



## Occupational pressures on physical education teachers in Mosul city center

Lec. Zyad Qasim Yahya\* 

Directorate General of Education in Nineveh, Iraq.

\*Corresponding author: [zyadzly2a3d4@gmail.com](mailto:zyadzly2a3d4@gmail.com)

Received: 04-08-2025

Publication: 28-12-2025

### Abstract

This research aimed to identify the level of occupational stress among physical education teachers in Mosul city center, as well as to determine the variations in these stressors and their relative importance. The researcher employed a descriptive methodology, as it best suited the current research approach. The research population consisted of 468 male and female physical education teachers in Mosul. The research sample consisted of 160 male and female teachers, while the reliability sample consisted of 10 individuals from the sample who were excluded from the main experiment. The researcher used the SPSS statistical package to analyze the data and adopted appropriate statistical methods. The results showed that physical education teachers had a moderate level of stress, with the most influential factor being financial resources, followed by working with students. The researcher concluded that the physical education class needs logistical support, especially with the increasing number of students in the class. The researcher recommended supporting the physical education teacher on more than one level, in addition to implementing guidance programs to alleviate those pressures.

**Keywords:** Occupational Pressures For Physical Education Teachers, Mosul City Center.

## الضغوط المهنية لمدرسي التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل

م. زياد قاسم يحيى

العراق. المديرية العامة للتربية نينوى

[zyadz1y2a3d4@gmail.com](mailto:zyadz1y2a3d4@gmail.com)

تاریخ استلام البحث 2025/8/4 تاریخ نشر البحث 2025/12/28

### الملخص

هدف البحث الى التعرف على مستوى الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل، اضافة الى التعرف على التباين بين تلك الاسباب واهميتها حسب نسبة تأثيرها. واستخدم الباحث المنهج الوصفي كونه يخدم البحث الحالي ، وتكون مجتمع البحث من مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مدينة الموصل والبالغ عددهم 468 اما عينة البحث فقد تكونت من 160 مدرس ومدرسة ، اما عينة الثبات فقد تكونت من 10 افراد من العينة تم استبعادهم من التجربة الرئيسية ، وقد استخدم الباحث الحقيقة الاحصائية Spss في تحليل البيانات واعتمد الوسائل الإحصائية الملائمة ، حيث اظهرت النتائج ان مدرسين ومدرسات التربية الرياضية لديهم مستوى ضغوط متوسطة وكان العامل الاكثر تأثيرا هو الامكانات المادية يليها العمل مع الطلاب واستنتاج الباحث ان درس التربية الرياضية يحتاج الى الدعم من الناحية اللوجستية خاصة مع ازدياد عدد الطلاب داخل الصف واوصى الباحث بدعم مدرس التربية الرياضية وعلى اكثر من صعيد اضافة الى تطبيق برامج ارشادية لتخفيض تلك الضغوط.

**الكلمات المفتاحية:** الضغوط المهنية، لمدرسي التربية الرياضية، مركز مدينة الموصل

**1- المقدمة:**

يعد تدريس التربية الرياضية مهنة حيوية في بناء الأجيال بدنياً ونفسياً، إلا أن مدرسي التربية الرياضية يواجهون في بيئته عملهم ضغوط مهنية عديدة قد تؤثر على عطائهم واستقرارهم النفسي، وفي مدينة الموصل التي شهدت ظروفاً استثنائية اجتماعية واقتصادية، قد تتضاعف هذه الضغوط بسبب محدودية الإمكانيات المادية، وتقاوت الدعم الإداري، وصعوبة العمل مع أعداد كبيرة من الطلاب داخل الصف لا سيما في ظل ضعف الإمكانيات. إن فهم الضغوط المهنية التي يواجهها مدرسي التربية الرياضية يمثل خطوة مهمة نحو تعزيز ورفع كفاءتهم في أداء مهمتهم ورسالتهم التربوية بشكل صحيح. ومن الجدير بالذكر أن الضغوط المهنية بشكلها المستمر قد تُسهم في انخفاض دافعية العمل، وظهور أعراض القلق والتوتر لدى المدرسين، مما قد ينعكس بشكل سلبي على جودة الحصة الدراسية وعلى مستوى تفاعل الطلاب مع الأنشطة البدنية والتربوية داخل المدرسة، كما أن طبيعة العمل التي تتطلب جهداً بدنياً وتعاملاً مباشراً مع أعداد كبيرة من الطلاب في مساحات وادوات قد لا تكون مناسبة، تجعلهم أكثر عرضة للضغط مقارنة ببقية زملائهم في التخصصات المختلفة.

لذلك فإن دراسة هذه الضغوط وتحليل أسبابها المرتبطة بالعلاقات مع الطلاب والإدارة والامكانيات المادية داخل المدارس اضافة الى الدعم التربوي والعلاقات مع الزملاء تمثل خطوة عملية وعلمية مهمة نحو وضع الحلول الناجعة التي تضمن الاستقرار النفسي للمدرس وتقديمه لأفضل ما لديه.

ومما يلفي أهمية للبحث الحالي كونه يركز على الواقع المهني لمدرسي التربية الرياضية في مدينة الموصل بوصفهم ركيزة أساسية و مهمة في نشر الثقافة الرياضية والصحية ، ويساعد في كشف أسباب هذه الضغوط بمستوى علمي دقيق الامر الذي يتيح للمختصين وصناع القرار تطوير برامج إرشادية وداعمة تساعد على تقليل هذه الضغوط و يضيف قيمة علمية لميدان علم النفس الرياضي وذلك من خلال التركيز على بيئه تعليمية عراقية تتطلب تدخلات داعمة لتخفيض الضغوط عن المدرسين مما يسهم في بناء بيئه تعليمية صحية وهادئه ومستقرة للمدرس والطالب على حد سواء.

**ويهدف البحث الى:**

- 1- التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل.
- 2- التعرف على اهم العوامل المؤثرة في الضغوط النفسية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل.

## 2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي (التحليلي) لملائمة لطبيعة مشكلة البحث.

### 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مدينة الموصل والبالغ عددهم (468) مدرس ومدرسة، أما عينة البحث فقد اشتملت على (160) مدرساً ومدرسة والذين يمثلون نسبة (34) % تقريباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من المدارس المتوسطة والاعدادية والثانوية الموزعين على الجانبين الأيمن واليسير لمدينة الموصل محافظة نينوى للعام الدراسي 2024-2025

#### - وصف مقياس الضغوط المهنية:

استخدم الباحث مقياس الضغوط المهنية لمدرسي التربية الرياضية الذي صممه (علوي 1998) للتعرف على الأسباب او العوامل التي تؤدي الى حدوث الضغوط على مدرسي التربية الرياضية وتتضمن (36) عبارة موزعة على (6) محاور هي:

- العمل مع الطلاب في المدرسة ويكون من الفقرات (7، 13، 19، 31، 1، 25)
- الإمكانيات المادية بالمدرسة ويكون من الفقرات (2، 8، 20، 32، 14، 26)
- الراتب الشهري للمدرس ويكون من الفقرات (3، 15، 27، 33، 9، 21)
- التوجيه التربوي الرياضي ويكون من الفقرات (4، 10، 16، 22، 34)
- العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة ويكون من الفقرات (11، 17، 23، 29، 5، 35)
- العلاقات مع المدرسين الآخرين ويكون من الفقرات (6، 18، 30، 36، 12، 24)

يتم تصحيح القائمة بمنح الدرجة التي يقوم المعلم برسم دائرة حولها وذلك بالنسبة للعبارات التي في اتجاه هدف القائمة - أي التي تشير إلى وجود الضغوط - أما بالنسبة للعبارات التي ليست في اتجاه هدف القائمة فيتم عكسها على النحو التالي: الدرجة (٥) تصبح (١)، (٤) تصبح (٢)، (٣) تبقى كما هي، (٢) تصبح (٤)، (١) تصبح (٥). ويتم استخراج درجات كل بعد على حدة، حتى يمكن المقارنة بين درجات الأبعاد المختلفة للتعرف على شدة كل عامل منها بالمقارنة بالعوامل الأخرى. كما يمكن جمع درجات العوامل الستة معاً للتعرف على الدرجة الكلية للقائمة. ويتم استخراج درجات كل بعد على حدة، حتى يمكن المقارنة بين درجات الأبعاد المختلفة للتعرف على شدة كل عامل منها بالمقارنة بالعوامل الأخرى. كما يمكن جمع درجات العوامل الستة معاً للتعرف على الدرجة الكلية للقائمة. ملحق (2)

- المعاملات العلمية للمقياس:

الصدق:

(الصدق الظاهري) قام الباحث بعرض المقياس ملحق (1) على مجموعة من السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي للتعرف على مدى صلاحية فقرات المقياس وبعد استخراج نسب اتفاق السادة الخبراء والمختصين تم قبول فقرات المقياس بنسبة 100% مما يدل على وبالإمكان تطبيقه على عينة البحث.

ثبات المقياس:

الثبات لابد ان يتتوفر في المقياس حتى يكون صالحا للاستخدام ومدى اتساق فقراته ويشير الثبات إلى اتساق درجات فقرات المقياس، وتم حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة التطبيق للاختبار وإعادته على عينة الثبات والبالغ عددهم (10) من افراد عينة البحث، للفترة من 2025/7/1 المصادف الثلاثاء، لغاية 2025/7/12 من يوم الاحد، حيث بلغت قيمة الثبات (0.84).

طريقة التجزئة النصفية:

تم تطبيقها وبأسلوب الفقرات الفردية والزوجية، حيث الحصول على درجتين لكل مجيب من خلال تقسيم الاجابات الى فردية وزوجية وبذلك نحصل على درجتين، وايجاد الارتباط بينهما وكان معامل الثبات 0.82 وهذا يعد بمثابة الاتساق الداخلي لنصف الاختبار فقط وليس للاختبار ككل، ولكي نحصل ثبات الاختبار بكامله تم استخدام معادلة (سبيرمان براون)، إذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي 0.87 وهو دال إحصائياً

2- الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- المتوسط الفرضي
- الاصغرية النسبية
- النسبة المئوية

### 3- عرض النتائج ومناقشتها:

**3-1 الهدف الأول:** التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل.

الجدول (1) يبيّن القيم الإحصائية لمستوى الضغوط المهنية وقيمة  $t$  (t) ومستوى الدلالة

| Sig   | t<br>المحتسبة | المتوسط الفرضي | ± ع  | - س   | العينة | المتغيرات                         |
|-------|---------------|----------------|------|-------|--------|-----------------------------------|
| 0.000 | 31.146        | 18             | 2.09 | 23.33 | 150    | العمل مع الطلاب في المدرسة        |
| 0.000 | 56.574        |                | 1.54 | 25.13 |        | الإمكانات المادية بالمدرسة        |
| 0.194 | 1.305         |                | 3.06 | 18.32 |        | الراتب الشهري للمدرس              |
| 0.000 | 4.530         |                | 3.42 | 19.26 |        | التجييه التربوي الرياضي           |
| 0.270 | 1.106         |                | 3.24 | 17.70 |        | العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة |
| 0.170 | 1.380         |                | 3.31 | 18.37 |        | العلاقات مع المدرسين الآخرين      |
| 0.000 | 21.646        |                | 6.92 | 120.2 |        | الدرجة الكلية للمقياس             |

الجدول (1) يبيّن ان المتوسط الحسابي لدرجات مقياس الضغوط المهنّية لعينة البحث، قد بلغ 120.2 وبانحراف معياري قدره 6.92 وبمقارنة بمستوى الدلالة 0.000 وكونها أصغر من مستوى الدلالة المعتمدة 0.05 وهذا يدل على ارتفاع في مستوى الضغوط المهنّية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية. وعلى مستوى المحاور (العمل مع الطلاب في المدرسة ، الإمكانيات المادية بالمدرسة ، الراتب الشهري للدرس ، التربوي التوجيهي الرياضي ، العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة ، العلاقات مع المدرسين الآخرين) تبيّن بأن المتوسطات الحسابية لها قد بلغت 23.33 ، 25.13 ، 18.32 ، 19.26 ، 17.70 ، 18.37 ، على التوالي وبمقارنتها بمستوى الدلالة البالغة 0.000،0.000 ، 0.194 ، 0.270 ، 0.000 ، 0.170 وهي اصغر من مستوى الدلالة المعتمدة 0.05 مما يدل على ارتفاع مستوى الضغوط المهنّية في محور العمل مع الطلاب ، الإمكانيات المادية التوجيهي التربوي والرياضي ، نستثنى منها محور العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة ، الراتب الشهري ، العلاقة مع المدرسين الذي دل على انخفاض مستوى الضغوط المهنّية نسبيا في هذه المحاور.

**3-2 الهدف الثاني:** التعرف على اهم العوامل المؤثرة في الضغوط المهنية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل.

الجدول (2) يبين التكرارات والوسط الحسابي والوزن المئوي والنسبة المئوية لاستجابات عينة البحث لفقرات  
مقياس الضغوط المهنية

| اتجاه العبارة | الترتيب | الوزن المئوي | الوسط الحسابي | درجة قليلة جداً 1% |   | درجة قليلة جداً 2% |   | درجة متوسطة جداً 3% |   | درجة كبيرة جداً 4% |   | درجة كبيرة جداً 5% |   | الفقرات | ت |
|---------------|---------|--------------|---------------|--------------------|---|--------------------|---|---------------------|---|--------------------|---|--------------------|---|---------|---|
|               |         |              |               | %                  | ت | %                  | ت | %                   | ت | %                  | ت | %                  | ت |         |   |

#### العمل مع الطالب في المدرسة

|            |    |      |      |      |    |      |     |      |    |      |     |      |     |  |   |
|------------|----|------|------|------|----|------|-----|------|----|------|-----|------|-----|--|---|
| قليلة      | 34 | 14.2 | 2.84 | 25.3 | 38 | 17.3 | 26  | 23.3 | 35 | 16   | 24  | 18   | 27  | اعذر بان الطلبة لديهم اهتمام واضح بحصة التربية الرياضية          | 1 |
| قليلة جداً | 35 | 49   | 2.45 | -    | -  | 75.3 | 113 | 4.7  | 7  | 20.0 | 30  | -    | -   | الطلاب ليس لديهم الدافع للاشتراك في حصة التربية الرياضية         | 2 |
| كبيرة جداً | 4  | 93.4 | 4.67 | -    | -  | -    | -   | 5.3  | 8  | 22   | 33  | 72.7 | 109 | مشكلة ضبط النظام مع الطالب تأخذ مني وقتاً طويلاً وتجعلني عصبياً  | 3 |
| متوسطة     | 9  | 77.4 | 3.87 | -    | -  | 11.3 | 17  | 2.7  | 4  | 73.3 | 110 | 12.7 | 19  | ملابس الطالب لا تساعد على الأداء الحركي في حصة التربية الرياضية  | 4 |
| متوسطة     | 32 | 58.6 | 2.93 | 26.7 | 40 | 14.7 | 22  | 20.7 | 31 | 15.3 | 23  | 22.7 | 34  | اعداد الطالب في الصف الواحد قليلة مما يساعد على استفادتهم من حصة | 5 |
| كبيرة جداً | 1  | 94.2 | 4.71 | -    | -  | -    | -   | 6    | 9  | 16.7 | 25  | 77.3 | 116 | يضايقني كثرة تغيب طلاب السنوات النهائية عن حصص التربية الرياضية  | 6 |

#### الإمكانات المادية بالمدرسة

|            |    |      |      |   |   |   |   |     |    |      |     |      |     |   |    |
|------------|----|------|------|---|---|---|---|-----|----|------|-----|------|-----|---|----|
| كبيرة جداً | 6  | 89.6 | 4.48 | - | - | - | - | 16  | 24 | 20   | 30  | 64   | 96  | الملاعب الضرورية لقيامي بعملي قليلة جداً أو تقاد معه              | 7  |
| كبيرة جداً | 5  | 91   | 4.55 | - | - | - | - | -   | -  | 45.3 | 68  | 54.7 | 82  | الاعتمادات المالية الازمة للصرف منها على النشاط الرياضي غير كافية | 8  |
| كبيرة      | 10 | 76.8 | 3.84 | - | - | - | - | 16  | 24 | 84   | 126 | -    | -   | حالة الملاعب بالمدرسة لا تشجع على التدريس                         | 9  |
| كبيرة جداً | 3  | 93.8 | 4.69 | - | - | - | - | 2.7 | 4  | 26   | 39  | 71.3 | 107 | اعداد الطالب لا يتناسب مع إمكانات الرياضية بالمدرسة               | 10 |

## Occupational pressures on physical education teachers in Mosul city center

|                         |    |      |      |      |    |      |    |      |    |      |     |      |    |  |    |
|-------------------------|----|------|------|------|----|------|----|------|----|------|-----|------|----|--|----|
| كبيرة                   | 11 | 72.8 | 3.64 | 12   | 18 | -    | -  | -    | -  | 88   | 132 | -    | -  | الأدوات الرياضية بالمدرسة<br>مناسبة لكي أقوم بعملي على<br>خير وجه      | 11 |
| كبيرة                   | 8  | 78.8 | 3.94 | -    | -  | 10   | 15 | -    | -  | 76   | 114 | 14   | 21 | الإمكانات الرياضية بالمدرسة<br>مناسبة لأعداد الطلاب                    | 12 |
| الراتب الشهري للمدرس    |    |      |      |      |    |      |    |      |    |      |     |      |    |  |    |
| كبيرة                   | 21 | 61.6 | 3.08 | 17.3 | 26 | 18   | 27 | 28   | 42 | 12.7 | 19  | 24   | 36 | راتبي لا يتناسب مع مسؤولياتي<br>وواجباتي                               | 13 |
| قليلة                   | 25 | 59.8 | 2.99 | 20   | 30 | 20.7 | 31 | 17.3 | 26 | 24   | 36  | 18   | 27 | مهمتي لا توفر لي الأمان<br>المادي المناسب                              | 14 |
| متوسطة                  | 17 | 63.8 | 3.19 | 14.7 | 22 | 18   | 27 | 24   | 36 | 20   | 30  | 23.3 | 35 | أشعر بأنني أعمل براتب غير<br>مناسب                                     | 15 |
| قليلة                   | 24 | 60.2 | 3.01 | 22   | 33 | 16   | 24 | 22   | 33 | 19.3 | 29  | 20.7 | 31 | راتب الذي أحصل عليه لا<br>يتتناسب مع ما أقوم به من جهد                 | 16 |
| متوسطة                  | 19 | 62.2 | 3.11 | 18   | 27 | 13.3 | 20 | 26.7 | 40 | 23.3 | 35  | 18.7 | 28 | راتبي بمفرده يكفي حاجاتي<br>الضرورية                                   | 17 |
| قليلة                   | 30 | 58.8 | 2.94 | 24   | 36 | 18.7 | 28 | 16   | 24 | 22   | 33  | 19.3 | 29 | احصل على حواجز مادية لا<br>بأس بها بالإضافة لمربطي                     | 18 |
| التوجيه التربوي الرياضي |    |      |      |      |    |      |    |      |    |      |     |      |    |  |    |
| متوسطة                  | 16 | 63.8 | 3.19 | 14.0 | 21 | 22.7 | 34 | 14.7 | 22 | 28   | 42  | 20.7 | 31 | الزيارات المفاجئة للمشرف<br>التربوي تسبب لي القلق                      | 19 |
| كبيرة                   | 7  | 80.4 | 4.02 | -    | -  | 15.3 | 23 | 16.0 | 24 | 20   | 30  | 48.7 | 73 | يضايقني تركيز المشرف على<br>الجوانب السلبية واغفال الإيجابي<br>في عملي | 20 |
| قليلة                   | 31 | 58.6 | 2.93 | 23.3 | 35 | 17.3 | 26 | 20   | 30 | 22   | 33  | 17.3 | 26 | توجيه المشرف لي لا يتأسس<br>على أساس موضوعية                           | 21 |
| قليلة                   | 26 | 59.8 | 2.99 | 20.7 | 31 | 22.7 | 34 | 16.0 | 24 | 18.7 | 28  | 22   | 33 | إصرار المشرف التربوي على<br>ضرورة تطبيق المنهج                         | 22 |
| قليلة                   | 28 | 59.4 | 2.97 | 20.7 | 31 | 19.3 | 29 | 23.3 | 35 | 16   | 24  | 20.7 | 31 | المشرف التربوي يمنعني الفرق<br>للمناقشة ويسعى جاهدا لمعاونته           | 23 |

## Occupational pressures on physical education teachers in Mosul city center

|                                   |    |      |      |      |    |      |    |      |    |      |    |      |     |   |    |
|-----------------------------------|----|------|------|------|----|------|----|------|----|------|----|------|-----|---|----|
| متوسطة                            | 18 | 63.6 | 3.18 | 16.7 | 25 | 18.7 | 28 | 18   | 27 | 23.3 | 35 | 23.3 | 35  | أسلوب المشرف الحالي يشجع على بذل المزيد من الجهد في عمله        | 24 |
| العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة |    |      |      |      |    |      |    |      |    |      |    |      |     |   |    |
| متوسطة                            | 12 | 67.8 | 3.39 | 10   | 15 | 17.3 | 26 | 22   | 33 | 24.7 | 37 | 26   | 39  | رأي غير مهم لمدير المدرسة                                       | 25 |
| متوسطة                            | 22 | 61.4 | 3.07 | 19.3 | 29 | 18   | 27 | 18.7 | 28 | 24   | 36 | 20   | 30  | مدير المدرسة لا يقدر عملي التقدير الكافي                        | 26 |
| قليلة                             | 23 | 60.6 | 3.03 | 18.7 | 28 | 21.3 | 32 | 19.3 | 29 | 19.3 | 29 | 21.3 | 32  | أشعر من إدارة المدرسة بضعف التقدير للعمل الجيد الذي أقوم به     | 27 |
| متوسطة                            | 14 | 65.6 | 3.28 | 14.7 | 22 | 16.7 | 25 | 19.3 | 29 | 24.7 | 37 | 24.7 | 37  | الإدارة تضع معظم حصص التربية الرياضية في نهاية اليوم الدراسي    | 28 |
| قليلة                             | 33 | 57.4 | 2.87 | 23.3 | 35 | 23.3 | 35 | 14.7 | 22 | 20   | 30 | 18.7 | 28  | أشعر بان مدير المدرسة يقدر الجهد الذي أقوم به في عملي           | 29 |
| قليلة جدا                         | 36 | 41   | 2.05 | 40.7 | 61 | 27.3 | 41 | 18   | 27 | 14   | 21 | -    | -   | مدير المدرسة يمنعني قدرًا كبيرًا من السلطة والحرية للقيام بعمل  | 30 |
| العلاقات مع المدرسين الآخرين      |    |      |      |      |    |      |    |      |    |      |    |      |     |   |    |
| متوسطة                            | 15 | 63.8 | 3.19 | 14   | 21 | 20.7 | 31 | 21.3 | 32 | 20   | 30 | 24   | 36  | مناخ العمل يتميز بالخلافات بين المدرسين يسبب لي المزيد من الضيق | 31 |
| متوسطة                            | 20 | 61.8 | 3.09 | 14.7 | 22 | 22.7 | 34 | 22   | 33 | 20   | 30 | 20.7 | 31  | يوجد نوع من التصub ضد مدرس التربية الرياضية في مدرستي           | 32 |
| متوسطة                            | 13 | 66   | 3.30 | 12   | 18 | 20   | 30 | 20.7 | 31 | 20.7 | 31 | 26.7 | 40  | نظرة بعض المدرسين لمدرسي التربية الرياضية غير عادلة             | 33 |
| قليلة                             | 29 | 59.2 | 2.96 | 24.7 | 37 | 16.7 | 25 | 16   | 24 | 23.3 | 35 | 19.3 | 29  | أشعر بوجود تباعد بيني وبين عدد كبير من مدرسي المواد الأخرى      | 34 |
| قليلة                             | 27 | 59.8 | 2.99 | 22   | 33 | 20   | 30 | 14.7 | 22 | 24   | 36 | 19.3 | 29  | أشعر بان العلاقات بيني وبين معظم المدرسين وثيقة جدا             | 35 |
| كبيرة جدا                         | 2  | 94   | 4.70 | -    | -  | -    | -  | 4.7  | 7  | 20.7 | 31 | 74.7 | 112 | معظم المدرسين بالمدرسة يقدرون قيمة عمل مدرس التربية الرياضية    | 36 |

من الجدول (2) يبين ترتيب وتسلسل الفقرات وكما هو آتي:

حيث جاء بالمرتبة الاولى العبارة التي تتص (يضايقني كثرة تغيب طلاب السنوات النهائية عن حصص التربية الرياضية) بوسط حسابي 4.71 ووزن مئوي 94.2 وكان اتجاه العبارة بدرجة كبيرة جدا، وبالمرتبة الثانية العبارة التي تتص على (معظم المدرسين بالمدرسة يقدرون قيمة عمل مدرس التربية الرياضية) بوسط حسابي 4.70 ووزن مئوي 94 وكان اتجاه العبارة بدرجة كبيرة جدا، وبالمرتبة الثالثة العبارة التي تتص (اعداد الطلاب لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية بالمدرسة) بوسط حسابي 4.69 ووزن مئوي 93.8 واتجاه العبارة بدرجة كبيرة جدا.

وجاء بالمرتبة الرابعة والثلاثون العبارة التي تتص (أشعر بان الطلبة لديهم اهتمام واضح بحصة التربية الرياضية) بوسط حسابي 2.84 ووزن مئوي 14.2 و اتجاه العبارة تتطبق علي بدرجة قليلة.، وجاء بالمرتبة الخامسة والثلاثون العبارة التي تتص (الطلاب ليس لديهم الدافع للاشتراك في حصة التربية الرياضية) بوسط حسابي 2.45 ووزن مئوي 49 واتجاه العبارة تتطبق علي بدرجة قليلة جدا ، وجاء بالمرتبة السادسة والثلاثون العبارة التي تتص (مدير المدرسة يمنعني قدرًا كبيرًا من السلطة والحرية للقيام بعملي) بوسط حسابي 2.05 ووزن مئوي 41 و اتجاه العبارة تتطبق علي بدرجة قليلة جدا.

## الجدول (3) يبين القيم الإحصائية لمحاور الضغوط المهنية وتسلسل واتجاه المحور

| اتجاه المحور   | تسلسل المحور | الوزن المئوي | -س-   | المتغيرات                         | ت |
|----------------|--------------|--------------|-------|-----------------------------------|---|
| درجة كبيرة     | 2            | 77.77        | 23.33 | العمل مع الطلاب في المدرسة        | 1 |
| درجة كبيرة جدا | 1            | 83.77        | 25.13 | الإمكانات المادية بالمدرسة        | 2 |
| درجة متوسطة    | 5            | 61.07        | 18.32 | الراتب الشهري للمدرس              | 3 |
| درجة متوسطة    | 3            | 64.20        | 19.26 | التوجيه التربوي الرياضي           | 4 |
| درجة متوسطة    | 6            | 59.00        | 17.70 | العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة | 5 |
| درجة متوسطة    | 4            | 61.23        | 18.37 | العلاقات مع المدرسين الآخرين      | 6 |
| درجة متوسطة    |              | 66.78        | 120.2 | الدرجة الكلية للمقياس             |   |

## الجدول (3) يبين الوزن المئوي واتجاه المحور الكلي حول محاور المقياس حيث جاء

- الإمكانيات المادية بالمدرسة ترتيبها الاولى بوسط حسابي 25.13 وبوزن مئوي 83.77 واتجاه المحور كان (تطبق على درجة كبيرة جدا)
- العمل مع الطلاب في المدرسة بالمرتبة الثانية بوسط حسابي 23.33 وبوزن مئوي 77.77 واتجاه المحور كان (تطبق على درجة كبيرة)
- التوجيه التربوي الرياضي بالمرتبة الثالثة بوسط حسابي 19.26 وبوزن مئوي 64.20 واتجاه المحور كان (تطبق على درجة متوسطة)
- العلاقات مع المدرسين الآخرين بالمرتبة الرابعة بوسط حسابي 18.37 وبوزن مئوي 61.23 واتجاه المحور كان (تطبق على درجة متوسطة)
- الراتب الشهري للمدرس بالمرتبة الخامسة بوسط حسابي 18.32 وبوزن مئوي 61.07 واتجاه المحور كان (تطبق على درجة متوسطة)
- العلاقة بين المدرس وإدارة المدرسة بالمرتبة السادسة بوسط حسابي 17.70 وبوزن مئوي 61.07 واتجاه المحور كان (تطبق على درجة متوسطة)
- الاتجاه الكلية للمقياس (تطبق على درجة متوسطة) بوسط حسابي 120.2 ووزن مئوي 66.78

### 3-3 مناقشة النتائج:

تشير نتائج البحث الحالي إلى أن الاكثر تأثيراً من مصادر الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية الرياضية ارتبطت بعامل الإمكانيات المادية داخل المدرسة، حيث جاء بوزن مؤي مرتفع (83.77%) واتجاه (تطبق بدرجة كبيرة جداً). هذه النتيجة تعكس التحديات الواقعية التي يعيشها المدرس أثناء محاولته تطبيق درس التربية الرياضية في بيئات تفتقر الامور اللوجستية التي يحتاجها المدرس داخل الدرس، وهو ما يتحقق مع الدراسات التي أكدت أن نقص الإمكانيات المادية يعتبر من أبرز معوقات الممارسات التربوية الرياضية (مثل دراسة أبو العلا، 2018؛ دراسة صبحي، 2020). وايضاً تدعم هذه النتائج ما أشارت إليه دراسة سيلفا وزملائه (2022Silva et al 2022) بأن نقص الإمكانيات المادية والدعم في بيئات العمل المدرسية يعد من اهم العوامل المسببة للضغط المهنية لدى مدرسي التربية البدنية.

(Silva. P. Marques. A. & Martins. J. 2022)

وأظهرت النتائج ايضاً أن جانب العمل مع الطلاب جاء في المرتبة الثانية بوزن مؤي مرتفع (77.77%)، ويعبر ذلك عن حجم الجهد النفسي والبدني المبذول لإدارة الدراسات لا سيما مع وجود أعداد كبيرة من الطلاب في ظل الإمكانيات المحدودة داخل بيئة العمل خصوصاً في ظل وجود بعض التفافات المدرسية التي قد لا تعطي أولوية لدرس التربية الرياضية الامر الذي يزيد من استنزاف الطاقة النفسية للمدرس، ويتماشى ذلك مع مبادئ نظرية الضغط النفسي التي تنص على أن زيادة المتطلبات في بيئة العمل دون توافر الموارد يزيد من الاستنارة للفرد ويفقده التوازن الانفعالي. وفيما يخص أعلى العبارات ترتيباً، كانت العبارة التي تنص "يضايقني كثرة تغيب طلاب السنوات النهائية عن حصص التربية الرياضية" في المرتبة الأولى (94.2%)، مما يشير إلى أن مدرسي التربية الرياضية يواجهون تحدياً مرتبطاً بعدم انتظام حضور الطلبة، كون درس التربية الرياضية يعطى لتعطية دروس اخرى الأمر الذي يعيق التخطيط والتنفيذ السلس للحصص ويشعر المدرس بعدم التقدير له ولماته، وهذا يؤدي إلى تراكم الضغوط النفسية لديه مع مرور الوقت. أما في المرتبة الثانية، فجاءت العبارة "معظم المدرسين بالمدرسة يقدرون قيمة عمل مدرس التربية الرياضية" (94%) مما يعكس نقص التقدير والدعم من قبل الزملاء في بيئة العمل ويظهر كعامل ضغط مرتفع يزيد من الشعور بالعزلة المهنية للمدرس، لكون النظرة العامة لدرس الرياضة كونه درساً غير اساسياً، ويتحقق ذلك مع نموذج الدعم الاجتماعي (Social Support Model) الذي يرى أن قلة الدعم من البيئة المحيطة يعزز الضغوط النفسية ويزيد من مشاعر الاستنزاف المهني (House 1981).

أما العبارة الثالثة "إعداد الطلاب لا يتناسب مع الإمكانيات الرياضية بالمدرسة" (93.8%)، فهي تؤكد مجدداً وجود ضغط إداري وتنظيمي يعيق عمل المدرس، وهو أمر تكرر في نتائج مشابهة بدراسات إقليمية في البيئات ذات الكثافات الصافية العالية. من ناحية أخرى، جاءت أقل العبارات ترتيباً العبارة "أشعر بأن الطلبة لديهم اهتمام واضح بحصة التربية الرياضية" (14.2%) في المرتبة الرابعة والثلاثين ، مما يعكس ضعف اهتمام بعض الطلاب بدرس الرياضة ويزيد ذلك من الضغوط النفسية على المدرس ، كما أن العبارة "مدير المدرسة يمنعني قدرًا كبيرًا من السلطة والحرية للقيام بعملي" (41%) جاءت بترتيب متذمّن، وهو ما يعكس المشاركة المحدودة للمدرس في اتخاذ القرار، وعدم تمكنه من حرية تنظيم حصصه، مما يزيد من شعوره بالعجز ويعزز الضغط النفسي لديه، وهي نتيجة متزامنة مع الدراسات التي تؤكد أن ضعف حرية اتخاذ القرار لدى المدرس يزيد من مستويات الضغط والانهيار (دراسة حسين، 2021). وبالنظر إلى الاتجاه الكلي للمقياس (66.78%) بدرجة متوسطة، فهذا يعني أن الضغوط المهنية موجودة بشكل واضح لكنها لم تصل إلى مستويات شديدة، ما يعكس وجود محاولات من المرونة والتكييف لدى المدرسين رغم الصعوبات البيئية، وربما يعود ذلك إلى الخبرة التراكمية لهم أو إلى مستوى التقدير المجتمعي الجزئي لمهنة التربية الرياضية رغم ضعف الدعم الإداري والمادي .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

- 1- نقص الإمكانيات المادية في مدارس مركز مدينة الموصل يُعد من أبرز مصادر الضغوط المهنية لدى مدرسي التربية البدنية، مما يعيق تتنفيذ الحصص بكفاءة ويزيد من الأعباء النفسية والجسدية عليهم.
- 2- التعامل مع أعداد كبيرة من الطلبة يمثل ضغطاً إضافياً، خاصة في ظل ضعف الإمكانيات وغياب انتظام الطلبة، ما يؤثر على جودة تقديم الأنشطة الرياضية ورضا المدرسين عن عملهم.
- 3- أظهرت النتائج وجود ضعف في الدعم الإداري والتقدير من بعض الزملاء، وهو ما يزيد من شعور المدرس بالعزلة المهنية ويقلل من الدافعية نحو تقديم أداء عالي الجودة.
- 4- بشكل عام، أظهر الاتجاه الكلي للنتائج أن المدرسين يواجهون ضغوطاً مهنية بدرجة متوسطة إلى كبيرة، وهو ما يتطلب تدخلات إدارية داعمة وبرامج إرشادية نفسية لخفيف الضغوط.
- 5- يتضح أن معالجة هذه الضغوط سيسهم في تحسين الصحة النفسية لمدرسي التربية البدنية، ويعزز كفاءتهم في تطوير مهارات الطلبة البدنية والصحية داخل المدارس.

##### 4-2 التوصيات:

- 1- توفير الإمكانيات المادية الازمة للمدارس (مثل الأدوات والساحات والتجهيزات) بما يضمن تتنفيذ حصص التربية البدنية بكفاءة ويفصل من الضغوط على المدرسين أثناء الحصص.
- 2- تقليل أعداد الطلبة في حصص التربية البدنية أو تنظيم الجدول المدرسي بشكل يضمن توزيع الحص على مجموعات، لتسهيل إدارة الحصة وتحقيق الفائدة التعليمية والبدنية للطلاب.
- 3- عقد برامج تدريبية وإرشادية للمدرسين في مجال إدارة الضغوط النفسية والتكيف معها، لتعزيز الصحة النفسية وتقليل مستويات الإنهاك الوظيفي.
- 4- تعزيز الدعم الإداري والتربوي من قبل إدارة المدرسة، ومنح المدرسين قدرًا من الحرية في تنظيم حصصهم وتنظيم الأنشطة بما يتناسب مع ظروف المدرسة واحتياجات الطلاب.
- 5- تنمية ثقافة تقدير أهمية التربية البدنية لدى الكادر التدريسي والإداري في المدارس، من خلال تنظيم فعاليات مدرسية مشتركة تُظهر أهمية التربية البدنية في تعزيز الصحة النفسية والجسدية للطلاب.

المصادر

- Bunyan, A. L. G. (2024). الضغوط المهنية للمدرسين وعلاقتها بتنفيذ درس التربية الرياضية في المدارس المتوسطة والإعدادية في قضاء بعقوبة المركز. *Journal of College of Physical Education*, 17(2).
- أبو العلا، محمد. (2018). المشكلات التي تواجه مدرسي التربية الرياضية في المدارس الثانوية وسبل علاجها. *مجلة دراسات العلوم التربوية*، جامعة اليرموك، المجلد 45، العدد 2.
- أسامة كامل راتب: تدريب المهارات النفسية – تطبيقات في المجال الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- الشحات إبراهيم علي. (2023). الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة والدافعية الداخلية للإنجاز لدى معلمي التربية الرياضية. *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*. جامعة حلوان، 101(2).
- شمة محمد خليفة: بناء مقياس للضغط النفسي والمهنية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في الحلقة الثالثة من التعلم الأساسي والثانوي بدولة البحرين اطروحة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية بالهرم، جامعة حلوان، القاهرة 1999.
- صبحي، أحمد. (2020). ضغوط العمل لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الحكومية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، جامعة بغداد، المجلد 48، العدد 1.
- الصيرفي، محمد. (2009) الموسوعة العلمية في السلوك التنظيمي، التحليل على مستوى المنظمات المكتب الجامعي الحديث، الجزء الرابع. مصر.
- مصطفى محمود الامام وآخرون (1990): التقويم والقياس، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.

- Allawi, M. H. (1998). *Madkhal fi ‘ilm al-nafs al-riyadi* [Introduction to sport psychology] (2nd ed.). Markaz al-Kitab lil-Nashr.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.

<https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-025-22602-w>

- Hussein. M. A. (2021). Occupational stress and burnout among physical education teachers in secondary schools. *Journal of Educational and Psychological Studies*. 15(3). 87–108.
- Jones. M. I. Parker. J. K. & Morgan. K. (2018). Stress and wellbeing among physical education teachers: A systematic review. *European Physical Education Review*. 24(4). 573–590. <https://doi.org/10.1177/1356336X17719537>
- Kumar. A. & Singh. J. (2025). A comparative study on occupational stress among physical education teachers and coaches across government and private institutions. *Khel Journal*. 12(4).
- Lazarus. R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress. appraisal. and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Pakdee. S. Cheechang. P. Thammanoon. R. et al. (2025). Burnout and well-being among higher education teachers: Influencing factors of burnout. *BMC Public Health*. 25. Article 1409. BMC–Biomed Digital Library. p 14.
- Pakdee. S. Cheechang. P. Thammanoon. R. et al. (2025). Burnout and well-being among higher education teachers: Influencing factors of burnout. *BMC Public Health*. 25. Article 1409

- Silva. P. Marques. A. & Martins. J. (2022). Work-related stress and burnout in physical education teachers: The impact of school environment and resources. *Teaching and Teacher Education*. 112. 103646. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2022.103646>

### الملحق (1)

السادة الخبراء والمتخصصين في مجال علم النفس

| الرقم | اسماء السادة الخبراء         | الاختصاص          | اللقب العلمي | مكان العمل                                       |
|-------|------------------------------|-------------------|--------------|--|
| 1     | أ.د. عكلة سليمان الحوري      | علم النفس الرياضي | أستاذ        | كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل               |
| 2     | أ.د. نبراس يونس محمد ال مراد | علم النفس الرياضي | أستاذ        | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل  |
| 3     | أ.د. عصام عبد الرضا          | علم النفس الرياضي | أستاذ        | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة الموصل |
| 4     | أ.د. ثامر محمود ذنون         | علم النفس الرياضي | أستاذ        | كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل               |
| 5     | أ.م.د رافع ادريس عبد الغفور  | علم النفس الرياضي | أستاذ مساعد  | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل  |
| 6     | أ.م.د اسماعيل عبد الجبار     | علم النفس الرياضي | أستاذ مساعد  | كلية التربية للعلوم الانسانية/جامعة الموصل       |
| 7     | أ.م.د منهل خطاب سلطان        | علم النفس الرياضي | أستاذ مساعد  | كلية التربية الاساسية/جامعة الموصل               |

### الملحق (2)

مقياس الضغوط المهنية

| الرقم | العبارة  | ال العبارة | ال العبارة | ال العبارة | ال العبارة | ال العبارة |
|-------|--|------------|------------|------------|------------|------------|
| 1     | أشعر بان الطلبة لديهم اهتمام واضح بحصة التربية الرياضية                                  |            |            |            |            |            |
| 2     | الملاعب الضرورية لقيمي بعملي قليلة جدا او تكاد معدومة                                    |            |            |            |            |            |
| 3     | راتبي لا يتتناسب مع مسؤولياتي وواجباتي   |            |            |            |            |            |
| 4     | الزيارات المفاجئة للمشرف التربوي تسبب لي القلق   |            |            |            |            |            |
| 5     | أشعر بان مدير المدرسة يقدر الجهد الذي أقوم به في عملي                                    |            |            |            |            |            |
| 6     | مناخ العمل في مدرستي يتميز بالخلافات بين المدرسين وهو الامر الذي يسبب لي المزيد من الضيق |            |            |            |            |            |
| 7     | الطلاب ليس لديهم الدافع للاشتراك في حصة التربية الرياضية                                 |            |            |            |            |            |
| 8     | الاعتمادات المالية الالزامية للصرف منها على النشاط الرياضي غير كافية                     |            |            |            |            |            |
| 9     | راتبي بمفرده يكفي حاجاتي الضرورية  |            |            |            |            |            |
| 10    | يضايقني تركيز المشرف على الجوانب السلبية واغفال الجوانب الإيجابية في عملي                |            |            |            |            |            |
| 11    | رأيي غير مهم لمدير المدرسة   |            |            |            |            |            |
| 12    | أشعر بان العلاقات بيني وبين معظم المدرسين وثيقة جدا                                      |            |            |            |            |            |

|  |  |  |  |  |   |    |
|--|--|--|--|--|---|----|
|  |  |  |  |  | مشكلة ضبط النظام مع الطلاب تأخذ مني وقتا طويلا وتجعلني عصبيا                      | 13 |
|  |  |  |  |  | الأدوات والأجهزة الرياضية بالمدرسة مناسبة لكي أقوم بعملي على خير وجه              | 14 |
|  |  |  |  |  | مهمتي لا توفر لي الأمان المادي المناسب  | 15 |
|  |  |  |  |  | توجيه المشرف لي لا يتأسس على أساس موضوعية   | 16 |
|  |  |  |  |  | مدير المدرسة لا يقدر عملي التقدير الكافي  | 17 |
|  |  |  |  |  | يوجد نوع من التعصب ضد مدرسي التربية الرياضية في مدرستي                            | 18 |
|  |  |  |  |  | ملايس الطلاب لا تساعد على الأداء الحركي في حصة التربية الرياضية                   | 19 |
|  |  |  |  |  | حالة الملاعب بالمدرسة لا تشجع على التدريس   | 20 |
|  |  |  |  |  | احصل على حواجز مادية لا يأس بها بالإضافة لمرتبتي                                  | 21 |
|  |  |  |  |  | المشرف التربوي يمنعني الفرصة للمناقشة ويسعى جاهدا لمعاونتي                        | 22 |
|  |  |  |  |  | أشعر من إدارة المدرسة بضعف التقدير للعمل الجيد الذي أقوم به                       | 23 |
|  |  |  |  |  | معظم المدرسين بالمدرسة يقدرون قيمة عمل مدرس التربية الرياضية                      | 24 |
|  |  |  |  |  | إعداد الطلاب في الصف الواحد قليلة مما يساعد على استفادتهم من حصة التربية الرياضية | 25 |
|  |  |  |  |  | الإمكانات الرياضية بالمدرسة مناسبة لأعداد الطلاب                                  | 26 |
|  |  |  |  |  | أشعر بأنني أعمل براتب غير مناسب   | 27 |
|  |  |  |  |  | أسلوب المشرف التربوي الحالي يشجعني على بذل المزيد من الجهد في عملي                | 28 |
|  |  |  |  |  | إدارة المدرسة تضع معظم حصص التربية الرياضية في نهاية اليوم الدراسي                | 29 |
|  |  |  |  |  | نظرة بعض المدرسين لمدرسي التربية الرياضية غير عادلة                               | 30 |
|  |  |  |  |  | يضايقني كثرة تغيب طلاب السنوات النهائية عن حصص التربية الرياضية                   | 31 |
|  |  |  |  |  | إعداد الطلاب لا يتاسب مع الإمكانات الرياضية بالمدرسة                              | 32 |
|  |  |  |  |  | الراتب الذي احصل عليه لا يتاسب مع ما أقوم به من جهد                               | 33 |
|  |  |  |  |  | إصرار المشرف التربوي على ضرورة تطبيق المنهج                                       | 34 |
|  |  |  |  |  | مدير المدرسة يمنعني قدرا كبيرا من السلطة والحرية للقيام بعملي                     | 35 |
|  |  |  |  |  | أشعر بوجود تباعد بيني وبين عدد كبير من مدرسي المواد الأخرى                        | 36 |