

جامعة مولود معمري تيزي وزو

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم التربية



الضغط النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

دراسة ميدانية في بعض ثانويات ولاية بومرداس

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر في علوم التربية تخصص علم النفس التربوي

إشراف الأستاذ:

من إعداد الطالبات :

د. وعلي لامية

غزال إيمان

بن يحي رانية

السنة الجامعية : 2025/2024

## إهداء



ما سلكنَا البدايات إلا بتيسيره ، وما بلغنا النهايات إلا بتوقيفه ، وما حققنا الغايات إلا بفضلِه

فالحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات

أهدي تخرجي إلى نفسي المكافحة لأن هذه اللحظة هي نتيجة جهودي لسنوات طويلة فلم تكن رحلة قصيرة ولا طريق سهل لكنني بإرادتي وطموحي ها أنا أتخرج اليوم.

أهدي هذا النجاح الذي وهبني كل ما يملك إلى من أحمل اسمه بكل افتخار "أبي الغالي "

إلى من جعل الجنة تحت أقدامها وسهلت الشدائد بدعائها " أمي الحبيبة "

إلى إخوتي " أمينة ، رابح ، بسمة "

إلى كل أفراد أسرتي العزيزة

إلى أحسن من عرفني بهم القدر ، إلى من تحلو بالإخاء وتميزوا بالوفاء ، إلى أخوات قلبي

وصديقات عمري " منيرة " " مونية" .

إلى كل من كان عوناً وسنداً لي في هذا طريق

لكم جميعاً ، كل الشكر والتقدير والامتنان

إيمان



## إهداء



باسم معاني الحب والتقدير وبكل إجلال واحترام أهدي ثمرة جهدي هذه إلى من قال فيهما  
الخالق بعد " بسم الله الرحمن الرحيم " " وقل ربي أرحمهما كما ربياني صغيرا "

إلى أعلى ما عندي في الوجود " أمي الغالية "

إلى التي تدعو لي دائما بالتوفيق والنجاح وكانت دعوتها الطيبة هي النور الذي يضيء لي  
الطريق

إلى من سخر فكره و أفنى جهده " أبي الغالي " إلى الذي أهداني مفتاح المستقبل وغرس في  
نفسي حب العلم وشجعني لبلوغ أعلى الدرجات.

إلى والدي اللذان انتظرا نجاحي بفارغ الصبر أسأل الله أن يبارك في عمرهما ويرزقني برهما  
إلى من هم أنس عمري " إخوتي " سعاد ، سعيد ، أمين ، سهام ، عبد الرحمن ، وليد ، ربيع

إلى كل من حملته ذاكرتي ولم تحمله مذكرتي

وأخص بالذكر دفعة علم النفس التربوي 2025

إلى هؤلاء أهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع



رانية

# شكر وتقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات ، نشكر الله سبحانه وتعالى الذي وفقنا

على إتمام هذا العمل المتواضع الذي يعتبر قطرة من بحر العلم . والصلاة

والسلام على أشرف المرسلين يشرفنا أن نتقدم بالشكر الجزيل والعرفان بالجميل

للأستاذة والدكتورة المشرفة " وعلي لامية " على قبولها الإشراف علينا والتي

مدت لنا يد العون ولم تبخل بنصائحها وتوجيهاتها وكانت خير دليل ومساعد

وموجه لنا خلال مرحلة الإشراف .

كما نتقدم بالشكر إلى أعضاء لجنة المناقشة الموقرة ، ولا يفوتنا أن نتقدم إلى

كافة الأساتذة الذين قابلناهم في مشوارنا الدراسي وإلى كافة الاسرة الجامعية

بجامعة مولود معمري تيزي وزو.

وفي الأخير نشكر كل من ساعدنا من قريب أو بعيد على انجاز هذا البحث ولو

بكلمة طيبة أو دعاء .

## ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، مع التركيز على تأثير متغير الجنس في كل من الضغط النفسي ودافعية الإنجاز. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتم تطبيق مقياس الضغط النفسي ومقياس دافعية الإنجاز على عينة مكونة من (عدد العينة (تلميذاً وتلميذة من مختلف الشعب الدراسية.

انطلقت الدراسة من الفرضيات الآتية:

1. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

توصلت نتائج الدراسة عن عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي ودافعية الإنجاز، وهو ما يدعم الفرضية الأولى. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الضغط النفسي ودافعية الإنجاز تعزى لمتغير الجنس، وهو ما يتوافق مع الفرضيتين الثانية والثالثة.

وبناءً على هذه النتائج، توصي الدراسة بضرورة تبني برامج موجهة لمرافقة تلاميذ الأقسام النهائية، من أجل مساعدتهم على التعامل مع الضغوط النفسية بشكل عام، وتعزيز دافعيتهم للإنجاز بغض النظر عن الفروقات الفردية أو النوعية .

## Abstract

This study aimed to explore the nature of the relationship between psychological stress and achievement motivation among third-year secondary school students, while examining the influence of gender on both psychological stress and achievement motivation. The study employed a descriptive correlational approach, applying a psychological stress scale and an achievement motivation scale to a sample of (sample size) students from various academic streams.

The study was based on the following hypotheses :

- 1- There is no statistically significant relationship between psychological stress and achievement motivation among third-year secondary school students.
- 2- There are no statistically significant differences in psychological stress levels among third-year secondary school students attributable to gender.
- 3- There are no statistically significant differences in achievement motivation levels among third-year secondary school students attributable to gender.

The results indicated the absence of a statistically significant relationship between psychological stress and achievement motivation, thus supporting the first hypothesis. Furthermore, no statistically significant differences were found in either psychological stress or achievement motivation levels based on gender, confirming the second and third hypotheses.

In light of these findings, the study recommends the development of support and guidance programs aimed at assisting final-year students in coping with psychological stress and enhancing their achievement motivation regardless of individual or gender differences.

## فهرس

إهداء.....	I
شكر وتقدير.....	II
فهرس الجداول.....	III
مقدمة.....	1

### الفصل الأول : تعريف وصياغة مشكل البحث

1_ الخلفية النظرية لمشكل البحث.....	4
2_ صياغة مشكل البحث.....	10
3_ فرضيات البحث.....	10
4_ أهداف البحث.....	11
5_ أهمية البحث.....	11
6_ تعريف المفاهيم الأساسية.....	12

### الفصل الثاني : أدبيات الموضوع

#### القسم الأول : الضغط النفسي

1_ لمحة تاريخية عن تطور مفهوم الضغوط النفسية.....	15
2_ تعريف الضغط النفسي.....	17

- 3\_ أنواع الضغط النفسي ..... 20.....
- 4\_ مراحل حدوث الضغط النفسي ..... 21.....
- 5\_ النظريات المفسرة للضغط النفسي ..... 23.....
- 6\_ العوامل المسؤولة عن حدوث الضغوط النفسية ..... 26.....
- 7\_ مصادر الضغط النفسي ..... 32.....
- 8\_ استراتيجيات الضغط النفسي..... 36.....

### القسم الثاني : الدافعية للإنجاز

- 1\_ لمحة تاريخية عن تطور الدافعية للإنجاز..... 38.....
- 2\_ تعريف الدافعية للإنجاز ..... 39.....
- 3\_ أهمية الدافعية للإنجاز ..... 41.....
- 4\_ أنواع الدافعية للإنجاز ..... 42.....
- 5\_ العوامل المؤثرة في الدافعية للإنجاز..... 43.....
- 6\_ النظريات المفسرة للدافعية للإنجاز..... 47.....
- 7\_ أهداف الدافعية للإنجاز ..... 51.....
- 8\_ تأثير الضغوط النفسية على الدافعية للإنجاز..... 52.....

### الفصل الثالث: منهجية البحث

- 1\_ نوع البحث.....56
- 2\_ كيفية اختيار عينة البحث.....56
- 3\_ أدوات البحث.....57
- 4\_ كيفية جمع البيانات .....72
- 5\_ كيفية تحليل البيانات .....73
- 6\_ حدود البحث.....74

### الفصل الرابع : عرض ومناقشة النتائج

- عرض ومناقشة النتائج.....76
- \_ خاتمة.....88
- \_ الاقتراحات .....90
- قائمة المراجع.....92
- \_ الملاحق .....102

## فهرس الجداول :

- 57..... \_ جدول رقم (01): يوضح توزيع أفراد لدراسة حسب الجنس
- 59..... \_ جدول رقم (02): يوضح أسماء الأبعاد وأرقام فقراتها لمقياس الضغط النفسي
- 62..... \_ جدول رقم (03) : صدق المقارنة الطرفية لمقياس الضغط النفسي
- 63..... \_ جدول رقم (04) : يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الضغط النفسي
- 64..... \_ جدول رقم (05) : يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لبنود لمقياس الضغط النفسي
- 67..... \_ جدول رقم (06) : يوضح ثبات مقياس الضغط النفسي بطريقة التجزئة النصفية
- 69..... \_ جدول رقم (07) : يوضح البدائل والقيمة المعطاة لكل واحدة
- 69..... \_ جدول رقم (08) : يوضح بنود كل بعد
- 70..... \_ جدول رقم (09) : يبين قيمة " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابين لمقياس الدافعية للإنجاز
- 71..... \_ جدول رقم (10) : يبين معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس الدافعية للإنجاز والدرجة الكلية
- 76..... \_ جدول رقم (11) : العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي
- 80..... \_ جدول رقم (12) : الفروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث)
- 84..... \_ جدول رقم (13): الفروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث)

### مقدمة :

يواجه الإنسان في حياته العديد من المواقف الصعبة والأحداث التي تقابله وتعيق أداء مهامه وتعرض طريقه وتؤثر على حياته اليومية وعلى طاقته النفسية والجسمية، وتسمى هذه المواقف بالضغوط النفسية التي أصبحت تمثل أهم المواضيع الحديثة ذات أهمية كبيرة والتي تحتل مكانة هامة في مختلف المشكلات التي يعاني منها التلميذ في الحياة المدرسية، وهذا ما يؤثر على دافعيتهم للإنجاز الدراسي التي تعتبر أيضا أساسية في عملية التعليم وهذا ما يتوقف عليه تحقيق الأهداف الأخرى سواء في تحصيل المعلومات أو المعارف و تكوين الاتجاهات و من ثم الحصول على النجاح و التفوق. و مما لا شك فيه أن الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز هما أمران متلازمان، فرفع الدافعية للإنجاز عند التلميذ لا يكون إلا في جو مناسب يسوده الطمأنينة وخال من الضغوط ، إلا أنه في الحقيقة هناك ضغوط نفسية تحت الفرد و تدفعه لتقديم أفضل ما لديه بل و تزيد من دافعيته لإنجاز. وهذه الدراسة تعتبر محاولة لفهم عاملين مهمين هما الضغط النفسي والدافعية للإنجاز والعلاقة بينهما لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.

لتحقيق ذلك اتبعت الطالبتان خطة منهجية قسمت فيها البحث إلى أربعة فصول، حيث يتضمن الفصل الأول الخلفية النظرية لطرح مشكل البحث وصياغة الفرضيات بالإضافة إلى أهمية الدراسة والهدف منها مع تعريف المفاهيم الأساسية. أما الفصل الثاني

## مقدمة

---

فقد خصص لأدبيات البحث ينقسم إلى قسمين، القسم الأول الضغط النفسي والقسم الثاني الدافعية للإنجاز. وجاء الفصل الثالث محددًا لنوع الدراسة والمنهج المتبع وكيفية اختيار العينة وأدوات البحث وتوضيح كيفية جمع البيانات وتحليلها مع إبراز حدود البحث في آخر الفصل، أما الرابع الذي تناول عرض وتحليل نتائج الفرضيات، أما الفصل الأخير الذي خصص لمناقشة النتائج لنختم هذا الفصل بخاتمة واقتراحات بالإضافة إلى المراجع والملاحق.

الفصل الاول

تعريف وصياغة

مشكل البحث

يتناول هذا الفصل إشكالية البحث وخلفياتها حيث سنتطرق إلى الخلفية النظرية وإلى تحديد مشكلة البحث وفرضياتها، ثم إلى الهدف من إجراءات وأهميتها وأخيرا تحديد مفاهيمها الأساسية.

### 1\_الخلفية النظرية لمشكل البحث:

يعيش الناس في هذا العصر مع ضغوط نفسية بكل أشكالها لهذا سمي عصرنا بعصر الضغوط، يشير إلى الوضع الذي يهدد الناس بشكل عام والشباب بشكل خاص فهذه هي الصعوبات و العقبات التي تقف في طريقهم في إشباع احتياجاتهم البيولوجية والنفسية، وهذه الضغوط تهدد بشكل كبير التلاميذ في المؤسسات التعليمية.

تعتبر الحياة المدرسية في هذا الإطار من أهم المواقف الحياتية التي تولد ضغطا على الفرد خاصة أثناء دراسته خاصة التلميذ الذي يجتاز مرحلة صعبة من حياته تتناسب مع تعليمه الثانوي، حيث يجتاز في هذه المرحلة التعليمية امتحانا مصيريا وهو امتحان البكالوريا الذي يعتبر من الامتحانات الحاسمة التي تجعله يستعد له أفضل استعداد خلال تلك المرحلة، فكل هذا يولد فيه اضطرابات وانفعالات نفسية وضغط بسبب العمليات المعرفية المختلفة نتيجة عدم الراحة بسبب الأفكار السلبية التي تغطي على ذهنه والتي تشتت تركيزه و انتباهه.

## الفصل الاول: تعريف وصياغة مشكل البحث

وتؤكد في هذا الصدد عدة دراسات تناولت موضوع الضغط النفسي منها دراسة شيخاني (2003) الذي أشار إلى أن الضغط النفسي يحدث جراء سوء تكيف الفرد مع بيئته، وهو بذلك تجربة شخصية خاصة تمس مباشرة الجانب النفسي والفيزيولوجي للفرد، ويزداد هذا التأثير بازدياد الضغط. وأضاف بوبندير (2003) أنه على اعتبار أن المجتمعات الإنسانية كافة عرفت خلال الثلاثة عقود الأخيرة تغيرات سريعة و عنيفة أحيانا شملت كل مناحي الحياة وبالتالي فقد ازداد الضغط على البشر وهذا أمر ملاحظ بشكل كبير في الجزائر الأمر الذي انعكس سلبا على حياة الناس ، حيث كثر الانتحار والأمراض النفسية والجسمية .

في نفس السياق يمكن للضغط النفسي أن يؤثر على صحة الفرد ، وعلى معنويات ودافعية الأشخاص ومنهم التلاميذ الذين بسبب ظروفهم غير المواتية يفقدون الدافعية إلى التعلم وإلى الإنجاز الذي من المفروض أن يتوج بالنجاح في كل الامتحانات منها البكالوريا التي تعتبر مصيرية بالنسبة للتلاميذ ولأوليائهم و للعاملين في ميدان التربية و التكوين من معلمين و مشرفين وإداريين ... ولقد بينت دراسة بلعسلة (2003) في هذا الصدد حول المعاش النفسي للتلميذ حيث أن التلميذ الهادئ والذي يتمتع بمعاش نفسي مستقر يكون نجاحه أحسن من قرينه الذي يفتقد لاستقرار نفسي (أورد في: سيد ،2009).

أوضحت أيضا دراسة " خليفات والزغول " (2003) والتي هدفت للكشف عن ظاهرة الضغط النفسي إلى أن مصادر الضغوط النفسية للمعلمين تتعلق بالمعلم والتلميذ والبناء

## الفصل الاول: تعريف وصياغة مشكل البحث

المدرسي والإدارة و أولياء أمور التلاميذ، كما أظهرت كذلك أن أكثر العوامل إثارة للضغط النفسية هي تلك المرتبطة بمتغيرات الدخل والعلاقة بالمجتمع المحلي وأولياء الأمور والأنشطة المنهجية والبناء المدرسي وعملية التدريس. وتلاميذ المرحلة الثانوية يواجهون مواقف عديدة تتمثل في مواجهة الامتحانات والعلاقات مع الزملاء والأساتذة و المنافسة من أجل النجاح، والمشكلات العاطفية والتعامل مع مقتضيات البيئة التربوية بأنظمتها وقوانينها، وهذه الضغوطات هي حصيلة للتفاعل بين المؤثرات الخارجية و استجابة الفرد ( أورد في : بوناب، 2013).

وفي هذا الإطار جاءت دراسة " تياش ويولي وبيرسون " لتشير إلى أن الأسباب العميقة للضغط النفسي اتجاه الامتحان تكمن خصوصا في الإحساس بالخوف و بالتالي يدور في أفكاره الفشل و يخاف الرسوب وتصبح نفسية مضطربة و يرى أنه غير مستعد فتتدهور حالته و لا يستقر في دراسته ، فالضغوط النفسية لها دور كبير في النجاح و التفوق، حيث أن الفرد الناجح هو القادر على العمل تحت أقصى الضغوط النفسية (أورد في: العيسوي، 1988).

وبالإضافة إلى دراسة الباحثة أوتروا وأكسي وديلماك (2002) أجرى الباحث دراسة الضغوط النفسية لدى تلاميذ الثانوي وهل تختلف باختلاف الجنس وذلك على عينة مؤلفة من 332 تلميذ وتلميذة في مجموعة من المدارس الثانوية وقد أظهرت الدراسة أن التلاميذ يواجهون

## الفصل الاول: تعريف وصياغة مشكل البحث

ضغوطات في الجوانب التالية : القلق من المستقبل والامتحانات والواجبات المنزلية .( دخان ، 2010).

دراسة فاطمة بنت علي بن ناصر (2018) بعنوان الضغوط النفسية المدركة وأساليب تعامل معها لدى تلميذات المرحلة الثانوية المتوفقات والمتأخرات دراسيا .

تهدف دراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تعاني منها تلاميذ ثانوية والكشف عن أساليب التعامل مع الضغوط النفسية ، تكونت عينة الدراسة من (315) تلميذة استخدم الباحث مقياس الضغط النفسي ،استخدمت المنهج الوصفي المقارن ، أشارت نتائج الدراسة لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجات التلميذات المتوفقات دراسيا والمتأخرات دراسيا في أساليب التعامل مع الضغوط.( أورد في: بنت علي بن ناصر، 2018).

وإذا كانت الضغوط النفسية تحتل مكانة مهمة في حياة التلاميذ بمختلف جوانبها خاصة العلمية منها فان هذا لا يعني أنها المتغير الوحيد الذي قد تتأثر به هذه الفئة بل هناك متغيرات أخرى قد لا تقل أهمية عنها، نذكر منها متغير الدافعية للإنجاز فالدافعية للإنجاز تعتبر عنصرا مهما لحدوث عملية التعلم وطرق التكيف مع العالم الخارجي ، فقد أجمع علماء النفس أن الدوافع هي محركات السلوك اليومي، إذ تحركه وتوجهه للقيام بنشاطات وممارسات جعلت موضوع الدوافع محل اهتمام المتخصصين وغير المتخصصين ، حيث لا يمكن فهم سلوك الآخرين إلا إذا فهمنا الآخرين وقدراتهم ودوافعهم التي تكون سببا

## الفصل الاول: تعريف وصياغة مشكل البحث

لهذا التوجه السلوك (أورد في : خليفة، 2000). وهذا ما توصلت إليه دراسة الباحث عبد الرحمن الهاشمي " بأن الدافعية للإنجاز الدراسي عند التلاميذ هي إيجاد الرغبة في التعلم وتحفيزهم عليه وأنها تعتمد على التلاميذ وتصميمه على تحقيق الأهداف وبلوغها وهي عملية داخلية توجه نشاط التلاميذ في بيئة الدافعية للإنجاز الدراسي(أورد في : سعد الله ودخان ) بالإضافة إلى دراسة مصطفى تركي (1988) والتي تهدف إلى تحديد معالم الدافعية للإنجاز في المجتمع الغزلي، حيث تم إلقاء الضوء على الفروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة الكويتية في الدافعية للإنجاز في موقف محايد وموقف منافسة في الثقافة العربية، وتكونت عينة الدراسة من 32 طالبا و 53 طالبة وكشفت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الدافعية للإنجاز لدى هؤلاء التلاميذ(أورد في : خليفة ، 2000).

نجد كذلك في نفس الصدد دراسة رشاد موسى، صلاح أبو ناهية (1988) بعنوان الفروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز ، شملت عينة الدراسة ( 315 ) طالبا وطالبة ( 203 طالب و 112 طالبة ) تراوحت أعمارهم من 21\_ 25 سنة بالنسبة للذكور ومن 22\_ 26 سنة بالنسبة للإناث، أسفرت نتائج الدراسة إلى أن كل العينتين متشابهة إلى حد ما مضمونها ، وربما يرجع ذلك إلى فتح أبواب التعليم لكل من الذكور والإناث ، وإتاحة الفرص التعليمية والعلمية للجنسين. (أورد في : رشاد ، أبو ناهية ، 1988).

وهذا ما توصلت إليه أيضا دراسة الباحث عبد الرحمن الهاشمي " بأن الدافعية للإنجاز الدراسي عند التلاميذ هي إيجاد الرغبة في التعلم وتحفيزهم عليه وأنها تعتمد على الطالب

## الفصل الاول: تعريف وصياغة مشكل البحث

وتصميمه على تحقيق الأهداف وبلوغها وهي عملية داخلية توجه نشاط التلاميذ في بيئة الدافعية للإنجاز الدراسي . ( أورد في : سعد الله ، دخان ، 2014).

وبالإضافة إلى دراسة الباحث علي مرعي مجمي " هدفت الدراسة إلى معرفة طبيعة دافعية الإنجاز الدراسي وقلق الاختبار في ضوء بعض المتغيرات الأكاديمية ، فقام الباحث بتطبيق مقياس دافعية الإنجاز " الحامد " سنة ( 1996 ) على عينة من الطلاب وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج من النتائج من بينها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز الدراسي بين الطلاب في التخصص العلمي و الطلاب في التخصص الأدبي ( مرعي ، 2006).

أما العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز فلم تحظ بكم وافر من الدراسات والبحوث، فضلا عن تضارب بعض نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بالعلاقة بين المتغيرين، فعند الحديث عن العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز نجد دراسات اتفقت على وجود علاقة ارتباطية، فقد بينت دراسة "علوي " (2013) أنه كلما اشتدت وارتفعت درجة الضغوط النفسية لدى للطلاب بمختلف مصادرها كلما انخفض الدافعية للإنجاز ، وكذا دراسة لخضر (2017) التي بينت وجود علاقة ارتباطية بين ادراك الضغط النفسي و الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الثانوي ، ودراسة "كريماني عويضة ( 1999 ) التي توصلت لوجود فروق لصالح الطلاب ذوي المستوى المتوسط من الضغط النفسي في الدافعية للإنجاز. ومن جهة أخرى نفت بعض الدراسات وجود هذه العلاقة الارتباطية،

## الفصل الاول: تعريف وصياغة مشكل البحث

كدراسة " سعد الله زينب و " دخان ليلي " (2014) التي توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة الماستر العاملين.

### 2\_ صياغة مشكل البحث:

على ضوء ما سبق عرضه يمكن صياغة التساؤلات التالية:

\_ هل توجد علاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية بومرداس؟

\_ هل توجد فروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس؟

\_ هل توجد فروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس؟

### 3\_ فرضيات البحث:

\_ لا توجد علاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية بومرداس.

\_ لا توجد فروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس.

\_ لا توجد فروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس .

#### 4\_ أهداف البحث:

\_ يهدف هذا البحث على التعرف إلى مدى وجود علاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية بومرداس.

\_ التعرف إلى مدى وجود فروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في الجنس .

\_ التعرف إلى مدى وجود فروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في الجنس .

#### 5\_ أهمية البحث:

تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تناولت مرحلة حساسة من مراحل التعليم ثانوي، باعتبارها مرحلة تزويد التلاميذ بالمعارف والمهارات التي تمكنهم من بناء قدرات تساعدهم على اتخاذ قرارات في حياتهم العامة لبلوغ مراتب النجاح والتفوق. كما أنها تستمد أهميتها من خلال دراستها لمشكلة نفسية وتربوية ( الضغط النفسي) التي شغلت بال الكثير من الباحثين التربويين والنفسانيين ، والتي تعتبر دخيلة على النظام التربوي لما لها من خطورة على المسار التعليمي والتربوي والعلاقات الاجتماعية بين الأفراد ، ومعرفة مدى ارتباطها بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ التعليم الثانوي. وتساهم هذه الدراسة في تقديم المساعدة في فهم

أوسع وأعمق للضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي حتى يتم تحويل الطاقة السلبية إلى طاقة إيجابية نحو التطوع وتحقيق الهدف.

### 6\_ تحديد المفاهيم الأساسية :

#### \_ الضغط النفسي :

- اصطلاحاً: المصطلح قد تناوله الأفراد والجماعات والمهنيون بمعاني مختلفة تبعاً لتخصصاتهم ومجال حياتهم الاجتماعية والمهنية فنرى الأطباء يستخدمون لفظ الضغط في إطار الميكانيزمات الفيزيولوجية، و يستخدمه المهندسون للدلالة على التحمل مثلاً و يتناوله علماء النفس للدلالة على الحالة النفسية و المزاجية الناتجة عن وجود الإنسان في حالة النفسية و المزاجية الناتجة عن وجود الإنسان في حال الضيق و الشعور بالظلم أو الاختناق، أما الإداريون فيستخدمون اللفظ كتعبير عن التحدي لنظام معين. (أورد في : الفرماوي،2009).

إجرائياً: الضغط النفسي حالة نفسية تنشأ من عدم التوازن في مطالب البيئة المحيطة التي يتعرض لها تلميذ المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا والذي يقاس بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها عند الإجابة على مقياس الضغط النفسي ( خميستي كروم ، 2005).

\_ الدافعية للإنجاز:

- اصطلاحاً: يعرفه فاروق عبد الفتاح موسى (1991) الدافع للإنجاز بأنه الرغبة في الأداء الجيد وتحقيق النجاح ، وهو هدف ذاتي ينشط السلوك ويوجهه وهذا يعتبر من سلوكات المهمة للنجاح في العمل .( بوقصارة ، 2008).
- إجرائياً: هي عملية يتم بواسطتها توجيه السلوك بغية تحقيق أهداف معينة ، والمعبر عنه بالنتيجة التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس الدافعية للإنجاز .

# الفصل الثاني

## ادبيات الموضوع

تعالج هذه الدراسة موضوع الضغط النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز، وعليه فسيتطرق هذا الفصل في القسم الأول إلى أهم المعطيات المتعلقة بالضغط النفسي، أما القسم الثاني فسيتعرض إلى الدافعية للإنجاز قصد فهمه أكثر.

### القسم الأول:

#### لمحة

#### 1\_ لمحة تاريخية عن تطور مفهوم الضغوط النفسية:

يشير الكثير من العلماء إلى أنه من الصعب جدا تحديد تاريخ مفهوم الضغوط النفسية لأنها موجودة منذ القرون القديمة، فلقد شاع مصطلح الضغط على نطاق واسع في مجالات مختلفة كالطب و الفيزياء و علم النفس و الصحة النفسية و غيرها من المجالات. بدأ الاهتمام بموضوع الضغط قديما، فكان أول من استخدم مصطلح قرحة الضغط " ulcère du stress" العالم Swan (1823) (أورد في: شريفي، 1996).

يعد الفرنسي (Bernard Claude (1865) من الأوائل الذين أعطوا تفسيراً لآثار الضغط على السلوك، إذ يرى أن ردود الأفعال الناتجة عن الضغط تهدف إلى الحفاظ على توازن الجسم، ويرى كذلك أن كل الأنظمة والأنساق الحية باختلافهم ليس لهم إلا هدف واحد وهو البقاء على وحدة شروط الحياة في المجال الداخلي و الاستقرار في المجال الداخلي، وهو

شرط الحياة الحرة و المستقلة في مواجهة محيط متغير. وابتداء من (1878) بين "Bernard Claude" أنه عندما يكون المجال الداخلي مضطربا تكون القابلية للإصابة بالمرض، فهو إذن يتبنى التصور القاضي بأن الجراثيم ليست العامل الوحيد الذي يسبب المرض ، لكن اختلال التوازن الطبيعي يؤدي إلى الهشاشة و الضعف (أورد في: بغيجة، 2006).

ثم جاء العالم "Darwin" (1872) بوصف ميكانيزمات خوف الإنسان والحيوان، ولذلك لرد الفعل أمام المواقف الصعبة (أورد في: شريقي، 1996). وفي عام (1928) جاء العالم الفيزيولوجي "Cannon Walter" الذي يعتبر أول عالم اهتم بمصطلح الضغط والتوافق الداخلي "Homéostasie" وذلك لإبراز كيف يدرك الكائن الحي الخطر في البيئة والاستجابة تكون إما الدفاع او الهروب، كما يشير "Cannon" إلى أن حدوث الضغط يؤدي إلى انعدام توازن الكائن الحي، بالتالي يستثار الجسم ويحفز بواسطة الجهاز العصبي السمبتاوي و "الغدد الصماء".

أما عام (1932) استخدام الباحث الأمريكي الفيزيولوجي "ويلتر كانون" الضغط النفسي في دراسته عن الانفعال و اعتبره اضطرابات في التوازن والانسجام البدني ينتج تحت ظروف معينة كالتعرض للبرد و نقص الأكسجين، ويوحى العمل التجريبي «لكانون» بوجود علاقة بين أحداث الحياة للضغط وما يترتب عنها من أضرار، حيث أن المنبهات المرتبطة بالاستثارة الانفعالية تسبب تقنيات في العمليات الفيزيولوجية الأساسية (أورد في: هناء

شريفى،1996). تجدر الإشارة أن بداية ظهور المصطلح كان في الفيزياء، حيث يشير إلى مفهوم الجهد "Effort" و "Tension" إلى الضغط الذي تتعرض له المعادن و قدرتها على التحول و التكيف. وبعد الباحث "Hokk" في القرن 18 يشير له بضغط الجسم الثانوي تحت تأثير قوة خارجية، وهي قوة تمكن من تشوه هذا الجسم ليس بإرجاعه إلى أصله فحسب بل بتحويله بسبب ضغطه إذا عرفت كلمة ضغط في الفيزياء لدراسة للدلالة على القوة الممارسة على مادة ما، وادخل المصطلح في مطلع القرن 19 في ميدان الفيزياء لدراسة الأجسام الصلبة لدلالة على القوة الداخلية الناشئة داخل الجسم الصلب نتيجة لقوة تهدد بالتشوه بمعنى القوة والدفع، في عام (1993) أرجع الباحث " Smith " أصل كلمة ضغط "Stress" إلى الكلمة اللاتينية "Stictus" وهي تعني: الصرامة، أما ضمناً في تدل على الشعور بالتوتر وإثارة الغضب (أورد في: عطا كريم،2014).

و بناء على ما سبق نستنتج أن مصطلح الضغط لم يظهر في القرن 20 و إنما وجوده قديماً لدى الإنسان على الأرض ويعتبر الرائد "Sele" الرائد الأول الذي استخدم مصطلح الضغط إلى اللغة العلمية استجابة لأعمال وتجارب الآخرين أمثال "سوان، كانون". (أورد في: علي بن علي،2001). كما أشار أن الضغط هو وصف للقوى الخارجية والداخلية التي تؤثر عن تنبيه أعراض سلبية مرضية (أورد في: شريفى،1996).

بعد ذلك أكد عام (1966) "Richard Lazaros" على وجود تداخل بين القلق و الضغط النفسي، و يعتبر القلق نتاج القلق (. أورد في: سميرة عبدي،2011). ومن جهة أخرى

وحسب "النابلسي وآخرون" (1991) فإن ابن سينا أول من تناول مفهوم الإجهاد بالدراسة العلمية التجريبية (أورد في: بن زروال، 2008).

يتضح مما سبق أنه بالرغم من ظهور مصطلح الضغط النفسي في القرن 20، ومن خلال تتبعه نلاحظ أنه هناك العديد من الباحثين و العلماء قد أشاروا إليه ، حيث ظهر أول مرة على يد "سوان" (1823)، ثم العالم الفرنسي (1865) " Bernard Claude " ليعطي هذا الأخير تفسير الآثار الضغط على السلوك، والباحث "والتر كانون" ليهتم بمصطلح الضغط واستخدامه في دراساته، فالمصطلح ظهر في العديد من مجالات خاصة الفيزياء.

### الضغط النفسي

#### 2- تعريف الضغط النفسي:

عرف الباحثون الضغط النفسي من زوايا مختلفة، وذلك تبعاً لتطور الأبحاث التي تناولته على مر السنين في مختلف أنحاء العالم، وطبيعة الخلفية النظرية التي ينطلق منها كل باحث . وفيما يلي بعض هذه التعريف :

يعرف « LaZarous » (1966) الضغوط النفسية بأنها نتيجة لعملية تقييمية يقيم بها الفرد مصادره الذاتية ليرى مدى كفاءتها لتلبية متطلبات البيئة أي مدى الملائمة بين متطلبات الفرد الداخلية والبيئة الخارجية (أورد في : شارف، 2007).

أما " Hans sely " فيرى أن الضغوط النفسية هي استجابة الجسم غير النوعية إزاء الأعباء البدنية أو النفسية التي يتعرض لها ( أورد في: جبالي، 2012). بينما أشار " Gordon " بأنه الاستجابات النفسية والانفعالية والفيزيولوجية للجسم اتجاه أي مطلب يتم إدراكه على أنه تهديد لرفاهية وسعادة الفرد .

وأضاف كل من شحاتة والنجار ( 2003 ) بأنه يعتبر صراع ناتج عن عوامل خارجية ضاغطة على الفرد ، سواء بكليته أو جزء منه ، ويولد لديه إحساسا بالتوتر، أو تشويه في كامل شخصيته، و حينها تزداد حدة الضغط، فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن، و يغير نمط سلوكه عما هو عليه إلى نمط جديد (أورد في: ابي إسماعيل و حمدين، 2018).

أما هارون توفيق الرشيد فيشير إلى ان الضغوط تشير إلى تلك القوى و المؤثرات التي توجد في المجال البيئي و الاجتماعي و النفسي، أما كلمة الضغط فتعبر عن الحادث ذاته، أي وقوع الضغط بفاعلية الضواغط التي يعبر عنها في الشعور بالادعاء و الانتهاك ( أورد في: الرشيد، 1999).

أشار " عبد الستار إبراهيم(1998) في تعريفه إلى أن الضغط النفسي هو تغير داخلي أو خارجي من شأنه ان يؤدي إلى استجابة انفعالية حادة و مستمرة، و تمثل الأحداث الخارجية بما فيها العمل و الصراعات الأسرية ضغوطا في ذلك، مثل: الأحداث الداخلية أو التغيرات

العضوية كالإصابة بالمرض او الارق او التغيرات الهرمونية الدورية (أورد في: جبالي،2012).

ويعرف معجم علم النفس والتحليل النفسي الضغوط النفسية بأنها " وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو على جزء منه وبدرجة توجد لديه إحساسا بالتوتر، وحينما تزداد حدتها قد يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه إلى نمط جديد ولها آثار على الجهاز البدني والنفسي للفرد " (أورد في : شقير، 1998).

### 3\_ أنواع الضغط النفسي:

من الواضح أن للضغط النفسي آثار سلبية وإيجابية باعتباره عملية للاستجابة ويمكن تصنيفه إلى الأنواع التالية:

3\_1\_ الضغوط الإيجابية : وهذه الضغوط تدفع للإنجاز، وتنتمي الثقة بالنفس وتدفع الأفراد إلى سرعة انجاز الأعمال ، ويكونوا ومثابرين عقليا وجسميا .

3\_2\_ الضغوط السلبية: ويقصد بها الضغوط التي تنطوي على أحداث سلبية مهددة ومؤذية للفرد (أورد في : تامر وسمران، 2014) .

3\_3\_ الضغط النفسي المزمن: هو نتيجة لأحداث منهكة تتراكم مع الزمن بشكل سلسلة من الضغوط المتراكمة.

3\_4 \_ الضغط ما بعد الصدمة: هو من أخطر أنواع الضغط النفسي يشعر به الشخص بعد مروره بصدمة قوية وعنيفة ( أورد في : عصفور غدي، 2012).

3\_5 \_ الضغوط الخارجية: وهي الصعوبة في التعامل مع المحيط الاجتماعي وعدم القدرة على مواجهة المشكلات وتحمل الصدمات.

3\_6 \_ الضغوط الداخلية: وهي التهيء النفسي (الاستعداد) لقبول المرض أو ضعف المقاومة الشخصية ( أورد في : العبد، 2013 ).

#### 4\_ مراحل حدوث الضغوط النفسية النفسي:

يعتبر " هانز سيللي " من أوائل من تحدثوا عن الضغوط النفسية حيث بين أن التعرض المستمر للضغط النفسي يؤدي إلى حدوث اضطرابات في أنحاء الجسم المختلفة مما يؤدي إلى ظهور الأعراض الذي أطلق عليها إسم زملة أعراض التكيف العام وهذه الزملة تحدث من خلال ثلاث مراحل هي: ( أورد في : ، الدواسية، 2013)

#### 4\_1 \_ مرحلة الإنذار أو التنبيه : " Alarm phase "

تحدث عند إدراك الخطر بالحواس تتطلق منها إشارات عصبية إلى الدماغ والتحديد إلى الغدة النخامية " Pituitary Gland " ، وهذا بدوره يرسل رسائل عصبية وكيميائية للأجهزة المعنية في الجسم ، حيث يعزز هرمون لأدرينالين ويزداد التنفس، كما ترتفع نسبة

السكر والدهون في الدورة الدموية ، وتشد العضلات لتهيأ الجسم لعملية المواجهة ، وتعرف هذه التغيرات بالاستثارة العامة ( أورد في : عسكر ، 2009).

### 4\_2\_مرحلة المقاومة " Resistance phase":

تعمل العضوية على مقاومة التهديد وكلما زادت حالة الضغط انتقل الفرد إلى مرحلة المقاومة وفيها يشعر الفرد بالقلق والتوتر، مما يشير إلى مقاومة الفرد للضغط وقد يترتب على هذه المقاومة وقوع حوادث وضعف القرارات المتخذة والمعرضة للأمراض خلال هذه المرحلة وذلك لأن الفرد لا يستطيع أن يسيطر على موقف بإحكام ( أورد في: العبودي، 2008).

### 4\_3مرحلة الاستنزاف أو الإجهاد " Exhaustion phase":

تظهر هذه المرحلة إذا لم يستطيع الفرد التغلب على مسببات الضغط واستمر يعاني منها فترة طويلة، فإن طاقة الجسم على التكيف تصبح منهكة ومجهددة وتضعف وسائل الدفاع والمقاومة ويتعرض الفرد للأمراض والضغط وارتفاع للضغط الدم والقرحة والأزمات القلبية، وتعتبر هذه المرحلة حادة وخطيرة وتشكل تهديدا لكل من الفرد والمنظمة ، فعقل الإنسان وجيم الإنسان له حدود للتحمل والمقاومة، وكلما زاد معدل تكرار الإنذارات والمقاومة أصبح الفرد أكثر إرهاق في عمله وحياته ( أورد في : عويد والعنزي ، 2019).

مما سبق نلاحظ أن إصابة الفرد بالضغوط النفسية حسب هانز سيللي تمر بثلاث مراحل الأولى مرحلة الإنذار والتنبيه فيها يتم إدراك الحواس بالخطر وتحدث عملية الإدراك على مستوى الدماغ بإرسال رسالة عصبية له لتنبه بالخطر ، ثم مرحلة المقاومة يكون فيها الفرد جاهزا لمقاومة مصدر الضغط النفسي وبالتالي يكون عرضة للضغط آخر ، أما المرحلة الأخيرة متمثلة في مرحلة الإجهاد وهي مرحلة يصل فيها الفرد عدم القدرة على المواجهة وبالتالي تشكل خطرا عليه .

#### 5\_ النظريات المفسرة للضغط النفسي:

اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغط النفسي تبعا لاختلاف الأطر التي تبنتها وانطلقت منها .

#### 5\_1\_ النظرية السلوكية والمعرفية :

يرى أصحاب هذه الاتجاه أن حالة الضغط أو الاجتهاد يرجع إلى افتقار الفرد لنموذج معرفي مناسب، فالضغط لا يتوقف على الموقف الخارجي بقدر ما يتوقف على الاستجابة المعرفية وتوقعات الفرد ، حيث اكدوا على أن إدراك الفرد للعناصر الموجودة في المجال أي يوجه فيه وكذلك ادراكه للعلاقات التي تربط بين عناصر وأجزاء المجال ، من شأنه أن يؤدي بالفرد إلى إعادة تنظيم المجال في صورة جديدة وهذه الصورة هي ما يفسرها أصحاب النظرية ب " التعلم الذي ينشأ عن عملية الاستبصار" و الذي يتضمن عمليتين من أهم

العمليات العقلية التي يمارسها الفرد في موقف التعلم وإدراك العلاقات ( أورد في : الشرقاوي،2012).

## 5\_2\_ نظرية Lazarus

يعتبر « Lazarus » أول من قدم وجهة النظر المعرفية النفسية للضغط حيث عرف الضغط بالشيء الذي يقيمه الفرد بأنه ضار أو مهدد ، ولقد أسس نموذجاً للتقييم المعرفي حيث تقييم الأحداث الضاغطة وفق مرحلتين:

**مرحلة التقييم الأولي :** يقصد به تقييم الفرد للحدث هل هو سلوك إيجابي أم عادي فإذا أدرك الفرد بأنه سلبي يقوم بتقييمه هل هو ضار أو تحدي.

**مرحلة التقييم الثانوي:** يقصد به تقييم الفرد لإمكاناته الشخصية والمادية والاجتماعية لمواجهة الحدث الذي قيمه كحدث ضاغط ، وما إذا كانت كافية لمواجهة الأذى والتهديد.

## 5\_3\_ نظرية فرويد :

يرى فرويد أن الأنا يعمل على حفظ الذات من العوامل والمثيرات الداخلية والخارجية المهددة له إما بالهروب منها أو التكيف معها ، فالزيادة في الضغط النفسي تولد الإحساس بالألم وانخفاضه يؤدي إلى الإحساس باللذة . فحسب التحليل النفسي ينظر للضغط من منظور نفسي داخلي ، حيث يؤكد على أهمية ودور العمليات اللاشعورية وميكانيزمات الدفاع في تحديد السلوك السوي واللاسوي للفرد، فالصراع بين مكونات الجهاز النفسي

الثلاث (الأنا ، الأنا الأعلى ، الهو ) وعدم القدرة على تحقيق التوازن بين متطلبات ( الهو ) ومتطلبات الواقع ينتج عن هذا الضغط ( أورد في: صحراوي و عبايدة ، 2016).

### 5\_4\_ نظرية موراي :

يعتبر "موراي" أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن كلاهما يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة ، يعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي أو لشخص ، تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين ويميز "موراي" بين نوعين من الضغوط هما :

**ضغط بيتا BETA STRESS**: ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

**ضغط ألفا ALPH STRESS** : ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالاتها كما هي.

ويوضح "موراي" أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها ، ويطلق على هذا المفهوم " تكامل الحاجة " ، إما عندما يحدث التفاعل بين الحافز والضغط والحاجة الناشطة ، فهذا يعبر عنه مفهوم " ألفا".

## 6\_ العوامل المسؤولة عن حدوث الضغوط النفسية :

6\_1\_ العوامل الشخصية: والتي تميز الفرد عن غيره من الأفراد مثل تكوينه الشخصي والخصائص التي يتمتع به، وقدرته ومهارته والدوافع التي تحركه وأنماط السلوك التي يمارسها وهنا نجد الأفراد يتشابهون ويختلفون فهناك الأفراد التي ترتفع درجات طموحهم وتتنوع دوافعهم وهناك العكس ولاشك أن كل الفريقين يختلان في درجة التعرض للضغوط كما أن استجابة فريق كل منهما تختلف عن الآخر وكذلك تختلف الآثار التي تتركها الضغوط على كل واحد منهما.

6\_2\_ العوامل النفسية : تنشأ من تفاعل الفرد مع بيئته ومواقف معينة ، وتؤثر فيها عوامل داخلية وخارجية مثل، المخاوف، والأخطار، خاصة ما يهدد الحياة منها الوحدة والإرهاق الفكري.

6\_3\_ العوامل والاجتماعية وهنا نمد بصرنا الى الخارج محيط العمل و تدخل المجتمع الكبير فنجد فيه مجموعة كبيرة من العناصر التي تؤثر على الافراد والدرجات التي يتعرضون لها من الضغوط و استجاباتهم لها. وهذه العناصر في الظروف الاقتصادية السائدة، والأعباء العائلية التي يلتزم بها الافراد وتكاليف المعيشة (أورد في: حسن عبدالله ، 2009).

6\_4\_العوامل الأسرية:

**نمط الاسرة المنغلق:** تتسم العلاقة بين التلاميذ وأفراد اسرته في هذا النمط بالعمق والحساسية الشديدين على نحو يختلف مما يحدث في أي نسق آخر فالأسرة تعد الجماعة الأولية التي تنمو في أحضانها شخصية الفرد في سنوات حياته الباكرة وكذلك الحماسة ولذلك فهو بحاجة إلى درجة أكبر من الحرية اختيار الأصدقاء ، وكثير ما يتحدى هؤلاء قيم الاسرة وعاداتها وأعرافها، ويصرون على أن يعاملون كأنداد وبالتالي يختل توازن الاسرة ويتسبب في نشؤ خلافات وضغوط نفسية لديه، فيصف جولندبرج (1991) أحد الأنماط الأسرية المنغلقة بأنها أنساق هدر للطاقة، فهي تتجه إلى الاختلال الوظيفي، حيث غالبا ما تميل هذه الأسر إلى التمسك بالتقاليد على نحو جامد وتتجنب التغيير، وقد تواجه علاقات الوالدين بأبنائهم مشاكل بسبب الصراع الثقافي، وهي لا تسمح لأفرادها بالتعبير عن آرائهم بحرية ، كما أنه ليس كل المواضيع عرضه للنقاش (أورد في: كفاي ،1999).

**المعاملة الوالدية السيئة اتجاه الأبناء:** إن الإهمال من طرف الوالدين أو إحداهما والمعبر عنه بالرفض أو بتفضيل أحد الأبناء عن الآخرين ، أو المعبر عنه بالنقد المستمر وإهمال التام يشكل أحد الأسباب المؤدية للضغط النفسي، كما أن فرض الآراء على الابن أو الحماية الزائدة، أو عدم تلبية حاجاته يشكل مصدرا رئيسيا للضغوط النفسية ( أورد في: عوض، 1999).

يعتمد الوالدين أو إحداهما على أسلوب بث القلق والشعور بالذنب، حيث يدرك الابن أنهما يتعبان في تربيته مختلف الأساليب التي تثير ضيفه وألمه غير العقاب البدني، وتثير لديه هذه الأساليب مشاعر النقص وتحط قدره، كالتأنيب والتوبيخ واللوم، وإجراء المقارنات في غير صالح الابن، كما يتضمن هذا الأسلوب كذلك الابتزاز العاطفي لإجباره على طاعتهما. ويؤدي غياب الحوار والمناقشة داخل الأسرة إلى عدم التفاهم والتقارب بين أفرادها ، كما يؤدي إلى حدوث صراعات ، مما يؤثر على نفسية الفرد وسلوكه، ويجعله يعيش تحت وطأة الضغوط النفسية.

يمكن اعتبار السلطة الوالدية إحدى أسباب الضغوط النفسية ، ويمكن أن تظهر في

مجموعتين :

**مجموعة الأولى :** تتمثل في أساليب القمع النفسي : الازدراء، الاحتقار ، السخرية ، وكذلك أساليب التخويف والحرمان .

**مجموعة الثانية :** وتتمثل في الأساليب العقاب البدني : كالضرب ، الحرمان ، السجن والمنع .

ومن بين مظاهر السلطة الوالدية نجد منع الابن من حقه في مقابلة ورفقة أفراد من جنسه

أو من جنس آخر ، وهذا النمط التسلطي في التربية يخلق أبناء غير مسئولين ولا يحبون

الانضباط في العمل، وبالتالي ترتفع نسبة الضغوط النفسية لدى الابن المطبقة عليه هذه السلطة ( أورد في : الهاشمي الشافعي ، 2015).

\_ **الطلاق أو الوفاة** : يشير " زيل وزملائه " أن الأطفال من أمهات مطلقات حصلن على درجة أدنى بشكل متسق في مؤشرات السلوك التكيفي ، وهم أكثر عرضة لأمراض النفسية.

\_ **نقص الإمكانيات الاقتصادية**: فزيادة البطالة تعد مصدرا للضغط ، وهو ما يجعل هؤلاء محبطين وغاضبين عن المجتمع ( أورد في : فايد ، 2005).

#### 6\_5\_ العوامل المدرسية :

\_ **المناخ المدرسي**: أو نظام التربوي السائدة في المدرسة والمتضمن جملة الخصائص المادية والنفسية والاجتماعية التي تسود كل مدرسة، وفقا للثقافة التي تنتهجها وتميزها عن باقي المؤسسات التعليمية. ويعتبر نظام الإداري السلطوي الذي يركز على الشرعية القانونية ويتصف بالروتين والرسمية ، والأوامر والنواهي والقاعدة الثابتة، حيث يصبح تركيز المؤسسة على الجانب المادي أكثر من الجانب الإنساني، أحد أسباب الضغوط النفسية لدى التلاميذ (أورد في : صولي، 2014).

\_ **العجز المادي في المؤسسة العلمية**: وهو ما يجعلها تنشط في حدود إمكانيتها ، وبالتالي لا تستجيب لأهدافها الكبيرة. (أورد في: الهاشمي و الشافعي ،2015). وتعد حجرات الدراسة خاصة إذا كانت غير مناسبة مصدر للشعور بالضيق والملل لدى تلاميذ وبالتالي الضغوط

النفسية، حيث تؤكد "Rohe &Nuffer" أن زيادة عدد تلاميذ في الفصول الدراسية، أدى إلى تناقص السلوك التعاوني وزيادة العدوان، في حين يؤكد Glass(1986) أن الفصول الأصغر تؤدي إلى بيئات تعليمية بكل المقاييس (أورد في : صولي، 2014).

**\_العلاقة بين المعلم والتلميذ:** تعد عاملا مهم من عوامل الضغط النفسي، خاصة إذا كان ينتابها النزاع (أورد في : صفوت، 2008).

**\_جماعة الرفاق:** تعد حسب Coleman (1995) مصدرا لسلسلة واسعة من الصراعات وراء القيم والمثل (أورد في: فايد، 2005). إن التلميذ يبحث عن تحقيق اتصاله بالآخرين من خلال الدخول إلى جماعة الأقران، وحصوله على تقبلها ورضاها، وتجنب الانتقادات من جانب رفاقه وأقرانه وأصدقائه، وشعوره بعدم التقبل في جماعة الأقران يشعره بصدمة أليمة، فيحاول بكل السبل أن يغير من هذا الوضع، وهذا ما يجعله يعيش في ضغط مستمر (أورد في: كفافي، 1999).

**\_التوزيع الزمني للبرنامج المدرسي:** يؤكد الباحث "Francois Testu" على تأثير الجداول المدرسية على التلميذ، إذا يقر أن كثافة الحجم الساعي لليوم الدراسي يفقد التلميذ تركيزه داخل القسم، كما أثبتت دراسة الباحثة "Nadia Rousseau" أن توزيع الحصص الدراسية لا يتماشى مع متطلبات و قدرات التلميذ، إذا توزع المواد حسب الحجم الساعي

الواجب إنهاؤه خلال العام الدراسي، محترمين في ذلك متطلبات الأساتذة و الإدارة، وليس قدرات التلاميذ ومتطلباته.

**صعوبة المواد التعليمية:** تؤكد الباحثة "Cécile Delannoy" أن البرامج التقليدية لا تراعي متطلبات التلاميذ، وعليه تلعب طبيعة المادة الدراسية دورا أساسيا في إنماء درجة الإثارة عند المتعلم، فصعوبة المواد التعليمية أو قدمها، أو عدم استجابتها لمتطلبات المتعلم تولد لديهم حكما سلبيا اتجاه المادة، وقد يكون هذا الاتجاه سببا في خلق الضغوط النفسية لدى التلميذ.

**6\_6\_العوامل الثقافية:** وهي الانفتاح على الثقافات الهدامة، دون مراعاة الأطر الثقافية والاجتماعية القائمة في المجتمع، كما يمكن ان يكون سوء التكيف مع السياق الثقافي الجديد، مصدرا لحدوث الضغط، كصعوبة التأقلم مع اللغة، العادات والتقاليد.

**6\_7\_العوامل البيئية:** يمكن أن تكون سببا من أسباب حدوث الضغط مثل: الغلاف الجوي ودرجة الحرارة و البرودة ،الضجيج والأضواء ، كما يمكن ان تكون الأماكن الضيقة عاملا من عوامل حدوث الضغط النفسي(أورد في: عبدي ،2011).

مما سبق نلاحظ أن العوامل المؤثر في الضغط النفسي تعددت فهناك عوامل شخصية نفسية اجتماعية وهناك عوامل أسرية كذلك العوامل المدرسية وتضم المناخ المدرسي والرفاق و العلاقات التي تربط بين التلاميذ مع مختلف الجهات المؤسسة والتوزيع المدرسي كلها

عوامل تساهم في الضغط النفسي لدى التلميذ، كذلك العوامل الثقافية كسوء التأقلم مع ما هو جديد في المجتمع، العوامل البيئية والتي قد تكون سبب في حدوث الضغط النفسي.

### 7\_ مصادر الضغط النفسي :

يقصد بها الظروف والعوامل التي تؤدي إلى التوتر والضييق لدى الفرد ومن بين الأوائل الذين تحدثوا عن مصادر الضغوط النفسية في العمل ( Krach et 1984 ) Grutshfiled حيث يرى كل منهما أن الحاجات الشخصية للعاملين تحبطهم ظروف الوظيفة وأنظمتها ( أورد في : الشخانية، 2010).

يمكن تقسيم مصادر الضغوط النفسية إلى قسمين:

### 7\_1\_ مصادر خارجية للضغط النفسي:

**\_الضغوط الأسرية:** وتتمثل في الصراعات العائلية، كثرة الشجارات، تغير مفاجئ في العائلة كوفاة أحد الوالدين أو الإخوة أو ميلاد طفل جديد ، طلاق الوالدين أو عدم تفاهم أو علاقة صراعية...

**\_الضغوط الاجتماعية:** وتشمل العزلة، الصراع بين التقبل الاجتماعي من جهة و الحاجة للتأكد الذات، الانحرافات السلوكية، خبرات الإساءة الجسمية والجنسية، صراع بين الدوافع الجنسية و بين التعاليم التقاليد الاجتماعية، الصراعات بين المبادئ التي تعلنها المراهق

ونشأ عليها وبين الممارسات الاجتماعية، الصراع الناجم عن الحاجة لتحقيق الذات وتحقيق المستقبل.

**\_الضغوط الاقتصادية :** تتمثل في سوء الوضعية الاقتصادية أو المالية للعائلة ، ضيق السكن أو السكن في أحياء شعبية مكتظة ، الفقر ، التفاوت لطبقي مما تنتج عنه صراعات جمة...

**\_ ضغوط المتغيرات الطبيعية:** الكوارث ، الزلزال، البراكين ، الصواعق ، الأعاصير...

**\_الضغوط الصحية:** الصداع ، مرض مزمن لأحد الوالدين (عقليا أو جسمي)، إدمان، أمراض القلب صعوبات في النوم ، اختلال النظام الغذائي...

**\_ضغوط مهنية:** الخلافات مع زملاء العمل ، كثرة التشريعات والقوانين، عدم الرضا الوظيفي ، قلة الأجر، صراع داخل المؤسسة...

**\_ضغوط سياسية:** عدم الرضا عن الأنظمة أو النظام السائد، الحكم الاستبدادي، الصراعات السياسية بمختلف أشكالها القائمة المجتمع ، صراعات أيديولوجيات...

**\_ضغوط الثقافية:** وتتمثل في استراد الثقافات المخالفة لقيم و معايير المجتمع، استخدام استخدام أساليب ثقافية لمورثات ثقافية غريبة عن أصالة المجتمع...

**\_الضغوط الكيميائية :** كإساءة في استخدام العقاقير ، الكحول و أنواعه ، الكافيين...

\_ الضغوط الانفعالية: الصراعات ، الإحباط ، القلق ، المخاوف المرضية ، الاكتئاب ( أورد في : الهاشمي ، 2006).

\_ الضغوط على مستوى الدراسي والعلائقي : يعتبر مجال الدراسة بما يتضمنه من علاقات وخبرات ومواقف جديدة تستدعي من المراهق البحث عن تكيفه يعتبر أحد المجالات المهمة عند الحديث عن الضغوط لدى المراهقين ، ذلك أن الوقت الذي يقضيه المراهقون داخل المؤسسات الدراسية وأنماط العلاقات التي تنشأ داخلها وكذا طبيعة المطالب الدراسية ومدى تكيف المراهق معها كلها عوامل تلعب دورا في نشأة الضغوط النفسية غير أنه من الواجب هنا التذكير بأن الضغط النفسي نوعين : إيجابي مقبول يسمح بتنشيط الفرد وزيادة دافعيته للإنجاز وتحفيز طاقاته والنوع الثاني هو الضغط السلبي الذي يعرقل طاقات التكيف لدى الفرد خاصة عندما يكون مجهول المصدر. ففي بعض الحالات يكون الضغط مفيدا مقبولا كحالة التقدم لامتحان أو إنجاز واجب ما أو دخول منافسة رياضية، لكن استمرار الضغط والتوتر بعد زوال الموقف أو اعتبار مواقف معينة على أنها مهددة لذات الفرد يطرح مشكلة ومن هذه العوامل نذكر:

\_تغير المؤسسة الدراسية وما يصاحبها من تغيير على مستوى العلاقات الاجتماعية.

\_صعوبات تواجه المراهق خلال مشواره الدراسي لتحقيق أهدافه واستغلال طاقاته الفكرية.

ضغوط الأقران : من خلال علاقة المراهق بجماعة الرفاق التي تكون ذات أهمية بالغة في هذه المرحلة، حيث تترك عوامل مثل التقبل والرفض آثار على المراهق .. (أورد في : ساعد، 2010).

## 7\_2\_ المصادر الداخلية للضغط النفسي:

الطموح المبالغ فيه.

الأعضاء الحيوية والتهيج النفسي (الاستعداد) لقبول المرض.

ضعف المقاومة الداخلية للفرد.

شخصية الفرد.

ويرى "Carbariano" أن الاضطهاد النفسي هو أشد مصادر الضغط النفسي تأثيرا لدى الأفراد لأنه يتضمن أمور سلبية على الحياة النفسية : هي الرفض والتقييم السلبي مما يؤدي إلى تقييم سلبي للذات التجاهل ، التعجيز الذي يحدث عبر مطالب غير ثابتة أو صعوبة الإنجاز ، العزل الذي يعني منع الفرد من الاتصال بالآخرين وكذلك الإفساد ويحدث عند اشتراك الفرد في أعمال غير اجتماعية تسبب له إرهاقا نفسيا ( أورد في : ساعد، 2010).

مما سبق يتضح أن مصادر الضغط النفسي تتوعت حيث حدد الباحث (1984) Grutshfield et krech بالمصادر الداخلية والخارجية فالأولى تمثلت في ضغوط الأسرية، الاجتماعية الاقتصادية، المتغيرات الطبيعية والصحية المهنية، الصحية الثقافية، السياسية والكيميائية، دون أن ننسى الضغوط الدراسية العلائقية وهي تنشأ داخل المؤسسات الدراسية وتكون لدى المراهق خاصة، أما المصادر الداخلية فحددت نفسيا بمدى تقبل المرض والطموح والمقاومة وشخصية الفرد، في حين اعتبر "Carbariano" أن الاضطهاد النفسي مصدرا للضغط.

## 8\_ استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي:

8\_1\_ تغيير أسلوب الحياة : تعتبر مواجهة الضغط النفسي من أهم طرق التعامل مع الضغوط النفسية ،وهناك العديد من الأساليب والأنشطة التي تساعد في التخفيف من التوتر الداخلي والتخلص من آثار الضغوط النفسية على الفرد منها ( القيام بنشاط بدني، الاستماع للموسيقى ، الصلاة والقرآن، الحصول على قسط كاف من النوم ، التخلص من مسببات التوتر ).

8\_2\_ الضحك: "سيغموند فرويد " فمن وجهة النظر النفسية يفسر الضحك على أنه مثل اللهو يقوم على مبدأ اللذة بحيث أن الإنسان بطبيعته يجنح للمواقف التي تؤدي إلى حصوله

على اللذة ، لأن الضحك يتضمن إنكار الواقع وتحررا منه، وهو استجابة سوية وصحية للتخلص من ضغوط الواقع الخارجي ( أورد في: الشريبي ، 2003).

### 8\_3\_ الإسترخاء : يتمثل دور الاسترخاء في إيقاف كل التقلصات العضلية المصاحبة

للتوتر للوصول بالفرد إلى حالة من الهدوء والصحة النفسية.

### 8\_4\_ الدعم الاجتماعي: أو ما يعرف " بالمساندة الاجتماعية " وهي الحصول على

المعلومات من الأشخاص الذين شعر الفرد نحوهم بالحب والاهتمام والاحترام ويمتلكون جزء

من دائرة علاقاته الاجتماعية ويرتبط معهم بمجموعة من الالتزامات المتبادلة (الأقرباء)

( أورد في : الشبلي، 2008).

## القسم الثاني:

### الدافعية للإنجاز

#### 1\_ لمحة تاريخية عن تطور الدافعية للإنجاز :

يرجع مصطلح الدافعية للإنجاز في علم النفس من الناحية التاريخية إلى "أدлер" الذي أشار إلى أن الحاجة إلى الإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة، و كما عرض "كورت ليفين" هذا المصطلح في ضوء تناوله لمفهوم الطموح و ذلك من قبل استخدام "موراي" لمصطلح الدافعية للإنجاز، و هو أول ومن قدم مفهوم الحاجة لإنجاز بشكل دقيق بوصفه مكونا مهما من المكونات الشخصية (أورد في: الخليفة،2000).

شهد مفهوم الدافعية للإنجاز في الانتشار منذ بداية الخمسينات من خلال الأبحاث الكثيرة التي قام بها كل من "ماكلياند و "أنتكنسون" و عدد كبير من الدارسين منذ 1953، حيث أكمل كلا من "ماكلياندا" و زملائه خطى "موراي" لاستكمال و مواصلة البحوث الميدانية في هذا المجال من خلال الاستعانة ببعض الاختبارات الإسقاطية مثل اختبار تفهم الموضوع (TAT). وقدموا نظرية لتفسير الدافعية لإنجاز تعد من أوائل النظريات التي قدمت في هذا الشأن (أورد في : الخليفة،2000).

تمثل دافعية الإنجاز احد الجوانب المهمة في نظام الدوافع الإنسانية، و قد برزت في السنوات الأخيرة كأحد المعالم المميزة للدراسة و البحث في ديناميات الشخصية و السلوك. (أورد في: الشندودي،2014).

مما سبق نستنتج أن تطور الدافعية للإنجاز مر على عدة من الباحثين، اعتبر "موري" أول من قدم الدوافع للإنجاز كمصطلح ظهر بشكل دقيق ثم بدأ في الانتشار في الخمسينات على يد كل من "ماكيلاند و "أتكنسون" و بعض من الدارسين، و مواصلة البحث إلى غاية ظهور اختيارات و نظريات و تفسر الدافع للإنجاز، فأصبح من المعالم البحث في شخصية و السلوك لدى الإنسان.

### 2\_ تعريف الدافعية للإنجاز:

هناك عدد كبير من تعاريف للدافعية للإنجاز نذكر جملة منها:

**تعريف ماكيلاند:** هو تكوين افتراضي يعني الشعور المرتبط بالأداء التقييمي حيث المنافسة لبلوغ معايير الإمتياز ، وأن هذا الشعور يعكس مكونين أساسيين هما الرغبة في النجاح ، والخوف من الفشل ، خلال سعي الفرد لبذل أقصى جهده وكفاحه من أجل النجاح وبلوغ الأفضل ، والتفوق على الآخرين (أورد في : صوشي، 2007) .

بينما يرى جون أتكنسون أنه مركب ثلاثي من قوة الدافعية ومدى احتمالية نجاح الفرد والباعث ذاته بما يمثله من قيمة بالنسبة له (أورد في : كادي، 2016). أما " موري "

فقد وصفها بالمكون المهم والأساسي من مكونات الشخصية ، وأنها الرغبة أو الميل الفرد إلى التغلب على العقبات، وممارسة الفرد والكفاح أو المجاهدة لأداء المهام الصعبة بشكل جيد وبسرعة قدر الإمكان ( أورد في : معمريّة، 2012).

ومن جهة أخرى عرفها " رجاء محمود أبو علام " : عرفها بأنها حالة داخلية ترتبط بمشاعر الفرد وتوجه نشاطه نحو التخطيط للعمل وتنفيذ هذا التخطيط بما يحقق مستوى محدد من التفوق يؤمن ويعتقد به ( أورد في : أبو علام، 2006).

يشير " محمود عبد القادر " (1977): بأنها تكوين فرضي يتضمن الشعور أو الوجدان المتعلق بالأداء التقييمي لبلوغ معايير الإمتياز وهي محصلة ثلاث عوامل هي الطموح العام والمثابرة على بذل الجهد ، التحمل من أجل الوصول هدف بجانب بعض المتغيرات الأخرى التي تختلف تبعا للسن والمستوى التعليمي ( أورد في : مختار عبد العزيز ، 1999).

من خلال ما سبق يمكن تعريف الدافعية للإنجاز على أنه مجموعات من المحركات والمثيرات التي تكون في شخصية الفرد والتي تحركه وتدفعه نحو تحقيق هدف معين وبلوغ التفوق والنجاح وتجنب الفشل .

### 3\_ أهمية الدافعية للإنجاز:

يعبر عن رغبة الفرد في القيام بالأعمال الصعبة و مدى قدرته على تناول الأفكار والأشياء بطريقة منظمة و موضوعية.

-تلعب الدوافع دورا مهما في ميدان التوجه و العلاج النفسي لما لها أهمية في تفسير استجابات الأفراد و أنماط سلوكهم.

-جعل الفرد على تغير تصرفات الآخرين، و عمل أشياء بسرعة وبقدر كبير من الاستقلالية مع تحقيق مستوى مرتفع من التفوق على الذات والرقى بها، وكذلك منافسة الآخرين بجدارة وتحقيق الفوز عليهم (أورد في: قطامي، 1992).

ذكر " الزغبى"(2005) على أن أهميتها تتبع من كونها من الوجهة التربوية هدفا تربويا في حد ذاتها، فاستثارة دافعية المتعلمين وتوجيهها، وتوليد اهتمامات معينة لديهم تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية وعاطفية وحركية خارج نطاق العمل المدرسي وفي حياتهم المستقبلية، وتعتبر من الأهداف التربوية الهامة التي ينشدها أي نظام تربوي.

كما تعتبر أيضا وسيلة يمكن استخدامها في سبيل إنجاز الأهداف التعليمية على نحو الأفعال، و لذلك من خلال اعتبارها احد عوامل المحددة لقدرات الطالب على التحصيل، لارتباطها بميول الطالب فهي توجه انتباهه إلى بعض النشاطات دون الأخرى، و هي على علاقة وبحاجات، فتجعل من بعض المثيرات معززات تؤثر في سلوكه و تحت على المثابرة والعمل بشكل نشط وفعال.

يتفق علماء النفس وفق ناجي جواد (2010) على أهمية دور الدافعية في تحريك وتوجيه السلوك الإنساني بصفة عامة، و في التعلم و الإنجاز بصفة خاصة، وتؤثر الدوافع

على عمليات الإدراك و الانتباه و التخيل و التذكر والتفكير، فهي بدورها ترتبط بالتعلم والإنجاز و تؤثر فيه و تتأثر به. بمعنى أن دافعية الإنجاز تساهم في تحريك وتوجيه سلوك الإنسان و دفع التلميذ إلى عمل الأشياء بسرعة مع تحقيق مستوى مرتفع من النجاح والتفوق، مع منافسة الآخرين بجدارة و تحقيق الفوز.

### 4\_ أنواع الدافعية لإنجاز.

ميز " Verov " نوعين من الدافعية للإنجاز هما:

#### 4\_1\_ دافعية الإنجاز الاجتماعية :

ويقصد بها تطبيق معايير التفوق التي تعتمد على المقارنة الاجتماعية أي مقارنة أداء الفرد بالآخرين.

#### 4\_2\_ دافعية الإنجاز الذاتية :

تعتبر تطبيق للمعايير الداخلية أو الشخصية في مواقف الإنجاز. ويمكن أن يعمل هذين النوعين في نفس الموقف ولكن قوتها تختلف وفقا لايهما اكثر سيادة في المواقف،

فإذا كانت الدافعية لإنجاز الذاتية لها وزن أكبر و سيطرة في المواقف فإنه غالباً ما تتبعها دافعية الإنجاز الاجتماعي و العكس صحيح (أورد في: خليفة، 2000).

### 5-العوامل المؤثرة في الدافعية لإنجاز:

يتوقع أن الأشخاص الذين لديهم مستوى الدافعية للإنجاز مرتفع يكون ادراكهم للأشياء التي يؤديونها أو التي يطمحون إليها واضحة و ذلك مقارنة بالأشخاص الذين لديهم دافعية الإنجاز منخفض و ذلك راجع إلى تدخل عدة عوامل و هي كالتالي:

#### 5-1-عوامل شخصية:

#### \_ متغيرات نفسية عقلية:

#### 1-1-تقدير الذات:

يعتبر مفهوم الفرد و ما مدى اعتقاده و ثقته و استعداداته و قدراته و هو ما يطلق عليه تقدير الذات التي تعتبر احد العوامل الهامة التي تؤثر على سلوك إنجاز الفرد حيث الاختبار، المثابرة أو نوعية الأداء فالفرد الذي لديه تقدير ذات إيجابي لأداء يتوقع أن يؤيده بقدر كبير من الحماس و المثابرة و الثقة بالنفس، أما إذا كانت قدراته لتسمح له بأداء ذلك فهذا يؤثر سلباً على سلوكه الإنجازي.

1-2- الحاجة و الاستعداد لإنجاز:

يمكن أن يتميز السلوك الإنجازي للفرد حسب غباوي (2008) بدرجة عالية نحو مواقف معينة مقارنة بمواقف أخرى و يتوقف ذلك على قيمة الحافز الذي يحصل عليه في ضوء احتمال النجاح أو الفشل و مستوى الحاجة إلى الإنجاز يمكن أن يؤثر في سلوك الفرد، حيث تحمل المبادرة و الإقبال عليها و تطوير الأداء.

1-3- الدافع للإنجاز و السن:

توصل "الباحث" قبروف" إلى وجود تحفيز بين الدافع الذاتي و الاجتماعي في الدافعية الإنجاز حيث يتبع الأول من داخل الفرد و يخضع لمقاييس شخصية يحددها الفرد لنفسه، بينما يخضع الثاني لمعايير يرسمها الآخريين، حيث أن كل من المدافعين يندمجان في تقدم السن في الدافع لإنجاز حيث يكون مرتفع اكثر من سنتي 21-24 و بين 35 إلى 50 سنة (أورد في: حداد، 2001)

5-2- العوامل الصفية :

5\_2\_1\_ الممارسات الصفية للتلاميذ:

يقوم التلاميذ داخل الصف بعدة ممارسات صفية تؤدي إلى تدني مستوى دافعية الإنجاز ونذكر وفق ما أشار إليه قطامي (1992) ما يلي:

- الجو الصفي السائد و ما يسوده من علاقات ودية أو محايدة أو قد نكون عدوانية.
- التباين و الاختلاف الشديد بين التلاميذ مما يتيح لمجموعة من التلاميذ الفرصة لاستغلال قوتهم و السيطرة على تلاميذ ضعاف البنية أو هزيلي الصحة.
- التنظيم الصفي السلبي الذي يعيق حربية الحركة و التواصل بين الطلبة.
- أضاف أيضا نوفال (2011) شعور الطلبة بالملل و الضجر من الروتين اليومي الدراسي، أي غياب النماذج الحية الناجحة.

#### 5\_2\_2\_2 ممارسات المعلمين:

- ذكر قطامي (1992) عدم سعي المعلم إلى معرفة مستويات التلاميذ التحصيلية يحسن من نقاطه معهم بصورة إيجابية و يستطيع مراعاة ذلك في انجازهم الواجبات و تعلمهم.
- وقد أضاف غباري (2008) بدوره النقاط التالية:
- تهاون المعلم في تقديم التعزيزات للتلاميذ.
- سيطرة الروتين على الأنشطة و الإجراءات الصفية.
- الجمود و النظام الشديد و التشدد في غرفة الصف.
- تركيز المعلمين على قيم الاستجابات التي يصدرها التلاميذ على النتائج المتدنية التي يحصل عليه.

5\_3\_العوامل الأسرية:

يرى فتحي والرياشي (2008) تتخذ الأسرة اشكالا متباينة في الثقافات المختلفة، فقد تكون الأشكال الأسرية التي يكون فيها أحد الوالدين غائبا عن الأسرة و يعيش الابن مع أحدهما و من اكثر الأشكال الأسرية تأثيرا في الإنجاز و كذلك تربية الطفل في الأسرة دورا هاما أيضا في تحديد مستوى دافعية الإنجاز، كذلك أساليب التنشئة داخل الأسرة تتأثر إلى حد كبير بقيم الوالدين التي تمثل آرائهم بمختلف أنواعها وبالتالي فإن قيم الوالدين تمارس تأثيرا غير مباشر على مستوى دافعية الإنجاز عند الأبناء.

5\_4\_قيم المجتمع:

من بين العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز قيمة الإنجاز في المجتمع فهناك مجتمعات تقدر الإنجاز و تقدر الشخصيات المنجزة وترفع من مكانتها حيث توصل " ماكليوند" إلى نتيجة مفادها أن المجتمع عندما يرى في دافعية الإنجاز قيمة يحرص عليها ويستهدفها في سلوك أفرادها فإنه يتخذ كافة الأساليب التي تضمن تدريب أبنائه على السلوك والنشاطات التي تحقق تلك القيمة و تتماشى معها، كما توصل "فيروف" (1975) في دراسته إلى أن الإنسان يحرص على أن يسلك سلوك إنجازيا عندما يشعر بأن المجتمع الذي يعيش فيه يعزز هذا المسلك، فالمجتمع يزود الفرد بمجموعة من القيم أو المعايير التي تحدد له ما يقبله أو ما يرفضه (أورد في: الاعسر، 1984).

من خلال ما سبق نستنتج أن المجتمع عليه بكل افراده و مؤسساته تتعين الإنجازات وتشجيعها بمختلف الكفاءات المادية و المعنوية لكي يتكون لدى الأفراد دوافع قوية لإنجاز.

### 6- النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز:

#### 6\_1- النظرية المعرفية:

ترى نظرية المعرفة وفق ما ذكره مفاق (2007) أن هناك تفسيرات معرفية تسلم افتراض مفاده أن الكائن البشري مخلوق عاقل يتمتع بإرادة حرة تمكنه من اتخاذ قرارات واعية على النحو الذي يرغب فيه لذلك تؤكد هذه التفسيرات على المفاهيم الأكثر ارتباطا بعدة ظواهر كظاهرة حب الاستطلاع مثلا هي نوع من الدافعية الذاتية يمكن تصورهما على شكل قصد يرجى إلى تأمين معلومات حول موضوع أو حادث عبر سلوك استكشافي وبهذا المعنى يمكن اعتبار حب الاستطلاع دافعا إنسانيا ذاتيا وأساسيا .

#### 6\_2\_ نظرية ماكيلاند :

يقوم تصور " ماكيلاند " للدافعية للإنجاز في ضوء تفسير لحالة السعادة أو المتعة بالحاجة للإنجاز فقد أثار " ماكيلاند " أن هناك ارتباطا في عدة مواقف ، فإذا كانت المواقف الأولية إيجابية بالنسبة للفرد فإنه يميل لأداء في السلوكات المنجزة . أما إذا حدث نوع من

الفشل وتكونت بعض الخبرات السلبية فإنه ذلك سوف ينشأ عنه دافع لتفادي الفشل ، ونظرية ما كلياند تشير ببساطة إلى أنه في ظل ظروف ملائمة سوف يقوم الأفراد بعمل المهام والسلوكات التي دعمت من قبل فإذا كان موقف المنافسة مثلا هدايا للتدعيم والكفاح ولإنجاز فإن الفرد يعمل بأقصى طاقته وقد أوضح " كورمان " ( 1974 ) أن تصور ماكلياند في الدافعية لإنجاز له أهمية كبيرة لسببين :

**السبب الأول :** إنه قدم لنا أساسا نظريا يمكن من خلاله منافسة وتفسير نمو الدافعية لإنجاز لدى البعض وانخفاضها لدى البعض الآخر حيث تمثل مخرجات نتائج الإنجاز أهمية كبيرة من حيث أثرها الإيجابي والسلبي على الأفراد ، فإذا كان العائد إيجابيا ارتفعت الدافعية أما إذا كان سلبيا انخفضت الدافعية ومثل هذا التصور قد أمكن من خلاله قياس دافعية الأفراد لإنجاز والتنبؤ بالأفراد الذين يؤديون بشكل جيد في مواقف الإنجاز مقارنة بغيرهم .

**السبب الثاني :** ويتمثل في استخدام " ماكلياندا" لفروض تجريبية أساسية لفهم و تفسير وازدهار و هبوط النمو الاقتصادي في علاقته بالحاجة لإنجاز في بعض المجتمعات.( أورد في: خليفة،2000)

### 6\_3 نظرية انكيسون(Atkinson)1966:

اتسمت نظرية انكيسون في الدافعية لإنجاز بعدد من الملامح التي تميزها عن نظرية " ماكلياندا" و من اهم هذه الملامح ان انكيسون اكثر توجهها معلميا و تركيزا على

المعالجة التجريبية للمتغيرات التي تختلف عن المتغيرات التي تناولها "ماكيلاندا" كما يميز انكينسون بأنه أسس نظريته في ضوء كل من نظرية الشخصية و علم النفس التجريبي ووضع انكينسون نظرية الدافعية لإنجاز في إطار منحى التوقع كما قام بإلقاء الضوء على العوامل المحددة لإنجاز القائم على المخاطر و أشار إلى عاملان يرتبطان بخصائص المهمة أو العمل المراد إنجازه و هذان العاملان يجب أخذهما بعين الاعتبار هما:

-احتمالية النجاح و تشير إلى الصعوبة المدركة للمهمة و هي إحدى محددات المخاطرة.  
-ينجح الباحث في المهمة بتأثير الأداء في مهمة ما و يقصد الباحث النجاح في الاهتمام الداخلي أو الذاتي لأي مهمة بالنسبة للشخص (أورد في: خليفة،2000).

#### 6\_4-نظرية اركسون:

وهي التصور النظري للشخصية و وضح فيها اركسون المراحل التي يمر بها الإنسان ومن بين هذه المراحل المرحلة الرابعة التي يحدث فيها الإنجاز، و تسمى الإحساس مقابل الإحساس بالنقص، حيث تحدث أزمة في مرحلة الطفولة المتأخرة ويتولد لدى الفرد الإحساس بالنجاح المدرسي و التفوق الدراسي وهو ما تهيئه له البيئة المنزلية والدراسية بخبرات النجاح. أوضحت الدراسات التي بها (Wolf 1999) أن البيئة المنزلية لها علاقة بالإنجاز مثل المناخ الذي يهيئه المنزل لمدافع الإنجاز للفرد و طموح الآباء و الضغوط الاجتماعية في المنزل نحو الإنجاز و الكفاءات التي تقدم على الإنجاز. ويتعلم الطفل في مرحلة الإحساس

بالإنجاز تكوين وجهة نظر صحيحة عن ذاته من خلال كفاءاته المتزايدة في الأداء وإنجاز المهام التي يكلف بها ويكمن الخطر الذي يواجهه الطفل في هذه المرحلة بالنقص الذي ينجم بشكل خاص من عدم الاعتراف بجهد و قبوله كفرد منتج ( أورد في: حميدة،2006).

نستنتج من خلال نظرية "اركسون" الدافع لإنجاز انه على مراحل نمو الطفل (الفرد) حيث تسمى هذه المرحلة بمرحلة الإحساس بإنجاز كما أكد على دور البيئة في تنمية الدافع لإنجاز لدى الطفل في هذه المرحلة.

### 7\_اهداف الدافعية للإنجاز:

تحتوي الدافعية الإنجاز على مجموعة من الأهداف التي تريد تحقيقها في المدرسة و هي

كما يلي:

-التأكيد على السعي نحو تحقيق هدف صعب بصورة معتدلة ليجعل الفرد قادرا على

الإنجاز، حيث يعتبر ذلك الهدف نقطة هامة يجب تضمينها و اضافتها في تفسير دافعية

الإنجاز و التحفيز على الإنجاز

-التأكد على التحدي و قيمة مهام النجاح في تفسير مظاهر الدافعية و علاقتها بالتعلم.

تهيئ الاستعداد لإنجاز و التعلم و تقوى كذلك النشاط الذهني و الجسمي.

-التأكيد على النجاح المرتفع في إنجاز أي وظيفة.

-تحقيق نجاح الموقف التعليمي.

-توجه انتباه المتعلم و تعمل على استمراره و تزيد من الاهتمام والحيوية لدى المتعلم.

تثير العمليات للمتعلم بصورة إيجابية وتوجه نشاطه نحو تحقيق الهدف وتقلل فرص الشرود

الذهني. (أورد في : بني يوسف، 1999).

## 8\_ تأثير الضغوط النفسية على الدافعية للإنجاز :

تلعب الضغوط دورا كبيرا في النجاح والتفوق والإنجاز حيث أن الفرد الناجح هو القادر

على العمل تحت أقصى الضغوط النفسية . ونحن نتعرض جميعا إلى إنجاز مهام كثيرة

بإمكانيات قليلة في زمن محدد مما يتسبب في ذلك الإحساس بالضغوط.

تتأثر الدافعية للإنجاز بالانفعالات التي يتم إثارتها من خلال التعزيزات التي يلاقيها الفرد

نتيجة لأدائه الجيد ، وهذا من شأنه أن يرفع مستوى الدافع للإنجاز لدى الفرد . وأن

المهارات السلوكية تبدأ من مسلمة تقول إن الإنسان كل متكامل يؤثر ويتأثر بكل ما يحيط به

فعندما تكون الاتجاهات إيجابية فإننا نستطيع إنجاز الكثير من المهام .

يتعرض المتعلمين عادة وفق ما أشارت إليه نجوى احمد علي معيقل (2018) لضغوط نفسية في حياتهم الدراسية ، وهذه الضغوط تؤدي في بعض الأحيان إلى توترات نفسية أو إلى سوء التوافق الدراسي، و يعاني بعضهم نتيجة لهذه التوترات من القلق التحصيلي أو قلق الامتحان، لأن الآثار المترتبة عن الضغوط و الأداء اكثر تعقيدا مما كان يتصوره الناس فيما مضى، الا ان الثابت هو ان وجود مقدار معقول و مناسب من الضغوط يجعل الأفراد يشعرون بالتوتر مما يزيد الرغبة في الإنجاز، و إن وجود مقدار معقول من الضغوط يجعل إفراز مادة (الادرينالين) اللازمة لنشاط و حيوية الجسم في انسب صورة.

يرى "على عسكر" و "أحمد عبد الله" (1997) ان زيادة الضغوط وعدم القدرة على مواجهتها يصل بالفرد إلى حالة من الاحتراق النفسي الذي يؤدي إلى مستويات مرتفعة من اللامبالاة و قلة الدافعية، وفقدان القدرة على الابتكار والتصرف على النحو المفترق للاندماج الذاتي في العمل (أورد في: بوناب، 2013).

نستنتج مما سبق ان الضغوط النفسية تؤثر على الدافعية للإنجاز من الوقت، الانفعالات و نقصد بها التعزيزات التي تعمل على رفع مستوى الدافع لإنجاز لدى الفرد، وهناك ضغوط تؤثر بالسلب مما يؤثر على تحصيلهم الدراسي و توافقهم النفسي، و مما يؤثر على أدائهم و ان زيادة التوتر يؤدي بهم إلى التخلي و قلة الدافع لإنجاز.

### خلاصة الفصل الثاني :

في ختام هذا الفصل نرى أن الضغط النفسي سمة من سمات الحضارة الحديثة لما يسببه من آثار على حياة الأفراد سواء في الأسرة او المدرسة ، فهو عامل يتحكم في سير سلوكيات الفرد ومفهوم جمع بين أكثر من علم وتخصص، فلا يمكن ربط هذا الموضوع بباحث معين أو مجال خاص فالحياة لا تخلو من الضغوطات ولكن على الفرد التفكير في كيفية مواجهتها والتعامل معها ، وأن الضغوط النفسية لا تكون سلبية في كل الحالات وإنما قد تكون إيجابية وإنما قد تكون إيجابية وتشكل دافعا للسير قدما إلى الأمام، أما فيما يتعلق بالدافعية للإنجاز نستخلص أنها هي المحرك والموجه لسلوك الفرد لتحقيق هدف أو غاية ما كما تعتبر الدافعية للإنجاز من أهم الدوافع الخاصة بالإنسان التي يسعى من خلالها إلى تحقيق التفوق والامتياز وأن الدافعية للإنجاز هي الطريق المحدد لسلوك الفرد في ضوء النجاح والفشل.

الفصل الثالث

منهجية البحث

### منهجية البحث:

بعد الانتهاء من جمع أدبيات الموضوع و جمع كل المعلومات و المعطيات حول الضغط النفسي والدافعية للإنجاز، شرعنا في دراسة العلاقة بين الضغط النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. و للقيام بذلك تطلب منهجية خاصة تتلائم مع طبيعة موضوع البحث، و ذلك بتحديد نوع المنهج المطبق في هذه الدراسة ثم شرعت في تحديد و تطبيق أدوات البحث على التلاميذ قصد الحصول على البيانات و تحديد عينة الدراسة. بعد ذلك تم القيام بتحديد كيفية الحصول على البيانات والأدوات الإحصائية الملائمة لنوع البيانات، لحجم العينة و طبيعة الموضوع.

### 1- نوع البحث:

يهدف هذا البحث الى دراسة العلاقة بين الضغط النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ومعرفة مدى جود فروق بين الجنسين لكلا المتغيرين (الضغط النفسي والدافعية للإنجاز)، لذلك تم انتهاج المنهج الوصفي الذي يعتبر أنسب المناهج في العلوم الاجتماعية والذي يعتمد على جمع المعطيات والمعلومات والحقائق من الميدان.

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### 2\_ كيفية اختيار عينة البحث:

تمثلت العينة في هذه الدراسة بالنسبة الضغط النفسي والدافعية للإنجاز من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والبالغ عددهم 100 تلميذ وتلميذة ، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، حيث تكونت العينة من 50 تلميذ في ثانوية خودي سعيد، و 25 في ثانوية كنتور سعيد، و 25 في ثانوية أحمد شافعي بولاية بومرداس.

الجدول رقم(01): يوضح توزيع أفراد لدراسة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية%
ذكور	45	45%
إناث	55	55%
المجموع	100	100%

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن عدد الذكور يبلغ عددهم (45) و نسبتهم

المئوية تقدر ب (45%) و هم أكبر من الإناث حيث يبلغ عددهن (55) و نسبتهن المئوية تقدر ب (55%).

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### 3\_ أدوات البحث:

لدراسة العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز تم تطبيق مقياسين: مقياس الضغط النفسي و مقياس الدافعية للإنجاز على أفراد العينة المتمثلة في تلاميذ الثالثة ثانوي وذلك بالإجابة على الأسئلة المقدمة في المقياس بوضع علامة في الإجابة التي يراها مناسبة ولا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ولذلك فالإجابات تكون بكل دقة و موضوعية.

### 3\_1 مقياس الضغط النفسي:

صمم هذا المقياس من طرف خميستي كروم سنة (2005) حيث تكون المقياسين

(36) عبارة أضافت إليها 4 عبارات ليصبح عددها (40).

\_ **أبعاد المقياس :** يتكون المقياس من ثلاثة أبعاد تتمثل في :

\_ **البعد الأسري:** يتكون من 13 عبارة

\_ **البعد المدرسي:** يتكون من 13 عبارة.

\_ **البعد الاجتماعي:** يتكون من 14 عبارة.

وتمت تغطية كل بعد من الأبعاد الثلاثة بالبنود الموضحة بالأرقام الواردة في الجدول (02).

## الفصل الثالث: منهجية البحث

جدول رقم (02): يوضح أسماء الأبعاد وأرقام فقراتها لمقياس الضغط النفسي

الرقم	إسم البعد	أرقام الفقرات المخصصة لقياسه	عدد الفقرات
01	بعد الضغط الأسري	01، 02، 03، 04، 05، 06، 07، 08، 09 10، 11، 12، 13.	13
02	بعد الضغط المدرسي	14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26.	13
03	بعد الضغط الاجتماعي	27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40.	14

\_ مفتاح التصحيح :

يتكون المقياس من (40) عبارة بحيث تتم الإستجابة عليها من خلال اختيار إحدى البدائل

الثلاثة : ( نعم ، أحيانا ، لا ) والتي تتراوح تقديراتها من ( 0 ، 1 ، 2 ).

حيث يتكون المقياس من عبارات سالبة وموجبة.

\_ الفقرات السالبة: 06، 08، 09، 10، 14، 18، 20، 31، 38 تم إعطائها تقدير

( نعم 0 ) ، ( أحيانا 1 ) ، ( لا 2 ).

## الفصل الثالث: منهجية البحث

\_ الفقرات الموجبة: 01، 02، 03، 04، 05، 07، 11، 12، 13، 15، 16، 17، 19،  
21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 32، 34، 35، 36، 37، 39،  
40.

### 3\_3\_1\_ مقياس الضغط النفسي:

تم حساب صدق المقياس من خلال صدق المقارنة الطرفية، حيث طبق استبيان الضغط النفسي على عينة الدراسة الاستطلاعية التي يبلغ عددها 30 تلميذ وتلميذة وبعد الحصول على درجات أفراد العينة وحسابها باستخدام اختبار " ت " ، فكانت قيمة " ت " المحسوبة ( 27.02 ) أكبر من قيمة " ت " الجدولة ( 2.89 ) عند المستوى ( 0.01 ) وهذا يعني أن المقياس يتسم بالصدق .

### 3\_3\_2\_ ثبات مقياس الضغط النفسي :

قام الباحث بحساب معامل الثبات بطريقة التناسق الداخلي ( معامل ألفا كرونباخ ) ، حيث تم إيجاد قيمة معامل ألفا كرونباخ 0.72 فتبين أن قيمة الثبات مقبولة وتشير إلى ثبات المقياس .

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### 3\_4\_ الخصائص السيكومترية للدراسة الحالية :

#### 4\_1\_ صدق مقياس الضغط النفسي:

للتحقق من صدق المقياس تم إجراء دراسة على عينة تلاميذ السنة أولى ثانوي والتي

بلغ عددهم (30) تلميذ وتلميذة لحساب صدق وثبات المقياس وكانت النتيجة كالتالي :

تم حساب الصدق بطريقة " صدق المقارنة الطرفية" وتم التوصيل إلى النتائج المبينة في

الجدول التالي:

الجدول رقم (03): صدق المقارنة الطرفية لمقياس الضغط النفسي

الضغط النفسي	المجموع N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري S	اختبار T	درجة الحرية af	القيمة الدالة Sig	مستوى الدلالة a
الدنيا و	10	27.4000	6.79951	10.236	18	0.01	0.05
العليا	10	51,0000	13.64999				

## الفصل الثالث: منهجية البحث

يتضح من النتائج المبينة من خلال الجدول رقم (03) أن قيمة الدالة هي  $\text{sig}=(0,01)$  وهو أقل من  $a=(0,05)$  وهذا يدل على عدم تساوي التجانس بين المجموعتين (الدنيا والعليا).

يتبين من النتائج أن متوسط المجموعة العليا بلغ (51,00)، والانحراف المعياري قدره (13,64) أما متوسط المجموعة الدنيا بلغ (27,4) ، والانحراف المعياري قدره (13,64) عند درجة الحرية 18، وأن قيمة الدلالة المحسوبة ( $a=0,01$ ) أصغر من مستوى الدلالة المعتمد ( $a=0,05$ ) وعليه فإن الفروق دالة إحصائية بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا ، وبالتالي فهو يتمتع بالصدق ويمكن تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية .

### 4\_2\_ ثبات مقياس الضغط النفسي.

لتحقق من ثبات المقياس تم إجراء دراسة استطلاعية على عينة من تلاميذ السنة أولى ثانوي والتي بلغ عددهم (30) تلميذ وتلميذة وكانت النتيجة:

تم حساب الثبات بمعامل " ألفا كرونباخ" والجدول التالي يبين ذلك :

## الفصل الثالث: منهجية البحث

الجدول رقم (04): يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الضغط النفسي

معامل ألفا كرونباخ	
القيمة	عدد العبارات
0,742	40

من خلال الجدول رقم (04) نجد معامل الثبات " ألفا كرونباخ " يساوي (0,74).

ومنه نستنتج أن استبانة الضغط النفسي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق

على عينة الدراسة.

الجدول رقم (05) : يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لبنود لمقياس الضغط النفسي

البنود	معامل ألفا كرونباخ
1	0.739
2	0.741
3	0.742
4	0.738
5	0.740
6	0.742
7	0.739
8	0.741

## الفصل الثالث: منهجية البحث

0.745	9
0.756	10
0.718	11
0.741	12
0.766	13
0.736	14
0.737	15
0.734	16
0.727	17
0.757	18
0.729	19
0.745	20
0.734	21
0.720	22
0.741	23
0.747	24
0.732	25
0.723	26
0.742	27
0.725	28

## الفصل الثالث: منهجية البحث

0.736	29
0.720	30
0.736	31
0.748	32
0.716	33
0.729	34
0.737	35
0.739	36
0.732	37
0.736	38
0.726	39
0.737	40

من خلال الجدول نلاحظ أن معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للأبعاد جاءت كلها

مرتفعة، إذ تراوحت بين 0.71 و 0.74 وكلها معاملات مما يؤكد أن استبيان الضغط

النفسي على درجة مقبولة من الثبات.

## الفصل الثالث: منهجية البحث

الجدول رقم (06): يوضح ثبات مقياس الضغط النفسي بطريقة التجزئة النصفية

المؤشرات الإحصائية	القيمة المحسوبة R	مستوى الدلالة
بعد التعديل (سبيرمان براون)	0.805	0.05

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) بأن القيمة المحسوبة قدرت (0.80) عند مستوى

الدلالة تساوي (0.05)

### 3\_2\_ مقياس الدافعية للإنجاز:

لقد مر تصميم مقياس الدافعية للإنجاز للباحث سبع النابلسي الذي قننه البروفيسور بشير معمره على البيئة الجزائرية ، حيث تكونت عينة التقنين من (301) فرد ،(192) ذكرا ، (209) أنثى أعمار الذكور تتراوح ما بين (15\25 سنة )، متوسطهم الحسابي قدره (18.05) وانحراف معياري قدره (3.26) أما أعمار الإناث تتراوح بين ( 15\24 سنة )، متوسطهم الحسابي قدره (17.35)، وانحراف معياري قدره. (3.11) وتم سحب العينة من مؤسسات التعليم الثانوي وكليات جامعة الحاج لخضر باتنة .

## الفصل الثالث: منهجية البحث

- الخصائص السيكومترية للمقياس في الصورة الأصلية :

الصدق : تم حسابه بثلاث طرق : الصدق التمييزي ، الصدق الإتفاقي ، الصدق التعارضوي.

الثبات : تم حسابه بطريقتين : طريقة إعادة الاختبار ، طريقة معامل ألفا كرونباخ .

وتوصل بشير معمره إلى أن المقياس يتميز بخصائص سيكومترية مرتفعة.

- طريقة تطبيق القائمة وتصحيحها وتقدير درجة المفحوص: .

طبق الاستبيان في الحصص الدراسية بالنسبة للطلاب أما الموظفين في مكاتبهم

وكان عددهم (12.32) فرداً، مما جعل الباحث يتحكم في العملية لضمان صدق

وموضوعية الدراسة واستغرق الوقت (3.30 د)

- تعليمات الإجابة: وضع ( ١ ) تحت البديل الذي يتناسب مع مضمون العبارة .

- طريقة التصحيح: تكون المقياس من (24) بنداء ضمن بعدين ، حيث يجاب عنهما

بأربعة بدائل ، وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين (0 و 72).

## الفصل الثالث: منهجية البحث

جدول رقم (07): يوضح البدائل والقيمة المعطاة لكل واحدة

كثيرا	متوسط	قليلا	لا
03	02	01	0

ويمكن توضيح ذلك من خلال الجداول التالية .

جول رقم (08): يوضح بنود كل بعد

البنود	الأبعاد
23.22.21.19.15.12.10.9.6.5.3.1	التوجه نحو العمل
24.20.18.17.16.14.13.11.8.7.4.2	التوجه نحو النجاح

3\_2\_1\_ الخصائص السيكومترية في الدراسة الحالية :

3\_2\_1\_ الصدق : تم حسابه بطريقة :

3\_2\_1\_ الصدق التمييزي :

أ\_ طريقة المقارنة الطرفية :

## الفصل الثالث: منهجية البحث

جدول رقم (09): يبين قيمة " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابين لمقياس الدافعية للإنجاز

قيمة " ت "	العينة الدنيا ن=16		العينة العليا ن = 16		العينة المتغير
	ع	م	ع	م	الدافعية للإنجاز
6.47	-	46.62	55.49	39.81	
	275.61				

قيمة " ت " دالة إحصائياً عند مستوى 0.01

يتبين من قيمة " ت " في الجدول رقم (09) أن مقياس الدافعية للإنجاز يتميز بقدر

كبيرة على التميز بين التلاميذ المرتفعين والمنخفضين في الدافعية للإنجاز ، مما يجعله

يتصف بمستوى عال من الصدق .

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### ب\_ الاتساق الداخلي:

جدول رقم (10): يبين معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس الدافعية للإنجاز والدرجة الكلية

الأبعاد	الدرجات	معامل ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة
التوجه نحو العمل	0.75	دال إحصائيا عند 0.05	
التوجه نحو النجاح	0.59		

يتبين من معاملات صدق الاتساق الداخلي في الجدول رقم (10) أن المقياس يتميز

بمعاملات صدق مرتفعة.

### 2\_1\_2\_3 الثبات:

#### أ\_ طريقة التجزئة النصفية:

بعد تطبيق طريقة التجزئة النصفية لمقياس الدافعية للإنجاز بمعادلة معامل الارتباط

"بيرسون" ، كانت النتيجة (0.27) وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون أصبحت النتيجة

( 0.42 ) وهي دالة عند ( 0.01 ) ومن هذا نستنتج أن المقياس ثابت.

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### ب\_ طريقة ألفا كرونباخ:

بعد تطبيق طريقة ألفا كرونباخ لمقياس الدافعية للإنجاز تم الحصول على النتيجة التالية

: ( 0.53 ) وهي دالة إحصائية نستطيع القول بأن المقياس ثابت بدرجة مقبولة يتبين من

معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها ، أن مقياس الدافعية للإنجاز يتميز

بشروط سيكومترية مرتفعة ، مما يجعله صالح للإستعمال ، بكل اطمئنان.

### 4\_ كيفية جمع البيانات:

تم إجراء الدراسة خلال شهر فيفري ومارس من السنة الجامعية (2025/2024) ،

على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، حيث بلغ عددهم ( 100 ) تلميذ وتلميذة، بثلاث

ثانويات ولاية بومرداس وهي، ثانوية كنتور سعيد ، وثانوية خودي سعيد ، ثانوية شافعي

أحمد ببرج منايل ، وقامت الطالبتان باختيار تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، كونهم في مرحلة

إجراء امتحان البكالوريا وتحضير لها ، والهدف من ذلك معرفة ما يعانون من الضغوطات

النفسية في هذه المرحلة وعلاقتها بدافعتهم للإنجاز، خاصة أنهم على وشك الالتحاق

بالجامعة. وتم توزيع 100 استبيان على بعض ثانويات بومرداس ببرج منايل كاملة بعدما تم

الإجابة عليها من طرف تلاميذ، وتم ذلك فرديا وكتابيا.

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### 5\_ كيفية تحليل البيانات:

يتطلب كل بحث ميداني مجموعة من التقنيات والأساليب الإحصائية لمعالجة وتحليل البيانات بطريقة علمية وموضوعية وذلك بالاستعانة بالبرنامج الإحصائي للعلوم الإنسانية والاجتماعية. وقد قمنا بجمع البيانات المتحصل عليها بعد تطبيق مقياس الضغط النفسي والدافعية للإنجاز بتطبيق مجموعة من الأساليب الإحصائية التالية:

#### 1\_ المتوسط الحسابي:

يعبر عن مجموع القيم على عدد أفراد العينة، وهو ضروري لحساب بقية المؤشرات الإحصائية . وقد تم استخدامه في حساب متوسط الضغط النفسي والدافعية للإنجاز للتلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

#### 2\_ اختبارات للفروق:

يعد هذا الاختبار من أكثر الاختبارات دلالة وشيوعا في الأبحاث النفسية والتربوية، ويهدف هذا الاختبار إلى معرفة ما إذا كان هناك فروق بين المتوسطات. وبما أن هذه الدراسة تكمن في دراسة الفروق الموجودة بين الجنسين لكل من الضغط النفسي والدافعية للإنجاز تم الاستعانة به.

## الفصل الثالث: منهجية البحث

### 3\_ معامل الارتباط بيرسون:

يرمز لهذا العامل (ر) ويدلنا على قوة العلاقة بين متغيرين وعلى اتجاه هذه العلاقة موجبة أو سالبة وقد اعتمدنا على معامل الارتباط في الدراسة لحساب ثبات مقياسي الضغط النفسي والدافعية للإنجاز عن طريق التجزئة النصفية .

### 6\_حدود البحث:

يتناول هذا البحث موضوع الضغط النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز دون التطرق إلى متغيرات أخرى كموضوع الضغط المدرسي وعلاقته بالدافعية للتعلم ، وقد أجريت الدراسة على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي دون التطرق إلى مستويات أخرى كالتعليم الابتدائي والمتوسط.

الفصل الرابع

عرض وتفسير

وتحليل النتائج

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

تمهيد :

بعد جمع المعطيات وترتيبها وفق الإطار المنهجي المحدد في الفصل السابق، تم تنظيم البيانات المتحصل عليها في هذه الدراسة في جداول توضيحية تبرز المتوسطات الحسابية لدراسة الضغط النفسي وعلاقته بالدافعية للانجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، ثم قمنا بتحليل النتائج إحصائياً بعد مناقشتها، ثم حساب دلالة كل فرضيات البحث وذلك بتطبيق مجموعة من الاختبارات الإحصائية سمحت بمعرفة الفروق المتواجدة بين المتغيرين الضغط النفسي والدافعية للانجاز، وفي الأخير قمنا بوضع خاتمة للبحث مع وضع اقتراحات في آخر البحث.

### عرض وتفسير وتحليل النتائج:

#### 1\_ الفرضية الأولى

\_ العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي والدافعية للانجاز لدى تلاميذ السنة

الثالثة ثانوي:

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

جدول رقم (11) : العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

المتغيرات	العينة	قيمة (R)	قيمة (P)	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
الضغط النفسي	100	-0,12	0,21	0,05	لا توجد علاقة
الدافعية للإنجاز					

يظهر من خلال الجدول رقم (11) أن قيمة (R) بلغت (-0,12) وأن قيمة (P) قدرت بـ (0,21) وبمقارنتها بمستوى الدلالة (0,05) تبين أنها أكبر من مستوى الدلالة (0,05) وبالتالي نستنتج بأنه لا توجد علاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

تحليل وتفسير النتائج المتعلقة بالعلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى

تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي:

أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. ويُفسر هذا بأن مستويات الضغط النفسي التي يتعرض لها التلاميذ لا تؤثر بشكل مباشر أو ملحوظ على درجة دافعيتهم نحو تحقيق أهدافهم الأكاديمية. ويرجع ذلك إلى تدخل متغيرات أخرى قد تكون أكثر تأثيراً في تحفيز

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

التلاميذ للإنجاز، مثل الطموحات الشخصية والأهداف المستقبلية التي يسعى التلميذ لتحقيقها، بالإضافة إلى الدعم الأسري والاجتماعي فالتلميذ الذي يمتلك هدفًا أكاديميًا واضحًا، مثل التوجه إلى الجامعة أو الحصول على وظيفة مرموقة، قد يكون دافعًا له لتحقيق النجاح بغض النظر عن مستوى الضغط النفسي الذي يعاني منه في السياق المدرسي. من هنا، تكون هذه العوامل أكثر تأثيرًا في تشكيل الدافعية للإنجاز مقارنة بتأثير الضغط النفسي. كما أن بعض التلاميذ قد يتبنون استراتيجيات فعالة للتعامل مع الضغوط النفسية، مثل إدارة الوقت بشكل جيد أو البحث عن وسائل للدعم النفسي والاجتماعي مما يحد من تأثير الضغط النفسي السلبي على دافعيتهم. فقد يكون لدى التلميذ القدرة على تنظيم مشاعره وأعماله بطريقة تمنحه شعورًا بالتحكم، وبالتالي لا ينعكس الضغط النفسي عليه بشكل كبير في مسار تحصيله العلمي أو دافعيته لتحقيق أهدافه. إضافة إلى ذلك من الممكن أن بعض التلاميذ يرون في الضغوط النفسية نوعًا من التحدي الذي يمكن أن يحفزهم على تحسين أدائهم الأكاديمي. ولذلك، قد لا تؤثر الضغوط بشكل سلبي على دافعيتهم بل قد تكون لها وظيفة تحفيزية إذا تم التعامل معها بشكل إيجابي. في هذه الحالة، يُعتبر الضغط النفسي دافعًا إضافيًا للعمل الجاد والمثابرة.

في المجمل، يمكن تفسير غياب العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز إلى تعدد العوامل المؤثرة في دافعية التلاميذ نحو الإنجاز، بما في ذلك الأهداف الشخصية والدعم

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

الاجتماعي، فضلاً عن استراتيجيات التكيف التي يستخدمها التلاميذ لمواجهة الضغوط. هذه العوامل تجعل تأثير الضغط النفسي غير ذي تأثير ملحوظ على دافعية التلاميذ للإنجاز. تشابهت نتائج دراستنا الحالية مع نتائج دراسة جمال (2017) حول "الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي"، حيث أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين الضغوط والتحصيل الدراسي، لكنها لم تجد تأثيراً كبيراً على مستوى التحصيل لدى جميع التلاميذ، خاصة في الفئات التي تمتلك استراتيجيات قوية. كما تتشابه مع نتائج دراسة بومدين (2019) حول "الضغوط النفسية والتكيف معها في صفوف التعليم الثانوي"، التي أظهرت أن الضغوط النفسية تؤثر بشكل سلبي على التحصيل الدراسي لبعض التلاميذ، لكنها لم تظهر تأثيرات كبيرة عند التلاميذ الذين يتبعون استراتيجيات تنظيم الوقت بشكل فعال. وفي سياق الدراسات الأجنبية، تتشابه مع نتائج دراسة Hammen (2005) حول "Stress and Depression in Adolescents: The Role of Cognitive Processes"، التي أظهرت أن التقييم المعرفي للضغوط النفسية يلعب دوراً كبيراً في تأثيرها على الصحة النفسية والأداء الدراسي لدى المراهقين، مما يفسر الاختلاف في تأثير الضغوط بين التلاميذ.

من جهة أخرى، هناك دراسات أظهرت نتائج مغايرة تماماً لنتائج دراستنا. ففي دراسة رحماني (2020) حول "الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز في التعليم الثانوي"، أظهرت الدراسة أن الضغوط النفسية قد تؤثر بشكل إيجابي على دافعية التلاميذ للإنجاز الأكاديمي،

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

خاصة في الفترات التي تسبق الامتحانات. بالإضافة إلى ذلك، في دراسة لطفي (2018) حول "الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"، أظهرت الدراسة أن التلاميذ الذين يعانون من ضغوط نفسية كبيرة قد يكونون أقل دافعية للإنجاز الأكاديمي، مما يؤثر سلباً على تحصيلهم الدراسي. وفي دراسة Zimmerman et al. (2000) حول "Self-Regulated Learning and Academic Achievement in High School Students"، وجد الباحثون أن التنظيم الذاتي للمذاكرة يساعد التلاميذ على التكيف مع الضغوط النفسية، مما يساهم في تحسين أدائهم الأكاديمي ويعكس تأثيراً إيجابياً على دافعيتهم للإنجاز. هذا يشير إلى أن هناك عوامل أخرى تؤثر في دافعية التلاميذ قد تتجاوز التأثير السلبي للضغوط.

### 2\_ الفرضية الثانية :

فروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث).

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

جدول رقم (12): الفروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث)

المتغير	العينة				قيمة- ت	الدلالة الإحصائية (P)	مستوى الدلالة	الدلالة
	الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
الضغط النفسي	الذكور	45	51,36	09,92	0,89	0,37	0,05	غير دالة
	الإناث	55	49,62	09,42				

يتضح من خلال الجدول رقم (12) والمتعلق بالفروق الموجودة في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس، أنّ الإناث يقدر عددهنّ بـ (55) تلميذة والمتوسط الحسابي لإجاباتهم على مقياس الضغط النفسي يقدر بـ (49,62) بانحراف معياري (09,42)، أمّا الذكور فيقدر عددهم بـ (45) وبمتوسط حسابي (51,36) وبانحراف معياري (09,92).

من خلال النتائج الأولية تم حساب اختبار (T) للفروق، حيث تم التوصل إلى أنّ قيمة (T) تقدر بـ (0,89) وعند مقارنة قيمة (P) والتي قدرت بـ (0,37) بمستوى الدلالة (0,05) تبين لنا أنّ قيمة (P) أكبر من مستوى الدلالة (0,05). وبالتالي نستنتج بأنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس.

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

- تحليل وتفسير النتائج المتعلقة بالفروق في الضغط النفسي حسب متغير الجنس:

تظهر نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وفقاً للجنس. وهذا يشير إلى أن الجنس لا يعد عاملاً مؤثراً بشكل ملحوظ على درجة الضغط النفسي التي يعاني منها التلاميذ في هذه الفئة العمرية. يمكن تفسير هذا بعدة طرق، حيث إن الضغوط النفسية التي يواجهها التلاميذ قد تتشكل نتيجة لعوامل متعددة لا ترتبط بالجنس بشكل رئيسي. على سبيل المثال، قد يكون ضغط الدراسة والمقررات الدراسية، بالإضافة إلى التوقعات الأكاديمية والاجتماعية، عوامل مشتركة تؤثر على جميع التلاميذ بغض النظر عن جنسهم. فمن الممكن أن يكون الجنس في هذه الحالة ليس له تأثير كبير على تجربة التلاميذ للضغط النفسي، إذ قد تكون الضغوط التي يواجهها التلاميذ عامة في طبيعتها، مثل التحديات المرتبطة بالامتحانات والدرجات والأعباء الدراسية، التي يعاني منها الذكور والإناث بنفس القدر. علاوة على ذلك، في المجتمع المعاصر قد لا يكون هناك تباين كبير في الضغوط النفسية المرتبطة بالجنس في السياق الأكاديمي، خاصة إذا كانت العوامل الخارجية مثل الضغط الاجتماعي أو المتطلبات الأسرية تؤثر على كلا الجنسين بنفس الطريقة. إضافة إلى ذلك يمكن أن يكون هناك تأثير للعوامل الثقافية والمجتمعية التي تساهم في تقليل أو إلغاء الفروق بين الجنسين في التعامل مع الضغوط النفسية. حيث يمكن أن تكون الأسرة والمدرسة قد وفرت بيئة داعمة لكلا الجنسين في مواجهة الضغوط، مما يقلل من تأثير الفروق بين الذكور والإناث في مستويات

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

الضغط النفسي. بذلك فإن غياب الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين في الضغط النفسي يشير إلى أن التلاميذ من كلا الجنسين يواجهون تحديات مشابهة في بيئتهم الأكاديمية، وأن العوامل الأخرى مثل التنظيم الشخصي، الدعم الاجتماعي، أو البيئة الدراسية قد تكون هي العوامل الأكثر تأثيراً في تحديد مستوى الضغط النفسي لديهم.

اتفقت نتائج دراستنا الحالية مع نتائج دراسة علي (2016) حول "الضغوط النفسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي في الجزائر"، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية بين الذكور والإناث في صفوف التعليم الثانوي، وهو ما يعكس التحديات المشتركة التي يواجهها التلاميذ بغض النظر عن جنسهم. كما اتفقت مع نتائج دراسة لزهرة (2017) حول "الضغوط النفسية وتأثيرها على التلاميذ في التعليم الثانوي"، التي أظهرت أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية بين التلاميذ الذكور والإناث. وأشارت الدراسة إلى أن العوامل البيئية والاجتماعية قد تكون أكثر تأثيراً من العوامل الجنسية في تحديد مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ.

وفي دراسة أجراها جاب الله (2019) حول "الضغوط النفسية لدى طلاب التعليم الثانوي في مصر"، وجد الباحثون أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستويات الضغوط النفسية، مع الإشارة إلى أن النوع الاجتماعي لم يكن له تأثير واضح على التكيف مع الضغوط.

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

من جهة أخرى، هناك دراسات أظهرت نتائج مختلفة حيث تشير دراسة محمد (2018) حول "الضغوط النفسية في صفوف التعليم الثانوي وعلاقتها بالجنس"، إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث، حيث أظهرت أن الإناث يعانون من مستويات أعلى من الضغوط النفسية مقارنة بالذكور، مما يعكس تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية على تأثيرات الضغط النفسي بين الجنسين.

### 3\_ الفرضية الثالثة:

فروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث).

جدول رقم (13): الفروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث)

المتغير	العينة				القيمة- ت	الدلالة الإحصائية (P)	مستوى الدلالة	الدلالة
	الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
الدافعية للإنجاز	ذكور	45	43,62	10,15	-1,88	0,06	0.05	غير دالة
	إناث	55	47,73	11,36				

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

يتضح من خلال الجدول رقم (13) والمتعلق بالفروق الموجودة في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس، أنّ الإناث يقدر عددهنّ بـ (55) تلميذة والمتوسط الحسابي لإجاباتهم على مقياس الدافعية للإنجاز يقدر بـ (47,73) بانحراف معياري (11,36)، أمّا الذكور فيقدر عددهم بـ (45) ويمتوسط حسابي (43,62) وبانحراف معياري (10,15).

من خلال النتائج الأولية تم حساب اختبار (T) للفروق، حيث تم التوصل إلى أنّ قيمة (T) تقدر بـ (-1,88) وعند مقارنة قيمة (P) والتي قدرت بـ (0,06) بمستوى الدلالة (0,05) تبين لنا أنّ قيمة (P) أكبر من مستوى الدلالة (0,05).

وبالتالي نستنتج أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث).

### - تحليل وتفسير النتائج المتعلقة بالفروق في الدافعية للإنجاز حسب متغير الجنس:

تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس (ذكور وإناث). يمكن تفسير هذا أن الجنس ليس العامل الرئيسي الذي يؤثر على مستوى دافعية التلاميذ لتحقيق أهدافهم الأكاديمية، فالدافعية للإنجاز هي سمة فردية قد تتأثر بعدد من العوامل الشخصية والبيئية التي تتجاوز التمييز بين الذكور والإناث. فمن الممكن أن تكون العوامل التي تحفز التلاميذ على النجاح مثل

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

الطموحات الشخصية، الأهداف المستقبلية، والدعم الأسري، ذات تأثير أكبر من الجنس. على سبيل المثال، قد يكون التلميذ، سواء كان ذكراً أو أنثى، مدفوعاً بتحقيق درجات أكاديمية عالية أو الالتحاق بالتخصصات التي يحبها، بغض النظر عن الجنس. وبالتالي من غير المرجح أن يؤثر الجنس بشكل جوهري في دافعية التلاميذ للإنجاز إذا كانت هذه العوامل متشابهة بين الجنسين. إضافة إلى ذلك، قد يعكس غياب الفروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز أن البيئة المدرسية والظروف الاجتماعية قد تكون قد تغيرت بما يسمح للذكور والإناث بالتمتع بفرص متساوية في التعبير عن دافعيتهم الأكاديمية. في بعض الأحيان، قد تكون القيم والمفاهيم الاجتماعية قد تطورت بحيث لا يشكل الجنس فارقاً كبيراً في نظرة الفرد إلى التعليم والإنجاز الأكاديمي. كما أن التلميذ سواء كان ذكراً أو أنثى، قد يتأثر أيضاً بنفس الضغوط النفسية والتحديات الأكاديمية، مما يؤدي إلى تقارب في الدافعية للإنجاز بين الجنسين. قد يجد كل من الذكور والإناث في محيطهم المدرسي أو العائلي الدعم نفسه، مما يساهم في تعزيز رغبتهم في التفوق وتحقيق الأهداف الدراسية.

بذلك، تشير هذه النتيجة إلى أن العوامل التي تحدد دافعية التلاميذ للإنجاز قد تكون أكثر تعقيداً من مجرد التمييز بين الجنسين، بل تتداخل مع مجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية والتعليمية التي لا تتعلق بالجنس بحد ذاته.

اتفقت نتائج دراستنا الحالية مع نتائج دراسة بن زينب (2017) حول "الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ التعليم الثانوي في الجزائر"، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة

## الفصل الرابع: عرض وتفسير وتحليل النتائج

إحصائية في مستويات الدافعية للإنجاز بين الذكور والإناث في التعليم الثانوي، مما يبرز أن الدافعية للإنجاز قد تكون متأثرة بعوامل أخرى غير الجنس مثل البيئة التعليمية والأسرة. كما اتفقت مع نتائج دراسة سليم (2019) حول "الدافعية للإنجاز وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في التعليم الثانوي"، التي أظهرت عدم وجود اختلافات ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الدافعية للإنجاز. وأكدت الدراسة أن المتغيرات الشخصية والعوامل الاجتماعية هي التي تلعب الدور الأكبر في تحديد مستويات الدافعية.

وفي دراسة أجراها حمد (2018) حول "مستوى الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ التعليم الثانوي في مصر"، تم التأكد من عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدافعية للإنجاز، حيث أظهرت النتائج أن الجنس ليس له تأثير كبير على تحفيز الطلاب لتحقيق إنجازات أكاديمية.

من جهة أخرى، هناك دراسات أظهرت نتائج مغايرة، حيث تشير دراسة مصطفى (2016) حول "الفرق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الثانوية العامة"، إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث، حيث أظهرت الدراسة أن الإناث كانت أكثر دافعية للإنجاز مقارنة بالذكور، وهو ما يعكس تأثير العوامل الاجتماعية والنفسية المختلفة على الجنسين.

### خاتمة:

حاولنا من خلال دراستنا التعرف على الضغط النفسي، و كذلك موضوع الدافعية للإنجاز فقد حاولنا الإجابة عن التساؤل الرئيسي لبحثنا ألا وهو هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟ ذلك حيث أن هذا الموضوع قد يكون من أحد الأسباب الهامة في فشل المنظومة التربوية بصفة عامة باعتباره يركز ويمس أهم عنصر وهو المتمدرس (التلميذ) . لذا وجب البحث في المصادر والأسباب التي تشكل مصدر الضغوط النفسية وتأثير ذلك على دافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة وذلك تبعاً لمتغير الجنس ( الذكور، الإناث) . وبالتالي نجد أن نتائج دراستنا تتفق مع العديد من دراسات التي قام بها الباحثين.

إن دراسة الضغط النفسي والدافعية للإنجاز في الوسط المدرسي ( الثانوي) هي دراسة واسعة نطاق، لذا يجب إعادة هذا الموضوع على عينة أكبر ولمدة أطول وبأكثر دقة من أجل الوصول إلى نتائج معالة تساعد على وضع استراتيجيات وطرائق تساهم في مساعدة التلاميذ على معرفة طاقتهم وقدراتهم وكفاءاتهم الداخلية الموجودة لديهم واستثمارها في مختلف الميادين.

توصلنا من خلال هذه الدراسة إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغط

النفسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. وعدم وجود فروق ذات دلالة

## خاتمة

---

احصائية في مستويات الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وفقا للجنس وفي

الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حسب الجنس.

## الإقتراحات

**الإقتراحات:** على ضوء النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة تقترح الباحثتان ما يلي:

\_ تنظيم برامج ودورات إرشادية توجيهية للتلاميذ في المؤسسات التعليمية لمعرفة أنواع وشدة الضغوط التي يعاني منها التلاميذ وكذا تعريفهم ببعض الأساليب والطرق التي تساعدهم على مواجهة الضغوط النفسية المتنوعة والعمل على خفضها.

\_ إجراء دراسات حول علاقة الضغط النفسي بالدافعية للإنجاز إضافة إلى العوامل التي لها علاقة بارتفاع مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ التعليم ثانوي.

\_ يجب تعزيز الهياكل التنظيمية وتوفير الوسائل البيداغوجية لتسهيل العملية التعليمية وزيادة دافعية الإنجاز لدى تلاميذ.

\_ الاهتمام بتحديث طرق التدريس والمنهج الدراسي واستخدام الوسائل المشوقة حتى لا يمل التلاميذ من الدراسة ولا يفقدون التركيز.

\_ إعطاء الفرص للمتعلمين في الاشتراك في اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية، لأن ذلك يحسبهم بتقدير المؤسسة لآرائهم، وهذا بدوره يساعد في زيادة استراتيجيات تعزيز دافعية الإنجاز لديهم.

\_ إعداد برامج تدريبية وذلك لتقديم الدعم النفسي والمساندة لمواجهة الآثار الناتجة عن الضغوط النفسية .

# قائمة المراجع

## المراجع باللغة العربية

- 1- أبو علام ، رجاء محمود ، (2006) . مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية ، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية.
- 2- الأعرس ، صفاء (1984). برنامج لتنمية دافعية الإنجاز لدى التلاميذ القطريين في مختلف مراحل التعليم ، مذكرة ماستر ، جامعة قطر.
- 3- الشبلي ، تاييلور (2008). علم النفس الصحي ، عمان ، دار حامد.
- 4- الشيخاني ، سمير ( 2003 ) .الضغط النفسي طبيعته وأسبابه المساعدة الذاتية المدوات الطبيعية . لبنان : دار الفكر العربي.
- 5- العبد ، ميسر (2013) . استراتيجيات التعامل مع ضغوط العمل ، عمان الأردن، دار البداية ناشرون وموزعون .
- 6- العبودي، فاتح (2008) . الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي ، رسالة ماجستير ، جامعة قسنطينة ، الجزائر.
- 7- العيسوي ، عبد الرحمان ( 1988 ). علم النفس التربوي. مصر : دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع.
- 8- الهاشمي ، لوكيا ( 2006 ) . الإجهاد ، عين مليلة ، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع.

- 9- الهاشمي، لوكيا ، الشافعي ، بوعجوج(2015). سلطة الوالدين وعلاقتها بالصراعات المختلفة لدى المراهقين في الوسط المدرسي، عمان ، دار الأيام.
- 10- بن زروال ، فتيحة ( 2008 ) . أنماط الشخصية وعلاقتها بالإجهاد ، رسالة دكتوراه ، قسم علم النفس العيادي ، قسنطينة الجزائر ، جامعة منتوري .
- 11- بن زينب، مريم. (2017) .الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ التعليم الثانوي في الجزائر . مجلة العلوم النفسية والتربوية، 28(3)، 142-156.
- 12- بن علي ، علي ( 2001 ) . أثر ضغوط الحياة على صحة النفسية والتنبؤ بالتوافق لدى أساتذة التعليم الثانوي ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر.
- 13- بنت علي بن عبدالله الشندودي، خالصة(2014). تأكيد الذات ودافعية الإنجاز لدى المشرفين التربويين بمحافظة الظاهرة في سلطنة عمان ، رسالة ماجستير ، قسم التربية ، جامعة نزوى ، عمان.
- 14- بنت علي بن ناصر ، فاطمة ( 2018 ) .الضغوط النفسية المدركة وأساليب التعامل معها لدى تلميذات المرحلة الثانوية المتوفقات والمتأخرات دراسيا. مجلة كلية التربية ، جامعة طنجا مصر .
- 15- بني يوسف ، ومحمد محمود (1999). الدافعية نظريات وتطبيقات ، القاهرة ، مركز الكتاب للطباعة والنشر.

- 16- بوبندير ، عبد الرزاق (2003) .دروس في القانون الجنائي. الجزائر : الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية.
- 17- بوقسارة ، منصور (2008). تقدير الذات والإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ الثانوية رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، القاهرة ، جامعة حلوان.
- 18- بومدين، فوزية. (2019) .الضغوط النفسية والتكيف معها في صفوف التعليم الثانوي . مجلة العلوم التربوية والنفسية، 18(2)، 102-118.
- 19- بوناب ، رضوان إبراهيم (2013). الضغط النفسي لدى عمال قطاع المحروقات وعلاقته بالدافعية نحو الإنجاز . رسالة ماجستير ، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا ، جامعة سطيف ، الجزائر .
- 20- تامر ، حسين ، سمران ، علي (2014) سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها ، عمان ، الأردن ، دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع .
- 21- جبالي، صباح ( 2012) . الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها لدى أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون ، رسالة ماجستير ، قسم علم النفس، جامعة سطيف الجزائر .
- 22- حداد ، نسيمة (2001). علاقة الدافع للإنجاز والقلق بالنجاح في امتحان البكالوريا ، رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي ، الجزائر . 25\_ حسن عبدالله ، فرح منى )

- 2009). الضغوط النفسية وعلاقتها باحتياجات أولياء الأمور غير العاديين ، رسالة ماجستير ، جامعة السودان.
- 23- حمد، سامي. (2018). مستوى الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ التعليم الثانوي في مصر .مجلة علم النفس التعليمي، 19(1)، 111-124.
- 24- حميدة ، زهرة (2006) . تقدير الذات والدافعية للإنجاز عند المراهقين المتمدرسين، رسالة ماجستير ، الجزائر.
- 25- خليفة ، عبد اللطيف(2000). الدافعية للإنجاز ، القاهرة ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- 26- رحمانى، مصطفى. (2020). الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز في التعليم الثانوي .مجلة التعليم الثانوي، 29(1)، 210-225.
- 27- سعدالله ، زينب هنده و دخان ، ليلي ( 2010 ) . علاقة الضغوط العاملين . مذكرة، ماسترن جامعة الوادي.
- 28- سليم، فؤاد. (2019). الدافعية للإنجاز وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في التعليم الثانوي .مجلة البحوث التربوية، 24(2)، 75-89.
- 29- سيد ، نوال (2009). الضغط النفسي وتأثيره على الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا رسالة ماجستير جامعة الجزائر.

30- شارف ، جميلة ( 2007 ) . الضغوط النفسية لدى تلميذات مرحلة التعليم المتوسط ، مجلة التنمية البشرية ، الجزائر ، 8.

31- شريفي ، هناء ( 1996 ) . استراتيجيات المقاومة وتقدير الذات وعلاقتها بالعدوانية لدى المراهق ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر.

32- صحراوي ، أمينة ، عبايدة ، بسمة ( 2016 ) . الضغط النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز ، قالمة ، مذكرة ماستر.

33- صفوت ، فرج ( 2008 ) . علم النفس الإكلينيكي ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية.

34- صوشي ، كمال ( 2007 ) . مساهمة في دراسة أثر نظام العمل بالعقود على دافعية العمل في المؤسسات الصناعية ، رسالة ماجستير ، جامعة منتوري ، قسنطينة ، الجزائر.

35- صولي ، إيمان ( 2014 ) . المناخ المدرسي وعلاقته بالصدمة النفسية لدى عينة من تلاميذ التعليم المتوسطة والثانوي، رسالة ماجستير ، جامعة سطيف 2، الجزائر.

36- عبيدي ، سميرة ( 2011 ) . الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكات العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس ، رسالة ماجستير ،

37- عصفور غدي ، عمر محمد ( 2012 ) . الضغوط النفسية لدى أمهات المراهقين التوحدين، رسالة ماجستير منشورة ، جامعة عمان.

- 38- عطا كريم ، عبد الكريم ( 2014 ) . الضغوط النفسية لدى المراهقين ومفهوم ذاته، عمان، دار الحامد.
- 39- علي بن محمد مرعي، مجمي ( 2006 ). دافعية الإنجاز الدراسي وقلق الاختبار وبعض المتغيرات الأكاديمية ، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة أم القرى ، السعودية.
- 40- علي، محمد. (2016) .الضغوط النفسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي في الجزائر . مجلة الدراسات النفسية والتربوية، 15(2)، 112-125.
- 41- عوض ، محمود عباس ( 1999 ) . المدخل إلى علم النفس النمو الطفولة ، المراهقة ، الشيخوخة . الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية.
- 42- عيد، سلطان ، العنزي ، سلطان (2019). الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية الإنجاز لدى عينة من المعلمين والمعلمات الكويتيين في المدارس المرحلة الثانوية في دولة الكويت ، رسالة ماجستير ، قسم الإرشاد النفسي المدرسي، جامعة الكويت.
- 43- غايد ، حسن علي (2006) . المشكلات النفسية الاجتماعية رؤية تفسيرية ، القاهرة ، مؤسسة طيبة.
- 44- قطامي، يوسف (1992) . الدافعية للتعلم الصفي لدى طلبة الصف العاشر ، مجلة الدراسات ، عمان ، 20 ، 2.

- 45- كادي، محمد (2016) . علاقة أساليب التفكير بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير ، قسم علم النفس ، جامعة أبي بكر بلقايد ، تلمسان ، الجزائر .
- 46- كفاي ، علاء الدين ( 1999 ) . الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الإتصالي، القاهرة ، دار الفكر .
- 47- لزهري، فوزية. (2017) .(الضغوط النفسية وتأثيرها على التلاميذ في التعليم الثانوي .مجلة العلوم التربوية، 18(3)، 98-111.
- 48- لطفي، حنان. (2018) .الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .مجلة البحوث التربوية، 22(3)، 159-173.
- 49- مختار عبد العزيز، منى (1999). بناء مقياس دافعية الإنجاز لدى الناشئين الرياضيين، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، القاهرة ، جامعة وهر
- 50- مصطفى، عادل. (2016) .الفرق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الثانوية العامة .مجلة علم النفس التربوي، 14(4)، 62-75.
- 51- معمري ، بشير ( 2012 ) . سيكولوجي الدافع إلى الإنجاز ، تقنين أربع استبيانات لقياسه، الجزائر ، دار الخلدونية للنشر والتوزيع .
- 52- نوفل، محمد بكر ( 2011 ) . علم النفس التربوي، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .

- 53\_ أبي إسماعيل ، عبد الحميد ، حمودين ، إلياس ( 2018 ). الضغط النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني عند تلاميذ الطور الثانوي . مجلة دراسات في علوم الإنسان والمجتمع ، جامعة غرداية الجزائر 02، 01.
- 54\_ دخان ، صهيب ( 2010 ). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية . رسالة ماجستير ، علم النفس التربوي ، جامعة عمان العربية.
- 55-الدواسية ، فاطمة (2013) . الضغوط النفسية والأزمات النفسية وأساليب المساندة، عمان، دار المنهاج.
- 56-الرشيدي ، هارون توفيق(1999) . الضغوط النفسية طبيعتها نظريتها برنامج لمساعدة الذات في علاجها ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية.
- 57-الشخانية ، عبد المطيع أحمد ( 2010 ). التكيف مع الضغوط النفسية ، الأردن ، دار حامد للنشر والتوزيع.
- 58-الشربيني ، لطفي ( 2003 ). الطب النفسي وهوم الناس . دار المعارف.
- 59-الشرقاوي ، أنور (2012) . التعلم نظريات وتطبيق . مصر ، مكتبة الأنجلو المصرية .
- 60-بغيجة ، إلياس ( 2006 ) . استراتيجيات التعلم مع الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى القلق الاكثئاب لدى المعاقين حركيا ، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

- 61-جاب الله، أحمد. (2019). الضغوط النفسية لدى طلاب التعليم الثانوي في مصر . مجلة التربية والتعليم، 22(4)، 57-72.
- 62-جمال، أحمد. (2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي .دورية دراسات نفسية تربوية، 32(4)، 175-190.
- 63-رشاد عبد العزيز، موسى و أبو ناهية ، صلاح الدين محمد (1988). الفرق بين الجنسين في الدافع للإنجاز ، مجلة علم النفس ، 81.91.
- 64-ساعد ، شفيق ( 2010 ) . مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى المراهقين، رسالة ماجستير ، قسم علم النفس الاجتماعي، جامعة بسكرة ، الجزائر.
- 65-شقيير ، زينب (1998) .مقياس مواقف الحياة الضاغطة . القاهرة ، دار الكتاب الحديث.
- 66-عسكر، علي ( 2009 ) . ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها ، القاهرة ، دار الكتاب الحديث.
- 67 -محمد، حسن. (2018). الضغوط النفسية في صفوف التعليم الثانوي وعلاقتها بالجنس .مجلة علم النفس المعاصر، 26(1)، 35-50.

المراجع باللغة الأجنبية:

1-Hammen, C. (2005). Stress and Depression in Adolescents: The Role of Cognitive Processes. *Psychiatry Research*, 136(1), 31-38. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2005.01.003>

-Zimmerman, Barry J., Bandura, Albert, & Martin, William A. (2000). Self-Regulated Learning and Academic Achievement in High School Students. *Journal of Educational Psychology*, 92(4), 698-704. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.92.4.698>

الملاحق