

مستوى السمات الشخصية ضمن مقياس فرايبورغ  
لدى أساتذة التربية البدنية

د.غالي بن هدية      د. بوقشيش مولود      د. بن قوة علي  
معهد التربية البدنية والرياضية  
جامعة مستغانم  
د. هوار عبداللطيف  
كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية  
جامعة غرداية

ملخص البحث العربي:

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى و درجات السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية و ترتيبها ضمن مقياس فرايبورغ للشخصية. و تم استخدام المنهج الوصفي بحيث تكونت عينة البحث من ٥٥ استاذ، و تم تحديد أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم المتوسط في ولاية تيارت بالجزائر كمجتمع للبحث، و تم الاعتماد على أداة البحث المتمثلة في مقياس فرايبورغ للشخصية كأداة رئيسية للدراسة، هذا المقياس ترجمه محمد حسن علاوي للعربية و تم توزيعه على شكل استبيان إلكتروني، و بينت نتائج الدراسة ان استاذ التربية البدنية و الرياضية يتميز بسمتي الهدوء و الاجتماعية بدرجة عالية بينما حققت القابلية للاستثارة ، الاكثابية ، السيطرة ، الضبط و الكف و العصبية درجات متوسطة ، في حين حققت سمة العدوانية درجة منخفضة.

مصطلحات البحث

السمات الشخصية - مقياس فرايبورغ - استاذ التربية البدنية و الرياضية - التربية البدنية و الرياضية

## The level of personality traits on the Freiburg scale among teachers of physical education and sports

PhD student. Ghali Benhdia      PhD student. Boukechiche  
Mawloud      Prof.Dr. Bengoua Ali  
Institute of Physical and Sports Education/ University of  
Mostaganem  
Dr. Houar Abdelatif

Faculty of social and human sciences/ University of Ghardaia

### Abstract :

The study aimed to identify the level and degrees of personality traits of a professor of physical education and sports and rank them within the Freiburg personality scale.

The descriptive approach was used so that the research sample consisted of 55 professors. Physical education and sports professors for intermediate education were identified in the state of Tiaret in Algeria as a research community, and the pure tool represented by the Freiburg Personality Scale was relied upon as a main tool for the study, this scale was translated by Muhammad Hassan Allawi into Arabic It was distributed in the form of an electronic questionnaire, and the results of the study showed that the professor of physical education and sports is characterized by the characteristics of calm and social with a high degree, while the susceptibility to excitement, depression, control, control and palmistry achieved moderate degrees, while the characteristics of nervous and aggression achieved a low degree.

Search terms

Personality traits - Freiburg scale - Professor of Physical Education and Sports

- Physical Education and Sports

### مقدمة الدراسة:

يعد أستاذ التربية البدنية و الرياضية أحد أهم مقومات العملية التربوية و أحد دعائمها الأساسية، التي تحدد مدى كفاءة التعليم و مستواه، كما أن نجاح العملية التعليمية لا يتم إلا بمساعدة هذا المعلم ، باعتباره المربي والمخطط، الباحث والمتأمل، القائد والمرشد .... إلخ، فهو المسؤول عن تحقيق أهداف النظام العام للتربية و هذا من خلال مساعدة التلاميذ على اكتساب صفات المواطنة الصالحة وتوجيه سلوكهم إلى تحقيق الأهداف الاجتماعية المنتقاة، كما يمثل عنصرا أساسيا في العملية التعليمية، ولسماته الشخصية دور هام في فعالية هذه العملية، لأن

هذه السمات والخصائص تشكل المداخل التربوية الهامة التي تؤثر على التحصيل الدراسي للتلاميذ، وعلى المستويات النفس حركية و الانفعالية و المعرفية (٦:١٣٧)

ويشير محمد سعيد في هذا الصدد ان أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما في حياة التلاميذ إذ أنه دون غيره من المدرسين أكثر اتصالا بهم بحكم عمله ونشاطه وتواجده بالمدرسة، لذا كان من الضروري أن تكون شخصيته وعمله وسلوكه ومظهره على مستوى طيب ومرموق كما أن أستاذ التربية البدنية والرياضية هي أولى العوامل المؤثرة على مدى نجاحه في عمله يتوقف نجاح هذا الأخير إلى حد بعيد على شخصيته (٨: ٢٥) والتعليم مهنة ككل المهن، هدفه لا ينفي بالطبع وجوب توفر صفات شخصية خاصة في من يقوم بها، فالشخصية تتألف من عوامل ممثلة، منها العوامل العقلية والعوامل الجسمية والمزاجية، والعوامل الخلقية، وكل هذه العوامل أو الصفات أو الخصائص عندما تجتمع في مدرس التربية البدنية والرياضية تساعد كثير على التوافق مع مهنته وأداء عمله بشكل متميز وناجح (١٢: ٢٢٣)

وتعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الاخرى على تنمية و بلورة شخصية الفرد ، من جميع النواحي الحركية منها و النفسية و الاجتماعية. معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها و الذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية و الرياضية، كدعامة ثقافية و اجتماعية لها.(٢: ٠٣)

ويعرف بسيوني التربية البدنية على انها نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل و تخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية الى بلوغها و الرامية الى الرفع من شأن تكوين الانسان و المواطن و العامل.(١٠: ٢٤)ومن أجل كل هذا لبدى من إعادة الاعتبار لهذه المادة العلمية ومدرسيها، ولا يتحقق ذلك إلا بوجود أستاذ كفاء لا يقتصر رسالته على تلقين العلم فقط وانما يعمل بالمثاليات ليكون النموذج المقتردى به و المرآة الصادقة لحب التلاميذ له، وان يتصف بالالتزام في أداء مهنته، ومتحمسا لها متمكنا وملما بمادته متفهما لتلاميذه ، يشترك في حل مشاكلهم ويعمل على حسن توجيههم ويكتشف قدراتهم ويصقل مواهبهم، ويساعد على تكوين شخصيتهم السوية المتزنة ويعتبر هذا من مهام الأستاذ الذي يسهر على تحقيق رغباتهم وميول التلاميذ وذلك في إطار تربوي منظم، وإن تعلم المهارات الحركية المتقنة لا تحقق وحدها النتائج العالية ما لم تدخل معها العديد من العناصر النفسية التي ترتبط بحركية الفرد ومعطيائه الشخصية التي تعبر من أهم العوامل المؤثرة في مدى نجاح الشخص كأستاذ للتربية البدنية والرياضية، من الصعب حصر صفات الأستاذ الناجح التي تساعد على أداء مهمته إلا أنه من الواجب أن تكون لديه شخصية لائقة وقوية و قادرة على التكيف ومسؤولة على خُلق محبوب، لأن غرس الأخلاق الحميدة المطلوبة فيه تعتمد على قوة تكامل جوانب الشخصية عند الأستاذ ، حتى يستطيع أن يحبب التلاميذ فيه يجعلهم يتقنون فيه ، فالاعتماد على الخصائص

السيكولوجية لتحديد الشخصية هو الطريقة الأنجع للحكم الجيد على الخاصية الرياضية سواء كان مدرباً أو أستاذاً، ولأستاذ التربية البدنية و الرياضية مقومات خاصة تميزه عن غيره من الأساتذة والتي تعطيه شخصيته الذاتية كأستاذ، و لما كانت الغاية من عمل المدرس هي التأثير في التلاميذ وتربية ميولهم ونزواتهم وتعويدهم صالح العادات وحميد الصفات، كانت الشخصية أقوى الشخصيات ، حيث لا يستطيع أن يقوم بأداء رسالته على أكمل وجه إلا إذا كان ذا تأثير كبير وعميق في التلاميذ، والأستاذ الماهر الذي يستطيع أن يؤثر التأثير الحسن في تلاميذه فيوجههم إلى ما فيه صلاحهم ويرشدهم إلى الطريق المستقيم و هذه هي قمة النجاح في الأداء المهني للأستاذ، و يعتبر الاستاذ المساهم المباشر في عملية تحقيق النتائج في الجانب الرياضي داخل المؤسسات التربوية من خلال اشرافه على تحسين و تطوير أداء التلاميذ و محاولا معرفة إمكانيات التلاميذ، و على هذا الاساس حاولنا تسليط الضوء على أهم الصفات و السمات الشخصية التي يتصف بها استاذ التربية البدنية و الرياضية و مستوى كل سمة.

و منه يمكن طرح التساؤل العام و المتمثل في:

**ما هو مستوى السمات الشخصية ضمن مقياس فرايبورغ لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية؟**

**الاسئلة الفرعية:**

ما هو مستوى سمي كل من الاجتماعية و الهدوء لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية ؟  
ما هو مستوى السمات لكل من القابلية للاستثارة ، الاكتئابية ، السيطرة ، الضبط و الكف ،  
العصبية؟

ما هو مستوى سمة العدوانية لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية ؟

**الفرضية الرئيسية:**

مستوى سمي كل من الاجتماعية و الهدوء مرتفع لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية؟  
مستوى سمات كل من القابلية للاستثارة ، الاكتئابية ، السيطرة ، الضبط و الكف و العصبية  
متوسط ؟

مستوى سمة العدوانية منخفض لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية؟

**أهداف البحث**

يهدف هذا البحث لدراسة السمات الشخصية المهمة لكي ينجح أستاذ التربية البدنية والرياضية في مهنته، وهذا ما ينعكس على تلاميذه في القسم، حيث اخترنا مقياس فرايبورغ و يحتوي على ٨ ابعاد و ٥٦ عبارة.

التعرف على أستاذ التربية البدنية والرياضية باعتباره قائد العملية التربوية داخل المظومة التربوية، والمسؤول الأول عن تحقيق الأهداف المرجوة من عملية التربية والتعليم.

-تسليط الضوء على الشخصية بمختلف جوانبها ونظرياتها ومنها نظرية السمات.  
-دراسة مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية من خلال الحصة المخصصة لذلك، وإبراز أهميتها داخل المنظومة التربوية.

### أهمية البحث:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية له مكانة جيدة في المنظومة التربوية الحديثة، كما له دور في تعديل سلوك التلاميذ من خلال أهداف حصص التربية البدنية والرياضية، وعليه فإننا جديرين بالإهتمام والبحث حول سمات شخصيته التي تسمح له بإنجاح وتحقيق أهداف حصصه التي تركز على السلوك وتعديله أو تغييره كلياً أو اكتساب سلوكيات جديدة. تساعد هذه الدراسة في الوصول إلى استنتاجات يعتمد عليها المختصين في تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية، لغرس فيهم بعض الصفات الضرورية لكي ينجحوا في مهمتهم الأساسية وهي تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التعليمية والتربوية في مختلف الأطوار.

باعتبار الأطفال والتلاميذ هم جيل المستقبل، وبقدر ما يتمتعون بشخصية سوية باختلاف جوانبها يكونون قادرين على العمل والإنتاج والتوافق السليم، ويكونون ذو فائدة وقيمة كبيرتين للمجتمع، وهذا لا يتم إلا بمكونين يتمتعون بصفات إيجابية محددة، ومن بين هؤلاء أساتذة التربية البدنية والرياضية.

### مصطلحات البحث:

#### -السمات الشخصية :

**الشخصية:** ويعرفها أيزنك : على انها ذلك التنظيم الثابت والدائم إلى حد ما لطباع الفرد ومزاجه وتكوينه العقلي والجسمي والذي يحدد أساليب توافقه مع بيئته بشكل مميز.( ١١ : ٦ )  
**السمة:** صفة ثابتة تميز الفرد عن غيره فهي بهذا المعنى الشامل تظم المميزات الجسمية و الحركية و العقلية و الوجدانية و الاجتماعية.( ١٤ : ٣١ )  
**السمات الشخصية:** هي الصفات أو الابعاد النفسية التي يتميز بها الفرد والتي يمكن قياسها، ويعرفها ألبورت" بأنها نظام نفسي عصبي مركزي عام وخاص، فهو عام من حيث جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفياً، كما يعمل على اصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري فالسمة هي استعداد أو نزعة عامة من المكونات السيكو فيزيقية تدفع الفرد، وهو نظام خاص من حيث أنه خاص بالفرد ( ١ : ٦٠ )

- استاذ التربية البدنية و الرياضية: هو الشخص الذي يحقق أدوار مثالية في العلاقة بالتلاميذ و المجتمع و المدرسة ومجال التربية البدنية و الرياضية ويتوقف هذا على بصيرته ونظرته نحو النظام التربوي ومهنته كما يتوقف على المناخ المدرسي (٣ : ١٠)

- **التربية البدنية و الرياضية:** تعريف هين ر نجتون: هو ذلك الجانب من التربية الذي يهتم في المقام بتنظيم وقيادة الأطفال من خلال أنشطة العضلات الكبيرة لاكتساب التنمية في المستويات الاجتماعية والصحية وإتاحة الظروف الملائمة للنمو الطبيعي ويرتبط ذلك بقيادة تلك الأنشطة من اجل استمرار العمليات التربوية دون معوقات لها.(٩: ٢٠)  
**الدراسات السابقة والمشابهة:**

**دراسة بن ساسي رضوان ٢٠١٧:** تحت عنوان "دراسة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم الفئة العمرية ( ١٠ - ١٢ ) سنة.

وهدفت الدراسة الى معرفة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم الفئة العمرية ( ١٠ - ١٢ ) سنة للنادي الرياضية لولاية تيارت و التعرف على طبيعة و قوة العلاقة الارتباطية بين السمات الشخصية لافراد العينة، واعتمد الباحث في بحثه على المنهج الوصفي بأسلوب المسح و الدراسات الارتباطية، وكانت عينة البحث تشمل ١٧٠ لاعبا من نوادي ولاية تيارت و تم استخدام مقياس فرايبورغ ٥٠ فقرة من المقياس، ، ولقد توصل الباحث الى التعرف على السمات الشخصية لافراد العينة و توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بعض السمات الشخصية.(٤: ٢٧٥-٢٨٤)

**دراسة واضح أحمد أمين و قرقور محمد تحت عنوان: سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدوافع الانجاز نحو حصة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ**

تهدف الدراسة إلى معرفة نوع العلاقة بين سمة العدوانية لشخصية الأستاذ ودوافع مستوى الطموح لدى التلاميذ ، وكذلك نوع العلاقة بين سمة الهدوء لشخصية الأستاذ ودافع المثابرة لدى التلاميذ ونوع العلاقة بين سمة الاجتماعية لشخصية الأستاذ ودافع سلوك الإنجاز لدى التلاميذ، و تم الاعتماد على استبيان حول سمات شخصية الأستاذ ومقياس الدافع إلى الإنجاز، و تم استخدام المنهج الوصفي وشملت عينة البحث 210 تلميذ وتلميذة في مرحلة الثالثة ثانوي في ثانويات من ولاية شلف، و تمثلت النتائج في وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمة الهدوء للأستاذ و دافع المثابرة للتلاميذ، و وجود علاقة ارتباطية بين سمة الاجتماعية للأستاذ و دافع سلوك الإنجاز لدى التلاميذ(١٣: ١١٤-١٤٢).

**دراسة بوزيد اوشن ٢٠١٣ تحت عنوان : الكفايات المهنية وعلاقتها ببعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر**

تهدف الدراسة الى التعرف على الكفايات المهنية وعلاقتها ببعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر، و تم الاعتماد على المنهج الوصفي و تكونت عينة البحث من ١٨٤ استاذ للتعليم المتوسط و ١١٦ استاذ للتعليم الثانوي و تم استخدام مقياس السمات الشخصية و الكفايات المهنية و خلصت النتائج الى مستوى الاداء ( الكفايات المهنية ) لدى

مدرسي التربية البدنية و الرياضية بالمرحلة الثانوية غير كاف بوجه عام ، و مستوى الاداء ( الكفايات المهنية ) لدى مدرسي التربية البدنية و الرياضية بالمرحلة المتوسط غير كاف بوجه عام ، لا توجد فروق دالة احصائيا في السمات الشخصية بين اساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و المتوسط الا في مجال ادارة الحصة.(٥: ١٢٧-١٥٩)

**منهجية البحث و إجراءاته الميدانية:**

**منهج البحث:** تم الاعتماد على المنهج الوصفي لملائمته لموضوع البحث.

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** أجري هذا البحث على ٥٥ أستاذ لمادة التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم المتوسط لولاية تيارت الجزائر

**المجال الزمني:** تم إنجاز البحث في شهر جويلية ٢٠٢٠ حتى فيفري ٢٠٢١.

**المجال المكاني:** أجري البحث على متوسطات ولاية تيارت الجزائر

**العينة وطرق اختيارها:**

تكون مجتمع الدراسة من أساتذة التعليم المتوسط للتربية البدنية و الرياضية لولاية تيارت و البالغ عددهم ٢٧٧ و تكونت عينة البحث من ٥٥ استاذ لهذه الفئة و تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، و بلغت نسبة عينة البحث بالنسبة للمجتمع الاصلي بنسبة ١٩,٨٥%.

**أدوات البحث:**

المصادر والمراجع

مقياس الشخصية لفرابيورغ

من أجل جمع المعلومات والبيانات الخاصة بموضوع البحث، تم الاعتماد على " مقياس الشخصية لفرابيورغ"، وتم توزيعه على شكل استبيان إلكتروني، وهذا بعد الإطلاع على عدد معتبر من المقاييس العربية والأجنبية المتاحة، وذلك لان المقياس يصلح للتطبيق على الجنسين ابتداءً من عمر ( ١٦ ) سنة فأكثر و تم تطبيق المقياس ككل و يتكون من ٨ ابعاد و لكل بعد سبعة عبارات اي ٥٦ عبارة وكذلك لتطبيقه في البيئة العربية سابقا.

**وصف المقياس:**

يتكون مقياس الشخصية لفرابيورغ من ثمانية أبعاد (سمات) وهي : (العصية ، العدوانية ، الاكتئابية ، القابلية للاستثارة ، الاجتماعية ، الهدوء ، السيطرة ، الكف)وتحتوي القائمة على ٥٦ فقرة ، بواقع ٧ فقرات لكل سمة ، وأمام كل فقرة بديلان للإجابة هما : نعم ، لا . ويتم تصحيح قائمة السمات ل (فرابيورغ) بإعطاء درجتين عند الإجابة ب(نعم ) ودرجة واحدة عند الاجابة ب ( لا ) على الفقرات الايجابية ، وتعكس الأوزان في الفقرات السلبية ، وبذلك

فإن الحد الأدنى لمجموع الدرجات على كل سمة هو 7 درجات ، أما الحد الأعلى لمجموع الدرجات كل بعد فهو 14 ( درجة ، والوسط الفرضي لكل بعد سمة هو ١٠,٥ أقل درجة للاستجابة للبعد ككل أو السمة (  $7 \times 5 = 35$  ) درجة. أعلى درجة للاستجابة للبعد ككل أو السمة (  $14 \times 5 = 70$  ) درجة. طول الفئة = الحد الاعلى للبدائل - الحد الادنى للبدائل/عدد المستويات  $70 - 35 = 35$  بحيث يتم تقسيم 35 على 3 تكون النتيجة (  $3/35 = 33,33$  )  $128,33$  هي القيمة التي تحدد طول فترة التدرج ( طول الفئة ) كما يلي:

من  $35 - 513$  درجة مستوى ضعيف

من  $514 - 642$  درجة مستوى متوسط

من  $643 - 770$  درجة مستوى مرتفع

**العصبية:** أصحاب الدرجة العالية يتميزون باضطرابات جسمية مثل اضطرابات الدورة الدموية و التنفس و الهضم و اضطرابات حركية و الاحساس بالآلم و اضطرابات نفسجسمية عادة كاضطراب النوم و الارهاق و التوتر ، و سرعة الاحساس بالتعب و الحساسية للتغيرات الجوية و فقدان الراحة ، و المظاهر العصبية المصاحبة للاستثارة الانفعالية .

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقلّة الاضطرابات الجسمية و الاضطرابات العامة النفسجسمية ، و بعدم وضوح المظاهر العصبية و الجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

**القابلية للاستثارة:** الدرجة العالية على هذا البعد تميّز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية، وشدّة التوتر، والانزعاج و الاستجابات العدوانية عند الإحباط، وسرعة التأثر.

الدرجة المنخفضة على هذا البعد يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، الهدوء ضبط النفس، والصبر والقدرة على تحمّل الإحباط.

**السيطرة :** أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالاستجابة بردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية او جسمية او تخيلية و الارتياح على الآخرين و عدم الثقة بهم و الميل للسلطة و استخدام العنف و محاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالاعتدالية و احترام الآخرين و الاتجاه لرفض استخدام أسلوب العنف والعدوانية والميل للثقة بالآخرين ، ولا يعشقون السلطة ولا يحاولون السعي لرفض اتجاههم على الآخرين.

**الإجتماعية:** أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين، ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالانكفاء بالذات، وتفضيل الوحدة. كما أنّ لديهم قلة محدودة من المعارف.

**الهدوء:** أصحاب الدرجة العالية يصفون أنفسهم بالثقة، صعوبة الاستثارة، واعتدال المزاج والتفاؤل والبعد عن السلوك العدواني.

وأصحاب الدرجة المنخفضة، وسهولة الغضب والضيق والارتباك وسرعة الشعور باليأس. **العدوانية:** أصحاب الدرجة العالية يتميزون تلقائياً بالأعمال العدوانية البدنية و اللفظية أو التخيلية و يستجيبون بصور انفعالية و يتصدرون للآخرين بالهجوم و المشاحنات و العراك و يتميزون بالاندفاع و عدم القدرة على السيطرة على انفسهم و عدم الهدوء و عدم النضج الانفعالي أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقلّة الميل التلقائي للعدوان و التحكم في الذات و السلوك المعتدل الذي قد يتميز بالهدوء الزائد و النضج الانفعالي .

**سمة الاكتئابية:** اصحاب الدرجة العالية يتسمون بالاكتئاب و التذبذب المزاجي و التشاؤم و الشعور بالتعاسة و عدم الرضا و الخوف و الاحساس بالمخاوف غير محددة و الوحدة و عدم فهم الاخرين و عدم القدرة على التركيز و الميل للعدوان على الذات و الاحساس بالذنب. و اصحاب الدرجة المنخفضة يتسمون بالمزاج المعتدل و القدرة على التركيز و الاطمئنان و الامن و الثقة بالنفس و القناعة.

**سمة الكف (الضبط):** اصحاب الدرجة العالية يتميزون بعدم القدرة على التفاعل و التعامل مع الآخرين و خاصة المواقف الاجتماعية، الخجل و الارتباك او ظهور بعض المتاعب الجسمية عند مواجهة بعض الاحداث المعينة او عند الاضطراب ( مثل عدم الاستقرار او الارتعاش او احمرار الوجه او اصطكاك الركبتين او ارتعاش الاطراف و الحاجة الماسة للتبول) عدم القدرة على الحسم الفوري او سرعة اتخاذ القرار، الخوف و سهولة الارتباك و خاصة عند قيام الاخرين بمراقبتهم.

اصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالقدرة على التفاعل و التعامل مع الاخرين و عدم سرعة الارتباك واثقون من انفسهم ، تظهر عليهم الاعراض الجسمية عند الاضطراب بصورة غير واضحة و قادرون على التحدث و المخاطبة (٧: ٨٠-٨١)

- يتضمن البعد الأول: العصبية، ٧ عبارات كلها ايجابية وأرقامها: ١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧ .
- يتضمن البعد الثاني: القابلية للاستثارة ، ٧ عبارات كلها ايجابية وأرقامها: ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣.
- يتضمن البعد الثالث: الاجتماعية ٧ عبارات منها ٣ عبارات ايجابية وهي: ١٦، ١٨، ٢٠ وأرقام العبارات السلبية هي: ١٥، ١٧، ٢١، ١٩.
- يتضمن البعد الرابع: الهدوء أو رباطة الجاش، ٧ عبارات كلها ايجابية وأرقامها: ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٨، ٢٧.

- يتضمن البعد الخامس: السيطرة على ٦ عبارات كلها إيجابية وأرقامها:  
٣٤،٣٣،٣٢،٣١،٣٠،٢٩،٣٥

- و يتضمن البعد السادس: العدوانية على ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها:  
٤١،٤٠،٤٠،٣٩،٣٨،٣٦،٤٢

- يتضمن البعد السابع : الاكتئابية، ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها:  
٤٨،٤٧،٤٦،٤٥،٤٤،٤٣،٤٩

- يتضمن البعد الثامن: الكف او الضبط ، ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها:  
٥٥،٥٤،٥٣،٥٢،٥١،٥٠،٥٦

الخصائص السيكمترية للمقياس:

الدراسة الاستطلاعية : تم تطبيق المقياس على عينة من الاساتذة و البالغ عددهم ٥ اساتذة  
٢- ثبات الاستبيان و صدقه: لحساب ثبات الاستبيان استعملنا معامل الارتباط بيرسون و  
الجدول رقم (٠١) يمثل معامل الثبات و الصدق الذاتي للمقياس.

السمة	عدد الفقرات	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
سمة العصبية	٠٧	٠،٨٨	٠،٩٣
سمة القابلية للاستئارة	٠٧	٠،٨٠	٠،٨٩
سمة الاجتماعية	٠٧	٠،٩٥	٠،٩٧
سمة الهدوء	٠٧	٠،٩٧	٠،٩٨
سمة السيطرة	٠٧	٠،٩٣	٠،٩٦
سمة العدوانية	٠٧	٠،٨٦	٠،٩٢
سمة الاكتئابية	٠٧	٠،٧٦	٠،٨٧
سمة الكف او الضبط	٠٧	٠،٩٢	٠،٩٥
المقياس الكلي	٥٦	٠،٩١	٠،٩٥

لحساب ثبات المقياس استعملنا معامل الارتباط بيرسون ، تم حساب معاملات ثبات  
المقياس بأبعاده باستخدام معامل الارتباط حيث تم التوصل الى النتائج التالية و الجدول رقم

(٠١) يمثل معامل الثبات و الصدق الذاتي للاستبيان، يتضح من خلال الجدول رقم (٠١) أن قيمة معامل الارتباط قيمة مرتفعة و أن معامل الثبات في أبعاده ارتباط قوي مما يدل على تمتع كل بعد بدرجة عالية من الثبات و تجانس مفرداته، إذ أنه كلما كانت تلك المفردات متجانسة فيما تقيسه كان التناسق عاليا، و كذلك نتائج معامل الصدق الذاتي نتائجه مرتفعة و منه فإن الاستبيان يتمتع بمعامل ثبات و صدق عالي.

الاساليب الاحصائية المستخدمة: تمثلت في

اختبار حسن المطابقة ك<sup>٢</sup>، تم استخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات.

التكرارات - الدرجات - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط بيرسون.

عرض و مناقشة نتائج الدراسة:

مناقشة نتائج الفرضية الاولى : و المتمثلة في مستوى سمة العصبية متوسط لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٢) يمثل الارقام و التكرارات و الدرجات الخاصة بسمة العصبية.

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>٢</sup> الجدولية	كا <sup>٢</sup> المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٨٧	غير دال	١	٠,٠٠٥	٣,٨٤	١,٤٧	٢٣	٣٢	أحيانا تسرع دقات قلبي أو تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف
٦٢	دال				٣٠,٥٦	٤٨	٠٧	أشعر أحيانا أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملا شاقا
٨٠	غير دال				٠,٤٥	٣٠	٢٥	أشعر أحيانا بضيق التنفس أو بضيق في الصدر
٨٣	غير دال				٠,٠٢	٢٧	٢٨	معدتي حساسة( أشعر أحيانا بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي)
٧٨	غير دال				١,٤٧	٣٢	٢٣	أشعر كثيرا بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات
٧٨	غير دال				١,٤٧	٣٢	٢٣	أجد صعوبات في محاولة النوم

٩١	دال				٥,٢٥	١٩	٣٦	غالبا ما أشعر بالإرهاك والتعب والتوتر
----	-----	--	--	--	------	----	----	---------------------------------------

من خلال الجدول رقم (٠٢) و بالنسبة للسؤال الثاني و المتمثل في أشعر أحيانا أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملا شاقا بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة ٣٠,٥٦ و هي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية ٣,٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب لا بالنسبة للسؤال الثاني، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٥٥٩ درجة، إذ أنه عدد متوسط مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه وهو ٥٧٧,٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه و هو ٣٨٥، نستنتج أن مستوى سمة العصبية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

**مناقشة نتائج الفرضية الثانية :** و المتمثلة في مستوى سمة القابلية للاستثارة متوسط لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٣) يمثل الارقام و التكرارات و الدرجات الخاصة بسمة القابلية للاستثارة

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>٢</sup> الجدولية	كا <sup>٢</sup> المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٩٧	دال	١	٠,٠٠٥	٣,٨٤	١٥,٢٩	١٣	٤٢	أفقد السيطرة على أعصابي بسرعة ولكني أستطيع التحكم فيها بسرعة أيضا
٧٨	غير دال				١,٤٧	٣٢	٢٣	عندما أغضب أو أثور فإنني لا أهتم بذلك
٧٦	غير دال				٣,٠٧	٣٤	٢١	لا أستطيع غالبا التحكم في ضيقي وغضبي
٨٣	غير دال				٠,٠٢	٢٧	٢٨	أنا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة
٨٥	غير دال				٠,٤٥	٢٥	٣٠	أقول غالبا أشياء بدون تفكير وأندم عليها فيما بعد
٧٨	غير دال				١,٤٧	٣٢	٢٣	كثيرا ما استثار بسرعة من البعض
٧٩	غير دال				٠,٨٩	٣١	٢٤	كثيرا ما أغضب بسرعة من الآخرين

من خلال الجدول رقم (03) و بالنسبة للسؤال الاول و المتمثل في أفقد السيطرة على أعصابي بسرعة ولكني أستطيع التحكم فيها بسرعة أيضا بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة ١٥,٢٩ و

هي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية ٣,٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب نعم بالنسبة للسؤال الاول، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو 576 درجة، إذ أنه عدد متوسط مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه و هو ٥٧٧,٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أنّ مستوى سمة القابلية للاستشارة لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

**مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :** والمتمثلة في مستوى سمة الاجتماعية مرتفع لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٤) يمثل الأرقام و التكرارات و الدرجات الخاصة بسمة الاجتماعية.

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>٢</sup> الجدولية	كا <sup>٢</sup> المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٩١	دال	١	٠,٠٠٥	٣,٨٤	٥,٢٥	٣٦	١٩	يصعب على أن أجد ما أقول عند محاولة التعرف على الناس
٨٨	غير دال				٢,٢	٢٢	٣٣	أستطيع أن أبعث المرح بسهولة في سهرة مملّة
١٠٦	دال				٤٠,١٦	٥١	٠٤	اعتبر نفسي غير لائق في تعاملي مع الآخرين
١٠٤	دال				٣٣,٦٢	٠٦	٤٩	يبدو علي النشاط والحيوية
٩٩	دال				١٩,٨	٤٤	١١	أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفّي
٨٥	غير دال				٠,٤٥	٢٥	٣٠	أستطيع أن أصف نفسي بأنني شخص متكلم
٨٤	غير دال				٠,١٦	٢٩	٢٦	أميل الى عدم بدء الحديث مع الآخرين

من خلال الجدول رقم (٠٤) و بالنسبة للسؤال الثالث و المتمثل في اعتبر نفسي غير لائق في تعاملي مع الآخرين بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة ٤٠,١٦ و هي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية ٣,٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب لا بالنسبة للسؤال الثالث، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٦٥٧ درجة، إذ أنه عدد مرتفع مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه و هو ٥٧٧,٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أنّ مستوى سمة الاجتماعية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى مرتفع.

#### **مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :**

والمتمثلة في مستوى سمة الهدوء مرتفع لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٥) يمثل الأرقام و التكرارات و الدرجات الخاصة بسمة الهدوء.

الدرجة	الدلالة	درجة	مستوى	كا <sup>٢</sup>	كا <sup>٢</sup>	الاجابة	السؤال
--------	---------	------	-------	-----------------	-----------------	---------	--------

		الحرية	الدلالة	الجدولية	المحسوبة	لا	نعم	
١٠٢	دال	١	٠,٠٠٥	٣,٨٤	٢٧,٦٥	٠٨	٤٧	أنا دائما مزاجي معتدل
٧٨	غير دال				١,٤٧	٣٢	٢٣	عندما أصاب أحيانا بالفشل فإن ذلك لن يثيرني
٩٥	دال				١١,٣٦	١٥	٤٠	أنا من الذين يأخذون الأمور ببساطة وبدون تعقيد
١٠١	دال				٢٤,٨٩	٠,٩	٤٦	أنظر غالبا إلى المستقبل بمتنهي الثقة
١٠١	دال				٢٤,٨٩	٠,٩	٤٦	عندما تكون كل الأمور ضدي فإنني لا أفقد شجاعتي
١٠١	دال				٢٤,٨٩	٠,٩	٤٦	عندما أخرج عن شعوري فإنني أستطيع غالبا تهدئة نفسي بسرعة
٩٩	دال				١٩,٨	١١	٤٤	عندما افشل فإنني أستطيع تخطي الفشل بسهولة

من خلال الجدول رقم (٠٥) و بالنسبة للسؤال الاول و المتمثل في أنا دائما مزاجي معتدل بلغت قيمة ك<sup>٢</sup> المحسوبة ٢٧,٦٥ و هي أكبر من قيمة ك<sup>٢</sup> الجدولية ٣,٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب نعم بالنسبة للسؤال الاول، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٦٧٧ درجة، إذ أنه عدد مرتفع مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه و هو ٥٧٧,٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أن مستوى سمة الهدوء لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى مرتفع.

**مناقشة نتائج الفرضية الخامسة :** و المتمثلة في مستوى سمة السيطرة متوسط لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٦) يمثل الارقام و التكرارات الخاصة بسمة السيطرة

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك <sup>٢</sup> الجدولية	ك <sup>٢</sup> المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٦١	دال	١	٠,٠٠٥	٣,٨٤	٣٣,٦٢	٤٩	٠,٦	إذا أخطأ البعض في حقي فإنني أتمنى أن يصيبهم الضرر
٩١	دال				٥,٢٥	١٩	٣٦	إذ اضطررت الى استخدام القوة البدنية لحماية حقي فإنني أفعل ذلك
١٠٣	دال				٣٠,٥٦	٠,٧	٤٨	أتخيل أحيانا بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة بعض الأخطاء التي ارتكبتها

٦٣	دال				٢٧،٦٥	٤٧	٠٨	الشخص الذي يؤذيني أتمنى له الضرر
٦٠	دال				٣٦،٨١	٥٠	٠٥	عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس فإنني أدفعه إلى الانتقام منه
٩٠	دال				٤،٠٩	٢٠	٣٥	عندما يحاول البعض إهانتني فإنني أحاول أن أتجاهل ذلك
٩١	دال				٥،٢٥	١٩	٣٦	أفضل أن تلحق بي إصابة بالغة على أن أكون جباناً

من خلال الجدول رقم (٠٦) و بالنسبة للسؤال الخامس و المتمثل في عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس فإنني أدفعه إلى الانتقام منه بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة ٣٦،٨١ و هي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية ٣،٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب لا بالنسبة للسؤال نفسه، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٥٥٩ درجة، إذ أنه عدد متوسط مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه أي ٥٧٧،٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أن مستوى سمة السيطرة لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

مناقشة نتائج الفرضية السادسة: و المتمثلة في مستوى سمة العدوانية منخفضة لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٧) يمثل الارقام و التكرارات الخاصة بسمة العدوانية

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>٢</sup> الجدولية	كا <sup>٢</sup> المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٦٢	دال				٣٠،٥٦	٤٨	٠٧	أحيانا أجد متعة كبيرة في مضايقة أو معاكسة الآخرين
٧٣	دال	١	٠،٠٥	٣،٨٤	٠٦،٥٦	٣٧	١٨	سبق لي القيام بأداء بعض الأشياء الخطرة بغرض التسلية أو المزاح
٦٢	دال				٣٠،٥٦	٤٨	٠٧	يسعدني أن أظهر أخطاء الآخرين
٦٧	دال				١٧،٤٧	٤٣	١٢	يدور في ذهني غالباً عندما أكون وسط

							جماعة أحدث مشاجعة كبيرة ولا أستطيع مقاومة هذا التفكير
٧٣	دال			٦,٥٦	٣٧	١٨	أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية
٦٥	دال			٢٢,٢٧	٤٥	١٠	أحب التنكيت على الآخرين
٥٧	دال			٤٧,٢٩	٥٣	٠٢	أفرح أحيانا عند اصابة بعض ممن احبهم

من خلال الجدول رقم (٠٧) و بالنسبة للسؤال السابع و المتمثل في أفرح أحيانا عند اصابة بعض ممن احبهم بلغت قيمة كاً المحسوبة ٤٧,٢٩ و هي أكبر من قيمة كاً الجدولية ٣,٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب لا بالنسبة للسؤال نفسه، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٤٥٩ درجة، إذ أنه عدد منخفض مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه أي ٥٧٧,٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أن مستوى سمة العدوانية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى منخفض.

**مناقشة نتائج الفرضية السابعة:** و المتمثلة في مستوى سمة الاكثابية متوسطة لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية. و الجدول رقم (٠٨) يمثل الارقام و التكرارات الخاصة بسمة الاكثابية

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاً الجدولية	كاً المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٨٨	غير دال	١	٠,٠٠٥	٣,٨٤	٢,٢	٢٢	٣٣	أفعل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد
٨٣	غير دال				٠,٠٠٢	٢٧	٢٨	كثيرا ما أفكر في أن الحياة لا معنى لها
٨٣	غير دال				٠,٠٠٢	٢٧	٢٨	أحلم لعدة ليال في أشياء أعرف أنها لن تتحقق
٨٩	غير دال				٣,٠٠٧	٢١	٣٤	غالبا ما تدور في ذهني أفكار غير هامة تسبب لي الضيق
١٠٢	دال				٢٧,٦٥	٠٨	٤٧	كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية
٨٦	غير دال				٠,٠٨٩	٢٤	٣١	في أحيان كثيرة أفقد القدرة على التفكير
٦٧	دال				١٧,٤٧	٤٣	١٢	أحيانا يراودني التفكير بأنني لا أصلح لأي شيء

من خلال الجدول رقم (٠٨) و بالنسبة للسؤال الخامس و المتمثل في كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة ٢٧،٦٥ و هي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية ٣،٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب نعم بالنسبة للسؤال الثاني، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٥٩٨ درجة، إذ أنه عدد متوسط مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه أي ٥٧٧،٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أن مستوى سمة الاكتئابية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

**مناقشة نتائج الفرضية الثامنة:** و المتمثلة في مستوى سمة الكف و الضبط متوسط لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية، و الجدول رقم (٠٩) يمثل الارقام و التكرارات الخاصة بسمة الكف و الضبط

الدرجة	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>٢</sup> الجدولية	كا <sup>٢</sup> المحسوبة	الاجابة		السؤال
						لا	نعم	
٧٢	دال	١	٠،٠٠٥	٣،٨٤	٨،٠٢	٣٨	١٧	يحمر أو يمتقع لوني بسهولة
٨٥	غير دال				٠،٤٥	٢٥	٣٠	في بعض الأحيان لا أحب رؤية بعض الناس في الشارع أو في مكان عام
٨٤	غير دال				٠،١٦	٢٦	٢٩	أرتبك بسهولة أحيانا
٧٧	غير دال				٢،٢	٣٣	٢٢	أخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس وهم يتحدثون
٧١	دال				٩،٦٢	٣٩	١٦	يبدو على الاضطراب والخوف أسرع من الآخرين
٧٣	دال				٦،٥٦	٣٧	١٨	أرتبك بسهولة عندما أكون مع أشخاص مهمين أو مع رؤسائي
٨٢	غير دال				٠،٠٢	٢٨	٢٧	يظهر على التوتر والارتباك بسهولة عند مواجهة أحداث معينة

من خلال الجدول رقم (٠٩) و بالنسبة للسؤال الخامس و المتمثل في يبدو على الاضطراب والخوف أسرع من الآخرين بلغت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة ٩،٦٢ و هي أكبر من قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية ٣،٨٤ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاجابات لصالح الاجابات ب لا بالنسبة للسؤال نفسه، و نجد أن العدد الكلي للدرجات لهذا البعد هو ٥٤٤ درجة، إذ أنه عدد متوسط مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصل عليه أي ٥٧٧،٥ درجة و العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو ٧٧٠ درجة، و العدد الأدنى الذي يمكن التحصل عليه هو ٣٨٥، نستنتج أن مستوى سمة الكف و الضبط لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

**الاستنتاجات:** بعد عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها، و من خلال المعالجات الاحصائية تم التوصل الى ما يلي: تم التعرف على السمات الشخصية لاستاذ التربية البدنية و الرياضية و مستوى كل سمة .

مستوى سمة العصبية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

مستوى سمة القابلية للاستثارة لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

مستوى سمة الاجتماعية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى مرتفع.

مستوى سمة الهدوء لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى مرتفع.

مستوى سمة السيطرة لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

مستوى سمة العدوانية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى منخفض.

مستوى سمة الاكتئابية لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

مستوى سمة الكف و الضبط لأستاذ التربية البدنية والرياضية مستوى متوسط.

ترتيب السمات الشخصية لاستاذ التربية البدنية و الرياضية جاءت في المرتبة الاولى سمة الهدوء ثم سمة الاجتماعية و بعدها سمة الاكتئابية ثم سمة القابلية للاستثارة و جاءت بعدها سمة كل من السيطرة و العصبية و بعدها سمة الكف و الضبط و في الاخير سمة العدوانية.

**الخاتمة و أهم التوصيات:** من خلال هذه الدراسة و التي تم فيها التعرف على السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية للتعليم المتوسط و تم التوصل الى ان ترتيب السمات الشخصية حسب مقياس فرايبورغ كانت كما يلي (سمة الهدوء - سمة الاجتماعية - سمة الاكتئابية - سمة القابلية للاستثارة - سمة السيطرة و العصبية - سمة الكف أو الضبط - سمة العدوانية) و تميز الاساتذة بسمتي الهدوء و الاجتماعية و حققت هاتين السمتين درجة عالية في حين حققت كل من سمة الاكتئابية - سمة القابلية للاستثارة - سمة السيطرة و العصبية - سمة الكف أو الضبط درجات متوسطة ، أما سمة العدوانية حققت درجة منخفضة حسب مقياس فرايبورغ، و في الاخير نحاول ان نقدم مجموعة من التوصيات و الاقتراحات و المتمثلة في

نجاح و فشل مهنة التدريس قائم على شخصية المدرس بالدرجة الأولى، لذا يجب الاهتمام بهذا الجانب واعطائه أولوية ومكانة خاصة في عملية تكوين الأساتذة، واجراء دراسات معمقة في مجال شخصية أساتذة التربية البدنية والرياضية لتحديد أهم السمات التي يجب أن يتصفوا بها، وهو نفس الأمر بالنسبة للتلاميذ و بقية الاساتذة.

تعتبر السمات الشخصية مهمة و أساسية في تحقيق النجاح سواء في التعليم او التدريس او المنافسات الرياضية فلبدا التركيز على العامل النفسي لدى الاستاذ و الاهتمام به و عدم اهماله.

إجراء المزيد من البحوث و الدراسات حول السمات الشخصية للأستاذ و لبقية الاساتذة و التلاميذ لمختلف المستويات التعليمية.

ضرورة الاهتمام بموضوعات علم النفس الرياضي و توعية القائمين على الدور الذي يلعبه في الارتقاء بمستوى الاداء سواء كان في التربية البدنية و الرياضية او لبقية المواد الاخرى.

### المصادر و المراجع:

- ١-ألقت محمد حنفي. علم النفس المعاصر. الاسكندرية: مطبعة الجمهورية، ١٩٩٥.
- ٢-اللجنة الوطنية للمناهج. الوثيقة المرافقة مادة التربية البدنية و الرياضية مرحلة التعليم المتوسط. الجزائر، ٢٠١٥.
- ٣-أمين أنور الخولي. أصول التربية البدنية و الرياضية المدخل التاريخي و الفلسفة. دار الفكر العربي ط١، ١٩٩٨.
- ٤-بن ساسي رضوان. " دراسة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم الفئة العمرية ( ١٠ - ١٢ ) سنة." مجلة المعيار العدد ١٧ (٢٠١٧): ٢٧٥ - ٢٨٤.
- ٥-بوزيد اوشن. "الكفايات المهنية وعلاقتها ببعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر." مجلة الإبداع الرياضي المجلد ٤ العدد ٢ (٢٠١٣): ١٢٧ - ١٥٩.
- ٦-عبد المجيد رحموني. " علاقة بعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية بالممارسات التدريسية أثناء الدرس في الطور الثانوي . " مجلة الإبداع الرياضي المجلد ١٠ العدد ٢ (٢٠١٩): ١٣٧.
- ٧-محمد حسن علاوي. موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين. مصر: مركز الكتاب للنشر ط١، ١٩٩٨.
- ٨-محمد سعيد عزمي. أساليب تطوير تنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق. منشأة المعارف الإسكندرية، ١٩٩٦.
- ٩-محمد محمد الشحات. تدريس التربية البدنية. كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة : العلم والإيمان للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧.
- ١٠-محمود عوض بسيوني فيصل ياسين الشاطي. نظريات و طرق التربية البدنية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، بلا تاريخ.
- ١١-مدثر سليم أحمد. الصحة النفسية. الإسكندرية : المكتب للكمبيوتر والنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢.
- ١٢-ناصر الدين زيدي. سيكولوجية المدرس دراسة وصفية تحليلية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، ٢٠٠٧.
- ١٣-واضح أحمد أمين قرقور محمد. " سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدوافع الانجاز نحو حصة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ." مجلة المنظومة الرياضية المجلد ١ العدد ١ (٢٠١٤): ١١٤ - ١٤٢.
- ١٤-يوسف موسى المقدادي علي محمد المعامرة. علم النفس الرياضي. عمان : مطبعة المكتبة الوطنية، ٢٠٠٢.