

الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
-دراسة ميدانية حول أساتذة التربية البدنية بمدينة المسيلة.

Psychological hardness and its relationship to the quality of the teaching competencies of physical education and sports teachers.

-A field study for physical education teachers in the city of M'sila.

كرميش عبدالمالك فريد¹،

KERMICHE Abdelmalek Farid¹

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة / abdelmalekfarid.kermiche@univ-msila.dz¹

تاريخ النشر: 2021/12/01

تاريخ القبول: 2021/09/24

تاريخ الاستلام: 2021/06/14

المخلص : تهدف الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. استخدم الباحث المنهج الوصفي، لملائمته لموضوع الدراسة. وتكونت عينة الدراسة من (56) أساتذا للتربية البدنية. واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية و استبيان جودة الكفايات المهنية. أهم الاستنتاجات المتوصل إليها في الدراسة. أظهرت النتائج بان هناك :
- علاقة ارتباطية موجبة بين عناصر الصلابة النفسية بشكل عام وجودة الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. وعليه فان الصلابة النفسية تعتبر أحد أهم العوامل الأساسية والضرورية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية للتميز والنجاح في الميدان التربوي التعليمي.
- الكلمات المفتاحية : الصلابة النفسية-الالتزام-التحكم-التحدي-الكفايات التدريسية-أساتذة التربية البدنية والرياضية.

Abstract: The study aims to reveal the nature of the relationship between psychological harshness and the quality of teaching skills among teachers of physical education and sports. The researcher used the descriptive method, for its relevance to the subject of the study. The study sample consisted of (56) physical education teachers. The researcher used the Psychological Hardness Scale and the Professional Skills Quality Questionnaire. The most important conclusions of the study. The results showed that there are:
-A positive correlation between the elements of psychological toughness in general and the quality of the professional competencies of the teachers of physical education and sports.

Keywords: Psychological hardness – The commitment–The mastery–The challenge
Teaching competencies - physical education and sports teachers

الجانب النظري

مقدمة واشكالية الدراسة :

لقد أصبح من القواعد المسلم بها أن التعليم الجيد هو أساس المجتمع المتقدم، ويكاد يجمع علماء النفس والتربية على أن المعلم هو المنطلق الأساس في أي مشروع للتطوير والإصلاح التربوي والتعليمي، وتشير بعض الدراسات والبحوث العلمية إلى أن المعلم لا ينحصر دوره في تلقين المعلومات للتلاميذ فقط لكن الغرض من ذلك التأثير في سلوك التلاميذ وتنمية الجوانب الروحية لديهم والنفسية والاجتماعية .

ولهذا لم يصبح المعلم ناقلا للمعلومات والحقائق بل أصبح مهندسا اجتماعيا له دور فعال في تنشئة أبناء المجتمع تنشئة سليمة بأسلوب إنساني عن طريق إحداث التغييرات المنشودة في التفكير والعلاقات والعادات.

والنجاح المهني يتطلب أن يتحلى الفرد بمجموعة من القدرات الوجدانية التي تتجلى في قدرته على وعيه بمشاعره وانفعالاته والتحكم في نزواته ونزعاته أي في قدرته على إدارة حياته الوجدانية بذكاء وقراءته لمشاعر الآخرين والتفاعل معها بمرونة في علاقته معهم. تشير بعض الدراسات إلى أن هناك مجموعة من القدرات التي تسهم إسهاما كبيرا في التنبؤ بأداء الفرد في العمل ومن هذه العوامل الصلابة النفسية مثل التحكم في الانفعالات ومواجهة الإحباط والتواصل مع الآخرين.

وتوصلت نتائج دراسة "قشطة رائدة محمود ابراهيم" (2009) " إلى أن الطالبات ذوات المستوى المرتفع من الصلابة النفسية يستطعن التغلب على ما يواجههن من مشكلات انفعالية عن طريق التقدير الصحي لمشكلاتهن وتنظيم انفعالاتهن.

وأكد "ستوك" أن وصول الفرد إلى القمة في الأداء يتوقف على العوامل الداخلية والخارجية لديه، ومن أهم العوامل الداخلية القدرات الوجدانية لأن الانفعال يؤثر على طاقاتنا البدنية والعقلية .

وتعد الصلابة النفسية أحد أهم عوامل وسمات الشخصية الايجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الاداء ومواجهة التحديات وتحقيق الانجازات، فهي تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، وتساعده على مواجهة الاوضاع الصعبة والتوتر والمواقف الضاغطة وتزوده بحماية او حصانة من

الآثار الضارة المحتملة وتصون صحته النفسية وتساعد على التكيف مع مصاعب الحياة، حيث انها تساعد الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية، والتعامل مع الاحباط والأخطاء والصدمات النفسية والمشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة وواقعية، ولحل المشاكل والتفاعل بسلاسة مع الآخرين واحترامهم واحترام الذات.

وتعتبر مهنة التعليم من المهن الضاغطة، فقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أنّ المعلمين يتعرضون أكثر من غيرهم للضغوط النفسية والمهنية بسبب ما تتسم به هذه المهنة من غموض الدور وكثرة المطالب المتعارضة واستمرارية التعرض للمواقف الضاغطة. وأن وجود ضغوط مهنية لدى المعلم يكون اتجاهات سلبية نحو مهنة التعليم، ولا يعني بالضرورة تركها أو التخلي عنها، بل قد يستمر المعلم في المهنة نتيجة ظروف ضاغطة لكنّ إنجازها لمتطلبات المهنة قد لا يكون بالمستوى المطلوب الذي يحقق أهداف مهنة التعليم، وربما لا يرتقي به المهنة ولا يرتقي من خلالها.

وبناء على هذه الشواهد والدلائل حول ارتباط الضغوط النفسية بالصلابة النفسية التي تسهم اسهاما كبيرا في أداء وجودة إنجاز العمل لدى الافراد، فإن مشكلة البحث تتبلور في معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

وعليه طرح التساؤل الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

ويتفرع عن هذا السؤال التساؤلات الفرعية التالية::

- هل توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الالتزام وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

- هل توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التحكم وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

- هل توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التحدي وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطيه بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

الفرضيات الجزئية:

-توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الالتزام وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

-توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التحكم وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التحدي وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الى الكشف عن:

-طبيعة العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

-طبيعة العلاقة الارتباطية بين الالتزام وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

-طبيعة العلاقة الارتباطية بين التحكم وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

-طبيعة العلاقة الارتباطية بين التحدي وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

أهمية الدراسة:

-تكمن أهمية الدراسة الحالية في أنها تتناول احد الموضوعات الحديثة، واختلاف نتائج الدراسات التي تناولت هذا المفهوم تؤكد أن المجال ما زال بحاجة إلى المزيد من الدراسات النظرية والتطبيقية التي تعمل على التحقق من أصالة المفهوم، والتأصيل النظري له، ومدى تباينه عن المفاهيم الأخرى وعلاقته بها.كما يتوقع أن تكشف نتائج الدراسة الحالية عن عامل مهم من العوامل المؤثرة في أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية، وهو

الصلابة النفسية، الأمر الذي قد يلفت اهتمام المسؤولين واتخاذهم بعين الاعتبار في المناهج التربوية وبرامج إعداد وتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية. الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى: دراسة سعدي سعدي محمد (2020)،

بعنوان: أثر الكفاءات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تحسين دافعية التعلم لدى تلاميذ الطور المتوسط

الهدف: هدفت الدراسة الى معرفة أثر الكفاءات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تحسين دافعية التعلم لدى تلاميذ الطور المتوسط. عينة الدراسة وكيفية اختيارها: عينة الدراسة 200 تلميذ وتلميذة المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي.

الأدوات المستخدمة في الدراسة: مقياس دافعية التعلم وبطاقة ملاحظة الاداء التدريسي. النتائج المتوصل اليها في الدراسة:

توصل الباحث الى أن الكفاءة التدريسية لأستاذ التربية البدنية لها تأثير على دافعية التعلم لدى التلاميذ.

الدراسة الثانية: دراسة كرميش عبد المالك فريد (2019)

بعنوان: بعض الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي وعلاقتها بكل من الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي لديهم

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين بعض الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي وكل من الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي لديهم.

عينة البحث وكيفية اختيارها: اشتملت عينة الدراسة 20 أستاذا من أساتذة التربية البدنية والرياضية

المنهج المتبع في الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي

الادوات المستخدمة في الدراسة: مقياس الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي واستبانة الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

النتائج المتوصل اليها في الدراسة: وجود علاقة ارتباطية موجبة بين بعض الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يدرسون في مرحلة التعليم الثانوي وكل من الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي لديهم.

الدراسة الثالثة: دراسة عبد المطلب عبد القادر عبد المطلب (2017)
بعنوان: الصلابة النفسية وعلاقتها بالاضطرابات الجسمية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت.
هدف الدراسة: التعرف على طبيعة الصلابة النفسية وعلاقتها بالاضطرابات الجسمية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت.
عينة البحث وكيفية اختيارها: تكونت عينة الدراسة من (240) معلم ومعلمة من محافظة الاحمدي.

المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي
الادوات المستخدمة في الدراسة: مقياس الصلابة النفسية-قائمة كورتال الجديدة للاضطرابات الجسمية.
النتائج المتوصل اليها في الدراسة: توجد علاقة ايجابية بين الصلابة النفسية ومعظم مكونات الاضطرابات الجسمية ويعتبر تكرار المرض منبئا قويا بالصلابة النفسية.
الدراسة الرابعة: دراسة يوسف بن سيف بن محمد الرجبي -محمد عبدالحميد الشيخ حمود (2017)

بعنوان: الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة سلطنة عمان.
الهدف من الدراسة: التعرف على الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة
عينة الدراسة وكيفية اختيارها: 306 معلم ومعلمة من مدارس التعليم ما بعد الاساسي بمحافظة جنوب الباطنة منهم 178 ذكور و 128 اناث.
المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي.
الأدوات المستخدمة في الدراسة: مقياس الصلابة النفسية والتوافق المهني.
النتائج المتوصل اليها في الدراسة:

-وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجة الصلابة النفسية ودرجة التوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الاساسي في محافظة جنوب الباطنة. كما بينت الدراسة ان الصلابة النفسية تسهم بالتنبؤ بالتوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الاساسي في محافظة جنوب الباطنة.

الدراسة الخامسة: مجادي رابح (2013)

بعنوان: واقع ممارسة الكفايات التعليمية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي

هدف الدراسة: التعرف على واقع ممارسة الكفايات التعليمية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي

عينة البحث وكيفية اختيارها: تكونت عينة الدراسة من (12) أستاذ.

المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي

الادوات المستخدمة في الدراسة: مقياس الكفايات التعليمية من تصميم الباحث.

النتائج المتوصل اليها في الدراسة: من بين أهم النتائج المتوصل اليها في الدراسة هي أن الكفايات التعليمية الواجب ممارستها من طرف أساتذة التربية البدنية والرياضية هي كفايات التخطيط، التنفيذ، إدارة الصف، وكفاية التقويم.

الدراسة السادسة : أوثن بوزيد (2013)

بعنوان: الكفايات المهنية وعلاقتها ببعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر

هدف الدراسة: التعرف على طبيعة العلاقة بين الكفايات المهنية وبعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر

عينة البحث وكيفية اختيارها: تكونت عينة الدراسة من (116) أستاذ.

المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي

الادوات المستخدمة في الدراسة: بطاقة الملاحظة الكفايات المهنية من تصميم الباحث.

النتائج المتوصل اليها في الدراسة: من بين النتائج المتوصل اليها في البحث هو أنه لا توجد علاقة ارتباط بين الكفايات المهنية وسمات الشخصية لدى مدرسي التربية البدنية والرياضية بوجه عام.

التعليق على الدراسات السابقة:

من حيث الهدف: هدفت الدراسة الأولى إلى معرفة أثر الكفاءات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تحسين دافعية التعلم لدى تلاميذ الطور المتوسط. والدراسة الثانية هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين بعض الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي وكل من الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي لديهم.

والدراسة الثالثة فهدت إلى التعرف على طبيعة الصلابة النفسية وعلاقتها بالاضطرابات الجسمية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت.

والدراسة الرابعة فهدت إلى التعرف على الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي .

والدراسة الخامسة فهدت إلى التعرف على واقع ممارسة الكفايات التعليمية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي

والدراسة السادسة التعرف على طبيعة العلاقة بين الكفايات المهنية وبعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر

أما الدراسة الحالية فهدت إلى التعرف على طبيعة الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

من حيث العينة: الدراسة الأولى شملت عينة مكونة من طلبة كلية التربية في جامعة الموصل والبالغ عددهم (843) طالب وطالبة. والدراسة الثانية شملت (240) معلم ومعلمة، والدراسة الثالثة شملت (306) معلم ومعلمة من مدارس التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة منهم (178) ذكور و (128) إناث.

أما الدراسة الحالية فشملت أساتذة للتربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم المتوسط والبالغ عددهم ب(56) أستاذًا

من حيث المنهج: كل الدراسات استخدمت المنهج الوصفي.

من حيث الأدوات: استخدمت الدراسة الأولى مقياس الضغط النفسي ومقياس الصلابة النفسية، والدراسة الثانية استخدمت مقياس الصلابة النفسية-قائمة كورتال الجديدة

للاضطرابات الجسمية، والدراسة الثالثة استخدمت مقياس الصلابة النفسية والتوافق المهني.

أما الدراسة الحالية فاستخدمت كل من مقياس الصلابة النفسية واستبيان الكفايات التدريسية.

من حيث النتائج المتوصل إليها: توصلت الدراسة الأولى الى وجود علاقته ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي والصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية ووجود فروق ذي دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية ولصالح التخصص العلمي ووجود كذلك فروق ذي دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية تبعاً لمتغير الصف الدراسي ولصالح الصف الرابع. كما توصلت الدراسة الثانية الى وجود علاقة ايجابية بين الصلابة النفسية ومعظم مكونات الاضطرابات الجسمية ويعتبر تكرار المرض منبئاً قوياً بالصلابة النفسية. وتوصلت الدراسة الثالثة الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين درجة الصلابة النفسية ودرجة التوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الاساسي في محافظة جنوب الباطنة، كما بينت الدراسة ان الصلابة النفسية تسهم بالتنبؤ بالتوافق المهني لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الاساسي في محافظة جنوب الباطنة.

أما الدراسة الحالية فتوصلت الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين متغير الكفايات التدريسية وجميع مكونات الصلابة النفسية.

تحديد المفاهيم والمصطلحات

الصلابة النفسية: هي اعتقاد الفرد في قدرته وكفاءته في استخدام ما يمكن استخدامه من مصادر نفسية وبيئية في ادراك وتفسير ومواجهة ضغوطات وصعوبات الحياة والتعامل معها بشكل ايجابي.

الالتزام: هو اتجاه الفرد نحو ذاته واهدافه وقيمه في الحياة، وتحديد اتجاهاته الايجابية مع اقامة علاقات اجتماعية مع الاخرين (راضي 2008 ص54).

التحدي: اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة، هو أمر طبيعي بل حتي لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية (العبدلي 2012، ص29).

التحكم: اعتقاد الفرد في قدرته على السيطرة والتحكم في أحداث الحياة المتغيرة وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويتضمن القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل وتفسير وتقدير الأحداث الضاغطة والقدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي (الدمر 2014، ص 23).

الجانب التطبيقي

1- الدراسة الاستطلاعية

إن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية، والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة، والصعوبات التي قد تعترض الباحث في التجربة الميدانية وعليه فإن الدراسة الاستطلاعية تعتبر مرحلة مهمة للتثبت من الأداة لإنجاز البحث وسلامة معطياته، كما تساعدنا الدراسة الاستطلاعية على التعرف على نوعية الأفراد الذين سنطبق عليهم الأدوات، ومدى استعدادهم، ورضاهم عن الإجراءات الخاصة التي ستبني معهم.

حيث قام الباحث بدراسة استطلاعية، وذلك بتطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية تقدر بـ(12) أساتذة للتربية البدنية والرياضية، وهذا بغرض تجريب أدوات الدراسة والتأكد من ثباتها، حيث تم توزيع أدوات الدراسة (مقياس الصلابة النفسية واستبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أستاذ من أساتذة التربية البدنية والرياضية.

قام الباحث بتوزيع أدوات الدراسة في الفترة الممتدة ما بين (2019/4/14 – 2019/4/25) والمتثلة في مقياس الذكاء الوجداني واستبيان تقييم أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية على (55) أستاذ بعد استبعاد أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية الذين طبقت عليهم أدوات الدراسة لمعرفة صدقها وثباتها وعددهم (09) أساتذة للتربية البدنية والرياضية يدرسون في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة المسيلة. حيث تكونت عينة الدراسة من (55) أستاذ موزعين على كل متوسطات مدينة المسيلة.

ومن خلال هذه الدراسة الاستطلاعية توصل الباحث إلى ما يلي:

- ضبط عينة البحث، حيث شملت (56) أستاذًا للتربية البدنية والرياضية، الذين يدرسون في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة المسيلة.

- التأكد من أدوات القياس المستعملة في الدراسة الحالية (مقياس الصلابة النفسية، واستبيان الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية) ، حيث بلغ معامل الثبات للمقياس بطريقة الفا كرونباخ(0.986). وهذا ما يدل على توفرهما على الخصائص السيكومترية التي يتطلبها البحث العلمي الجيد وهي الصدق والثبات ، أي أنها ثابتة وتقيس ما وضعت لقياسه.

-التأكد من السلامة اللغوية لوسائل القياس، حيث تمت الاجابة على جميع فقرات المقاييس من طرف المستجوبين وبالتالي التأكد من أن عينة الدراسة لم تجد صعوبة في فهم المطلوب منها، وفي التعامل مع المقاييس وبالتالي الحصول على معطيات صحيحة.

- المنهج المتبع في الدراسة: طبيعة الموضوع، وطبيعة صياغة الإشكالية، هما اللذان يحددان نوع المنهج الذي يجب إتباعه في الدراسة.

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، ملائمته لموضوع الدراسة، فالمنهج الوصفي يهتم، ويقوم بوصف، وتفسير ما هو كائن، وهو من أكثر المناهج استخداما في الدراسات الإنسانية، لكونه يركز على تصنيف المعلومات، وتنظيمها والتعبير، عنها كما وكيفا ، مما يسهل فهم العلاقات بين مكونات الظاهرة المراد دراستها، أما كونه ارتباطي فالهدف معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين متغيرين أم لا، ومعرفة مقدار هذه العلاقة (موجبة أم سالبة)، والتنبؤ بتأثير متغير على متغير اخر كما انه يعنى بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها بصورة رقمية. عبيدات وآخرون (2000ص290)

وانطلاقا من مشكلة الدراسة التي تبحث في طبيعة الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، فان المنهج الوصفي هو أكثر المناهج ملائمة لهذه الدراسة.

- مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من أساتذة التربية البدنية والرياضية -مرحلة التعليم المتوسط الذين يدرسون في مختلف متوسطات مدينة المسيلة للسنة الدراسية 2018/2019.

وتكونت عينة الدراسة من (56) أستاذ تربية بدنية ورياضية من الذين يدرسون في مرحلة التعليم المتوسط للسنة الدراسية 2018/2019، تم اختيارهم بطريقة أسلوب المسح الشامل.

-أدوات جمع البيانات والمعلومات

أولاً: مقياس الصلابة النفسية:

تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية الذي صممه عادل (2011)، ويتكون المقياس من (43) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد:

-محور الالتزام: الالتزام يعني مدى رغبة الفرد في الأداء والإنجاز والسعي والإصرار لتحقيق ما يريد، أو هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين.

-محور التحدي: يشير إلى اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغير في حياته هو أمر مثير وضروري للارتقاء والتقدم أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف مختلف جوانب البيئة

-محور التحكم: هو اعتقاد الفرد أن بإمكانه التحكم فيما يواجهه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويشير بعض الباحثين إلى التحكم بمصطلح السيطرة أو الاقتدار باعتبار السيطرة هي شعور الفرد بقدرته على التأثير في بيئته أو التعامل مع متطلبات الظروف الضاغطة بطريقة ناجحة.

ثانياً: استبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

تم الاعتماد على استبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، الذي صممه الباحث.

يتألف استبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية من (47) عبارة موزعة على أربع محاور هي:

المحور الأول: التخطيط للدرس: هو مجموعة من الإجراءات والتدابير التي يتخذها الأستاذ لضمان نجاح العملية التعليمية، وتحقيق أهدافها، وتوصف بأنها خطة مرشدة، وموجهة لعمل الأستاذ.

المحور الثاني: تنفيذ الدرس: التنفيذ: هو الترجمة الميدانية لما وضعه الأستاذ في خطته، ويمثل مجموعة من المهارات تتمثل في تقديم الدرس، والاستحواذ على الانتباه، والتعزيز.

المحور الثالث: التقويم: التقويم هو تجميع واستخدام البيانات التي تختص بالتغيرات في سلوك التلاميذ، كما يقصد به اتخاذ القرارات من برنامج التعليم.

المحور الرابع: إدارة وتنظيم الفصل: هي مجموعة من الاستراتيجيات والأنشطة التربوية التنظيمية، التي تتولى تنسيق معطيات، وعوامل التدريس، بأساليب مختلفة، بغرض تسهيل عملية التربية داخل الصفوف.

1- مفتاح الاستبيان: تنقط الاستجابات وفق طريقة ليكرت على سلم من خمس درجات. ثبات الاستبيان: للتأكد من ثبات الاستبيان استخدم الباحث طريقة معامل الثبات لألفا كرونباخ، حيث بلغ معامل الثبات لاستبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية (0.976).

-صدق الاستبيان: الاتساق الداخلي: لدراسة الاتساق الداخلي بين محاور الدراسة، قمنا بحساب معاملات الارتباط بينهم كما هو موضح في الجدول التالي.

الجدول رقم (1)

يبين معاملات الارتباط بين محاور الدراسة.

إدارة وتنظيم الفصل	التقويم	التنفيذ	التخطيط	
	0.824**	0.796*	0.990**	التخطيط
	0.006	0.010	0.000	
	0.865**	0.864**	0.990**	التنفيذ
	0.003	0.003	0.000	
	0.941**	0.864**	0.796*	التقويم
	0.000	0.003	0.010	
	0.941**	0.865**	0.824**	إدارة وتنظيم الفصل
	0.000	0.003	0.006	

** دال عند مستوى 0.01

* دال عند مستوى 0.05

النتائج التي توصل إليها الباحث في دراسته تؤكد تميز استبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية باتساق داخلي بحيث أننا نلاحظ أن أغلبية معاملات الارتباط بين محاور الدراسة تتميز بدرجة عالية وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)

-إجراءات التطبيق الميداني للأداة

قام الباحث بتوزيع أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الصلابة النفسية واستبيان الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية على (56) أستاذ بعد استبعاد أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية الذين طبقت عليهم أدوات الدراسة لمعرفة صدقها وثباتها. حيث تكونت عينة الدراسة من (56) أستاذ موزعين على كل متوسطات مدينة المسيلة.

-مقياس الصلابة النفسية:

طبق مقياس الصلابة النفسية خلال السنة الدراسية (2018/2019).
تم توزيع (56) نموذجاً من مقياس الصلابة النفسية، وتحصلنا على (55) نموذجاً بنسبة استرجاع (100%).

-استبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية
وزع استبيان جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية خلال السنة الدراسية (2018/2019).

تم توزيع (56) نموذجاً من استبيان الكفايات التدريسية أساتذة التربية البدنية والرياضية، وتحصلنا على 55 نموذجاً بنسبة استرجاع 100%.
-الأساليب الإحصائية:

-تم استخدام معامل الارتباط (ليبرسون-pearson) للبحث في العلاقة بين متغيرات الدراسة.

-لإيجاد معامل ثبات المقياس ومعامل ثبات الاستبيان تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ.

2- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن ما يلي عرض النتائج القراءة الإحصائية لها ومدلولاتها وتفسيرها وربطها بالدراسات السابقة والمشابهة

الجدول رقم (2)

يبين معامل الارتباط لبيرسن بين الالتزام وجوده الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

جودة الكفايات التدريسية			المحور الأول: الالتزام
العينة	م. الدلالة	م. الارتباط	
56	0.01	0.738	

يتبين من الجدول السابق أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الالتزام وجوده الكفايات التدريسية لدى أفراد عينة الدراسة أساتذة التربية البدنية والرياضية عند مستوى الدلالة (0.01)، وهي علاقة طردية موجبة، حيث كلما زاد مستوى الالتزام، كلما زاد مستوى جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية والعكس صحيح. ويؤكد هذا معامل الارتباط، حيث بلغ (0.738)، ويعد معامل الارتباط مرتفع.

وتفسير ذلك أن تحكم أساتذة التربية البدنية والرياضية في انفعالاتهم، والوعي بها، ويساعدهم على مواجهة الضغوط المهنية ويجعلهم أكثر اتزاناً وتركيزاً في عملهم، وهذا بدوره ينعكس على كفاياتهم التدريسية وجوده أدائهم أثناء تأدية مهامهم التربوية، والتعليمية، مع تلاميذهم.

وتتفق نتائج دراستنا مع ما توصلت إليه بعض الدراسات التي أكدت على أن صفات الصلابة النفسية مثل التحكم في المشاعر السلبية المدمرة، سوف تصبح من المسلمات في مجال العمل، ومن الصفات التي يجب أن يمتلكها الشخص لكي يوظف ويرقى في عمله. (دانيال جولمان 2000 ص 32)

هذه النتائج التي توصلنا إليها تؤكد على صحة الفرضية التي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الالتزام ومواجهة الضغوط المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

نتائج الفرضية الجزئية الثانية وتفسيرها ومناقشتها

للتحقق من هذه الفرضية الجزئية وللكشف عن العلاقة الارتباطية بين التحدي كأحد مكونات الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون كما هو مبين في الجدول التالي.

الجدول رقم (3)

يبين معامل الارتباط لبيرسون بين التحدي وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

جودة الكفايات التدريسية			المحور الثاني: التحدي
العينة	م. الدلالة	م. الارتباط	
56	0.01	0.702	

يتبين من الجدول السابق أن هناك علاقة ارتباطية بين التحدي وجودة الكفايات التدريسية لدى أفراد عينة الدراسة عند مستوى الدلالة (0.01)، وهي علاقة طردية موجبة، حيث كلما زاد مستوى التحدي كلما زاد مستوى جودة الكفايات التدريسية والعكس صحيح ويؤكد هذا معامل الارتباط لبيرسون، حيث بلغ (0.702)، ويعد معامل الارتباط مرتفع.

ومعنى ذلك أن قدرة الفرد على التعامل مع المشاعر التي قد تزعجه أو تؤذيه، وقدرته على التحدي، ومعالجة المشاعر السلبية التي قد تؤثر بشكل سلبي على حياته الوظيفية، والقدرة على التخلص منها، كلها عوامل تساعد على جودة الاداء التدريسي والنجاح والتفوق، فمن يفتقر لهذه العوامل أو هذه القدرات يضل في حالة غير مستقرة وفي عراك مستمر مع الشعور بالكآبة وعدم الاتزان الانفعالي، وعدم القدرة على التركيز في اداء اعماله ووظائفه المهنية.

وتفسير ذلك أن تحدي أساتذة التربية البدنية والرياضية لانفعالاتهم، ومراقبتهم، وضبطهم، وتوجيههم، كلها عوامل تساعد على الطمأنينة والارتياح، وتزيد من فعالية ادائهم أثناء القيام بواجباتهم العملية والمهنية، وبالتالي النجاح في مهامهم الوظيفية.

هذه النتائج التي توصلنا إليها تؤكد على صحة الفرضية التي تنص على انه توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين التحدي وجودة الاداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

نتائج الفرضية الجزئية الثالثة وتفسيرها ومناقشتها

للتحقق من هذه الفرضية الجزئية وللكشف عن العلاقة الارتباطية بين التحكم كأحد مكونات الصحة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون كما هو مبين في الجدول التالي.

الجدول رقم (4)

يبين معامل الارتباط لبيرسون بين التحكم وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

جودة الكفايات التدريسية			المحور الثالث: التحكم
العينة	م. الدلالة	م. الارتباط	
56	0.01	0.693	

يتبين من الجدول السابق أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التحكم وجودة الاداء التدريسي لدى أفراد عينة الدراسة عند مستوى الدلالة (0.01)، وهي علاقة طردية موجبة، حيث كلما زاد مستوى التحكم، كلما زاد مستوى جودة الكفايات التدريسية والعكس صحيح .

ويؤكد هذا معامل الارتباط لبيرسون، حيث بلغ (0.693)، ويعد معامل الارتباط مرتفع. وتفسير ذلك أن ان قدرة التحكم في الانفعالات، وإدارتها لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية بشكل ايجابي ، وقدرتهم على تنسيق جهود تلاميذهم نحو تحقيق هدف مشترك ، يساعدهم على كيفية مواجهة مختلف المشكلات الانفعالية التي يتعرضون لها أثناء تأدية مهامهم التدريسية مع تلاميذهم داخل الفصل، ومن ثمة بإمكانهم السيطرة والتحكم في مختلف المواقف وان يكون أدائهم فعالا ومثمرا.

وقد تطابقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة "رائدة محمود ابراهيم قشطة" (2009) التي توصلت الى ان الطالبات ذوات المستوى المرتفع من الصلابة النفسية يستطعن التغلب على ما يواجههن من مشكلات انفعالية عن طريق التقدير الصحي لمشكلاتهن وتنظيم انفعالاتهن.

هذه النتائج التي توصلنا إليها تؤكد على صحة الفرضية التي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التحكم وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

نتائج الفرضية العامة وتفسيرها ومناقشتها

للتحقق من هذه الفرضية العامة وللكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون كما هو مبين في الجدول التالي.

الجدول رقم (5)

يبين معامل الارتباط لبيرسون بين الصلابة النفسية وجودة الاداء التدريسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

جودة الكفايات التدريسية			المقياس ككل
العينة	م. الدلالة	م. الارتباط	
56	0.01	0.738	

إن الجدول السابق يبين أن هناك علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الاداء التدريسي لدى أفراد عينة الدراسة، عند مستوى الدلالة (0.01)، وهي علاقة طردية موجبة، حيث كلما زاد مستوى الصلابة النفسية كلما زاد مستوى جودة الكفايات التدريسية والعكس صحيح.

ويؤكد هذا معامل ارتباط لبيرسون بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث بلغ (0.738) ويعد معامل الارتباط مرتفع. وما يدعم النتيجة العامة التي توصلنا إليها كذلك هو ما أشار إليه السمدوني بان الصلابة النفسية ترتبط ارتباطا موجبا بالتوافق المهني للمعلم وجودة الكفايات التدريسية.

وان مهنة التدريس من المهن التي تقدم خدمات إنسانية ويتطلب النجاح في تلك المهنة أن يؤدي المعلم أدواره المتعددة بكفاية دون الشعور بعدم قدرته على السيطرة على انفعالاته، الإرهاق الانفعالي ونقص الشعور بالانجاز الشخصي. (السمدوني السيد ابراهيم 2007ص156)

وتفسير ذلك أن جودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية اثناء ادائهم لمهامهم الوظيفية التي يقومون بها أثناء عملهم في المؤسسات التربوية التعليمية

التي يدرسون بها، يستدعي التحكم في انفعالاتهم، وتنظيمها وإدارتها في الاتجاه الايجابي من جهة، والقدرة على تواصلهم الإنساني والاجتماعي وفهم مشاعر تلاميذهم والقدرة على التأثير فيهم من جهة اخرى، كلها عوامل تساعد على الاستقرار والتوافق النفسي والتركيز أكثر، وبالتالي النجاح في مهامهم وفي أداءهم أثناء عملهم.

وهذا يتفق مع نتائج بعض الدراسات التي تشير إلى أن الصلابة النفسية مبنية على مجموعة من الكفاءات الانفعالية التي يمكن لأي شخص أن يكتسبها ، والتي تتضمن في طياتها مهارات شخصية واجتماعية تساهم في الأداء الفعال والنجاح المهني. (دينا بنت سليمان الجهمان، 2009ص65)

وتتفق هذه النتيجة ايضا مع ما يشير إليه التراث النفسي حول العلاقة بين الصلابة النفسية للفرد ونجاحه في الحياة المهنية وقد توصل المهتمون بهذا المجال إلى أن الصلابة النفسية أهم القدرات التي لها علاقة مباشرة بالنجاح في العمل.

هذه النتائج التي توصلنا إليها تؤكد على صحة الفرضية العامة التي تنص على انه توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

3- الاستنتاجات والاقتراحات:

أظهرت نتائج دراسة الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الكفايات التدريسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بأن هناك :

- علاقة ارتباطية بين الالتزام لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية وإدراكهم لمشاعرهم وانفعالاتهم وبين أداءهم وجودة كفاياتهم التدريسية اثناء تأدية مهامهم الوظيفية مع تلاميذهم داخل المؤسسات التعليمية التربوية.

- علاقة ارتباطية بين قدرة اساتذة التربية البدنية والرياضية على التحدي وتوجيه انفعالاتهم وكيفية تحويلها من مشاعر سلبية الى مشاعر ايجابية وبين جودة كفاياتهم التدريسية اثناء تأدية مهامهم الوظيفية مع تلاميذهم داخل المؤسسات التعليمية التربوية.

- علاقة ارتباطية بين قدرة اساتذة التربية البدنية والرياضية على التحكم وتنظيم انفعالاتهم و بين جودة الاداء التدريسي اثناء تأدية مهامهم الوظيفية مع تلاميذهم داخل المؤسسات التعليمية التربوية.

وعليه فان الصلابة النفسية تعتبر أحد أهم العوامل الأساسية والضرورية لجودة الكفايات التدريسية والنجاح والتميز في الاداء لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الوسط التربوي التعليمي.

-اقتراحات-

من خلال النتائج المتوصل إليها في الدراسة يقترح الباحث ما يلي:

- اجراء ايام دراسية وملتقيات تكوينية لأساتذة التربية البدنية والرياضية حول أسس ومكونات الصلابة النفسية التي من شأنها ان تيسر عملية التدريس في المؤسسات التربوية التعليمية.

-ضرورة تضمين مناهج التربية البدنية والرياضية لمهارات الصلابة النفسية التي تسمح لأساتذة التربية البدنية والرياضية من التحكم في انفعالاتهم وانفعالات تلاميذهم والتعاطف معهم للارتقاء بالعملية التربوية والتعليمية وتطويرها.

- نشر ثقافة الموضوعات المتعلقة بالصلابة النفسية في أوساط أساتذة التربية البدنية والرياضية في مختلف المؤسسات التربوية(الابتدائي، المتوسط والثانوي)، وكذلك في الجامعات وتبيين دورها في نجاح الأفراد مهنيًا.

-اجراء دراسة ميدانية تبحث في مستوى درجة الصلابة النفسية وعلاقتها بمستوى الضغوط المهنية لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية.

- إجراء دراسة حول تأثير مستوى الصلابة النفسية على الاضطرابات الشخصية.
- إجراء دراسة حول العلاقة بين الصلابة النفسية وبعض الأساليب القيادية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

4- قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة.

- ابورياس وآخرون، الدافعية والذكاء العاطفي، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2006.
- السمدوني إبراهيم، الذكاء الوجداني، أسسه وتطبيقاته وتنميته، دار الفكر، ط1، عمان، 2007.

-أحمد محمد الطيب: اخصائي في التربية وعلم النفس - ط1- المكتب الجامعي الحديث- رسالة ماجستير ازرايطا- اسكندرية- 1999.

-أوشن بوزيد: الكفايات المهنية وعلاقتها ببعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية في الجزائر، مجلة الابداع الرياضي، المجلد4، العدد 2، ص 127-159، 2013.

-الرفاعي- عزة: الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها رسالة دكتوراه غير منشورة - قسم علم النفس -كلية الآداب - جامعة حلوان القاهرة 2003.

-الدامر نوره: الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى المصابات بسرطان الثدي في مدينة الرياض رسالة ماجستير جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية المملكة العربية السعودية 2014.

العبدلي خالد: الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة رسالة ماجستير جامعة أم القرى، 2012.

-عبد الحميد محمد الشاذلي-الصحة النفسية وسيكولوجيا الشخصية - المكتبة الجامعية طبعة 2-الإسكندرية -مصر- 2001.

- دنيا جولمان: الذكاء العاطفي، ترجمة ليلي الجبالي و مراجعة محمد يونس)، مجلة سلسلة عالم المعرفة، العدد (262)، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، 2000.

-دينا بنت سليمان الجهمان: علاقة الذكاء العاطفي بمستوى أداء القياديين في المؤسسات الخاصة بمدينة الرياض، ماجستير، قسم العلوم النفسية و التربية و الاجتماعية، الأكاديمية العربية في الدنمارك، 2009.

-كرميش عبد المالك فريد: بعض الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي وعلاقتها بكل من الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي لديهم، المجلد 10، العدد 1، ص 41-72، 2019.

-راضي زينب: الصلابة النفسية لدى أميات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير الجامعة الإسلامية ، غزة، 2008.

- سعدي سعدي محمد: أثر الكفاءات التدريسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية في تحسين دافعية التعلم لدى تلاميذ الطور المتوسط، مجلة الأبداع الرياضي، المجلد 11، العدد 5، ص 436-455، 2020.

- عبد المطلب عبد القادر عبد المطلب: الصلابة النفسية وعلاقتها بالاضطرابات الجسمية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، 2017 مجلة الطفولة العربية، مج 19، العدد 74، 2017 ص 10-35، 2018.

-عباس، مدحت: رسالة دكتوراة، الصلابة النفسية كمتغير بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية - مجلة كلية التربية-السعودية- مجلد 26. 2010.

- عبيدات ذوقان، عدس عبد الرحمان، عبد الحق كاید، البحث العلمي مفهومه، أدواته، أساليبه، دار أسامة للنشر والتوزيع، ط3، الرياض، 2000.
- عويد المشعان: مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالاضطرابات النفس-جسمية لدولة الكويت- رسالة ماجستير- مجلة العلوم الاجتماعية- مج 28- العدد 1- 2000.
- مجادي رابح: واقع ممارسة الكفايات التعليمية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي، مجلة الإبداع الرياضي، مج 4، العدد 4، 2013 ص137-147، 2013.
- فريد نجار-المعجم الموسوعي للمصطلحات العربية (إنجليزي، عربي) طبعة 1 - مكتبة لبنان - بيروت -لبنان - 2003.
- قشطة رائدة محمود ابراهيم ،لذكاء الوجداني وعلاقته بمهارات التأقلم وبعض المتغيرات لدى طالبات الثانوية العامة، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، غزة، 2009.
- Kaddeur, L'endurance psychologique(hardiness)-Aspects définition ,nomologique et critiques , European review of applied psychology, centre de psychologie appliqué- Paris. Vol53, N=3-4 (2003). pp227-238.
- P, Delmas , Effet d'un programme de renforcement de la hardiesse sur la hardiesse, le stress perçu, les stratégies de coping et la qualité de vie au travail d'infirmières clinicienne ,vol 1,N=1 (2004) pp13 .