المسيلة
مدير التربية
بتفويض منه
الأمين العام

