وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد البشير الإبراهيمي – برج بوعريريج –
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم العلوم الاجتماعية

==========

شعبة علم النفس
تخصص علم النفس المدرسي

رقم التسجيل: 181533076637
الرقم التسلسلي: 15

الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

دراسة ميدانية بثانوية علي ماضوي

مذكرة مقدمة للمناقشة لأجل الحصول على شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي

إعداد:
- بجاوي ليليا-

إشراف:
د. معوش عبد الحميد

السنة الجامعية: 2021 / 2022

﴿... يَرْفَعِ اللَّهُ الذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ
وَالذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ...﴾

[المجادلة: 11]

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار،إلى من علمني العطاء بدون انتظار،إلى من احمل اسمه بكل افتخار.

.....إلى أبي الغالي.....

إلى معنى الحب والحنان والتفاني وبسمة الوجود أمي الحبيبة أدام الله في عمرها .....

أبي العين وأمي نظرها اللذان سهروا من اجلي الليالي .

إلى سندي عند شدتي، انسي عند وحدتي،أغلى من أحبه حب لو مرٌّ على ارض قاحلة تفجرت منها ينابيع المحبة .....زوجي الغالي..... معتز لعبيدي .

إلى أمي الثانية أم أغلى إنسان في حياتي فقدرها راسخ كشجرة أصلها ثابت وفرعها في السماء.....نادية عابد .

إلى روحي الثانيـــــــــة أروع شـــــــــقيقات أمينة...آية...فريال..... وأولادها عسل وايساف.

إلى سر سعادتي في الحياة.....أولادي محمد ادم..... .....محمد موسى .....

الطالبة : - بجاوي ليليا

كلمة شكر

نحمد الله عز وجل الذي وفقني في إتمام هذا البحث العلمي، والذي ألهمنا الصحة والعافية والعزيمة.

فالحمد لله حمدا كثيرا

أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور المشرف "معوش عبد الحميد" على كل ما قدمه لي من توجيهات ومعلومات قيمة ساهمت في إثراء موضوع دراستي في جوانبها المختلفة وإتاحته طيلة فترة انجاز المذكرة .

الشكر موصول أيضا إلى الأساتذة أعضاء لجنة المناقشة الذين تفضلوا بقراءة هذه المذكرة.

كما ليفوتني أيضا أن اشكر مدير ثانوية "علي ماضوي" وكل العمال أساتذة كانوا أو إداريين .

وفي الأخير اشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في انجاز هذه المذكرة .

الطالبة:- بجاوي ليليا

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في ثانوية"علي ماضوي" ببرج بوعريريج"، وقد تم إجراء الدراسة على عينة متكونة من **120** تلميذا وتلميذة، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الطالبة المنهج الوصفي، واعتمدت على مقياس الضغوط النفسية المدرسية من إعداد" بدر الأنصاري" كأداة القياس، وأيضا قياس التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وتمت معالجة الدراسة باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية باستخدام المتوسط الحسابي، والمتوسط النظري، واختبار" ت".

وأهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج نجملها في الآتي: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لعامل الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف الشعب (علوم تجريبية، آداب وفلسفة)، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوية عزى لمتغير الإقامة (داخلي – خارجي).

Study summary:

The current study aims to know the relationship between psychological stress and academic achievement among students of the third year of secondary school in “Ali Madhwi” secondary school in Bordj Bou Arreridj. The study was conducted on a sample of 120 male and female students. School psychology prepared by "Badr Al-Ansari" as a measurement tool, as well as measuring the academic achievement of third year secondary students, and the study was treated using the statistical package for social sciences using the arithmetic mean, the theoretical average, and the "t" test. There are no statistically significant differences in psychological stress among third year secondary students according to the gender factor, there are no statistically significant differences in psychological stress among third year secondary students according to the people (experimental sciences, literature and philosophy), there are no statistically significant differences in Psychological stress among third year secondary students due to the variable of residence (internal – external).

قـائمـــة المحتويات

الرقم	الموضوع	الصفحة
01	الآية..	أ
02	الإهداء..	ب
03	كلمة شكر..	ت
04	الملخص بالعربية..	ث
05	الملخص بالإنجليزية..	ج
06	فهرس المحتويات..	ح
07	قائمة الجداول..	خ
08	قائمة الأشكال..	د
09	قائمةالملاحق..	ذ
مقدمة..		02
الجانب النظري		
الفصل الأول:الإطار العام للدراسة		
01	إشكالية الدراسة وتساؤلاتها..	07
02	فرضيات الدراسة..	07
03	أهداف الدراسة..	08
04	أهمية الدراسة..	09
05	دواعي اختيار الموضوع..	09
06	تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا..	10
07	الدراسات السابقة والتعليق عليها..	10
الفصل الثاني:الضغط النفسي		
تمهيد..		16
01	مفهوم الضغط النفسي.	16
02	أسباب ومصادر الضغط النفسي.	16
03	النظريات المفسرة للضغط النفسي .	17
04	مفهوم الضغط النفسي المدرسي	18

05	أعراض الضغط النفسي المدرسي.	18
06	عوامل الضغط النفسي المدرسي .	19
07	أثار الضغط النفسي المدرسي .	20
خلاصة.....		21
الفصل الثالث:التحصيل الدراسي		
تمهيد.....		23
01	مفهوم التحصيل الدراسي	23
02	أنواع التحصيل الدراسي	24
03	مبادئ التحصيل الدراسي	24
04	العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي	26
05	اختبارات قياس التحصيل الدراسي	29
06	أهمية التحصيل الدراسي	30
07	الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي	30
الجانب الميداني		
الفصل الرابع:الإجراءات التطبيقية للدراسة.		
تمهيد.....		35
أولا	**الدراسة الاستطلاعية**.....	36
.1.1	أهداف الدراسة الاستطلاعية.....	36
.2.1	إجراءات بناء أداة الدراسة.	36
.3.1	خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.	37
.4.1	الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.....	38
.5.1	صعوبات إنجاز الدراسة الاستطلاعية.....	41
ثانيا	**الدراسة الأساسية**.....	42
.1.2	منهج الدراسة.	42
.2.2	مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها.....	42

.3.2	خصائص عينة الدراسة الأساسية.	42
.4.2	حدود الدراسة.....	43
.5.2	وصف شامل لأداة الدراسة.....	43
.6.2	إجراءات التطبيق.....	43
.7.2	تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.	43
خلاصة.....		44
الفصل الخامس:عرض نتائج الدراسة ومناقشتها		
تمهيد.....		46
01	عرض نتائج الدراسة ومناقشتها.....	47
1.1	عرض نتائج الدراسة وتحليلها.....	48
2.1	نتائج علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدارسي.....	51
3.1	مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.....	53
02	الاستنتاج العام والخلاصة.....	56
03	مقترحات الدراسة.....	57
قائمة المراجع.....		60
قائمة الملاحق.....		64

قائمــة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	مقياس الضغط النفسي المدرسي للباحث بدر محمد الأنصاري	35
02	توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس.....	36
03	توزيع أفراد العينة لدراسة الاستطلاعية حسب التخصص	37
04	توزيع أفراد العينة لدراسة الاستطلاعية حسب الإقامة.....	37
05	ارتباط الأبعاد لمقياس الضغط النفسي المدرسي.....	38
06	معاملات ارتباط درجات الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية المدرسية بعد الدراسة الاستطلاعية.....	38
07	معاملات الثبات بالتجزئة النصفية للاستبيان الضغط النفسي المدرسي.....	40
08	معامل الارتباط بين الدرجات الفرعية لمقياس كله.....	40
09	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.....	42
10	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص.....	43
11	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الإقامة.....	43
12	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس ككل للتساؤل العام.....	46
13	المتوسط الحسابي وقيمة "ت" test « t » لمقياس حسب الفروق في مستوى الضغوط وحسب متغير الجنس.....	47
14	المتوسط الحسابي وقيمة"t" لمقياس حسب الفروق في مستوى الضغوط حسب متغير التخصص.....	48
15	يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حسب فروق في مستوى الضغوط النفسية حسب متغير الإقامة.....	49
16	معامل ارتباط بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي للذكور.....	51
17	معامل ارتباط بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي للإناث.....	51
18	معامل ارتباط بين الضغط النفسي المنخفض والتحصيل الدراسي.....	51
19	معامل ارتباط بين الضغط النفسي المرتفع والتحصيل الدراسي.....	52
20	معامل ارتباط بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي....	52

قائمــة المــلاحـــق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	رسالة إلى الخبراء المحكمين.....	64
02	مقياس الضغط النفسي	68
03	الاستبيان للتلاميذ	70
04	الترخيص بإجراء الدراسة.....	71

مقدمة

مقدمة:

إن الإنسان في هذا العصر يعيش الضغوطات بأشكالها، لهذا سمي عصرنا بعصر الضغوط ويشير هذا الأخير إلى الحالة التي تهدد الإنسان بصفة عامة والشباب بصفة خاصة فهي تلك المعوقات والصعوبات التي تعترض سبيلهم في إشباع حاجاتهم البيولوجية النفسية، وهذه الضغوط تهدد بشكل كبير التلاميذ داخل المؤسسات التربوية.

بحيث يشير الضغط المدرسي إلى تلك الصعوبات التي تعرقل سبيل التلاميذ في العملية التعليمية ومع المقبلين على امتحان مصيري مثل البكالوريا، يتحدد على ضوئها مسارهم الدراسي والمهني ولقد شغل موضوع الضغوط النفسية المدرسية التي يعيشها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بالمؤسسات التربوية من مختصين تربويين ونفسيين لإدراكهم المعاناة التي يعاني منها هؤلاء التلاميذ والمتمثلة في الضيق والتوتر نتيجة الأعباء الدراسية المتلاحقة والتي تتجاوز قدراتهم وطاقتهم وبالرغم من إن المدرسة تعد المؤسسة التربوية الثانية بعد الأسرة وتشكل مكانة متميزة عند التلاميذ إلى إن وجود ضغوط نفسية مرتفعة ترتبط عكسيا بالتحصيل الدراسي للتلاميذ والذي يعد المخل الرئيسي الذي يمكن من خلاله التعرف على مشكلات رسوب أإخفاق بعض التلاميذ في المدارس والذين لا يستطيعون إن يكونوا مثل أقرانهم من التلاميذ الآخرين في قدرة العلم واكتساب المعلومات المختلفة مما يؤدي إلى شكاوي المدرسين والإدارة المدرسية والأولياء من هؤلاء التلاميذ، والسبب في ذلك يعود إلى كونهم غير مدركين الأسباب الحقيقية لهذا الإخفاق والانخفاض في درجات هؤلاء التلاميذ وبالتالي انخفاض تحصيلهم الدراسي المتواصل المستمر والنتيجة النهائية هي الرسوب وإن الاهتمام بتلاميذ البكالوريا ضرورة ملحة تفرضها أهمية المرحلة التي يمر بها التلاميذ في تحصيلهم الدراسي وأهمية الحدث التربوي المصيري لذا جاءت هذه الدراسة من اجل الوقوف على الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وقد تم معالجة الموضوع من خلال العنوان التالي الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ طور الثالثة ك (البكالوريا) في ثانوية علي ماضوي برج بوعريريج.

ولمعرفة الضغط النفسي المدرسي الذي يواجه التلميذ قبل الامتحانات ومن ذا المنطلق كان موضوع بحثي هذا المتمثل في "الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"

وفي هذا الصدد قسمت موضوع بحثي إلى جانبين الجانب النظري يتضمن خمسة فصول،فخصصت الفصل الأولإشكاليـــة الدراسة وتساؤلاتها، فرضيات الدراسة، أهداف الدراســـة، أهمية الدراســـة، دواعي اختيار الموضوع. تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا، الدراسات السابقة والتعليق عليها، أما الفصل الثاني خصصته للمتغير الأول الضغط النفسي مفهوم الضغط النفسي وتناولت فيه أسباب ومصادر الضغط النفسي،النظريات المفسرة للضغط النفسي مفهوم الضغط النفسي المدرسي، أعراض الضغط النفسي المدرسي، عوامل الضغط النفسي المدرسي،أثار الضغط النفسي المدرسي ،والفصل الثالث يتضمن المتغير الثاني وهو التحصيل الدراسي وفيه مفهوم التحصيل الدراسي ،أنواع التحصيل الدراسي، مبادئ التحصيل الدراسي، العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي، اختبارات قياس التحصيل الدراسي، أهمية التحصيل الدراسي، الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي، أما الجانب التطبيقي تناولت في الفصل الرابع أولا: الدراسة الاستطلاعية، أهداف الدراسة الاستطلاعية، إجراءات بناء أداة الدراسة، خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية، الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة، نتائج الدراسة الاستطلاعية،. صعوبات إنجاز الدراسة الاستطلاعية، ثانيا: الدراسة الأساسية، منهج الدراسة، مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها، خصائص عينة الدراسة الأساسية،حدود الدراسة، وصف شامل لأداة الدراسة، إجراءات التطبيق، تقنيات المعالجة الإحصائية المستخدمة ، أما الفصل الخامس الأخير ضم عرض نتائج الدراسة ومناقشتها، عرض نتائج الدراسة وتحليلها، مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها، الاستنتاج العام والخلاصة، مقترحات الدراسة، قائمة المراجع، قائمة الملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام

01. إشكالية الدراسة وتساؤلاتها.
02. فرضيات الدراسة.
03. أهداف الدراسة.
04. أهمية الدراسة.
05. دواعي اختيار الموضوع.
06. تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا.
07. الدراسات السابقة والتعليق عليها.

1. إشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

رغم التطور الذي يشهده المجتمع في الميدان التكنولوجي والتحضر في سبيل التواصل بين الشعوب والتقدم في طرق التعليم المختلفة وشتى المجالات، إلا إن الإضطارابات النفسية تعتبر من التحديات الكبرى التي واجهتها الإنسانية عبر العصور ومازالت تواجهها فيوقتنا الراهن وهذا جزاء الصعوبات والمشكلات التي تتعرض للأفراد داخل مجتمعاتهم وهذا من شأنه أن يولد لديهم ذلك الشعور السلبي الذي يصبحهاإحساس بالقلق والتشاؤم والإحباطات، إذ تعتبر الضغوط النفسية حالة من الخطر التي تهددالأفراد وهي تختلف باختلاف هؤلاء الأفراد والبيئة التي يتفاعلون معها على حسب وضعية كل في مختلف مرافق التي يتواجد فيها فالضغط النفسي: هو حالة من القلق ناتجة عن أوضاع تتجاوز فيها المسؤوليات والأحداث وقدرات الفرد التكلفية أوعلاجية معينة بين الفرد والبيئة والتي يتم إدراكه من جانب الفرد بوصفها حالة تفوق مصادر قدراتها(**عيد؛ وموسى، 2014، ص78**).

هذا كله إذا اتخذنا الضغط النفسي من جانبه السلبي، كما ذكرت دارسة الباحثان"دخان وإبراهيم"(**2006**)إلى وجود مستوى مرتفع من الضغوط النفسية المدرسية(**إبراهيم؛ ودخان،2006 ،ص27**).

كما قام "محمد نادر" وآخرون(**2014**) بدراسة كان الهدف منها التعرف على مصادر الضغط النفسي لدى التلاميذ وتوصلت إلى وجود مصادر للضغوط النفسية (**محمد نادر،2014، ص 30**) تمثلت فيما يلي مصادر داخل بيئة مدرسية وخارجها، أما إذا نظرنا إلى جانبه الإيجابي فنجد إن لديه العديد من الوظائف التي تعود على الفرد بالإيجاب من بينها انه يساعد على إنماء الشخصية وفي تحقيق التوافق النفسي وقد يزيد من درجة إنتاجه العلمي ومستوى تحصيله الدراسي .

إذ يلعب هذا الأخير دورا فعال في تكوين شخصية التلميذ وقدراته المعرفية،لأن نجاح التلميذ في شتى مراحل التعليم يتوقف على تحقيق التحصيل الدراسي الجيد، كما ذكرت دراسة "لوناس حدة" (**2013**) علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى التلميذ المتمدرس حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التحصيل الدراسي ودافعية التعلم لدى التلميذ المتمدرس حيث توصلت إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التحصيل والدافعية كما توصلت إلى وجود فرق بين الذكور والإناث في مستوى التحصيل الدراسي .

فالعوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي كثيرة فدافعية الإنجاز وقلق الامتحان لم تعد نتيجة مباشرة لإمكانيات المتعلمين وقدراتهم ومستوى ذكائهم فحسب، وإنما نتيجة ما يوفره التوافق النفسي أي توافق التلميذ مع ذاته من عناية وتشجيع لضمان النجاح والنهوض بمستقبل التلاميذ الدراسي .

ومن هذا المنطلق عادت فكرة دراسة هذا الموضوع لدي والذي يهدف إلى الكشف عن إمكانيـــة وجـــود علاقة أو عدم وجود علاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا وذلك باختلاف الجـــنس وكذا باختلاف الشعب، وهذا في إطار العام لإشكالية بحثي التي تنصب في طرح التساؤلات والفرضيات.

التساؤل العام:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟

- **التساؤلات الثانوية ؟**

*هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لعامل الجنس ؟

*هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف الشعب (علـــوم تجريبية، آداب وفلسفة)؟

*هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغيـــر الإقامـــة (داخلي – خارجي).

2.الفرضيات:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لعامل الجنس
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف الشعب (علوم تجريبية، آداب وفلسفة).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الإقامة (داخلي – خارجي).

3.أهداف الدراسة:

لكل دراسة أهداف يسعى الباحث إلى تحقيقها ولو جزء منها وأهدافنا تتمثل فيما يلي:

- تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين كل من الضغط النفسي والتحصيل الدراســـي لـــدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .
- تهدف إلى تحديد الفروق بين التلاميذ في الضغط النفسي باختلاف متغيرات البحث .
- الكشف عن مدى تأثير الضغوط النفسية على المردود الدراسي لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي .
- التعرف على مصادر الضغوط النفسية.
- التعرف على استراتيجيات مواجهة الطلاب للضغوطات النفسية .
- استكشاف حقيقة وطبيعة الموضوع المدروس وذلك من خلال المعلومات المشقات من واقعنا المعاش.

4. أهمية الدراسة:

وتتجلى أهمية الدراسة فيما يلي:

-تستمد أهميتها من خلال مجموعة من الإضافات المتوقعة تساعد المؤسسة في التعرف على أهم العوامل والعلاقات ومن ثم وضع استراتيجيات ناجحة .

- قد تساهم نتائج البحث في معرفة أكثر للضغوطات النفسية التي يعاني منها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بالإضافة إلى التعرف على الطريقة الأنجح لمواجهة والتقليل من هذه المشكلة .

- تحاول الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي.

- تحاول الدراسة التعرف على الفروق بين التلاميذ في الضغط النفسي والتحصيل الدراسي باختلاف متغيرات البحث.

- تمكننا الدراسة من اقتراح حلول تفيدنا في التخلص من الضغوط النفسية داخل الثانوية.

5. دواعي اختيار الموضوع:

ما دفعني للبحث في هذا الموضوع مجموعة من الدوافع الموضوعية والذاتية

الدوافع الموضوعية: وتتمثل في:

افتقار اغلب الطلبة والمسؤولين إلى معرفة كيفية التغلب على الضغوطات النفسية .

- عدم وعي المؤسسة بتأثير الضغوطات النفسية على التحصيل الدراسي،ووضع استراتيجيات أ وحلول للسيطرة عليها أو التقليل منها .

-الإمكانية الموضوعية لدراسة الظاهرة من الناحية العلمية وتطبيق تقنيات البحث العلمي عليها.

-إعطاء صورة شاملة للموضوع من خلال معرفة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

-معرفة مدى تأثير الضغط النفسي على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

-الرغبة في التعرف أكثر والبحث وجمع المعلومات لمحاولة فهم جوانب الموضوع.

الدوافع الذاتية: فيمكن إبرازه فيما يلي:

-بناء على مجال تخصصي والمتمثل في علم النفس المدرسي، وأهمية موضوع "الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي "، من أهم المواضيع في هذا التخصص.

-السبب الرئيسي الذي دفعني لاختيار هذا الموضوع إن التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا يعيشون تحت ضغوط نفسية حادة خاصة مع وباء كورونا الذي أثرا سلبا على نفسية التلميذ .

-كما يمكن اعتبار التجارب الشخصية دافعا هاما في اختيار الموضوع.

-أهمية هذه الفئة من الطلبة في المستقبل .

-هذا الموضوع يعتبر تكملة لمجموعة من البحوث التي أنجزتها الأعوام الفائتة.

-إيجاد عنوان مذكرة لنيل شهادة الماستر .

6. تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا:

الضغط النفسي:هي تلك الأحداث والاستجابات والعوامل الداخلية والخارجية التي يواجهها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، على توازنهم ويشكل لهم توترا مما يؤدي إلى تغيير سلوكهم .

الضغوط المدرسية:الضغوط المدرسية حالة من التوتر والضيق يتعرض لها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي(البكالوريا)، وذلك لعدم ملائمة مطالب المحيط المدرسي الذي يعيش فيه وقدراته وإمكانياته .

التحصيل الدراسي:هو الأداء أو الإنجاز الذي يقوم به تلاميذ السنة الثالثة ثانوي،وهو يعبر كذلك عن مدى استيعابهم للخبرات والمعارف المتعلقة بالمواد الدراسية يتم قياسه عن طريق امتحان شهادة البكالوريا .

تلاميذ السنة الثالثة ثانوي (البكالوريا): هم أفراد للعلم والمعرفة أو دارسون في مؤسسة تعليمية، تكون أعمارهم عادة من 17 إلى 21 سنة وهم الذين يدرسون في ثانوية علي ماضوي .

7.الدراسات السابقة والتعليق عليها:

1.7.الدراسات السابقة:

أولا:الدراسات المحلية:

1 . دراسة محمد بوفاتح(2005):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي ومعرفة الفروق بين التلاميذ في كل من الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي.

أقيمت هذه الدراسة بثانوية ولاية الأغواط بمناطقها الريفية والحضرية، وعلى عينة قوامها 400 تلميذ وتلميذة،معتمدا على المنهج الوصفي توصلت نتائج هذه الدراسة إلى إن هناك علاقة إرتباطية طردية موجبة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح، وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في كل من الضغط النفسي والطموح لصالح الإناث، وجود فروق دالة إحصائيا بين تخصص العلوم الطبيعية وتلاميذ تخصص الآداب والعلوم الإنسانية في مستوى الطموح لصالح تلاميذ تخصص العلوم **(محمد بوفاتح،2005، ص100_110).**

2. دراسة بن شليقة أعمر (2011):

هدفت الدراسة إلى البحث عن نوع العلاقة بين مستويات شدة الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، طبقت الدراسة على تلاميذ ثانوية طيبي قاسم بالبويرة والبالغ عددهم 371 تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، معتمدا في ذلك على المنهج الوصفي الارتباطي.

(بن شليقةأعمر، 2010،ص22)

3.دراسة محمد يحي زكريا1983:

تمت هذه الدراسة حول موضوع العلاقة بين القلق والتحصيل الدراسي عند التلميذ الجزائري، ولقد اجري لهذه الدراسة عينة متكافئة من التلاميذ من حيث السن بين (15-18) والمستوى الدراسي (السنة الرابعة والتاسعة) والمتكونة من الجنسين.

لقد اعتمد في دراسته على نتائج الامتحانات التحصيلية في فترة إجراء اختبار القلق وفرز نتائج النجاح والرسوب استنادا إلى مقياس النجاح والرسوب المعتمد في اغلب الامتحانات الأكاديمية وهي الحصول على المعدل، بينت النتائج إن الأفراد الذين يكون مستوى قلقهم متوسطا يكون تحصيلهم الأكاديمي أحسن من الأفراد الآخرين.

ثانيا: الدارسات العربية:

1 – دراسة فاطمة الحازمي (1999):

دراسة هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط التي يعاني منها طلبة الصفوف من السادس إلى العاشر أساسي وعلاقة هذه الضغوطات بمتغيرات التحصيل الأكاديمي والجنس والصف، وقد طبقت على عينة الدراسة المكونة من 320 طالب وطالبة .

أظهرت النتائج إن أهم الضغوط بالنسبة للطلبة هي المتعلقة بالمدرسة والجو الصفي والانفعالات والمشاعر والمخاوف،واقلها أهمية هي المتعلقة بالأمور المالية وبالعلاقة مع الأبوين،بينما اعتبرت الضغوطات المتعلقة بالمستقبل وبالعلاقة مع الزملاء ومع المدرسين متوسطة الأهمية، هذا وقد اظهر تحليل التباين متعدد المتغيرات وجود اثر لمتغيرات الجنس والصف والتفاعل بينهما على المتغير التابع وهو مجالات الضغوط، كما وجد ارتباط ذو دلالة وسالب بين درجة الطالب على قائمة الضغوط ومعدله الدراسي، وقد فسرت مصادر الضغوط المتعلقة بالمدرسة 42% من التباين في معدل علامات الطالب**(عبد الهادي بن محمد،2003، ص49)**.

2 –دراسة عربيات والخرابشة (2007):

دراسة سعت إلى التعرف على الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون وإستراتيجية التعامل معها،تكون مجتمع الدراسة من 1056 طالب وطالبة متفوقون دراسيا في المؤسسات التعليمية التي أنشأتها وزارة التربية والتعليم في الأردن للتعامل مع الطلبة المتفوقون، وتكونت عينة الدراسة من 256 طالبا، استخدم الباحثان

مقياس الضغوط النفسية من إعدادهما والمكون من (38) فقرة أظهرت النتائج إن الفقرة أكثر تأثيرا في حصول الضغط النفسي كانت التوقعات الوالدية العالية واقلها كانت شعور الطالب بعدم محبة زملائه واحترامهم له وكانت أكثر إستراتيجية استخداما في مواجهة الضغوط من استخدام المهدئات واقلها كانت الاستفادة من الخبرة السابقة .

كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) في تعرض الطلبة المتفوقين إلى الضغط النفسي تعزى إلى متغير الجنس لصالح الذكور، وإلى عدم وجود فروق تعزى إلى متغير المرحلة الدراسية وإلى عدم وجود تفاعل بين متغيري الجنس والمرحلة الدراسية، وإلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط تعزى إلى متغيري الجنس والمرحلة الدراسية.

(نبيلة احمد أبوحبيب،2010،ص75)

3- دراسة حسن (2010):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال الصلابة النفسية والشعور بالأمل، ومستوى الضغوط النفسية والجنس، تكونت عينة الدراسة من 205 طالب وطالبة جامعة السلطان قابوس –عمان–

–قام كل واحد منهم بإكمال مقياس الصلابة النفسية، ومقياس الشعور بالأمل، ومقياس الضغوط النفسية التي أعدت من قبل الباحث، واستخدمتا لأساليب الإحصائية التالية:(معامل الارتباط وتحليل الانحدار المتدرج، وتحليل المسار).

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

– وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصلابة النفسية والشعور بالأمل والمعدل التراكمي، وعلاقة سالبة ودالة بين مستوى الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي وتعتبر الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوط النفسية أهم المتغيرات الدراسية التي تفسر اكبر قدر من التباين في التحصيل الدراسي .

– هناك تأثير مباشر وغير مباشر لكل من الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوط النفسية والجنس والتخصص على المعدل التراكمي(**عبد الهادي بن محمد القحطاني، 2010، ص57/56**).

ثالثا: الدراسات الأجنبية:

1–دراسة شانسيوسلدو(shaunessy et suld 2010)

سعت هذه الدراسة إلى التعرف على الاستراتيجيات المستخدمة من قبل الطلبة المتفوقين للتعامل مع الضغوط النفسية ومواجهتها، تكونت عينة الدراسة من 89 (طالبا عاديا) و(52 من الطلبة) المتفوقين في المرحلة النهائية من الثانوية العامة والملتحقين بالبرنامج التحضيري للالتحاق بالجامعة، والذي يتصف بظروف وأحداث تختلف عما تعودوا عليه وهم في المرحلة الثانوية، كما تم مقابلة مجموعة من المتفوقين ومرتفعي التحصيل والذين

تم إدراجهم في مناهج أكاديمية مكثفة، اعتمدا على مقياس الضغوط بالإضافة إلى مقياس أساليب المواجهة للضغوط .

(Colnen ,kamararck et mermelstein 1983)

أظهرت النتائج إن الطلبة المتفوقين اظهروا مستويات من الشعور بالضغط مشابهة للطلبة العاديين غير المتفوقين الملتحقين بنفس البرنامج، بالإضافة إن الطلبة المتفوقين كانوا مشابهين لزملائهم غير المتفوقين في الطريقة التي يتعاملون بها مع الضغوط الأكاديمية حيث أنهم يستخدمون أساليب إعادة التشكيل الإيجابي والتجنب والبحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي، ومن جهة أخرى اظهر الطلبة المتفوقين اختلافا عن زملائهم العاديين في قدرتهم في التعامل مع الغضب والمرح وأسلوب حل المشكلات .

2-دراسة الياس وينغ وعبد الله (Eliasp.ing et Abdullah ,2011)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الطبيعة الإرتباطية بين الضغوط النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين الذين يدرسون في بوتر المحلية في ماليزيا، ومقارنة مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة حسب السنة الدراسية تم اختيار العينات باستخدام أسلوب اختيار العينة العنقودية والتي تكونت من (376) طالبا، تم حساب التحصيل الأكاديمي للطلبة من خلال المعدل التراكمي (GPA) للفصل الدراسي السابق، ثم قياس مستوى الضغوط النفسية باستخدام مقياس الضغوط النفسية الأكاديمية **THE collége un de graduat stress (scole)** .

أظهرت نتائج الدراسة إن عينة الطلبة الجامعيين يعانون من مستويات معتدلة من الضغوط النفسية الأكاديمية كانت لدى طلبة تخصص الطب، وأظهرت النتائج إن مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة أولى كان منخفضا مقارنة بباقي العينة، كما تبين من النتائج إن معظم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة كانت من الجوانب الأكاديمية، وتبين من النتائج وجود علاقة إرتباطية سلبية لكنها ضعيفة بين الضغوطات النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين .

2.7. التعليق على الدراسات السابقة:

بعد استعراضنا للدراسات السابقة نستخلص إن اغلب الدراسات تناولت الضغط النفسي وبعض المتغيرات المتعلقة بها والتحصيل الدراسي، وقد أجمعت كلها تقريبا على أهمية الضغوط النفسية وكم لها من علاقة وتأثير على الطالب وعلى تحصيله لدراسي وإن للضغوط النفسية مستويات مختلفة حسب الجنس ولعمر والبيئة، وعلى هذا الأساس جاء البحث الحالي ليؤكد أو ينفي بعض الجوانب التي تم التطرق إليها في الدراسات السابقة، والتي ساعدتنا في تكوين تصور شامل لموضوع الدراسة وذلك من خلال ما اتبعه الدارسون من طرق ومناهج وما توصلوا في ذلك من نتائج، الأمر الذي ساعدني على تحديد صياغة المشكلة وتحديد التساؤلات وصياغة الفروض.

يتضح من خلال تحليل هذه الدراسات أنها ركزت بشكل أساسي على دراسة مستويات ومصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة منها دراسة داوود (**1995**) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الأكاديمي، ودراسة حسن(**2010**) التي هدفت إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال الضغوط النفسية أ ودراسة الياس وينغ وعبد الله (2011) التي هدفت هي الأخرى إلى التعرف على طبيعة العلاقة الإرتباطية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي، ودراسة سلدو(**2009**) ودراسة عريبات والخرابشة. وفيما يخص التحصيل فانه يتأثر بمستويات القلق فهذا ما أكدته دراسة محمد يحي زكريا (**1983**) إن مستويات القلق لها تأثيرات سلبية على مستوى النجاح والرسوب.

كما وجدت أيضا أن هناك دراسات أكدت وبشكل قاطع على إن هناك علاقة إرتباطية سلبية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي على إن هذه العلاقة ترجع إلى متغيرات نفسية منها انفعالية وإلى عدة عوامل أخرى منها الضغوط الأسرية،والضغوط الاجتماعية والاقتصادية وهذا حسب دراسة السنيدي (**2008**)، في حين إن هناك دراسة بن شليقة (**2011**) التي تؤكد على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين مستويات شدة الضغط النفسي والتحصيل الدراسي.

وكذلك دراسة فاطمة الحازمي التي توصلت إلى أهم المشكلات الدراسية التي تعاني منها الطالبات ذوات التحصيل المنخفض وهي على الترتيب، المشكلات الدراسية، المشكلات النفسية، المشكلات الاجتماعية، ثم المشكلات الصحية، والأسرية لتأتي المشكلات الاقتصادية، في المرتبة الأخيرة .

من خلال الدراسات السابقة يمكن الاستفادة منها في:

إذن من خلال الدراسات السابقة وجدت إن هناك إجماع على أهمية الضغوط النفسية وكم لها من علاقة بين القلق والتحصيل الدراسي وإن هناك ضغط نفسي عند الشريحة التي قصد الدراسة، وإن له مستويات مختلفة حسب الجنس والعمر والبيئة.

ونستنتج أن هذه الدراسة الحالية اتفقت مع الدراسات السابقة في الأهداف أو المنهج أو متغيرات البحث، واختلفت معها في الأدوات المعتمد عليها في حجم العينة ومكان إجراء البحث، وهم تلاميذ امتحان السنة الثالثة ثانوي (البكالوريا) بثانوية علي ماضوي برج بوعريريج .

الفصل الثاني: الضغط النفسي

تمهيد.

1. مفهوم الضغط النفسي
2. أسباب ومصادر الضغط النفسي.
3. النظريات المفسرة للضغط النفسي .
4. مفهوم الضغط النفسي المدرسي .
5. أعراض الضغط النفسي المدرسي .
6. عوامل الضغط النفسي المدرسي .
7. آثار الضغط النفسي المدرسي .

خلاصة.

تمهيد:

إن موضوع الضغط النفسي المدرسي من بين أهم المواضيع التي شغلت بال المختصين والباحثين، من كثرة العاملين في مجال التربية، وكذلك الآثار السلبية التي يتركها على مستوى أداء المتعلمين وشعورهم بعدم الرضا عن النتائج الدراسية وما ينجم عنها في هذا الفصل سنحاول عرض أهم المشكلات التي تخلق ضغطا لتلاميذ البكالوريا من خلال استعراض العناصر التالية: تعريف الضغط النفسي، أسبابه، ومصادر حدوثه وأنواعه والأسس النظرية التي تناولته .

ثم نتطرق إلى تعريفات حول الضغط المدرسي أعراضه، عوامل حدوثه، ونختمها بأسباب وأساليب علاج الضغط النفسي المدرسي.

أولا:مفهوم الضغط النفسي:

1-المعنى اللغوي لكلمة الضغط: ورد بعدة أشكال في المعاجم وذلك حسب الاستخدام والموقف الذي اقترن به، فيقال ضَغَطَ ضَغطًا أي غمره الشيء كالحائط أو غيره، ويقال ضغط الكلام إذا بالغ في اختصاره وإجازه، حيث يتخلى عن التفصيلات .

2-اصطلاحا: كلمة ضغوط مشتقة من " DISTRESS " التي تعني المحنة، وجاءت من الكلمة الفرنسية القديمة " DESTRESE" ومعناها ضيقٌ وشدةٌ، "ESTRRESE" وهي مشتقة من اللغة اللاتينية من كلمة "STRINGER"

التي معناها ضيق وشدة، واليوم يستعمل هذا المصطلح في عدة مجالات، ويشغل مكانا مهما في علم النفس والطب السلوكي **(عايش صباح،2011، ص 30).**

تعريف سهير إبراهيم: تتمثل في شعور الطالب بالفشل وقصور قدراته وإمكانياته في استيعاب مناهجه الدراسية واستذكارها وشعوره بالنقص أمام التوقعات الوالدية خاصة تلاميذ البكالوريا **(مهدي بلعسة،2012،ص 30).**

- أوهي تلك المعوقات المادية والمعنوية المتكررة التي تواجه تلاميذ البكالوريا في بيئتهم الأسرية والدراسية التي تعيق قدراتهم إلى تحقيق أهدافهم وإشباع حاجاتهم الخاصة**(صالحي،2012، ص 25).**

- ومن خلال التعريفات السابقة نستنتج إن الضغط النفسي هو موقف صعب من مظاهر الحياة يحدث لدى التلاميذ عندما تكون مطالب الموقف أو الحدث الضاغط تتجاوز مهارات المواجهة لديه، إذ يشعر بعدم القدرة على مواجهتها. .

ثانيا:أسباب ومصادر الضغط النفسي:

حاول العديد من الباحثين الذين اهتموا بأسباب الضغط ومصادره والعوامل المؤدية لحدوثه فوجد إن أسباب عديدة منها البيئية، الطبيعية، النفسية، الأكاديمية، ومصادر عديدة نذكر منها:

1- **ضغوط بيئية:** يمكن إن تكون سبب من أسباب حدوث الضغط مثل: الغلاف الجوي، درجة الحرارة والبرد، الضجيج، والأضواء، كما يمكن إن تكون الأماكن الضيقة عاملا من عوامل حدوث الضغط النفسي .

2- **ضغوط أسرية:** وتتمثل في الصراعات الأسرية كثيرة الشجارات، تغيير مفاجئ في العائلة، كوفاة احد الوالدين، أو ميلاد طفل جديد .

3- **ضغوط اجتماعية:** وهي تشمل الخلافات الأسرية والعزلة والصراعات بين أفراد المجتمع والحاجة لتأكيد الذات من جهة والتقبل الاجتماعي من جهة أخرى(**عبدي، 2011، ص 45**).

4- **ضغوط ثقافية وسياسية:** وهي الانفتاح على الثقافات الهدامة، دون مراعاة الأطر الثقافية والاجتماعية القائمة في المجتمع أو كثرة القوانين والتشريعات وعدم الرضا عن الأنظمة السياسية بمختلف أشكالها

5- **ضغوط أكاديمية:** وتتمثل في صعوبة المناهج وعدم مراعاتها لمبدأ الفردية بين التلاميذ،إلى جانب طرائق التدريس التقليدية وكذا نظم الامتحانات والتقويم، كذلك تشمل كثرة المواد التي يدرسها التلاميذ، نقص الدافعية، إضافة إلى اكتظاظ وازدحام الفصول الدراسية والذي يدوره يضعف من قدرة الاستيعاب، مما يسبب فشل دراسي لبعض التلاميذ، وكذلك توتر العلاقات بين المدرسين والتلاميذ، وبصفة عامة تشير الضغوط في المجال الدراسي إلى مجموعة الصعوبات التي يواجهها التلميذ داخل بيئة المدرسة.

ثالثا: النظريات المفسرة للضغط المدرسي:

يعتبر الضغط النفسي من المسائل التي أصبحت تؤرق الجميع من الكبار والصغار، وخصوصا لما تسببه من أثار على صحة الفرد والجماعة، لذا حظي بالدراسة والتحليل منذ أربعة عقود، وتزداد أهمية دراسته مع كل تحول تكنولوجي وعلمي وبيئي ولقد عالج هذا المفهوم من عدة نواحي، بيولوجية وعقلية ونفسية وسلوكية اجتماعية ومنها تعددت التفسيرات العلمية التي تناولته .

1-التفسير البيولوجي (الفسيولوجي):

يعد هانز" سيلي " HANSSE LYE"احد أقطاب هذا الاتجاه وبحكم تخصصه في الطب قام بتجارب عديدة على الفئران في معلمه بكندا،زيادة على ملاحظاته لمرضاه، فتواصل إلى إن المرضى يشتركون في خصائص عامة مشتركة بينهم وخصائص نوعية خاصة بكل مريض، على الرغم من اختلاف وتعدد مصادر الضغط.

(الياس، 2016، ص 126)

التفسير الفكري: (هنري موراي) H.MURROY

ويعرف كذلك باسم الديناميكية النفسية، وينطلق "توراي " في تفسيره للضغط النفسي إن الإنسان في سيرورة الزمن قد يصل إلى لحظة التكيف والتوازن النفسي كنتيجة نهاية للدينامكية النفسية التي تحدث في داخله وللوصول إلى الحل، وانبثاق الكيفية، يتبع الإنسان مبدأ الترتيب للانتقال إلى اللحظة المستقبلية وعبارة عن الهدف الذي يسعى إليه الإنسان.

3-التفسير المعرفي:

"لازاورس 1950" أول من قدم هذا التفسير وركز على تقييم الفرد تقييما ذهنيا، والذي يفسر بواسطته الضغط النفسي، فالتقييم الذهني عبارة عن الكيفية التي يدرك بها الفرد الموقف الذي يتعرض له، فيبدأ في تقديره وتقويمه، أي يصدر حكما على هذا الموقف، وعلى أساس الحكم الذي يصل إليه الفرد يشعر بالضغط النفسي.

رابعا:الضغط النفسي المدرسي:

1-مفهوم الضغط النفسي المدرسي:

إن مصطلح الضغط النفسي المدرسي مصطلح حيث النشأة في علم النفس عموما وعلم النفس المدرسي خصوصا، فهو التوتر والضيق الذي يتعرض له التلميذ داخل المدرسة بعد إن أصبح التلاميذ يعيشون عدة صراعات داخل المؤسسات التربوية، ونجد إن هناك تعريفات عدة كل منها يعبر عن رأي صاحبه سوف نعرض أهمها

فيما يلي:

تعريف" زينب بدوي" 2002، الضغط النفسي بكونه مشكلات تتبع من بيئة التلميذ الخارجية أسرية كانت أم مدرسية تنشا نتيجة لعدم مقدرة التلميذ مواجهتها **(بدوي،2002، ص 52).**

تعريف" بليي" 2009، اخذ توجها أخر للضغط المدرسي إذ يذهب إلى إن الضغط المدرسي يعتبر حالة من القلق العبرة، التي يمر بها التلميذ داخل المتوسطة أو الثانوية اثر وقوع حادث داخل هذه المؤسسة، كوفاة احد التلاميذ أو العاملين فيها أو وجود مشكلات علائقية بين التلاميذ فيما بينهم، أين يحاول التلميذ المواجهة لكن إمكانيته لا تسمح **(عبدي،2011، ص52).**

خامسا: أعراض الضغط النفسي:

تبين القراءات النفسية والتربوية، إن أعراض الضغط النفسي المدرسي كثيرة ومتنوعة فهي تظهر على عدة أشكال منه فيزيولوجية، السلوكية، الانفعالية والنفسية .

1-الأعراض الفيزيولوجية: تتمثل الأعراض الفيزيولوجية الناجمة عن الضغوط والتوتر على مستوى العضلات والصداع الأم في المعدة وغيرها من الأعراض التي تظهر على التلاميذ(**حميدان إحسان، 2016، ص57).**

.

2-الأعراض السيكولوجية: تتمثل الأعراض السيكولوجية في العدواني والانسحاب مع الهروب من المدرسة، والمشاغبة مع الأقران، كما يمكن ذلك إن تظهر في شكل اضطرابات في النوم والأكل.

(الياس، 2016،ص 130)

3-الأعراض النفسية: أما فيما يخص الأعراض النفسية للضغوطات المدرسية فتتمثل في الوسواس وانخفاض تقدير الذات، ونقص الثقة بالنفس والغضب **(طه عبد العظيم،2002، ص82)** .

4-الأعراض الانفعالية: تظهر أعراض الضغوط المدرسية من الناحية الانفعالية بصفة عامة على المستوى المعرفي وتتمثل هذه الأعراض الخاصة في: فقدان التركيز نقص في التذكر، صعوبة في اتخاذ القرارات وصعوبة في متابعة الدراسة **(شيخان، 2003، ص 29).**

وعليه يمكن القول إن للضغط المدرسي أعراض عدة يمكنها إن تظهر لدى التلاميذ ويمكن ملاحظتها.

سادسا: عوامل الضغط النفسي المدرسي:

للضغط النفسي عوامل عديدة منها:

1-العوامل الشخصية:

-مشكلات خاصة بالتلاميذ: إن التلميذ الذي يعاني مشاكل سواء السمع أو البصر، والإصابة بإعاقة أو مشاكل كالقلق تسبب له ضغطا.

العوامل الاقتصادية: يعبر الوضع الاقتصادي عاملا من عوامل الضغط المدرسي، لأن انخفاض الدخل يؤدي بالضرورة إلى عدم القدرة على تلبية حاجات الأبناء فالفقر يعتبر من المشكلات التي تعود بالسلب على الأفراد، إذ لا يجدون أمامهم كل مستلزمات حياتهم عموما والدراسة خصوصا، وهو ما يؤثر على مستقبلهم العلمي .

(طه عبد العظيم، 2002، ص 184)

2-العوامل الأسرية:

-التفكير في المستقبل: إن التفكير في المستقبل عامل يسبب القلق لدى الفرد ويساعد في هذا خبرات الماضي المؤلمة، وضغوط الحياة العصرية، وطموح الإنسان وسعيه المستمر إلى تحقيق ذاته ولكن يمكن في بعض الأحيان إن تظهر عوامل تؤثر على المشروع المستقبلي للتلميذ مثل: طموحات الوالدين، ذلك إن الأهل يحاولون

جاهدين إن يحقق أبناؤهم الأشياء التي لم يستطيعوا تحقيقها فالأهل يؤثرون سلبا على أبنائهم مما يخلق ضعفا لديهم.

-أساليب المعاملة الوالدية:

ويقصد بالمعاملة الوالدية لسلوك مادي أو لفظي يصدر من احد الوالدين أوكلاهما اتجاه أبنائهم في مختلف المواقف التي تحدث خلال الحياة اليومية قصد إكسابهم جملة من أنماط السلوك أو القيم والمعايير .

3-العوامل المدرسية: يمكن للمدرسة إن تكون خطرا على التلاميذ وذلك بكل المعوقات المدرسية، والتي تقف حجرة عثرة في سبيل تقدمه ورقيه وتكامله دراسيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا، إذ نجد التلميذ لا يستطيع تحمل كل تلك الأعباء التي يعيشها مما يخلق له ضغطا وتوترا(**احمد يعقوب، 2008، ص 123/121/120**) .

سابعا: أثار الضغط النفسي المدرسي:

تسبب شدة الضغوط النفسية المدرسية التي يتعرض إليها التلاميذ عدة تأثيرات سلبية عليه، فلا شك أن التلميذ الذي يعيش ضغوطات متكررة تجعله يختلف مع الآخرين، من شتى النواحي الفيزيولوجية المعرفية، الانفعالية، والسلوكية، وفيما يلي نوضح ذلك:

-1-الآثار الفيزيولوجية:

: تؤثر الضغوط سلبا على النواحي الفيزيولوجية للفرد، فالأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الفرد تحدث تغيرات في وظائف الأعضاء وخلل في وظائف الإفرازات بالنسبة للغدد والجهاز العصبي، كارتفاع نسبة الكولسترول في الدم(**السيد،2009، ص 55**) .

-2-الآثار النفسية: تكاد تجمع نتائج الدراسات النفسية على إن للضغوط المدرسية أثار سلبية علة التلميذ، وتظهر هذه الآثار في اختلاف الآليات الدفاعية وانهيارها، إذ يتميز الفرد تحت الضغط بسرعة الانفعال والشعور بالقلق وعدم الراحة يصاحبه الخوف الشديد وفقدان الثقة في النفس مع الآخرين .

(مرزوق بن احمد، 2012، ص 40)

سابعا: أساليب المواجهة والعلاج للضغوط النفسية المدرسي:

- الاسترخاء (تمارين الاسترخاء والتنفس العميق)
- تحدث مع الأصدقاء .
- تنظيم التلميذ لوقته وإعطاء وقت أكثر للدراسة مع المراوحة بين العمل والترفيه عن النفس .
- التعامل بالإيجابية مع الآخرين والتفاعل المستمر(**سمير شيخاني، 2011، ص80**).

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه نستنتج إن الضغوط النفسية المدرسية جاءت نتيجة عدة عوامل تساهم معظمها في خلق نوع من التوتر والضغط للتلاميذ داخل المدرسة، أو خارجها ذلك إن المشاكل التي يعيشها التلميذ في المحيط المتواجد فيه من سوء البيئة المدرسية، ووجود البرنامج والوقت الغير الملائم، أو حتى المنزلية مثل عدم التواصل الأسري أو أساليب المعاملة الوالدية، اتجاههم كلها تشكل ضغوط مدرسية يتعرض لها التلميذ فكريا ونفسيا وجسميا

الفصل الثالث: التحصيل الدراسي

تمهيد.

1. مفهوم التحصيل الدراسي
2. أنواع التحصيل الدراسي
3. مبادئ التحصيل الدراسي
4. العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي
5. اختبارات قياس لتحصيل الدراسي
6. أهمية التحصيل الدراسي
7. الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي

خلاصة.

تمهيد:

يلعب التحصيل الدراسي دورا كبيرا في تشكيل عملية التعلم وتحديدها، فقد أولى التربويون والمدرسون اهتماما كبيرا بدراسة ظاهرة التحصيل الدراسي الذي بموجبه يتم قياس المستوى الذي الاليه الطالب ومدى اكتسابه للمعلومات والمعارف كما انه عملية معقدة تدخل في حدوثه مجموعة من العوامل .

وهذا ما سنحاول التعرف عليه من خلال هذا الفصل، حيث يتضمن: تعريف التحصيل الدراسي، أنواعه، مبادئه، واختبارات قياسه، والعوامل المؤثرة فيه، بالإضافة إلى أهميته وأخيرا علاقة الضغوط النفسية بالتحصيل الدراسي .

أولا: تعريف التحصيل الدراسي:

1-لغة:

جاء في معجم الرائد: حَصَلَ يَحصُلُ ومَحصُولاً: بمعنى حَدَثَ وَوَقَعَ وثَبَتَ وبقيَ وذهبَ ما سواهُ ووجبَ ونالَ، حَصلَ يَحصلُ حصلًا، ناله، حصلَ تحصيلاً، الشيء أو العلم أو الذي حصل عليه وناله .

(مسعود جبران،1992، ص198)

كما يعرف التحصيل الدراسي بأنه: كل ما يكتسبه التلاميذ من معارف ومهارات واتجاهات وميول وقيم وأساليب تفكير وقدرات على حل المشكلات نتيجة لدراسة ما هو مقرر عليهم في الكتب المدرسية ويمكن قياسه بالاختبارات التي يعدها المعلمون **(حسن شحاتة،2003، ص89)** .

2-اصطلاحا:

يعرفه "هاوز" بأنه الأداء الناجح أو المتميز في مواضيع أو ميادين أو دراسات خاصة، والنتائج عادة عن المهارة والعمل الجاد المصحوبين بالاهتمام **(مايسة النيال،2002، ص104)** .

ويعرفه " أديب الخالدي": نشاط عقلي معرفي للتلميذ يستدل عليه من مجموع الدرجات التي يحصل عليها في أدائه لمتطلبات الدراسة**(لمعان الجلالي،2002، ص 104)** .

ثانيا: أنواع التحصيل الدراسي:

يمكن تقسيم التحصيل الدراسي إلى ثلاثة أنواع هي:

1-التحصيل الدراسي الجيد: يكون فيه أداء التلاميذ مرتفع عن معدل زملائه في نفس المستوى وفي نفس القسم، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانيات التي تكفل للتلميذ الحصول على مستوى أعلى للأداء التحصيلي المرتقب منه .

2-التحصيل الدراسي المتوسط: وفي هذا النوع من التحصيل تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانيات التي يمتلكها، ويكون أداءه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة.

3-التحصيل المنخفض: يكون فيه أداء التلميذ اقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه فنسبة استغلاله واستفادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام.

(بدوي الحاج، 2002، ص 189)

ثالثا: مبادئ التحصيل الدراسي:

يقوم التحصيل الدراسي على مجموعة من المبادئ والتي من شانها إن تساعد الطالب على الفهم والاستيعاب، ومن بين هذه المبادئ ما يلي:

1-مبدأ الدافعية:

تعرف بأنها حالة تحدث عند الكائن البشري بفعل عوامل داخلية أو خارجية تثير لديه سلوكا معينا وتوجهه نحو تحقيق هدف معين **(عماد عبد الرحيم الزغلول،2003، ص 207/206)** .

2-مبدأ الفروق الفردية:

إن أهم ما يلفت انتباه المعلمين في قدرات الطلبة غالبا ما يكون الذكاء، وهذه القدرة تشكل أدى بعض المعلمين محورا أساسيا لفهم الفروق الفردية بين الطلبة **(محمد بكر نوفل،2011، ص225).**

فالفروق الفردية هي التي تجعل المعلم يسعى للتعرف على قدرات تلاميذه ومستوى نشاطهم ليضع الواجبات المدرسية التي تناسب كل مستوى، وتزداد مهمة المعلم في مراعاة الفروق الفردية تعقيدا كلما زاد عدد الطلبة في الصف الواحد**(عماد عبد الرحيم، 2006، ص 137).**

3- مبدأ الحفظ والاسترجاع:

إن ترابط الأحداث يساعد في عملية استرجاع المعلومات بشكل واضح وسليم، وكثيرا ما نلاحظ هذه الظاهرة عندما لا يستطيع الطالب تذكر بعض المواد التي درسها، فإن عملية الترابط تساعده بشكل فعال في استرجاع جميع تفاصيل المادة، وهناك عوامل تؤثر في عملية الحفظ والاسترجاع منها:

الإرهاق والنعاس والخوف والقلق، فالمعلم الذي يرهق الطلاب بمعلومات كثيرة لا يحقق هدفه في إن يتم تخزين واسترجاع هذه المعلومات **(احمد يعقوب، 2008، ص253)**.

4- مبدأ الواقعية والبيئة:

من الواجب إن تكون المادة الرئيسية المقررة للتلميذ مرتبطة بحياته الاجتماعية والبيئية ليسهل عليه تعلمها، ا ي إن الواقعية تجعل تلك المعلومات أكثر علمية كما انه يجب إن تدور عملية التحصيل في بيئة طبيعية واجتماعية معدة خصيصا لذلك فالبيئة الدراسية والأسرية تلعب دورا هاما ومهما في تقوية أو إضعاف التحصيل الدراسي **(علي راشد،1993، ص82)**.

5-مبدأ المشاركة:

تعمل المشاركة على تنمية الذكاء الانفعالي والتفكير لدى الطالب، وتختلف روح المنافسة بين الطلاب التي تمكنهم من اكتشاف أخطائهم وتصحيحها، وتنمية رصيدهم العلمي، وتحسين تحصيلهم الدراسي في أخر المطاف، وبالتالي يكون التلميذ قد اكتسب خبرات ومهارات دراسية جديدة تساعده على التوافق النفسي والمدرسي بدرجة ملائمة له **(يامنة اسماعيلي،2011، ص62)**.

6-مبدأ الحداثة والتجديد:

إن إتباع نفس الروتين يولد لدى الطلاب النزعة إلى الضجر والملل وعدم الانتباه، لذلك ينبغي على المعلم العمل على تبديد مشاعر الملل والضجر لدى المتعلمين.

(عماد عبد الرحمن الزغلول،2009، ص27)

فالعملية التعليمية ليست عملية ميكانيكية متكررة بل لابد فيها من التجديد ومواجهة المواقف والمشكلات وحلها **(عامر رضا،2013، ص19)** .

7-مبدأ الاستعدادات والميول:

إن العوامل والاستعدادات النفسية والجسمية والعقلية والوجدانية والاجتماعية، هي عوامل مرتبطة ارتباطا وثيقا ببعضها البعض، وتعتبر عاملا حاسما في عملية التحصيل فكلما زاد ميل الطالب إلى نوع من أنواع الدراسات أو التخصصات واستعداداته له كلما زاد تحصيله فيها العكس صحيح.

(ابتسام سالم المزوغي،2011، ص82)

رابعا: العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

إن التحصيل المدرسي عملية معقدة تدخل فيها العديد من العوامل منها ما يتعلق بالذكاء ودافعية الإنجاز وقلق الامتحان ومركز الضبط ومنها ما يتعلق بعوامل خارجية تتمثل بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي والمستوى الثقافي التي تحيط بالمتعلم .

ا-العوامل النفسية:

وهي العوامل الداخلية التي ترتبط سلبا أو إيجابيا، وتتمثل هذه العوامل النفسية بما يلي "الذكاء، مركز الضبط، دافعية الإنجاز، مركز الضبط، تقدير الذات، قلق الامتحان" .

1/الذكاء: يكاد معظم علماء النفس على العلاقة الوثيقة بين الذكاء والتحصيل في المدرسة، فالطلبة ذو الذكاء المرتفع يحصلون في الغالب على علامات مرتفعة ويملون إلى الاستمرار في المدرسة لمدة أطول، في حين يميل بعض الطلبة ذو الذكاء المنخفض إلى التقصير في العمل الصفي وإلى التسرب مبكرا من المدرسة .

لكن هذا لا يمنع إن يوجد بعض من ذوي التحصيل المنخفض أذكياء، ولكن يفتقرون إلى المثابرة أوانهم يفشلون لأسباب لا صلة لها بذكائهم، من بينها تقدير الذات، والدافعية التي تحفز الطالب نحو الإنجاز والمستوى الاجتماعي والثقافي وغيرها من الأسباب .لذلك لا يمكن للطالب قليل الذكاء إن يستسلم إلى اليأس، وبالمثل لا يمكن للطالب ذو الذكاء المرتفع إن يتضمن نجاحا وأوتوماتيكيا.

2/دافعية الإنجاز: دافعية الإنجاز مشتقة من الدافعية حيث عرفه **الحامد** بأنه: " تلك القوة التي تثير وتوجه سلوك الفرد نحو عمل يرتبط بتحصيله الدراسي وغير ذلك ".

يعد دافع الإنجاز المهمة التي تأثر في تحصيل الطلبة، حيث أن هناك وجهات نظر تقلبات ضعف هذا الدافع أو تدني مستواه لدى الفرد قد يؤثر سلبا في تحصيله حتى لو كان من الطلبة الأذكياء، حيث تتباين المستويات الأكاديمية التي يحققها حسب دافع الإنجاز عند كل منهم .

3-قلق الامتحـــان: يعد موضوع القلق من الموضوعات المهمة في مجال علم الـــنفس بصـــفة عامـــة والصحة النفسية بصفة خاصة. و يعد القلق مشكلة مركزية وموضوعا للاهتمام في علوم وتخصصات متعددة لها ارتباط بالنفس والفلسفة والفن والموسيقى والدين بالإضافة إلى علم النفس.

4-تقدير الذات: يستخدم الكثير من الباحثين مصطلح تقدير الذات ومصطلح مفهوم الذات كمصطلحين مترادفين، على انه حين يتم التفريق بين هذين المصطلحين يعرف تقدير الذات على انه بعد التقييم من مفهوم الذات.

فيرى زيلر تقدير الذات بأنه القيمة التي يعزها الفرد بالمقارنة مع الآخرين، يرتبط تقدير الذات بالتحصيل الدراسي، حيث يرى عدد من علماء النفس إن هناك علاقة قوية بينهمـــا، ويبـــدو أن الـــذين يكون إنجازهم المدرسي سيئا يشعرون بالنقص، وتكون لديهم اتجاهات سلبية نحو الذات، وفـــي نفـــس الوقت هناك دلائل قوية على إن هذه الفكرة الجيدة لدى الفرد عن ذاته ضرورية للنجاح المدرســـي، إن نقطة البداية هي الثقة بالنفس والتقدير الجيد للذات.

5-مركز الضبط: يعد مفهوم مركز الضبط من أكثر المفاهيم النفســـية التـــي تصـــدت لهـــا الأبحـــاث والدراسات

حيث انبثق هذا المفهوم عن الإطار العام لنظرية التعلم الاجتماعي على يد "جوليان روتر" وتهتم هـــذه النظرية بمحاولة فهم السلوك الإنساني في المواقف الاجتماعية المعقدة والظروف البيئية التي تؤثر فيه، كما تبحث في أهمية التعزيز وأثره في السلوك، ولها تطبيقات في التعليم وتطوير الشخصـــية والقيـــاس وعلم النفس الاجتماعي وعلم الأمراض النفسية.

ويشير هذا المفهوم إلى الدرجة التي يتقبل الفرد بها مسؤوليته الشخصية عما يحصل له مقابـــل إن يتسبب ذلك إلى قوى تقع خارج سيطرته، أشار روتر إلى الأفراد ذوي التوجهات الداخلية للتعزيـــز ب"داخلي الضبط" يعتقدون إن الأشياء السيئة والحسنة التي تحدث معم نتيجة مباشرة لســـلوكهم، بينمـــا يعقد الأشخاص ذو التوجهات الخارجية للتعزيز ب "خارجي الضبط" إنما يحدث لهم يعود إلـــى الحـــظ والصدفة والقدر.

ولذا عرفه المومني بأنه "مسؤولية الفرد عن الأحداث التي تحدث له سواء أكانـــت إيجابيـــة أو سلبية "وهي العوامل الخارجية التي ترتبط بتحصيل الطلبة الأكاديمي سلبا أو إيجابيـــا، وتتمثـــل هـــذه العوامل "المستوى الاقتصادي الاجتماعي والمستوى الثقافي " .

1/المستوى الاقتصادي الاجتماعي: يعرف بأنه المستوى الذي يدل على المركز الاقتصادي الاجتماعي للفرد أو الجماعة.

وحدد المستوى الاقتصادي الاجتماعي في هذه الدراسة بالمتغيرات التالية: وظيفة الأب، دخل الأسرة، حجم الأسرة، ترتيب الطالب في الأسرة، المستوى المادي لسكن الأسرة تسامح/تسلط الأب.

وتبرز أهمية المستوى الاقتصادي في تحصيل الطلبة الدراسي، حيث يؤثر تأثير يكاد يكون مباشرا على التعلم من حيث قدرة الأسرة على تحمل نفقات التعليم وإمكانية إدخال السنوي مثلا يمثل تغيرا في استمرارية الأبناء لإكمال دراستهم فالأسرة المتوسطة والمرتفعة الدخل تعمل على منح أبنائها مزيدا من التعليم العالي أكثر من الأسر ذات الدخول المتدنية، فالبيئة الاقتصادية الفقيرة لا توفر المنبهات والمثيرات المشجعة للنمو المعرفي للأطفال مما يجعلهم يتأخرون عن أقرانهم .

2/المستوى الثقافي: الثقافة هي "مجموعة الأنماط السلوكية لمجموعة سكانية تؤثر في سلوك الفرد وتشكل شخصية الإنسان وتتحكم في خبراته".

وحدد المستوى الثقافي في هذه الدراسة بالمتغيرات التالية: {مستوى تعليم الأب مستوى تعليم الأم مستوى تعلم أفراد الأسرة بخلاف الوالدين، حجم المؤثرات البيتية، اتجاه الأب نحو التحصيل} .

تلعب ثقافة الأسرة دورا مهما في التحصيل الدراسي للطلبة من خلال اللعب ووسائل التثقيف كالمجلات والجرائد في المنزل، والتي تتحكم بظاهرة النوعية التربوية في المدرسة، كما إن ثقافة الوالدين تؤثر في التحصيل الدراسي لاحتكاكهما بأبنائهما، وقد يبدو هذا منطقيا، لأن المناخ الثقافي المرتفع للأسرة يؤثر في تكوين الشخصية العلمية للأبناء.

(محمود جمال السلخي، 2013، ص41/38/36/34/32/29/27/26)

خامسا: اختبارات قياس التحصيل الدراسي:

تعتبر الاختبارات التحصيلية أكثر شيوعا كأداة في التقويم التربوي وهي الوسيلة لوحيدة التي تستخدم في توجيه التلاميذ وانتقائهم، وتستخدم على مدار العام الدراسي لغايات مختلفة من اجل قياس المعرفة والفهم والمهارة في مادة دراسية أو تدريبية معينة، أو مجموعة من المواد، قياس مدى استيعاب الطلاب لبعض المعارف والمفاهيم والمهارات المتعلقة بالمادة الدراسية في وقت معين أوفي نهاية مدة تعليمية معينة، كما يستخدم أيضا في التنبؤ بالأداء المستقبلي في ضوء الأداء الحالي.

(ونجن سميرة،2014، ص66/65)

ومن بين هذه الاختبارات ما يلي:

1-الاختبارات التحصيلية على أساس تتابعي مع التعلم والتعليم

يمكن تصنيف الاختبارات التحصيلية على أساس تتابعي مع التعلم والتعليم إلى ثلاثة أنواع رئيسية هي: الاختبار القبلي، والاختبار البنائي، والاختبار الختامي وهذه الأنواع الثلاثة من الاختبارات التحصيلية.

2-الاختبارات التحصيلية بحسب التصحيح ووضع العلامات

يمكن تصنيف الاختبارات التحصيلية تبعا لطريقة التصحيح وحسب درجة تأثر العلامة بذاتية المصحح إلى قسمين هما:

- **الاختبارات الموضوعية:** وتعتبر أكثر الاختبارات الخاصة بالتحصيل الدراسي شيوعا واستخداما لدى المعلمين باعتبارها إحدى وسائل التقويم المتبعة، وسميت بهذا الاسم من طريقة تصحيحها وما تتمتع به من مزايا قل إن تجد مثلها في أنواع أخرى **(سامي محمد ملحم،2001، ص433).**
- **الاختبارات المقالية:** وتعتبر من الوسائل التقليدية في عملية التقويم، وكان المقياس الوحيد الذي يتم به تقدير مدى تحصيل التلاميذ من معلومات وقدرة التلاميذ على التفكير، هي عبارة عن مجموعة من ردود الأفعال السلوكية التي يسلكها التلميذ من خلال المواقف التي يتعرض لها وذلك عن طريق كتابة المقال لمعرفة قدرته على فهم السؤال وتفسير المواقف وحل المشاكل**(نبيل محمد زايد،2003، ص45).**

3-الاختبارات التحصيلية حسب درجة التقنين والتعبير

***الاختبارات المقننة:** يهتم هذا الاختبار بقياس التحصيل في مجالات متخصصة والتي يتضمنها المنهج الدراسي وليس المهارات التعليمية، فهي تهدف إلى قياس أداء التلميذ فيما يخص مجموعة من الأهداف التربوية وذلك لتحديد المستوى الذي توصلوا إليه، وهناك أشكال عديدة للاختبارات المقننة أهمها: اختبار القراءة، اختبار التهيؤ، اختبار المسح، اختبار التشخيص، اختبار الحساب، الاختبارات المهنية .

(عبد الحفيظ مقدم،2003، ص218)

الاختبارات غير المقننة: وهذا النوع من الاختبارات التحصيلية يعده المعلمون وهو يشكل الغالبية العظمى للاختبارات المعمول بها، فقل أن تجد معلما في مدرسة لا يقوم ببناء مثل هذه الاختبارات حيث تمتاز هذه الاختبارات بأنها سهلة الإعداد، وقليلة الجهد والتكاليف .

(سامي محمد ملحم،2001، ص212/211)

4-الاختبارات التحصيلية على أساس الأداء في عملية الاختبار

تنال الاختبارات الكتابية القدر الأكبر من الاهتمامات في تقويم تحصيل التلاميذ، على الرغم من تكرار التأكيد من قبل الباحثين على أهمية الجانب العلمي التطبيقي في تعليمهم وتعلمهم، وتنقسم هذه الاختبارات إلى:

- ✓ الاختبارات الأدائية التي تعتمد على الورقة والقلم: ويؤكد هذا النوع من الاختبارات التحصيلية الأدائية على تطبيق المعرفة أو أداء المهارات كتابيا .
- ✓ اختبارات التعرف: يتضمن هذا النوع من الاختبارات التحصيلية الأدائية مجالا واسعا في المواقف الاختبارات الأدائية .
- ✓ اختبارات الأداء الظاهري: يركز هذا النوع من الاختبارات التحصيلية الأدائية على الإجراء الصحيح وتأدية الحركات المطلوبة كما يوضحها الأداء الفعلي للمهمة .
- ✓ اختبارات عينة العمل أو المثال العلمي: ويعتبر هذا النوع من الاختبارات التحصيلية الأدائية أكثرها واقعية، حيث يطلب من التلاميذ أداء مهمات عملية على أنها مثال للأداء المطلوب تقويمه حتى يثبت بالدليل القاطع إن الطالب قادر على الأداء بكفاءة وإنجاز جيدين .

(سامي ملحم،2001، ص440/439)

سادسا: أهمية التحصيل الدراسي:

أشار "مصطفى فهيم" إلى إن التحصيل الدراسي من الظواهر التي شغلت فكر الكثير من التربويين عامة والتخصصيين بعلم النفس التعليمي بصفة خاصة، لما له من أهمية في حياة الطلاب وما يحيطون بهم من أباء ومعلمين، ويضيف إن التحصيل الدراسي يحظى بالاهتمام المتزايد من قبل ذوي الصلة بالنظام التعليمي لأنه احد المعايير المهمة في تقويم تعليم التلميذ والطلاب في المستويات التعليمية المختلفة .

يهتم علماء النفس التربوي بدراسة موضوع التحصيل الدراسي من جوانب متعددة فمنهم من يسعى إلى توضيح العلاقة بين التحصيل الدراسي ومكونات الشخصية والعوامل المعرفية، ومنهم من يبحث عن العوامل البيئية المدرسية المؤثرة على التحصيل الدراسي للتلاميذ، ومنهم من يدرس التفاعل والتداخل بين العوامل البيئية والعوامل الوراثية لتحديد ما يظهره الفرد من تحصيل دراسي .

أما الآباء فيهتمون بالتحصيل الدراسي باعتباره مؤثر للتطور والرقي الدراسي والمعرفي لأبنائهم أثناء تقدمهم في صف دراسي أخر، ويهتم الطلاب بالتحصيل الدراسي باعتباره سبيلا إلى تحقيق الذات وتقديره

(يونسي تونسية،2012/2011، ص103 /104)

سابعا: الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي:

مع حتمية التعرض للضغوط النفسية خاصة في عصرنا الحالي، وتعدد مصادرها البيئية، والذاتية بالإضافة إلى لتأثيرها في السلوك الإنساني فقد اهتم الباحثون بدراسة هذه الضغوط، وتأثيراتها المختلفة وفي هذا الصدد أشار**(كوهين1980)** إلى تأثير الضغوط النفسية على التحصيل الدراسي حيث أوضح إن الضغوط النفسية تخلق حالات من المعلومات الزائدة والتي كثيرا ما تدفع الأفراد بقوة ليبذلو انتباها غير عاديا، وهذه النواحي المتصلة باستنزاف الطاقة، والإجهاد المعرفي ضرورية للأداء التحصيلي .

ويوضح **(كابلن1981)** إن التعرض للضغوط النفسية يؤثر على العمليات العقلية المعرفية مثل الإدراك والذاكرة، وينعكس ذلك على التحصيل الدراسي كما يؤثر أيضا على مفهوم الفرد لذاته وتقييمه لها

ويضيف (عبد السلام عبد الغفار) الآثار المترتبة على الضغوط النفسية بأنها تبدد طاقات التلاميذ، وتجعلهم اقل قدرة على مواصلة الانتباه، والتركيز وبذل الجهد اللازم لمتابعة الشرح وكذلك الاستذكار الجيد الفعال مما قد ينعكس على مستوى التحصيل الدراسي .

(إبراهيم طيبي،2013، ص246/245)

لخصت البحوث العديدة التي أجريت حول الضغوط النفسية والتعلم والتحصيل إلى إن الضغوط تسهم في تشكيل مستوى التحصيل الذي يحرزه الطالب لكن الباحثين اختلفوا في تفسير نتائج بحوثهم، فقد ذهب بعضهم إلى إن العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل مستقيمة وموجهة بمعنى إن الضغط هنا يعتبر دافعا يؤدي إلى مزيد من التحصيل، ولكن بحوث أخرى انتهت إلى إن الضغط المتوسط أو المنخفض كحالة أو كسمة يسهل التحصيل لأن الضغط المرتفع عامل تفكك وتصدع في شخصية الطلاب يشتت طاقاتهم الجسمية والنفسية والمعرفية خاصة في مواقف الاختبارات .

(محمد جبر، 2019، ص 85)

خلاصة:

نستخلص مما سبق إن التحصيل الدراسي يعتبر معيارا يمكن من خلاله معرفة مدى نجاح سير العملية التعليمية التربوية وذلك من خلال الأهداف المسطرة التي تسعى لتحقيقها، كما يمكن من خلاله تحديد المستوى التعليمي للتلميذ، فهو يعتمد على قدراته وما يمتلكه من معارف وخبرة ومهارة، إلا أن هناك عدة عوامل تؤثر على القدرة التحصيلية للتلميذ، فمنها العوامل الشخصية المتعلقة بالتلميذ نفسه، ومنها العوامل الأسرية وكذلك العوامل المدرسية والتربوية وغيرها، ولكي ننمي قدرة التلميذ التحصيلية فانه لابد من تقوية العلاقة بين الأسرة والمدرسة وبين التلميذ ومعلمه، إضافة إلى هذا يجب تشجيع التلميذ وحثه على العمل والتركيز.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات التطبيقية للدراسة

تمهيد.

أولا: الدراسة الاستطلاعية.

1.1. أهداف الدراسة الاستطلاعية.

2.1. إجراءات بناء أداة الدراسة.

3.1. خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.

4.1. الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.

5.1. صعوبات إنجاز الدراسة الاستطلاعية.

ثانيا: الدراسة الأساسية.

1.2. منهج الدراسة.

2.2. مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها.

3.2. خصائص عينة الدراسة الأساسية.

4.2. حدود الدراسة.

5.2. وصف شامل لأداة الدراسة.

6.2. تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.

خلاصة.

تمهيد:

بعد إن تم التعرف على الجانب النظري لهذه الدراسة في الفصول السابقة التي تعد كأرضية أساسية لبناء عمل منهجي ميداني ويعتبر همزة وصل بين الجانب النظري والجانب التطبيقي، إذ نعتبره أهم عناصر البحث العلمي لأنه وهر الدراسة، وذلك من خلال دقة الإجراءات المتبعة والأساليب المستخدمة في معالجة موضوع الدراسة الحالية التي ستمكننا من الكشف عن الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، يتعلق هذا الجزء بعرض المنهج المتبع في الدراسة والممثل في المنهج الوصفي، والإطار الزماني والمكاني للدراسة، وعينة البحث التي شملت الدراسة وعينة النتائج وهي تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية علي ماضوي التي بلغت **120** تلميذ وتلميذة ويشمل أيضا أدوات الدراسة، والأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة .

أولا: الدراسة الاستطلاعية.

1.1. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى تعرف الباحث على الظاهرة التي يرغب في دراستها، وجمع معلومات وبيانات عنها، مع استطلاع الظروف التي يجرى فيها الحث مع صياغة مشكلة البحث صياغة دقيقة، تمهد الدراسة الرئيسية، كما تهدف كذلك إلى التعرف على أهم الفروض التي يمكن إخضاعها للتحقيق العلمي(**إبراهيم،2000، ص39**).
- إن الهدف من القيام الاحتكاك بالدراسة الاستطلاعية هو الوصول إلى العينة المستهدفة وتوفير المتغيرات المطلوبة في الدراسة والتي تتمثل في الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية علي ماضوي، والتحقق من حساب الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) ومحاولة الوقوف على أوجه القصور فيها وتعديلها .

2.1. إجراءات بناء أداة الدراسة:

1-مقياس الضغط النفسي المدرسي:

- بعد الاطلاع على ما توفر لنا من تراث سيكولوجي، قام الباحث بإعداد بنود أولية من 22 بندا وعرضها على مجموعة من الأساتذة، وبعد مناقشات عديدة مع من أساتذة علم النفس بجامعتي ورقلة و الأغواط ثم تعديل بعض البنود وحذف بعضها، وطلب من الباحث إضافة بنود أخرى .
- وبناء على توجيهات الأساتذة، أضاف الباحث بنودا أخرى حتى وصل الاستبيان إلى 66 بندا وعرضهم مرة ثانية على الأساتذة ولقد أسفر هذا العرض على موافقتهم على المقياس .
- بعد إعداد الصيغة النهائية قدم الاستبيان للسادة الأساتذة لتحكيمه .
- إجراء الدراسة الاستطلاعية للتأكد من صدق وثبات الاستبيان(**بوفاتح،2012،ص 96/95**).

مقياس الضغط النفسي المدرسي للباحث بدر محمد الأنصاري يتكون من 06ابعاد موزعين كما هو موضح في الجدول رقم (01) التالي:

الرقم	الأبعاد	رقم البنود	عدد
1	ضغط الوالدين	1.7.13.19.25.31.37.43.48.52.55.58.6.1	13
2	ضغط المدرسة	2.8.14.20.26.32.44.49.53.56.59.62.64.65.66	16
3	ضغط الزملاء	.3.9.15.21.27.33.39	7
4	ضغط المراجعة	4.10.16.28.34.40.45.	8
5	ضغط الامتحانات	50.5.11.17.23.29.35.41.46.	9

6	ضغط أحداث الحياة	.12.18.24.30.36.42.47.51.54.56.60.63	13

3.1. خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.

3.1. المنهج المستخدم لدراسة الاستطلاعية: بما إن دراستنا تهدف إلى معرفة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فإن المنهج الذي يمكن استخدامه لهذا الغرض هو" المنهج الوصفي " الذي يتعامل الباحث من خلاله مع الظاهرة الاجتماعية في مكانها الأصلي وواقعها المعاش، والذي يعتبر الطريقة العلمية المنظمة التي يعتمدها الباحث لدراسة الظاهرة اجتماعية أو إنسانية وذلك وفق خطوات بحث معينة من اجل الوصول إلى أسباب وعوامل التي تتحكم فيها وبالتالي استخلاص نتائج يمكن تعميمها مستقبلا .

(مقدم،2013، ص50)

3.2. مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها: أجريت الدراسة الاستطلاعية في ولاية برج بوعريريج وبالضبط في ثانوية علي ماضوي، تكونت عينة الدراسة من **39** تلميذ وتلميذة يتوزعون على شعبتين آداب وفلسفة وعلوم تجريبية طور الثالث ثانوي (البكالوريا) تم اختيارهم بطريقة عرضية .

3.3 الإطار المكاني والزماني لدراسة الاستطلاعية: تمت هذه الدراسة خلال شهر مارس من السنة الجارية 2022/2021 بثانوية علي ماضوي برج بوعريريج .

جدول رقم (02): توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس.

الجنس	العدد	النسبة %
ذكور	22	%56.41
إناث	17	%43.58
المجموع	39	%100

نستنتج من خلال الجدول السابق إن اغلب العينة ذكور بحيث بلغت نسبتهم 56.41% أما الإناث فبلغت نسبتهن 43.58% وعليه فإن نسبة الذكور تمثل الأغلبية في لدراسة الاستطلاعية.

الجدول رقم (03) توزيع أفراد العينة لدراسة الاستطلاعية حسب التخصص

التخصص	العدد	النسبة
آداب وفلسفة	23	%58.97
علوم تجريبية	16	%41.02
المجموع	%39	%100

نستنتج من خلال الجدول إن نسبة آداب وفلسفة بلغت 58.97% ونسبة علوم تجريبية 41.02% وعليه فإن نسبة التي تمثل الأغلبية هي آداب وفلسفة .

الجدول رقم (04) توزيع أفراد العينة لدراسة الاستطلاعية حسب الإقامة

الإقامة	العدد	النسبة%
داخلي	12	%30.76
خارجي	27	%69.23
المجموع	39	%100

نستنتج من خلال الجدول إن نسبة الخارجيين تفوق نسبة الداخليين بالنسبة لدراسة الاستطلاعية .

4.1. الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.

الخصائص السيكومترية في صورته الأصلية:

طريقة التجزئة النصفية (فردي، زوجي) بمعادلة سبيرمان براون معامل ثبات قبل التصحيح 0.88 وبعد تصحيح 0.93 طريقة التناسق الداخلي معامل ألفا كرونباخ 0.82 بدلالة إحصائية 0.01 نستنتج من هذه النتائج إن استبيان الضغط النفسي المدرسي صادق وثابت وصالح للاستخدام في الدراسات النفسية والتربوية وبذلك يسد الحاجة الماسة للطلبة والباحثين لدراسة الضغط النفسي عند التلاميذ والطلبة **(بوفاتح،2012، ص100)** .

الخصائص السيكومترية استبيان في الدراسة الاستطلاعية:

صدق وثبات للاستبيان على العينة الدراسية الاستطلاعية:

- **صدق المقياس:** تعد جوانب الصدق من أهم خصائص الاختبارات المقاييس التربوية والنفسية، فصدق الاختبار يتعلق بالهدف الذي يبنى الاختبار من اجله، وبالثأر الذي يتخذه استنادا إلى درجاته فالاختبار يكون صادقا عندما يقيس ما وضع لقياسه ومن الطرق التي اعتمد عليها في حساب الصدق .
- **صدق الاتساق الداخلي:** وذلك بحساب الارتباط الأبعاد الأساسية مع الاختبار ككل والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (05): ارتباط الأبعاد لمقياس الضغط النفسي المدرسي.

الأبعاد	عدد البنود	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
ضغط الوالدين	13	0.61	0.01
ضغط المدرسة	16	0.62	0.01
ضغط الزملاء	7	0.64	0.01
ضغط المراجعة	8	0.23	0.01
ضغط الامتحانات	9	0.35	0.01
ضغط أحداث الحياة	13	0.63	0.01

نلاحظ من خلال الجدول إن جميع معاملات الارتباط دالة بما يشير إلى الاتساق الداخلي مرتفع لأبعاد المقياس، وهو مؤشر جيد للصدق .

جدول رقم (06): معاملات ارتباط درجات الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية المدرسية بعد الدراسة الاستطلاعية.

البعد 1			البعد 2			البعد 3			البعد 4		
رقم الفقرة	الارتباط	الدلالة	رقم الفقرة	الارتباط	الدلالة	رقم الفقرة	الارتباط	الدلالة	رقم الفقرة	الارتباط	الدلالة
1	0.28	0.8	2	2.24	0.8	3	0.27	0.8	4	0.36	0.1
7	0.29	0.7	8	0.53	0.53	9	0.31	0.52	10	0.64	0.00

13	0.60	0.40	0.00	14	0.10	0.10	15	0.30	0.58	16	0.40	0.2
19	0.60	0.60	0.00	20	0.11	0.11	21	0.92	0.00	22	0.36	0.16
25	0.59	0.9	0.9	26	0.11	0.11	27	0.38	0.1	28	0.25	0.72
31	0.40	0.00	0.9	32	0.9	0.9	33	0.2	0.4	34	0.57	0.4
37	0.39	0.02	0.10	38	0.10	0.10	39	0.38	0.1	40	0.32	0.4
43	0.36	0.01	0.26	44	0.26	0.26				45	0.30	0.1
48	0.33	0.8	0.24	49	0.24	0.24						
52	0.38	0.3	0.22	53	0.22	0.22						
55	0.45	0.3	0.37	56	0.37	0.37						
58	0.40	0.00	0.31	59	0.31	0.31						
61	0.42	0.00	0.43	64	0.33	0.43						
		0.00	0.92	65	0.43	0.92						
		0.01	0.90	65	0.92	0.90						
			0.91	66	0.90	0.91						

البعد 5			البعد 6		
رقم الفقرة	الارتباط	الدلالة	رقم الفقرة	الارتباط	الدلالة
5	0.36	0.1	12	0.26	0.10
11	0.64	0.00	18	0.31	0.5
17	0.40	0.9	24	0.28	0.8
23	0.36	0.2	30	0.33	0.3
29	0.25	0.10	42	0.35	0.2
35	0.57	0.10	47	0.88	0.00
41	0.71	0.7	51	0.34	0.3
46	0.32	0.00	54	0.24	0.8
50	0.32	0.4	56	0.36	0.3
			57	0.31	0.4
			60	0.46	0.02
			63	0.41	0.1

الثبات: يقصد بالثبات درجات الاختبار ومدى خلوها من الأخطاء غير منتظمة التي تشوب المقياس، أي مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي تهدف لقياسها ولتحقيق ذات قمت بتطبيق بعض الطرق لقياس الثبات على استبيانكما يلي:

بطريقة التجزئة النصفية: تم حساب معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية التي تقوم بتقسيم المقياس إلى جزئيين فكان مقداره 0.51 وبعد استخدام معادلة التصحيح **لسبيرمان براون** أصبح معامل الثبات بمقدار 0.69 أما معامل تصحيح بمعادلة التصحيح جوتمان0.69 هذا ما يدل على إن الاختبار على درجة جيدة من الثبات .

جدول رقم (07): معاملات الثبات بالتجزئة النصفية للاستبيان الضغط النفسي المدرسي:

مقياس الضغط النفسي المدرسي	معامل الارتباط بين النصفين	معامل تصحيح جوتمان	معامل تصحيح سبيرمان براون
	0.69	0.69	0.51

الفا كرونباخ: تم استخدام هذه الطريقة لمزيد من التأكد من ثبات المقياس وكان معامل الثبات بهذه الطريقة للمقياس كله 0.74 هو معامل ثبات .

جدول رقم (08) معامل الارتباط بين الدرجات الفرعية لمقياس كله:

البعد	عدد البنود	معامل ثبات الفاكرونباخ
ضغط الوالدين	13	0.61
ضغط المدرسة	16	0.62
ضغط الزملاء	07	0.64
ضغط المراجعة	08	0.23
ضغط الامتحانات	09	0.35
ضغط أحداث الحياة	13	0.63

نستنتج من خلال الجدول إن معاملات الارتباط دالة بما يشير إن الاتساق الداخلي مرتفع الأبعاد وهو مؤشر جيد للثبات.

5.1. صعوبات إنجاز الدراسة الاستطلاعية.

يتعرض أي باحث في البحث العلمي لجملة من الصعوبات والعراقيل تعرقل مسيرته في البحـــث وبالتـــالي تنقص من الدافعية للانجاز لديه ومن بين الصعوبات التي تعرض لها مايلي:

- صعوبة الحصول على الكتب والمراجع .
- صعوبة التواصل مع تلاميذ البكالوريا بسبب نظام الدفعات اثر جائحة كورونا المعاشة عالميا.
- صعوبة الالتقاء بالتلاميذ بسبب كثرة غياباتهم.
- صعوبة إجابة التلاميذ على كل الاستبيان .
- ضيق الوقت المدة كانت غير كافية بالنسبة لي.

ثانيا: الدراسة الأساسية.

1.2. منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي في هذه الدراسة انطلاقا من طبيعة الدراسة التي تهدف إلى معرفة مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي،ويقوم المنهج الوصفي على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو كيفية في فترة زمنية معينة أو عدة فترات، من اجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى والمضمون والوصول إلى نتائج وتعميمها تساعد في فهم الواقع وتطويره.

(علي؛ وآخرون، 2003، ص43)

2.2. مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها: أجريت الدراسة الاستطلاعية في ولاية برج بوعريريج وبالضبط في ثانوية علي ماضوي، تكونت عينة الدراسة من 120 تلميذ وتلميذة يتوزعون على شعبتين آداب وفلسفة وعلوم تجريبية طور الثالث ثانوي (البكالوريا) خلال شهر مارس في الفترة الممتدة من 01 إلى 10 للتسهيلات التي قام بها مدير الثانوية وكل الطاقم الإداري في عملية الشرح والتوضيح للتلاميذ .

3.2خصائص عينة الدراسة الأساسية.

عينة الدراسة: تم إجراء هذه الدراسة على عينة متكونة من **120** تلميذ وتلميذة يتوزعون على شعبتين آداب وفلسفة وعلوم تجريبية طور الثالث ثانوي (البكالوريا) تم اختيارهم بطريقة عرضية كما هي ممثلة في الجدول التالي:

جدول رقم(09) توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة %
ذكور	60	%50
إناث	60	%50
مجموع	120	%100

نلاحظ من خلال الجدول إن عينة الدراسة موزعة بشكل متساوي بين الذكور والإناث هذا نظرا لتجاوب التلاميذ معي خلال توزيع الاستبيان.

جدول رقم (10) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب التخصص

التخصص	التكرار	النسبة%
آداب وفلسفة	60	% 50
علوم تجريبية	60	%50
المجموع	120	%100

نلاحظ من خلال الجدول إن عينة الدراسة متساوية من حيث العدد .

جدول رقم (11) توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الإقامة

الإقامة	التكرار	النسبة%
داخلي	65	%54.16
خارجي	55	% 45.84
المجموع	120	%100

4.2. حدود الدراسة:

الحدود الزمنية: طبقت هذه الدراسة خلال الموسم الدراسي 2022/2021، شهر مارس .

الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة في ثانوية علي ماضوي ولاية برج بوعريريج .

الحدود البشرية:استهدفت الدراسة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والذي بلغ عددهم 120 تلميذ بثانوية علي ماضوي .

5.2. وصف شامل لأداة الدراسة.

لقد اعتمدت في هذه الدراسة على استبيان الضغوط النفسية المدرسية" لبدر محمد الأنصاري "وبعد حساب الصدق والثبات للمقياس أصبح الشكل النهائي له كما يلي:

الجدول رقم (12)

الرقم	الأبعاد	رقم البنود	عدد البنود
1	ضغط الوالدين	1.2.3.4.5.6.7.8.9	09
2	ضغط المدرسة	10.11.12.13.14.15.16.17.18.19	10
3	ضغط الزملاء	.20.21.22.23	04
4	ضغط المراجعة	24.25.26.27.28	05
5	ضغط الامتحانات	29.30.31.32.33.34	06
6	ضغط أحداث الحياة	35.36.37.38.39.40.41	07

6.2. تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.

لكل بحث علمي تقنيات إحصائية خاصة به، ونظرا لطبيعة بحثي هذا تم استخدام مجموعة من التقنيات الإحصائية التالية:

*اختبار" ت"لعينتين مستقلتين لدراسة الفروق.

*استخدام نظام **spss** نسخة 23: وهو برنامج يقوم بالتحليلات الإحصائية البسيطة والمعقدة للبيانات، خاصة في حالة العينة الكبيرة(**محمد بلال الزغبي، 2006، ص 12**).

*المتوسط الحسابي.

*الانحراف المعياري.

*التوزيع الطبيعي.

***أدوات الإحصاء الاستدلالي:** نستطيع عن طريق الإحصاء الاستدلالي اختبار مدى تحقق فرضيات الدراسة أو عدم تحققها، واستعملت في هذه الدراسة الأساليب الإحصائية التالية:

1- **معادلة سبيرمان براون:** وذلك لحساب معامل ثبات أدوات الدراسة.

2-**معامل الفا كرونباخ:** لحساب الاتساق الداخلي لأدوات الدراسة.

3-**معامل ارتباط بيرسون:** وهو المعامل الذي يصف العلاقة بين متغيرين.

4-**حساب دلالة الفروق« test » T.**

خلاصة:

تعرفنا في هذا الفصل لأهم الخطوات المنهجية في الدراسة الميدانية لهذا البحث، والتي تعتبر الركيزة الأساسية لأي بحث علمي تطرقنا لأهداف وخصائص الدراسة الاستطلاعية وصعوباتها، أما في الجزء الثاني تطرقنا إلى الدراسة الأساسية التي تكونت من 120 تلميذ وتلميذة ذكرنا منهجها وخصائصها وتقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.

الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة

تمهيد.

1. عرض نتائج الدراسة ومناقشتها.

1.1. عرض نتائج الدراسة وتحليلها.

2.1. مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.

3.1. علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي

02. الاستنتاج العام والخلاصة.

03. مقترحات الدراسة.

- قائمة المراجع.
- قائمة الملاحق.

تمهيد:

بعد إجراء الدراسة الأساسية على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات والنتائج عن طريق برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، نتناول في هذا الفصل عرض لنتائج الدراسة وتحليلها ومناقشتها على ضوء الأطر النظرية للدراسة وفق ترتيب الفرضيات، كما يليها عرض نتيجة التساؤل العام.

01. عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

1.1. عرض نتائج الدراسة وتحليلها:

جدول رقم (13): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس ككل للتساؤل العام.

الأبعاد	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	قيمة « t » test	مستوى الدلالة
ضغط الوالدين	18.50	18	1.18	0.24
ضغط المدرسة	23.17	20	4.03	0.00
ضغط الزملاء	8.91	8	2.80	0.006
ضغط المراجعة	11.95	10	3.77	0.00
ضغط الامتحانات	13.53	12	2.62	0.21
ضغط أحداث الحياة	15.53	14	3.62	0.00
المجموع	91.73	82	6.19	0.00

يتضح من خلال الجدول رقم (13) إن المتوسط الحسابي التلاميذ عن فقرات المقياس الذي يقيس الضغوط النفسية لديهم قد بلغ 91.73 وهو اكبر من المتوسط النظري الذي بلغ 82 باستخدام اختبار "ت test "t".

لعينة واحدة اتضح دلالة أربعة أبعاد وكذا مجموع عند 0.01 مما يؤكد وجود ضغوط مدرسية مرتفعة كما يتضح من خلال بيانات الجدول إن متوسط الحسابي للبعد الأول ضغط الوالدين اقترب كثيرا من المتوسط النظري 23.17 بمتوسط الحسابي الذي قدره 20 أما فيما يخص البعد الثالث ضغط الزملاء فكان مرتفع المتوسط النظري 11.95 بمتوسط النظري 12 والبعد السادس ضغط أحداث الحياة مرتفع المتوسط الحسابي 15.53 بمتوسط نظري 14 وكانت الأبعاد مرتبة كالتالي:

بعد ضغوط المدرسة يليه، بعد ضغط الوالدين يليه، بعد ضغط أحداث الحياة يليه، ضـــغط الامتحانـــات يليه ضغط المراجعة يليه بعد الزملاء .

1.1.1. عرض نتائج الفرضية الأولى وتحليلها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية المدرسية تعزى لمتغير الجنس ذكور –إناث .

جدول رقم (14): المتوسط الحسابي وقيمة "ت" test « t » لمقياس حسب الفروق في مستوى الضغوط وحسب متغير الجنس

الأبعاد	الجنس	المتوســـــــط الحسابي	قيمـــة « t » test	مستوى الدلالة
ضغط الوالدين	ذكر	18.48	-0.10	0.91
	أنثى	18.57		
ضغط المدرسة	ذكر	12.11	-0.16	0.87
	أنثى	23.37		
ضغط الزملاء	ذكر	8.93	0.53	0.95
	أنثى	8.93		
ضغط المراجعة	ذكر	11.76	-0.31	0.75
	أنثى	12.10		
ضغط الامتحانات	ذكر	13.93	0.45	0.65
	أنثى	13.93		
ضغط أحداث الحياة	ذكر	15.46	-0.18	0.85
	أنثى	15.62		
المجموع	ذكر	91.70	-0.052	0.95
	أنثى	91.86		

يتضح من خلال الجدول رقم (14) إن الدرجة الكلية للضغوط النفسية المدرسية جاءت مرتفعة بحيـــث كان المتوسط الحسابي لإجابات تلاميذ السنة الثالثة ثانوي عن فقرات المقياس الذي يقـــيس الضـــغوط النفسية المدرسية لديهم عند الأدبيين بمتوسط حسابي 91.09 و العلميين 92.25 .

وبالتالي يتضح إن كلا من تلاميذ ذو التخصص العلمي والأدبي يتعرضون لنفس الضغوطات المدرسية بحيث حاز بعد ضغط الوالدين على قيمة "t" 1.55 عند مستوى الدلالة 0.12 أما بعد ضغط المدرسة بقيمة 1.097- عند مستوى الدلالة 0.27 أما بعد الزملاء فجاء بقيمة " ت "1.99 عند مستوى الدلالة 0.04 أما بعد ضغط المراجعة فكان الاختلاف طفيفا بين العلميين والأدبيين بقيمة "t" 0.29- أما بعد ضغط الامتحانات جاء بقيمة "t" 0.64 عند مستوى الدلالة 0.52 وبعد ضغوط الحياة بقيمة "t" 0.36- عند مستوى الدلالة 0.71 ومنه يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العلميين والأدبيين، في مستوى الضغوط النفسية المدرسية وعليه نرفض الفرض الصفري ونقبل البديل.

2.1.1. عرض نتائج الفرضية الثانية وتحليلها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية المدرسية لدى تلاميذ الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص، وللتحقق من ذلك تم استخدام "t"لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح هذا الإجراء.

جدول رقم(15): المتوسط الحسابي وقيمة"t" لمقياس حسب الفروق في مستوى الضغوط حسب متغير التخصص.

الأبعاد	التخصص	المتوسط الحسابي	قيمة « t » test	مستوى الدلالة
ضغط الوالدين	علمي	19.09	1.55	0.12
	أدبي	17.77		
ضغط المدرسة	علمي	22.39	-1.097	0.27
	أدبي	24.12		
ضغط الزملاء	علمي	9.50	1.99	0.04
	أدبي	8.20		
ضغط المراجعة	علمي	11.81	-0.29	0.76
	أدبي	12.12		
ضغط الامتحانات	علمي	14.06	0.64	0.52
	أدبي	13.14		
ضغط أحداث الحياة	علمي	15.39	-0.36	0.71

	أدبي	15.70		
المجموع	علمي	92.25	0.367	0.717
	أدبي	90.09		

يتضح من خلال الجدول رقم (15)إن الدرجة الكلية للضغوط النفسية المدرسية جاءت مرتفعة بحيث كان المتوسط الحسابي لإجابات التلاميذ البكالوريا عن فقرات المقياس الذي يقيس الضغوط النفسية المدرسية لديهم عند الأدبيين بمتوسط حسابي 91.09 والعلميين 92.25 .

وبالتالي يتضح إن كلا من تلاميذ ذو تخصص العلمي والأدبي يتعرضون لنفس الضغوطات المدرسية بحيث حاز بعد ضغط الوالدين علة قيمة "ت" 1.55 عند مستوى الدلالة 0.12 أما بعد ضغط المدرسة بقيمة "ت" 1.097- عند مستوى الدلالة 0.27 أما بعد الزملاء فجاء بقيمة "ت" 1.99 عند مستوى الدلالة 0.04 أما بعد ضغط المراجعة فكان الاختلاف طفيفا بين العلميين والأدبيين بقيمة "ت" 0.29- أما بعد ضغط الامتحانات جاء بقيمة "ت" 0.64 عند مستوى الدلالة 0.25 وبعد ضغوط الحياة بقيمة "ت" 0.36- عند مستوى الدلالة 0.71 ومنه يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العلميين والأدبيين، في مستوى الضغوط النفسية المدرسية وعليه نرفض الفر الصفري وتقبل البديل .

3.1.1. عرض نتائج الفرضية الثالثة وتحليلها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية المدرسية لدى تلاميذ الثانوية تعزى لمتغير الإقامة.

جدول رقم (16) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري حسب فروق في مستوى الضغوط النفسية حسب متغير الإقامة

الأبعاد	الإقامة	المتوسط الحسابي	قيمة « t » test	مستوى الدلالة
ضغط الوالدين	داخلي	18.01	-1.13	0.25
	خارجي	18.98		
ضغط المدرسة	داخلي	21.92	-1.87	0.063
	خارجي	24.90		
ضغط الزملاء	داخلي	8.82	-3.52	0.72

	خارجي	9.05		
ضغط المراجعة	داخلي	10.98	-1.97	0.51
	خارجي	13.00		
ضغط الامتحانات	داخلي	13.35	-0.50	0.61
	خارجي	14.07		
ضغط أحداث الحياة	داخلي	16.17	-1.70	0.088
	خارجي	14.70		
المجموع	داخلي	89.27	-1.71	0.88
	خارجي	94.72		

يتضح من خلال الجدول رقم 16 إن الدرجة الكلية للضغوط النفسية المدرسية جاءت مرتفعة بحيث كان المتوسط الحسابي لإجابات التلاميذ البكالوريا عن فقرات المقياس الذي يقيس الضغوط النفسية المدرسية لديهم عند الداخليين 89.27 بمتوسط حسابي ونسبة الخارجيين تفوقهم بقيمة 94.72 .

يتضح من خلال الجدول أعلاه إجابات التلاميذ عن الأبعاد الستة كان الاختلاف بينهم بشكل طفيف نوعا ما حيث بلغت قيمة"ت" في بعد الوالدين 1.13- عند مستوى الدلالة أما بعد ضغط المدرسة جاء بقيمة "ت" 1.87- عند مستوى الدلالة 0.06 أما بعد ضغط الزملاء قيمة "ت" 3.52- بقيمة " ت "عند مستوى الدلالة 0.27 أما بعد ضغط المراجعة جاء بقيمة ت 1.97- أما بعد ضغط الامتحانات بقيمة " ت " 0.5- عند مستوى الدلالة 0.61 أما بعد ضغط أحداث الحياة جاء بقيمة "ت" 1.70 عند مستوى الدلالة 0.08 وبالتالي يمكن القول انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الداخليين والخارجيين في مستوى الضغوط النفسية المدرسية وعليه نرفض الفرض الصفري ونقبل البديل .

4.1.1. علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي:

للإجابة على التساؤل العام : هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟ تم استعمال معامل الارتباط **لبيرسون** فأسفرت النتائج على الارتباطات الموضحة في الجداول التالية:

جدول رقم(17): معامل ارتباط بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي للذكور.

المتغيرات	درجة الحرية df	معامل الارتباط	الدلالة
الضغط النفسي التحصيل الدراسي	28	+0.51	دال عند 0.01 دال عند 0.05

يوضح الجدول الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الذكور حيث قدر معامل ارتباطي بيرسون 0.51 عند درجة الحرية df تساوي 28 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01=a

جدول رقم(18): معامل ارتباط بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي للإناث.

المتغيرات	درجة الحرية df	معامل الارتباط	الدلالة
الضغط النفسي التحصيل الدراسي	60	+0.442	دال عند 0.01

يبين الجدول الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الإناث حيث قدر معامل ارتباطي بيرسون0.44 عند درجة الحرية df تساوي 60 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01=a.

جدول رقم(19): معامل ارتباط بين الضغط النفسي المنخفض والتحصيل الدراسي.

المتغيرات	درجة الحرية df	معامل الارتباط	الدلالة
ضغط النفسي منخفض والتحصيل الدراسي	32	-0.083	غير دال

يوضح الجدول الضغط النفسي المنخفض وعلاقته بالتحصيل الدراسي حيث قدر معامل الارتباط لبيرسون 0.08- عند درجة الحرية df تساوي 32 وهو غير دال عند مستوى الدلالة 0.01=a.

جدول رقم(20): معامل ارتباط بين الضغط النفسي المرتفع والتحصيل الدراسي.

المتغيرات	درجة الحرية df	معامل الارتباط	الدلالة
ضغط النفسي مرتفع والتحصيل الدراسي	56	+0.400	دال عند 0.05 0.01

يوضح الجدول الضغط النفسي المرتفع وعلاقته بالتحصيل الدراسي حيث قدر معامل الارتباط لبيرسون 0.40 عند درجة الحرية df تساوي 56 وهو دال عند مستوى الدلالة a=0.01.

جدول رقم(21): معامل ارتباط بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

المتغيرات	درجة الحرية df	معامل الارتباط	الدلالة
الضغط النفسي و التحصيل الدراسي	90	+0.287	دال عند 0.01 دال عند0.05

يوضح الجدول الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث قدر معامل الارتباط لبيرسون 0.28 عند درجة الحرية df تساوي 90 وهو دال عند مستوى الدلالة a=0.01.

أي هناك علاقة إرتباطية سالبة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي أي كلما زاد الضغط النفسي انخفض التحصيل الدراسي لدى التلاميذ.

حسب نتائج الدراسة، أن نسبة 61% من الإناث لهم نتائج ضعيفة اقل من معدل 20/10 أما الذكور نسبتهم 39% وهذا مايبين أن للضغط النفسي علاقة ارتباطية سالبة أي كلما انخفض الضغط زاد التحصيل الدراسي وكلما زاد الضغط النفسي المدرسي انخفض التحصيل الدراسي، وهذا ما أكده أصحاب النظرية المعرفية حيث بين أن الجانب المعرفي هو المسؤول عن نقص الأداء عند التلاميذ والصعوبات التي يواجهها التلميذ في وضعية الامتحان والتي تعيق أداءه.

2.1. مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها:

مناقشة النتائج: تتناول الطالبة في هذا الفصل مناقشة وتفسير النتائج التي عرضتها في الفصل السابق.

مناقشة التساؤل الأول: والذي ينص على ما يلي: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟

وقد جاء المتوسط الحسابي 91.73 مرتفع مقارنة بالمتوسط النظري الذي قدره ب 82 بقيمة "t" 6.19.

مما يبين إن تلاميذ البكالوريا يعانون من ضغوط نفسية مدرسية لها علاقة بالتحصيل الدراسي وعدة منها ضغوطات الأولياء والتي تتمثل في الضغط عليهم في الدراسة حتى أوقات الراحة والعطل والإلحاح على ضرورة تحصيل نتائج جيدة والفوز بهذه الشهادة للمرة من اجتيازهم لها، هذا ما يولد لديهم ضغوطات قد تعيقهم في مسارهم الدراسي وكذلك الضغوطات التي يواجهها تلميذ السنة الثالثة ثانوي داخل محيطه المدرسي من كثافة المنهاج بحيث يعتبرها التلميذ تتحدى قواهم وطاقاتهم هذا ما يشكل لديهم انعدام التوازن بين متطلباتهم وإمكانياتهم في عدم المشاركة في الأنشطة المدرسية ويرفع ضغطهم أكثر، كما يلعب الزملاء دورا كبيرا في الزيادة من شدة الضغوط النفسية المدرسية عند بعضهم البعض وتكون مزعجة ومحبطة في بعض الأحيان هذا ما يؤثر على التلميذ إحساسه بعدم الثقة بالنفس، ويؤدي إلى نقص في التفاعل معهم كما إن كثرة الواجبات المنزلية والاختبارات الفصلية قد تكون مصدرا للضغوط التي تواجه التلاميذ، فتكون مصدر للخوف،والقلق،كما أن الضغوطات التي يعيشها تلاميذ في حياتهم اليومية من تعاقب الليل والنهار وبعض الأمور المحيطة بهم في حياتهم اليومية كل سيكون سببا في زيادة الضغوطات النفسية المدرسية .

1.2.1.مناقشة نتائج الفرضية الأولى وتفسيرها: والتي تنص على انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لعامل متغير الجنس .

بعد عرض لنتائج الفرضية الأولى في الفصل السابق وقد تم التوصل إلى لا توجد فروق بين الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لعامل لمتغير الجنس.

وهي نفس النتيجة التي توصلت "عبدي سميرة " في دراستها حول الضغط المدرسي وعلاقته بسلوك العنف والتحصيل لدى التلميذ المتمدرس حول الضغط النفسي والضغط النفسي وتتعارض مع دراسة

"مرزوق بن احمد عبد المحسن" والتي توصلت إلى إن توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلاب الثانوية .

وهذا راجع إن كلا من الذكور والإناث يدرسون في نفس القسم ومع نفس الأساتذة، ويعيشون في نفس الولاية هذا ما يوضح أنهم يتعرضون لنفس الضغوطات المدرسية داخل المؤسسة أو خارجها بحيث يدرسون نفس المنهاج وبطريقة واحدة لديهم نفس الالتزامات الدراسية، مثل الواجبات المنزلية والبحوث والامتحانات وعلى الرغم من اختلاف أسرهم إلا أنهم يواجهون نفس ضغوطات الحياة اليومية من ضغوطات من الأولياء وحرصهم على ضمان مستقبلهم، ونجاحهم في هذا الامتحان المصيري (البكالوريا) وكذلك للإخوة دور كبير في هذه الضغوطات خاصة الذين يكبروهم سنا قد يكونوا قد مروا بهذه المرحلة من قبل وبالتالي يضغطون بشكل أو بأخر عليهم .

- **2.2.1.مناقشة نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها:** والتي تنص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف الشعب (علوم تجريبية، آداب وفلسفة)، وقد تم التوصل إلى عدم وجود فروق في مستوى الضغوط المدرسية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لمتغير التخصص وقد يرجع ذلك إلى السعي والحاجة لكل من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لتخصصين العلمي والأدبي إلى التفوق والنجاح والحاجة إلى تجنب الفشل في مسارهم الدراسي، هذا ما يجعل التلميذ في كومة من الضغوطات والعراقيل هذا ما ينعكس سلبا عليهم وقد يرجع ارتفاع شدة الضغوط عند التلاميذ باختلاف تخصصهم إلى إن العلميين تكون معظم المواد التي يدرسونها علمية مما يجعلهم يبذلون جهودا كبيرة لتحقيق ما يرغبون فيه .

مما ينعكس سلبا عليهم أما بالنسبة للأدبيين فإن جل موادهم تعتمد على حفظ بعض المواد وبالتالي بذل جهدا كبيرا قد يسبب في خلق ضغوطات نفسية تعرقل تحقيق أهدافه .

تعرض كل من تلاميذ التخصصين العلمي والأدبي لضغوط من بعضهم البعض مثلا تلاميذ العلميين المتفوقين في المواد العلمية يستعين بهم زملائهم لشرح بعض المواد الصعبة لديهم هذا ما يشكل عاتقا عليهم وبالتالي يتشكل لديهم ضغوطا نفسية مدرسية، هذا ما قد ينطبق أيضا على تلاميذ الأدبيين خاصة في عملية المراجعة لدروسهم فالبعض يفضل المراجعة لوحده والبعض الأخر يفضل المراجعة ضمن مجموعات هذا قد يزيد من شدة الضغوطات لكلا من العلميين والأدبيين كونهم يدرسون في نفس

المرحلة ومقبلين على امتحان مصيري مع وجود صورة من سوء العلاقات مع المعلمين والسخرية من بعضهم البعض، كذلك طول فترة الامتحانات بالنسبة للتخصصين، قد تتسبب كومة من الضغوطات النفسية المدرسية .

3.2.1.مناقشة نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها: والتي تنص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الإقامة (داخلي – خارجي)،وقد تم التوصل إلى عدم وجود فروق في الضغوط المدرسية لدى التلاميذ تبعا لمتغير الإقامة، وهذا راجع إلى إن التلاميذ الخارجيين يوجد لديهم مستوى عالي من الضغوط نظرا لبعض الانشغالات التي تواجههم داخل الأسرة مثل الالتزامات أو الواجبات هذا ما يزيد من شدة الضغوط النفسية لديهم،زيادة على ذلك ضغوطات المدرسة من كثرة الدروس وتضخم المناهج كما يلعب الزملاء دور أيضا في رفع نسبة الضغوط بحيث يتنافسون على تحصيل دراسي جيد هذا ما يدفعهم إلى قضاء فترة طويلة في المراجعة في أوقات معينة قد تسبب لديهم بعض الضغوط وبالتالي يمكن القول إن كل من الداخليين والخارجيين يعانون من ضغوطات نفسية لكن الداخليين قد تكون لديهم بشكل مختلف عن الخارجيين .

. الاستنتاج العام والخلاصة:

تتمحور هذه الدراسة ضمن الدراسات الاجتماعية التربوية بحيث عالجت موضوع الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي كعينة لدراسة ذلك أن هذا الموضوع قد يكون من احد الأسباب الهامة في فشل المنظومة التربوية بصفة عامة باعتباره يركز ويمس أهم عنصر وهو المتمدرس أي التلميذ لذا وجب البحث في مصادر والأسباب التي تشكل مصدر الضغوط النفسية المدرسية لديهم الخطوة الأولى للتخفيف منها أو إصلاحها ذلك أن الوصول لتحقيق هذه الغاية لا تأتي إلا بالوقوف على أسباب ومسببات الضغوط النفسية المدرسية داخل وخارج المحيط المدرسي.

ومن خلال دراستي التي قمت بها في ثانوية علي ماضوي توصلت إلى أن الضغوط النفسية لها علاقة بالتحصيل الدراسي لدى طلاب البكالوريا، وذلك تبعا لمتغير الجنس، التخصص، والإقامة،لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لعامل الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف الشعب (علوم تجريبية، آداب وفلسفة)، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الإقامة (داخلي – خارجي).

وبناءا على ماسبق نستنتج فكلما زادت الضغوط النفسية لدى التلاميذ كلما انخفض معدل تحصيلهم الدراسي، والعكس كلما قلت الضغوط النفسية ارتفع معدل التحصيل، إلا أن هذه الضغوط كانت حافزا ودافعا للنجاح عند البعض .

3. مقترحات الدراسة:

– الضغوط النفسية ظاهرة من ظواهر طبيعة الوجود الإنساني، فوجودها في حياتنا معناه أننا نتفاعل ونعيش مع الحياة .

– علاج الضغوط النفسية لايتم بالتخلص منها وإنما يتم بالتعايش الايجابي معا ومعالجة نتائجها السلبية .

– إجراء دراسات أخرى تتعلق بالضغط النفسي وعلاقتها بمتغيرات أخرى، ومجتمع آخر كتلاميذ المرحلة النهائية لشهادة التعليم المتوسط .

– تعلم واكتساب مهارات جديدة لحل مشكل والضبط المعرفي .

– استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية .

– التواصل الاجتماعي مع الآخرين كإستراتيجية هامة في تخفيف شدة الضغط النفسي المرتفعة .

– التدريب على الانفعالات وتجنب ما أمكن قمعه خاصة منها الغضب، العدوان، العنف، والتعبير عنها بطريقة ملائمة.

– توظيف الأساليب العلمية الحديثة، وسائل التكنولوجيا، ومداخل الفهم الشامل، لحاجات التلاميذ التعليمية، والنفسية، والاجتماعية، والفهم الدقيق لسلوكياتهم .

– نرجو أن يحظى تلاميذ المرحلة النهائية من الثانوي باهتمام خاص من طرف مستشاري التربية التوجيه، والرعاية اللازمة من طرف المختص النفسي الوسط التربوي وإعطائه المكانة اللازمة لذلك قصد انجاز عمله بشكل جيد .

– يمكن إعداد برامج إرشادية للتخفيف من الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، يستفيد منها مستشاري التوجيه والإرشاد وكذلك الأولياء .

– على الأسرة توفير الظروف المريحة للمذاكرة، والوسائل الضرورية المساعدة على التحضير لامتحان البكالوريا.

– على التلميذ التحضير لامتحان البكالوريا منذ بداية العام الدراسي لاستيعاب وإنهاء البرنامج المقرر .

قائمة المراجع

أولا: الكتب:

-1- إبراهيم طبي. (2013). خطة التوجيه المدرسي المعتمدة في الجزائر(دراسة نفسية تربوية بمرحلة التعليم الثانوي) ديوان المطبوعات الجامعية. ط 1.الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

-2- إبراهيم، وجيه محمود. (1980). مدخل إلى علم النفس. ط 1.القاهرة: دار المعارف.

-3- احمد، يعقوب النور.(2008).علم النفس التربوي. ط 1. الأردن: دار الجنادرية للنشر والتوزيع.

-4-السيد، فاروق عثمان.(2011).القلق وإرادة الضغوط النفسية. ط 1. القاهرة: دار الفكر العربي.

-5-جابر عبد الحميد، جابر وآخرون. (1978).مقدمة في علم النفس. ط 1.القاهرة: دار النهضة العربية.

-6- سامي، محمد ملحم.(2001). سيكولوجية التعلم والتعليم(الأسس النظرية والتطبيقية). ط 1 .عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

-7- سمير شيخاني.(2003)الضغط النفسي.ط 3 .بيروت: دار الفكر العربي.

-8- طه، عبد العظيم حسن. (2006). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية النفسية. ط 1.عمان:دار الفكر.

-9- لمعان، مصطفى الجلالي.(2011). التحصيل الدراسي. ط 1 . عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

-10- علي راشد. (1993).مفاهيم ومبادئ تربوية. ط 1 .القاهرة: دار الفكر العربي.

-11- عماد عبد الرحيم الزغلول وشاكر عقلة المحاميد. (2006) . سيكولوجية التدريس الصفي. ط 2 .عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

-12- عماد، عبد الرحيم الزغلول.(2009). مبادئ علم النفس التربوي. ط 1. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

-13- ماسية ،احمد النيال. (2002). التنشئة الاجتماعية في علم النفس الاجتماعي. ط 1. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

-14- محمد بكر، نوفل، فريال محمد أبو عواد.(2011). علم النفس التربوي. ط 1. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

-15- نبيل، محمد زايد. (2003). الدافعية والتعلم. ط 1. القاهرة: مكتبة النهضة.

-16- يامنة، عبد القادر اسماعيلي.(2011).أنماط التفكير ومستويات التحصيل الدراسي. ط 1.الاردن. دار اليازوزي العلمية للنشر والتوزيع.

-17- يوسف قطامي، عبد الرحمان عدس. (2005). علم النفس العام. ط 2. عمان: دار الفكر .

ثانيا: الرسائل الجامعية:

-18- إبراهيم، عبد الحميد. (2003). أسباب التأخر الدراسي لدى طلبة الصفوف الأساسية الدنيا في محافظات شمال الضفة الغربية من وجهة نظر المعلمين. فلسطين: رسالة ماجستير جامعة النجاح الوطنية.

-19- بن شليقة أعمر.(2010).دراسة مستويات شدة الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. رسالة ماستر في علم النفس العيادي. قسم علم النفس المركز الجامعي أكلي.

-20- حميدان إحسان.(2016).ضغوط البيئة المدرسية وانعكاساتها على مردوده التربوي للتلميذ. لنيل شهادة ماستر. ل،م،د جامعة عربي تبسي. تخصص على اجتماع التربية.

-21- ساعد وردية.(2003) علاقة قلق امتحان البكالوريا بالتحصيل الدراسي للتلميذ. مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية. جامعة الجزائر.

-22- صالحي هناء.(2013). علاقة الضغوط النفسية بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة المقيمين بجامعة ورقلة. رسالة لاستكمال شهادة ماستر أكاديمي جامعة الجزائر.

-23- عايش صباح. (2011). اثر الضغوط النفسية لدى اسر المعاقين على العلاقات الأسرية من حيث متغيري سن ونوع الإعاقة. رسالة ماجستير غير منشورة. تخصص علم النفس الأسري. جامعة وهران.

-24- عبدي سميرة.(2011). الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكات العنف و التحصيل الدراسي. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مولود معمري. تيزي وز.

-25- مرزوق بن احمد، عبد المحسن العمري.(2012). الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب مرحلة الثانوية. متطلب تكميلي لنيل درجة ماجاستير: تخصص علم النفس. كلية التربية علم النفس. محافظة ليث جامعة ام القرى المملكة العربية السعودية.

-26- محمد بوفاتح.(2005). الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. رسالة ماجستير في علم النفس. كلية علم النفس وعلوم التربية. جامعة ورقلة.

-27- نبيلة احمد، ابو حبيب.(2010) الضغوط النفسية وإستراتيجية مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في محافظة غزة. رسالة ماجستير في التربية. تخصص علم النفس. جامعة الازهر غزة.

-28- يونسي تونسية. (2011-2012). تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين. مذكرة لنيل شهادة الماجستير: تخصص علم النفس المدرسي.

ثالثا:المجلات العلمية:

-29- ابتسام، سالم المزوغي. (2011). الفروق في الذكاء وقلق الامتحان بين الطلبة مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي. المجلة العربية لتطوير التفوق. العدد3. ليبيا: جامعة الجيل الغربي.

-30-بدوي الحاج. محمد الساسي الشايب.(2015) التحصيل الدراسي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العـــدد 8. جامعة قاصدي مرباح ورقلة: مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية.

-31- سمى الحربي. (2017). الضغوط الدراسية وأسباب العلاج.

-32- ونجن سميرة. (2014). التحصيل الراسي بين التأثيرات الصفية ومتغيرات الوسط الاجتمـــاعي. العـــدد4. جامعة الوادي: مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية.

رابعا: القواميس والمعاجم:

-33- حسن شحاتة. زينب النجار.(2003). معجم المصطلحات التربوية والنفسية.ط 1. القاهرة: الدار المصـــرية القاهرة.

-34- فاروق عيد وعلية واحمد عبد الفتاح الزكي. (2010). معجم مصطلحات التربية لفظـــا واصـــطلاحا. دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر.

-35- مسعود جبران. (1992). معجم الرائد. ط 7. بيروت: دار العلم للملايين.

خامسا: باللغة الأجنبية:

-36-kobasa. S.c: commitment and coping stress resistance among, Lawyers, Journal of personality and social psychology,42,1,1982.

-37- Michaeltaklagvirguis, ramzi kamel hannalah : dictionary of the terms of education, englich-arabic, librairie du liban pulishers beirut, 2004.

قائمة الملاحق

الملحق رقم (01):

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد البشير الإبراهيمي – برج بوعريريج –
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة علم النفس
تخصّص علم النفس المدرسي

رسالة إلى الخبراء المحكمين

الأستاذ (ة) الفاضل (ة) : .....المحترم (ة)؛

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته؛

تقوم الطالبة الباحثة بإجراء دراسة حول "الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لـــدى تلاميـــذ الســـنة الثالثة ثانوي" وذلك للحصول على درجة ماستر في علم النفس المدرسي من جامعة محمد البشير الإبراهيمي – برج بوعريريج– للسنة الجامعية 2021 / 2022، لذا قامت الباحثة بجاوي ليليا لقياس الضغط النفسي لدى عينـــة مـــن تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في ثانوية علي ماضوي بـــبرج بوعريريج ستوجه إلى .....

لذا أرجو التكرم بإبداء رأيكم السديد ومقترحاتكم بشأن بنود المقياسين فيما إذا كانت صالحة أو غير صالحة ومدى انتماء كل بند للبعد المحدد له، وبنائه اللغوي، وأي اقتراحات أو تعديلات ترونهـــا مناســـبة لتحقيـــق هـــدف الدراسة الحالية علمًا بأن بدائل الإجابة على البنود هي: (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) أو .....

مع خالص الشكر والتقدير

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

إعداد الطالبة الباحثة:
– بجاوي ليليا

إشراف:
د. معوش عبد الحميد

مثال توضيحي:

العبارة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي أحيانا	لا تنطبق علي	
اشعر إنني أقوم بأشياء ملزم بها وليس لأنني أحبها		X		

أولا: البيانات الشخصية:

- **الجنس:** **ذكر** ☐ **أنثى** ☐
- **الإعادة:** **معيد** ☐ **غير معيد** ☐
- **الشعبة:** **علوم تجريبية** ☐ **آداب وفلسفة** ☐

الرقم	العبارات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي أحيانا	لا تنطبق علي
1	اشعر بالإحباط من إهمال والدي لانجازاتي الدراسية			
2	اشعر بالألم من عجزي على حل مشاكل الأسرة			
3	اشعر بالذنب من رفضي لتلبية مطالب الأسرة			
4	اشعر بعدم الارتياح من مرض احد أفراد الأسرة			
5	اشعر بالألم من فقدان عزيز			
6	اشعر بالإجهاد من قضاء حوائج الأسرة			
7	أتضايق من تعليمات و أوامر الإخوة وأفراد الأسرة			
8	اشعر بالحرمان لرفض والدي تلبية احتياجاتي			
9	أتضايق من رعاية والدي الزائدة لي			

10	اشعر بالاختناق عند الذهاب للثانوية			
11	اشعر بالعزلة من تهميش الأساتذة لي			
12	أتضايق من إهمال الأساتذة لأفكاري			
13	اشعر بضيق التنفس في بعض الحصص الدراسية			
14	اشعر بتأنيب الضمير من تصرفاتي مع الأساتذة			
15	اشعر بعدم الراحة النفسية عند دخول المدير للقسم			
16	اشعر بالتمارض المستمر هروبا من المدرسة			
17	اشعر بالتعب من الأعمال التطبيقية			
18	أعاني من عدم القدرة على التركيز في الدروس			
19	اشعر باحتقار نفسي لعجزي على منافسة التلاميذ المتفوقين			
20	اشعر بالاهانة عندما لا ادعي لحضور حفلات الزملاء			
21	اشعر بالخجل أمام زملائي بسبب سوء وضعيتي المالية			
22	أتضايق من سخرية زملائي على مظهري العام اي اللباس			
23	أتضايق من استهزاء زملائي عندما أناقشهم			
24	اشعر بالتوتر أثناء المراجعة			
25	اشعر بشرود الذهن في المراجعة			
26	اشعر بالقلق من طول فترة المراجعة			
27	اشعر بانهيار عصبي من طول اليوم الدراسي			
28	اشعر إنني أقوم بأشياء ملزم بها وليس لأنني أحبها			
29	اشعر بالضيق عند قرب الامتحانات			

30	اشعر بالإنهاك من شدة تحضيري للامتحانات			
31	أصاب بإرهاق شديد ليلة بدء الامتحان			
32	لا اصبر على انتظار نتيجة الامتحانات			
33	اشعر بانقباض شديد في انتظار أمل النجـــاح وألم الفشل			
34	اشعر بالأسى من رسوبي في الامتحان			
35	اشعر بالتمارض هروبا من أعبـــاء الحيـــاة اليومية			
36	اشعر بارتفاع ضغط الدم من مشاكل الحياة			
37	اشعر بفقدان الشهية			
38	اشعر بالحيرة من التعاقـــب الســـريع لليـــل والنهار			
39	أخشى من تدهور صحتي			
40	اشعر بالصداع من ضجيج الساحة			
41	اشعر بالفشل عند القيام بأعمال البيت			

الملحق رقم (02):

استبيان

التعليمة :

عزيزي التلميذ عزيزتي التلميذة،بعد التحية الطيبة :

نضع بين أيديكم هذا الاستبيان المصمم لغرض علمي ،يرجى قراءة كل عبارة بعناية ثم وضع علامة (x) في الخانة المناسبة ،مع العلم انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة المهم أن تعبر عما بداخلك بكل صدق وأمانة ،ونحيطكم علما بان المعلومات التي تقدم لنا محاطة بالسرية التامة ولغرض البحث العلمي فقط .

ونرجو منكم ان :تجيبوا على كل العبارات ولا تضع أكثر من علامة في عبارة واحدة .

البيانات الخاصة :

أولا: البيانات الشخصية:

- **الجنس: ذكر** ☐ **أنثى** ☐
- **الإعادة: معيد** ☐ **غير معيد** ☐
- **الشعبة: علوم تجريبية** ☐ **آداب وفلسفة** ☐

مثال توضيحي:

العبارة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي أحيانا	لا تنطبق علي	
اشعر إنني أقوم بأشياء ملزم بها وليس لأنني أحبها		X		

الرقم	العبارات	تنطبق علي دائما	تنطبـــق علـــــي احيانا	لا تنطبــق علي
1	اشعر بالإحباط مــن إهمـــال والـــدي لانجـــازاتي الدراسية			
2	اشعر بالألم من عجزي على حل مشاكل الأسرة			
3	اشعر بالذنب من رفضي لتلبية مطالب الأسرة			
4	اشعر بعدم الارتياح من مرض احد أفراد الأسرة			
5	اشعر بالألم من فقدان عزيز			
6	اشعر بالإجهاد من قضاء حوائج الأسرة			
7	أتضايق من تعليمات و أوامـــر الإخـــوة وأفـــراد الأسرة			
8	اشعر بالحرمان لرفض والدي تلبية احتياجاتي			
9	أتضايق من رعاية والدي الزائدة لي			
10	اشعر بالاختناق عند الذهاب للثانوية			
11	اشعر بالعزلة من تهميش الأساتذة لي			
12	أتضايق من إهمال الأساتذة لأفكاري			
13	اشعر بضيق التنفس في بعض الحصص الدراسية			
14	اشعر بتأنيب الضمير من تصرفاتي مع الأساتذة			
15	اشعر بعدم الراحة النفسية عند دخول المدير للقسم			
16	اشعر بالتمارض المستمر هروبا من المدرسة			
17	اشعر بالتعب من الأعمال التطبيقية			
18	أعاني من عدم القدرة على التركيز في الدروس			
19	اشعر باحتقار نفسي لعجزي على منافسة التلاميـــذ المتفوقين			
20	اشعر بالاهانة عندما لا ادعي لحضـــور حفـــلات الزملاء			
21	اشعر بالخجل أمام زملائي بسبب سوء وضـــعيتي			

	المالية			
22	أتضايق من سخرية زملائي على مظهري العام اي اللباس			
23	أتضايق من استهزاء زملائي عندما أناقشهم			
24	اشعر بالتوتر أثناء المراجعة			
25	اشعر بشرود الذهن في المراجعة			
26	اشعر بالقلق من طول فترة المراجعة			
27	اشعر بانهيار عصبي من طول اليوم الدراسي			
28	اشعر إنني أقوم بأشياء ملزم بها وليس لأنني أحبها			
29	اشعر بالضيق عند قرب الامتحانات			
30	اشعر بالإنهاك من شدة تحضيري للامتحانات			
31	أصاب بإرهاق شديد ليلة بدء الامتحان			
32	لا اصبر على انتظار نتيجة الامتحانات			
33	اشعر بانقباض شديد في انتظار أمل النجاح وألـــم الفشل			
34	اشعر بالأسى من رسوبي في الامتحان			
35	اشعر بالتمارض هروبا من أعباء الحياة اليومية			
36	اشعر بارتفاع ضغط الدم من مشاكل الحياة			
37	اشعر بفقدان الشهية			
38	اشعر بالحيرة من التعاقب السريع لليل والنهار			
39	أخشى من تدهور صحتي			
40	اشعر بالصداع من ضجيج الساحة			
41	اشعر بالفشل عند القيام بأعمال البيت			

الملحق رقم (03): الترخيص بإجراء الدراسة.

Ouvrir avec

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد البشير الإبراهيمي- برج بوعريريج

العلوم الاجتماعية والإنسانية
كلية قسم العلوم الاجتماعية
الرقم: ج ع ق/ 2022

إلى السيد(ة): مدير ثانوية علي ماضوي
- برج بوعريريج

الموضوع: تربص تطبيقي في الوسط المهني للطلبة

تحية واحترام وبعد،...

في إطار تشجيع المتربصين التطبيقين في الوسط المهني، نلتمس من سيادتكم المحترمة أنتم **مدير ثانوية علي ماضوي** --برج بوعريريج التفضل باستقبال الطلبة الآتية أسماؤهم على مستوى مؤسستكم, وتسهيل مهمتهم من أجل إتمام مذكرة نهاية الدراسة، وإعداد تقرير التربص :

الإسم واللقب	عنوان المشروع	التخصص	الفترة
- بجاوي ليليا	الضغط النفسي و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي	السنة الثانية ماستر تخصص علم النفس المدرسي	الموسم الدراسي 2022/2021

تقبلوا سيدي فائق التقدير والاحترام

برج بوعريريج في 2022/03/06

رئيس قسم العلوم الإجتماعية

Page 1 / 1