



Positive personality and its relationship to mental health among physical education teachers in Wasit Governorate schools
M. Dr. Fawaz Ali Abed Al- Quraishi

General Directorate of Wasit Education

Abstract

The research goal is to:

To identify the reality of positive personality among physical education teachers in Wasit Governorate's central schools. To identify the reality of mental health among physical education teachers in Wasit Governorate's central schools. To identify the nature and strength of the correlation between positive personality and mental health among physical education teachers in Wasit Governorate's central schools.

The researcher used the descriptive approach with its survey style and correlational relationships as a research method.

The researcher identified the research community using the intentional method, which is the male and female physical education teachers of the schools of Wasit Governorate Center for the academic year (2024-2025 AD), numbering (200) male and female teachers, with (125) male teachers and (75) female teachers.

The research problem was identified and formulated in the form of the following questions: What is the reality of the positive personality and mental health enjoyed by the research sample.? Is there a correlation between the research variables? What is its significance and strength.?

To achieve the objectives, the researcher used the scales (Shenishil, Farouk Jabbar, 2023), (for positive personality and mental health), which were constructed by him on a sample of physical education teachers in Maysan Governorate for the academic year (2022-2023). The first scale consists of (40) paragraphs distributed over (five areas) and five-point answer options, and the second scale consists of (56) paragraphs distributed over (eight areas) and five-point answer options. The most important conclusions reached by the researcher were: The existence of a significant correlation between the studied research variables (positive personality and mental health). As for the direction and strength of the correlation, the results showed that it was positive and strong. The most important recommendations are: Conducting further research on the variables of the current study with other variables such as the relationship of positive personality to the formation of attitudes towards implementing the physical education lesson, as well as the relationship of self-esteem to mental health among male and female physical education teachers. The results of the current study will be used by the relevant supervisors as a database of the positive personality and mental health of male and female physical education teachers in the schools of Wasit Governorate.

Keywords: Positive personality, mental health, physical education teachers.



الشخصية الايجابية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط

م. د فواز علي عبد القرشي

المديرية العامة للتربية واسط

Fawaza234@uowasit.edu.iq

مستخلص البحث

هدف البحث الى:

التعرف على واقع الشخصية الايجابية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط. التعرف على واقع الصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية للشخصية الايجابية والصحة النفسية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط، وقتها.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وال العلاقات الارتباطية منهجاً للبحث. وحدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية، وهم مدرسو ومدرسات التربية الرياضية لمدارس مركز محافظة واسط للعام الدراسي (2024-2025) والبالغ عددهم (200) مدرس ومدرسة بواقع (125) مدرس و(75) مدرسة. وتم تحديد مشكلة البحث وصياغتها على شكل التساؤلات الآتي: ما هو واقع ما تتمتع به عينة البحث من شخصية ايجابية وصحة نفسية؟ وهل توجد علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث؟ وما دلالتها وقتها؟ ولتحقيق الاهداف، استخدم الباحث مقياسى (شنيشل، فاروق جبار، 2023)، (الشخصية الايجابية، والصحة النفسية) وللذان تم بنائهما من قبله على عينةٍ من معلمي التربية الرياضية محافظة ميسان للعام الدراسي (2022-2023)، ويكون المقياس الاول من (40) فقرة موزعة على (خمسة مجالات)، وبدائل اجابة خماسي، والمقياس الثاني تكون من (56) فقرة موزعة على (ثمانية مجالات) وبدائل اجابة خماسي. وكانت اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث هي: وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيرات البحث المدروسة (الشخصية الايجابية والصحة النفسية)، اما اتجاه وقوة الارتباط بينت النتائج انها كان طردية وقوية. اما اهم التوصيات فهي: اجراء بحوث اخرى لمتغيرات الدراسة الحالية بمتغيرات اخرى مثل علاقة الشخصية الايجابية بتكوين الاتجاهات نحو تنفيذ درس التربية الرياضية. وكذلك علاقة تقدير الذات بالصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية. والاستفادة من نتائج الدراسة الحالية من قبل الاشراف الاختصاص كقاعدة بيانات لواقع الشخصية الايجابية والصحة النفسية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

الكلمات المفتاحية: الشخصية الايجابية، الصحة النفسية، مدرسو ومدرسات التربية الرياضية.

1- التعريف بالبحث:**1.1 مقدمة البحث واهميته:**

يعد مدرسو ومدرسات التربية الرياضية المحور الاساس الذي يعتمد عليه في تربية النشاء الجديد، وهم مكون رئيسي في العملية التربوية، واحد العوامل المؤثرة في تطويرها ويتوقف هذا الاثر على مدى وعيهم واخلاصهم وكفایتهم في عملهم لاخراج درس التربية الرياضية.

فدرس التربية الرياضية من الدروس المهمة في المدرسة لما يحققه هذا الدرس من اهداف ترويحية ونفسية تعمل على تنمية شخصية الطلبة من خلال التركيز على الجوانب العملية في الدرس، ومنها اكتساب المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المختلفة واكتساب القدرات البدنية، وتطوير الاداء المهاري والمعرفي، والاجتماعي، اضافة الى غرس الصفات النفسية ومنها الثقة بالنفس والشجاعة وغرس روح التعاون والتحمل وسرعة البديه وتحكيم الانفعالي، ولغرض النجاح في اخراج درس التربية الرياضية لابد ان يتحلى المدرسوون والمدرسات بالشخصية الايجابية.

فالشخصية الايجابية هي مجموعة من السمات الشخصية والسلوكية التي يتميز بها الفرد وتجعله اكثر سعادة من خلال التعامل مع التحديات بمواصفات ايجابية، تتضمن التفكير الايجابي والقدرة على التكيف، والرضا عن الذات والتعامل الايجابي مع الاخرين والتفاؤل في مواجهة المستقبل، وهذا ما يجب ان يتمتع به مدرسو ومدرسات التربية الرياضية، لأن درس التربية الرياضية من الدروس الترويحية والذي يجب ان تكون شخصية من يقود ويقدم هذا الدرس تتسم بالإيجابية، لتعكس بالإيجاب على نفوس الطلبة من خلال التفاؤل والشعور بالسعادة والرضا، ويعد هذا الشعور الايجابي في الدرس هو نوع من تقديم الذات الجيد ومدلول على الصحة النفسية لديهم.

فالصحة النفسية هي حالة الفرد السائدة التي يكون فيها مستقراً، ومتواافقاً نفسياً، واجتماعياً مع الشعور بالسعادة مع الاخرين وتقدير الذات، واستغلال المهارات والكفاءة الذاتية بأقصى حد ممكن، اي انها السمة الايجابية التي يجب ان يتمتع بها مدرسو ومدرسات التربية الرياضية وتجسيدها على شكل سلوك في الدرس اتجاه ذاتهم والآخرين من الطلبة ليترفع من خلال ذلك معدل الطموح والإنجاز لدى الطلبة.

وتكمّن أهمية الدراسة الحالية بانها تسلط الضوء على جزء مهم من الكادر التربوي في المدرسة وهم مدرسو ومدرسات التربية الرياضية من خلال دراسة وتحديد واقع ما تتمتع به العينة من معدلات الشخصية الايجابية والصحة النفسية لغرض الاستفادة من نتائج هذه البحث من قبل العاملين على درس التربية الرياضية وهم قسم النشاط الرياضي والاشراف الاختصاص لوضع الحلول التي تعمل على تدعيم السلوك الايجابي لديهم وتمتعهم بالصحة النفسية لما له من انعكاسات جيدة على الطلبة.



1- مشكلة البحث:

تم تحديد مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحث كونه مدرس تربية رياضية ولديه خدمة لأكثر من عشرين سنة، فضلاً على الاطلاع على العديد من المصادر التي لم تتناول هذه المتغيرات ومجتمع البحث الذي تم تحديده، حسب علم الباحث وما لهذه المتغيرات من أهمية في تكوين شخصية مدرسي ومدراس التربية الرياضية ودورها في ادارة درس التربية الرياضة مما دفع الباحث الى دراسة هذه المشكلة وصياغتها على شكل التساؤلات الآتي:

ما واقع ما تتمتع به عينة البحث من شخصية ايجابية وصحة نفسية؟ وهل توجد علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث؟ وما دلالتها وقوتها؟

2- اهداف البحث:

هدف البحث الى:

1. التعرف على واقع الشخصية الايجابية لدى مدرسي ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

2. التعرف على واقع الصحة النفسية لدى مدرسي ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط

3. التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية للشخصية الايجابية والصحة النفسية لمدرسي ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط، وقوتها.

3- فروض البحث:

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية لمتوسط العينة على حساب الوسط الفرضي لمقاييس الشخصية الايجابية لدى مدرسي ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

2. هناك فروق ذات دلالة احصائية لمتوسط العينة على حساب الوسط الفرضي لمقاييس الصحة النفسية لدى مدرسي ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

3. هناك علاقة ارتباط بين متغيري الشخصية الايجابية والصحة النفسية لدى مدرسي ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

4- مجالات البحث:

4-1 المجال البشري: مدرسو ومدراس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط للعام الدراسي (2024-2025).

4-2 المجال الزمني: الفترة من (2024/9/29) ولغاية (2025/6/7).

4-3 المجال المكاني: قاعة مدرسة النجاح الابتدائية للبنين.



2- منهجة البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

المنهج " هو الطريقة التي يتوصل بها الباحث بكيفية علمية منطقية منسقة مع الواقع الى ادراك حقيقة من الحقائق التي كان يجهلها، وهو السبيل الى اكتساب المعرفة اليقينية" (الشوك، والكبيسي 2006، ص51)، وعلى هذا الاساس تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المحسي وال العلاقات الارتباطية لملائمة في حل هذه المشكلة التي يدرسها الباحث.

2-2 مجتمع البحث وعياته:

حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية، وهم مدرسو ومدرسات التربية الرياضية لمدارس مركز محافظة واسط للعام الدراسي (2024-2025م) والبالغ عددهم (200) مدرس ومدرسة بواقع (125) مدرس و(75) مدرسة، وقسمة المجتمع على النحو الاتي:

2-2-1 العينة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة للتجربة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية، بواقع (15) مدرس ومدرسة من مجتمع الاصل وتم استبعادهم عن التجربة الرئيسية.

2-2-2 عينة التجربة الرئيسية:

تم اختيار عينة التجربة الرئيسية بواقع (175) مدرس ومدرسة من مجتمع الاصل وقسمت الى (105) مدرس و(70) مدرسة من مدرسي التربية الرياضية للعام الدراسي (2024-2025م) مع غياب (10) عن الحضور في يوم اجراء التجربة الرئيسية.

2-3 وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة بالبحث:

لكي يستطيع الباحث من التوصل لحل مشكلة البحث التي يتم دراستها لابد ان يوفر الادوات والاجهزة الخاصة ببحثه والتي تضمن نجاحه في اتمام البحث بالطريقة العلمية وتحقيق النتائج الدقيقة، وان ادوات البحث يقصد بها " الوسيلة او الطريقة التي يستطيع الباحث بها حل مشكلته، مهما كانت تشمل الأدوات، (بيانات، الاجهزة والادوات، والعينات)" (محجوب,2003,ص163)، واستعان الباحث في دراسته بالوسائل والادوات الاتية:

- الدراسات السابقة والبحوث العلمية الخاصة بمتغيرات البحث.
- المقابلات الشخصية مع الخبراء والمتخصصين.
- المصادر العلمية العربية والاجنبية.
- الشبكة الدولية الالكترونية للمعلومات.
- الملاحظة.
- حاسوب لابتوب محمول نوع (hp) عدد (1).

- استمارة الاستبانة لبيان صدق المحتوى للخبراء والمحترفين.
- مقاييس الشخصية الايجابية والصحة النفسية.
- استمارة تفريغ البيانات.

2-4-2 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 اجراءات استخدام مقاييس البحث:

اولاً: مقاييس الشخصية الايجابية:

تم استخدام مقاييس (شنيشل، فاروق جبار، 2023) للشخصية الايجابية، والذي تم بنائه من قبله على عينة من معلمي التربية الرياضية محافظة ميسان للعام الدراسي (2022 - 2023) والذي يتكون، من (40) فقرة ينظر ملحق (1)، موزعة على خمسة مجالات وهي (التحكم الانفعالي، التفاؤل، الثقة بالنفس، الشجاعة، والانسانية) بمجموعة من الفقرات السلبية والايجابية وبديل اجابة (مفتاح التصحيح) خماسي بحسب مقاييس التقدير الرقمي (التدرج) على النحو الاتي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) ويتم احتساب اوزان الاستجابة للفقرات الايجابية من (5 - 1)، والعكس للفقرات السلبية وكانت اعلى قيمة يمكن ان يحصل عليها المستجيب على المقاييس هي (200) درجة وادنى قيمة (40) درجة وبذلك تصبح قيمة الوسط الفرضي للمقاييس (120) درجة.

ثانياً: مقاييس الصحة النفسية:

كذلك تم استخدام مقاييس (شنيشل، فاروق جبار، 2023) والذي تم اعداده من قبله على نفس العينة وهم معلمي التربية الرياضية لمحافظة ميسان للعام الدراسي (2022 - 2023) والذي يتتألف من (56) فقرة ينظر ملحق (2)، موزع على ثمانية مجالات وهي (السعادة في الحياة، الرضا عن الذات، رضا الاخرين، الرضا المهني، الخلو النسبي من الاعراض المرضية، وجود معنى في الحياة، الامن النفسي، والامن الاقتصادي)، بمجموعة من الفقرات السلبية والايجابية وبديل اجابة (مفتاح التصحيح) خماسي بحسب مقاييس التقدير الرقمي (التدرج) على النحو الاتي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) ويتم احتساب اوزان الاستجابة للفقرات الايجابية من (5 - 1)، والعكس للفقرات السلبية وكانت اعلى قيمة يمكن ان يحصل عليها المستجيب على المقاييس هي (280) درجة وادنى قيمة (56) درجة وبذلك تصبح قيمة الوسط الفرضي للمقاييس (168) درجة.

2-4-1-1 تحديد الهدف من المقاييس:

هدف الباحث من مقاييس البحث هو التعرف على واقع (الشخصية الايجابية والصحة النفسية) لعينة البحث لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط، للعام الدراسي (2024-2025م) ثم التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية، بين متغيرا البحث.



٤-١-٢ إعداد تعليمات الإجابة للمقياسين:

هي الطريقة التي ترشد المستجيب عن كيفية الاستجابة على المقياسين بحيث تكون بمثابة الدليل التي ترشد العينة لكيفية الإجابة بالصورة الصحيحة مع منحهم الطمأنينة، ان الإجابات تحظى بالسرية مع وضع مثال محلول عن كيفية استخدام بدائل الإجابة من خلال وضع علامة في المربع الذي يمثل الحالة الشعورية للمستجيب.

ولغرض اتمام اجراءات البحث واستخدام مقياس (الشخصية الايجابية) الذي تم بناءه، ومقاييس (الصحة النفسية) الذي تم اعداده من قبل (شنيشل) عام (2023)م على عينة من معلمي التربية الرياضية محافظة ميسان وللحائق من مصداقية العبارات بأنها تقيس الحالة الشعورية للعينة التي يهدف الباحث الى دراستها وهم مدرسو ومدرسات التربية الرياضية للعام الدراسي (2024-2025)م كان لابد للباحث ان يقوم بإجراء صدق المحتوى، على الرغم من انه لم يمضي على المقياسين من البناء والاعداد الا عام واحد.

٤-٢ صدق المحتوى:

قام الباحث بالتأكد من صدق المحتوى لمقاييس (الشخصية الايجابية، والصحة النفسية) من خلال عرض المقياسين على عدد من الخبراء والمحترفين في مجال علم النفس الرياضي والتربوي والبالغ عددهم (9) خبيراً ومحترفاً، للتحقق من مدى صدق المقياسين في قياس واقع العينة مدرسو ومدرسات التربية الرياضية للعام الدراسي (2024-2025)م، وتبيّن عند جمع الاستمرارات وتحليلها احصائياً باستخدام معادلة (کا2) ان الخبراء والمحترفين ارائهم متطابقة في صدق المقياسين، في الاستخدام بحيث بلغت قيمة (کا2) المحسوبة (9) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3,84) عند درجة حرية (1) ومستوى الدلالة (0,05).

٤-٣ التجربة الاستطلاعية للمقياسين:

قام الباحث بأداء التجربة الاستطلاعية في يوم (الاحد) الموافق 2024/10/13 على عينة مقدارها (15) مدرس ومدرسة من مدرسي التربية الرياضية من القائمين على الاعداد للمؤتمر السنوي الذي يقيمه قسم النشاط الرياضي والكشفي للمديرية العامة للتربية واسط مدارس المركز ، وتم اختيارهم، افراد عينة التجربة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية عن طريق توزيع استمار استبيان المقياسين في قاعة مدرسة النجاح الابتدائية التي سيقام فيها المؤتمر السنوي، وان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على جميع المعوقات التي من الممكن ان ترافق التجربة الرئيسية وكذلك التعرف الزمن الذي تستغرقه العينة في الإجابة على المقياسين ومدى فهم العينة لطريقة الإجابة واستخدام البدائل المحددة للإجابة على المقياسين او اي معوقات في فهم عبارات الفقرات والاستفسار عنها وتبيّن من التجربة انه لا توجد اي معوقات تحول دون تطبيق التجربة الرئيسية.



٤-٤-٢ التجربة الرئيسية:

تم تطبيق التجربة الرئيسية على عينة التطبيق والبالغ عددها (175) مدرس ومدرسة من المشاركين في المؤتمر السنوي للنشاط الرياضي، والعينة مقسمة بواقع (105) مدرس و(70) مدرسة، بحيث تم توزيع استمرارات مقياسي (الشخصية الايجابية، والصحة النفسية) ينظر ملحق (1) و(2)، على العينة في قاعة مدرسة النجاح التي كانت تحضن المؤتمر، في يوم الاثنين الموافق 15/10/2024 على المدارس، ويوم الثلاثاء 16/10/2024 تم توزيع الاستمرارات على المدرسین.

٤-٤-٣ تصحيح المقياسين:

ان عملية تصحيح المقياس تعني اعطاء درجة لكل بديل من بدائل الاجابة على الفقرة التي تم الاستجابة عليها من قبل المستجيب وفق اوزان بدائل الاجابة المعدة من قبل الباحث في المقياس، لـاعطاء الدرجة النهائية لكل استماراة وحسب بدائل الاجابة، وبعد جمع الاستمرارات وتصحیحها تم استبعاد (19) استماراة لعدم مطابقتها شروط الاستجابة من حيث وضع اکثر من اشارة استجابة على نفس الفقرة او عدم وجود اشارة على احدى الفقرات مما يعني ان الاستماراة مستبعدة وكانت الاستمارات المستبعدة بواقع (15) استماراة للمدرسين و(4) استمرارات للمدارس، وبذلك يصبح عدد الاستمرارات المقبولة والتي تم تصحیحها (156) استماراة من اصل (175) استماراة مقسمة بواقع (90) استماراة للمدرسين و(66) استماراة للمدارس من الاستمرارات التي تم اعتماد نتائجها في التحليل الاحصائي لتحقيق اهداف البحث.

٣- عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها:

لعرض استحصال النتائج استخدام الباحث الحقيقة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، ومن ثم عرضها وتحليلها ومناقشتها على وفق الاهداف التي وضعت في البحث وعلى النحو الآتي:

٣-١ عرض وتحليل نتائج الهدف الاول ومناقشتها:

هدف البحث الاول هو: (التعرف على واقع الشخصية الايجابية لدى مدرسي ومدارس التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط).

رقم الاربعاء في المكتبة الوطنية 2439

جامعة

جامعة

(1) الجدول

يبيّن واقع الشخصية الايجابية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

نوع الدلالة	قيمة sig	قيمة (t) المحسوبة	الوسط الفرضي	\pm	n	حجم العينة	المعالم الاحصائية المتغير
معنوي	0,000	35,24	120	16,49	166,54	156	الشخصية الايجابية

عند درجة حرية (155) ومستوى دلالة (0,05)

من الجدول (1) يتبيّن ان قيمة الوسط الحسابي للعينة على مقياس (الشخصية الايجابية) بلغ (166,54) وكانت قيمة الانحراف المعياري مقدارها (16,49) وبلغت قيمة (t) المحسوبة لعينة واحدة (35,24) وقيمة درجة مستوى الثقة (sig) بلغت (0,000) وهي اقل من قيمة درجة مستوى الدلالة البالغ (0,05)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط العينة والوسط الفرضي البالغة قيمته (120) على مقياس (الشخصية الايجابية) ولصالح متوسط العينة.

وتبيّن من الجدول اعلاه وبحسب القيم الاحصائية التي حصل عليها الباحث باستخدام برنامج (spss)، الحقيقة الاحصائية للعلوم الاجتماعية ان قيمة متوسط الفروق بين الوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي بلغ (46,53) وهذا يدل على ان مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط تتمتع بواقع (جيد جداً) لمتغير الشخصية الايجابية.

ويعزو الباحث هذا الواقع الذي حصلت عليه العينة على المقياس، الى تحقيقها ابعاد الشخصية الايجابية التي حدتها دراسة (بيتر لوستر 1974) والتي ذكرها (سلمان، 2014)، وهي: (التفاؤل، الثقة بالنفس، الشجاعة، الانسانية، الحرص، الاستقلالية، الايثار، القدرة على التكيف مع الضغوط)، (سلمان، 2014، ص 28).

وان هذه الابعاد المتحققـة هي ما يجب ان يتمتع به مدرسو ومدرسات التربية الرياضية كمدلول للشخصية الايجابية لأنها الاساس في نجاح الدرس وبناء علاقات اجتماعية جيدة مع ادارة المدرسة وملائـها من التخصـصـات الاخرى، وكذلك ان النـتـائـجـ المـتحقـقةـ والتـيـ اـفـرـزـتـهاـ اـجـابـاتـ العـيـنةـ تـعودـ الىـ طـبـيـعـةـ شـخـصـيـتـهـ الـقـيـادـيـةـ الـمـقـائـلـةـ وـالـمـنـضـبـطـةـ الـقـادـرـةـ عـلـىـ اـيـجـادـ الـحـلـوـلـ بـالـإـمـكـانـاتـ الـبـسـيـطـةـ لـإنـجـاحـ الـدـرـسـ،ـ معـ تـمـتعـهـ بـهـوـيـةـ ظـرـفـيـةـ قـادـرـةـ عـلـىـ تـجـسـيدـ شـخـصـيـةـ الـقـدوـةـ وـالـمـثـلـ الـاـعـلـىـ الـصـالـحـ،ـ لـجـمـيعـ الـطـلـبـةـ فـيـ كـيـفـيـةـ اـخـرـاجـ دـرـسـ الـرـياـضـةـ الـعـلـمـيـ الـذـيـ يـخـتـلـفـ تـامـاـ عـنـ بـقـيـةـ الـدـرـوـسـ الـنـظـرـيـةـ كـوـنـ دـرـسـ الـرـياـضـةـ

من الدروس الترويحية الذي يعد محطة لتجديد النشاط للطلبة بين الدروس من خلال الانشطة الرياضية والفعاليات الكشفية التي تمارس، والتي تعمل على غرس روح التعاون واللعب الجماعي والمشاركة بالمناسة الشريفة وغرس القيم الأخلاقية والتربوية مع التأكيد على خبرات النجاح ورفع الثقة بالنفس كون الدرس تفاعلي من الجانب العملي اكثر من بقية الدروس، وهذا لا يمكن تحقيقه اذا لم يتمتع المدرسوون والمدرسات بالشخصية الايجابية لتنعكس على شخصية الطلبة وبناء جيل سليم نفسياً مبني على اساس بُعد التعامل الانساني الجيد، كون مدرسو ومدرسات التربية الرياضة هم قريبون جداً من الطلبة ولديهم معرفة ودرية بمختلف مشاكلهم ومساعدتهم على ايجاد الحلول المناسبة لها، وان كل ما ذكر اعلاه يأتي متطابق مع ما ذكره (ملحم, 2002)، عن تعريف الشخصية الايجابية على انها "ذلك النظام الكامل من الميول والاستعدادات الجسمية والعقلية الثابتة نسبياً، والتي تعد مميزة خاصاً للفرد، لتحدد اسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية" (ملحم, 2002, ص301).

وبذلك فإن الدراسة الحالية تتفق في نتائجها في قياس الشخصية الايجابية مع نتائج دراسة (سلمان, 2014) ودراسة (شنيشل, 2023) والتي اظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح معلمي ومعلمات التربية الرياضية في متغير الشخصية الايجابية. وان النتائج التي توصل اليها الباحث جاءت متطابقة مع فرض البحث الاول، الذي اشار الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح متوسط العينة، (مدرس ودرسات التربية الرياضية)، على حساب الوسط الفرضي لمقاييس الشخصية الايجابية.

2-3 عرض وتحليل نتائج الهدف الثاني ومناقشتها :

هدف البحث الثاني الى: (التعرف على واقع الصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط)

الجدول (2)

يبين واقع الصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط

نوع الدلالة	قيمة sig	قيمة (t) المحسوبة	الوسط الفرضي	± ع	س	حجم العينة	المعالم الاحصائية المتغير
معنوي	0,000	22,08	168	27,25	216,18	156	الصحة النفسية

عند درجة حرية (155) ومستوى دلالة (0,05)

من الجدول (2) يتبيّن ان قيمة الوسط الحسابي للعينة على مقاييس (الصحة النفسية) بلغ (216,18) وكانت قيمة الانحراف المعياري مقدارها (27,25) وبلغت قيمة (t) المحسوبة لعينة واحدة

(22,08) قيمة درجة مستوى الثقة (sig) بلغت (0,000) وهي اقل من قيمة درجة مستوى الدلالة البالغ (0,05)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط العينة والوسط الفرضي البالغة قيمته (168) على مقياس (الصحة النفسية) ولصالح متوسط العينة.

وتبين من الجدول اعلاه وبحسب القيم الاحصائية التي حصل عليها الباحث باستخدام برنامج (spss)، الحقيقة الاحصائية للعلوم الاجتماعية ان قيمة متوسط الفروق بين الوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي بلغ (48,17) وهذا يدل على ان مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط تتمتع بواقع (جيد) لمتغير الصحة النفسية.

ويعزّو الباحث هذه النتيجة إلى تحقيق العينة لأبعاد مقياس الصحة النفسية التي تم تحديدها ومنها (السعادة في الحياة) التي تتعكس من خلال طبيعة درس الرياضة الذي يُعد من الدروس الترويحية التي تعمل على إشعار الطلبة بالسعادة نتيجة لطبيعة الأنشطة الرياضية المختلفة التي تمارس بالدرس وإن هذه السعادة التي يشعر بها الطلبة تتعكس بالإيجابية والسعادة (والرضا عن الذات) للعينة لشعورهم انهم قدمو شيئاً مهم للطلبة وهو الترويح عنهم، في ظل ضغط الاجواء الدراسية، كذلك حققت العينة بعد (الرضا المهني) لعملهم بكل جد وخلاص لأداء المهام الموكلة اليهم وتحقيق خطة الدرس والوصول إلى الاهداف التربوية والتعليمية وانهم حققوا ما مناط بهم من واجبات مهنية بالصورة الصحيحة مما يُشعّرهم بالصحة النفسية و(الرضا عن الذات)، وإن كل ما يبذل من جهد من قبلهم في المدرسة رغم ضغوط العمل وقلة الامكانيات يعطّيهم (معنى في الحياة) ويشعّرهم بـ (الامن النفسي)، وانهم يتعايشوون ضمن بيئه تربوية يسودها الحب المتبادل والاحترام مع الطلبة وكذلك مع الادارة ، والزملاء من الكادر التربوي في المدرسة لتحقيق الصحة النفسية، والتي لها دور في حياتهم، اذ يذكر محمود، (2013) عن أهمية الصحة النفسي على انها ترفع من قدرة الفرد على مواجهة الشدائـد والصعب والإحباط، كذلك تساعد على اتخاذ القرار الصائب والمناسب بسهولة ويسراً، وتتميـ قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته ورغباته، بما يحقق أتزاناً وسلوكاً مقبولاً. (محمود، 2013، ص46)، وكذلك تعمل على زيادة كفاءة وانتاجية الفرد ووحدات التماـسـك في المجتمع من خلال زيادة التعاون بين الافراد، وخفض اعداد العدائين والسلبيـن. (الدهاري، 2005، ص202)، لتحقيق الامن والارتياح النفسي والرفاهية لأفراد المجتمع. (الشاذلي، 2001، ص31).

وبذلك فإن الدراسة الحالية تتفق في نتائجها في قياس الصحة النفسية مع نتائج دراسة (علي الزبيدي، 2018) ودراسة (رشا التدمري، 2021) والتي توصلت إلى أن مدرسي ومعلمي التربية



الرياضية يتمتعون بالصحة النفسية من خلال وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح مدرسي ومعلمي التربية الرياضية في متغير الصحة النفسية.

وان النتائج التي توصل اليها الباحث جاءت متطابقة مع فرض البحث الثاني، الذي اشار الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح متوسط العينة (مدرس و مدرسات التربية الرياضية)، على حساب الوسط الفرضي لمقياس الصحة النفسية.

3-3 عرض وتحليل نتائج الهدف الثالث ومناقشتها:

كان هدف البحث الثالث هو (التعرف على العلاقة الارتباطية بين الشخصية الايجابية والصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط).

الجدول (3) Wasit Journal of Sports Sciences

يبين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة قيمه (R) المحسوبة ومستوى الثقة ونوع الدلالة لمقياس الشخصية الايجابية والصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

اتجاه وقوة الارتباط	نوع الارتباط	مستوى الثقة Sig	قيمة (R) المحسوبة	\pm	S	وحدة القياس	المعالم الاحصائية المتغير
طريقي قوي	معنوي	0,000	0,740	16,49	166,54	الدرجة	الشخصية الايجابية
				27,25	216,18	الدرجة	الصحة النفسية

عند درجة حرية (154) ومستوى دلالة (0,05)

من الجدول (3) يتبيّن ان قيمة الوسط الحسابي للعينة على مقياس (الشخصية الايجابية) بلغ (166,54) والانحراف المعياري بلغ ما مقداره (16,49) وكذلك بلغ الوسط الحسابي للعينة على مقياس الصحة النفسية (216,18) والانحراف المعياري بلغ ما مقداره (27,25) وان قيمة درجة معامل الارتباط البسيط بيرسون، (R) المحسوبة بلغت (0,740) بمستوى ثقة لدرجة (sig) بلغ (0,000) وهي اقل من قيمة درجة مستوى الدلالة البالغ (0,05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيرات البحث المدروسة (الشخصية الايجابية والصحة النفسية)، اما اتجاه وقوة الارتباط بينت النتائج انه كان (طريقياً) قوياً، لأن درجة الارتباط كانت في المؤشر (الرابع) الذي تكون فيه دلالة الارتباط قوية اي تكون محصورة ما بين (0,7) الى اقل من (0,9) وهذا ما اشار اليه (محمد مطر العجيلي، 2022) الى انه هناك

رقم الاربعاء في المكتبة الوطنية 2439

العديد من الطرائق التي يمكن من خلالها الحكم على قوة وعلاقة الارتباط حسب قربها او بعدها عن (1+) او - (1). (العجيلي, 2022, ص185)

وهذه النتائج تدل على انه كلما تمت مدرسو ومدرسات التربية الرياضية بواقع مرتفع من الشخصية الايجابية وابعادها المتمثلة ب (التحكم الانفعالي، التفاؤل، الثقة بالنفس، الشجاعة، الانسانية) كان ذلك مؤشراً على الصحة النفسية

ويعزى الباحث النتائج المتحققة من علاقة الارتباط المعنوية الطردية القوية بين متغيرات البحث (المستقل والتابع) الشخصية الايجابية والصحة النفسية كون ان مؤشر تحقيق الصحة النفسية يعتمد على تحقيق ابعاد المتغير المستقل الشخصية الايجابية وهي (التحكم الانفعالي، التفاؤل، الثقة بالنفس، الشجاعة، والانسانية) وهذا ما دلت عليه نتائج القياس من تمت العينة بواقع (جيد جداً) من الشخصية الايجابية، (فالتحكم الانفعالي) مدلو من مدلولات الشخص السوي الذي يتمتع بالصحة النفسية من خلال تحكمه بانفعالاته اثناء ادارة درس التربية الرياضية كونه من الدروس الصعبة اثناء تطبيق مفردات الخطة وكيفية ضبط الطلبة واعطاء التعليمات وتشكيل الماجموع كون الدرس غير روتيني ويعتمد على جلوس الطلبة في الصف، بل هو عبارة عن صف مفتوح يتخلله الكثير من الحركات واداء المهارات، وحركة الطلبة من مجموعة الى مجموعة اخرى واعطاء التعذية الراجعة والتعزيز واللعبة الترويحية وكل ذلك يتخلله الكثير من الاصدح الضاغطة التي تحتاج الى التحكم الانفعالي الجيد من قبل مدرسي ومدرسات التربية الرياضية. وتذكر (يسمين عمر حلاوة، 2016) ان التحكم الانفعالي هو قدرة الفرد على ضبط افعالاته، فلا تظهر بشدة سواء افعالات الغضب، والغيرة، او الحب، ويظهر بدل عنها الحلم، وكظم الغيط، وعدم الاهتمام بصغر امور، فالشخص المحكم بانفعالاته يتصرف بقوة الشخصية ولديه مهارات افعالية في التعامل مع الضغوط والازمات ويتمتع بصحة نفسية جيدة. (حلاوة، 2016، ص2). وينظر الى الامور بكل (تفاؤل وشجاعة) وهمما بعدان من ابعاد الشخصية الايجابية ومدلول لمن يتمتع بهما كمؤشر للصحة النفسية وان التفاؤل الذي تتمتع به العينة يتماشى مع ثقافة الشعب العراقي السائدة والذي يتضمن قيمياً دينية وروحية تدعو الفرد الى التفاؤل وصناعة الامل وتحدي الظروف الصعبة مهما اشتدت، والابتعاد قدر المستطاع عن التشاوئ وموجهة كل الظروف بشجاعة، والشجاعة عكس الضعف وتعني القوة وعرفها (دونالد كليفتون)، بانها القدرة على اتيان الأداء الأفضل في نشاط معين، (سلمان، 2014، ص41)، وهذا ما يعمل عليه مدرسو ومدرسات التربية الرياضي اثناء تكليفهم بجميع النشاطات الصافية وغير الصافية بكل (ثقة بالنفس) مع التحلی بالجنبة (الانسانية) وان الثقة بالنفس تعني احترام الفرد لذاته وتقبله ايها مع الثقة بإمكانياته وقدراته في حل المشكلات واتمام المهام المكلف بها بكل نجاح مع الابتعاد عن الشعور بالخجل او الاحساس بالنقص



في المواقف الاجتماعية مع امتلاك القدرة على الاعتراف بالأخطاء، ويدرك (محمد، 2004) انه ليس هناك من ينكر العلاقة الوثيقة بين (الثقة بالنفس والصحة النفسية)، وذلك لأنه الصحة النفسية تسليم شرطاً مهماً واسسياً الا وهو الثقة بالنفس فالفرد الصحيح نفسياً يستمتع بثقته بنفسه، بينما الفرد المريض نفسياً يعني من انعدام الثقة بالنفس، وما الصحة النفسية الا هي تعبيراً سلوكياً للثقة بالنفس. (محمد، 2004، ص354)، ولا يخفى علاقة بعد الجنبة (الانسانية) وهي بعد من ابعاد الشخصية الايجابية وارتباطه كمدلول للصحة النفسية وهي سمة يتميز بها مدرسو ومدرسات التربية البدنية لقربهم من الطلبة بحسب طبيعة درس الرياضة وادارة الاحاديث لتحقيق الهدف التربوي والتعامل الابوي مع الطلبة والتعرف على مشكلاتهم لغرض حلها.

وان نتائج الدراسة الحالية التي توصل اليها الباحث من العلاقة الارتباطية بين متغير الشخصية الايجابية والصحة النفسية جاءت متطابقة مع دراستي (سلمان، 2014)، و(شنيشل، 2023) التي بيّنت وجود علاقة ارتباط طردي قوي بين متغيري الشخصية الايجابية والصحة النفسية، وان النتائج التي توصل اليها الباحث جاءت متطابقة مع فرض البحث الثالث الذي اشار الى وجود علاقة ارتباط بين متغير الشخصية الايجابية والصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1- الاستنتاجات:

من خلال النتائج، توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية:

- إن مدرسي ومدرسات التربية الرياضية لمدارس مركز محافظة واسط يتمتعون بواقع (جيد جداً) من الشخصية الايجابية وهذا ما دلت عليه نتائج القياس.
- إن مدرسي ومدرسات التربية الرياضية لمدارس مركز محافظة واسط يتمتعون بواقع (جيد) من الصحة النفسية وهذا ما دلت عليه نتائج القياس.
- هناك علاقة ارتباط طردية قوية ما بين متغير الشخصية الايجابية والصحة النفسية.

2- التوصيات:

- اجراء بحوث اخرى لمتغيرات الدراسة الحالية بمتغيرات اخرى مثل علاقة الشخصية الايجابية بتكوين الاتجاهات نحو تنفيذ درس التربية الرياضية. وكذلك علاقة تقدير الذات بالصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية
- اجراء دراسة مقارنة الواقع الشخصية الايجابية والصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية بدلالة الجنس.



3. الاستعانة بالبرامج الارشادية (المعرفية- السلوكية) لتحسين واقع الشخصية الايجابية والصحة النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية خلال الدورات التطويرية التي يقيمها قسم النشاط الرياضي وحسب المنهاج السنوي.
4. الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية من قبل الاشراف الاختصاص كقاعدة بيانات لواقع الشخصية الايجابية والصحة النفسية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية مدارس مركز محافظة واسط.
5. اعتبار الدراسة الحالية محك مقارنة النتائج مع دراسة اخرى تكون لمدارس الارياف والاقضية والنواحي لمحافظة واسط لمتغيرات الدراسة الحالية (الشخصية الايجابية والصحة النفسية).

للمصادر

- الدهاري، صالح محسن (2005): **مبادئ الصحة النفسية**، الاردن، دار وائل للطباعة.
- الشاذلي، عبد الحميد محمد (2001): **الصحة النفسية وسociology الشخصية** ، ط2 ، الإسكندرية، المكتبة الجامعية.
- الشوك، نوري ابراهيم و الكبيسي، رافع صالح فتحي (2006): **دليل الباحث لكتابه الابحاث في التربية الرياضية** ، بغداد، دار النهضة للطباعة.
- العجيلى، محمد مطر (2022): **الإحصاء** ، العراق، بابل، مؤسسة دار الصادق الثقافية.
- حلاوة، ياسمين عمر(2016): **الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات**، (رسالة ماجستير كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة دمشق).
- سلمان، صادق حسن جعفر(2014): **سمات الشخصية الايجابية وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية**، (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاداب، قسم علم النفس، جامعة بغداد).
- شنيش، فاروق جبار (2023): **الذكاء الأخلاقي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية والصحة النفسية لمعلمي التربية الرياضية في محافظة ميسان**، (اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، الجامعة المستنصرية).
- محجوب، وجيه (2003): **البحث العلمي ومناهجه**، بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر .
- محمد، جاسم محمد (2004): **مشكلات الصحة النفسية، امراضها - علاجها** ، ط1، عمان مكتبة دار الثقافة.
- محمود، محمود كاظم (2013): **الصحة النفسية مفاهيم نظرية وأسس تطبيقية** ، ط1، عمان، دار صفاء.
- ملحم، سامي محمد (2002): **مناهج البحث التربوي في علم النفس**، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

رقم الاربعاء في المكتبة الوطنية 2439

الملاحق

ملحق (1)

مقياس الشخصية الابحاثية

الكلمة	أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	الفقرات	ت
أواجهه من ينتقدني دون أن أتفعل .						1	
أشعر بالاضطراب عند مواجهتي لمشكلات تتطلب اتخاذ قرار سريع .						2	
اعد نفسي منضبطا في المواقف الحرجية.						3	
أشعر بأنني هادي الطبع .						4	
أتحكم بانفعالاتي عندما لا ينفذ الطلبة توجيهاتي بالشكل المطلوب						5	
أوبح الطلبة المشاكين بقسوة عند قيامهم بتصرفات غير لائقة أثناء أداء المهارات الرياضية .						6	
أشعر بالانزعاج حينما ترفض طلباتي من قبل الإدارة المدرسية .						7	
أغضب بسهولة في المواقف التي لا ترضيني.						8	
استمتع بالخطيط لمستقبل المهني.						9	
أؤمن بأن لكل مشكلة حل .						10	
أتوقع النجاح عندما أبدأ في عمل شيء جديد.						11	
متفائل دوماً بأن يصبح لدرس التربية الرياضية قيمة و شأنها في المستقبل.						12	
يراودني الشعور بالأمل في كل الأوقات.						13	
أؤمن بمقوله تفاءلا بالخير تجدوه .						14	
أنظر إلى الجانب الإيجابي من الحياة.						15	
أحب الخير لنفسي ولزملائي .						16	
اتفأله بأن يكون الغد أفضل من اليوم.						17	
اتخذ قراراتي من دون تردد.						18	
امتلك الكفاءة عند مناقشة موضوع مرتبط باختصاصي.						19	
لدي ثقة عالية بنفسي تمكني من قيادة درسي بالشكل المطلوب.						20	
أجد صعوبة في التعبير عما بداخلي .						21	
أثق بقدراتي ومهاراتي الرياضية التي تجعل مني معلماً ناجحاً.						22	
أقنع بأن المشاركة في الفعاليات والأنشطة الرياضية تزيد من ثقتي بنفسى .						23	
استشارتي لزملائي المدرسين من نفس اختصاصي لا يقلل من شأنى .						24	
يثق مدير المدرسة كثيراً بإمكانياتي وقدراتي المهنية والعلمية						25	

نحو

نحو

لدي الشجاعة الكافية لمواجهة التحديات التي تواجهني في عملي	26
اتحمل مسؤولية أخطائي بنفسي ولا أعزوها للإدارة المدرسية .	27
احاول تنمية صفة الشجاعة والتحدي لدى الطلبة من خلال بعض الالعاب الصغيرة.	28
أرى ان الاعذار عن الأخطاء من شيم الشجاعان	29
أتهرب من المواقف التي تتطلب الحزم والشجاعة	30
أشعر بالقلق والخوف عندما يزورني مشرف الاختصاص.	31
أشجع الطلبة دائماً على أداء الحركات والمهارات الرياضية بشكل جيد .	32
أتعامل بشكل أبيوي مع الطلبة بعيداً عن حياتي الشخصية .	33
أشفق كثيراً على الطلبة الأيتام والفقراء وأحاول مساعدتهم قدر الإمكان .	34
أشعر بالضيق عندما تتحاز الإدارة المدرسية لبعض المدرسين	35
أشعر بحب المدرسين لي عندما أتسم بروح المرح وحس الدعاية.	36
أبادر للمشاركة في الاعمال الخيرية والانسانية.	37
أقدم المساعدة والعون قدر الإمكان لزملائي	38
أتعامل مع زملائي وكأنهم أخوانى .	39
نتعاون جميعاً عندما يقع أحد زملائنا في مشكلة	40

ملحق (2)

مقياس الصحة النفسية

الفرئات	ت
أشعر بالسعادة لأن حياتي تستحق العيش.	1
أشعر بالسعادة لأنني قادر على حل المشاكل التي قد تواجهني في المدرسة.	2
أشعر بالحزن عندما أجد الطلبة غير سعداء.	3
أشعر بالارتياح عندما أنجز مهامي المدرسية على أكمل وجه .	4
منذ فترة والاحباط يملأ حياتي.	5
أشعر بالاطمئنان عندما أجد الطلبة سعداء .	6
الشعور باليأس يقلل من همي.	7
أشعر بالحزن رغم أنني راض عن نفسي.	8
أتفاءل بالرغم من الضغوط التي تدور من حولي.	9

نحو

نحو

					أظهر لآخرين أنني سعيد ولكنني غير ذلك.	10
					حياتي مليئة بالتعب رغم قلة المشاكل في عملي.	11
					رغم المواقف الصعبة التي تواجهني ، إلا أنني أعمل بجدية.	12
					أشعر أن السعادة الحقيقية لا توجد في حياتي.	13
					أشعر بالضيق سريعاً عندما أقع في أي مشكلة	14
					معاملة زملائي لي تجعلني راض عن نفسي.	15
					بالرغم أنني أبذل مجهود كبير إلا أنني غير راض عن نفسي.	16
					أنا راض عن نفسي رغم ضغوط العمل.	17
					أيماني بالله يجعلني راض عن نفسي.	18
					أشعر بالرضا عن ذاتي للالتزام بواجباتي المهنية والدينية.	19
					أشعر بالرضا لأنني أعمل بجدية.	20
					عندما أقصر في أداء واجباتي أشعر بتأنيب الضمير.	21
					أشعر بأن إدارة المدرسة راضية عنِّي.	22
					أشعر أن معظم زملائي راضين عنِّي.	23
					منذ البدء بعملي وزملائي يتقبلونني.	24
					رغم المجهودات التي أقوم بها إلا أن المشرفين الاختصاص غير راضين عنِّي.	25
					أشعر أن الله راض عنِّي.	26
					أحاول أن أتصرف بطريقة لائقة أمام الآخرين	27
					أحسن من أفعالي كي يتقبلني زملائي.	28
					أشعر بأن تخصصي مهم وله دور كبير في المدرسة.	29
					تخصصي له أهمية من بلد إلى آخر.	30
					أرغب بتغيير مكان عملي في بعض الأوقات.	31
					أحب تخصصي بغض النظر عن تقبل الآخرين له .	32
					المدرسوون ينظرون لتخصصي على أنه غير مهم.	33
					أرى أن مهنتي في المستقبل لها قيمة.	34
					أعاني من بعض الأمراض النفسية.	35
					أشعر بأنني أعاني من بعض المشاكل.	36
					أود الذهاب إلى طبيب نفسي في بعض الفترات.	37
					بعض زملائي المدرسين يعانون من الأمراض النفسية .	38
					أعاني من بعض الاضطرابات النفسية.	39
					أوقات النوم لدى غير منتظمة.	40

نحو نحو

نحو نحو

					لدي عزيمة وإرادة في إيجاد معنى في حياتي.	41
					حب المهنة هو الأساس الذي يجعل لحياتي معنى.	42
					عندما ألتزم دينياً وأخلاقياً تكون لحياتي قيمة كبيرة.	43
					معنياتي المرتفعة لها دور في إيجاد معنى في حياتي.	44
					الإحباط المتكرر يجعل حياتي بلا معنى.	45
					ينتابني شعور بعدم الاطمئنان تجاه مستقبلي .	46
					أشعر بالأمان عندما أكون مع أصدقائي.	47
					أشعر بعدم القدرة على حل مشاكل رغب محاولتي ذلك.	48
					أشعر بالقلق تجاه مستوى التعليم الحالي.	49
					أحياناً أعاني من الخوف دون سبب يذكر.	50
					وضعى المادى غير مستقر.	51
					الأمور الماديه تسترعى اهتمامي أكثر من أي شيء آخر.	52
					أجد صعوبة في حياتي الماديه.	53
					رغم أن تخصصي مهم ، إلا أنني أشعر بافتقاره للدعم الكافي من قبل الجهات المسؤولة	54
					أشعر بالقلق لعدم اطمئناني على مستقبلي من الناحية الماديه.	55
					راتبي الذي أتقاضاه غير كافي بالنسبة لي.	56

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

رقم الاربعاء في المكتبة الوطنية 2439