

مستوى الاجتماعية، الهدوء، القابلية للاستثارة للسمات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.  
The level of sociability, calmness, and susceptibility to personality traits among teachers of physical education and sports.

بلعربي محمد أيوب\*، مخبر الرياضة الصحة والأداء جامعة خميس مليانة (الجزائر). mohamed.belarbi@univ-dbkm.dz  
بواشري العربي، مخبر الرياضة الصحة والأداء جامعة خميس مليانة (الجزائر). Elarabi.bouacheri@univ-dbkm.dz  
أوزقزو عبد المجيد، مخبر الكيمياء الحيوية والفيزياء الحيوية والرياضيات الحيوية والقياسات السينتومترية جامعة بجاية  
abdelmadjid.ouzouzou@univ-bejaia.dz

تاريخ النشر: 2022/12/ 31

تاريخ القبول: 2022/12/ 06

تاريخ الاستلام: 2022/ 09/ 28

**ملخص:**

يهدف هذا البحث إلى دراسة مستوى سمات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث اخترنا السمات (الاجتماعية، الهدوء، عدم القابلية للاستثارة)، تم استعمال المنهج الوصفي بحيث تكونت عينة البحث من 40 استاذ، وتم تحديد أساتذة التربية البدنية والرياضية في ولاية عين الدفلى كمجتمع للبحث، تم كذلك استخدام مقياس فرايبورج للشخصية كأداة رئيسية للدراسة، هذا المقياس ترجمه محمد حسن علاوي للعربية وتم توزيعه على شكل استبيان وتمثلت النتائج في ما يلي: ارتفاع في كل من درجة سمة الاجتماعية وسمة الهدوء، وانخفاض في درجة سمة القابلية للاستثارة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى.

**الكلمات المفتاحية:** سمات الشخصية، أستاذ التربية البدنية والرياضية، الاجتماعية، الهدوء، عدم القابلية للاستثارة.

تصنيف JEL : XN1، XN2.

**Abstract:**

This research aims to study the level of personality traits among teachers of physical education and sports, where we chose the characteristics (social, calm, susceptibility to arousal). For the research, the Freiburg scale was used as a main tool for the study. this scale was translated by Muhammad Hassan Allawi, into Arabic and distributed in the form of a questionnaire. The results show: The degree of social trait and the trait of calmness is high, and the trait of susceptibility to excitability is low.

**Keywords:** physical education teacher, social, calm, susceptibility to arousal.

**Jel Classification Codes:** XN1, XN2.

**مقدمة:**

كان المعلم ولا يزال العنصر الأساسي في الموقف التعليمي، وهو المهيم في كل مناخ الفصل الدراسي وما يحدث بداخله وهو المحرك لدوافع التلاميذ والمشكل لاتجاهاتهم، عن طريق أساليب التدريس المتنوعة، وهو العامل الحاسم في مدى فاعلية عملية التدريس رغم مستحدثات التربية وما تقدمه التكنولوجيا المعاصرة من مبتكرات تستهدف تسيير العملية التعليمية، فالمعلم هو الذي ينظم الخبرات ويديرها وينفذها في اتجاه الأهداف المحددة لكل منها لذلك يجب أن تتوفر لدى المعلم خلفية واسعة وعميقة عن مجال تخصصه إلى جانب تمكنه من حصيلة لا بأس بها من المعارف في المجالات الحياتية

الأخرى، حتى يستطيع التلاميذ من خلال تفاعلهم معه أن يدركوا علاقات الترابط بين مختلف المجالات العلمية، وتكوين تصور عام عن فكرة وحدة المعرفة وتكامله (عبد الحليم، 2011، ص14)

وإذا تم إعداد المعلم إعدادا جيدا، وتم تزويده بالأدوات والوسائل المناسبة وتنشئة دوافعه وميوله واهتماماته تنشئة ذات قيمة موجبة فإن العائد من العملية التعليمية يكون عائدا إيجابيا وسوف يعمل على بناء مستقبل أفضل من خلال تنشئة جيل قادر على السلوك الإبداعي والابتكاري، إذ يعتبر تكوين الأستاذ أساسا هاما الذي تعتمد عليه السياسة التعليمية، وهذه السياسة وجب على الأستاذ تنفيذها والتي تتمثل في المتعلم للحياة في الواقع والمجتمع الذي يعيش فيه وفقا للفلسفة التي يؤمن بها، وفي أهمية إعداد الأستاذ يقول "تشارلز ميريل": "لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم ما لم يعد إعدادا أكاديميا خاصا" حيث تتطلب من القائمين عليها التخصص الدقيق في المادة العلمية والإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها، كما ينبغي أن يكون خبيرا بالأسس النفسية والاجتماعية التي تهتم بحاجات التلميذ ودوافعهم وميولهم، حتى يتمكن من التعامل معهم وإرشادهم وتوجيههم، حيث أنه لأستاذ التربية البدنية دور هام في إعداد التلميذ لهذا يكون من الضروري إعداد هذا التلميذ إعدادا مهنيا، أكاديميا، ثقافيا، وعلميا (عزمي، 2004، ص21).

من شروط النجاح في هذه الأخيرة، وهو توفر مجموعة من السمات الشخصية لدى الأستاذ، منها ما هو فطري لديه، ومنها ما يُكتسب نتيجة للاحتكاك مع المكونين والعارفين بخبايا هذه المهنة، ومن أجل هذا حاولنا تسليط الضوء على هذا الموضوع، لمعرفة درجة السمات الاجتماعية، الهدوء، القابلية للاستثارة عند أساتذة التربية البدنية والرياضية.

#### 1. الإشكالية:

تعتبر مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية من أعقد المهن وأصعبها، لما يواجهه الأستاذ المعني بتدريس هذه المادة من مواقف مختلفة ومتباينة، قد تكون واضحة تسمح له باتخاذ القرار المناسب وقد تكون عكس ذلك ما يستدعي منه الانتظار والتفكير، وتشغيل قدراته الذاتية المكتسبة طيلة فترة تكوينه أو خبرته لاحتواء الموقف.

هذا من جهة ومن جهة أخرى تعتبر مادة التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من المنظومة التربوية، تعمل على تحقيق الأغراض العامة للتربية، من خلال مجموعة من الأنشطة البدنية والرياضية المختارة والمبنية على أسس علمية دقيقة، التي تعتبر كوسيلة لتحقيق هذا الهدف أي جعل من التلميذ شخصية سوية تتمتع بنمو سليم من الناحية الجسمية والعقلية والمعرفية والانفعالية والاجتماعية، لكي يكون قادرا بذاته على مواجهة متطلبات الحياة ومن ثم يكون نافعا لنفسه ومجتمعه، فمن الناحية الجسمية تقوي عضلاته وتنشطها، وتساعد على تحقيق النمو السليم والتغلب على بعض مشاكل النمو وانحرافات إن وجدت على سبيل المثال، أما من الناحية العقلية فهي تساعد على تطوير قدراته العقلية، وتكسبه معلومات ومعارف جديدة مثل القوانين المتعلقة بعدد الرياضات، وتعطيه معلومات حول الصحة الرياضية وطرق التدريب السليم والوقاية من مختلف الأمراض، ومن الناحية النفسية تجنب الفرد العقد النفسية التي غالبا ما تسبب له صعوبات واضطرابات تعيقه عن التعايش مع الغير، كما تساعد اجتماعيا حيث تتيح له فرصة الاحتكاك مع الغير مما يؤدي إلى ربط علاقات مختلفة مع محيطه، مثل علاقات الصداقة والزمالة... إلخ كما تعرف ويست، بوتشر 1990 التربية البدنية أنها: "هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك" وذكرت لومبكين أن البعض يرى أن التربية البدنية والرياضية، إنما هي مرادف للتعبيرات مثل التمرينات، الألعاب، المسابقات الرياضية، وبعد تعريفها لكل من هذه التعبيرات، أوضحت أن تضمين هذه المكونات في برامج التربية البدنية يعتمد على كون هذه البرامج منظمة أو عفوية، تنافسية أو غير تنافسية، إجبارية أو اختيارية، داخل نطاق المجال الوظيفي أو خارجه، وغير ذلك من متغيرات، ولذلك فهي تفسر صعوبة وضع تعريف مانع جامع للتربية البدنية والرياضية، ولكنها أبت إلا أن تدلي برأيها بصياغة تعريف على النحو التالي: "التربية البدنية هي العملية التي يكتسب الفرد

من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني" وبعد هذه التعريفات نلمس الأهمية البالغة لمادة التربية البدنية والرياضية في تكوين الشخصية السوية من مختلف جوانبها. (الخولي، 1996 ص25) ومحور هذه المهنة هو الأستاذ، وباعتباره الشخصية التربوية والرياضية التي تتولى قيادة عمليتي التربية والتعليم، يؤثر تأثيرا مباشرا في التطوير الشامل لشخصية الفرد المتعلم، فعن طريق حصة التربية البدنية والرياضية يولي الأستاذ اهتماما بالغا بالصحة النفسية للتلاميذ فيعالج بعض الانحرافات النفسية كالتصرفات العدوانية والعنف، وتحقيق الاتزان النفسي لهم، والمربي الرياضي الناجح لا يعمل على تزويد التلاميذ بالتمارين الحركية فقط بل هو مسؤول على تحقيقهم القدرة على التوافق الاجتماعي والانفعالي، ويسلك الطريقة المثلى لنقل المعلومات للتلاميذ بما يتناسب مع نضجهم ووعيهم، كما يساهم في توجيههم توجيها تربويا ليس في مجال تخصصه فقط وإنما في مختلف التخصصات (عزمي، 1998 ص25)

والأستاذ له خصائص وقدرات ومعارف وخبرات ومهارات محددة، يستطيع بواسطتها توجيهه وقيادة تلاميذه نحو الهدف الأسى المذكور سابقا، من أجل كل هذا يسعى للنجاح في مهنته وأيضا لكونه نموذجا يحتذى به فيشترط عليه التحلي بمجموعة من الصفات والأخلاق والسمات والخصال تؤهله ليكون القائد الحقيقي الذي يسير القسم بحكمة بالغة، لذلك أردنا من خلال هذه الدراسة الوقوف على التساؤلات الآتية:

- ما درجة سمة الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى ؟
  - ما درجة سمة الهدوء "رباطة الجأش" لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى ؟
  - ما درجة سمة القابلية للاستثارة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى ؟
- ومن خلال هذه التساؤلات يمكننا اقتراح الفرضيات التالية:

- درجة سمة الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى مرتفعة.
- درجة سمة الهدوء "رباطة الجأش" لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى مرتفعة.
- درجة سمة القابلية للاستثارة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى منخفضة.

## 2. أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الى معرفة درجة سمة الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى.
- تهدف الدراسة الى معرفة درجة سمة الهدوء "رباطة الجأش" لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى.
- تهدف الدراسة الى معرفة درجة سمة القابلية للاستثارة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى.

## 3. أهمية الدراسة:

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 بالاهتمام والبحث حول سمات شخصيته التي تسمح له بإنجاح وتحقيق أهداف حصصه التي تركز على السلوك وتعديله أو تغييره كليا أو اكتساب سلوكيات جديدة.

## 4. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

### سمات الشخصية:

يعرفها " McCrae " و " Costa " على أنها: أبعاد تصف فروق فردية في الميل إلى إظهار تكوينات متناسقة ومنظمة للأفكار، والإنفعالات والسلوكيات، وهذا التعريف مقترح أيضا من طرف " Caspi " حيث يعتبر السمات على أنها فروقات فردية لديها ميل إلى التصرف والتفكير والشعور بطريقة منظمة ( بن سي سعيد و خطار، 2022ص19)

**التعريف الإجرائي:** مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الأستاذ على مجموعة من السمات ضمن مقياس فرايبورج للشخصية الذي ترجمه محمد حسن علاوي للعربية.

**أستاذ التربية البدنية والرياضية:**

الشخص الذي يقوم بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية في التعليم المتوسط، بشرط أن يكون متحصل على شهادة الليسانس على الأقل في الاختصاص، ومتخرج من معاهد أو أقسام التربية البدنية والرياضية الموجودة في الجامعات. (مروان، 2020) ص128.

**التعريف الإجرائي:** هو الشخص المكلف بتسيير حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية بشرط توفره على مجموعة من الخصائص والقدرات والكفاءات والسمات.

**التربية البدنية والرياضية:**

هي العملية التربوية خلال ممارسة النشاط البدني والرياضي إذ تعتبر إحدى فروع التربية العامة والتي تستمد نظرياتها من علوم مختلفة، وهي توجيه للنمو البدني والقوام للإنسان لاستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحيحة، وبعض الأساليب الأخرى لغرض اكتساب الصفات البدنية والمعرفية والمهارات والخبرات التي تحقق متطلبات المجتمع أو حاجات الإنسان التربوية. (اسماعيل، 2018ص359)

**التعريف الإجرائي:** هي الحصة التربوية التي تستعمل الأنشطة البدنية كوسيلة لتحقيق الأغراض العامة للتربية الاجتماعية:

هي سمة من سمات الشخصية يتسم بها الأفراد الذي يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين، ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات، ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة، وكثرة التحدث وحضور البديهة. (علاوي، 1998 ص79)

**التعريف الإجرائي:** مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الأستاذ على سمة الاجتماعية.

**الهدوء:** هي سمة من سمات الشخصية يتسم بها الأفراد الذي يتميزون بالثقة وعدم الاتباك أو تشتت الفكر والهدوء، صعوبة الاستثارة، واعتدال المزاج والتفاؤل والبعد عن السلوك العدواني والدأب على العمل. (علاوي، 1998 ص80)

**التعريف الإجرائي:** مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الأستاذ على سمة الهدوء.

**عدم القابلية للاستثارة:** هي سمة من سمات الشخصية يتسم بها الأفراد الذي يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس، والصبر والقدرة على تحمل الإحباط. حيث لا يتسمون بالاستثارة العالية، وشدة التوتر. (علاوي، 1998 ص79)

**التعريف الإجرائي:** مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الأستاذ على سمة عدم القابلية للاستثارة.

## 5. الدراسات السابقة :

دراسة (أحمد الأمين، 2013): هدفت 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. واعتمدت على الأدوات التالية: الاستبيان حول سمات شخصية الأستاذ ومقياس الدافع إلى الإنجاز بتطبيق المنهج الوصفي وشملت عينة البحث 210 تلميذ وتلميذة في مرحلة الثالثة ثانوي في ثانويات من ولاية شلف، وقد أسفرت النتائج النهائية عن وجود علاقة ارتباطية في اتجاه سالب بين سمة العدوانية للأستاذ ودافع مستوى الطموح لدى التلاميذ، وبلغ معامل الارتباط 0,56 عند مستوى

الدلالة 0.05، وعن وجود علاقة ارتباطيه في اتجاه موجب بين كل سمة الهدوء للأستاذ ودافع المثابرة لدى التلاميذ، وبلغ معامل الارتباط 0,73 عند مستوى الدلالة 0.05 وعن وجود علاقة ارتباطيه في اتجاه موجب بين سمة الاجتماعية للأستاذ ودافع سلوك الإنجاز لدى التلاميذ، وبلغ معامل الارتباط 0,84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبالتالي تكون جميع الفروض قد تحققت.

دراسة (عبدالمجيد، 2019): هدفت هذه الدراسة الى ابراز علاقة بعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية بمستوى الممارسات التدريسية بأبعادها المختلفة أثناء الدرس في مرحلة التعليم الثانوي، والكشف عن تأثير هذه السمات على الأداء البيداغوجي للأستاذ سواء في الاتجاه الايجابي أو السلبي. وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على عينة قوامها 90 أستاذ للتربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية بجاية موزعين على 34 ثانوية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتمثلت أداة الدراسة في مقياس سمات الشخصية واستبيان يمثل الممارسات التعليمية، وتوصل الباحث الى أن السمات الشخصية الايجابية للأستاذ وهي (سمة تحمل المسؤولية، سمة الثقة بالنفس، سمة الاتزان الانفعالي) لها تأثير ايجابي على الممارسات التعليمية للأستاذ أثناء الحصة، في حين أن سمة الانطوائية لها تأثير سلبي على الممارسات التعليمية بصفة عامة وعلى الأداء البيداغوجي بصفة خاصة.

دراسة ( بوبكر وطارق، 2021) هدفت الدراسة الى محاولة التعرف على درجة سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وفق متغير الخبرة المهنية وانعكاسها على التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ في الطور الثانوي أجريت الدراسة على عينة قوامها (412) تلميذ وتلميذة، و(15) أستاذ من بعض ثانويات ولاية بجاية، تم اختيارها بطريقة عشوائية منتظمة، ولجمع البيانات الخاصة بالدراسة وللتحقق من أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لأنه ملائم لطبيعة الموضوع، فيما يخص أدوات جمع البيانات استندنا الى الكتب والمراجع بالإضافة الى استخدام مقاييس تمثلت في: (مقياس سمات الشخصية لـ أماني عبد الوهاب عبد المقصود 2017) المتكون من أربعة ابعاد و (61) عبارة، ومقياس (التفاعل الاجتماعي لـ محمد النوبي محمد علي 2010) المتكون من اربع أبعاد و (21) عبارة، تمت المعالجة الإحصائية باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، حيث جاءت نتائج الدراسة على النحو التالي: - تتأثر سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية بالخبرة المهنية. - تختلف مستويات التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ باختلاف درجة سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية.

دراسة (عبد الله، وآخرون، 2018): هدفت إلى الكشف عن صورة المعلم العماني لدى طلبته باستقصاء نظرهم إلى سماته الشخصية وكفاياته المهنية، وأثر نوعية الطلاب في تقديرهم لهذه السمات. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واعتمدت في جمع البيانات استبانة مكونة من 30 سمة، قسّمت على محورين: أولهما السمات الشخصية، والآخر الكفايات المهنية. وتُرك المجال للطلبة في نهاية الاستبانة إلى إبداء وجهات نظرهم في صورة المعلم. وقد أجاب على بنود الاستبانة 1054 طالبا وطالبة من سبع محافظات من محافظات سلطنة عمان وأجريت كذلك مقابلة جماعية مركزة مع عدد من 50 طالبا وطالبة. وخلصت الدراسة إلى امتلاك المعلمين العمانيين السمات الشخصية بدرجة عالية، والكفايات المهنية بدرجة معتدلة، وحازت سمة "الأناقة في الملابس" على أعلى المتوسطات في السمات للشخصية، كما حصلت سمة "التمكن من المادة الدراسية" على أعلى المتوسطات في الكفايات المهنية، أما أقل المتوسطات فكان من نصيب "الحلم والعفو عند المقدر" في السمات الشخصية، والقدرة على "تحديد نقاط القوة والضعف لدى طلابه، ووضع الخطط العلاجية لها" في الكفايات المهنية. وبينت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين استجابات الطلبة الذكور والإناث في تقديرهم للسمات الشخصية والكفايات المهنية التي يتمتع بها المعلم العماني، لصالح الإناث. وفي ضوء هذه النتائج، أوصت الدراسة بتنظيم

البرامج والدورات التدريبية للمعلمين في مجالات بناء العلاقات الإيجابية مع الطلبة، والاستفادة من نتائج التقويم في تحسين التدريس، والكشف عن أسباب تفاوت استجابات الطلبة في نظرهم للمعلم، وإجراء دراسات متنوعة في الكشف عن صورة المعلم لدى الطلبة.

دراسة (غالي، وآخرون، 2021): 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 55 استاذ، و تم تحديد أساتذة التربية البدنية والرياضية 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 والرياضية يتميز بسمتي الهدوء والاجتماعية بدرجة عالية بينما حققت القابلية للاستثارة، الاكتئابية، السيطرة، الضبط والكف والعصبية درجات متوسطة، في حين حققت سمة العدوانية درجة منخفضة.

## 2. الاجراءات المنهجية المتبعة:

### 1.2 المنهج المستعمل:

كل دراسة تعتمد على منهج بحثي مناسب و يتماشى مع خصوصية الموضوع، لذا استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الموضوع

### 2.2 عينة البحث وطريقة اختيارها:

إذا أراد الباحث أن يدرس ظاهرة معينة في مجتمع معين فإنه لا يستطيع أن يصل إلى كل فرد في هذا المجتمع، وبالتالي فإنه يلجأ لدراسة فئة معينة تشمل كافة مجتمع الدراسة.

واعتمدنا على طريقة العينة العشوائية البسيطة في اختيارنا للعينة، حيث تُعد أبسط أنواع العينات، إذ يجب مراعاة تكافؤ الفرص لجميع الوحدات في المجتمع الأصلي، حيث تستخدم عادة في المجتمعات المحدودة، لذلك اخترنا 40 أستاذ تعليم متوسط للتربية البدنية والرياضية من متوسطات ولاية عين الدفلى.

3.2 أدوات الدراسة: لغرض جمع البيانات الخاصة بموضوع البحث، اعتمدنا "مقياس الشاخصة لفرايبورغ"، و تم توزيعه على شكل استبيان، وهذا بعد الاطلاع على عدد معتبر من المقاييس العربية والأجنبية المتاحة، وذلك لأنه يُؤس ثلاثة أبعاد مطابقة لموضوع بحثنا وهي: "الاجتماعية، الهدوء، القابلية للاستثارة" وكذلك لتطبيقه في البيئة العربية سابقا. وصف المقياس: هو قائمة فرايبورغ للشخصية، (FPI) وضعها في الأصل جوكن فارنبرج، وهيربرت سيلج، وراينر هامبل، وهم أساتذة علم النفس بجامعة فرايبورغ بألمانيا الغربية، أعد صورتها العربية محمد حسن علاوي.

وتهدف القائمة إلى قياس 9 أبعاد عامة للشخصية، بالإضافة إلى 3 أبعاد فرعية، وتتضمن القائمة 212 عبارة، كما أن لها صورتين أ، ب تشتمل كل منها على 114 عبارة.

وقام ديل Diehl أستاذ علم النفس بجامعة جيسن بألمانيا الغربية بتصميم صورة مُصغرة للقائمة تتضمن ثمانية أبعاد الأولى من القائمة 56 عبارة، وإختارنا نحن 21 عبارة تمثل 3 أبعاد التي سنختبرها وهي:

\* الاجتماعية: أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين، ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات، ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة، وكثرة التحدث وحضور البديهة.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقله الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات، وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة. كما أنّ لديهم قلة محدودة من المعارف، ويتميزون بالبرود وعدم الحيوية وقلة الحديث.

\* الهدوء: أصحاب الدرجة العالية يصفون أنفسهم بالثقة وعدم الارتباك أو تشتت الفكر والهدوء، صعوبة الاستثارة، واعتدال المزاج والتفاؤل والبعد عن السلوك العدواني والدأب على العمل.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يصفون أنفسهم بالاستثارة، وسهولة الغضب والضيق والارتباك وسرعة الشعور باليأس وعدم القدرة على سرعة اتخاذ القرارات والتشاؤم.

\* القابلية للاستثارة: الدرجة العالية على هذا البعد تميّز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية، وشدة التوتر، وضعف القدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادية، والانزعاج وعدم الصبر والغضب والاستجابات العدوانية عند الإحباط، وسرعة التأثر والحساسية.

الدرجة المنخفضة على هذا البعد تشير إلى الأفراد الذين يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميّزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس، والصبر والقدرة على تحمّل الإحباط.

- كما يختبر هذا المقياس أبعاد أخرى مثل: العصبية، العدوانية، السيطرة..... إلخ لكن اكتفينا بالأبعاد الثلاثة الأولى وهذا بما يتلاءم مع موضوع دراستنا.

#### 4.2 مفتاح التصحيح:

- تتضمن الصورة المصغرة على 21 عبارة، ويقوم الفرد بالإجابة على كل عبارة ب "نعم" أو "لا" طبقاً لدرجة انطباقها على حالته.

- يتضمن البعد الأوّل: "الاجتماعية" 7 عبارات منها 3 عبارات إيجابية وهي: 1، 2، 3 وأرقام العبارات السلبية هي: 4، 5، 6، 7.

- يتضمن البعد الثاني: "الهدوء" أو رباطة الجأش، 7 عبارات أيضاً كلها إيجابية وأرقامها: 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14.

- يتضمن البعد الثالث: "القابلية للاستثارة" على 7 عبارات كلها إيجابية وأرقامها: 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21.

- العبارات الإيجابية (التي في اتجاه البعد) يتم تصحيحها كما يلي:

\* عند الإجابة ب "نعم": 2 درجة \* عند الإجابة ب "لا": 1 درجة

- العبارات السلبية (التي عكس اتجاه البعد) يتم تصحيحها كما يلي:

\* عند الإجابة ب "نعم": 1 درجة \* عند الإجابة ب "لا": 2 درجة

- درجات أبعاد القائمة هي مجموع درجات أبعاد كل بُعد على حدة. (علاوي، 1998) ص 78-80.

#### 5.2 الشروط العلمية لأداة القياس:

أ الثبات: ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية:

تمت تجزئة كل بعد فرعي إلى نصفين (البنود الفردية والبنود الزوجية) وحساب معامل الارتباط بين النصفين، وكذلك تمت حساب معامل الارتباط بين درجات عينة التقنين في نصف كل بعد فرعي، وكذلك تمت تجزئة المقياس الكلي إلى نصفين (البنود الفردية والبنود الزوجية) ثم تصحيح المعامل من أثر التجزئة باستخدام معادلة سيرمان-براون. والجدول التالي يوضح ذلك:

المعامل الثبات	البعد
0.763	الاجتماعية
0.832	الهدوء
0.774	القابلية للاستثارة
0.789	الثبات الكلي للمقياس

جدول (1) ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

كما قام الباحثون في استخراج معامل الثبات بحساب الاتساق الداخلي "ألفا كرومباخ" والجدول التالي يوضح ذلك:

البعد	معامل الثبات
الاجتماعية	0.81
الهدوء	0.84
القابلية للاستثارة	0.76
الثبات الكلي للمقياس	0.80

جدول (2) ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

ب. الصدق:

صدق المحكمين: للتحقق من صدق أداة الدراسة، قام الباحثون بعرضه على خمسة أساتذة محكمين من ذوي الاختصاص لتحكيمها من حيث ملائمته لأغراض الدراسة، إذ أسفرت نتائج التحكيم على حصول معظم الفقرات على درجة اتفاق بين المحكمين تزيد عن 90%.

الصدق الذاتي: الجذر التربيعي لمعامل الثبات 0.88، وهذا يدل على صدق المقياس.

6.2 مجالات الدراسة:

المجال الزمني: طبقت الدراسة في الفترة من شهر مارس 2022 إلى شهر جوان 2022.

المجال المكاني: تمت الدراسة في بعض متوسطات بولاية عين الدفلى.

المجال البشري: تم الدراسة على أساتذة التربية البدنية بولاية عين الدفلى.

7.2 الأساليب الإحصائية: استعمل الباحثون الأساليب التالية: معامل ألفا كرومباخ، اختبار "ت" للمجموعة الواحدة،

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسب المئوية، وقام الباحثون بمعالجة البيانات باستخدام برنامج spss 26.

3. عرض ومناقشة النتائج:

1.3 عرض النتائج:

الجدول رقم 03: درجة سمة الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى.

الفقرة	الدرجة	نعم	لا	متوسط حسابي	متوسط نظري	إنحراف معياري	T محسوبة	T الجدولية	درجة الحرية	الدلالة
1	69	%72.5	%27.5	72.42	60	3.45	9.511	1.934	06	دال
2	75	%87.5	%12.5							
3	68	%70	%30							
4	73	%17.5	%82.5							
5	77	%7.5	%92.5							
6	75	%12.5	%87.5							
7	70	%25	%75.5							
		مجموع الدرجات: 507								

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمؤشر "الاجتماعية" والمتوسط الفرضي في مستوى الدلالة (0.05)، مما يؤشر على أن الدرجة الكلية للاجتماعية مرتفعة لدى أساتذة التربية البدنية بولاية عين الدفلى.

الجدول رقم 04: درجة سمة الهدوء "رباطة الجأش" لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى.

الفقر ة	الدرجة	نعم	لا	متوسط حسابي	متوس ط نظري	إنحراف المعياري	T محسوبة	T جدولية	درجة حرية	الدلال ة
8	67	%67.5	%32.5	72.14	60	4.81	6.678	1.934	06	دال
9	67	%67.5	%32.5							
10	74	%85	%15							
11	71	%77.5	%22.5							
12	70	%75	%25							
13	80	%100	%00							
14	76	%90	%10							
مجموع الدرجات: 505										

من خلال الجدول رقم (4) نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمؤشر الهدوء "رباطة الجأش" والمتوسط الفرضي في مستوى الدلالة (0.05)، مما يؤشر على أن الدرجة الكلية للهدوء "رباطة الجأش" مرتفعة لدى أساتذة التربية البدنية بولاية عين الدفلى.

الفقر ة	الدرجة	نعم	لا	متوسط حسابي	متوس ط نظري	انحراف المعياري	T محسو بة	T الجدولي ة	درجة الحرية	الدلالة
15	53	%32.5	%67.5	46.42	60	3.99	8.99	1.934	06	دال
16	50	%25	%75							
17	48	%20	%80							
18	44	%10	%90							
19	42	%05	%95							
20	44	%10	%90							
21	44	%10	%90							
مجموع الدرجات: 505										

من خلال الجدول رقم (5) نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمؤشر " القابلية للاستثارة" والمتوسط الفرضي في مستوى الدلالة (0.05)، مما يؤشر على أن الدرجة الكلية للقابلية للاستثارة منخفضة لدى أساتذة التربية البدنية بولاية عين الدفلى.

### 2.3 مناقشة النتائج :

من خلال النتائج المرتبطة بالفرضية الأولى، من خلال الجدول نستنتج أن أساتذ التربية البدنية والرياضية يتميز بطابع اجتماعي، فعلى العبارة الإيجابية الأولى أجاب 72.5% على أن باستطاعتهم إضفاء جوّ من المرح والسرور في أجواء مملّة، ومن العبارة الثالثة نجد نفس الأمر فقد أجاب 70% بأنهم يحبون عمل بعض المقالب غير المؤذية للآخرين الأمر الذي يؤكد على قدرة الأساتذة على التفاعل مه غيرهم، ومن العبارات السلبية التي نفاها أغلب أفراد العينة مؤكدين أنها لا تنطبق عليها نجد العبارة الرابعة "يصعب عليّ أن أجد ما أقوله عند التعرّف على الناس" وذلك بنسبة 82.5% وأيضا العبارة السادسة حيث يعتبر أغلب أساتذة التربية البدنية والرياضية أي بنسبة 87.5% أنهم لا يجدون صعوبة في كسب الآخرين لصفهم وهذا راجع لقدرتهم على التأثير في الغير.

وكل هذه النسب تصب في اتجاه الفرضية الأولى، حيث أنّ معدل النسب المئوية التي تمثل إجابات الأساتذة ب "نعم" على العبارات الإيجابية كانت مُرتفعة للغاية أي بنسبة 76.66% أما العبارات السلبية فكانت الإجابة الغالبة هي "لا" وذلك بنسبة 84.37%، ونجد أيضا العدد الكلي للدرجات وهو 507 درجة، إذ أنه مرتفع مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصّل عليها أي 420 درجة وقريب من العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو 560 درجة، وحسب وصف المقياس فأصحاب الدرجة العالية على هذا البعد (وهو ما تحقق في بحثنا) يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين، ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات، ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميّزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة، وكثرة التحدّث وحضور البديهة.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميّزون بقلة الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات، وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة. كما أنّ لديهم قلة محدودة من المعارف، ويتميّزون بالبرود وعدم الحيوية وقلة الحديث، ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول بأن الفرضية التي مفادها " درجة سمة الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى مرتفعة" قد تحققت.

من خلال النتائج المرتبطة بالفرضية الثانية نستنتج أنّ أساتذ التربية البدنية والرياضية يتمتع بميزة الهدوء وحتى في حال تعرضه للفشل وهذا ما تفسره نتائج العبارة التاسعة من هذا البعد، حيث أجاب 67.5% ب "نعم" على العبارة "عند أصاب أحيانا بالفشل فإن ذلك لا يثيرني" كما تؤكد نتائج العبارة العاشرة بأن الأغلبية العظمى من أساتذة التربية البدنية والرياضية ممن يأخذون الأمور ببساطة ومن دون تعقيد، 85% من الأساتذة أكدوا ذلك، في حين بينت العبارة الثالثة عشر أن أساتذ التربية البدنية والرياضية عندما يخرج عن شعوره فإنه يستطيع تهدئة نفسه بسرعة وهذا ما أكده كل أفراد العينة أي بنسبة 100%.

وأیضا من خلال النتائج المتحصّل عليها، نجد أنّ غالبية أفراد العينة أي أساتذة التربية البدنية والرياضية كانت إجاباتهم تصبّ في اتجاه الفرضية الموضوعية، حيث أنّ معدل النسب المئوية التي تمثل إجابات الأساتذة ب "نعم" على العبارات كانت مُرتفعة للغاية أي بنسبة 80.35% ومجموع التكرارات كان 225 مرة من أصل 280 ممكنة، وحسب تصحيح المقياس نضرب النتيجة  $\times 2$ ، نُضيف إليها عدد تكرارات الإجابة ب "لا" أي 55 نجد العدد الكلي للدرجات وهو 505 درجة، وهذا عدد درجات مرتفع مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصّل عليها أي 420 درجة.

وحسب وصف المقياس أصحاب الدرجة العالية يصفون أنفسهم بالثقة وعدم الارتباك أو تشتت الفكر والهدوء، صعوبة الاستثارة، واعتدال المزاج والتفاؤل والبعد عن السلوك العدواني والدأب على العمل. وأصحاب الدرجة المنخفضة يصفون أنفسهم بالاستثارة، وسهولة الغضب والضيق والارتباك وسرعة الشعور باليأس وعدم القدرة على اتخاذ القرارات بسرعة والتشاؤم، ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول بأن الفرضية التي مفادها "درجة سمة الهدوء" رباطة الجأش" لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى مرتفعة" قد تحققت.

من خلال النتائج المرتبطة بالفرضية الثالثة نستنتج أنّ أستاذ التربية البدنية والرياضية غير قابل للاستثارة بسهولة، ومهتم لنفسه إذا كان في حالة غضب وهذا ما تفسره نتائج العبارة السادسة عشر في هذا البعد حيث أجاب 75% ب "لا" على العبارة "عندما أغضب أو أثور فإنني لا أهتم بذلك"، كما تؤكد نتائج العبارة التاسعة عشر عدم تسرع الأستاذ في أخذ القرارات، كما أنه لا يقول أشياء بدون تفكير حتى لا يندم عليها وقد أكد 95% من الأساتذة ذلك، ونفس النسبة تقريبا أكد عليها الأساتذة في العبارة الحادية والعشرين التي تدلّ على أن الأستاذ لا يغضب بسرعة ولا يُستثار.

وأيضاً من خلال النتائج المتحصّل عليها، نجد أنّ غالبية أفراد العينة أي أساتذة التربية البدنية والرياضية كانت إجاباتهم تصبّ في اتجاه الفرضية الموضوعية، حيث أنّ معدل النسب المئوية التي تمثل إجابات الأساتذة ب "لا" على العبارات كانت مُرتفعة للغاية أي بنسبة 83.92% ومجموع التكرار كان 235 مرة من أصل 280 ممكنة، وحسب تصحيح المقياس نضرب النتيجة  $1 \times$ ، نُضيف إليها عدد تكرارات الإجابة ب "نعم" أي 45 ونضربها  $2 \times$  نجد العدد الكلي للدرجات وهو 325 درجة، وهذا عدد درجات منخفض مقارنة بمتوسط الدرجات الممكن التحصّل عليها أي 420 درجة أو العدد الأقصى الذي يمكن التحصل عليه وهو 560 درجة.

وحسب وصف المقياس فأصحاب الدرجة العالية على هذا البعد تميّز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية، وشدة التوتر، وضعف القدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادية، والانزعاج وعدم الصبر والغضب والاستجابات العدوانية عند الإحباط، وسرعة التأثر والحساسية.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة على هذا البعد (وهذا ما تحقق فعلاً على ضوء النتائج السابقة بفعل أنّ معظم الإجابات كانت سلبية) تشير إلى الأفراد الذين يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس، والصبر والقدرة على تحمّل الإحباط، ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول بأن الفرضية التي مفادها سمة "عدم القابلية للاستثارة" مرتبطة بالنجاح في مهنة تدريس التربية البدنية والرياضية" قد تحققت، إذ اتفقت دراستنا مع دراسة (بوبكر وطارق، 2021) التي هدفت الدراسة الى محاولة التعرف على درجة سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وفق متغير الخبرة المهنية وانعكاسها على التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ في الطور الثانوي، إذ تم استخدام مقاييس تمثلت في: (مقياس سمات الشخصية لـ أماني عبد الوهاب عبد المقصود 2017) المتكون من أربعة ابعاد و (61) عبارة، ومقياس (التفاعل الاجتماعي لـ محمد النوبي محمد علي 2010) المتكون من أربع أبعاد و (21) عبارة، حيث جاءت نتائج الدراسة على النحو التالي: تتأثر سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية بالخبرة المهنية، تختلف مستويات التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ باختلاف درجة سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية، ودراسة (عبد الله، وآخرون، 2018): التي هدفت إلى الكشف عن صورة المعلم العماني لدى طلبته باستقصاء نظرهم إلى سماته الشخصية وكفاياته المهنية، وأثر نوعية الطلاب في تقديرهم لهذه السمات، قسّمت على محورين: أولهما السمات الشخصية، والآخر الكفايات المهنية. وتُرك المجال للطلبة في نهاية الاستبانة إلى إبداء وجهات نظرهم في صورة المعلم، وخلصت الدراسة إلى امتلاك المعلمين العمانيين السمات الشخصية بدرجة عالية، وبينت النتائج وجود فروق دالة

إحصائيا بين استجابات الطلبة الذكور والإناث في تقديرهم للسمات الشخصية والكفايات المهنية التي يتمتع بها المعلم العماني، لصالح الإناث. وفي ضوء هذه النتائج، أوصت الدراسة بتنظيم البرامج والدورات التدريبية للمعلمين في مجالات بناء العلاقات الإيجابية مع الطلبة، والاستفادة من نتائج التقييم في تحسين التدريس، والكشف عن أسباب تفاوت استجابات الطلبة في نظرهم للمعلم، وإجراء دراسات متنوعة في الكشف عن صورة المعلم لدى الطلبة، ودراسة (غالي، وآخرون، 2021): والتي هدفت إلى التعرف على مستوى ودرجات السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وترتيبها ضمن مقياس فرايبورغ للشخصية، إذ بينت نتائج الدراسة أن استاذ التربية البدنية والرياضية يتميز بسمتي الهدوء والاجتماعية بدرجة عالية بينما حققت القابلية للاستثارة درجة منخفضة. ودراسة (أحمد الأمين، 2013): التي هدفت 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. وقد أسفرت النتائج النهائية عن وجود علاقة ارتباطية في اتجاه سالب بين سمة العدوانية للأستاذ ودافع مستوى الطموح لدى التلاميذ، وعن وجود علاقة ارتباطية في اتجاه موجب بين كل سمة الهدوء للأستاذ ودافع المثابرة لدى التلاميذ، اتجاه موجب بين سمة الاجتماعية للأستاذ ودافع سلوك الإنجاز لدى التلاميذ.

### 3.3 الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة الميدانية التي أجريناها، وبعد تحليل النتائج المتحصل عليها في ضوء الفرضيات المطروحة يمكننا

استنتاج ما يلي:

- درجة سمة الاجتماعية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى مرتفعة.

- درجة سمة الهدوء "رياسة الجأش" لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى مرتفعة.

- درجة سمة القابلية للاستثارة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى منخفضة.

### 4. خاتمة:

هدفت هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على مستوى سمات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث اخترنا السمات (الاجتماعية، الهدوء، عدم القابلية للاستثارة)، وتوصلت النتائج أن أساتذة التربية البدنية يتمتعون بدرجات مثالية في السمات قيد البحث، تعرفنا على درجة (الاجتماعية، الهدوء) لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية عين الدفلى، ووجدناها مرتفعة، كما تعرفنا على درجة القابلية للاستثارة ووجدناها منخفضة، استخلصنا أن أستاذ التربية البدنية والرياضية له مسؤوليات وواجبات لتحقيق أهداف الحصة وتسييرها، ولكي يتمكن من أداء دوره كاملا وينجح في مهنته يجب أن يتوفر على مجموعة من الخصائص والصفات وسمات شخصية مرغوبة مثل عدم الاستثارة والتحكم في نفسه أثناء الغضب، كما يجب عليه أن يتمتع بصفة الاجتماعية حتى يستطيع التعامل مع التلاميذ وأولياءهم محيطه المدرسي، وعلى أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يكون هادئا وكل هذه السمات تساهم في بناء الشخصية السوية للأستاذ وتجعله محبوبا من طرف تلاميذه وزملائه في المدرسة، ويتمكن هذا الأستاذ من تحقيق الأغراض الأساسية للتربية العامة والذي يتمثل في تكوين الأجيال وتربية النشء، وهذا تقريبا ما توصلت إليه الدراسات المشابهة والسابقة تناولت من قبل هذا الموضوع. 5. الاقتراحات والتوصيات:

بعد تناولنا لموضوع "مستوى الاجتماعية، الهدوء، عدم القابلية للاستثارة للسمات الشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية" والذي استخلصنا فيه مجموعة من النتائج، وذلك بعد القيام بالإجابة على التساؤلات الأولى للبحث، وجب علينا إثراء الموضوع بمجموعة من الاقتراحات والتوصيات التي نأمل أن تساهم في إعطاء دفعة قوية للتربية البدنية والرياضية.

- على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتمتع بالسمات التالية: الاجتماعية، الهدوء، عدم القابلية للاستثارة.  
- على القائمين على معاهد تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية، أن لا يهتموا بالجانب البدني والمعرفي فقط، بل يهتموا أيضا بالجانب النفسي والوجداني.  
- القيام بمزيد من الدراسات التي تهتم بشخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية، مع تسليط الضوء على سمات أخرى لم نتطرق إليها في هذا البحث.  
- العمل بشكل فعلي بمحتوى البحث، حتى لا يبقى مجرد حبر على ورق.

#### قائمة المراجع:

- بن هدية غالي، بوقشيش مولود، بن قوة علي، و هوار عبداللطيف. (2021). مستوى السمات الشخصية ضمن مقياس فرايبورغ لدى أساتذة التربية البدنية. *مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية*، 31(3)، 162-179.
- واضح أحمد الأمين . (2013). سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية ودوافع الانجاز نحو حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثالثة ثانوية. *المعيار*، 4(7)، 239-253.
- أحمد مروان. (2020). دور الخبرة المهنية لأستاذ التربية البدنية والرياضية على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي دراسة ميدانية بثانويات بلدية الشارف. *مجلة الابداع الرياضي*، 11(04)، 122-139.
- الهاشمي عبد الله، امبو سعدي عبد الله ، الروحي ناصر ، و البلوشي علي. (2018). صورة المعلم العماني لدى طلبته من حيث السمات الشخصية والكفايات المهنية. *رسالة التربية وعلم النفس*، 60(1)، 1-15.
- أمين أنور الخولي. (1996). *أصول التربية البدنية والرياضية* (الإصدار 1). القاهرة: دار الفكر العربي.
- بوسيف اسماعيل. (2018). الثقة بالنفس لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بتحقيق الأهداف المسطرة في البرنامج الدراسي لحصة التربية البدنية والرياضية. *المعيار*، 9(1)، 356-369.
- رحموني عبدالمجيد. (2019). علاقة بعض سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية بالممارسات التدريسية أثناء الدرس في الطور الثانوي - دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية بجاية. *مجلة الابداع الرياضي*، 10(5)، 135-155.
- شهرزاد بن سي سعيد، و خطار زهية خطار. (2022). تأثير سمات الشخصية في نوعية الحياة لدى مرضى متلازمة الأمعاء المتهيّجة -. *مجلة دراسات في علم نفس الصحة*، 7(1)، 17-33.
- ضامن بوبكر، و ساكر طارق. (2021). سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وفق متغير الخبرة المهنية وانعكاسها على التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي. *مجلة الابداع الرياضي*، 12(3)، 265-282.
- عبد الله عبد الحليم. (2011). *المهارات التدريسية والتدريب الميداني في ضوء الواقع المعاصر للتربية الرياضية " مفاهيم - مبادئ- تطبيقات"* (الإصدار 1، المجلد 1). مصر: مؤسسة عالم الرياضة للنشر.
- محمد حسن علاوي. (1998). *كتاب موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين* (الإصدار 1، المجلد 1). القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- محمد سعيد عزمي. (1998). *اساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي* (الإصدار 1). الإسكندرية، مصر: منشأة المعارف.
- محمد سعيد عزمي. (2004). *أساليب تطوير درس التربية البدنية والرياضية*. مصر: منشأة المعارف الإسكندرية مصر.
- الملاحق: عبارات المقياس المستخدم في الدراسة

معلومات شخصية:

الجنس: .....

السن: .....

أستاذ التربية البدنية والرياضية بمتوسطة .....

لا	نعم	العبارة	
		أستطيع أن أبعث المرح بسهولة في سهرة مملة	1
		يبدو عليّ النشاط والحيوية	2
		أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية	3
		يصعب عليّ أن أجد ما أقوله عند التعرّف على الناس	4
		أعتبر نفسي غير لبق في تعاملتي مع الآخرين	5
		أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفّي	6
		أميل إلى عدم بدأ الحديث مع الآخرين	7

		أنا دائما مزاجي معتدل	8
		عندما أصاب أحيانا بالفشل فإن ذلك لا يثيرني	9
		أنا من الذين يأخذون الأمور ببساطة وبدون تعقيد	10
		أنظر غالبا إلى المستقبل بمنتهى الثقة	11
		عندما تكون كل الأمور ضديّ فإني لا أفقد شجاعتي	12
		عندما أخرج عن شعوري فإني أستطيع غالبا تهدئة نفسي بسرعة	13
		عندما أفشل فإني أستطيع تخطي الفشل بسهولة	14

		أفقد السيطرة على أعصابي بسرعة ولكني أستطيع التحكم فيها بسرعة أيضا	15
		عندما أغضب أو أتور فإني لا أهتم بذلك	16
		لا أستطيع غالبا التحكم في ضيقي وغضبي	17
		أنا من سوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة	18
		أقول غالبا أشياء بدون تفكير وأندم عليها فيما بعد	19
		كثيرا ما أستثار بسرعة من البعض	20
		كثيرا ما أغضب بسرعة من الآخرين	21