جامعة مولود معمري –تيزي وزو–
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط المدرسي لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا

مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي

تخصص إرشاد مدرسي

من إعداد الطالبتين:
- محمودي غانية
- غروط نوارة

تحت إشراف الأستاذة:
عليوان مليكة

السنة الجامعية: 2018/2017م

كلمة شكر

بسم الله الرحمن الرحيم والصّلاة والسّلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.

الحمد لله الذي خلق القلم وعلم الإنسان ما لم يعلم، فالحمد لله الذي لا ينتهي فضله ولا عطاءه، الذي أهدنا الصحة والعافية وأنار دربنا بالصبر والعزيمة لإتمام هذا العمل المتواضع، وعمل بقول نبينا المصطفى: «من لم يشكر الناس لم يشكر الله»، ولقوله تعالى: ﴿ولإن شكرتم لأزيدنكم﴾

وبعد نتقدم بأسمى عبارات الشكر إلى كل من ساعدنا وساندنا طوال مشوار العمل ونخص بالذكر الأستاذة المشرفة "عليوان" التي لم تبخل علينا بنصائحها القيمة وتواضعها معنا والتي سخرت لنا كل الإمكانيات اللازمة لإتمام بحثنا هذا.

ونتقدم بأسمى كلمات الشكر والتقدير والإحترام إلى كل عمال وأساتذة وتلاميذ ثانويات أوديعي محمد بأيت عيسى ميمون وثانوية متعددة الاختصاصات موزارين سعيد وثانوية لعدلاني عمر بمعاتقة

شكرا

إهداء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين، أما بعد:

أهدي ثمرة جهدي إلى مصدر الحب والحنان، ورمز التضحية والأمان، إلى من ربتني وأنارت دربي وأعانتني بالصلوات والدعوات، إلى أغلى إنسان في هذا الوجود

"أمي الحبيبة".

إلى من كان عونا لي وسندا لي، إلى من كلله الله بالهيبة والوقار، إلى من علمني العطاء بدون انتظار، إلى من أحمل اسمه بكل إفتخار "أبي الغالي"، أرجو من الله أن يمد في عمره.

حيث قال فيهما جلّ جلاله:

﴿وقضى ربّك أن لا تعبد وإلا إياه وبالوالدين إحسانا﴾

إلى إخوتي: "مجيد ورشيد"

إلى أخواتي: "نادية وزاهية".

نوارة

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم.

أهدي هذا العمل المتواضع إلى

تلك الومضة الجميلة رمز الحب والحنان والعطاء والتي كانت دائما بجانبي أمي الغالية حفظها الله.

إلى رمز التضحية والفداء والعطاء الذي لا ينتهي والذي لا طالما كان سندا لي في كل شيء أبي العزيز حفظه الله.

إلى جميع إخوتي وأخواتي خاصة قرة عيني أخي الصغير ماسينيسا وابن أختي الغالي ونيس حفظهم الله إلى أختي الغالية فروجة التي وقفت بجانبي منذ البداية وساعدتني في كل شيء إلى كل ساندني خلال المشوار الدراسي من قريب أو من بعيد.

غانية

ملخّص الدّراسة:

هدفت هذه الدّراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، كما تسعى الدّراسة إلى معرفة الفروق بين الجنسين لكلا المتغيرين، وبذلك تمّ بناء الإطار النّظري للدّراسة يجمع أهم الجوانب المعرفية التي تتضمنها متغيرات الدّراسة لكلّمن المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي والتّعليم الثانوي، وأجريت الدّراسة بثانويتين "لعدلاني عمر" و"ثانوية متعدّدة الاختصاصات" ببلدية معاتقة ولاية تيزي وزو على عيّنة حجمها "100" تلميذ وتلميذة وحدّدت إشكالية الدّراسة في التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- هل توجد فروق بين التلاميذ السّنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية تعزي لمتغير الجنس.
- هل توجد علاقة بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي تعزي لمتغير الجنس.

وانطلاقا من التساؤلات المطروحة قمنا بصياغة الفرضيات التّالية:

***الفرضية الأولى:**

- توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

***الفرضية الثانية:**

- توجد فروق بين الجنسين (ذكور، وإناث) فيما يخص متغير المساندة الاجتماعية.

***الفرضية الثالثة:**

– توجد فروق بين الجنسين (ذكور وإناث) فيما يخص متغير الضغط المدرسي.

كما اعتمدنا في هذه الدّراسة على المنهج الوصفي واستخدمنا الأدوات التالية: مقياس المساندة الاجتماعية للباحثة "فوزية إبراهيم ربّاح الكردي" سنة 2012 المكيف على البيئة الجزائرية ومقياس الضغط المدرسي للباحث "لطفي عبد الباسط إبراهيم" سنة "2009" المكيف على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة "عبدي سميرة" ولقد تمّ تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية والوصفية باستخدام نظام "SPSS.20" وأظهرت نتائج الدّراسة ما يلي:

- لا توجد علاقة بين المساندة الإجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- لا توجد فروق بين الجنسين (ذكور، إناث) فيما يخص متغيّر المساندة الاجتماعية.
- لا توجد فروق بين الجنسين (ذكور، إناث) فيما يخص متغير الضّغط المدرسي، وفي الأخير قمنا بطرح بعض الاقتراحات.

الفهرس

كلمة شكر .....أ

إهداء .....ب

ملخّص الدّراسة.....د

فهرس الجداول .....م

مقدمة.....1

1-إشكالية البحث 3

2-فرضيات الدراسة 4

3-أهداف الدراسة 5

4-أهمية الدراسة 5

5-أسباب اختيار الموضوع.....5

6-متغيرات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية 6

7-الدراسات السابقة للمساندة الاجتماعية.....6

8-الدراسات السابقة للضغط المدرسي.....8

9-التعليق والتعقيب على الدراسات السابقة 9

الفصل الأول

المساندة الاجتماعية

تمهيد 12

1-تعريف المساندة الاجتماعية.....13

2- أنواع المساندة الاجتماعية 14
2-1-الدعم الودي (التقدير) 14
2-2-الدعم المعلوماتي 14
2-3-المساندة العاطفية او الوجدانية 14
2-4-المساندة المادية (الوسيلية) 15
3- النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية 15
3-1-النظرية البنائية 15
3-2-النظرية الوظيفية (la théorie fonctionnelle)..... 16
3-3-النظرية الكلية (la théorie générale) 16
3-5-نظرية المقارنة الاجتماعية (la théorie de la comparaison sociale) 17
4-خصائص المساندة الاجتماعية 17
5-مصادر المساندة الاجتماعية..... 18
6-دور المساندة الاجتماعية في حالات الأفراد 20
7-أهمية المساندة الاجتماعية..... 20
8-المساندة الاجتماعية والصحة 21
خلاصة الفصل 25

الفصل الثاني

الضغط المدرسي

تمهيد 27

1-لمحة تاريخية حول مفهوم الضغط 28
2-تعريف الضغط النفسي 29
3-تعريف الضغط المدرسي 29
4-مظاهر وأعراض الضغط المدرسي 30
4-1-الأعراض الفزيولوجية 30
4-2-الأعراض السلوكية 31
4-3-الأعراض الانفعالية 31
4-4-الأعراض النفسية 31
5-المشكلات التي يتعرض لها التلميذ في المدرسة 31
6-الفرق بين الذكور والإناث في التعرض للضغوط المدرسية 32
7-مصادر وعوامل الضغط المدرسي 33
7-1-العوامل الأسرية 33
7-2-العوامل الشخصية 35
7-3-العوامل المدرسية 36
7-4-الاختبارات ومشكلة السرحان 38
7-5-الأسلوب الإداري الساند في المدرسة 39
8-آثار الضغط المدرسي 39
8-1-الآثار الفزيولوجية 39
8-2-الآثار النفسية 40

8-3-الآثار المعرفية 40
8-4-الآثار الانفعالية 40
8-5-الآثار السّلوكية 40
9-إدارة الضغوط لدى الطلاب..... 41
10-استراتيجيات مواجهة الضغط المدرسي..... 42
10-1-التدريب على الاسترخاء..... 42
10-2-التأمل 43
10-3-إعادة التقويم..... 43
10-4-التدريب على السلوك التوكيدي 43
10-5-التدريب على إدارة الوقت..... 43
10-6-إعداد التقييم المعرفي..... 44
خلاصة الفصل 46

الفصل الثالث

التعليم الثانوي

تمهيد 48
1- التعليم الثانوي في الجزائر بين النشأة والتطور 49
1-1- التعليم الثانوي قبل الاحتلال..... 49
1-2- التعليم الثانوي في عهد الاحتلال 49
1-3- التعليم الثانوي بعد الاستقلال (1962-2005)..... 51

2-تعريف التعليم 54
3-تعريف التعليم الثانوي 55
4-مميزات التعليم الثانوي 56
5-مهام التعليم الثانوي 57
6-أهداف التعليم الثانوي 58
7-المشكلات التي يتعرض إليها طلاب المرحلة الثانوية 59
8-مبررات إصلاح التعليم الثانوي 61
9-أهمية التعليم الثانوي 62
خلاصة 64

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

1-التذكير بفرضيات الدراسة 67
2- الدراسة الاستطلاعية 67
2-1-الهدف من الدراسة الاستطلاعية 67
2-2-عينة الدراسة الاستطلاعية 68
2-3-مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية 68
2-4-كيفية إجراء الدراسة الاستطلاعية 68
3- الدراسة الأساسية 69

4-منهج الدراسة 70
5-مجتمع البحث..... 70
5-تحديد عينة البحث 71
6- خصائص عينة البحث 72
7-أدوات الدراسة..... 73
8-الأساليب الإحصائية المستعملة..... 73
8-1-معامل ارتباط بيرسون..... 73
8-2- النسبة المئوية 75
8-3- المتوسط الحسابي 75
8-4- الانحراف المعياري..... 75
وهذه الأساليب الإحصائية تطبق على برنامج Spss (برنامج الحزمة الإحصائية في العلوم الإنسانية) 75
9-أدوات الدراسة..... 76
9-1 مقياس الضغط المدرسي..... 76
10-مقياس المساندة الاجتماعية..... 79
10-1- أبعاد المقياس 79
10-2-تصحيح المقياس 80

الفصل الخامس

عرض وتفسير النتائج

1-عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى 82

2-عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية 84

3-عرض وتفسير الفرضية الثالثة 86

الإستنتاج العام 88

الاقتراحات 89

قائمة المراجع 91

الملاحق 98

فهرس الجداول

جدول رقم 1 : يمثل توزيع أفراد مجتمع البحث: 71
جدول رقم 2: يمثل توزيع إفراد العينة حسب متغير الجنس: 72
جدول رقم 3: يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير السن..... 73
جدول رقم 4: توزيع الإبعاد لبنود الضغط المدرسي: 76
جدول رقم 5: توزيع العبارات الايجابية والعبارات السلبية بالنسبة لمقياس الضغط المدرسي .. 78
جدول رقم 6: قيم معامل الارتباط بيرسون بين درجات المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي: 82
جدول رقم 7: يمثل نتائج اختبار " T" للفروق بين الجنسين "تلاميذ وتلميذات المتمدرسين في السنة الثالثة ثانوي" فيما يخص المساندة الاجتماعية..... 84
جدول رقم 8: يمثل نتائج اختبار للفروق بين الجنسين (ذكور. إناث) المتدرسين في السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي. 86

مقدمة:

تعتبر المساندة الإجتماعية من المفاهيم التي حظيت باهتمام كبير من قبل الباحثين وذلك لإدراكهم مدى أهميتها في حياة الأفراد، يمر التلاميذ في المدارس لأنواع من الضغوطات والمشكلات التكيفية التي من شأنها أن تزيد لديهم القلق الاجتماعي واحتمال تطوره تدريجيا والمعاناة من آثاره مستقبلا مما يؤثر سلبا في سلوك التلاميذ فهم بحاجة إلى العلاقات الحميمية التي تربط الفرد بالآخرين والتي يشعر الفرد من خلاله بأنه جزء من المجموع وأن هناك من يشاركه أفكاره واهتمامه ويمد له يد العون إذ ما احتاج المساعدة إذ أن مفهوم المساندة الاجتماعية يشير إلى طبيعة بناء الروابط الاجتماعية بين الفر كما أنها تعد متغيرا هاما في الوقاية وتنمية الصحة بجوانبها النفسية والعضوية حيث أثبتت دراسات علمية وطنية وبنائية وحديثة الفوائد الصحية الوقائية والإنمائية للمساندة الاجتماعية على صحة وسلامة العقل والجسم كما أنها تخفق لنتائج الأحداث الضاغطة والصدمات النفسية، فالأشخاص الذين يمرون بأحداث وصدمات مؤلمة لتعاون استجاباتهم السلبي مثل القلق والاكتئاب لتلك الأحداث.

تبعا لتوفر مثل هذه العلاقات الودودة والمساندة حيث يزداد احتمال التعرض لاضطرابات نفسية كلما تقص مقدار المساندة الاجتماعية فالضغوطات المدرسية التي نجدها في المدارس تكون نتيجة لانعدام المساندة الاجتماعية.

ولذلك سنحاول معرفة إذا كان هناك علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، حيث قسمنا بحثنا إلى الجانب النظري الذي يحتوي على ثلاثة فصول:

الفصل الأول: المساندة الاجتماعية، أين تعرضنا إلى تقديم تعريف المساندة الاجتماعية، أنواعها، النظريات المفسرة لها، خصائصها ومصادرها، دورها في حياة الأفراد، أهميتها وعلاقتها بالصحة

الفصل الثاني: الضغط المدرسي: تطرقنا فيه إلى تقديم لمحة تاريخية حول مفهوم الضغط، تعريف الضغط النفسي، تعريف الضغط المدرسي وأغراضه، المشكلات التي يتعرض لها التلاميذ في المدرسة، الفرق بين الذكور والإناث في التعرض للضغوط المدرسية، مصادر وعوامل الضغط المدرسي وآثاره، إدارة الضغوط المدرسية واستراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية.

الفصل الثالث: التعليم الثانوي: فيه تطرقنا إلى نشأة وتطور التعليم الثانوي في الجزائر، تعريف التعليم والتعليم الثانوي، مميزات المرحلة التعليمية الثانوية، مهام التعليم الثانوي وأهدافه في الجزائر، المشكلات التي يتعرض إليها طلاب المرحلة الثانوية، مبررات إصلاح التعليم الثانوي وأهميته.

والجانب التطبيقي الذي يحتوي على فصلين

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة: أين قمنا بالتذكير بفرضيات الدراسة، الدراسة ، الدراسة الأساسية، منهج الدراسة، مجتمع البحث، تحديد عينة البحث، خصائص عينة البحث، أدوات الدراسة، الأساليب الإحصائية المستعملة، أدوات الدراسة ومقياس المساندة الاجتماعية

الفصل الخامس: عرض وتفسير النتائج: وفيه قمنا بعرض وتفسير نتائج الفرضيات وإستنتاج العام وجملة من الاقتراحات

الجانب النظري

الفصل التمهيدي:

الإطار العام لإشكالية البحث

1-إشكالية البحث:

شهد العالم مع بداية القرن الحادي والعشرين حقبة جديدة ومتميزة من تطورات في مختلف المجالات، في وقتنا الحاضر يتعرض التلاميذ إلى أنواع مختلفة من الأزمات والضغوط الاقتصادية والاجتماعية والنفسية والتي تؤثر على تصرفاتهم وسلوكاتهم، يعد التلاميذ الصفوة المختارة لأي مجتمع وبقدر ما يكون عليهم من علم وخلق وكفاءة وبقدر ما يؤدي ذلك إلى تقدم المجتمعات وهم آمال الأمة وأداة التنمية والتجديد في الجوانب الاقتصادية والاجتماعية والتربوية والتقنية فضلا، فهم العنصر الأساسي في بناء المجتمعات، حيث يشهد التلاميذ في المدارس لأنواع كثيرة من الضغوطات والمشكلات التكيفية التي من شأنها أن تزيد لديهم القلق الاجتماعي واحتمال تطوره تدريجيا والمعاناة مستقبلا، مما يؤثر سلبا على سلوكهم وتحصيلهم الدراسي وطريقة تعاملهم مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، والتلاميذ بحاجة إلى العلاقات التي تربط الفرد بالآخرين والتي يشعر الفرد من خلالها أن هناك من يشاركه أفكاره واهتمامه ويمد له يد العون إذا احتاج المساعدة إذا أن مفهوم المساندة الاجتماعية يشير إلى طبيعة بناء الروابط الاجتماعية بين الفرد والآخرين من ذوي الأهمية في حياته وبذلك فهو يشتمل وجوده الأبوين الإخوة والأخوات والأقارب والأصدقاء والعلاقة بالجنس الآخر والجيران والزملاء والزميلات والأساتذة، إذ تعد كلها مصادر مهمة للمساندة الاجتماعية وهي تقدم المساندة خلال فترات الشدائد والأزمات، ولأن لكل جيل همومه ومشاكله ومتاعبه وطموحاته ولكل مرحلة في التاريخ ظروفها وخصوصيتها والإنسان وليد المجتمع والمرحلة وأن الوضع النفسي مرتبط بمعطيات الحياة في الفترة المعاشة ولعل الوضع النفسي للتلاميذ في أي مرحلة مؤشر حساس ومفيد لفهم ظروف المرحلة والتلاميذ أكثر شرائح المجتمع وغالبا ما يبقى آثار ومخلفات المناخ النفسي لمرحلة الشباب مطبوعة على معالم شخصية الإنسان في مراحل حياته اللاحقة ولذلك يتطلب علينا

مصاعقة المساندة الاجتماعية من أجل مساعدتهم خاصة فئة التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا.

ومن الطبيعي أن يكون لكل بحث مشكلة وإلا ما كان ثمة دافع طبيعي يؤدي بالإنسان إلى البحث والاستقصاء لاسيما في عصرنا الحالي الذي أصبح الإنسان يعيش فيه الكثير من التغيرات السريعة والمفاجئة ***(الأسدي، 2002: 167)***. ومن هنا جاء اهتمامنا بهذا الموضوع في المؤسسات التربوية وهو ضرورة دراسة المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط المدرسي لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا ومن هذا المنطلق نطرح التساؤلات التالية:

1. هل توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟
2. هل توجد فروق بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية تعزي إلى متغير الجنس (ذكر-أنثى).
3. هل توجد فروق بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي تعزي إلى متغير الجنس (ذكر-أنثى).

2-فرضيات الدراسة:

2-1-الفرضية الأولى:

توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2-2-الفرضية الثانية:

توجد فروق بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية تعزي إلى متغير الجنس (ذكر – أنثى).

2-3-الفرضية الثالثة

توجد فروق بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي تعزي إلى متغير الجنس (ذكر-أنثى).

3-أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين الضغط المدرسي والمساندة الاجتماعية لدى التلاميذ المقبلين على شهادة التعليم الثانوي.
- التعرف على الفروق الموجودة بين التلاميذ المقبلين على إمتحان شهادة البكالوريا من حيث الشعبة في كل من الضغط المدرسي والمساندة الاجتماعية.
- الكشف أو التعرف على الفروق بين الجنسين من التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة التعليم الثانوي في كل من الضغط المدرسي والمساندة الاجتماعية.

4-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في كونها من المواضيع البارزة المتعلقة بحياة التلاميذ في المدرسة، فالضغط المدرسي له تأثير على تحصيل التلميذ وعلى نفسيته، فهدفنا من هذه الدّراسة هو إلقاء الضوء لمعرفة الأهمية البالغة للمساندة الاجتماعية في حياة التلاميذ ومدى تأثير الضغط المدرسي عليها.

5-أسباب اختيار الموضوع:

- الرغبة في معرفة مدى وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي؛
- معرفة إذا كان هناك فروق بين الجنسين فيما يخص المساندة الاجتماعية؛
- معرفة إذا كان هناك فروق بين الجنسين فيما يخص الضغط المدرسي؛
- إن هذا الموضوع لم يدرس بطريقة مكثفة من قبل رغم أهميته؛
- البحث عن عوامل ظهور الضغط المدرسي ومظاهره ومدى ارتباطه بالمساندة الاجتماعية.

6-متغيرات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

- **مفهوم الضغط المدرسي إجرائيا:** هو كل الدرجات المتحصل عليها بعد تطبيق مقياس الضغط المدرسي على الأفراد.
- **مفهوم المساندة الاجتماعية إجرائيا:** هي كل الدرجات المتحصل عليها عند تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية على الأفراد.

7-الدراسات السابقة للمساندة الاجتماعية:

7-1-دراسة شيماء أحمد محمّد أهراني (2009):

تحت عنوان "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالموهبة الإبتكارية لدى المراهقين بهدف معرفة طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهق والموهبة الابتكارية لديه ودراسة دور المساندة الاجتماعية في رفع مستوى الموهبة الابتكارية لدى الموهوبون ابتكاريا من المراهقين وإحباطها في منبعها، وقد أجريت الدّراسة في مركز "سوزان مبارك" الاستكشافي حدائق العينة على عينة قوامها (62) من طلاّب المرحلة الثانوية (32) إناث و(30) ذكور تتراوح أعمارهم (13-19سنة) مستخدمة إستمارة بيانات أوّلية ومقياس الموهبة الابتكارية ومقياس المساندة الاجتماعية التي قامت بإعداده بنفسها وتوصّلت الدّراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسّطي درجات مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في كلّ من التفكير الابتكاري والموهبة الابتكارية للمراهق لذلك لصالح مرتفعي المساندة الاجتماعية في جميع الحالات.

عدم وجود تأثير دال إحصائيا لتفاعل الثنائي بين الجنسين وكم المساندة الاجتماعية على درجات المراهقين في الموهبة الابتكارية. ***(شيماء محمّد، 2009: ص08)***

7-2-دراسة الهلول اسماعيل وعون محسن (2013):

عنوان الدّراسة هو المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرّضى عن الحياة والصّلابة النّفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الأزواج.

تهدف الدّراسة إلى التعرّف على علاقة المساندة الاجتماعية بالرّضى عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الأزواج.

يتكون مجتمع الدّراسة من (7194) ثمّ أخذ عيّنة من (129) إمرأة ممّن فقدت أزواجهن واستخدام الباحثان مقياس المساندة الاجتماعية والرّضى عن الحياة والصّلابة النفسية توصلت الدّراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والرّضى عن الحياة والصّلابة النفسية لدى المرأة فاقدة الزّوج، كما أظهرت أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والرّضى عن الحياة والصلابة النفسية تعزي لنوع الفقدان في حين وجدت فروق في متغيرات الدّراسة تعزي لنوع السكن، كذلك كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق في الرّضى عن الحياة لدى المرأة فاقدة الزوج تعزي للعمر ولصالح كبيرات السن ووجود أثر دال للمساندة الاجتماعية والصلابة النّفسية ***(الهلول ومحسن: 2013: ص220)***

7-3-دراسة قدور بن عباد موازية (2014):

تناولت الباحثة موضوع المساندة الاجتماعية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوّجات في قطاع الصّحة العمومية بوهران وذلك بهدف الكشف عن دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الآثار النّاجمة عن أحداث الحياة الضاغطة التي تواجهها المرأة المتزوّجة والعاملة في قطاع الصحّة العمومية في حياتها اليومية، طبّقت الدّراسة على عيّنة قوامها (242) عاملة (90) ممرّضة، (66) طبيبة، (86) عاملة بالإدارة

وتمّ الاعتماد في جمع المعطيات على الوسائل التالية تمّ استخدام معامل ارتباط برسون، النّسبة المؤوية، اختبار (T) تحليل التباين وهذا الإستفادة بالنّظام الإحصائي.

توصّلت الدّراسة إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الضغط العام والمساندة الاجتماعية أي كلّما كانت المساندة الاجتماعية التي تتلقاها المرأة المتزوجة والعاملة في قطاع الصحّة كبيرة كان الضغط النفسي منخفضا.

توجد فروق دالة إحصائيا بين العاملات المتزوجات في قطاع الصحّة العمومية في مستوى الضغوط النفسية تبعا لمستوى المساندة الاجتماعية ولصالح كلّ من منخفضي ومتوسطي المساندة عند مقارنتهن بمرتفعي المساندة الاجتماعية أي كلما كانت المساندة الاجتماعية كبيرة كانت آثار الضغط النفسي ضعيفة. ***(قدور بن عباد هوارية، 2019: 04)***

8-الدراسات السابقة للضغط المدرسي:

8-1-دراسة روبير وتانيك (1979):

عنوان هذه الدراسة هو "الكشف عن الفروق بين الذّكور والإناث في متغير الضغط النفسي"، وهذه الدراسة أجرياها على طلاّب الجامعات لتحديد استجاباتهم التوافقية للضغوط الأكاديمية وتوصّلت الدراسة إلى أنّ الإناث أكثر تعرّضا للضّغط النّفسي من الذّكور فقد أدرك الإناث إثني عشر حدثا على أنّها أكثر تعرّضا للضّغط النفسي من الذّكور مثل المرض، الوفاة، المشكلات العلائقية لأنّ تلك الأحداث تتعلق بالأمور العائلية والمنزلية بالإضافة إلى أنّ المجتمع يعامل الذّكور بطرق تختلف عن طرق تعامله مع الإناث. ***(جمعة السيّد يوسف، 2000: 391)***

8-2- دراسة باعلي (1983):

وهذه الدّراسة تتشابه مع دراسة "روبير وتانيك" حيث تناولن نفس العنوان وهو الدّراسة للكشف عن الفروق بين الذّكور والإناث في متغير الضغط النفسي وتوصلت هذه الدّراسة إلى نفس نتائج دراسة "روبير وتانيك" حيث وجد أنّ أدركن أكثر من الذكور عددا من الأحداث على أنّها ضغط نفسي وتمثل الفارق في 43 حدث. ***(جمعة السيد يوسف، 2000: 391)***

8-3-دراسة ديمونت وآخرون (2004):

دراسة تناولت مصادر الضغوط الشخصية النّفسية في علاقتها بالأداء المدرسي لطلاّب المرحلة الثانوية وبلغت العينة (374) طالبا في المدارس الثانوية بكندا من الجنسين وتمّ تطبيق مقاييس من الضغوط النفسية وفعّالية الذّات وتقدير الذّات والعزلة وضعف النّشاط مع الاستعانة بالدّرجات لاختبار الفصل الدّراسي الأوّل وأظهرت النتائج الدّراسية أنّ الامتحانات كانت أكثر مصادر الضغوط تهديدا والإناث أكثر شعورا بالضغط عن الذّكور بالإضافة سلبية العلاقة بين الضغوط المدرسية وكلّ فعالية الذّات وتقدير الذات وتأثير الأداء المدرسي بهذه الضغوط بشكل دال. ***(الأهواني هاني،2005:10)***

9-التعليق والتعقيب على الدراسات السابقة:

كانت دراسة "شيماء أحمد محمد أهواني" مهمّة جدّا للتوصل إلى نتائج نذكر منها، وجود فروق دالّة إحصائيا بين متوسّطي ومرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في كلّمن التّفكير والموهبة الابتكارية وهذا يوضّح إلى أنّ كلما زادت نسبة المساندة الاجتماعية كلما زادت نسبة التفكير الإبتكاري والموهبة الإبتكارية لدى الموهوبون ابتكاريا وهنا تظهر الأهمية الكبرى للمساندة الاجتماعية وكانت دراسة "إسماعيل وعون محسن" مهمة جدّا للتوصل إلى نتائج منها وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والرّضا عن الحياة

والصلابة النفسية لدى المرأة فاقدة الزّوج وهذه الدّراسة توضح أنّ كلما كانت المساندة الاجتماعية مرتفعة كلما زاد الرّضى عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة فاقدة الزّوج وكشف الدّراسة أيضا إلى أن هناك فروق في الرّضى عن الحياة تعزي للعمر والمساندة الاجتماعية تأثر بشكل كبير وإيجابي على كبيرات السّن خاصة وكانت دراسة "قدور هوارية" أيضا مهمة جدّا للتوصل إلى إنتاج منها وجود علاقة سالبة بين الضغط العام والمساندة الاجتماعية وهدفت هذه الدراسة إلى أهمية المساندة الاجتماعية في حياة الفرد إذ أنه يساعد على خفض من شدّة الضغط أي كلما زادت نسبة المساندة الاجتماعية التي تتلقاها المرأة المتزوجة والعاملة كلما كان الضغط النفسي منخفض.

وكانت دراسة "روبير وتانيك" مهمّة جدّا وهو الكشف عن الفروق بين الذّكور والإناث في متغيّر الضّغط النفسي من الذّكور وكما كانت دراسة "باعلي" أيضا لها أهمية كبيرة وهي تشبه دراسة "روبير وتانيك" حيث توصلت هذه الدّراسة إلى أنّ الإناث أكثر تعرّضا للضغوط المدرسية من الذّكور حيث توصّلوا إلى أنّ الإناث يتعرّضون لأحداث ضاغطة كبيرة أكثر من الذّكور لأنّ العائلة تتعامل مع الجنسين بطريقة مختلفة.

وفي الأخير كانت دراسة "ديمون وآخرون" مهمّة جدّا حيث تناولت مصادر الضّغوط الشّخصية النفسية في علاقتها بالأداء المدرسي لطلاب المرحلة الثانوية وتوصلوا إلى نتائج منها: أنّ الامتحانات كانت أكثر مصادر الضغوط تهديدا بالإضافة إلى سلبية العلاقة بين الضغوط المدرسية وكل فعالية الذّات وتقدير الذات وتأثير الأداء المدرسي واستنتجنا هذه الدّراسة أن في فترة الامتحانات يكون الضغط أكبر من الفترات الأخرى لدى التلاميذ.

الفصل الأول:

المساندة الاجتماعية

تمهيد الفصل

1) **تعريف المساندة الاجتماعية**
2) **أنواع المساندة الاجتماعية**
3) **النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية**
4) **خصائص المساندة الاجتماعية**
5) **مصادر المساندة الاجتماعية**
6) **دور المساندة الاجتماعية في حياة الأفراد**
7) **أهمية المساندة الاجتماعية**
8) **المساندة الاجتماعية والصحة**

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة المختلفة وأساليب مواجهته وتعامله مع هذه الضغوط.

كما أنها تلعب دورا هاما في اشباع الحاجة للأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة.

وفي هذا الفصل سنتعرض لمفهوم المساندة الاجتماعية، أنواعها، أهميتها والنظريات المفسرة لها.

1-تعريف المساندة الاجتماعية:

تعتبر المساندة الاجتماعية من المتغيرات التي يختلف الباحثون حول تعريفها وفقا لتوجهاتهم النظرية، فقد تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية، حيث صاغو مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية والذي يطلق البعض عليه تسمية الموارد أو الإمكانات الاجتماعية. **(حسين فايد، 2006، ص236)**

يرى **ليبرمان (1982)** أن المساندة الاجتماعية مفهوم أضيق بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية، حيث تعتمد المساندة الاجتماعية في تقديرها على إدراك الأفراد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الأطر التي يشمل على الأفراد الذين يثقون فيهم ويستندون على علاقاتهم بهم. **(حسين فايد، 2006، ص237)**

ويعرفها **ساراسون** وآخرون بأنها تعبير عن مدى وجود او توافر اشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم، ويعتقد أن في وسعهم ان يعتنوا به ويحبوه ويقفون بجانبه عند الحاجة. **(حسين فايد 2006، ص 237)**

2- أنواع المساندة الاجتماعية:

يختلف أنواع الدعم (المساندة) الاجتماعي وفقا لمحددات منها ما يتعلق بالفرد ذاته من حيث حاجته لدعم وادراكه له ودرجة الرضا عنه ومنها ما يرتبط بالعلاقات التي يكونها الفرد مع الآخرين فتتمثل هذه الأنواع فيما يلي:

2-1-الدعم الودي (التقدير):

يقوم على أساس العمل على طمأنينة الفرد فيما يخص كفاءته وقدراته وامكانياته وقيمته وذلك من خلال تشخيصه وتقديم معلومات له على انه موضوع قبول وتقدير واحترام مما يشعر الفرد بأهميته وقيمته وبأنه مرغوب عند الآخرين على الرغم من المشكلات والصعوبات والأمراض التي قد تواجهه. **(الجبلي، 2006: 16)**

2-2-الدعم المعلوماتي:

وتظهر من خلال التوجيه وتقديم النصائح وإعطاء معلومات واقتراحات أو تعليم مهارة تؤدي الى حل المشكلة وهي تلك المعلومات والنصائح التي يتلقاها الفرد من الآخرين وقت الحاجة اليه. **(الجبلي، 2006: 16)**

2-3-المساندة العاطفية او الوجدانية:

تشير الى السند العاطفي والمعنوي الذي يستمده الفرد من أصدقائه أو أسرته والذي يمكنه من مواجهة تحديات الحياة الصعبة. **(عثمان، 2001: 137)**

وهو من أكثر أنواع السند أهمية حيث يعمل على توفير الحماية والحب والرعاية للفرد في أوقات صعبة مثل المرض، فالمجتمع والأسرة يوفران له الجو الملائم للرفع من معنوياته والتخفيف من مشكلاته وهذا يعتبر بمثابة التكفل النفسي والاجتماعي. **(الجبلي 2006: 15،16)**

2-4-المساندة المادية (الوسيلية):

تتمثل في امداد الفرد بالعون المادي أو بالمساعدة المادية أو العون المادي أي عند تعرضه لموقف ضاغط أو مشكلة صعبة تشكل تحديا كبيرا بالنسبة إليه ولكنها تكون قابلة للحل من خلال التدخل المادي الفعلي كإعطاء نقود أو إعطاء أشياء مادية أخرى مثلا، وعليه تكتسي المساندة المادية في هذا السياق طابع خل المشكلة لأنها تساعد على تغيير الموقف المشكل بدعم الفرد ماديا. **(عثمان يخلف، 2001: 139)**

3- النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

عدد كل من **بيريس (Pierce)** و**ساراسون (Sarason)** خمسة اتجاهات نظرية بارزة لدراسة المساندة الاجتماعية وتفسيرها وهي:

3-1-النظرية البنائية:

يشير **كابلان وآخرون (Kaplan et autres)** سنة 1993 الى ان علماء المدرسة البنائية ركزوا على تدعيم بناء شبكة العلاقات الاجتماعية المخيطة بالفرد، وتعدد مصادرها وتوسيع مجالاتها لتوظيفها في خدمة الفرد ولمساندته في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ووقاية من أي آثار نفسية سلبية يواجهها في البيئة المحيطة، ويرى **داك (duck)** و**سليفر(sliver)** أن الاتجاه البنائي في دراسته للمساندة الاجتماعية يقوم على افتراض أن الخصائص الكمية لشبكة المساندة تؤثر على التفاعلات المتبادلة بين الأفراد وعلى عمليات التوافق مع أحداث الحياة الضاغطة كما تلعب دورا حيويا في تدعيم المواجهة الفعالة للأحداث الضاغطة دون أي آثار سلبية على الصحة النفسية لملتقي المساندة، وبذلك كلما كانت شبكة العلاقات متعددة المصادر كلما كان ذلك أحسن لتقديم المساندة الاجتماعية.

3-2-النظرية الوظيفية (la théorie fonctionnelle):

يرى أصحاب هذه النظرية أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تؤدي إلى اعتقاد الفرد بأنه محبوب من طرف المحيطين به وأنه محاط بالرعاية من قبل المحيطين به وبالانتماء إلى شبكة العلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة ويحس بالتقدير والاحترام من مصادر المساندة الاجتماعية القريبة منه كما يحس أيضا بواجباته والتزاماته الاجتماعية مع المحيطين به. **(حنان مجدي، 2009: 24)**

وبالتالي تختلف هذه النظرية على سابقتها في أنها تركز على الجانب الكيفي للعلاقة والترتيب الكمي، فكلما اشعرت شبكة العلاقات الفرد بالحب كلما كانت فعالة في تقديم المساندة الاجتماعية.

3-3-النظرية الكلية (la théorie générale):

تؤكد هذه النظرية على حاجة الفرد إلى المساندة الاجتماعية خاصة في المواقف الصعبة التي يمكن أن يمر بها الفرد وتركز أيضا على الخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد والخاضعة للمواقف الاجتماعية التي يواجهها الفرد في حياته اليومية، وبالتالي فانه وفقا لهذا الاتجاه الكلي يهتم في دراسته للمساندة الاجتماعية بقياس الادراك الكلي للموارد المتاحة للفرد ورضاه عنها وبالتالي وفقا لهذا الاتجاه فان المساندة الاجتماعية هي الادراك الكلي لوجود أفراد يقدمون المساعدة للأفراد بغض النظر عن الموقف الذي يواجهه. **(بوشدوب، 2008: 34)**

وبالتالي هذا الاتجاه النظري يجمع بين كل من الجانب الكمي والكيفي لشبكة العلاقات.

3-4-نظرية التبادل الاجتماعي (la théorie de l'échange social):

يرى **ايلنور(ilnore)** ان هذا الاتجاه يربط بين العلاقات الاجتماعية وضعف مستويات الصحة وعادة ما يكون تقديم المساعدات المادية والنفسية والأدائة متداخل في العلاقات

التبادلية بين الافراد ولكن الوصول الى إيجاد التوازن في تلك العلاقات أمر يتسم بالصعوبة خاصية عندما تزداد حاجة المتلقي إلى المساعدة. **(حنان مجدي،2009: 21)**

فالتبادل عبارة عن تفاعل بين الأفراد سواء على المستوى النفسي العاطفي والاجتماعي وهذا التبادل هو الذي يثير العلاقة.

3-5-نظرية المقارنة الاجتماعية (la théorie de la comparaison sociale):

يشير **بيونك وآخرون (Buncket et autre)** أنه وفقا لوجهة نظرة هذه النظرية أن الأشخاص يفضلون أحيانا الاندماج مع الآخرين الذي يتساوون معهم، أو يفضلونهم، حيث ان هذا النمط من الاندماج يقدم لهم تفاعلات سارة ومعلومات ضرورية على تحسين موقهم في البيئة المحيطة بهم. **(حسين فايد 1998: 155)**

وبالتالي كلما فضل الفرد الأشخاص الذين يقدمون له المساندة الاجتماعية وكانت له روابط عاطفية كلما كان دورهم فعالا في هذه المساندة الاجتماعية.

يمكن القول ان هذه النماذج النظرية متكاملة فيما بينها حيث بعضها يركز على جانب وبعضها الآخر يركز على جانب آخر ولكن كل الجوانب التي تطرقت اليها لها هذه النظريات لها دورها في فعالية المساندة الاجتماعية.

4-خصائص المساندة الاجتماعية:

للمساندة الاجتماعية مجموعة من الخصائص وهي كالتالي:

الحجم: عدد الأفراد الذين يتفاعل معهم الشخص ويقيم معهم علاقات اجتماعية متوازنة.

التكرار: هل التفاعل مع الذين يحيطون به يتم بصفة دائمة أم أنه يحدث بصفة منقطعة أم غير مستمر.

التركيب: هل الأشخاص الذين يقيم معهم علاقات هم أقارب أم أصدقاء أم زملاء في العمل.

الألفة: إلى أي مدى تتسم علاقته مع الآخرين ضمن الشبكة الاجتماعية التي تحيط بهم الألفة والثقة المتبادلة.

الاستقرار: إلى أي مدى تتسم علاقته مع الآخرين من الذين يحيطون به في الاستقرار والاستمرار في الزمن بحيث تكون علاقات قوية. **(منى محمد، 2001، ص 142)**

وبالتالي كل الخصائص السابقة ضرورية لتوثيق الروابط في وضعية المساندة الاجتماعية.

5-مصادر المساندة الاجتماعية:

تلعب الجماعة دورا كبيرا في اكتساب شخصية الفرد فلا يوجد أدنى شك أن الإنسان يبدأ مراحل حياته في جماعة أساسية هي العائلة ثم علاقته الاجتماعية وتتنوع الجماعات التي يشترك فيها كجماعة الأقران والزملاء في المدرسة وأصدقاء العمل وغيرها وكلهم يساهمون في دعم الفرد ومساندته بتقديم المساعدة عند حصول المشاكل والأمراض والحوادث وهدف هذه المساعدة بلوغ أقصى درجة ممكنة من القدرة على حل المشكلات ومواجهتها التي ألمت الفرد أو التحفيف عن حدتها، كما يستمد الفرد قوة هائلة وشعورا بالأمن و الاطمئنان واشباعا لحاجاته بالانتماء إلى الجماعة، فمصادر الدعم الاجتماعي تتمثل في:

5-1-العائلة:

تعتبر العائلة الوحدة الاجتماعية الأساسية في المجتمع، فهي أيضا المؤسسة التربوية التي ينشأ فيها الطفل ويتفاعل مع أعضائها وهي التي ترعى أبنائها وتعمل على تنشئتهم، فنقول أن الفرد مع أسرته أولى سنوات حياته، وهذه السنوات ذات أثر بالغ في حياة الفرد، فالجماعة العائلية تعتبر أساس العلاقات الفردية والجماعات المستقبلية كما ان للأسرة الأثر الذاتي والتكويني النفسي في تقويم السلوك الفردي وبعث الحياة والطمأنينة في نفسية الطفل حيث فيها تبدأ علاقات الفرد الاجتماعية التي تكتسبه الشعور بنفسه وذاته ومع أفراد أسرته ومن هذه العلاقات ينمي العاطفة والحماية ويزداد وعيه بذاته ونموه. **(سمير ك.أ: 34)**

وبما ان الأسرة تعتبر الخلية الأولى والأساسية في بناء المجتمع وأنها مجموعة أفراد يتفاعلون فيما بينهم في جو عائلي حميمي فان أي مشكل يقع لأحد أفرادها يؤثر على بقية أفراد العائلة مهما كان هذا المشكل. **(مؤمن، د، 2004: 54)**

وبالتالي فالأسرة تلعب دورا هاما وأساسيا في القرارات التي يتخذها أحد أفرادها، فعندما يكون لدى الأسرة طفل مصاب بإعاقة، والوالدين ينتميان إلى عائلة متفهمة ومؤمنة ويعاملونه بحب وحنان وسوف تخفف من الآثار السلبية ولأن الاستقرار العائلي موجود، اما إذا كان الفرد المصاب بالإعاقة ينتمي الى عائلة تكثر من لومها للطفل ولإعاقته فهذا سيؤثر على الطفل سلبا اذ يمكن للعائلة أن تكون دعما إيجابيا الى حد كبير بدرجة وعي افرادها أو دعما سلبي بدرجة فقدان أفرادها للوعي. **(عبد الصبور، 2003: 52)**

5-2-جماعة الأقران:

ان الأصدقاء يلعبون دورا هاما وفعالا في حياة الفرد بعد العائلة فسيقاسمونه أفراحه وآلامه خاصة عند حصول حادث أو إصابة بإعاقة فالأصدقاء يعتبرون بعد العائلة أهم مصادر الدعم الاجتماعي الذي يحتاجه الفرد في الحالات الصعبة فاذا كان للأصدقاء دور هام في شخصية الفرد في حالات الأفراد العاديين، فان دورهم هذا سوف يكون أكثر أهمية في حالات العجز والإعاقة. **(الجبلى، 2006: 14)**

5-3-الطبيب المعالج:

يلعب الطبيب دورا هاما في حياة المرضى فالمريض هنا يرتبط بالطبيب بعلاقة طويلة وربما أبدية، أضف الى ذلك شعور المريض بأن هذا الطبيب هو الوحيد الذي يشعر به ويقدر مدى المعاناة التي يعانيها، كما يعتبر له المنقذ والمخلص من الألم، كل ذلك يجعل من الطبيب المعالج مصدر قوي من مصادر المساندة الاجتماعية التي يحتاج اليها المريض في أوقات عديدة. **(حنان مجدي، 2009: 3)**

وبالتالي يمكن اعتبار الأطراف السابقة هي العناصر التي تشكل شبكة العلاقات التي تعمل على تقديم المساندة الاجتماعية.

6-دور المساندة الاجتماعية في حالات الأفراد:

تلعب المساندة الاجتماعية دورا هاما وذلك بحماية الشخص من الآثار السلبية التي يمكن أن تسببها وضعية مقلقة كالإصابة بالإعاقة أو بمرض ما والخضوع لعلاج.

الدعم الاجتماعي له دور نمائي يتمثل في أن الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين شرط ان هذه العلاقات موضع ثقة يسير ارقائهم في اتجاه السواء ويكونون أفضل في الصحة النفسية مع الآخرين الذين يفتقدون لهذه العلاقات.

كما ان له دور وقائي يتمثل في ان الدعم الاجتماعي له أثر مخفف لنتائج الأحداث الضاغطة فالأشخاص الذين يمرون بأحداث ضاغطة أو مؤلمة تتفاوت استجابتهم لتلك الأحداث مثل القلق والاكتئاب تبعا لوجود مثل هذه العلاقات الودية والدعم الاجتماعي كما وكيفا.

7-أهمية المساندة الاجتماعية:

للسند الاجتماعي أهمية كبيرة في حياة الفرد حيث يؤثر حجم الدعم الاجتماعي ومستوى الرضا عنه في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة الضاغطة المختلفة وأساليب مواجهتها وقد تتمثل أهميته فيما يلي:

- ✓ **حماية الذات:** يشير **برهام (Braham)** الى ان السند الاجتماعي يقوم بمهمة حماية الشخص لذاته وزيادة الإحساس بفعاليته، بل ان احتمالات إصابة الفرد بالاضطرابات النفسية والعقلية تقل عندما يدرك الشخص أنه تلقى مساندة اجتماعية من المحيطين به.

- ✓ **الوقاية من الأمراض والاضطرابات:** يرى **ساراسون** وآخرون 1983 بأن السند الاجتماعي يؤدي دورا وقائيا بحيث يمكن أن يلعب دورا هاما في الشفاء من الاضطرابات النفسية والعقلية كما تساهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي للفرد بل تجعل الشخص أقل تأثيرا عند تلقيه أي ضغوط أو أزمات.
- ✓ **مواجهة ضغوط الحياة:** يرى **عبد الرحمان العيسوي** 2000 أن للدعم الاجتماعي أثر مخففا لنتائج الأحداث الضاغطة فالأشخاص الذين يعانون من القلق والاكتئاب والتوتر يحتاجون الى المساندة حيث يزداد احتمال التعرض لاضطرابات نفسية كلما نقص مقدار الدعم كما ونوعا. ومن هنا يمكن القول ان وقوف الإنسان بمفرده امام ضغوط الحياة دون ان يكون له من يسانده في ذلك فان هذا يزيد من شدة تلك الضغوط.
- ✓ **مصدر التوافق والتكيف الانفعالي:** يشير كل من **ليفه (livenh)** و**شوماه (schumaher)** وآخرون الى ان وظيفة الدعم الاجتماعي تظهر في تعزيز الثقة بالنفس وتعميق روابط المشاركة مع الآخرين وتنمية الإحساس بالتوافق النفسي والاجتماعي وتعزيز الإحساس بتقدير الذات واحترامها وزيادة الشعور بالانتماء وتعميق احساسه بالأمن النفسي والاجتماعي.

8-المساندة الاجتماعية والصحة:

تعد المساندة الاجتماعية متغيرا هاما في الوقاية وتنمية الصحة بجوانبها النفسية والعضوية حيث اثبتت دراسات علمية حديثة ان للمساندة الاجتماعية تأثير هام على مساندة العقل والجسم حيث ان الأشخاص الذين لا يقيمون علاقات اجتماعية مع الآخرين ولا يتلقون مساندة اجتماعية هم عرضة أكثر من غيرهم للإصابة باضطرابات فيزيولوجية ومشكلة صحية مزمنة وفي هذا الشأن قام **جورج كيلان** 1974 بالتركيز على أهمية المتغيرات النفسية الاجتماعية في حد من حدود الاضطرابات النفسية ومع انتشارها بين الفئات الاجتماعية الهشة، حيث ان للروابط الاجتماعية والمساندة العاطفية اثر في الحفاظ على

الصحة والوقاية من المرض، وفي هذا الصدد تشير العديد من البحوث والدراسات الى قوة تأثير المساندة الاجتماعية في تخفيف الضغوط التي قد يتعرض لها الناس في شتى مجالات الحياة، وبالفعل هذا ما توصلت اليه دراسة هامة اجراها كل من **جيمس فاركو** و **جيمس هاوس** و**جون فرانش** 1980 على عينة 2000 رجل في مختلف الوظائف، حيث قام بقياس مدى توفر المساندة الاجتماعية ومستوى ضغوط العمل لديهم وكما كان متوقعا لقد أظهرت نتائج هذه الدراسة علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين تمتع افراد العينة بالمساندة الاجتماعية ومعاناتهم من ضغوط العمل اذ ان للمساندة الاجتماعية والعاطفية دور في تخفيض الضغط وذلك يفيد صحة الإنسان.

لقد تبين من خلال دراسات عديدة التي أجريت في هذا الشأن ان غياب العلاقات الاجتماعية الحميمة والروابط العميقة الوثيقة من العوامل التي قد تعرض صاحبها الى خطر الموت وفي هذا الصدد أجرى **بركمان وسايم** 1979 دراسة طويلة على عينة قوامها 4575 فردا من سكان **الأميداكانونثي** في ولاية كاليفورنيا الأمريكية تراوحت أعمارهم ما بين 30-69 عاما في سنة 1969 عندما تم تقييم من حيث وجود المساندة الاجتماعية او تمتعهم بأربعة أنواع من الرابط الاجتماعية:

- الزواج.
- الاتصالات بأفراد العائلة الممتدة والأصدقاء.
- عضوية الكنيسة.
- الانتماء لجمعيات رسمية وغير رسمية.

فقد توصل الباحثان ان الذين يعانون من عجز في المساندة الاجتماعية يتعرضون لخطر الموت بنسبة 20 أي عزلتهم الاجتماعية تضاعف احتمال المرض والموت لديهم كما اكدت تقارير طبية ان خطورة العزلة الاجتماعية على الدم وكذلك الكوليسترول كما ان بعض الدراسات العلمية التي أجريت حديثا ومن أهمها تلك جراها كوهين و تايريل و سميث 1991

في جامعة كارنجد مليون في أمريكا توصل الى ان الضغط النفسي يضعف الجهاز المناعي وبالتالي يعجز عن حماية الجسم حيث حققت مجموعة الطلاب بفيروس ريهوريرس بعد تقييم حجم الضغط الذين يتعرضون له فأصيب 27 فقط بنزلة برد بينما البقية لم تصاب.

وتبينت انه كلما زاد التوتر عند الفرد كلما كانت قدرته المناعية على مقاومة الفيروس أو المرض ضعيفة ونفس النتيجة توصل اليها **شلدون كوهين** وغيرهم.

كما انه اثبتت الدراسات التي أجريت بجامعة ستانفورد ان النساء المصابات بسرطان الثدي واللواتي يجتمعن أسبوعيا مع صديقاتهن ويتلقين مساندة عاطفية عشن حوالي ضعف عمر المريضات التي واجهن المرض لوحدهن ولم يتلقين أي دعم او مساندة.

ولإظهار كيفية تأثير المساندة الاجتماعية على صحة الإنسان فيقترح العلماء العاملون في هذا المجال آليتين محتملتين:

التفسير الأول: لهذه الظاهرة يعتمد على فكرة التصدي للضغوط وتفيد هذه النظرية ان العلاقات الاجتماعية الحميمة تعزز سلوكيات إيجابية او استجابات عصبية عددية مناسبة التي تحافظ بدورها على نشاط الحجم الفيزيولوجي السليم على وجه الضغوط المدمرة والمخاطر الصحية الأخرى التي تهدد صحة الإنسان وعافيته.

أما التفسير الثاني: يركز أساسا على فكرة التأثير المباشر التي تمارسه المساندة الاجتماعية على السلوك، الأمر الذي يدفع الإنسان حسب هذه النظرية لممارسة سلوكيات صحية سليمة كالتغذية الصحية مثل ممارسة الرياضة والعادات الصحية الأخرى التي تحافظ على صحة الإنسان وتحميه من اضطرابات عضوية نفسية محتملة، إضافة الى كون العلاقات الحميمية والروابط الوثيقة تعزز الكفاية الذاتية وتقدير الذات التي بدوها تخدم صحة الفرد الجسمية والنفسية.

باختصار لما سبق فان الأدلة التي تؤكد دور المساندة الاجتماعية في صحة الإنسان كثيرة ومتعددة وتشير بكل وضوح الى ان علاقات الأفراد الاجتماعية تلعب دورا مهما وحيويا في قدرته على مقاومة المخاطر الصحية من خلال تأثيرها المباشر على الاستجابة المناعية وعليه ينبغي ان يقوم التخطيط السليم للرعاية الطبية والصحية في مجتمعاتنا على هذه الحقائق العلمية الدقيقة. **(عثمان ي، 2001:147)**

خلاصة الفصل:

تعتبر المساندة الاجتماعية مظهر من مظاهر العلاقات الاجتماعية بين الأفراد فهي تختلف وتتنوع وفقا لمحددات منها ما يتعلق بالفرد نفسه ومنها ما يتعلق بالعلاقات المختلفة التي يكونها الأفراد، وتهدف المساندة الى بلوغ اقصى درجة من التوافق النفسي والاجتماعي وشعور الفرد بالاطمئنان والهدوء والانتماء الى الجماعة لأن ذلك يوفر له التوازن مع نفسه ومع غيره، ومن ثم القدرة على تكيفه مع المجتمع الذي ينتمي اليه.

الفصل الثاني:

الضغط المدرسي

تمهيد.

1- لمحة تاريخية حول مفهوم الضغط.

2- تعريف الضغط النفسي.

3-تعريف الضغط المدرسي.

4- أعراض الضغط المدرسي.

5-المشكلات التي يتعرض لها التلاميذ في المدرسة.

6- الفرق بين الذكور والإناث في التعرض للضغوط المدرسية.

7-مصادر وعوامل الضغط المدرسي.

8-آثار الضغط المدرسي.

9-إدارة الضغوط المدرسية.

10-إستراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية.

***خلاصة.**

تمهيد:

يتعرض الأفراد في جميع مراحل حياتهم إلى مواقف ضاغطة ومؤثرات عديدة من مختلف المصادر كالبيت، العمل، المدرسة ولاشك أن التلاميذ يعانون من الضغط المدرسي في الوسط المدرسي ويمثل هذا الضغط الذي يتعرضون له ظاهرة جديرة بالاهتمام والدراسة والبحث وذلك نظرا للآثار النفسية الوخيمة المترتبة عنه والتي تؤثر مختلف جوانب حياته وفي الجانب الدراسي خاصة. وقد حاولنا في هذا الفصل إلى التعرف إلى عدة عناصر منها تعريف الضغط النفسي والضغط المدرسي، أعراض الضغط المدرسي، أسباب الضغط المدرسي، آثار الضغط المدرسي، المشكلات التي يتعرض لها التلاميذ في المدرسة، إدارة الضغوط المدرسية، إستراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية.

1-لمحة تاريخية حول مفهوم الضغط:

شهدت كلمة الضغط Stuss تطورا وذلك عبر فترات من الزمن، فهناك من يراها مأخوذة من الكلمة اللاتينية Strihgere التي مني "سبحة بشدة" واستخدمت هذه الكلمة لأول مرة خلال القرن التراجع عشر، ولكن لم يكن هذا الاستخدام بصورة ثابتة ومنظمة.

(محمد فرج الله أبو الحصن، 2010: 17).

من الواضح أن هناك تناقضا في وجهات النظر السائدة حول مفهوم الضغوط إذ يشير ويليامز إلى أن مصطلح الضغوط أكثر المصطلحات عرضة لسوء الاستخدام من قبل الباحثين حيث غالبا ما يستخدم للتعبير عن السبب والنتيجة في آن واحد وذلك نتيجة للخلط القائم بين العوامل المسببة للشعور بالضغط. ***(حنان عبد الرحيم الأحميدي، 2002: 32).***

ويرى لازروس 1966 أن الأدبيات المتعلقة بهذا المصطلح ترى أن نشأة مفهوم الضغط ترتبط تاريخيا بميدان الهندسة وعي تعني في الاستخدام العلمي قوة خاصة أو تأكيد الكلمة أو فكرة خلال الكلام أو الكتابة. ***(محمد فرج الله أبو الحسين، 2010: 18).***

ومن بين الرواد في دراسة الضغوط لدينا كانون وشافير الذي يعتبر الضغوط بأنها إثارة العقل والحش ردا على مطالب مفروضة عليهما ويوضح هذا أن الضغوط موجودة وأنها خاصية الحياة.

هذه عبارة عن لمحة تاريخية موجزة حول مصطلح "الضغط" واستعماله في مجال علم النفس، فيعد كل من كانون وسلي بمثابة الرواد الأوائل الذين استخدموا هذا المصطلح.

شاع مفهوم الضغط في علم النفس والطب النفسي حيث تمت استعارته من الدراسات الهندسية والفيزيائية في بداية القرن العشرين ويرى استخدامه على يدها نزسيلي الكندي في عام 1956 درس إثرها التغيرات الجسدية والانفعالية غير السارة الناتجة عن الضغط والإحباط والإجهاد. ***(محمد فرج الله أبو الحصين، 2010: 18).***

2-تعريف الضغط النفسي:

عرفه لازاروس بأنه ظرف خارجي يضع على الفرد أعباء ومتطلبات قائمة ويهدده ويعرضه للخطر بشكل أو بأخر. ***(محمد رمضان القدافي، 1998: 115).***

وفي الدليل الإحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية الذي تصدره الجمعية الأمريكية للطب النفسي يرى بأن الضغط متغير مستقل من الاضطراب النفسي لصاحبه يصاحبه اضطرابات تابعة تسمى اضطرابات التوافق ومنها اليأس والعجز والاكتئاب.

(عوض، 2001: 39).

ومن جهة أخرى يرى Sielbouge أن الضغط يشير إلى اختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي.

(فاروق السيد عثمان، 2001: 100).

فقد عرفه Lazarus بأنه: ظرف خارجي على الفرد أعباء ومتطلبات القائمة، ويهدده ويعرضه للخطر بشكل أو بآخر".

(محمد رمضان القدافي، 1998: 115).

نستنتج أن الضغط هو عامل خارجي يؤثر على الفرد بطريقة سلبية.

3-تعريف الضغط المدرسي:

يعرفه أحمد نايل العزيز أن الضغط المدرسي هو التعاون الموجود بين مطالب التلميذ، فهو مطالب بأن يحقق النجاح في الدراسة لإرضاء الطموح الشخص أولا والرغبة في رد الجميل لأهله والمدرسة ثانيا.

نستخلص من هذا التعريف أن تحقيق النجاح والتوافق يؤدي لإرضاء النفسي والشعور بالتفائل والفخر بالنفس وإرضاء الأسرة.

أشار محمد الصابر السيد: أن الضغط المدرسي هو ذلك الإحساس الناتج عن تفاعل الطالب مع الصعوبات التي يواجهها في بعض المواقف الضاغطة ويكون مصدرها الأسرة،

العلاقة مع الزملاء المذاكرة والتحصيل، الأوضاع المجتمعية، الإدارة المدرسية المدرسين، الحالة الصحية. ***(محمد صابر السيد، 2001: 12).***

نستنتج من خلال هذا التعريف أن الضغط المدرسي هو شعور ناتج عن صعوبات التي يواجهها التلاميذ وترجع أسبابها إلى الأسرة والمدرسة.

عرفه طه عبد العظيم حسين: "2006" بأنه حالة من عدم التوازن وتنشأ لدي التلميذ عندما يقارن بين المواقف البيئية التي يتعرض لها وبين ما يملك من إمكانيات ومصادر شخصية واجتماعية يصاحب تلك الحالة أعراض فزيولوجية، نفسية وسلوكية.

(طه عبد العظيم حسين، 2006: 182).

في حين عرفه الباحث عبد الباسط إبراهيم بأنه عبارة عن ظاهرة سيكولوجية متعددة الأبعاد تنتج عن مختلف العلاقات النفس اجتماعية والظروف البيئية التي يتفاعل معها التلميذ ويدركها على أنها مصدر للتوتر والقلق النفسي.

(لطفي عبد الباسط إبراهيم، 2009: 03).

نستخلص من هذا التعريف أن الضغط المدرسي هو حالة من الصراع التي تنشأ لدى التلاميذ عندما لا يتوصلون إلى إشباع حاجاته التي يسعى إليها.

يظهر من خلال التعريف أن الضغط المدرسي هو ظاهرة نفسية ناتجة عن العلاقات (والسلوك) والظروف التي يتفاعل معها التلميذ في حياته المدرسية.

4-مظاهر وأعراض الضغط المدرسي: تظهر هذه الأعراض في أربعة فئات وهي:

4-1-الأعراض الفزيولوجية:

هي الأعراض الناجمة عن الضغوط تتمثل في توتر العضلات والصداع والصراخ والبكاء المفرط.

4-2-الأعراض السلوكية:

فهي تتضمن العدوانية والانسحاب والهروب من المدرسة والشعور بالاستياء والرفض للدراسة.

4-3-الأعراض الانفعالية:

تظهر أعراض الضغوطات المدرسية من الناحية الانفعالية بصفة عامة على المستوى المعرفي وتتمثل في فقدان التركيز، نقص في التذكر، صعوبة في اتخاذ القرارات، صعوبة في متابعة الدروس. ***(سميرة عيدي، 2011: 52).***

4-4-الأعراض النفسية:

تتضمن الوسواس ونقص تقدير الذات والأفكار الانتحارية وسلوك تدمير الذات وتدهور العلاقات بين الأصدقاء ونقص بالنفس وهذا ما يؤدي إلى ظهور المشكلات الدراسية مثل: نقص التركيز، ضعف الذاكرة، فقدان الاهتمام والانتباه داخل الغرفة الفصل وانخفاض مستوى التحصيل الدراسي. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 181).***

إضافة إلى ذلك نجد:

- الشعور بالتعاسة، الدونية والهروب من المواجهة المواقف الحرجة والأرق الشديد وكذلك كثرة الحركة. ***(سليمان الطريري، 1994: 26).***
- ضعف التركيز، الشرود، النسيان، التردد في اتخاذ القرارات فقدان الثقة بالنفس. ***(سهام إبراهيم كامل محمد، بدون تاريخ: 04).***
- سرعة الغضب، العدوانية، اللجوء إلى العنف والاكتئاب، الاحتراف النفسي، الشعور بالكراهية، الخوف، نفص الدافعية، الإحباط سرعة الانفعال.

(محمد بوفتاح، 2005: 68).

5-المشكلات التي يتعرض لها التلميذ في المدرسة:

يتعرض التلاميذ لعدة مشكلات في حياتهم الدراسية ومن بينها ما يلي:

- عدم القدرة على التعبير عن النفس.

- القلق والخوف من الامتحانات.
- الشك في قدرته على التحصيل الدراسي.
- عدم القدرة على تخطيط الوقت.
- الخوف من الرسوب في الامتحانات.

نستنتج أن التلميذ يعاني عدة مشكلات مدرسية تؤدي به إلى الشعور بالضغط المدرسي.

6-الفرق بين الذكور والإناث في التعرض للضغوط المدرسية:

لاشك أن المراهقات تعاني من درجة كبيرة من الضغوط مقارنة بالمراهقين والسبب في ذلك يرجع إلى التغيرات الجسمية والتوقعات الاجتماعية والثقافية التي تفرض عليهن كثيرا من المطالب للتكيف مع الظروف البيئية فمثلا نجد البلوغ يمثل مصدر قوة جسمية واجتماعية بالنسبة للمراهقين الذكور في حين أن زيادة الوزن والحجم التغيرات الجسمية الأخرى التي يطرأ على الجسم المراهقات تؤثر سبا عليهن، فالبلوغ لدى المراهق (راشد) يشير في دلالته أيضا إلى أنه أصبح لديه القدرة على السلوك الجنسي للراشد بينما هذا يجعل المراهقات أكثر قلقا وصراعا بالإضافة إلى ذلك انتقال الفرد إلى بيئة تربوية جديدة مثل الانتقال من مرحلة تعليمية لأخرى أو من مدرسة لأخرى وهذا ما يمكنه من تشكيل ضغط كبير على المراهقات مقارنة بالمراهقين الذين يسهل عليهم تكوين علاقات اجتماعية جديدة مع الأقران والسبب الثاني في أن المراهقات لديهن استعداد أكثر للحساسية الاجتماعية والدور الجنسي المرتبط بعملية التنشئة الاجتماعية لكل من الجنسية. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 203-204).***

تبين من خلال هذا العنصر أن الإناث تعاني من الضغط المدرسي بنسبة كبيرة من الذكور ويرجع ذلك لعدة عوامل كالتغيرات وأسباب أخرى تعود إلى أساليب التنشئة الاجتماعية.

7-مصادر وعوامل الضغط المدرسي:

من بين المصادر ومسببات الضغوط المدرسية لدى التلاميذ نجد أن الأسرة تمثل مصدرا هاما، إضافة إلى المعاملة غير التسوية من طرف المعلم والأفراد والظروف المدرسية غير ملائمة إلى شخصية التلميذ التي تعد أيضا مصدر للضغط.

ومن بين الأسباب والمصادر المدرسية التي يعاني منها التلاميذ نذكر ما يلي:

7-1-العوامل الأسرية:

تعد الأسرة من أهم المؤسسات التربوية التي تساهم في تربية الطفل فهي تساهم في بناء شخصية السليمة، تشكيل سلوك الفرد، وبالرغم من المساهمة الفعالة للأسرة في تنشئة الطفل إلا أن هناك مشاكل تعيقها من أداء وظائفها بصورة جيدة، فالأحداث الضاغطة التي تتعرض لها الأسرة تؤدي إلى حدوث خلل في وظائفها وفاعليتها، فالمشكل العائلية والاقتصادية والاجتماعية التي تعاني منها الأسرة هي التي تؤدي إلى نشأة مختلف الضغوطات والانفعالات ومنها: ***(محمد الزغبي، 2005: 12).***

أ-المناخ الأسري للتلميذ: تؤكد الدراسات أن البيئة الأسرية للتلميذ من عوامل هامة التي تساعد على تشجيع التلميذ لتحقيق النجاح، فالأسرة هي التي تقوم بالإشراف والمتابعة الدائمة لتعليم أبنائها، وتساهم بتنمية القدرة على التفكير، في حين نجد أن هناك أسر أخرى لا تعبير اهتماما لتعلم أبنائنا، فهذا ما يؤثر على نجاحهم مما يؤدي إلى خفض الدافعية لديهم وكل هذا يؤدي إلى التحصيل الدراسي السلبي.

ب-أساليب المعاملة الوالدية: يقصد بالمعاملة الوالدية كل سلوك صادر من أحد الوالدين اتجاه أبنائهم، فهذه الأساليب تقوم على القسوة والنبذ والحرمان، وكذلك توقعاتهم المنخفضة من أبنائهم كل هذا من شأنه أن يضعف الدافعية للتعلم، كما يؤدي إلى إهمالهم للواجبات المدرسية وانخفاض مستوى الطموح لديهم. ***(أحمد محمد الزعبي، 2005: 271).***

ج-أسلوب العقاب: لقد عرف "ليند" سنة 1978 العقاب المدرسي بأنه كل ما يؤدي إلى إضعاف سلوك معين، سواء على شكل عقوبة جسمية أو لفظية أو حرمان التلميذ من شيء عزيز عليه.

كما يقول "ثورنداك" أن العقاب وسيلة تستخدم لإضعاف الاستجابات الخاطئة ومحو السلوك غير المرغوب فيه وقد يكون، بطريقة لفظية كالزجر والتأثيب أو الضرب أو الحرمان، مما يجعل التلميذ المعاقب يشعر بعدم الارتياح وعدم الرضا والشعور بالضغط. ***(سعيدة صالحي، 2003: 55).***

د-التباين بين توقعات الآباء وقدرات الأبناء: قد يكون لدى الآباء طموحات وتوقعات زائدة نحو الأبناء، ولذلك يرغمون أبنائهم على تخصصات دراسية معينة لا تتفق على ما ليدهم من قدرات واستعدادات وإمكانيات، فالكثير من الأولياء لا يعطون أبنائهم حرية الاختيار بل يرفضون عليهم نوع معين من التعليم، كما أن الصراع بين المراهقين والآباء بالخصوص الواجبات المدرسية والمنزلية والفروق في التوقعات فيما يتعلق بالتعليق الأكاديمي والتوقعات المستقبلية تمثل أيضا مصدرا هاما للضغوط لدى التلاميذ. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 184).***

هـ-مرض أحد أعضاء الأسرة: إن تعرض أحد أعضاء الأسرة لمرض مزمن مثل السرطان، يمثل ضغط كبير على الأبناء مما يشعرهم بالضغط والحزن. ***(سهيرا أحمد سعيد معوض، 2009: 40).***

و-الطلاق كعامل مثير للضغط: إن الطلاق يحدث نتيجة لتعاضم الخلاق بين الزوجين إلى درجة لا يمكن إدراكها، ما يخضع لقوانين مستمدة من الشريعة الإسلامية والتي أباحت رابطة الزواج بالطلاق حيث أباحتها بالضرورة، ومع ذلك نجد في الوصايا الدينية ما يشير إلى خطوته وعدم الإسراع إليه، فالإسلام يشرع طلاق للحاجة لا للغاية، فإن الطلاق يؤثر على الأبناء ويهدم الروابط القوية والتي تربطهم ويؤدي بهم الحرمان من النشئة الطبيعية للأبناء فالطلاق يجعل الأسرة في حالة ضغط وغير قادرين على مواجهة متطلبات الحياة.

(سهير أحمد معوض، 2009: 35).

ي-توتر العلاقات والصّراعات الوالدية: كلّما كان الجو الأسري متوترا أو مشحونا بخلافات والشجار بين الوالدين خاصّة لما يحدث ذلك أمام أعين الأبناء، فإنّ ذلك ينعكس سلبا على نفسيتهم، وهذا ما يجعل الأبناء يعانون كثيرا من الضغوط ويكونون عرضة للتشرّد والانحراف. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 184)***

7-2-العوامل الشخصية:

أ-سوء التكيّف المدرسي: يعد التكيف من الأمور الأساسية التي تسعى العملية التربوية إلى تحقيقه حيث تمكن تعريف التكيّف على أنه مجموعة من التغيرات التي نقوم بإحداثها في أنفاسنا وبيئتنا من أجل إشباع حاجاتنا وتلبية المطالب الملقاة علينا وذلك لأجل تحقيق علامات إيجابية، فالتكيف المرسي هو تلائم التلاميذ مع ما تتطلبه المؤسسة التربوية من استعداد لتقبّل الاتّجاهات والقيم التي تعمل على تطوّرها لدى التّلميذ، أمّا التّلميذ غير مكيّف مدرسيا حسب الباحثة "نادية شرادي" فهو التلميذ الذي لم تتوفّر فيه إمكانيات التحصيل المقبولة. ***(سميرة عبدي،2011: 54)***

ب-ضعف دافعية التلميذ للتعلّم: إنّ ضعف دافعية التلميذ للتعلّم وقلة اهتمامه بما يقدّم له من نشاطات تعليمية يؤثر على مدى تقلبه للمعلومات وهذا يعود إلى صعوبة المادة التعليمية وعدم إشباعها لحاجات التلميذ.

ج-تشتت انتباه التلاميذ: إنّ التّعب الذي يسيطر على التلاميذ نتيجة صعوبة المادة أو عدم إعطاء فاصل منشط للتلاميذ من حين إلى آخر يؤدّي إلى إحساس التلاميذ بالضغط وتشتت انتباههم. ***(أحمد محمد الزّغبي، 2005: 277)***

د-إنتشار ظاهرة الشرود الذهني: يعرف الشرود الذهني على أنه الإغراق في أحلام اليقضة وهي ظاهرة شائعة في الآونة الأخيرة لدى تلاميذ المدارس إذ يعيق سير الفعّال للعملية التربوية ويؤدّي إلى ملل التلاميذ ورغبتهم في التفكير في المستقبل بغية الخروج عن الأسرة وشعور بنمو القدرات الفردية لهم. ***(عبدي سميرة، 2011: 55)***

***العوامل الاقتصادية:** يعتبر الوضع الاقتصادي للأسرة عاملا من عوامل الضغط المدرسي فانخفاض الدّخل يؤدّي إلى عدم القدرة على تلبية حاجيات الأبناء الذين ينتمون إلى أسرة

محدودة الدّخل لا يلاحظون بنفس الوسائل المادية التي يحضى بها أفراد الأسرة الغنية، فالفقير يعتبر من المشكلات التي تعود بالسّلب على الأفراد إذ لا يجدون أمامهم كلّ مستلزمات حياتهم عموما والدّراسة خصوصا وهذا ما يدفع بهم إلى الضغوط المدرسية. ***(سميرة عبيدي، 2011: 59)***

ب-ضيق المسكن وانخفاض الدّخل: ما كانت مطالب الأسرة والأبناء مشبّعة توفر الاستقرار والتوافق الأسري والعكس، أمّا في حالة الضيق المادي للأسرة تؤدي إلى نشوب التوتر بين أعضائها والشّعور بالضغوط، فلا شك أن انخفاض الدّخل في الأسرة والظروف السكنية غير ملائمة يؤثر على ديناميات العلاقات داخل الأسرة وذلك نقص التغذية وكلّ هذا يجعل الأطفال ملزمون على العمل في سن مبكرة ويتدرّب ذلك حرمانهم من التعليم والانحرافات والجرائم.

كما أن ضيق المسكن وعدم توافر الهدوء والرّاحة وسوء الإضاءة والتّهوية تجعل ظروف الاستذكار غير مواتية أمام الأبناء، وقد يدفع ضيق المسكن الآباء إلى تشجيع أبنائهم إلى الخروج إلى الشارع رغبة في الحصول على مزيد من الهدوء وكلّ هذا يؤدّي بهم إلى الشعور بالضغط. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 185)***

7-3-العوامل المدرسية:

من بين العوامل المدرسية التي تسبب الضغوط المدرسية لدى التلاميذ نجد ما يلي:

أ-البيئة المادية الفيزيقية للمدرسة: لاشكّ أنّ للبيئة المادية الفيزيقية للمدرسة أو بيئة حجرة الصف بما تشمله من مكونّات مختلفة مثل المساحة والمرافق من ملاعب ودورات المياه والإضاءة والتهوية والتدفئة والمقاعد والتّجهيزات المختلفة كلّ هذا فإنّ سوء هذه الظروف كما يبدو ذلك في سوء التهوية والحرارة والتلوّث والبرودة ونقص المقاعد في القسم يعرقل عملية

التعلم لديهم ويؤدّي أيضا إلى انزعاج المعلم وجعل آدائه وشعوره بالضغط يزداد. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 192)***

ب-كثرة الأنشطة المدرسية: قد يكون من البواعث المهمة التي تدفع الأطفال على الإقبال إلى المدرسة ما يمارسون فيها من أنشطة منهجية وتزداد هذه الأنشطة وتتنوع بزيادة العمر وارتفاع مستوى المرحلة التعليمية فقد يشارك في فنون الطّبخ والخياطة والطباعة واستعمال الحاسوب وتصبح هذه الأنشطة غير نهائية وتشكل عبئا ثقيلا على التلاميذ وتسبب له ضغطا شديدا.

ج-مناهج الدّروس غير الملائمة: إنّ طرق تدريس وتعليم المناهج لا تتناسب مع قدرات الطلاب وميولهم ولا تراعي هذه المناهج الظروف الفردية بينهم، فلهذا يجد التلاميذ يعانون من الملل والإحباط من المدرسة وقد يتجنبونها، وهذا يبدوا واضحا لدى العديد من التلاميذ خاصّة ذوي المشكلات الأكاديمية والإنفعالية وكذلك حالات التأخر الدّراسي فالمناهج الدّراسية غير ملائمة لحاجات الطّلاب تؤثّر على نفسيتهم وشعورهم بالعجز والكراهية لبعض المواد. ***(طه عبد العظيم حسين، 2005: 384)***

د-التنافس الشّديد بين التلاميذ: لاشك أنّ التنافس بين التلاميذ بسبب الرّغبة في التفوّق أو الحقد أو الغيرة قد يجعلهم يشعرون بالإحباط والقلق والضغط وهذا يعني أنّ الضغوط تأتي من المبالغة في التنافس وعندما يدرك التلميذ أنه في منافسة مع رفاقه وأنه غير قادر أو غير مستعد ليستجيب لمطالب هذه الظروف ومن هذه المنافسة فإنه يعاني من انخفاض في تقدير الذّات ويشعر بالقلق ومن ثم يؤدي إلى الشعور بالضغط. ***(جريدة الشروق، يود الأحد رقم 17 :27)***

هـ-صعوبة المواد الدّراسية: وقد ينفر بعض الطّلاب من مواد دراسية معينة بسبب وجود اتّجاهات سلبية نحو معلم هذه المواد وطريقته في تناولها وشرحها وتعتبر الرّياضيات والعلوم

من المواد البارزة والتي يمكن أن تحدث لعدد كبير من الطلاب وذلك مقارنة بغيرها من المواد الدّراسية الأخرى، فالطلاب الذين لديهم صعوبات في تحصيل هذه المواد وفهمها، وحل المسائل الرياضية أو يكونون غير قادرين على استدعاء وتطبيق المعادلات الفيزيائية الملائمة يشعرون بالإحباط والقلق والضغط فتتمثل الرياضيات بصفة خاصة مشكلة للعديد من الطلاّب ولهذا ظهر مصطلح يعرف بقلق الرياضيات. ***(أحمد محمد الزغبي، 2005: 274)***

و-اعتماد المعلم على الطريقة التقليدية في الشرح: فالشرح اللّفظي الذي يستخدم فيه المعلم الرّموز والألفاظ المجرّدة وغير المدعّمة بوسائل مناسبة لإيضاحه يؤدّي إلى إعاقة التلاميذ الاتصال النّاجح بين المعلم والتلميذ وهذا يسبّب ضغوط للتلاميذ.

ي-ضعف قدرة المعلم على إيصال الفصل الدّراسي: وهذا يعود إمّا لضعف شخصيته أو إلى عدم تمكّنه من المعلومات التي يقدّمها للتّلاميذ، أو إلى ضعف صورته أو عدم قدرة التلاميذ من سماعه بوضوح نتيجة وجود بعض التلاميذ الذين يحثيرون الفوضى والشغب داخل الفصل ممّا يولد لدى التلاميذ ضغوطات كثيرة. ***(محمد أحمد النّغبي، 2005: 276)***

7-4-الاختبارات ومشكلة السرحان:

السّرحان هو خلل بسيط ينتاب وظيفة الانتباه، فيشغل الطّالب بأمر من أمور الحياة كثيرا ما يسرح التلاميذ بسبب المشاجرات التي تحدث في المنزل بين الوالدين أو الإخوة أو مقارنة نفسه بالآخرين كالإخوة أو الأصدقاء في المدرسة. يمكن علاج مشكلة السرحان بتفادي النّزاعات الأسرية تحفيز التلميذ على المذاكرة وتقوية رغبة فيها بالتشجيع وليس بالتخويف لأنّ هذا يولد القلق من المذاكرة، الأمر الذي يسبّب الهروب بالسرحان، وبالتالي تأخر المستوى الدّراسي ومن هنا يحدث قلق الاختبارات فقلق فترة الامتحانات يعتبر من المشكلات النفسية الشائعة، حيث يعاني التلميذ من التوتر النفسي والإحساس بالخطر ويعود إلى أسباب شخصية أو أسرية، ضف إلى ذلك المدرسة التي يمكن أن تكون المصدر

الرّئيسي لهذا القلق والضغوطات التي يعاني منها التلاميذ، وذلك سواء كان بنظامه التربوي أو طريقة تدريسها للمواد التعليمية. ***(أسامة محمّد البطانية عبد الكريم البابلية، 2005: 220)***

7-5-الأسلوب الإداري الساند في المدرسة:

هناك عدّة أساليب إدارية يستخدمها المعلم المدير في التعامل مع التلاميذ والمعلمين وهو الأسلوب الاستبدادي والدكتاتوري الذي يقوم في جوهرة على القهر وفرض السلطة والأوامر على التلاميذ والمعلمين والتحكم في كلّ كبيرة وصغيرة ويترتب عن ذلك نفور التلاميذ وشعورهم بالملل من المدرسة وزيادة المشكلات لديهم والإحساس بالضغط. ***(طه عبد العظيم حسين، 2006: 199)***

نستخلص من هذا العنصر أن عوامل المدرسية تؤثر بشكل كبير على نفسية التلميذ وتجعله في حالة ضغط، كما أنّ الأسلوب التسلطي من طرف الإدارة يجعل التلاميذ يشعرون بالإحباط والضغط.

8-آثار الضغط المدرسي:

تختلف آثار الضغط المدرسي من فرد إلى آخر ومن بين هذه الآثار نجد:

8-1-الآثار الفزيولوجية:

تؤثر الضغوط سلبا على النّواحي الفيزيولوجية للفرد إذ تحدث تغيرات في وظائف الأعضاء وخلل في إفرازات العدد والجهاز العصبي وارتفاع نسبة الكلسترول في الدّم وإضطرابات في الهضم.

8-2-الآثار النفسية:

إنّ الضغوط المدرسية آثار سلبية على نفسية التلميذ حيث تظهر في آليات دفاعية وانهيارها، إذ يعاني التلميذ سرعة الانفعال والقلق والخوف وعدم الرّاحة وفقدان الثقة بسبب ذلك الضغط الذي عاني منه.

8-3-الآثار المعرفية:

نقص الانتباه وضعف قوّة الملاحظة، تدهور الذاكرة حيث تقل قدرة الفرد على الاستدعاء والتعرّف، وتزداد الأخطاء وكذلك فقدان القدرة على التقييم المعرفي الصحيح للموقف، ضعف القدرة على حل المشكلات وصعوبة معالجة المعلومات واضطراب التّفكير حيث يكون التّفكير الإبتكاري والتغيّرات الذاتية السلبية التي يتبناها الفرد عن ذاته وعن الآخرين.

8-4-الآثار الانفعالية:

وتظهر في سرعة الاستشارة والخوف، إزدياد التوتّر النّفسي والفيزيولوجي، القلق والإحباط، والهلع والغضب زيادة الشعور بالعجز وانعدام الحيلة واليأس وكذلك سيطرة الأفكار والوساوس القهرية.

8-5-الآثار السّلوكية:

تظهر في انخفاض الآداء والقيام باستجابات سلوكاته غير مرغوبة، اضطرابات لغوية مثل التأتأة والتلعثم، انخفاض مستوى نشاط الفرد حيث يتوقف عن ممارسة هواياته انخفاض انتاجية الفرد، تزايد معدّلات الغياب عن المدرسة وعدد الرّضى عنها، تعاطي العقاقيل والمخدّرات وتدخين السجائر، اضطرابات النوم وإهمال المظهر والصحة، عدم الثقة في الآخرين والتخلي عن الواجبات والمسؤوليات وإلقاء بها على عاتق الآخرين، الانسحاب عن الآخرين والميل للعزلة. ***(طه عبد العظيم محسن، 2006: 45)***

9-إدارة الضغوط لدى الطلاب:

- مساعدة الطلاب على إدراك الأشياء الإيجابية بعضهم مع بعض ومع المعلمين
- تعليم الطلاب أسلوب التعلم من خلال الأخطاء
- تكوين علاقات إيجابية بين المعلمين والطلاب، فاتجاهات المعلمين نحو الطلاب لا يجب أن تكون عقابية صارمة
- تشجيع الطلاب على التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم بطريقة إيجابية وتوكيدية، وذلك من خلال توفير بيئة الصف التدعيمية
- التفاعل الإيجابي لكل من المعلمين والطلاب مع عناصر بيئة التعلم
- تشجيع الطلاب على الإحساس بالنجاح وقيمته، خاصة الطلاب الذين يعانون من الفشل الدراسي
- تشجيع الطلاب على المشاركة في التعلم التعاوني والتدعيمي
- تشجيع الطلاب على ضبط الذات والتحكم في سلوكاتهم ومشاعرهم
- تزويد المعلمين بتدريبات ومهارات تساعدهم على أن يصبحوا أكثر قدرة على مواجهة التحديات وحل المشكلات.
- مساعدة الطلاب على إدراك الأشياء الإيجابية التي يحققونها وتنمية المواهب الخاصة لديهم والتفاعل الاجتماعي مع أقرانهم **(طه عبد العظيم حسين، 2006: 104، 107)**

ومن بين التغيرات التي تساهم بدور فعال في مساعدة التلاميذ على التغلب على المواقف الضاغطة نجد ما يلي:

- وجود علاقات سوية مع الآباء
- أن يكون لديهم مهارات اجتماعية جيدة
- أن تكون لديهم مهارات التدريب على حل المشكلات
- الإحساس بالهدف والمستقبل
- الإحساس بتقدير الذات الإيجابي والمسؤولية الشخصية **(طه عبد العظيم حسين، 2006: 210)**

نستنتج من خلال هذا العنصر أنه يمكن التقليل من شدة الضغط المدرسي وذلك بواسطة وضع خطة للتحكم فيه والقدرة على إدارته.

10-استراتيجيات مواجهة الضغط المدرسي:

سعت بعض البحوث والدراسات إلى دراسة أساليب استراتيجيات مواجهة الضغوط. يعرفها كل من "Star et Neal على أنها مصطلح يتضمن كل الجهود السلوكية والمعرفية التي يستخدمها الأفراد شعوريا لتحقيق أو خفض تأثيرات الموقف الضاغط، ويمكن استخدام أساليب واستراتيجيات مختلفة لمواجهة الضغوط المدرسية **(عوض، 2001: 67)**.

ومن الاستراتيجيات المواجهة التي يعتمد عليها التلاميذ للتعامل مع الضغوط المدرسية نجد ما يلي:

10-1-التدريب على الاسترخاء:

وهو يستند إلى مسلمة مفادها التفاعل المتبادل بين الجسم والنفس وأن التوتر بؤدي إلى توترات عضلية وإجهاد في عدد من أجهزة الجسم، كما أن آلام الجسم تؤدي إلى تغيرات انفعالية واضحة، فتحقيق درجة من الاسترخاء يؤدي إلى تحسن الحالة النفسية والتخفيف من شدة القلق **(جمعة السيد يوسف، 2008: 55)**

10-2-التأمل:

يرجع الفضل إلى عالم القلب هربرت بينسون في تطوير هذا الأسلوب، وبمعنى التأمل أن يجلس الفرد في مكان هادئ بعيد عن الإزعاج والضوضاء لمدة تتراوح من 10 15 دقيقة **(طه عبد العظيم حسين، 2006: 155)**

10-3-إعادة التقويم:

لقد أضاف لازاروس 'لى عملية التقويم الأولي والثانوي عملية إعادى التقويم، وهي العلمية التي من خلالها يعيد الفرد كيفية إدراكه ومواجهته للمواقف الضاغطة، حيث يطور من أساليب مواجهته وتغييرها طبقا لإدراكهم ونتيجة لحصول التلاميذ على معلومات جديدة، وعندئذ يغير تقويمهم للمواقف أو يعيد النظر في استجابة المواجهة يبحث عن استجابة أخرى ملائمة لمواجهة المواقف **(طه عبد العظيم حسين، 2006: 157)**

10-4-التدريب على السلوك التوكيدي:

يعتبر التدريب على التوكيدية أحد الفنيات الرئيسية في إدارة الضغوط والتوكيدية يعني القدرة على قول لا والقدرة على الطلبات غير المعقولة والقدرة على التعبير عن المشاعر الموجبة والسلبية والقدرة على بدئ وإنهاء واستمرار المحادثة، فهي باختصار تتضمن القدرة على التعبير عن الأفكار والأداء وعدم الموافقة.**(طه عبد العظيم حسين، 2006: 156)**

10-5-التدريب على إدارة الوقت:

يهدف هذا الأسلوب إلى زيادة الكفاءة لدى الفرد في استخدام الوقت وتوظيفه واستثماره في كل مفيد، وبالتالي الحفاظ على الوقت، حيث أن الأفراد الذين يعانون من مستوى مرتفع من الضغط لا تكون لديهم الكفاءة في إدارة الوقت وتوضيفه وخصوصا الضغوط المرتبطة بالدراسة، وهناك الكثير من الحكم والأمثال تؤكد على أهمية الوقت مثل: الوقت كالسيف إن لم تقطعه قطعك.

10-6-إعداد التقييم المعرفي:

وهو أسلوب التقييم الذي يستعمله الفرد في وجود الضغوط، ومعنى التقييم المعرفي هو التفكير في الضغوط خاصة النفسية والمدرسية، وهذا الأسلوب يعتمد على أسس كحسن اختيار الأفكار والتحكم فيها والقدرة على تفسيرها للتغلب على الضغط.(**طه عبد العظيم حسين، 2006: 157)**

كما حدد موس وبيلينغ(1981) ثلاثة أنواع من استراتيجيات مواجهة الضغوط وهي كالتالي:

- الاستراتيجيات المعرفية الفعالة: تتمثل في المجهودات المعرفية لتقدير الحدث بأنه ضاغط.
- الاستراتيجيات السلوكية الفعالة: وتتمثل في مختلف المحاولات والمجهودات السلوكية الظاهرة للتعامل مباشرة مع المشكل.
- استراتيجية التجنبية: وتتضمن المجهودات والمحاولات المبذولة لتجنب وتفادي مواجهة المشكل ومحاولة مواجهة المشكل بصفة غير مباشرة **(أيت حمودة، 2006: 179)**

إضافة إلى هذا، هناك الاستراتيجية الإيجابية التي يوظفها الفرد في اقتحام الأزمة وتجاوز آثارها، وذلك من خلال الأساليب الإيجابية التالية:

- التحليل المنطقي للموقف الضاغط بغية فهمه والتهيئ الذهني له ولمرتباته
- إعادة التقييد الإيجابي للموقف، حيث يحاول الفرد معرفيا استجلاء الموقف وإعادة بنائه بطريقة إيجابية مع محاولة تقبل الواقع كما هو.
- البحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف والمساعدة من الآخرين أو مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطها بالموقف الضاغط

- استخدام أسلوب حل المشكلة والتصدي للأزمة بصورة مباشرة.

كما نجد استراتيجيات سالبة التي يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير فيها من خلال استخدام الأساليب السالبة التالية:

- الإحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي الممكن في الأزمة
- التقبل الاستسلامي للأزمة وترويض النفس على تقبلها
- البحث عن المكافئات البديلة عن طريق الاشتراك في الأنشطة البديلة ومحاولة الاندماج فيها بهدف توليد مصادر جديدة لإشباع تكيف بعيدا عن مواجهة الأزمة.
- التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظيا عن المشاعر السلبية غير السارة وفعليا عن طريق المجهودات الفردية المباشرة لتخفيف التوتر **(طه عبد العظيم حسين، 2006: 195)**

نستنتج أن الضغط المدرسي يشترك آثار عديدة على التلميذ من أبرزها الآثار المعرفية منها ضعف القدرة على حل المشكلات وصعوبة التركيز وآثار سلوكية كالغياب عن المدرسة بشكل مستمر وانفعالية ونفسية وفيزيولوجية.

خلاصة الفصل:

يمثل الضغط أهم الموضوعات الحديثة التي لها أثر كبير في مجتمعنا الحالي بسبب التأثيرات العقلية والجسمية التي يمكن أن تسببها للفرد، وتعددت مصادره منها المهنية والمدرسية وغيرها، إذ نجد التلاميذ أكثر عرضة للضغط في البيئة المدرسية وغيرها نظرا لكثافة البرنامج الدراسي والاستذكار المكثف لغرض التحسين من مستوى تحصيلهم الدراسي وهذا قد يعود بالسلب على التلميذ، مما يولد لديه ضغطا، ولهذا قد عرضنا في هذا الفصل استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية لغرض التخفيف من شدة الضغط لدى التلاميذ.

الفصل الثالث

التعليم الثانوي

تمهيد.

1- نشأة وتطور التعليم الثانوي في الجزائر.

2- تعريف التعليم.

3- تعريف التعليم الثانوي.

4- مميزات المرحلة التعليمية الثانوية.

5- مهام التعليم الثانوي.

6- أهداف التعليم الثانوي في الجزائر.

7- المشكلات التي يتعرض إليها طلاب المرحلة الثانوية.

8- مبررات إصلاح التعليم الثانوي.

9- أهمية التعليم الثانوي.

الخلاصة.

تمهيد:

تعتبر التعليم الثانوي في عصرنا ركيزة من ركائز النظام التعليمي والتربوي في العالم ليس فقط بسبب موقفه كهمزة وصل بين مرحلتي التعليم المتوسط والتعليم العالي من جهة وبين التشغيل والتكوين المهني من جهة أخرى.

وفي هذا الفصل نتطرق إلى تعريف التعليم، تعريف التعليم الثانوي، مميزات التعليم الثانوي، أهداف التعليم الثانوي، مبررات إصلاح التعليم الثانوي، مشكلات الطالب في مرحلة التعليم الثانوي، مهام التعليم الثانوي.

1- التعليم الثانوي في الجزائر بين النشأة والتطور:

1-1- التعليم الثانوي قبل الاحتلال:

كان التعليم الثانوي قبل الاحتلال الفرنسي منتشرا انتشارا واسعا بين أوساط الشعب الجزائري قد جاء في تقرير Combes كومب لمجلس الشيوخ الفرنسي في 2 فيفري 1894 ما يلي:

كان التعليم في الجزائر سنة 1830 أقل تقهقرا مما جعلته السلطة العامة الفرنسية، لقد كان هناك ما يزيد عن ألفي مدرسة ابتدائية وثانوية وعليا، وكان الأساتذة المخلصون يعلمون التلاميذ الذين كانوا يقبلون بغاية الاجتهاد على دروسهم، وكانت الدروس العامة تنظم في جميع المساجد للكبار. ***(عبد الرحمان الجيلالي، 1982: 555).***

كان التعليم الثانوي يتم في المساجد والزوايا المعروفة مثل مساجد تلمسان وقسنطينة والميزاب ومعهد الهامل ببوسعادة وآملو ببجاية وسيدي منصور في القبائل الكبرى، وأشار Bedu بيدو وأن قسنطينة كانت تحوي على مدارس التعليميين الثانوي والعالي وكان بهما ما يقارب من 600 إلى 700 تلميذ. ***(بشير دمبرجي، بدون تاريخ: 25).***

استمرت مدينة مازونة، حيث أسست فيها عدة معاهد وكانت البرامج تشمل تلاوة القرآن الكريم والحديث الشريف، اللغة العربية والبلاغة والفلسفة والتاريخ والجغرافيا وعلم الفلك. ***(ناصر الدين سعيدوني، 1984: 194).***

نلاحظ أن عملية التعليم الثانوي في هذه المرحلة كانت شائعة في الجزائر تتم في المساجد والزوايا.

1-2- التعليم الثانوي في عهد الاحتلال:

جاء الاحتلال الفرنسي وجاء معه تخريب الهياكل السياسية والاقتصادية وكذلك مراحل التعليم، وقد اعترف Duck Dumal الدوق دومال الوالي العام على الجزائر خلال ثمانينات القرن التاسع عشر بالاعتداء على مراكز التعليم ومن بينها مؤسسات التعليم الثانوي

في الجزائر واستولينا على المعاهد العلمية وحولناه إلى دكاكين أو ثكنات، أو مرابط للخيل واستحوذنا على أوقاف المسجد والمعاهد. ***(رابح تركي، 1981: 127).*** وقد مر التعليم الثانوي خلال الفترة الاستعمارية بمرحلتين:

المرحلة الأولى (1830-1930): في بداية الاحتلال لم تهتم الحكومة الفرنسية بتعليم الأهالي بسبب انشغالها بمواجهة لمقاومة الشعبية، وبعد مرور حوالي سنة، ولكي تتمكن من إبعاد الجزائريين، لجأت إلى إنشاء ثلاثة مدارس حكومية بموجب مرسوم مؤرخ في 1850/09/30، في كل من تلمسان، قسنطينة، المدية، لتتحول من هذا الأخير إلى العاصمة في 1859.

وتهدف هذه المدارس إلى تكوين مرشحين إلى الوظائف الإدارية والقضائية والتعليمية، ويدوم التعليم فيها أربعة سنوات، تدرس اللغة الفرنسية واللغة العربية والأسس العلمية، والرياضية والتاريخية، والجغرافيا ومبادئ النظم الإدارية تختم الدراسة شهادة نهاية الدراسات للمعاهد ووصل عدد المعلمين في هذه المدارس في 1896 إلى 156 معلم.

(بشير دمبرجي، بدون تاريخ: 27).

كانت اللغة العربية تعتبر لغة أجنبية وكان مدروسها تنقصهم الكفاءة العلمية، حيث لم توجد بها معاهد خاصة وتخريج معلمي اللغة العربية في مرحلة الثانوية.

المرحلة الثانية: (1930-1962): شهدت هذه المرحلة تحويل المدارس الفرنسية الإسلامية إلى ثانويات وهذه المدارس للذكور فقط وتم هذا التحويل بناءا على صدور قانون إعادة تنظيم المدارس الحكومية الفرنسية الثلاث حيث صارت تأهل تلاميذ إلى البكالوريا التعليم الثانوي (بدل الديبلوم فقط) وأدخلت تعديلات على مناهجها حيث صارت تعطي إلى جانب التعليم الإسلامي (فقه التشريع) الحضارة والقانون الفرنسي وأنشئت بعد ذلك مدرسة رابعة «فرنسية إسلامية» خاصة بالبنات الجزائريات يتلقين فيها تعليما مزدوجا أسوة بطلبة المدارس الثلاث المذكورة.***(رابح تركي، 1982: 144).***

لكن الملاحظ على البرامج التعليم الثانوي في تلك المدارس، أنها جاءت لتجعل المواطن الجزائري يتكور في محيط ثقافي عقيم لا يزيد شيئا، ولم يكن الالتحاق بالمدارس الثانوية إلا الأقلية من الجزائريين فكانت نسبتهم بقدر واحد في الخمسين وحتى بعد إنشاء الثانويات السابقة الذكر. كانت طلبتها يتخرجون ليصبحوا بعدها مدرسين أو موظفين في سلك القضاء الإسلامي أو الترجمة، كما شهدت هذه المرحلة إنشاء جمعية العلماء المسلمين التي عملت على إنشاء المدارس الحرة شعارها «إن المدرسة جنة الدنيا والسجن هو نارها والأمة التي لا تبني المدارس تبنى لها سجون...» ويذكر كل الشيخ البشير الإبراهيمي منجزات الجمعية بقوله: «للجمعية الآن بل الأمة الجزائرية أكثر من مائة وخمسين مدرسة ابتدائية حرة رغم الاستعمار...» ثم شيدت الجمعية معهدا ثانويا كخطوة أولى للتعليم الثانوي.

(الطاهر زرهوني، 1994: 29).

وقامت الجمعية عام 1974 بتكوين معاهد ثانوية، أولها معهد ابن باديس في قسنطينة وقد بلغ عدد تلميذاته في 1950-1951 حوالي 913 تلميذ كما بلغ عدد المعلمين في نفس الفترة 275 معلما. ***(رابح تركي، 1982: 211).***

1-3- التعليم الثانوي بعد الاستقلال (1962-2005):

1-3-1-الفترة الممتدة ما بين (1962-1970): تعتبر هذه الفترة انتقالية حيث لابد لضمان انطلاق المدرسة من الاقتصار على إدخال تحويلات انتقالية تدريجية لتأسيس نظام تربوي يساير التوجيهات التنموية الكبرى، وكان من أولويات هذه ما يلي:

- تعميم التعليم بإقامة المنشآت التعليمية، وتوسيعها إلى المناطق النائية.
- جزارة إطارات التعليم.
- تكييف مضامين التعليم الموروثة عن النظام التعليمي الفرنسي.
- التعريب التدريجي للتعليم.***(بو فلجة غيات، 2006: ص54).***

1-3-2-الفترة الممتدة ما بين (1970-1980): بدأت هذه الفترة بصدور أمرية رقم 76-35 المؤرخ في 16 أفريل 1976 المتضمنة تنظيم التربية والتكوين في الجزائر الذي

أدخل إصلاحات جذرية على نظام التعليم وقد تضمن الأمر السابق. ***(وزارة التعليم، 2002: 9)***.

أهداف الوطنية: وتتمثل في تنمية شخصية الأطفال والمواطنين وإعدادهم للعمال والحياة وإكسابهم المعارف العلمية والتكنولوجية التي تمكنهم من الاستجابة للتطلعات الشعبية.

أهداف دولية: تتجسد في منح التربية التي تساعد على التفاهم والتعاون بين الشعوب وتجسيد في العالم على أساس احترام سيادة الأمم وتلقين مبدأ العدالة والمساواة بين المواطنين والشعوب، وإعدادهم لمكافحة كل شكل من أشكال التعرف والتمييز.

وعلى التعليم بموجب هذا الأمر مهيكلا حسب المراحل التالية:

- تعليم تحضيري غير إجباري.
- تعليم أساسي إلزامي ومجاني لمدة 9 سنوات.
- تعليم ثانوي عام. تعليم ثانوي تقني لمدة 3 سنوات.

(وزارة التربية، 2002: ص5).

نستخلص في هذه الفترة تم إصدار أمرية تتضمن أهداف وطنية تشمل تنمية شخصية الفرد وتهيئته للحياة وأهداف دولية تتمثل في غرس مبدأ الاحترام والتعاون بين الشعوب والعمل على العدالة والمساواة، كما وضع هيكل للتعليم في المراحل التالية: التعليم الابتدائي، التعليم المتوسط، التعليم الثانوي.

1-3-3-الفترة الممتدة ما بين (1980-1991): رغم التحولات التي عرفتها المدرسة الأساسية في هذه المرحلة أو الفترة، إلا أن التعليم الثانوي لم يعرف تحولات كبيرة رغم إسناده إلى جهاز وزاري يستحل وقد اقتصرت الإصلاحات على التحولات التالية.

أ-التعليم الثانوي العام: تم إدراج التربية التكنولوجية سنة 1984-1985 وتلقينها من طرف أساتذة العلوم الطبيعية والفيزيائية إلا أنه تم التخلي عنها عام 1989-1990.

كما تم إدراج التعليم الاختياري (لغات إعلام آلي، تربية بدنية ورياضيات فن) وتم التخلي عنه إثر هيكلة التعليم الثانوي في الفترة الموالية.

ب-التعليم التقني: تطابق التكوين في المأخذ مع التكوين النموذج في الثانويات التقنية فتح بعض الشعب التعليم العالي أمام الجائزين على شهادة البكالوريا تقني، وإقامة التعليم الثانوي القصير المدعي الذي يتوج بشهادة الكفاءة التقنية والذي صار ساري المفعول من سنة 1980 إلى 1984 بالإضافة إلى فتح شعب جديدة وتعميم تدريس مادة التاريخ لتشمل كل الشعب وأمام قلة نجاحه الإجراءات الجزئية التي تم اتخاذها بقية تحسين التعليم الثانوي تجدر الإشارة إلى قرارين.

- توجيه القسمين الوزاريين المكلفين بالتربية.

كما تم تعديل طريقة الانتقال والتوجيه إلى التعليم الثانوي حيث أخذت نتائج شهادة التعليم الأساسي يعني الاعتبار في حساب معدل الانتقال وقواعد صياغة برامج السنة الأولى ثانوي خلال السنة الدراسية 1991/1990.

عرفت هذه المرحلة بعض التغيرات تكمن في إدخال التربية التكنولوجيا واللغات الأجنبية والإعلام الآلي بالنسبة للتعليم الثانوي العام أما التعليم التقني تم فتح الشعب الجديدة، كما تم تغيير طريقة الانتقال من المتوسط إلى الثانوي.***(بوفلجة غيات، 2006: 55-56).***

1-3-4-الفترة الممتدة بين (1991-2005): حاولت الدولة استدراك بعض النقائص الداخلية والخارجية التي أدت إلى انخفاض نوعية التعليم وضعف مردوده، ويمكن حصر أهم أسباب تلك الوضعية إلى العوامل الاجتماعية والتنظيمية والعوامل التربوية، ومن المعلوم أنه لا يمكن معالجة كل جوانب النظام التربوي في هذه المرحلة في آن واحد بل يتسم التحسين تدريجيا بالفعل لقد شرعت وزارة التربية الوطنية في تطبيق جملة من الإجراءات والتدابير التي تهدف إلى إدخال تحسينات على تنظيم التعليم الثانوي وإعادة النظر في الهيكلة الحالية، أخذ بعين الاعتبار الوضعية في الميدان من حيث الهياكل والتجهير والتأطير التربوي.

سنة 1996 في إطار التحسين المستمر للمردود التربوي أصدرت ذلك قصد تغطية بعض التفاوتات الموجودة ما بين النوايا والحقيقة الميدانية، وهذه المناهج تتماشى مع المبادئ التوجيهية المتمثلة في صياغة أهداف مرتكزة على الاحتياجات التكوينية للتلميذ وتوجيهات تنظيمية ومنهجية مساعدة للأستاذ على إستراتيجيات ناجحة.

أجريت إصلاحات 2002 متعلقة بإصلاح المنظومة التربوية قصد مسايرة التطور العلمي والتكنولوجي الراهن الذي يسود العالم وسنة 2005 الإصلاحات المتعلقة بإعادة هيكلة التعليم الثانوي والتكنولوجي.

عرفت هذه المرحلة تحولات كبيرة حيث تم إدراك المعيقات التي أدت إلى انخفاض مستوى التعليم من الناحية الاجتماعية، التربوية، التنظيمية. كما قامت إلى تغيير التعليم الثانوي إلى الأفضل وإصدار مناهج تعليمات جديدة، وإعادة هيكلة التعليم الثانوي والتكنولوجي.***(شيوة مولود، 2008: 11-12).***

2-تعريف التعليم:

يعرفه الباحث مجدي عبد العزيز إبراهيم أنه تعديل السلوك الإنساني وتنميته وتطويره نحو الأفضل يتضح أن التعليم عمل الإنساني أي أن مادته هي الأفراد الإنسانية وحدهم دون غيرهم من الكائنات الحية الأخرى أو الجامدة، لذا فإن التعليم بمثابة عملية لها مراحلها وأهدافها، فالمعرفة أو المهارة والأخلاق الجنسية ليست في ذاتها تعليما ولكنها تدل فقط على الفرد قد تعلم، وعندما نقول تعلم، معناه قد مر بعملية معينة، أما الأصول التي تستفد إليها عملية التعليم فهي أولا مستمدة من العلوم التي تفيد في فهم جوانبها المختلفة، فإن للتعليم أسسه الاجتماعية الثقافية وأصوله التقنية، التاريخية، السياسية والفلسفية.

(مجدي عزيز إبراهيم، 2001: 148-149).

يشير التعريف إلى تغيير سلوك الفرد نحو الأفضل يستند إلى أسس ثقافي، اجتماعية وكذلك أصول نفسية وتاريخية وغيرها.

3-تعريف التعليم الثانوي:

يرى "جون ديوي" أن التعليم الثانوي عبارة عن مؤسسة اجتماعية تسعى إلى تحقيق أهداف اجتماعية وتعني بالقابليات المختلفة وتعد التلاميذ إعداد ثقافيا ومهنيا عاما عدهم على انتخاب مهنة لسد حاجاتهم الأساسية التي تعرض عليهم طبيعة الحياة الجديدة.

(عباس عبد العلوان، 1994: 131).

يشير التعريف إلى أن التعليم الثانوي يسعى إلى تحقيق أهداف اجتماعية وثقافية ومهنية.

* عرفت الباحثة "بوثلجة غيات" أن مرحلة التعليم الثانوي مرحلة مهمة من مراحل المنظومة التربوية وحلقة وصلتي التعليم الأساسي والتعليم العالي وتمكن الطلبة من متابعة الدراسات العليا وتكوين إطارات متوسطة لتلبية حاجات سوق التشغيل الوطنية في هذا المجال. ***(بوثلجة غيات، 2006، ص61).***
* يشير هذا التعريف إلى أن التعليم الثانوي هو همزة وصل بين التعليم الأساسي والتعليم العالي وتمكن الطلبة من متابعة الدراسات العليا.
* يعرفه الباحث عباس العلوان إلى أن التعليم الثانوي عبارة عن مؤسسة اجتماعية تسعي إلى تحقيق أهداف.
* يعرفه رمضان القدافي ومحمد الفالوقي على أنه هو ذلك التعليم الذي بواسطة يكتمل النظام التعليمي الرسمي، ويقابل مرحلة، المراهقة أحد أهم مراحل النمو عند الإنسان ويمتد من انتهاء المرحلة المتوسطة وينتهي عند مدخل التعليم العالي.

(رمضان القدافي، محمد الفالوقي، 1997: 120).

يشير التعريف إلى أن التعليم الثانوي بواسطته يكتمل النظام التعليمي الرسمي وتقابله مرحلة المراهقة.

نستنتج من كل ما سبق أن التعليم الثانوي يختص بالمتعلمين في مرحلة المراهقة فهو من أعظم مراحل التعليم حساسية وخطورة وتهدف إلى إعداد التلاميذ للحياة تزامنا مع إعدادهم للتعليم العالي والجامعين أو المشاركة في الحياة العامة.

4-مميزات التعليم الثانوي:

يختلف التعليم الثانوي عن التعليم الأساسي بكونه بحاجة أكبر إلى الإعداد والتطوير لجعله يتناسب ومتطلبات عالم العمل وذلك عن وضع المناهج وكذلك الاهتمام بالحياة العملية للمراهقين وذلك من خلال ما يلي:

- تكلفة لتعليم الطالب.
- قاعدة ارتباط أضيق بالمجتمع المحلي بسبب محدودية الرقعة الجغرافية.
- عدد أصغر من المدارس الكبيرة.
- قدرة أقل للأهل في حكم الحياة المدرسية.
- وعلى القائمين على شؤون التعليم أخد بعين الاعتبار ذلك عند وضع البرامج التعليمية.
- يتصف بنسبة مردود أعلى على المستوي الوطني والإقليمي والاجتماعي.

(رمضان سالم النجار، 2009: 23-24).

وهناك مميزات أخرى منها:

- سيادة المنهج العلمي في شتى مجالات الحياة.
- الخبرات العالمية في ميدان التربية التي يجب أن تكون أحد المنطلقات الرئيسية في عملية المنهج.
- التطلع على حياة أفضل والإيمان بالقدرة التربية في إحداث التنمية يشبع تطوير من حاجات التلاميذ.
- التلاحم بين العلم النظري والتطبيقي وبين النظرية والتطبيق.
- يرتبط تطوير بفكرة التعليم الذاتي المستمر وبوجود المعلم المؤهل.

(عبد اللطيف دبور، حسين فرج، 2008: 70).

نستنتج مما سبق أن التعليم الثانوي يهتم بالتلاميذ ويهدف إلى كشف قد اهتم ومهاراتهم وكذلك استعداداتهم والعمل على تحسينها وتجسيدها على الواقع.

5-مهام التعليم الثانوي:

يحتوي التعليم الثانوي إلى تحديد المهام الأساسية التي سيتولاها والأهداف التي يجب أن يحققها من أجل إزالة العيوب والنقائص ومن بين هذا المهام نجد ما يلي:

5-1-المهام المتعلقة بالتنسيق الكلي والكامل مع القطاع التي نتفاعل معها هذا الطور:

* استقبال النسبة المحددة للانتقال من التعليم الأساسي وهو 50%.
* العمل على قبول المتخرجين بشهادة البكالوريا في التعليم العالي.
* إعداد التلاميذ إعدادا يسمح لهم بالاندماج في المراكز المهنية.
* إتاحة الفرصة أو السماح لذوي القدرة والرغبة في مواصلة التعليم ما بعد الأساسي لتحسين مستوياتهم الثقافية وترقية المهارات التقنية والعملية.
* ضمان استقرار نسبة التخرج وفقا للحاجات المخططة في نطاق التنمية.

(علي براجل، 1991: 203-204).

5-2-المهام المندرجة ضمن النظام الشامل للتربية والتكوين:

* العمل على ترقية الطاقات البشرية من الفئة العمرية المتوسطة.
* العمل على ترقية الطاقات البشرية من الفئة العمرية المتوسطة.
* رفع المستوى الثقافي والعلمي والتكنولوجي لهذه الفئة إلى المستوى المطلوب.

(علي براجل، 1991: 203-204).

يمكن القول أن هذه المهام تساهم بشكل كبير على نجاح العملية التربوية وتحقيق أهدافها والوصول بها إلى أعلى المراتب.

6-أهداف التعليم الثانوي:

هناك أهداف عديدة تسعي إليها التعليم الثانوي لتحقيقها ومن بينها ما يلي:

- تزويد الطلاب بالمهارات الفكرية ومناهج البحث العلمي.
- تحضير التلاميذ لمتابعة دروسهم في التعليم الجامعي.
- تحسين الطلاب لمهاراتهم اللغوية وقدراتهم الأدائية وإعدادهم مهنيا وتكنولوجيا.
- تنمية تقدير المسؤولية واحترام القانون والقيم.
- تنمية الشعور بالانتماء والقدرة على تحقيق التكيف.
- معرفة رموز الشخصية الوطنية، اللغة، العروبة، الإسلام، التاريخ المجد.
- اكتساب الطلاب المفاهيم العلمية الإنسانية وتسخيرها لخدمة المجتمع.
- دعم مختلف المعارف والمكتسبات المختلفة المحصل عليها في التعليم المتوسط.
- اكتساب الطلاب حاسة التذوق الفني وتقدير الجمال.
- تزويد الطلاب بالمهارات السلوكية وتنمية روح المسؤولية لديهم لاحترام القانون القيم.

(رمضان القدافي، محمد الفالوق، 1997، 123-125).

وهناك أهداف أخرى منها:

- إعداد الشباب للانخراط والتفتح لعالم الشغل.
- التأكيد المستمر بأن أفضل نوعية للتقدم في التعليم هي تلك التي يتم إعدادها جيدا من حيث المحتوى، المخرجات، التنظيم.
- تزويد الطلاب مهارات فكرية ومناهج البحث العلمي تهدف مرحلة التعليم الثانوي إلى تطوير وتنمية الجانب المعرفي للتلميذ وإعداده لتحمل المسؤولية اتجاه نفسه واتجاه الآخرين وتحسين مهارات التلاميذ العقلية وإعدادهم مهنيا.
- مساعدة الطلاب على معرفة ذواتهم وتقدير الآخرين.
- تقديم القياس واستخدام المقرر وذلك من خلال التقويم المستمر لها.

(رمضان سالم النجار وآخرون، 2009: 22).

أهداف التعليم الثانوي في الجزائر:

يمنح التعليم الثانوي في الجزائر كل الطلبة باختلاف شعيهم تكوينا وثقافيا، أساسيا قصد تحقيق أهداف معرفية ومنهجية سلوك سمح لهم باكتساب مهارات تقنية ويمكن حصر هذه الأهداف المعرفية فيما يلي:

- تربية المواطن وتوعيته بمبادئ حقوق الإنسان، العدالة الإنسانية، واجبات المواطنة، تنظيم المجتمع والتنمية الاجتماعية والاقتصادية.
- يساهم التعليم الثانوي في دعم واكتساب السلوكات التي من شأنها أن تساعد على إتباع مناهج، اتخاذ إجراءات عقلانية بالنسبة للنشاطات التعليمية ولعملية التعليم.
- التحكم في اللغة العربية والتعرف على التراث الوطني بأبعاده العربية الإسلامية والتحكم في الرياضيات ومعرفة لغتين أجنبيتين على الأقل.

(فتيحة مهدي بلعسلة، 2004: 18).

ويمكن القول أن الهدف الرئيسي للتعليم الثانوي هو تحقيق مطالب الشباب العلمية وذلك بالاهتمام بحاجة المراهق إلى تخلي كيفية المعيشة مع الغير في بيئة علمية وطبيعية.

7-المشكلات التي يتعرض إليها طلاب المرحلة الثانوية:

7-1-مشكلات تتعلق بالأسرة: مثل عدم التعاون أولياء الأمور مع إدارة المدرسة في تذليل العقبات والمشكلات التي تقابل سير تعليم أبنائهم أو سوء المعاملة الوالدية للمراهقين على القسوة أو حب السيطرة أو التذليل.

وقد تنبثق من المشكلات المتعلقة بالأسرة مشكلات اقتصادية ترجع لسوء الحالة الاقتصادية وعجز الموارد المالية مما يتسبب عنه الكثير من المشكلات التي يعاني منها طالب المرحلة الثانوية ولعل من أهم المشكلات الاقتصادية ما يلي:

- قلة المصروف.
- عدم ثبات المصروف اليومي.

- فقر الأسرة.
- الحاجة لتعلم الادخار.

7-2-مشكلات تتعلق بالمجتمع: مثل عدم تقبل المراهق لقيم المجتمع وعاداته مما يخلق مشكلات عدم التكيف والتوافق الاجتماعي.

- ضالة دور المجتمع في مساعدة الطالب في المرحلة الثانوية على الانخراط في مجالات العمل المختلفة وتشجيعه على تنميتها من خلال استراتيجية واضحة له لتنمية نفسه.

7-3-مشكلات تتعلق بالدين والأخلاق: وتتمثل في عدم التمسك بالتعاليم الدينية، وعدم احترام القيم الأخلاقية والصراع بين المحافظة والتحرر والقلق بخصوص التعصب الديني.

7-4-مشكلات تتعلق بالمهنة والعمل: وتكمن في عدم قدرة منهج المرحلة الثانوية من تحقيق متطلبات العمل المهنية وإعداد طالبها لمسايرة الحياة العملية بعد الانتهاء من تلك المرحلة.

7-5-مشكلات تتعلق بالسلطة المدرسية: نجد منها ما يلي:

- الهروب من المدرسة أو الحصص.
- التأخر الدراسي.
- عدم منح الطالب في هذه المرحلة المطورة حرية الاختيار الأكاديمي لمسايرة ميوله وقدراته لتحقيق أعلى قدر من التحصيل العملي والمهني، ولعل من أهم أسباب التي تنتج عنها المشكلات المدرسية بالإضافة إلى تعنت المدرسة وعدم فهمها لطبيعة مرحلة المراهقة ما يلي:
- انعدام الثقة والتعاون بين المدرسين وطلاب المرحلة الثانوية مما يخلق جوا من عدم التوافق والتكيف المدرسي.
- إن التلاميذ يشعرون بعدم كفاءة الكثير من المدرسين الأكاديمية والتربوية.
- الخوف من الامتحانات غير المقننة والتي تكشف عن مستوى الحقيقي للطلاب.
- إن المدرسين لا يعطون علامات عادلة للطلبة.

- إن المدرسين لا يراعون شعور التلاميذ أثناء تدريسهم للمواد الأساسية، لا يراعون خصائص التلاميذ في هذه المرحلة ولا يدركون ميولهم، ولا يعملون على مساعدتهم في اكتشاف مشكلاتهم ومن ثم التغلب عليها.

(عبد اللطيف فرح حسين، 2008: 50-53).

يمكن القول من خلال هذا أن الطالب في مرحلة الثانوية يعاني من عدة مشكلات تعيقه على مواصلة تعليمه بشكل جيد لذا علينا معالجتها.

8-مبررات إصلاح التعليم الثانوي: من بينها نجد ما يلي:

* الشعور بعدم قدرة التعليم الثانوي لوضعه الراهن على مقابلة مخططات التنمية ومسايرة متطلبات التطور الاجتماعي والاقتصادي نتيجة لانخفاض كفاءة هذا التعليم الداخلي والخارجي.
* المنهج بيئة تعليمية متخصصة ومنظمة بطريقة متعددة لتوجيه اهتمامات وقدرات المتعلمين نحو المشاركة الفعالة في حياتهم ومجتمعهم، وقد برزت عن هذا الفهم الصحيح للمنهج إلى نتائج إيجابية نذكر منها:

أ- إن المعلومات والمهارات التي يكتسبها التلميذ في المدرسة لما وظيفة فعلية في حياته الحاضرة.

ب- إمكانية تعديل المواد الدراسية لكي تتماشى مع طبيعة التلميذ وقدراته وحاجاته من ظروف المدرسة وإمكانياتها.

ج- المنهج يغرض على المتعلم استخدام أساليب وطرق متنوعة الفردية والجماعية لمساعدة التلاميذ على اكتشاف واكتساب المهارات والخبرات.

د- إن المدرسة أصبحت تعمل على تنمية شخصية التلميذ في جميع جوانبها الوجدانية والعقلية والبدنية في شمول وتكامل واتزان.

* عدم استغلال حصيلة التجربة الثمينة التي تراكمت لدى الأمة الجزائرية بفضل الجهود التي بذلتها عدة أجيال من المربين، وجعلها قاعدة لبناء منظومة تربوية جديدة.
* عجز المخططات والمحاولات الإصلاحية السابقة عن إيجاد توازن بين أنواع التعليم الثانوي لخطة تربوية مترابطة.

ومن هنا يمكن القول أن المنهج بمفهومه الواسع يؤكد النظرة التكاملية لكل من الفرد والمجتمع معا، وأن التربية لم تعد قاصرة على الإعداد للحياة فقط ولكن هي الحياة بكامل أبعادها الماضي بخبراته والحاضر بمشكلاته والمستقبل بتوقعاته.

(وزارة التربية الوطنية، 2004: 06-07).

9-أهمية التعليم الثانوي:

إن التعليم الثانوي يقابل أهم وأحرج مرحلة عمرية في حياة الفرد، فإنه يغطي مرحلة المراهقة، مرحلة بناء الذات وتكوين الشخصية السوية ذات الاتجاهات والقيم السامية.

فانطلاقا من هذا يمكن القول أن التعليم الثانوي يعتبر أهم المراحل التعليمية كونها الحلقة الأخيرة والتكميلية لما سبقها من مراحل ذلك بكل ما يتضمنه من برامج ومقررات دراسية للمراهق وبكل ما يتكون من شعب سواء علمية، أدبية أو تكنولوجية، وتعتبر السنة الأولى ثانوي سنة انتقال بين طورين تعليميين مختلفين يوجه بعدما التلاميذ إلى تخصصات تتناسب مع قدراتهم المعرفية، وهي التي يتحدد فيها بعد توجيههم المهني كونها المرحلة التي تلعب الدور الرئيسي في اختيار دراساتهم العليا فيما بعد.***(محمد الفالوقي، 1990: 23).***

كما يتصل التعليم الثانوي اتصالا وثيقا بما يسبقه ويلحقه من مراحل التعليم، وهي صلة تتطلب الدقة في تحقيق مناهجه بحيث تلائم مختلف أهداف ومناهج تلك المراحل التعليمية من ناحية، وتناسب ظروف المتعلمين ورغباتهم من ناحية ثانية، وتشبع احتياجات المجتمع وتحقيق أهداف العامة المنشودة من ناحية ثالثة، وهذا أدى إلى ضرورة إعادة النظر في مختلف المناهج التعليمية في المرحلة الثانوية وتسيطر أهداف تربوية جديدة أن ينسجم

التعليم الثانوي مع التوجهات الجديدة للبلاد في مختلف الميادين السياسية الاجتماعية الاقتصادية والثقافية.***(بلحاج فروجة، 2010: 183-184).***

خلاصة:

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي منعرجا باسما في حياة الفرد. ففيها يبدي التلميذ رغبته في التعبير، وتمتاز بنظام ومنهج خاص يهدف إلى تكوين بيد التلاميذ وهي مرحلة يتلقى فيها التلاميذ قواعد السلوك الاجتماعي والأخلاقي ويتمكن أيضا التلاميذ من تنمية مواهبهم وقدراتهم الفكرية والعقلية، وبهذا تعمل الدولة على تطوير وتجديد البرامج والمناهج التعليمية وتتماشى مع التقدم العلني الحاصل في العالم.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

الإجراءات المنهجية للدراسة

1-التذكير بفرضيات الدراسة:

أ- الفرضية الأولى :

توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

ب- الفرضية الثانية:

توجد فروق بينا الجنسين (ذكور وإناث) فيما يخص متغير المساندة الاجتماعية.

ج- الفرضية الثالثة:

توجد فروق بين الجنسين (ذكور، إناث) فيما يخص متغير الضغط المدرسي.

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من المراحل الهامة في البحث العلمي نظرا بأنها ترتبط بشكل مباشر مع الميدان فهي تعتبر أول خطوة يتطرق إليها الباحث من اجل التعرف على ميدان بحثه وعلى الظروف والإمكانيات المتوفرة إضافة إلى أنها تسمح بالتعرف على المشكلات التي يمكن ان تظهر قبل القيام بالدراسة الأساسية فيما يمكن حل هذه المشكلات ان وجدت في هذه المرحلة من الدراسة فيما بعد. ***(رجاء محمد بوعلام. 92:2006)***

2-1-الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على مكان إجراء الدراسة الاستطلاعية وكذلك التعرف على مجتمع الدراسة مناجل تحديد العينة وأدوات الدراسة المستعملة
- التعرف على خصائص العينة التي نريد دراستها وكذلك من اجل ان نتأكد من ان متغير الدراسة متوفرة أملا.

- تطبيق اختبارات قبل الدراسة الأساسية من اجل تحديد الصعوبات والعراقيل التي قد تعيق سير الدراسة الأساسية.
- التأكد من ملائمة المقاييس بما يتفق مع طبيعة البحث.

2-2-عينة الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة أولية تتكون من*20* تلميذ متمدرس في السنة الثالثة ثانوي في ثانوية* لعدلاني عمر* وثانوية متعددة الاختصاصات المتواجدتان في معاتقة وتم اختيارهم من عدة تخصصات.

2-3-مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بثانويتين *لعدلاني عمر* وثانوية متعددة التخصصات * المتواجدتان ببلدية معاتقة ولاية تيزي وزو وذلك في شهر ماي من السنة الجامعية 2017-2018.

2-4-كيفية إجراء الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بتوزيع أدوات الدراسية وهما مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الضغط المدرسي على20 تلميذ وتلميذة من مختلف التخصصات وطلبنا منهم الإجابة على كل البنود كما سألناهم حول العبارات إذا كانت واضحة ومفهومة لديهم.

- **نتائج الدراسة الاستطلاعية:**

بعد قيامنا بالدراسة الاستطلاعية توصلنا إلى:

- مقياس المساندة الاجتماعية عبارته واضحة ومفهومة ولا يوجد فيها غموض.
- أما بالنسبة لمقياس الضغط المدرسي وجدنا كذلك ان عبارته واضحة ومفهومة وليوجد فيها غموض.

- وبناءا على ذلك تأكدنا من وجود عينة الدراسة التي تلاءم موضوعيا كما تأكدنا من وضوح العبارات المقاييس وبالتالي تم تبنى مقياس المساندة الاجتماعية للباحثة *فوزية ابراهيم، رباح الكردي* ومقياس الضغط المدرسي للباحث* **لطفي عبد الباسط ابراهيم*** كأدوات للدراسة الأساسية مع العلم ان المقاييس تم تكييفها على البيئة الجزائرية.

3- الدراسة الأساسية:

قمنا بالدراسة الأساسية بالثانويتين المتواجدتين بدائرة معاقة وتمت هذه الخطوة بعد الحصول على رخصة إجراء البحوث والتربصات الميدانية من طرف رئيس قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا بجامعة مولود معمري بتيزي وزو.

فتوجهنا يوم الأربعاء 30-05-2018 إلى الثانوية الأولى تحت اسم ثانوية لعدلاني عمر المتواجدة بدائرة معاقة واتجهنا إلى مكتب المدير وهو بدوره رحب بنا وسألنا عن سبب الزيارة وقدمنا له تصريح وشرحنا له سبب الزيارة ووضحنا له موضوع بحثنا والهدف منه والعينة التي ستجرى عليها التطبيق وإننا لدينا مقاييس المساندة الاجتماعية ومقاييس الضغط المدرسي اللذان سنطبقهما على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث وافق على طلبنا بصدر رحب ودلنا على أقسام السنة الثالثة ثانوي واستسمج الأساتذة المشرفة على تلك الأقسام التي دخلنا إليها وافقوا على إعطائنا القليل من وقتهم من اجل تطبيق المقاييس على التلاميذ حتى وصلت العينة 50 تلميذا وتلميذة حيث استغرقنا مدة نصف يوم في تلك المؤسسة وقمنا بشكرهم جزيل الشكر على مساعدتنا وحسن استقبالنا وغادرنا المؤسسة ومباشرة اتجهنا إلى المؤسسة الثانية المتواجدة في نفس الدائرة وهي دائرة معاقة المسماة بثانوية متعددة الاختصاصات موزارين سعيد حيث قمنا بنفس الخطوات التي قمنا بها في الثانوية الأولى بحيث إننا قمنا بتوزيع المقاييس وهما مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الضغط المدرسي

على عينة من التلاميذ تتكون من 50 تلميذا وتلميذة أيضا استغرقنا مدة نصف يوم حتى المساء ولما انتهوا من الإجابات جمعنا كل المقاييس وشكرناهم على مساعدتهم لنا وحسن استقبالهم لنا وتوصلنا في الأخير إلى تحقيق العينة المراد دراستها وهي 100 تلميذ.

4-منهج الدراسة:

يعرف المنهج انه أسلوب من أساليب التنظيم الفعالة لمجموعة من الأفكار المتنوعة والهادفة للكشف عن حقيقة تشكل ظاهرة ما. ***(محمد عبيدات، 35:1999)***

يعرف رابح تركي على انه كل استقطاب ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية والنفسية كما هي قائمة في الحاضر من اجل تشخيصها وكشف كل جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أي البحث عن أوصاف دقيقة للأنشطة والعمليات والأشخاص ***(رابح تركي، 1984: 129)***

واعتمدنا في هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي الذي يصف الظاهرة المدروسة

5-مجتمع البحث:

يعرف انه مجموعة البحث الذي تم اختيارها حسب طبيعة البحث العلمي في العلوم الإنسانية حيث هذا لا نستطيع دراسة المجتمع الكلي للإفراد نقوم باختيار جزء منهم فقط من أجل دراستها لان استجواب المجتمع ككل ***(موريس أنجرس، 2004: 298)***

وهذا ما يؤكده كل من فونيا وكيفي حيث يقولان يكفي اختيار مجموعة أفراد كعينة والملاحظات التي يتوصل إليها الباحث عندها يمكن تعميمها على المجتمع الأصلي التي يتوصل إليها ***(بوروجي رجاح فريدة، 2001: 107)***

فمجتمع بحثنا يتمثل في:

جدول رقم 1 : يمثل توزيع أفراد مجتمع البحث:

الثانوية	اسمها	سنة فتحها
معاقة	ثانوية لعدلاني عمر	1970
معاقة	ثانوية متعددة الاختصاصات موزارين سعيد	1990

5-تحديد عينة البحث:

هي دراسة أي ظاهرة اجتماعية أو تربوية أو نفسية يعتمد أساسا على العينة المأخوذة من هذه الظاهرة إذ أنه بدون عينة لا نستطيع دراسة أي مشكلة وتعتبر العينة جزء من المجتمع مع البحث وحجم العينة وهو عدد عناصرها كما نستطيع تعريفها بأنها مجموعة من المشاهدات المأخوذة من مجتمع معين ويفترض أن تكون الإحصائيات التي تتصف بها هذه المشاهدات ممثلة بمعالم المشاهدات في المجتمع الكلي ***(بلحاج فروجة، 2011: 198).***

ولقد اعتمدنا في اختيارنا لعينة بحثنا على الطريقة العشوائية البسيطة حيث تعتبر العينة العشوائية البسيطة أنها عينة تم اختيارها بدون ترتيب وبذلك يكون لكل فرد من أفراد العينة فرصة متساوية لغيره. ***(عباس محمد عوض، 2002: 88)***

وعلى هذا الأساس كانت عينة بحثنا تتكون من *100* تلميذ وتلميذة من بينهم *50* ذكور و*50* إناث موزعين على مؤسستين مختلفتين.

6- خصائص عينة البحث:

جدول رقم 2: **يمثل توزيع إفراد العينة حسب متغير الجنس:**

الجنس	التكرارت	النسبة المئوية
ذكر	50	%50
انثى	50	50%
المجموع	100	%100

يتضح من خلال الجدول رقم*2* ان فئة الذكور متساوية مع فئة الإناث في العينة الدراسة الأساسية بحيث تقدر ب 50ذكور و50 وإناث والمجموع 100.

السن	التكرار	النسبة المؤوية
17	31	31%
18	29	%29
19	15	%15
20	07	%07
21	08	%08

22	04	4%
23	06	%06
المجموع	100	%100

جدول رقم 3: يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير السن

نلاحظ من خلال الجدول رقم *3* ان اكبر فئة من أفراد عينة بحثنا هي فئة 17سنة بنسبة31 % تليها فئة 18سنة بنسبة 29% وتليها فئة 19 سنة بنسبة % 15 بعد فئة21 سنة بنسبة 08% ثم فئة 20 سنة بنسبة 07% وتليها فئة 23 سنة بنسبة 06% وأخيرا فئة 22 سنة بنسبة 04%.

7-أدوات الدراسة:

- مقياس المساندة الاجتماعية.
- مقياس الضغط المدرسي.

8-الأساليب الإحصائية المستعملة:

8-1-معامل ارتباط بيرسون:

هو المعامل الذي يصف العلاقة بين متغيرين وتنحصر قيمته ما بين (+1 و-1) وذلك باستخدام قانون بيرسون فإذا كانت قيمة معامل الارتباط تساوي (+1) فمعنى ذلك الارتباط بين المتغيرين طردي تام وكان معامل الارتباط يساوي (-1) فمعنى ذلك الإرتباط بين المتغيرين عكسي. ***(محمد بوعلاق، 2009: 73-74)***

يستعمل معامل ارتباط برسون في الحالات التالية:

- يستعمل لقياس العلاقة بين متغيرين أو أكثر.
- يستعمل على عدد كبير من الأفراد لأنه لا نستطيع حساب معامل الارتباط لفرد واحد كما لا يمكن حسابه إذا لم يكن لدينا مجموعة من الدّرجات أو سلسلتين من القيم التي تحصلت عليها نفس المجموعة من الأفراد.
- قاعدة استعماله لدينا 03 طرق لحساب معامل ارتباط برسون:

أ. الطريقة المباشرة من الدرجات الخام.

ب. طريقة الانحراف عن المتوسط.

ت. مخطط الانتشار.

اعتمدنا في بحثنا عن طريقة مباشرة من الدّرجات الخام وتكون هذه الطريقة حتى تكون البيانات من الدّرجات الخام على مستوى الفئات والنسب:

$$ر = \frac{ن\ (مج\ س.ص) - (مج.\ س)\ (مج\ ص)}{[ن\ مج\ س^2 - (مج\ س)^2]\ [ن\ مج\ ص^2 - (مج\ ص)^2}$$

حيث أن ر: معامل الارتباط و س: كلّ درجة المتغير الأول.

ص: كل درجة من درجات المتغير الثاني.

ن: عدد أزواج الدرجات.

وبعد أن تحصلنا على معامل الارتباط نحسب درجة الحرية: ن-2 أي عدد أفراد العينة مطروحا منه. للكشف عن قيمة الارتباط "ر" في الجدول الخاص به عن مستوى

الدلالة 0.05 فإذا زادت قيمته المحسوبة عن القيمة المجدولة كان هناك ارتباط وثيق إلاّ أنه في البحوث الإجتماعية في أغلب الأحيان نحصل على ارتباط إسمي.

8-2- النسبة المئوية: هي أداة من أدوات الإحصاء الوصفي استخدمناها في بحثنا لتحليل نتائج الاستبيان و ذلك بعد حساب عدد التكرارات و لقد طبقت الطريقة كالتالي: عدد التكرارات ×100على مجموع أفراد العينة.

8-3- المتوسط الحسابي: هو الأكثر استخداما وهو مقياس من مقاييس النزعة المركزية يحدد الدرجة الوسطى في التوزيع و يحسب بطريقة مباشرة بجمع جميع الدرجات وتقسيمها على عدد أفراد العينة **بوعلاق محمد ،2009،ص64).**

8-4- الانحراف المعياري: هو أهم مقاييس التشتت يفيد في معرفة طبيعة توزيع أفراد العينة أي مدى انسجامها و يفيدنا في مقارنة مجموعة بمجموعة.

وهذه الأساليب الإحصائية تطبق على برنامج Spss: (برنامج الحزمة الإحصائية في العلوم الإنسانية): يقول الباحث محمد بوعلاق 2009:" في يومنا هذا يتم إجراء أغلب الاختبارات من خلال برامج إحصائية قياسية على سبيل المثال **Spss**. تتكون كلمة **Spss** من **Statistical Package For Social Scientifics** وهي تعني الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وهو برنامج آلي يستخدم لإجراء عمليات إحصائية كثيرة بشكل أسهل فالقيام بالحسابات اليدوية لهذه الإحصاءات ليس سهلا خاصة إذا كان حجم البيانات كبيرا، ولكن باستخدام برنامج النظام الإحصائي Spss، وتصبح جميع هذه التحليلات سهلة ويتم من خلال التعامل مع البرنامج لكسب الكثير من الوقت والجهد والموضوعية والدقة في النتائج(**نبيل جمعة صالح النجار،2007، ص285).**

ففي هذه البرامج يتم إعطاء قيمة احتمالية قيمة"p" مع النتائج المعطاة، ويتم مقارنة القيمة الاحتمالية مع مستوى دلالة معين(0،01- 0،05- 0،1).

في حالة كون القيمة" p " أصغر من واحد من المستويات الدلالية الثلاثة يتم رفض الفرضية الصفرية وتعتبر الفرضية البديلة ذات دلالة إحصائية، أما في حالة كون قيمة "p" أكبر من 0،01-0،05-0،1 فيتم رفض الفرضية البديلة ويحتفظ بالفرضية الصفرية(**محمد بوعلاق،2009،ص33**).

واستعنا ببرنامج Spss من أجل تحليل البيانات والوصول إلى نتائج من أجل كسب الوقت والجهد والموضوعية والدقة في النتائج وذلك بعد تفريغ بيانات استبيان الاتصال في المؤسسة، واستبيان الالتزام التنظيمي بعد تطبيقها على عينة الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية حسب النتائج المتحصل عليها.

9-أدوات الدراسة:

9-1 مقياس الضغط المدرسي:

المقياس من إعداد الباحث المصري " **لطفي عبد الباسط ابراهيم**" عام 2009م وهو مجموعة من العبارات التي يرى بأنها تمثل مصدرا للضغوط الدراسية للتلاميذ، ويتكون المقياس من 15 عبارة موزعين على 9 أبعاد وهي:

جدول رقم 4: توزيع الإبعاد لبنود الضغط المدرسي:

الإبعاد	العبارات
1-العلاقة بين التلميذ والمدرس.	32، 27، 19، 10، 1
2-التلميذ والمقررات الدراسية.	48، 42، 34، 33، 28، 20، 11، 2

3-التلميذ وأساليب التقويم.	49، 43، 35، 21، 12، 3
4-طبيعة العلاقة بين التلميذ وزملائه.	50، 22، 13، 5، 4
5-التلميذ وبيئة الصف.	55، 52، 51، 44، 36، 23، 14
6-التلميذ وبيئة المدرسة.	53، 45، 40، 37، 15، 6
7-التلميذ والجو المدرسي.	54، 46، 41، 38، 29، 24، 16، 7
8-التلميذ والتفكير في المستقبل.	31، 26، 18، 9
9-التلميذ والتأييد الاجتماعي.	47، 39، 30، 25، 17، 8

9-1-1-طريقة تصحيح وتفسير المقياس:

يتضمن المقياس في صورته النهائية (55) عبارة موزعة على عدة إبعاد متضمنة عبارات موجبة وأخرى سالبة، تشير الدرجة المرتفعة إلى ضغوط دراسية عالية، ويأخذ التلميذ درجة 1 عندما يضع علامة (*) في خانة " موافق إلى حد ما" ودرجة 2 عندما يضع علامة (*) في الخانة "موافق بصفة عامة"، ودرجة 3 عندما يضع علامة (*) في خانة "موافق تماما". وذلك بالنسبة للعبارات الايجابية، في حين تأخذ العبارات السلبية عكس نمط الإجابة في العبارات ت الايجابية. أي يأخذ التلميذ درجة 3 عندما يضع علامة (*) في الخانة " موافق إلى حد ما" ودرجة 2 عندما يضع علامة (*) في الخانة "موافق بصفة عامة"، ودرجة 1 عندما يضع علامة (*) " موافق تماما" والجدول التالي يمثل توزيع العبارات الايجابية والعبارات السلبية:

جدول رقم 5: توزيع العبارات الايجابية والعبارات السلبية بالنسبة لمقياس الضغط المدرسي:

العبارات الايجابية	العبارات السلبية
11، 8، 7،6، 4، 3، 1 20، 18، 16، 15، 14، 13، 12 30، 27،27، 26، 25،24، 23، 22 40، 39، 38، 36، 35، 33، 32، 31 51، 50، 49، 48، 46، 44،42، 41 55، 54، 52	43، 37، 34، 28، 21، 19، 17، 10، 9، 5 53، 47

9-1-2-الخصائص السيكومترية للمقياس :

تم تقيين المقياس على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة " عبدي سميرة" في رسالة الماجستير تحت عنوان "الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكيات العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس (15-17) سنة" 2010 – 2011.

10-مقياس المساندة الاجتماعية:

قام بإعداد هذا المقياس "**فوزية إبراهيم رباح الكردي**" **سنة 2012** بهدف قياس مستوى "المساندة الاجتماعية لدى أفراد الجالية الفلسطينية المقيمين في المملكة العربية السعودية" ويشمل المقياس على (04) مجالات وكل مجال يحتوي على عدد من البنود.

10-1- أبعاد المقياس :

- ***المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء:*** يقصد بهذا البعد ما يقدمه الأصدقاء من الدعم والمؤازرة والمساندة في الحياة العادية وفي إثناء الحياة الضاغطة.
والظروف الصعبة ويتكون هذا البعد من 09 بنود تتمثل في 1-2-3-4-5-6-7-8-9
- ***المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة:*** ويقصد بهذا البعد ما تقدمه الأسرة (الإباء والأمهات والإخوة الأزواج وغيرهم من أفراد الأسرة) من الدعم ومؤازرة ومساندة الفرد في أمور حياته العادية وفي أثناء الحياة الضاغطة والظروف الصعبة، ويتكون هذا البعد من 06 بنود تتمثل في 10-11-12-13-15.
- ***الشعور الذاتي بالمساندة:*** يقصد بيه إدراك الحالة لكمية ونوعية المساندة المعطاة لها ومدى رضاها عن هذه المساندة ويتكون البعد من07 بنود 16-17-18-19-20-21-22.
- ***المساندة من قبل المؤسسات والاجتماعية:*** يقص دبه ما تقدمه المؤسسات الحكومية والخاصة والمجتمع المدني من مساعدات وإعانات، ويتكون هذا البعد من بنود 23-24-25-26-27-28.

10-2-تصحيح المقياس :

من أجل الحصول على تساوي أوزان المقياس أعطيت تقديرات (3،2،1) لمقياس ثلاثي الدرجات (نعم، بين وبين، لا). ولما كان عدد فقرات مجالات مقياس المساندة الاجتماعية يتكون من (28) فالدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين 28-84 درجة. حيث ان الدرجة 28 تمثل عدم وجود مساندة في حين الدرجة 84 تمثل وجود اعلي مساندة اجتماعية أما درجة 56 فهي تدل على وجود مساندة متوسطة.

الفصل الخامس:

عرض وتفسير النتائج

1-عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى :

- **تنص الفرضية الأولى على :**
- توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- **الفرضية الصفرية :**
- لا توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- **فرضية البحث :** توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

جدول رقم 6: قيم معامل الارتباط بيرسون بين درجات المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي:

البيانات الإحصائية / متغيرات البحث	العينة	قيمة معامل بيرسون المحسوبة	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	القرار
المساندة الاجتماعية / الضغط المدرسي	100	Y=0.05	0،58	0،05	غير دالة إحصائيا

نلاحظ من خلال الجدول رقم "4" أنه لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون R كمالي Y=0.05 لأن مستوى الدلالة المحسوبة والمقدر ب 0،58 اكبر

من مستوى الدلالة المعتمدة 0،05 وهذا يعني ان المساندة الاجتماعية ليس لها علاقة بالضغط المدرسي ومنه نرفض الفرضية التي مفادها توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلميذ السنة الثالثة ثانوي ونتبنى الفرضية الصفرية التي مفادها لا توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وبالتالية الفرضية الأولى ليست محققة.

تفسير نتائج الفرضية الأولى تبين نتائج الفرضية الأولى أن ليس هناك علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لان معامل ارتبط بيرسون غير دال عند مستوى الدلالة (0،05) ومنه ان الفرضية الأولى لم تتحقق وهذا يعني أنه رغم وجود المساندة الاجتماعية لدى التلاميذ إلا أنهم يعانون من الضغوط المدرسية وهذا راجع إلى عوامل أخرى تؤدي إلى الضغط المدرسي لدى التلاميذ خاصة المقبلين على شهادة البكالوريا مثلا أسلوب التعامل من قبل المعلمين على أنها مصدر تهديد بالنسبة له فتظهر لديه بعض المشكلات والتوترات مما يولد لديهم نوعا من الضغط المدرسي وكذلك نجد أن كثافة المواد الدراسية المقررة تجعل التلميذ يقلق ويتوتر خاصة أثناء مراجعة وتحضيره للامتحان النهائي وكذلك فترات الامتحانات الفصلية وفي بعض الأحيان يتعرض التلاميذ لبعض المضايقات من طرف الزملاء وكل هذا قد يؤدي إلى ظهور الضغط المدرسي لدى التلاميذ رغم أنهم يخضعون لنوع من المساندة خاصة من الأولياء ونحن لم نجد دراسة تأكد وتتفق مع دراستنا الحالية لكن وجدنا دراسة تختلف نتائجها مع نتائج دراستنا الحالية وهي دراسة " قدور بن عباد هوارية" بمواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوجات في قطاع الصحة العمومية بوهران وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين الضغط العام والمساندة الاجتماعية أي كلما كانت المساندة التي تتلقاها المرأة المتزوجة العاملة في قطاع الصحة العمومية كبيرة كان الضغط النفسي منخفض. ***(قدور بن عباد هوارية، 2014: 04)***

2-عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص هذه الفرضية على ما يلي :

- توجد فروق بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الجنس.

- **الفرضية االصفرية :**

- لا توجد فروق بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية.

جدول رقم 7: يمثل نتائج اختبار "T" للفروق بين الجنسين "تلاميذ وتلميذات المتمدرسين في السنة الثالثة ثانوي" فيما يخص المساندة الاجتماعية.

البيانات الإحصائية / المتغيرات		العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة	درجة الحرية	القرار
المساندة الاجتماعية	ذكر	50	54.76	7.35	-1.73	0.08	0.05	98	لا توجد فروق دالة إحصائيا
	أنثى	50	57.26	7.09					

نلاحظ من خلال الجدول رقم "7" ان متوسط الذكور قدرت ب 54،76 بينما قدر متوسط الإناث بـ $\bar{x} = 57.26$ نجد انه غير دال لان قيمة T=1.73- جاءت غير دالة إحصائيا لان قيمة الدلالة المحسوبة تساوي 0،08 Sig أكبر من مستوى الدلالة المعتمد

لدينا $x=0.05$ وهذا يعني انه ليس هناك فروق دالة إحصائيا بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي وعليه لم تتحقق الفرضية الثانية بالتالي نرفض الفرضية التي مفادها توجد ظروف بين الجنسين فيما يخص المساندة الاجتماعية ونتبنى الفرضية الصفرية التي مفادها لا توجد فروق بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية.

تفسير نتائج الفرضية الثانية :

بينت نتائج الفرضية الثانية انه ليس هناك فروق دالة إحصائيا بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص المساندة الاجتماعية لان قيمة الدلالة المحسوبة تساوي Sig.T=0.08 أكبر من مستوى الدلالة المعتمدة لدينا x=0.05 وهذا يعني ان الفرضية الثانية لم تتحقق.

ويمكن تفسير هذه النتيجة يكون الإناث والذكور يحضون بنسبة متساوية من المساندة سواء من طرف الأسرة أو الزملاء أو الأصدقاء هو من طرف المجتمع مع كل هذا يعني أن المجتمع في وقتنا الحالي لا يفرق بين الذكور والإناث كما كانوا في الماضي والآن يحضون بنفس الحقوق والواجبات ونفس الدعم لا فرق بينهم لان في وقتنا الحالي نعتمد مبدأ المساواة بين الذكور والإناث وتتفق نتائج دراستنا الحالية مع دراسة تشبه دراستنا وهي دراسة "شيماء أحمد محمد أهراني" حيث توصلت الدراسة إلى عدم وجود تأثير دال إحصائيا لتفاعل الثنائي بين الجنسين وكما المساندة الاجتماعية على درجات المراهقين في الموهبة الابتكارية حين لا يوجد فروق بين الجنسين "ذكور وإناث" فيما يخص المساندة الاجتماعية وكلاهما يحضون بنفس درجات المساندة.

3-عرض وتفسير الفرضية الثالثة:

تنص هذه الفرضية على ما يلي:

توجد فروق بين الجنسين فيما يخص الضغط المدرسي.

الفرضية الصفرية:

لا توجد فروق بين الجنسين فيما يخص الضغط المدرسي.

جدول رقم 8: يمثل نتائج اختبار للفروق بين الجنسين (ذكور. إناث) المتدرسين في السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي.

البيانات الإحصائية المتغيرات		العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة	درجة الحرية	القرار
الضغط المدرسي	ذكر	50	104.42	12.72	1.70	0.09	0.05	98	لا توجد فروق دالة إحصائيا
	أنثى	50	99.92	13.67					

نلاحظ من خلال الجدول رقم"8" أن متوسط الذكور قدرت ب $\bar{x} = 104.42$ بينما قدر متوسط الإناث ب 99، 92 نجد أنه غير دال لأن قيمة T=1.70 جاءت غير دالة إحصائيا لأنّ قيمة الدّلالة المحسوبة تساوي Sig T=0.09 أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا وهو α=0.05 وهذا يعني انه ليس هناك فروق دالة إحصائيا بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي فعليه لم تتحقق الفرضية الثالثة وبالتالي

نرفض هذه الفرضية التي معناها توجد فروق بين الجنسين فيما يخص الضغط المدرسي من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ونتبنى الفرضية الصفرية التي مفادها لا توجد فروق بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي.

تفسير نتائج الفرضية الثالثة:

بينت نتائج الفرضية الثالثة انه ليس هناك فروق دالة إحصائية بين الجنسين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص الضغط المدرسي لان قيمة الدلالة المحسوبة تساوي Sig T=0.09 أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا α=0.05 وهذا يعني ان الفرضية الثالثة لم تتحقق.

ويمكن تغيير هذه النتيجة بكون الإناث و الذكور يتعرضون لنفس الضغوطات خاصة وأنهم يدرسون في مؤسسة واحدة ويعيشون نفس المرحلة الدراسية ويدرسونهم نفس الأساتذة ويدرسون نفس المواد الدراسية المقررة وتتفق نتائج دراستنا الحالية مع نتائج دراسة " فولكمان ولازاروس" "1985" التي تؤكد على عدم و جود فروق جوهرية بين الجنسين في الضغوط النفسية لأنهم يواجهون نفس مشاكل الحياتية ***(جمعة السيد يوسف، 2001: 399)***

كما اتفقت نتائج دراستنا مع نتائج rosenberg "روزنبارج" الذي توصل إلى انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في الضغط المدرسي، واختلفت نتائج دراستنا الحالية ما توصلت إليه يغض الدراسات كدراسة tanek et robbins 1979 في دراسة أجرايتها على طلاب الجامعات لتحديد استجاباتهم التوافقية للضغوطات الأكاديمية إلى أن الإناث أكثر تعرض للضغط النفسي من الذكور. ***(جمعة السيد يوسف، 2001: 399)***

واختلفت كذلك نتائج دراستنا مع ما توصل إليه الباحث " طه عبد العظيم حسين والذي يؤكد وجود فروق بين الجنسين في الشعور بالضغط المدرسي وأن الإناث أكثر شعورا

بالضغط مقارنة بالذكور وذلك يرجع إلى الضغوط الاجتماعية التي تتعرض لها المرأة في البيئة مقارنة بالرجل. ***(طه عبد العظيم حسين، 2007: 203)***

الإستنتاج العام:

تتمحور هذه الدراسة حول العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

وبعد الدراسة الميدانية وجدنا أن نتائج الدراسة كلها غفير دالة إحصائيا، ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الدّراسة تبيّن أنه لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية والضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث وجدنا أنّ معامل الارتباط (0.05-) وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدّلالة المعتمد (0.05)، وفسرنا عدم وجود العلاقة بينهما إلى أن رغم وجود المساندة الاجتماعية لدى التلاميذ إلاّ أنهم يعانون من الضغوط المدرسية وهذا راجع إلى عوامل أخرى تؤدي إلى الضغط المدرسي خاصّة المقبلين على شهادة البكالوريا مثلا أسلوب التعامل من قبل المعلمين على أنّها مصدر تهديد بالنسبة له، وكذلك نجد أنّ كثافة المواد الدّراسية المقررة تجعل التلميذ يقلق ويتوتر وكذلك تأثير البيئة المدرسية عليه.

كما توصلت هذه الدّراسة في الفرضية الثانية إلى عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور وإناث) من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يخص متغير المساندة الاجتماعية وقد فسرنا ذلك بكون الإناث والذكور يحضون بنسبة متساوية من المساندة الاجتماعية سواء من طرف الأسرة والزملاء أو الأصدقاء وأن المجتمع الحالي لا يفرق ولا يميّز بين الذكور والإناث كما عانوا في الماضي.

كما توصلت هذه الدّراسة إلى الفرضية الثالثة إلى عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور وإناث) من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فيما يهص متغير الضغط المدرسي وقد فسرنا ذلك بكون التلاميذ يمرون في هذه الفترة بنفس الظروف ويدرسون في نفس المرحلة ومن بين الدراسات التي أعدت على عدم وجود فروق بين الجنسين فيما يخص الضغط المدرسي نجد دراسة فولكمان ولازاروس "1985" التي أقرت بعدم وجود فروق.

الاقتراحات

- مساعدة الطلاب على إدراك الأشياء الإيجابية بعضهم مع بعض ومع المعلمين
- تعليم الطلاب أسلوب التعلم من خلال الأخطاء
- تكوين علاقات إيجابية بين المعلمين والطلاب، فاتجاهات المعلمين نحو الطلاب لا يجب أن تكون عقابية صارمة
- تشجيع الطلاب على التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم بطريقة إيجابية وتوكيدية، وذلك من خلال توفير بيئة الصف التدعيمية
- التفاعل الإيجابي لكل من المعلمين والطلاب مع عناصر بيئة التعلم
- تشجيع الطلاب على الإحساس بالنجاح وقيمته، خاصة الطلاب الذين يعانون من الفشل الدراسي
- تشجيع الطلاب على المشاركة في التعلم التعاوني والتدعيمي
- تشجيع الطلاب على ضبط الذات والتحكم في سلوكاتهم ومشاعرهم

- تزويد المعلمين بتدريبات ومهارات تساعدهم على أن يصبحوا أكثر قدرة على مواجهة التحديات وحل المشكلات.
- مساعدة الطلاب على إدراك الأشياء الإيجابية التي يحققونها وتنمية المواهب الخاصة لديهم والتفاعل الاجتماعي مع أقرانه

قائمة المراجع

قائمة المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

1-الكتب:

- أحمد محمد الزغبي 2005: **علم النّفس النمو**، المكتبة الوطنية، عمان الأردن.
- أسامة محمد البطانية 2005: **صعوبات التعلم (النظريات والممارسة)**، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1.
- بوفلجة غيات 2006: **التربية والتعليم بالجزائر**، دار الأدب للنّشر والتوزيع الجزائر.
- بوفلجة غيات 2006:**التربية والتعليم بالجزائر**، الطبعة الثالثة، دار الغرب للنّشر والتوزيع، الجزائر.
- حسين فايد 2006: **دراسات في الصحة النفسية**، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة
- رابح تركي 1989: **مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس**، الجزائر المؤسسة الوطنية للكتاب.
- رجاء محمد أبو علام 2006: **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، ط5، مصر، دار النشر للجامعات.
- رمضان القذافي ومحمد الفالوقي 1997: **التعليم الثانوي في البلاد العربية**، المكتب الجامعي الحديث الأزاريطة، ط2.

- رمضان سالم النجار وآخرون 2009: **التعليم الثانوي المعاصر**، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

- رمضان محمد القذّافي ومحمد الفالوقي 1997: **علم النفس الطفولة والمراهقة**، ط2، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.

- روجي مضطفى عليان 1999: **مناهج وأساليب البحث العلمي (النظرية والتطبيق)**، عمان، دار الصفاء للنشر والتوزيع، بدون طبعة.

- الشناوي محمد محروس وعبد الرحمن محمد السيد 1994: **المساندة الاجتماعية والصحّة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية**، ط1، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

- طه عبد العظيم حسين 2006: **إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية**، ط1.

- عباس عبد العلوان 1994: **التعليم الثانوي تجارب عالمية وعربية للمؤسسة العالمية للنشر والتوزيع**، الأردن.

- عبّاس عبد العلوان 1994، **التعليم الثانوي تجارب عالمية وعربية**، ط1، المؤسسة الجامعية للنشر والتوزيع.

- عبد الرحمان سليمان الطريطري 1994: **الضغط النفسي مفهومه تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته**، ط1، مطابع الشركة الصفحات، المملكة السعودي.

- عبد اللطيف دبور حسين فرج2008: **التعليم الثانوي رؤى جديدة**، ط1، دار الحامد أردن.

- عثمان يخلف 2001: **علم نفس الصحة (الأسس النفسية والسلوكية للصحة)**، دار الثقافة للطباعة والنشر، الدوحة، ط1.

- العضماوي إبراهيم كاظم 1988: **معالم من سايكولوجية الطّفولة والشباب**، دار الشؤون الثّقافية، بغداد.

- فادية عمر الجولاني 1999: **تشخيص وعلاج المشكلات الاجتماعية والنفسية**، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية الظاهرة.

- فاروق السيد عثمان 2001: **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1.

- لطفي عبد الباسط إبراهيم 2009: **مقياس ضغوط الدراسة**، القاهرة.

- مجدي عزيز إبراهيم 2001: **التعليم الثانوي رؤى مستقبلية في تحديث منظومة التعليم**، مكتبة الآنجلو-مصر.

- مجدي عزيز إبراهيم 2001: **رؤية مستقبلية في تحديث منضومه التعليم**، مكتبة أنجلو مصرية، مصر.

- محمد رمضان القذّافي 1998: **الصحّة النفسية والتوافق الجامعي الحديث**، الإسكندرية، مصر، ط1.

- محمّد عبيدات 1999: **منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات**، ط2، دار وائل للنشر، عمان.

- معتز سيد عبد الله د.ت: **بحوث في علم النفس الاجتماعي والشخصية**، دار غريب للطباعة والنشر، ط1.

- وزارة التربية الوطنية، التّحضير التربوي للمرسم الدّراسي 2003-2004 قرارات وزارية.

2-رسائل الماجستير والدكتوراه:

- عباس محمد عوض 2002: **علم النفس العام**، مصر، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- جمعة السيد يوسف 2000: **النّظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية**، ط1، دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبد الكريم بوحفص 2005: **دليل الطالب لإعداد وإخراج البحث العلمي**، الجزائر.
- محمد بوعلاّق 2009: **الوجه في الإحصائي الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية**، ط1، الجزائر، دار الأمل للطباعة والنشر.
- الأميري أحمد علي محمد 1998: **الضغوط النفسية التي يتعرّض لها الطلبة جامعة تعز وعلاقتها بتحصيلهم الدّراسي**، رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعة المستنصرية.
- بولص جورج إفرام 1977: **اتّجاهات طلبة جامعة بغداد نحو بعض المفاهيم التربوية والاجتماعية**، رسالة ماجستير، جامعة بغداد.

- العزي علاء الدّين علي حسين 2006: **الشخصية الإضطهادية وعلاقتها بدافع الإنجاز الدّراسي لدى طلبة جامعة الموصل**، رسالة ماجستير، كلية التربية ابن الهيثم، جامعة بغداد.

- جمال سلوى محمود 1997: **أثر برنامج إرشادي في خفض القلق الاجتماعي للطلبة الجدد في المعاهد الفنية**، رسالة ماجستير، كليّة التربية، ابن رشد، جامعة بغداد.

- بوروبي رجاح فريدة 2001: **الدوافع النفسية وعلاقتها بالاستهلاك عند الفرد الجزائري**، رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة قسنطينة.

- محمد صابر السيّد 2001: **دراسة لبعض الضغوط النفسية في ضوء الاتّجاه الدّيني وعلاقتها بالتحصيل الدّراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية**، رسالة الدكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين الشمس.

- سهام إبراهيم كامل محمد (بدون تاريخ): **الاحتراق النفسي**، مذكرة ماجستير في التربية، مركز دراسات وبحوث المعاقين، جامعة القاهرة.

- محمد بوفاتح 2005: **الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدّراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي**، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة ورقلة.

- عبد الهادي بن محمد بن عبد الله القحطاني 2013: **الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفائل والتشائم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من الطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية**، رسالة ماجستير تخصص علم النفس العيادي، جامعة البحرين.

- عبدي سميرة 2011: **الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكات العنف والتّحصيل الدّراسي لدى المراهق المتمدرس.**

- أيت حمودة 2005: **دور سمات الشخصية وإستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحّة النفسية والجسدية.**

3-المجلات:

- الأسدي سعيد حاسم 2002: **التوافق الاجتماعي لدى طلبة الكليّات الأهلية،** مجلة كلية المأمون الجامعية، الطبعة 8، العراق.

- الأهواني هاني 2005: **مصادر الضغوط النفسية الدّراسية وعلاقتها بفاعلية الذّات الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية،** مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ديسمبر 2008.

- السّمرائي باسم نزهت وآخرون 1988: **علاقة التوافق بالمستوى الأكاديمي،** المجلة العربية للتعليم، العدد 1، بغداد.

المراجع باللغة الأجنبية:

- Fichier G.N 2002 : **Traité de psychologie de la santé**, Dunod, Paris

- Caplan G 1981 : **Mastery of Stress Psychosocial Aspects**, American Journal Psychiatry

الملاحق