

تحقيق الذات لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية وعلاقتها بالسمات الشخصية
بمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور

*م. ماهر محمد التومي

*م. سالم محمد مفتاح

المقدمة ومشكلة البحث : إن مهمة التربية البدنية ليست بالمهمة السهلة فهي تتطلب من المعلم المعد الإعداد الجيد والملم بجميع ما تحتاجه مهنته، فهي لا تقتصر على تعليم التلاميذ بعض المهارات الرياضية سواءً كانت عملية أو نظرية، بل تساعد في اكتشاف المواهب وإتاحة الفرصة لصلفهم وتوجيههم إلى التخصص الرياضي المناسبة لهم، وكذلك اكتشاف ذوي الإعاقات والتشوهات القوامية في مرحلة مبكرة من العمر، وتحديد ما أن يتم معالجتها طبيياً أو من خلال الممارسة الرياضية الصحيحة.

ومن المؤكد أنه ليس هناك مدرس تتاح له الفرصة مثلما تتاح لمدرس التربية البدنية، تحت أي من النظم التربوية في الأخذ بيد التلاميذ إلى الطريق المستقيم السوي اجتماعياً، ولما لها من أثر صحي الجسم والعقل حتى يكون طريق نموهم وتطورهم طريق خالي من العثرات والعوائق، فمدرس التربية البدنية بمثابة المثل الأعلى، وهو القدوة الحسنة لتلاميذه وعلى منواله يسير الكثير منهم، ويتأثرون بشخصيته ويقلدونه (25:46)

إن الذات من أهم عناصر الشخصية وهي الشيء الوحيد الذي يجعل للفرد خصوصيته، ولعل المخلوق الوحيد الذي يستطيع إدراك ذاته هو الإنسان، حيث يجعل من الذات موضوع تأمله وتفكيره وتقويمه، لكنه يبدو من الصعب تطور (الوعي بالذات) دون توفير وعي اجتماعي، وإن أي فرد لا يستطيع إدراك ذاته إلا من خلال ردود أفعال الآخرين تجاه أعماله وتصرفاته، ويستطيع الأفراد المؤثرين في حياة الفرد مساعدته على تكوين صورة مقبولة لذاته (3 : 25)

إن مفهوم الذات يلعب دوراً هاماً في المجال الرياضي، حيث إن فكرة الفرد عن نفسه تؤثر على أدائه وينعكس ذلك على الجميع الطلاب سلوكياً ويؤثر على رد فعله نحوهم وتصرفاته معهم ورغبته في المنافسة وتحصيله ونجاحه واستجاباته ومستوى الطموح لديه، ويسخر طاقاته لتحقيق ما يسمو إليه، وتزداد ثقته بنفسه، كما أن مفهوم الشخص عن ذاته ينعكس على جميع سلوكياته، ويؤثر على رد فعله نحو الآخرين، ورغبته في المنافسة وتحصيله وعدم نجاحه واستجاباته للتحديات ومستوى طموحه (25 : 46).

إن الأنشطة الرياضية تقدم فرص عديدة لتنمية مفهوم الذات ويظهر هذا بوضوح في الثقة بالنفس، والافتناع الذي يظهر لدى المعلمين الناجحين ونتائج تقييمهم لذاتهم أو تصورهم لأنفسهم (33:316).

مشكلة الدراسة: إن مهمة مدرس التربية البدنية لا تقف عند اكتساب التلاميذ المعلومات والمهارات من خلال تقديم الدروس النظرية والعملية في زمن معين أو فترة محددة، بل تكون بعدد من المتغيرات الخاصة بالمعلم وفي برامج إعدادة وخبراته وسماته الشخصية.

كما أن هناك متغيران أساسيان يؤديان بالعمل إلى تجاوز حدود الاحتمال، وبالتالي إلى ضغوط نفسية مرتبطة بالعمل وهما: (العبء الكمي، والعبء الكيفي) حيث يرتبط العبء الكمي ارتباطاً دالاً بنقص تقدير الذات وانخفاض

الدافعية والتغيب عن العمل، في حين أن الضغوط الناجمة عن العبء الكيفي تنشأ حينما يكون هناك تباين في إدراك العاملين بين ما يستلزمه العمل وما يطلب منهم (10: 62).

وتمثلت مشكلة الدراسة التساؤل التالي:

- تحقيق الذات لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية وعلاقتها بالسمات الشخصية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور؟

أهمية الدراسة : تتضح أهمية الدراسة الحالية في أنها محاولة عملية من الباحثان للتعرف على العلاقة بين بعض السمات والشخصية ومقياس تحقيق الذات لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور، حيث تعتبر السمات الشخصية من أهم أسباب تفهم شخصية المعلمين لأنهم فئة حساسة في المجتمع لما من علاقة بتنمية التلاميذ جسدياً ونفسياً وعقلياً، والاهتمام بميولهم ورغباتهم، والتعرف على هذه العلاقة يساعدنا في إيجاد الوسائل اللازمة لتحقيق الذات لدى المعلمين والمعلمات مما يسهم في أفق المستقبل المشرق.

أهداف الدراسة : تهدف الدراسة إلى التعرف على الآتي:

- 1- العلاقة بين سمات الشخصية وتحقيق الذات لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.
- 2- الفروق في السمات الشخصية بين معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.
- 3- الفروق في تحقيق الذات بين معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.

الفروض : في ضوء أهداف الدراسة تفترض الدراسة الآتي :

- 1- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين السمات الشخصية وتحقيق الذات لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.
- 2- توجد فروق دالة إحصائية في السمات الشخصية بين معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.
- 3- توجد فروق دالة إحصائية في تحقيق الذات بين معلمي ومعلمات التربية البدنية بالمرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.

مصطلحات الدراسة :

- السمة : هي نظام نفسي يتميز بالتصميم والتمركز ويختص بالفردية.
- الشخصية :هي ذلك التنظيم الدينامي الكامن في الفرد والذي يتضمن مختلف النظم النفسية التي تحدد خصائصه السلوكية وتفكيره.
- مفهوم الذات :هو الصورة التي يكونها الشخص عن نفسه سلباً أو إيجاباً وتساعد في تقييم نفسه، حيث يعبر عما لديه من آراء وأفكار ومعتقدات ومشاعر واتجاهات، ويؤثر في مختلف نواحي حياته الجسمية والنفسية والاجتماعية. (25:17)
- ويعرف الذات أيضاً: بأنه الذات الحقيقية أو الواقعية مجموعة الأفكار والمشاعر والمعتقدات والإدراكات وغيرها، والتي يرى القائل الرياضي أنها حقيقة تصف ذاته وتعطي صورة صادقة خالية من التوش عن نفسه.
- تحقيق الذات: هو الذي يدفع الفرد إلى التعبير عن الذات والإفصاح عن شخصيته وتوكيدها بأن يحقق ما لديه من إمكانات ، ويبدى ما لديه من آراء ويقوم بأعمال نافعة ذات قيمة للآخرين ، ويكون منتجا ومبدعا (25:18).

الإطار النظري:

مفهوم الشخصية : تعتبر الشخصية ميزة الإنسان النفسية، وهي في الوقت نفسه مجموعة تصرفاته وطريقة عيشه وتفكيره ومزاجه، وهي تشكل كلا متكاملًا، لكن عناصر هذا الكل ليست كلها فطرية وراثية. وتتكون الشخصية شيئًا فشيئًا منذ سنوات الإنسان الأولى وتطبع بالأحداث والصدمات والخيبات والنجاحات التي تتعرض لها والتي تغير من معالمها تدريجيًا. (15: 37-39)

وقد أتاح مفهوم الشخصية لأغلب علماء النفس وضع تعريفات عنها وشدد كل منهم على الناحية التي بدت له مهمة في شرحها.

اعتبر كاتل R.B.Catell أن الشخصية هي ما يسمح لنا بالتنبؤ بما سيقوم به شخص ما في موقف ما، أما هدف البحث النفسي للشخصية فهو " سن قوانين تتعلق بردات فعل الإنسان في هذه الظروف أو تلك من حياته وفي علاقاته الاجتماعية، وتشمل هذه القوانين سلوك الإنسان الخارجي والداخلي في آن واحد. (15: 37-39) الشخصية هي : "النمط الفريد من المميزات النفسية والسلوكية الدائمة التي يضاهي بها الشخص غيره أو يختلف عنهم". (14: 568).

الشخصية هي : "التأليف الحاصل من تناسق وبناء العقلية والنفسية وفق قاعدة فكرية مخصصة أو مقاييس محدودة ضابطة، وتكونينها بكيفية تقتضيها هذه القاعدة الفكرية في عمليات الإدراك والإشباع " (134:53) خصائص الشخصية: لكل تكوين أو نظام خصائص تميزه أو تفرده عن الآخرين، وهذا يعني وجود فروق عنهم، وهكذا الحال للشخصية فلها خصائص ومميزات يمكن إفرادها كالاتي:

1- الثبات : فالأشخاص يسلكون بصورة ثابتة من موقف لآخر عبر الزمان. فإذا سلك شخص ما طريقة معينة في موقف، فإننا نتنبأ بأنه سيسلك الطريقة ذاتها في المواقف المشابهة، والثبات يكون عبر الزمان، وهو مدى ثبات السلوك خلال مراحل النمو المختلفة ومع تقدم الشخص بالسن، ثم الثبات عبر المواقف، وهنا ننظر إلى ثبات سلوك الفرد من موقف إلى آخر.

2- التغيير " الدينامية": إذا كانت الشخصية تتميز بالثبات، فإن ذلك لا يعني أنها "سكونية" إن الثبات هو ثبات نسبي، وهكذا فإن صفات التغيير والنمو والارتقاء والاكتساب والتعلم.

3- التكامل : يتضمن كون الشخصية ليست مجرد مجموعة من الصفات التي تكونها، وإنما قوة الشخصية تقاس بقدر ما يكون بين مكوناتها من تماسك وانسجام وتكامل (43: 77-78)

تعريف السمة: هي أي طريقة ثابتة نسبيًا يتميز بها الفرد عن غيره من الأفراد. (251:37)

وعرفت بأنها نظام نفسي عصبي يتميز بالتصميم والتمركز ويختص بالفردية (45:41).

كما عرفت بأنها خصلة أو خاصية أو صفة ذات دوام نسبي يمكن أن يختلف فيما الأفراد فتميز بعضهم عن بعض، وقد تكون السمة وراثية أو مكتسبة ويمكن أن تكون جسيمة، أو معرفية، أو انفعالية، أو متعلقة بمواقف اجتماعية. (3: 67)

وعرفت أيضا بأنها نظام عصبي مركزي عام يتميز به الفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفية، كما

يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري" (35: 301)

أنواع السمات

- السمات العامة " المشتركة " والسمات الخاصة " الفريدة " .
- السمات الفريدة " الخاصة " : هي التي لا تكون إلا عند فرد بعينه ويسمى البورت القابليات الشخصية.
- السمات الأصلية " المركزية أو الأساسية " والسمات الثانوية.
- السمات المركزية : هي الأكثر شيوعا وتميز الفرد عن الآخر وعددها يتراوح من خمس إلى عشر سمات.
- السمات الثانوية : أقل حدوثا، ضعيفة أو هامشية، وأقل أهمية في وصف الشخصية.
- السمات التعبيرية والاتجاهية :
- السمات التعبيرية : هي سمات تؤثر على شكل السلوك، ولكنها لا تكون واقعية في أغلب الأحيان ومن أمثلتها المثابرة.
- السمات الاتجاهية : سمات ذات تأثير محدد في مجالات معينة من مجالات الحياة (353:19)

مفهوم الذات : يرى ممدوح الكناني (1987) أن مفهوم الذات تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد، ويعتبره تعريف نفسية لذاته ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما ينعكس إجرائية في وصف الفرد - لذاته كما يتصورها هو " مفهوم الذات المدرك " والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، هو " مفهوم الذات الاجتماعي " المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون " مفهوم الذات المثالي ". (128:47)

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة : استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ملائمة لطبيعة الدراسة.
مجتمع الدراسة : اشتمل مجتمع الدراسة على 400 معلما ومعلمة للتربية البدنية بمدينة جنزور.
عينة الدراسة : اشتملت عينة الدراسة على مئة وأربعة عشرون (124) معلم ومعلمة، حيث كان تمثيلهم متساوي وبواقع اثنان وستون (62) مبعوث لكل منهما وتم اختيارهم عشوائية، وتمثل عينة الدراسة ما نسبته 30.9 % من حجم مجتمع الدراسة.

أدوات الدراسة : استخدم الباحثان المقاييس الآتية :

- مقياس السمات الشخصية :- (10: 31)
- ثبات مقياس السمات الشخصية. للتحقق من ثبات مقياس الشخصية طبقا للمقياس على عينة عشوائية تضم ثلاثين (30) معلما ومعلمة تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ للثبات والمتوفرة في برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss وكانت قيمة ألفا (0.921) وهي قيمة عالية تؤكد ثبات نتائج المقياس.
- يتم التصحيح وفق الآتي : ممتاز (4) درجات، جيد جدا (3) درجات، جيد (2) درجتان، أقل من المتوسط (1) درجة.

- صدق مقياس تحقيق الذات

- ثبات مقياس تحقيق الذات : للتحقق من ثبات مقياس تحقيق الذات طبق المقياس على عينة عشوائية تضم ثلاثين (30) معلما ومعلمة، ثم استخدمت معادلة ألفا كرونباخ والثبات والمتوفرة في برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وكانت قيمة ألفا (0.656) وهي قيمة مقبولة تؤكد ثبات نتائج المقياس.

- مقياس تحقيق الذات. استخدم الباحثان مقياس تحقيق الذات المعد مسبقا الذي صممه محمد حسن علاوي.
- صدق مقياس تحقيق الذات.
- ثبات مقياس تحقيق الذات.
- يتم التصحيح وفق الآتي.

بالنسبة لوصف كيفية تقييم الفرد لنفسه وكيفية تقييمه للآخرين في إطار أربعة أنماط واضحة لسلوك واستجابات الفرد.

1- تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين

2- تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين.

3- تقدير إيجابي للذات - تقدير إيجابي للآخرين.

4- تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين ويشتمل على عشرين عبارة تشكل أربعة (4) أنماط متميزة للفرد. (131.126:40)

التصحيح :

عبارات الخط الأول :

هي 1 - 5 - 9 - 13 - 17

عبارات الخط الثاني : هي 2 - 6 - 10 - 14 - 18

عبارات الخط الثالث : هي 3-7- 11 - 15 - 19

عبارات الخط الرابع : هي 4 - 8 - 12 - 16 - 20

يتم منح الدرجات كالآتي: نعم = 3 درجات، غير متأكد = 2 درجات، لا = 1 درجة واحدة . 6

الدراسة الأساسية : قام الباحثان بتوزيع استمارات المقياس الخاصة بالدراسة على معلمي ومعلمات التربية البدنية بمدينة جنزور والبالغ عددهم (124) معلم ومعلمة. خلال الفترة من 2020/11/01 إلى غاية 2020/12/1 تم تفرغ المقياس في الجداول المعدة لذلك من بداية 2020/12/02 إلى 2020/12/20م.

المعالجات الإحصائية : بعد جمع البيانات وترميزها ثم تحميل البرنامج والحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وقد استخدمت المعالجات الإحصائية الآتية :

- التكرارات والنسب المئوية.

- الارتباط البسيط بيرسون

- اختبارات لعينة واحدة.

- اختبار "ت" لوسطين حسابيين مستقلين.

- معادلة ألفا كرونباخ للثبات.

عرض النتائج : إن الاستجابة على عبارات مقياس السمات الشخصية كانت وفق متصل رباعي (ممتاز جيد جدا، جيد، أقل من المتوسط) وقد وزعت عليها أربع درجات هي على التوالي (1، 2، 3، 4). وبذلك تكون درجة المتوسط الفرضي (2.5) وهي حاصل جمع درجة أعلى بديل للإجابة مع درجة أدنى بديل للإجابة مقسوما على اثنين ((2.5/(1+4)) حيث تمثل درجة المتوسط الفرضي الدرجة الوسط وهي ما بين جيد وجيد جدا لاستجابة المبحوثين لعبارات المقياس. ويتبين من الجدول (2) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على عبارات مجال الاتزان الانفعالي. وتؤشر درجة متوسط العينة التي تقترّب أو تفوق على درجة المتوسط الفرضي على امتلاك السمة، بينما إذا انخفضت درجة متوسط العينة عن درجة المتوسط الفرضي فإن ذلك يؤشر على ضعف امتلاك السمة. ولتحقق من وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط العينة ودرجة المتوسط الفرضي (2.5) استخدم الباحثان اختبارت لعينة واحدة لاختبار الفروق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي.

الجدول (1) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية الاتزان الانفعالي والصحة العقلية

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. ليست لدي مخاوف على الأشياء التافهة	2.78	1.079	0.28	**5.189	0.000
2. ليس لدي حساسية زائدة تجاه النقد	2.67	0.907	0.17	**3.747	0.000
3. لدي طرق كثيرة للترفيه عن النفس	2.86	0.99	0.36	**7.303	0.000
4. ليس من السهل مضايقتي	2.86	0.94	0.36	**7.621	0.000
5. ليس لدي خجل زائد	2.72	0.944	0.36	**4.766	0.000
6. معتدل أثناء غضي المتغيرة	2.67	0.866	0.22	**4.038	0.000
7. اتكيف مباشرة للمواقف	2.82	0.89	0.17	**7.284	0.000
8. اضبط نفسي	3.06	0.87	0.32	**12.862	0.000
9. ليست لدي عقد الدونية والتعالي	3.25	0.90	0.56	**16.655	0.000
10. اتحكم في المواقف المتقلبة	2.85	0.83	0.75	**8.432	0.000
11. لانتحونفجئة الي أوضاع متطرفة	2.93	0.89	0.35	**9.771	0.000
12. أواجه الإحباط في الحياة بثبات تام	2.99	0.98	0.43	**10.014	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.49

يتبين من الجدول (1) أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة الاتزان الانفعالي والصحة العقلية كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات لعينة وللتعرف واحدة على أنها كانت جميعها دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها كانت جميعها أقل 0.05 ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة من مستوى وبشكل عام يمتلكون سمة الاتزان الانفعالي والصحة العقلية.

الجدول (2) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي (2.5) للسمات الشخصية - المظهر الشخصي

مستوى الدلالة	قيمة اختبار ت	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارة
0.000	**18.355	0.73500	0.80086	3.235	1. أرتدي المناسب لكل موقف
0.000	**14.743	0.62000	0.84105	3.1200	2. مظهري يدل علي رباطة الجأش
0.000	**23.689	0.87500	0.73874	3.3750	3. لدي ذوق في اختيار ملابسي
0.000	**23.801	0.82500	0.69324	3.3250	4. أعطي انطبعا مهبدا
0.000	**24.240	0.89000	0.73434	3.3900	5. أتخير الوانا متوافقة
0.000	**33.700	1.10500	0.65578	3.6050	6. أحافظ علي ملابسني نظيفة

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

يتبين من الجدول (3) أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة المظهر الخارجي كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين المتوسطين تشير قيم اختبارات لعينة واحدة على أنها كانت جميعها دالة إحصائيا لأن مستويات دلالتها كانت جميعها أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة المظهر الخارجي.

الجدول (3) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - الصحة والحيوية

مستوى الدلالة	قيمة اختبار ت	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارة
0.000	**19.536	0.73000	0.74733	3.2300	1. أظهر الدليل على نشاطي
0.000	**22.781	0.78500	0.68918	3.2850	2. أكون يقظا جسميا وعقليا
0.000	**14.022	0.56000	0.79875	3.0600	3. أبدو متحمسا ومرحا
0.000	**20.139	0.71000	0.70508	3.2100	4. تبدو علي الصحة
0.000	**12.029	0.47000	0.78143	2.9700	5. أتيقظ لاحتمالات كل موقف
0.000	**13.173	0.54500	0.82746	3.0450	6. تعبيراتي مرحة
0.000	**16.939	0.65000	0.76745	3.1500	7. لدي طاقة

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

من المعطيات الإحصائية للجدول (3) يتبين أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة الصحة والحيوية كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين المتوسطين تشير قيم اختبارات العينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائيا لأن مستويات دلالتها كانت جميعها أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة الصحة والحيوية.

الجدول (4) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - الأمانة الشخصية والاستقامة

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. أقدّر القيم	3.3400	0.73876	0.84000	**22.741	0.000
2. أتصف بالثقة والولاء	3.2750	0.71460	0.77500	**21.690	0.000
3. أقر بالأخطاء	3.2650	0.77218	0.76500	**19.814	0.000
4. عادل في تعاملتي مع الآخرين	3.3750	0.70400	0.87500	**24.858	0.000
5. أنجز التزاماتي	3.3100	0.75851	0.81000	**21.358	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

من المعطيات الإحصائية للجدول (5) يتبين أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة الأمانة الشخصية والاستقامة كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارت لعينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعاً كان أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة الأمانة الشخصية والاستقامة.

الجدول (5) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - قابلية التكيف

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. أفهم بسرعة اقتراحات الآخرين	3.0400	0.80000	0.54000	*13.500	0.000
2. أقبل المسؤولية للإسهام في موقف ما	2.9850	0.89822	0.48500	**10.799	0.000
3. اتقبل الظروف غير الملائمة	2.850	0.88852	0.35000	**7.878	0.000
4. اتحدى المواقف الصعبة	3.0550	0.72338	0.55500	**15.345	0.000
5. أتعاطف مع مصاعب الآخرين	3.2850	0.73833	0.78500	**21.264	0.000
6. أستجيب للروتين الضروري	2.7050	0.83048	0.20500	**4.937	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

من البيانات المثبتة في الجدول (5) تبين أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة قابلية التكيف كانت تزيد على قيمة المتوسطات الفرضية. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارت لعينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعاً كان أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة على أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة قابلية التكيف.

الجدول (6) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - التعاون

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. أعمل مع الآخرين للوصول	3.2600	0.78354	0.76000	**19.399	0.000
2. أتطوع لأداء خدمات عند الحاجة	3.2500	0.81188	0.75000	**18.476	0.000
3. أرحب بالاقترحات	3.0650	0.82003	0.56500	**13.780	0.000
4. أحاول التحسين	3.1300	0.9302	0.63000	**13.546	0.000
5. لدي رغبة للمشاركة في المهام الإضافية	2.9250	0.90078	0.42500	**9.436	0.000
6. أعمل بإنتاجية في لجنة ما	2.9450	0.94031	0.44500	**9.465	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

من المعطيات الإحصائية للجدول (7) تبين أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة التعاون كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات لعينة واحدة أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها كان جميعها أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة التعاون.

الجدول (7) نتائج اختبار (ت) يبين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - الصوت والحديث

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. أتحدث بوضوح	3.1750	0.82831	0.67500	**16.298	0.000
2. أتحدث بطبقات الصوت متغيرة	2.6150	1.03898	1.1500	*2.214	0.000
3. اتحكم في صوتي حسب حجم مجموع المستمعين	3.0400	0.94373	0.54000	**11.444	0.000
4. مهجني الطبيعية	3.3200	0.80574	0.82000	**20.354	0.000
5. أجذب انتباه	2.9750	0.88109	0.47500	**10.782	0.000
6. من السهل فهم حديثي	3.2800	0.75034	0.78000	**20.791	0.000
7. أنطق بطريقة صحيحة	3.3500	0.73406	0.85000	**23.159	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

من المعطيات الإحصائية للجدول (8) تبين أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة الصوت والحديث كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات العينة واحدة أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعها كان أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة الصوت والحديث.

الجدول (8) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - القيادة

مستوى الدلالة	قيمة اختبار ت	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارة
0.000	**939.23	0.85500	0.71432	3.3550	1. ادعو للاحترام
0.000	**16.666	0.69000	0.82802	3.1900	2. واثق من نفسي
0.000	**18.182	0.72500	0.79747	3.2250	3. أظهر قدرتي علي التخطيط
0.000	**19.458	0.71500	0.73493	3.2150	4. أظهر قدرتي علي التنظيم
0.000	**10.995	0.47000	0.85494	2.9700	5. يظهر قدرتي على التنفيذ
0.000	**16.106	0.61500	0.76370	3.1150	6. أقنع الآخرين
0.000	**13.836	0.55500	0.80224	3.0550	7. يمكنني العمل في المواقف الطارئة بحزم
0.000	**13.869	0.55000	0.79314	3.0500	8. استخدم أحكام جيدة
0.000	**8.608	0.34500	0.80161	2.8450	9. ادعو الآخرين علي بذل ما في وسعهم
0.000	**9383	0.41000	0.87396	2.9100	10. أظهر التمكن من موقف ما
0.000	**6.994	0.29000	0.82923	2.7900	11. أمارس المبادرة.
0.000	**9.674	0.38000	0.78558	2.8800	12. ألخص فكر المجموعة في كلمات
0.000	**12.449	0.45500	0.73097	2.9550	13. أظهر الشجاعة في تأيد اعتقاد داء صدى

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

البيانات في الجدول (8) تبين أن متوسطات عبارات مجال سمة الأمانة القيادة كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات لعينة واحدة على أن 0.05 جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعاً كان أقل من مستوى ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون بسمة القيادة.

الجدول (9) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - القدرة على التصرف

مستوى الدلالة	قيمة اختبار ت	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارة
0.000	**12.760	0.50500	0.79154	3.0050	1. لدي اقتراحات لمواجهة الصعوبات
0.000	**12.789	0.52000	0.81317	3.0200	2. لدي فطنة وسرعة في اختيار أفضل الحلول
0.000	**13.347	0.55000	0.82413	3.0500	3. لدي بعد نظر
0.000	**10.628	0.46500	0.87504	2.9650	4. أعرف متى يقوم بإجراء

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

من البيانات الواردة في الجدول (9) تبين أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مجال سمة القدرة على التصرف كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات لعينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعاً كان أقل من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون سمة القدرة على التصرف.

الجدول (10) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية - الاجتماعية

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. أعرف قواعد السلوك بدرجة تجنبه الاحراج	3.0900	0.77031	0.59000	**15.318	0.000
2. لدي اهتمامات	3.3250	0.73534	0.82500	**22.439	0.000
3. أعاطف مع الآخرين	3.0500	0.81188	0.55000	**13.549	0.000
4. أبحث عن الارتباط بالآخرين	3.2750	0.75551	0.77500	**20.516	0.000
5. أستمع لآراء الآخرين	3.2650	0.73901	0.76500	**20.703	0.000
6. أعرف متى أكون جادا ومتى أكون مرحاً	3.1400	0.79497	0.64000	**16.101	0.000
7. أخلق جو مريحاً ولطيفاً	3.1550	0.71572	0.65500	**18.303	0.000
8. أرى الجانب الحسن من المواقف	2.5400	0.78098	0.04000	1.024	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

وعلى عبارات سمة الاجتماعية يتبين من المعطيات الإحصائية في الجدول (11) أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات السمة كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات لعينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعاً كانت أقل من مستوى 0.05. ما عدا قيمة الاختبار (1.024) على العبارة الأخيرة حيث كان مستوى دلالتها (306) أكبر من مستوى 0.05. ونستدل من هذه النتيجة وبشكل عام أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة يمتلكون سمة الاجتماعية.

الجدول (11) نتائج اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي المجموع كل مجال لمقياس سمات الشخصية

مجال سمات الشخصية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد العبارات	المتوسط الفرضي	قيمة اختبارات ت	مستوى الدلالة
الاتزان الانفعالي والصحة العقلية	34.940	4.74	12	30.0	**20.809	0.000
المظهر الشخص	19.747	2.36	6	15.0	**40.168	0.000
الصحة والحيوية	21.335	2.71	7	17.5	**28.241	0.000
الأمانة الشخصية والاستقامة	16.000	2.14	5	12.5	**32.668	0.000
قابلية التكيف	17.877	2.43	6	15.0	**23.598	0.000
التعاون	18.212	2.74	6	15.0	23.420	0.000
الصوت والحديث	21.757	2.59	7	17.5	**32.797	0.000
القيادة	39.687	5.06	13	32.5	**28.376	0.000
القدرة على التصرف	12.252	1.94	4	10.0	**323.116	0.000
اجتماعية	24.947	2.82	8	20.0	**34.985	0.000
مجموع مقياس سمات الشخصية	226.757	19.44	74	185.0	**42.941	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01

للتعرف المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة الدراسة وتبين من الجدول (11) أن جميع قيم المتوسطات الحسابية المجالات السمات تفوق قيم المتوسطات الفرضية المقابلة لها مما يدل على شيوع هذه السمات وبمستوى عال لدى المعلمين. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين متوسط العينة على كل سمة والمتوسط الفرضي للسمة استخدم اختبارات لعينة واحدة وكانت جميع قيم الاختبار دالة إحصائياً لأن مستويات دلالتها جميعاً كان أقل من مستوى 0.05، وأيضاً كانت الفروق بين متوسط العينة على مجموع المقياس (227.745) والمتوسط الفرضي للمقياس (185.0) دالة إحصائياً.

مقياس تحقيق الذات: إن مقياس تحقيق الذات يضم عشرين عبارة كانت جميعها سالبة الصياغة ماعدا العبارات ذات التسلسل (4-8-12-16-20)، وكانت الاستجابة على عبارات مقياس تحقيق الذات وفق متصل ثلاثي (نعم غير متأكد، لا) وقد توزعت علمياً ثلاث درجات هي على التوالي: (1-2-3). بالنسبة للعبارات الموجبة الصياغة، وعلى العكس (1-2-3) للعبارات سالبة الصياغة، وبذلك تكون درجة المتوسط الفرضي هي (2.0) وهي حاصل جمع درجة أعلى بديل للإجابة مع درجة أدنى بديل للإجابة مقسوماً على اثنين ((3+1)/2.0) حيث تمثل درجة المتوسط الفرضي الدرجة.

الجدول (12) نتائج اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي لعبارات مقياس تحقيق الذات

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
1. أشعر بأنني تحت رحمة الآخرين	2.8750	0.44707	0.87500	**39.143	0.000
2. أعتقد بأنني غير سعيد في حياتي	2.7050	0.62366	0.70500	**22.609	0.000
3. لا أفضل المساعدة أو المعاونة من الآخرين	2.5275	0.79424	0.52750	**13.283	0.000
4. أشعر بأن الآخرين لهم قيمة	2.6375	0.67248	0.63750	**18.960	0.000
5. احتاج الي المزيد من التقليل من الآخرين	1.7900	0.87339	0.21000-	**4.806	0.000
6. أفضل أن أكون بعيداً عن الآخرين	2.6400	0.68672	0.64000	**18.639	0.000
7. لا اتق كثيراً في الآخرين	1.9350	0.91261	0.6500-	1.424*	0.155
8. احب نفسي كما احب الآخرين	2.7600	0.55513	0.76000	**27.381	0.000
9. وأشعر بأنني في حاجة للأمان والطمأنينة	1.5450	0.81832	-0.45500	**11.120-	0.000
10. أشعر بقلّة التقبل والمساعدة من الآخرين	2.4525	0.75775	0.45250	**11.943	0.000
11. أشعر بأن الآخرين لديهم نية سيئة	2.4975	0.67538	0.49750	**14.733	0.000
12. أحاول عقد علاقات وصدقات مع الآخرين	2.6725	0.67926	0.67250	**19.801	0.000
13. اشعر بأنني اكاد اشك في نفسي	2.8375	0.48650	0.83750	**34.429	0.000
14. ارفض مساعدة الآخرين لي	2.4900	0.76901	0.49000	**12.744	0.000
15. لدي عدم ثقة في الآخرين	2.5025	0.73916	0.50250	**13.596	0.000
16. اشعر بالسعادة في حياتي	2.6500	0.64695	0.65000	**20.094	0.000
17. أقدر نفسي أقل من حقيقتها	2.4175	0.82456	0.41750	**10.127	0.000
18. أحياناً أعتقد أنني أرفض نفسي	2.4175	0.81539	0.41750	**10.241	0.000
19. انا مستقل وفي غير حاجة للمساعدة من الآخرين	2.4350	0.80149	0.43500	**10.855	0.000
20. أشعر بان للحياة قيمة ومعنى	2.9150	0.37165	0.91500	**49.240	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01 * قيمة اختبارات دالة عند مستوى

يتبين من المعطيات الإحصائية في الجدول (13) أن متوسطات عينة الدراسة على جميع عبارات مقياس تحقيق الذات كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي. وللتعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المتوسطين تشير قيم اختبارات العينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائياً لأن مستوي دلالتها جميعاً كان أقل من مستوى 0.05. ماعدا قيمة الاختبار (-1.424) على العبارة ذات التسلسل (7) حيث كان مستوي دلالتها (155). أكبر من مستوى 0.05. مما يدل على أن قبول أفراد العينة لمحتواها كان بدرجة متوسطة. أما بشكل عام فالباحثان يستدلان من هذه النتيجة أن المعلمين من أفراد عينة الدراسة يمتلكون مستوى إيجابية من تحقيق الذات وما يدل على فإن قيمة.

الجدول (13) يبين اختبار (ت) بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي المجموع عبارات مقياس تحقيق الذات

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
تحقيق الذات	400	49.703	4.7508	40.0	**40.485	0.000

** قيمة اختبارات دالة عند مستوى 0.01

متوسط العينة على مجموع مقياس تحقيق الذات كانت عالية (49.703) مقارنة بقيمة المتوسط الفرضي للمقياس (40.0) واختبار الفروق الدالة بين المتوسطين تم استخدام اختبارات حيث كانت قيمة الاختبار (40.485) دالة إحصائياً لأن مستوى دلالتها أقل من مستوى 0.05. مما يؤكد ارتفاع مستوى سمة تحقيق الذات لدى المعلمين من عينة الدراسة.

مناقشة النتائج: يتبين من الجداول (2 إلى 11) والخاصة بنتائج اختبار "ت" بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للسمات الشخصية حسب ما تشير إليه قيم اختبار "ت" على أنها كانت جميعها دالة إحصائية لأن مستويات دلالتها كانت جميعها أقل من مستوى 0.05 ونستدل من هذه النتيجة أن المعلمين والمعلمات من عينة الدراسة وبشكل عام يمتلكون السمات الشخصية. وهو ما يؤكد البورت بقوله: إن وحدة كل شخص ليس فقط في كل سمة فردية بل وأيضا في تنظيم هذه السمات في كل متكامل، وأن السمات ليست مستقلة بل متداخلة ولا يوجد فاصل بين سمة وأخرى.

يتبين من الجدول (12) أن جميع قيم المتوسطات الحسابية لمجالات السمات تفوق قيم المتوسطات الفرضية المقابلة لها، مما يدل على شيوع هذه السمات وبمستوى عال لدى المعلمات والمعلمين، وللتعرف على الفروق الدالة إحصائية بين متوسط العينة على كل سمة والمتوسط الفرضي للسمة استخدم اختبار "ت" لعينة واحدة، وكانت جميع قيم الاختبار دالة إحصائية لأن مستويات دلالتها كان جميعها أقل من مستوى 0.05 وأيضا كانت الفروق بين متوسط العينة على مجموع المقياس (227، 775) والمتوسط الفرضي للمقياس (0، 185) دالة إحصائية.

مما يعني أن نظام عصبي مركزي عام يتميز به الفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفية، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري. يتبين من الجدولين (13، 14) أن مستويات عينة الدراسة على جميع عبارات مقياس تحقيق الذات كانت تزيد على قيمة المتوسط الفرضي، وللتعرف على الفروق الدالة إحصائية بين المتوسطين تشير قيم اختبار "ت" لعينة واحدة على أن جميعها كانت دالة إحصائية لأن مستويات دلالتها كان جميعها أقل

من مستوى 0.05 ما عدا قيمة الاختبار (-1.424) على العبارة ذات التسلسل (7) حيث كان مستوى دلالتها 74 (155) أكبر من مستوى 0.05 مما يدل على أن قبول أفراد العينة لمحتواها كان بدرجة متوسطة، أما بشكل عام فالدراسة يستدل من هذه النتيجة أن المعلمين والمعلمات من أفراد العينة يمتلكون مستوى عال من تحقيق الذات.

مما يدل أن قيمة متوسط العينة على مجموع مقياس تحقيق الذات كانت عالية (49.703) مقارنة بقيمة المتوسط الفرضي للمقياس (40.0) واختبار الفروق الدالة بين المتوسطين تم استخدام اختبار "ت" حيث كانت قيمة الاختبار (40.485) دالة إحصائية لأن مستوى دلالتها أقل من مستوى (0.05) مما يؤكد ارتفاع مستوى سمة تحقيق الذات لدى المعلمين والمعلمات وهو ما أشار إليه روجرز (1997) " بأنها مجموعة من الاتجاهات والأحكام والقيم التي يحملها الفرد في سلوكه وقدراته ومظهره وكفاءته. وتؤكد ابتسام حسين (2000) أن تحقيق الذات لا يظهر إلا عندما يتفاعل الشخص مع الآخرين بدرجة كبيرة من عضوية الفرد في الجماعة، فهو ينمو ويتبلور عن طريق الخبرات والتجارب نمط العلاقات المتغيرة بين الفرد والمحيطين به. لهذا كان ارتفاع مستوى سمة تحقيق الذات لدى المعلمات والمعلمين.

الاستنتاجات :- من خلال ما أسفرت عليه النتائج يمكن أن نستنتج الآتي.

- 1- المعلمين والمعلمات عينة الدراسة بشكل عام يمتلكون السمات الشخصية.
- 2- شيوع السمات الشخصية بمستوى عال لدى المعلمين والمعلمات.
- 3- المعلمين والمعلمات عينة الدراسة يمتلكون مستوى عال من تحقيق الذات.
- 4- ارتفاع مستوى تحقيق الذات لدى المعلمين والمعلمات.
- 5- عدم وجود ارتباطات دالة إحصائية بين تحقيق الذات وسمة القيادة لدى المعلمين والمعلمات.
- 6- وجود ارتباطات دالة إحصائية بين تحقيق الذات وسمات الشخصية الاتزان الانفعالي والصحة العقلية، المظهر الشخصي، الصحة والحيوية، قابلية التكيف، الصوت والحديث، القيادة، وكذلك مع مجموع السمات الشخصية لدى المعلمين.
- 7- هناك ارتباطات دالة إحصائية ما بين جميع السمات الشخصية لدى المعلمين والمعلمات.
- 8- عدم وجود ارتباطات دالة إحصائية بين تحقيق الذات وسمات الشخصية إلا بين تحقيق الذات وسمة القيادة، وكذلك ما بين تحقيق الذات وسمة الأمانة والاستقامة لدى المعلمات.
- 9- هناك ارتباطات دالة إحصائية ما بين جميع السمات الشخصية لدى المعلمات.
- 10- لم تظهر علاقة دالة إحصائية بين تحقيق الذات وسمات كل من (الأمانة الشخصية والاستقامة، التعاون، القدرة على التصرف، وسمة الاجتماعية) لدى المعلمين.
- 11- هناك فروق دالة إحصائية بين المعلمات والمعلمين في خمس (5) سمات شخصية هي: المظهر الشخصي، الصحة والحيوية، الأمانة الشخصية والاستقامة، التعاون، القدرة على التصرف. لصالح المعلمات إلا سمة القدرة على التصرف الصالح المعلمين، بينما لم تكن دالة على بقية السمات ومجموع مقياس السمات الشخصية.
- 12- المعلمين لهم مستوى من تحقيق الذات أعلى مما يمتلكه المعلمات.

التوصيات :- من خلال ما أسفرت عليه الدراسة من استنتاجات يمكن أن نوصي بالآتي :

- 1- توثيق الصلة بين معلمي ومعلمات التربية البدنية مع باقي المعلمين وأفراد المجتمع من خلال الندوات والمهرجانات وكافة الأنشطة الرياضية والترويحية
- 2- التشجيع المعنوي والمادي لمعلمي ومعلمات التربية البدنية عقب المشاركة في المهرجانات والمنافسات الرياضية لتحفيزهم لزيادة ثقتهم بأنفسهم وبدل المزيد من الجهد والعطاء.
- 3- رفع مستوى الدخل "الراتب الشهري" بما يتلائم مع مستوى المعيشة لدى المعلمين والمعلمات.
- 4- توفير الأدوات والأجهزة وتجهيز الملاعب بما يناسب المرحلة العمرية والجنس والمساعدة معلمي ومعلمات التربية البدنية لأداء عملهم على ما يرام.
- 5- الاهتمام بمعلمي ومعلمات التربية البدنية من الناحية المهنية والنفسية والاجتماعية والتربوية
- 6- إجراء دراسات مشابهة على عينات مماثلة من معلمي ومعلمات التخصصات الأخرى.

المراجع

1. أحمد عبد الخالق (1989) مبادئ علم النفس الرياضي، المفاهيم والنظريات، دار الفكر العربيين القاهرة.
2. حمدي حمد (1990): مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك التوافقي الشخصي والاجتماعي والمهني لدى مدرسي التربية البدنية بالمرحلة الأولى بالسعودية.
3. راضي الوقفي (1998) مقدمة في علم النفس، دار الشروق للنشر والتوزيع، ط3، عمان، الأردن.
4. روز ماري (1995) قراءات متعددة للشخصية، دار مكتبة الهلال، بيروت، لبنان.
5. سهير كامل (1999) الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتب.
6. عباس عوض (1996) الموجز في الصحة النفسية، ط2، عالم الكتب القاهرة.
7. عمار الطيب (1995) علم النفس الصناعي والتنظيمي الحديث، ط1، منشورات جامعة بنغازي.
8. فوزي جبل (2000) الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
9. محمد حسن علاوي (1991) سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط5، دار المعارف، القاهرة.
10. محمد حسين علاوي (1998) سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
11. محمد عبدالله (2001) مدخل إلى الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
12. محمود عبدالفتاح (1995) سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي.
13. مصطفى خليل جابر (1981) التوافق الاجتماعي والشخصي والمهني وعلاقته بالاتجاهات التربوية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق، مصر.
14. ممدوح عبد المنعم كنانى (1987) التحقق من التنظيم الهرمي للحاجات عند ماسلوا مكتبة، مصر.
15. يوسف المقادادي وعلي العمارة (2002) علم النفس الرياضي، عمان، مطبعة المكتبة.