

جامعة مولود معمري - تيزي وزو -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم التربية

تخصص إرشاد وتوجيه



عنوان المذكرة :

دور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق

الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي

دراسة ميدانية بثنائية دلس

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية

تحت إشراف :

د. مقدم صافية

إعداد الطالبتين :

القواضي سميرة

مرزوقي صافية

السنة الجامعية : 2021-2022

## الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى من قال فيهما الله عز وجل "واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل  
ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا....."

إلى من علمني الأخلاق وكيفية أواجه الصعاب،

إلى من علمني حب الحياة، وحب العمل والاجتهاد إلى الذي فتح لي صدره الرحيم وكان بمثابة  
الوطن، إلى عماد البيت الذي أحمل اسمه بافتخار

### "أبي العزيز"

والى ملاكي في الحياة صاحبة القلب الطيب إلى معنى الحب ومعنى العنان والتفاني إلى  
بسمة الحياة وسر الوجود إلى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى أغلى الحبايب

### "أمي الحبيبة"

إلى إخوتي وأخواتي أدامهم الله ذخرا وسندا لي

إلى صديقاتي اللواتي عشنا معيطوال سنين الدراسة أحلى الذكريات أتمنى لهم مزيدا من النجاح  
والتوفيق .

و باخص الذكر رفيقة دربي و زميلتي في العمل التي كان لها الفضل "صفية"

إلى كل من يقع نظره على هذا الجهد المتواضع قارنا وطالبا للعلم لأهديكم هذا العمل المتواضع  
عسى أن يجعله الله تعالى لما نافعنا وعملا مقبولا.

سهيبة

## إهداء:

قطار الحياة الدراسية توقفت في محطاته الأخيرة.....

لنتوجه بمذكرة وعمل تعبنا وسهرنا من أجلها.

إلى التي أضعنا في القمة دائما وإلى التي أرى فيها الأفضل دائما إلى جنة الدنيا التي عانت

وصبرك ووقفك وضحت، إلى حبيبتي التي لو قسمت قلبها بين أطراف السماوات

والأرض..... لكفتمهم بسعته ورقته، إلمنتي "أمي الغالية"

إلى الرجل الذي أرى فيه نور دربي وعمود فقري إلى عنوان الصبر ومثال التضحية الجسمية إلى

سيد الرجال "أبي الغالي"

إلى سندي وقوتي وفخري في الحياة إخوتي الكرام وإخواتي الكريمات :

إلى من كانوا كتفا لم تهزه الريح يوما

ومنزلي الثاني ومشجعين الدائمين الذين يعتبرون بمثابة الأخوات رفيقات الدراسة :

وأخص بالذكر زميلتي في العمل الغالية سميرة."

صفية

## ملخص الدراسة:

لقد تناولنا في هذه الدراسة موضوع دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، و هذا من خلال الجانب النظري الذي تناولنا فيه مستشار التوجيه تعريفه خصائصه أبرز المهام التي يقوم بها، كما تطرقنا كذلك إلى قلق الإمتحان أسبابه عوامله مظاهره و الطرق الإرشادية لعلاجها.

و لابد من طرح التساؤل:

- هل لمستشار التوجيه دور في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي؟  
و يتفرع منه التساؤلات التالية :

- هل تجد فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ؟

- هل توجد فروق بين التخصصين (علوم/ آداب) بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ؟  
وللإجابة عن هذه التساؤلات قمنا بصياغة الفرضيات :

- لمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي دور في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

و تتفرع منها الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .

- توجد فروق بين التخصصين (علوم/ آداب) بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي. و من أجل تطبيق أهداف الدراسة قمنا ببناء استبيان يتكون من 25 بند ثم وزعناه بعد التأكد من صدقه و ثباته على عينة قصدية بلغت 100 تلميذة و تلميذة من كلا التخصصين(علوم/آداب)، أما المنهج المستخدم فقد اعتمدنا المنهج الوصفي الذي يتناسب مع دراستنا وبالاعتماد على برنامج الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية، وتمت معالجة البيانات والمتمثلة في إجابات التلاميذ على الإستبيان المقدم لهم و من خلال تفسير النتائج و تحليلها توصلنا إلى ما يلي :

تحقق الفرضية العامة والتي مفادها لمستشار التوجيه دور في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

عدم تحقق الفرضية الجزئية الأولى التي تنص علو وجود فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانويو بالتالي لا توجد فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد في التخفيف من قلق الإمتحان.

## **Résumé :**

Dans cette étude, nous avons traité le sujet du rôle du conseiller d'orientation scolaire dans l'atténuation de l'anxiété liée aux examens chez les élèves de première année du secondaire, et ce, à travers l'aspect théorique dans lequel le conseiller d'orientation a traité de sa définition, de ses caractéristiques et de la plupart des tâches importantes qu'il accomplit, et nous avons également abordé l'anxiété liée aux examens, ses causes et ses facteurs, ses manifestations et ses méthodes de traitement.

## **Et la question doit être posée :**

Le conseiller d'orientation a-t-il un rôle à jouer pour atténuer l'anxiété liée aux examens chez les élèves de première année du secondaire? Les questions suivantes en découlent :

- Trouvez-vous des différences entre les sexes concernant le rôle du conseiller d'orientation dans le soulagement de l'anxiété liée aux examens chez les élèves de première année du secondaire ?

- Existe-t-il des différences entre les deux majeures (sciences/arts) concernant le rôle du conseiller d'orientation dans la diminution de l'anxiété liée aux examens chez les élèves de première année du secondaire ?

Pour répondre à ces questions, nous avons formulé les hypothèses suivantes :

Le conseiller d'orientation et de conseil scolaire a un rôle à jouer pour atténuer l'anxiété des examens chez les élèves de première année du secondaire.

## **Des hypothèses partielles en découlent :**

- Il existe des différences entre les sexes en ce qui concerne le rôle du conseiller d'orientation et de conseil dans l'atténuation de l'anxiété liée aux examens chez les élèves de première année du secondaire.

- Il existe des différences entre les deux disciplines (sciences/arts) concernant le rôle du conseiller d'orientation dans l'apaisement de l'anxiété des examens chez les élèves de première année du secondaire. 100 étudiants et étudiantes des deux majeures (sciences/lettres). Quant à la méthode utilisée, nous avons adopté l'approche descriptive qui convient à notre étude et basée sur le programme du paquet statistique en sciences sociales.

L'hypothèse générale selon laquelle le conseiller d'orientation joue un rôle dans le soulagement de l'anxiété liée aux examens chez les élèves de première année du secondaire est vérifiée.

La première hypothèse partielle qui stipule qu'il existe de grandes différences entre les sexes concernant le rôle du conseiller d'orientation dans le soulagement de l'anxiété des examens chez les élèves de première année du secondaire, et donc qu'il n'y a pas de différences entre les sexes concernant le rôle du conseiller d'orientation et de conseil pour soulager l'anxiété des examens.

## الصفحة

الإهداء.....	
كلمة شكر.....	
ملخص الدراسة باللغة العربية.....	
ملخص الدراسة باللغة الفرنسية.....	
فهرس الموضوعات.....	
فهرس الجداول.....	
فهرس الاشكال.....	
مقدمة.....	أ.

## الفصل الاول : الاطار العام للإشكالية

1-الإشكالية.....	06.
2-فرضيات الدراسة.....	08.
3-أهداف الدراسة.....	09.
4-أهمية الدراسة.....	09.
5-تحديد المصطلحات.....	10.
6-الدراسات السابقة.....	12.

## الجانب النظري

## الفصل الثاني: مستشار التوجيه المدرسي

تمهيد.....	20.
------------	-----

21..... ا. التوجيه المدرسي.....21

21.....1-نشأة التوجيه المدرسي وتطوره.....21

23.....2-أهداف التوجيه.....23

25.....3-أهمية التوجيه.....25

25.....4-أسس التوجيه ومبادئه.....25

28.....خلاصة.....28

29..... II. مستشار التوجيه المدرسي.....29

29.....1-الصفات الواجب توفرها في مستشار التوجيه.....29

31.....2-الحاجة إلى مستشار التوجيه المدرسي والمهني.....31

33.....3-وسائل عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني.....33

37.....4-الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني.....37

39.....5-مهام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.....39

47.....خلاصة الفصل.....47

### الفصل الثالث: قلق الامتحان

51..... تمهيد.....51

52..... ا. القلق.....52

52.....1- مفهوم القلق.....52

52.....2-أنواع القلق.....52

- 3- أعراض القلق.....52
- 4- أسباب القلق.....57
- 5- مصادر القلق.....58
- 6- معايير تشخيص القلق.....59
- 7- مظاهر القلق.....59
- 8- نظريات القلق.....60
- 9- علاج القلق.....63
- II. قلق الامتحان.....64
- (1)- مفهوم قلق الإمتحان:.....64
- (2)- تصنيف قلق الإمتحان:.....65
- (3)- أسباب قلق الإمتحان:.....65
- (4)- مظاهر قلق الإمتحان:.....66
- (5)- النظريات المفسرة لقلق الإمتحان :.....67
- (6)- عوامل قلق الإمتحان:.....70
- (7)- مراحل القلق أثناء الإمتحان :.....71
- (8)- طرق قياس قلق الإمتحان :.....72
- (9)- الإجراءات و الأساليب لإرشادية لخفض قلق الإمتحان :.....73
- III. التعليم الثانوي.....75
- 1- مفهوم التعليم الثانوي:.....75

- 2-تعريف مؤسسة التعليم الثانوي:.....76
- 3-أهداف التعليم الثانوي:.....77
- 4-نشأة التعليم الثانوي وتطوره:.....77
- 5-التحولات التي عرفتها المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي:.....78
- 6-مجالات و فروع التعليم الثانوي:.....81
- 7-مبادئ التعليم الثانوي:.....82
- 8-مميزات التعليم الثانوي:.....83
- 9-التنظيم الإداري لمؤسسة التعليم الثانوي.....84
- 85.....خلاصة الفصل

### الجانب التطبيقي

#### الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة

- تمهيد.....88
- 1-الدراسة الاستطلاعية.....89
- 2-منهج الدراسة.....89
- 3-مكان وزمان اجراء الدراسة.....90
- 4-خصائص عينة البحث.....91
- 5-معايير انتقاء عينة البحث.....93
- 6-أدوات الدراسة .....93
- 7- الأساليب الإحصائية المستعملة .....96

97..... خلاصة

### الفصل الخامس : تحليل و مناقشة النتائج

100..... تمهيد

101..... 1- عرض النتائج حسب مقياس البحث

104..... 1- عرض وتحليل نتائج الدراسة وفرضياتها

105 ..... 2- تفسير النتائج

109..... استنتاج عام

111..... خاتمة

113..... مراجع

## فهرس الجداول الصفحة

- 84..... جدول رقم (1) توزيع أفراد العينة حسب الجنس
- 85..... جدول رقم (2) توزيع أفراد العينة حسب السن

## فهرس الأشكال الصفحة

- 85..... الشكل رقم (1) توزيع أفراد العينة حسب الجنس
- 86..... الشكل رقم (2) توزيع أفراد العينة حسب السن

# مقدمة

## مقدمة:

تعتبر التربية ضرورية للفرد و للمجتمع ككل، فهي تزودهم بمختلف العلوم التي يرقى بها الفرد في حياته كاللغة و المعرفة العقلية و الفنية و غيرها من الصفات التي يعوض بها النوع الإنساني نقائصه البيولوجية الجسدية، كما أنها تساعد الأفراد على تغيير أوضاعهم و تحسين أفعالهم قصد التمكن من مهارات الحياة و كونها سبيلا يسهل عليهم التكيف مع محيطهم و تحقيق الإنسجام والتناغم مع بيئتهم التي من مواصفاتها و خصائصها و أسسها التغيير السريع و التحول المستمر، حيث تعتبر التربية الجانب الأكثر عرضة لهذه التغيرات لما لها من أهمية من أهمية قصوى في رقي المجتمعات وهي الوحيدة التي تزود الفرد بالكفاءات اللازمة التي تمكنه من الرقي و الإزدهار، و تتم من خلال عنصر مهم هو التعليم الذي من خلاله يتلقى الفرد العلم و المعرفة من أجل تحقيق الأهداف المراد الوصول إليها، و في هذا السياق شهدت المدرسة تغيرات جذرية في المناهج و الأنظمة المسيرة لها مما جعل التلاميذ يقفون أمام عقبات تمنعهم من تحقيقهم توازن شخصيتهم و لذلك توجب إدخال التوجيه و الإرشاد في النظام المدرسي الذي أصبح من أهم المواضيع التي أخذت المدرسة الحديثة على عاتقها القيام به و الذي يعتبر مجموعة من الخدمات التربوية و النفسية المقدمة للتلاميذ من أجل تحقيق الأهداف التعليمية التي يطمحون إليها وفقا لقدراتهم و ميولهم ولرغباتهم ، حيث حضي الإرشاد و التوجيه مكانة مميزة في المنظومة التربوية و لقي عناية خاصة من طرف المسيرين فهو يساعد الفرد على النمو و التكيف السليم من أجل الوصول إلى طموحاته فعلية التوجيه ليست عملية إعطاء نصائح فقط بل هي عملية منهجية و منظمة تعتمد على أسس علمية و أخلاقية في تقديم المساعدة لمن يحتاجها، و بما أن التوجيه و الإرشاد جزء من البرنامج التربوي فإن تواجد مستشاري الإرشاد و التوجيه المدرسي تعتبر الحاجة الماسة و الملحة في كل مؤسسة تعليمية من أجل تسهيل التعامل مع التلاميذ في مختلف المراحل التعليمية.

حيث يعتبر مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي الشخص الأول المختص الذي يمكنه التعامل مع التلاميذ عبر وظائف مختلفة يقوم بها حيث يعمل على مساعدتهم على اختيار الشعبة التي يريدون مواصلة الدراسة فيها و شرح الفرص المهنية المتاحة في كل تخصص و تحقيق النمو السليم و المتكامل لشخصية التلميذ كما يعمل على مساعدته في تحقيق التكيف المدرسي و إيجاد الحلول للمشاكل التي تعترض مساره التعليمي و التخطيط لمشروعه المستقبلي و ذلك وفق خدمات إرشادية و توجيه فعال من أجل الوصول به إلى تحقيق الأهداف التعليمية المرجوة، و يقوم بكل هذا وفق مناهج و معطيات علمية

يستند إليها في عملية التوجيه و الإرشاد، و بما أن مرحلة التعليم الثانوي تتعدد فيها الشعب والتخصصات فهي تحتاج إلى التوجيه و الإرشاد أكثر من أي مرحلة أخرى ، فتدخل المرشد هنا يكمن في حل المشاكل التربوية التي تعترض مسار التلاميذ و التي تمنعهم من تحقيق نجاحهم التعليمي و من أهم هذه المشاكل نجد قلق الإمتحان و هو عبارة عن حالة نفسية انفعالية تؤثر سلبيا على تركيز التلميذ و قدرته على تذكر و استرجاع المعلومات أثناء موقف الإمتحان كما تصاحبه عدة أعراض نفسية كضيق التنفس و الخوف و الرهبة من الإمتحان و نقص الثقة بالنفس و كثيرا مايشعر التلميذ أنه نسي كل ما راجعه بمجرد الاطلاع على ورقة الامتحان كذلك اتجاهات الوالدين اتجاه ابنهم وتحسيسه بأن الإمتحان موقف مصيري و بأن مستقبله متوقف عليه الذي أصبح يشكل هاجسا يربع التلاميذ فقد أصبح مشكلة حقيقية كونها لا تعيق التلميذ فقط بل و أسرته كذلك ، فكثيرا ما يتكاسل التلميذ عن المراجعة و ترك كل المواد إلى حين اقتراب موقف الإمتحان مما يتسبب له تراكم في المواد و عدم قدرته على استيعاب هذا الكم الهائل من المعلومات ما يثير في التلميذ قلق الإمتحان فيصعب عليه تذكر المعلومات واسترجاعها،

فلمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي دور مهم في التخفيف من قلق الإمتحان عن طريق النصائح و التوجيهات التي يقدمها للتلاميذ من خلال الحصص الإعلامية والقيام بزيارات للتلاميذ أثناء الحصص الدراسية ما يقوي العلاقة بين المرشد و المسترشد مما يضمن نجاح العملية الإرشادية فالعلاقة الإرشادية الناجحة هي أساس نجاح العملية الإرشادية، إضافة إلى قيامه بحصص إرشادية فردية مع التلاميذ الذين يعانون من قلق الإمتحان مرتفع و توجيههم إلى السبل التي تساعدهم على تخطي هذا المشكل إضافة إلى ذلك فإن مستشار التوجيه يعمل مع الأسرة المدرسية من مدير و أساتذة على تنظيم اجتماعات مع أولياء التلاميذ من أجل جمع أكبر عدد من المعلومات عن التلاميذ الذين يعانون من قلق الإمتحان و الوصول إلى نتيجة تخدم هدفه الإرشادي و ذلك بوضع خطة عمل لكل فصل دراسي تتناسب مع حاجات التلاميذ و الهيئة التدريسية و العمل على تنفيذها بالتعاون مع الإدارة و الأساتذة و أولياء الأمور ، فلمستشار التوجيه و الإرشاد دور مهم في الأسرة التربوية حيث يقع على عاتقه مساعدة التلاميذ على الإختيار الصحيح الذي يتناسبهم و هدفه الرئيسي هو التخلص من المشاكل التعليمية بما فيها قلق الإمتحان و الوصول إلى الأهداف التعليمية التي يطمح إليها.

وفي هذا السياق جاء موضوع دراستنا الذي يتمحور حول دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ، و للإحاطة بجوانب هذا الموضوع قسمنا موضوعنا إلى جانبين جانب نظري و جانب تطبيقي حيث اشتمل الجانب النظري على :

الفصل الأول الذي تضمن إشكالية البحث و فرضياته و أهدافه و أهميته و كذلك مصطلحات البحث و الدراسات السابقة المتعلقة بمستشار التوجيه و بقلق الإمتحان.

الفصل الثاني الذي احتوى على محورين المحور الأول تكلمنا فيه عن التوجيه المدرسي مراحل تطوره أسسه و أهدافه و أهميته أما المحور الثاني فتضمن مستشار التوجيه مفهومه مهامه الحاجة إلى مستشار التوجيه و وسائل عمل مستشار التوجيه الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي.

الفصل الثالث الذي يتضمن ثلاث محاور المحور الأول تطرقنا فيه إلى مفهوم القلق أنواعه أسبابه ، مصادر أعراض القلق و مكونات القلق مظاهره و نظرياته و طرق علاجه أما المحور الثاني فيتضمن قلق الإمتحان مفهومه تصنيفاته و أسبابه و مظاهره عوامل قلق الإمتحان و المراحل التي يمر بها طرق قياسه و الإجراءات الإرشادية لخفض قلق الإمتحان .

أما في الجانب التطبيقي فقد تناولنا فصلين فصل يتضمن الإجراءات المنهجية للدراسة الدراسة الاستطلاعية منهج البحث العينة أدوات و وسائل البحث أما الفصل الأخير فتطرقنا فيه إلى عرض و مناقشة نتائج الدراسة، عرض نتائج الفرضية العامة، عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى، عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية و في الأخير قمنا بمناقشة و تفسير نتائج الفرضيات، استنتاج عام خاتمة و قائمة المراجع.

## الجانب النظري

## الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية

1. الإشكالية
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. تحديد المصطلحات
6. الدراسات السابقة

## 1- الإشكالية

التربية غاية في حد ذاتها تهدف بالدرجة الأولى إلى مساعدة على الفرد تحقيق ذاته و تنمية قدراته وتزويده بالقيم و المعايير اللازمة لنجاحه في حياته الشخصية و الاجتماعية بوجه عام و نتيجة لكون التربية متعددة الجوانب فان ذلك يقتضي وجود مؤسسة تعليمية تعتني بالأجيال الصاعدة حاضرا ومستقبلا، إذ تعتبر المؤسسة التعليمية أي المدرسة بمثابة المؤسسة الثانية بعد الأسرة من حيث التأثير في تربية الأجيال فلها دور في تكوين الأفراد وإعطائهم النموذج الصحيح للشخصية.

حيث أعطت التربية الحديثة الاهتمام للمتعلم فلم يعد الاهتمام يقتصر على الجانب المعرفي وإنما أصبح يشمل الجوانب النفسية والاجتماعية للمتعلم من أجل إنشاء أجيال تتمتع بالصحة النفسية و الكفاءة العلمية ولهذا أصبح التوجيه و الإرشاد جزء من العملية التربوية حيث يعتبر من أهم الخدمات البيداغوجية التي تقوم بها المدرسة الحديثة بهدف إيجاد التلائم والتوافق النفسي والاجتماعي و المهني والتربوي للتلاميذ والوصول بهم إلى أقصى غايات النمو من خلال مساعدتهم على بناء مشروعهم الدراسي وفقا لإمكاناتهم وقدراتهم العقلية و ميولاتهم التربوية بأسلوب يشبع حاجاتهم و يحقق تصورهم لذاتهم و تكيفهم مع مجتمعهم.

وتزيد الحاجة إلى التوجيه و الإرشاد المدرسي خاصة لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي اللذين يمرون بمرحلة المراهقة و هي أصعب مرحلة في حياة الناشئين حيث يتطلب الأمر الإهتمام بهم و رعايتهم رعاية خاصة تتلائم مع الأزمات و التغيرات النفسية و الجسدية التي يمرون بها مما يجعلهم أكثر حساسية للمواقف التي يمرون بها ومن بين المساهمين في العملية التربوية نجد مستشارالتوجيه وهو المسؤول والمختص الأول عن العمليات الرئيسية في التوجيه و الإرشاد بحيث عرفه (رمضان 1992) بأنه هو الشخص الذي يقع على عاتقه عبئ مساعدة جميع الطلبة و مقابلة احتياجات نموهم وما يصادفونه من مشاكل في حياتهم.(إبراهيم سليمان،2009،ص20)

وهو أيضا أحد موظفي قطاع التربية و التعليم الذي يسهر على تنفيذ برنامج التوجيه والإرشاد المدرسي المسطر من طرف مديرية التقويم والتوجيه والإتصال وهو المسؤول الأول عن عملية تنفيذ التوجيه المدرسي والمهني ويعتبر من أقدر الإطارات على جمع المعلومات حول التلميذ المراد توجيهه باعتماد مبادئ وتقنيات علم النفس فهو يهتم بمتابعة التلاميذ في مسارهم الدراسي ويعتني في نفس الوقت

بتذليل الصعوبات التي تعترض سبيلهم في هذا المضمار إضافة إلى مرافقة التلميذ بناء تماثلاته لذاته ولمحيطه و لمستقبله وفق مشروع مبني على توجيه سليم قاعدته القدرة و الكفاءة و ذلك عن طريق مساعدة التلاميذ في اختيار ما يناسبهم من تخصص على حسب قدراتهم و مكتسباتهم دون إهمال رغباتهم وميولاتهم الشخصية.

حيث أن مستشار الإرشاد والتوجيه المدرسي يمثل الحاجة الماسة في كل مؤسسة تعليمية التعامل مع التلاميذ بغية مساعدتهم على تحقيق الصحة النفسية من جهة و معرفة ما لديهم من قدرات وإمكانات و مواهب و ميول لاختيار نوع من التعليم الذي يناسبهم من جهة أخرى و حل المشاكل التي تعترضهم .

و يكمن تدخل مستشار التوجيه في حل المشاكل التربوية و يهدف لتحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي و الإجتماعي للتلميذ و التخلص من القلق و الضغوطات النفسية التي تؤثر سلبا على شخصية التلميذ المساعدة على تحقيق أقصى غايات النمو السوي و لاهتمام به في جميع الأطوار التعليمية بحيث تظهر الحاجات الضرورية للتلميذ منذ التحاقه بالمدرسة لابتدائية و تتطور تلك الحاجات و تزداد أهميتها من مستوى لآخر و في المرحلة الثانوية تظهر مواقف جديدة جد معقدة تواجه التلميذ وتجعل نجاحها على المحك من أبرزها على لإطلاق اختيار التخصص و فترة الامتحان كما أن موقف الامتحان و خاصة الامتحانات الرسمية و المعيارية عادة ما تسبب لكثير من التلاميذ شعور عارما بالقلق و هذا ما يطلق عليه بقلق الإمتحان .

و تعرف مشكلة قلق الإمتحان بأنها حالة انفعالية مؤقتة سببها إدراك المواقف التقويمية على أنها مواقف تهديدية للشخصية مصحوبة بتوتر تحفز وحدة انفعالية و انشغالات عقلية سالبة تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الإمتحان (محمد قاسم، 2004، ص76)

و هو ما يؤثر سلبا على المهام العقلية و المعرفية لكثير من التلاميذ في موقف الإمتحان ، وبما أن الامتحان ظاهرة تربوية إجبارية يمر بها الفرد المتعلم فهو بمثابة تقييم له و جسر انتقال من مرحلة تعليمية لأخرى فهي تثير قلق و خوف لدى العديد من التلاميذ و هذا القلق الذي يشعر به التلميذ إزاء الإمتحان هو انفعال مطلوب خاصة إذا كانت درجاته معتدلة حيث يحفز التلميذ على مراجعة دروسه و الإستعداد الجيد للإمتحانات إلا أنه قد يصبح مشكلة تستدعي تدخل المتخصصين إذا ارتفعت درجته ذلك لما يولده من استجابات غير محبذة للتلاميذ كتشتت الانتباه و نسيان المعلومات و غيرها كما يحد من قدرة

التلميذ على أداء الجيد لذا فإن قلق لإمتحان يتخذ أهمية خاصة نظرا لارتباط الشديد بتحديد مصير التلميذ و مستقبله الدراسي و العملي و مكانه في المجتمع و هذا يكمن تدخل المرشد لمساعدة التلميذ لتجاوز هذه المشكلة وهذا ما تؤكد بعض الدراسات من بينها :

دراسة أبوعطية و الرفاعي عام (1988) و التي توصلت الى أن 90% من المرشدين أكدوا أن المرشد يعمل على تحقق النشاطات الإرشادية الأكاديمية و المهنية و النفسية التي تحقق النمو الشامل المتكامل لطلاب المرحلة الثانوية.

كما نجد دراسة روزفلت و نيلسون (1996) بعنوان تقييم دور مستشار التوجيه في المدارس الثانوية وتوصلت الدراسة إلى أن مستشاري التوجيه يقومون بتحقيق الأهداف التربوية بدرجة كبيرة.

حيث يعتبر مستشار التوجيه المؤهل بالدرجة للقيام بهذه المهمة وبناء على ذلك برزت مشكلة البحث بطرح التساؤل :

- هل لمستشار التوجيه دور في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟

ويتفرع منه التساؤلات التالية :

- هل توجد فرق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ؟

- هل توجد فروق بين تلاميذ التخصصين (علوم / اداب) بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ؟

## 2- فرضيات الدراسة:

### 2-1- الفرضية العامة :

- لمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي دور في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .

## 2-2-الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق بين بالنسبة الجنسين لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .
- توجد فروق بين التخصصين (علوم / اداب) بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي .

## 3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

- معرفة مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.
- معرفة الفروق في مستوى قلق الامتحان تبعا لمتغير الجنس (إناث - ذكور) لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.
- معرفة الفروق في مستوى قلق الامتحان تبعا لمتغير التخصص الدراسي (أدبي - علمي) لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

## 4-أهمية الدراسة :

### 1. الأهمية النظرية :

تعد الامتحانات أحد الأساليب الرئيسية المعتمدة في النجاح أو الرسوب والتي لا يمكن الاستغناء عنها فهي تعتبر البوابة الأساسية للانتقال إلى قسم أعلى لذا ينبغي التأكد على الهدف التعليمي لهذا الامتحانات ومساعدة التلاميذ على التهيؤ لها، حيث أن إرشاد المتعلمين وتدريبهم على كيفية الاستعداد للامتحان قد يعمل على خفض القلق لديهم و من ثم يمكن تحسين نتائجهم و الأداء بشكل أفضل في هذه المرحلة الانتقالية.

وإن الاهتمام بتلاميذ التعليم الثانوي خاصة تلاميذ السنة الأولى ثانوي لأنها المرحلة هي المرحلة الأولى للانتقال إلى مرحلة اجتياز شهادة البكالوريا كما تظهر أهمية الدراسة كونها تعد نقطة وصل بين الإرشاد النفسي والمدرسي وعلم النفس المعرفي السلوكي من خلال محاولة الاستفادة من النظريات الحديثة

في مجال علم النفس المعرفي السلوكي لمعالجة بعض المشاكل المدرسية والتي بينها استخدام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي الاستراتيجيات وبرامج إرشادية فعالة لتخفيف من قلق الامتحان.

## 2. الأهمية التطبيقية:

تبرز الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في :

- الكشف عن ظاهرة قلق الامتحان ومستوياته لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.
- تسليط الضوء على ظاهرة قلق الامتحان وبعض المتغيرات المرتبطة به.
- مساعدة مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي و المهني على معرفة مستويات قلق لامتحان لدى تلاميذ السنة لأولها ثانوي من أجل الاستعداد لمواجهة هذه الظاهرة ببناء برامج إرشادية واستراتيجيات التدخل السريع في هذا الموقف.
- يمكن أن تكون هذه الدراسة بداية الطريق لدراسات أخرى تحاول الكشف عن المتغيرات المختلفة والمرتبطة بقلق الامتحان.
- قد تفتح هذه الدراسة آفاق لبناء برامج إرشادية لخفض قلق الامتحان المعسر وترشيده لدى التلاميذ في مختلف المستويات الدراسية.

## 5-تحديد المصطلحات:

### تعريف الدور:

لغة: دار الشيء يدور دورانا وقد يكون مصدر في الشعر ويكون دورا واحد من دور العامة ودور الخيل وغيره عام في الأشياء كلها. (ابن منصور، 1997، ص 286)

اصطلاحا: عرفه أحمد زكي بدوي "الدور في معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية بأنه السلوك المتوقع من الفرد في الجماعة والجانب الدينامي لمركز الفرد فبينما يشير المركز إلى مكانه الفرد في الجماعة في ضوء توقعات الآخرين منه وهذه التوقعات تتأثر بفهم الفرد والآخرين للحقوق والواجبات المرتبطة بمركزه الاجتماعي وحدود الدور تتضمن تلك الأفعال التي تتقبلها الجماعة في ضوء مستويات السلوك في الثقافة السائدة. (بدوري أحمد زكي، 2001، ص 286)

**إجرائياً:** هي مجموعة الوظائف التي يقوم بها مستشار التوجيه المدرسي والمهني من أجل التحقيق من قلق الامتحان.

## 2- تعريف قلق الامتحان:

القلق هو حالة تؤثر تأثيراً شاملاً ومستمر لتهديد خطر فعلي أو رمزي في يحدث ويصحبها خوف غامض وأعراض نفسية وجسمية وهو من العوامل التي تؤثر سلباً على تركيز وتفكير الفرد عن القيام بعمل ما.

يعرف قلق الامتحان على أنه شعور المتعلم بالتوتر والانزعاج من الأرقام وحل المسائل الرياضية ذات العلاقة بمناحي الحياة اليومية أو الأكاديمية. (صوالحة، 2008، ص 15)

**وحسب حامد زهران :** قلق الامتحان نوع من القلق المرتبط بمواقف الامتحان حيث تثير هذه المواقف في الفرد شعوراً بالانزعاج والانفعال وهي حالة إنفعالية وجدانية مكدرّة تعترّي الفرد في الموقف السابق للامتحان ذاته وتتسم هذه الحالة بالشعور بالتوتر والخوف من الامتحان. (أبو عزب، 2008، ص 58)

ومن الناحية المعرفية يعرف قلق الامتحان على أنه حالة من التوتر الشامل تصيب الفرد (التلميذ، الطالب) وتؤثر على العمليات الفعلية لديه كالتذكر والانتباه والتفكير والتي تعتبر من المتطلبات الرئيسية للنجاح في الاختبار. (يعقوب، 1994، ص 262)

## 3- تعريف تلاميذ المرحلة الثانوية:

**المرحلة الثانوية:** هي مرحلة دراسية تستقبل التلاميذ الذين أكملوا المرحلة الابتدائية ويكون التعليم فيها على مرحلتين متتابعتين متوسط و إعدادي مدة كل منهما ثلاث سنوات تهتم باكتشاف قابليات الطلبة وميولهم وتمكينهم من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة وإعدادهم للحياة العملية ولانتاجية. (فاطمة عبد العباس مهدي، 2020، ص 15)

## 4- تعريف مستشار التوجيه المدرسي:

تختلف التعاريف لمستشار التوجيه المدرسي والمهني حسب اختلاف الدول والسمات ومن تعدد التعاريف الخاصة به نجد ما يلي :

1. لغة: في المعجم الوجيز: "المستشار" هو العليم الذي يؤن رأيه في أمر هام علمي أو فني سياسي أو قضائي، فالجذر اللغوي للاستشارة يفيد التدخل الإنساني المخصص للتأثير الفعال في الوعي قصد تغيير سلوك فرد ما. (بن صاولة، 1999، ص 32)
2. اصطلاحاً: يعرف "جون ديفون" هو المسؤول المخصص الأول عن العمليات الرئيسية في التوجيه وبدون مستشار يكون من الصعب تنفيذ برامج التوجيه. (عبد السلام زهران، 1997، ص 11)
- أما "موريس ركلان" فيعرفه: هو المسؤول الأول عن تنفيذ عملية التوجيه المدرسي و المهني وهو مخصص في التوجيه ويعتبر أقدر الناس وأكفاء هم على جمع كافة المعلومات على الطالب المراد توجيهه واستغلاله باعتماد مبادئ وتقنيات علم النفس. (نفس المرجع السابق)
3. التعريف الجزائري: فمستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني هو ذلك : المورد البشري وأحد موظفي قطاع التربية والتعليم والذي تسند إليه بعض المهام (الإعلام، التقويم والمتابعة) وذلك من أجل مساعدة التلميذ على بناء مشروعه الدراسي والمهني والكشف عن المشاكل الدراسية التي يعاني منها التلاميذ وإيجاد حلول لها وفق أسس علمية.

## 6-الدراسات السابقة

### اولا الدراسات المتعلقة بدور مستشار التوجيه

دراسات سابقة خاصة بدور مستشار التوجيه المدرسي والمهني:

-دراسة روزفلت ونيلسون 1996 بعنوان دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني.

-أشار الباحثان إلى ثلاث أهداف تقسيم رئيسية يمكن تحقيقه امن خلال عملها لتقويم لدور مستشار التوجيه المدرسي في:

-اتخاذ القرارات المدرسية المناسبة خاصة فيما تعلق بالتلاميذ.

- قدرته على تقسيم نتائج الأعمال التي يقوم به اداخل المؤسسة وتوصل الباحثان من خلال هذه الدراسة إلى أن مستشاري التوجيه يقومون على تحقيق هذه الأهداف بدرجة كبيرة لكن الأساليب المتعلقة

بتقسيمهم تحتاج إلى التطوير والمشاركة الفعلية منهم حيث أشار الباحثان أن وجود حاجة ماسة من الدراسات إلى تقسيم مستشار التوجيه ومستوى النظام المدرسي (علوي، 2011، ص 11)

- دراسة خديجة بن فليس بعنوان معايير الاختبار الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى عملية التوجيه المدرسي والمهني هدفت الدراسة إلى الكشف عن المعايير التي يستند إليها تلميذ السنة الأولى ثانوي في اختيار التخصص الدراسي، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي و اشتملت عينة الدراسة في السنة الأولى ثانوي وتم اختيارهم بطريقة عشوائية من ثانوية بن بولعيد بولاية باتنة واستخدمت الاستبيان كأداة للتحقق من صحة الفرضيات وقد أسفرت النتائج التي بلغت 33.13% و في قيمة دالة إحصائية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مختلف التخصصات.

وحصلت الفرضية الثانية على 4،49 وهي قيمة غير دالة إحصائية وبالتالي لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يتعلق بمعايير الدراسة. (ساري، 2015، ص 13)

- دراسة مسحية لمستشار التوجيه في عام 1889 قام تينسون بدراسة مسحية أولية لمستشاري التوجيه في ثانويات مختلفة و تكونت عينة الدراسة من 155 مستشار من ثلاث ثانويات (تلاميذ ثانوية متقدمين تلاميذ ثانوية مستجدين تلاميذ ثانوية مختلطين، متقدمين و مستجدين) وكان الهدف من الدراسة معرفة كيف يقوم المستشارون بأدوارهم فيها وقد توصل الباحث إلى أن المستشارين العاملين في الثانويات المختلفة يصرفون وقتهم في تقديم الإرشاد . (علوي نجاه ،دون ذكر تاريخ النشر، ص 16)

5 - دراسة بن عربية لحبيب 2021 بعنوان دور مستشار التوجيه المدرسي في المؤسسات التربوية والتي هدفت إلى الكشف عن واقع الإرشاد التربوي في المؤسسات التربوية والتعرف على دوري مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي في المؤسسات التربوية ، وإبراز المشاكل والصعوبات التي يواجهها واقتراح بعض الحلول لمعالجتها أو التقليل منها، فقد شملت عينة البحث 91 مستشار توجيه وإرشاد مدرسي ومهني بولاية تلمسان واستخدم الباحث المنهج الوصفي الذي يساهم في وصف المشاكل واتخاذ الخطوات اللازمة من خلال تفسير الناتج وتحليلها ، وخلصت الدراسة إلى أن مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي له دور كبير في العملية التربوية ، كما أنه يواجه عدة صعوبات وعراقيل في مساره المهني وفي الأخير اقترحنا بعض الحلول لتذليل هذه الصعوبات والحد منها. (بن عربية لحبيب ، 2021، ص 120).

**6- دراسة سمية وناس (2016)** دور مستشار التوجه في الحد من ظاهرة الخوف من الامتحان النهائي لدى تلاميذ الأقسام النهائية هدفت الدراسة إلى التعرف على نور مستشار التوجيه في الحد من ظاهرة الخوف من الإمتحان النهائي لدى تلاميذ الأقسام النهائية تمت هذه الدراسة في مركز التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني الموجود في حي الضلعة ببسكرة وتكونت عينة الدراسة من 63 مستشار توجيه وإرشاد مدرسي وو مهني عاملين على مستوى ولاية بسكرة واستمرت الدراسة 4 أيام، استخدمت في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي واستعملت الإستبيان كأداة الجمع للبيانات. وقد توصلت نتائج دراستها إلى أن مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني لديه دور ايجابي وجيد في الحد من ظاهرة الخوف من الإمتحان لدى التلاميذ وأنه مدرك للميزات التي يختص بها تلميذ القسم النهائي ويسعى جاهدا إلى التقليل من المشكلات التي يعاني منها التلاميذ.

**7-دراسة مبروكي بختة (2018)** بعنوان دور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان من وجهة نظر تلاميذ الثالثة هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية مستشار التوجه داخل المؤسسة في التخفيف من قلق الإمتحان والتعرف على أهم الخدمات الإرشادية التي من خلالها تستطيع هذه الفئة التخلص من قلق الإمتحان بالإضافة إلى العمل على توعية و تحسيس المتدرسين بأهمية الإرشاد والتوجيه في التحقق من قلق الإمتحان فمن خلال هذه الدراسة استعمل البيات المنهج الوصفي لمحمته لخصائص بحثه، قد شملت الدراسة الميدانية على مجتمع الدراسة الذي يتكون من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حيث يتكون من 3 ثانويات وتم تطبيق الإستمارة على عينة مكونة من 100 تلميذ فقد توصلت الدراسة إلى أن لمستشار التوجيه دور في التقليل من قلق الإمتحان الذي أقسام السنة الثالثة ثانوي .

### ثانيا الدراسات المتعلقة بقلق الامتحان

-دراسة (محمود 2012) هدفت إلى التعرف على قلق الامتحان لدى طلاب السودانية تكونت العينة من 100 طالب وطالبة جالسين لامتحان الشهادة السودانية، باستخدام مقياس قلق الامتحان الذي أعده "سبيلجر" عام 1981 كأداة لجمع البيانات وأهم النتائج المتوصل إليها: يتسم قلق الامتحان لدى طلاب الشهادة السودانية بالحياد عند مستوى الدلالة (0.05)، لا توجد فروق في مستوى الامتحان لدى طلاب الشهادة السودانية من حيث الميثاق عند مستوى الدلالة (0.05). (الطراب، سيد محمود،1992، ص149-18)

-دراسة دبار 2018 التي هدفت إلى معرفه العلاقة بين استراتيجيات التعلم وقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وكذلك معرفه الفروق في قلق الامتحان حسب متغيري الجنس و الشعبة الدراسية، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، واستخدمت مقياس استراتيجيات التعلم و مقياس قلق الامتحان ،وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (300) تلميذ و تلميذة يدرسون في السنة الثالثة ثانوي بمختلف ثانويات ولاية الوادي وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق بين الجنس فيما يخص قلق الامتحان ووجود فروق بين شعبتي الدراسة (أدبي/علمي) فيما يخص قلق الامتحان.

(دبارحنان،2018،ص)

-و في دراسة (سعاد وزامل و أبو زيادة 2001) هدفت إلى التعرف إلى اثر بعض المتغيرات النفسية و الديموغرافية على مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية في شمال فلسطين في ضوء ستة متغيرات هي الجنس و التخصص و مستوى تعليم الأب و مستوى تعليم الأم والترتيب الولادي وحجم الأسرة فقد تم تطوير استبيان لقياس مستوى قلق الطلبة من امتحان الثانوية العامة و تم توزيعها على (1800) من الطلبة في أربع مديريات للتربية و التعليم وقد أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع لقلق الامتحان عند طلبة الثانوية العامة بنسبة (82.8%) كما تبين فروق في متوسطات درجات قلق الامتحان.

تعز المتغير الجنس لصالح العائلة ذات الحجم الكبير و الترتيب الولادي لصالح الابن الاخير و لمستوى تعليم الاب لصالح المستوى الاساسي و المستوى التعليمي للام ثم الاساسي ثم الثانوي (سعادة جودت أحمد وزامل، (2001) ص171-201)

-أما دراسة (شاهين 2001): فقد هدفت إلى التحقق من مستوى قلق الاختبار لدى الطلبة الذين تقدموا لاجتياز شهادة الدراسة الثانوية العامة خلال العام الدراسي (2001-2022) في محافظة الخليل حيث تم اختيار عينة طبقية بلغ عدد أفرادها (340) طالبا و طالبة وتم استخدام مقياس "سارسون" لقياس قلق الاختبار و خلصت الدراسة إلى النتائج التالية : تبين من استجابات الطلبة للاختبار أن ظاهرة قلق اختبار توزعت على ثلاث مستويات و بنسب مختلفة حيث كانت نسبة اللذين اظهروا قلقا عاليا 57.6% أما الذين ظهر لديهم مستوى قلق متوسط كانت نسبتهم 34.9% و الذين تبين وجود مستوى قلق متدني لديهم فقد كانت نسبتهم (7.6%) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات قلق الاختبار لدى الجنسين و لصالح الإناث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة تعني

المتغير الفرع الدراسي ولصالح طلبه الفرع الأدبي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة وعزى لمتغير التحصيل و لصالح الطلبة من المستويات التحصيلية المتدنية والمتوسطة. (شاهين، 2001، ص10، ص35)

-دراسة (ايت حمودة 2006) التي هدفت إلى معرفة أساليب المواجهة بقلق الامتحان و أثرها في النجاح والرسوب و في شهادة الدراسة الثانوية العامة حيث تكونت العينة من (108) من الطلاب تم اختيارها بطريقة عشوائية بسيطة من المدارس الحكومية لقطاع عين البنيان التابع لولاية الجزائر و طبق مقياس قلق الإمتحان من إعداد سبيلبرجر (1971) ومقياس أساليب المواجهة و بعد إجراء المعالجة الإحصائية توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الناجحين و الراسبين في شهادة الثانوية العامة في درجه شعورهم بقلق الامتحان حيث تتاب الراسبين درجة قلق الامتحان أكثر من الناجحين في شهادة الثانوية العامة (أيت حمودة حكيمة، 2006 ،ص99)

- دراسة (الطراوفة، 2006) التي هدفت إلى التعرف على علاقة التنشئة الاجتماعية الاسرية و قلق الامتحان بالنفوق الدراسي عند تلاميذ الصف التاسع الاساسي في مديريات التربية و التعليم بمحافظة كركوك قد تم استخدام مقياس التنشئة الاجتماعية و مقياس قلق الامتحان من اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة وجود علاقة سالبة بين قلق الامتحان و التفوق الدراسي . (الصراونة صفاء، ص5)

-دراسة (السعدي 2014) هدفت للتعرف على العلاقة بين قلق الامتحان و التفكير المنطومي و تحقيق لأهداف الدراسة تم تبني مقياس قلق الامتحان وفق نظرية "سارسون" وبناء اختبار التفكير المنطومي وفق النظرية البنائية و تم التطبيق النهائي على عينة البحث البالغة (200) طالب و طالبة وبعد التحليل كانت النتائج كالاتي أن عينة البحث لديها قلق الامتحان ويوجد فرق في قلق الامتحان لصالح الإناث .

### ➤ التعقيب على الدراسات:

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة التي أجريت حول موضوع دور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الامتحان أن هذه الدراسات قد تعددت اختلفت باختلاف الأهداف التي سعت إلى تحقيقها واختلفت القطاعات التي تناولتها واختلفت البيئات التي تمت فيها والمتغيرات التي تناولتها والمنهجيات التي تبعتها ومنها نستخلص ما يلي:

- جميع الدراسات التي تطرقنا إليها في بحثنا هذا سعت كلها إلى إبراز أهمية مستشار التوجيه في المؤسسات والعمليات التي يقوم بها لحل المشكلات التي تواجهه المتعلقة بالهيئة التدريسية، من خلال التوجيه و الإرشاد و اتخاذ القرارات المدرسية المناسبة فهذا ما توصلت إليه دراسات ( العاجز ) و(تينسون 1989) و(روزفلت و نيلسون 1996).
- بينت الدراسة أن لا توجد فروق بين الجنسين فيما يتعلق بمعيار الدراسي وهذا ما توصلت إليه (بن فليس )
- كما انها قامت بإبراز دور الكبير لمستشار التوجيه في العملية التربوية و دوره في التخفيف من قلق الامتحان و الحد من ظاهرة الخوف منه فهذا ما توصلت إليه معظم الدراسات كدراسة ( بن عربية لحبيب 2021) و (سمية وناس، 2016) و (مبروكي بختة 2018) .
- معظم الدراسات التي تناولت موضوع قلق الامتحان لدى التلاميذ اتفقت أن جميع افراد العينة يعانون من قلق الامتحان بنسب تجاوزت 60% فهذا ما توصلت إليه العديد من الدراسات مثل: (سعاد و زامل 2001) و (شاهين 2001) .
- تم التوصل الى عدم وجود فروق في مستوى قلق الامتحان لدى طلاب الشهادة السودانية هذا ما ذهبت اليه دراسة (محمود 2012)
- تم التوصل إلى عدم وجود فروق بين الجنسين فيما يتعلق بقلق الامتحان هذا ما ذهبت إليه دراسة (دبار 2018)
- تم التوصل إلى وجود علاقة سالبة بين قلق الامتحان و التفوق الدراسي هذا ما ذهبت إليه دراسة (الطروانة 2006)
- تم التوصل إلى وجود فروق بين الراسبين و الناجحين في شهادة الثانوية هذا ما ذهبت إليه دراسة (ايت حمودة 2006)
- التعرف على منهجيات الدراسات السابقة ووضع منهجية متميزة للدراسة الحالية حيث تم استعمال المنهج الوصفي التحليلي في معظم الدراسات السابقة.
- التعرف على نتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة بهدف تدعيم نتائج الدراسة الحالية استناد على تحليلاتها الميدانية.
- أما من حيث الأدوات تواصلنا أن كل الدراسات اعتمدت على استمارة الاستبيان لجمع المعلومات والبيانات .



## الفصل الثاني: مستشار التوجيه المدرسي

### تمهيد

#### III. التوجيه المدرسي

1-نشأة التوجيه المدرسي وتطوره

2-أهداف التوجيه

3-أهمية التوجيه

4-أسس التوجيه ومبادئه

### خلاصة

#### IV. مستشار التوجيه المدرسي

1-التعريف بمستشار التوجيه.

2-الصفات الواجب توفرها في مستشار التوجيه

3-الحاجة إلى مستشار التوجيه المدرسي والمهني

4-وسائل عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني

5-الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني

6-مهام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

### خلاصة الفصل

**تمهيد :**

إذا تحدثنا عن مستشار التوجيه المدرسي و المهني فإننا نقصد الشخص الذي يتميز عن غيره ممن يعملون في سلك التربية والتعليم، ذلك أنه يلعب دورا هاما في العملية التربوية، وكذلك المهام التي يقوم بها في التوجيه السليم في مساعدة التلاميذ في الكشف عن استعداداتهم ورغباتهم ومنه بناء مشروعهم الدراسي والمهني.

وعلى ضوء ذلك تطرقنا في هذا الفصل إلى مجموعة من العناصر، فبدأنا بتعريف مستشار التوجيه المدرسي مع ذكرنا لمختلف الصفات الواجب توفرها في هذا الأخير، مروراً إلى الحاجة إلى مستشار التوجيه وعنه ذكرنا للحاجة فإن المستشار يحتاج إلى مجموعة من الوسائل التي تساعد في أداء مهامه، وبعد ذكرنا للمهام مستشار التوجيه تحدثنا عن الإطار المكاني لتأديته مهامه وخلال كل هذا هناك صعوبات يواجهها في نهاية هذا الفصل.

## 1. التوجيه

## 1-نشأة التوجيه المدرسي وتطوره :

إن المجتمعات البدائية كانت تعتمد على الأباء بصورة رئيسية في توجيه أبنائها، لكن المفكرين والفلاسفة إهتموا بهذه العملية فقد دعا أفلاطون في جمهوريته عن الدولة المثالية إلى أهمية إعداد ملائم كوظيفة في المستقبل، وقد ذهب إلى القول أن الحكومة المنشودة لا بد أن تقوم على تباين الطبائع بين الناس وقد ازدادت الحاجة إلى التوجيه في وقتنا هذا، نظرا لتعدد الحياة وتزايد أعداد المهن ومجالات الاختيار ودرجة التخصص والسرعة الخيالية للتغيرات التي تطرأ على الناحية التكنولوجية.

ويعتبر جون ديوي وزملائه عام 1899، من الذين اهتموا بالتوجيه إذ أصبحت المدارس بفضلهم تهتم بالخبرات الخاصة المتصلة بالمشكلات اليومية للطفل، وأصبحت وظيفة التعليم في النمو وليس تدريب الذاكرة واستظهار المعلومات، وأصبح التلاميذ يصنفون حسب استعداداتهم وقدراتهم وقد أيد ثورندايك هذا الاتجاه الذي يهتم بالمتعلم وفروقه الفردية.

وقد كانت بداية التوجيه بالتركيز على التوجيه المهني فقط ويعتبر (فرانك بارسون) 1854-1908 من الرواد في هذا المجال، إن الله كتاب بعنوان اختيار المهنة) الذي نشر في سنة 1909 وقد ركن فيه على ضرورة دراسة الفرد والتعرف على قدراته وإمكانياته واستعداداته وميوله وتزويده بجميع المعلومات الصحيحة والكافية عن المهن المختلفة وطبيعة متطلبات كل مهنة من هذه المهن. (حمري محمد، 2011، 2012، ص68)

وفي عام 1905 أنشأ ألفرد بينية Binet أول اختبار ذكاء في العالم وهذا استجابة للدراسات التي أجراها علماء النفس حول مشكلة التأخر الدراسي والضعف العقلي، وفي سنة 1923 اتجه الاهتمام في أمريكا نحو فئة المعوقين وذوي العاهات والشواذ وازداد الاهتمام بالمنهج والتخطيط التربوي.

وفي الثلاثينات من القرن 20 تحول الاهتمام بالتوجيه إلى رجال الاقتصاد نتيجة التحول الحاصل في المجال التكنولوجي، وتطور الآلات والمكائن وبروز مشاكل كالبطالة، التقاعد وتجلي هذا الاهتمام بوضوح في أسس اختيار الموظفين وتوزيع الأعمال عليهم ومعرفة قدراتهم.

أما في الأربعينات فقد كان لمفاهيم فرويد في التحليل النفسي أثرها الواضح في الاهتمام بالصحة النفسية للفرد والاهتمام بمشكلات الفرد.

وقد قام تيرمان "Terman" بتقنين مقياس (بينة) على المجتمع الأمريكي وتوالت إسهامات العلماء والباحثين في مجال القياس أن تم تأسيس مؤسسات للاختبارات والمقاييس وإعداد مقاييس الذكاء والتحصيل والميول والتوافق وإعداد لأجهزة ولاختبارات العلمية وهذا ما أسهم في تطور الإرشاد والتوجيه.

أما في الحاضر فقد تعددت الوسائل والأساليب مثل دراسة حالة التقارير وظهرت مجالات أخرى للتوجيه منها التوجيه التربوي والتوجيه الصحي.

وفي الجزائر أدرج التوجيه في الأربعينيات، فقداة الاستغلال لم تكن وزارة التربية الوطنية في بداية سنة 1963 أنشأت المديرية الفرعية للتوجيه والتخطيط المدرسي المرسوم رقم 63-281 المؤرخ في 1963/07/26.

وفي التنظيم الذي جرى في جوان 1964 على مصالح وزارة التربية الوطنية أسندت مهام التوجيه إلى المديرية الفرعية للتنظيم والتخطيط المدرسي.

وفي سنة 1965 أسندت مهام التوجيه إلى مصلحة التخطيط والخريطة المدرسية في 1965/08/12.

- وإبتداء من 1967 إلى 1992 أسندت مهام التوجيه على التوالي.
- مديرية التخطيط والتوجيه المدرسي.
- مديرية الامتحانات والتوجيه المدرسي.
- مديرية التعليم الأساسي مدير التعليم الثانوي العام، مديرية التعليم الثانوي التقني.
- مديرية الامتحانات والتوجيه إبتداء من (1958).
- مديرية التخطيط.
- مديرية التوجيه والامتحانات ابتداء من (1999/06/20).
- مديرية التوجيه والاتصال ابتداء من (1992/12/28).
- مديرية التعليم الثانوي ابتداء من 2010. (الجريدة الرسمية رقم 52 تاريخ 1963، المرسوم رقم 64-163 المؤرخ في 8 جوان 1964 ص 70).

- وفي سنة 1962 كان يوجد 06 مراكز للتوجيه المدرسي والمهني عبر التراب الوطني، الجزائر، عنابة، وهران، قسنطينة، سطيف، مستغانم، تعمل بأربعين منشارا.
- وفي سنة 1964 ثم إحداث معهد علم النفس التقنيين حيث تخرجت أول دفعة سنة 1966 تتكون من حوالي 10 مستشارين.
- وبموجب المرسوم 66-241 بتاريخ 08 اوت 1966 أحدث أول ديبلوم جزائري في التوجيه المدرسي والمهني ديبلوم دولة لمستشاري التوجيه وزارة التربية الوطنية تمتلك شبكة هامة من مراكز التوجيه عبر الوطن بمعدل مركز واحد على الأقل في كل ولاية.
- ووضعت سياسة جديدة في دعم مصالح التوجيه خاصة على مستوى توظيف المستشارين بالعدد الكافي إذا أصبحت كل ثانوية معين بها مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي. (مجموعة نصوص التوجيه المدرسي والمهني 1962-1992 وزارة التربية الوطنية مديرية التوجيه والاتصال، المديرية الفرعية للاتصال، ص 71)

## 2- أهداف التوجيه :

1. **تحقيق الذات** : إن تحقيق الذات لا يمكن الوصول إليه إلا بعدما يشبع الفرد لحاجاته المختلفة من طعام، شراب فبعد هذا الإشباع يبدأ الفرد في تكوين هوية ناتجة عن ذاته ويرغب في تحقيق مكانه اجتماعية ومهنية تحقق له سعادته وقيمه.
  2. **تحقيق الصحة النفسية للفرد** : يهدف التوجيه إلى تحرير الفرد من مخاوفه ومن قلقه وتوتره وقهره النفسي ومن الإحباط والفشل ومن الخبث والاكنتاب والحزن التي قد يتعرض لها خلال مراحل نموه العرجة وتعامله نسبة التي يعيش فيها فيساعد الفرد على حل مشكلاته والوقوف مع أسبابها وكيفية التعامل معها.
  3. **تحسين العملية التربوية** :
- إثارة دافعية الطلاب نحو الدراسة واستخدام أساليب العزيز وتطوير خبرات الطلاب اتجاه دروسهم.
  - مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الطلاب وتوجيه كل منهم وفق قدراته واستعداداته.

- إثراء الجانب المعرفي لدى الطلاب بالمعلومات الأكاديمية والمهنية والاجتماعية التي تساعدهم في تحقيق توافقهم النفسي وصحتهم النفسية.
- وجه وإرشاد الطلاب إلى طرق الدراسة الصحيحة وذلك لتحصيل علامات مرتفعة تؤهلهم للالتحاق بالمعاهد والكليات في المستقبل.
- 4. **ترقية المهارات الاجتماعية :** إن تحسين العلاقات لأفراد داخل المجتمع المدرسي يعد مطلب أساسيا لتحسين العملية التعليمية وهذا بدوره يتطلب تنمية قدرة الطلاب على تفهم الآخرين والتعاطف معهم وهذا بدوره يتطلب تنمية قدرة الطلاب على تفهم الآخرين والتعاطف معهم وهذا يتأتى عن طريق تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلاب وتنمية قدراتهم على إدارة العلاقات والتفاعلات مع الآخرين مما يعزز القدرات القيادية ويقوي مشاعر الانتماء للجماعة.
- ويمكن صياغة الأهداف الخاصة بالتوجيه المدرسي والمهني كما يلي :
- تبصير الطلاب بالتخصصات التعليمية والمهنية المتاحة وخصائصها ومتطلباتها لتمكينهم من المواءمة بينهما وبين ما يمتلكونه من خصائص وقدرات واتخاذ القرارات السليمة وفق ذلك .
- تعريف التلميذ بمستوى قدراته واستعداداته وميولاته وسماته الشخصية.
- مساعدة التلميذ على الاختيار الأنسب للشعبة التي تتناسب مع قدراته وميوله لبناء مشروعه الدراسي والمهني. (جودت عزة، سنة 2004، ص22)
- تحقيق أعلى درجات التوافق النسبي والتربوي للطلاب مع بيئتهم المدرسية والاندماج مع عناصرها (معلمين، إدارة، زملاء).
- مساعدة التلاميذ على تجاوز فترات الانتقال من سنة الأخرى ومن طور الأخر وما يصاحبها من صعوبات وهم على درجة عالية من التوافق النفسي والتربوي.
- توضيحات للتلاميذ حول عالم الشغل.
- تشجيع التلاميذ وأولياءهم بالنتائج السليمة للاختبارات غير المدروسة أو الممارسات الخاطئة نحو توجيه الطلاب لبعض التخصصات أو المجالات التي تتفق مع ميولهم وقدراتهم.
- تنظيم أبواب مفتوحة على المؤسسات التعليمية والمهنية والصناعية والعسكرية لتعزيز تواصل التلميذ على مختلف المؤسسات الوطنية.

**3- أهمية التوجيه :**

التوجيه المدرسي أهمية كبيرة حياة التلميذ أو الفرد وتزداد أهميته خصوصا إذا تابع التلميذ دراسة يرغب فيها ولا تتوافق وقدراته العقلية نتيجة لذلك يحدث له فشل دراسي وعدة مشكلات دراسية وسلوكية. ومن خلال هذا يمكن إبراز أهمية التوجيه في ما يلي :

- له دور في تنمية وإبراز الميول الفردية والقدرات العقلية والمواهب واتجاهات التلميذ.
- له أهمية اجتماعية كبيرة مثل تغيير بعض السلوكات التي كانت مرفوضة والتوسع في تعلم المرأة وخروجها للعمل إدراك أهمية القيم في تحقيق المكانة الاجتماعية والاقتصادية.
- له أهمية اقتصادية بحيث يوفر على الدولة مصاريف باهظة والجهد والوقت. (عبد الهادي أسعد حسن عزة، 1999، ص 16)
- للتوجيه المدرسي دور في مساعدة الفرد أولا والجماعات الطلابية ثانيا من خلال فهم ذاته ومشكلاته والعمل على حلها فضلا عن تحقيق التوافق الشخصي والتربوي والمهني والأسري والاجتماعي. (عصام يوسف، ص 11)

**4- أسس التوجيه ومبادئه:**

تقوم عملية التوجيه على أسس ومبادئ لا غنى للمنشغلين فيها وعن فهمها وإدراكها ومعرفة كيفية تطبيقها والاستفادة منها ويمكن تقسيمها كما يلي :

**1- الأسس الفلسفية:** التوجيه يبدأ من الفرد ولل فرد من حيث الاستفادة والتطبيق ويدور حول نواة مركزية هي الفرد محاولا تقديم خدمات لتحقيق واشتباع رغباته وحاجته بدون خروج على ما يرسمه المجتمع الذي يعيش فيه وما يتعارف عليه الأفراد من عادات وتقاليد ومعتقدات

وهو ما أكد سيد عبد الحميد موسى في قوله: إن الأسس الفلسفية للتوجيه المدرسي تقوم على منح الحرية للفرد كي يستفيد من المعلومات ويختار من بين الفرص العديدة ويتخذ قراراته التي تمس حياته ومس قبله وتقدير أهمية الفرد بالنسبة للمجتمع وان يحقق رغباته ويشبع حاجاته في حدود ما يرسمه المجتمع والثقافة التي يعيش فيها وهكذا يتضح لنا إن الأساس الفلسفي لعملية التوجيه هو الفهم الكامل

لطبيعة الإنسان واحترام هذه الطبيعة واحترام حق الإنسان في تصميم أهدافه وتحديد مسالك حياته والاحتراف للفرد بحق تقرير مصيره هو صميم لاعتراف بحرية الإنسان.

وفي الأخير نرى أن الهدف من التوجيه بصورة عامة هو مساعدة الفرد على تحقيق ذاته في مختلف المجالات عن رغبة ودون إكراه ورغبة أن يستحسن أن يحترم حتى الفرد في تحديد أهدافه ووضع الخطط والتي تحقق تلك الأهداف.

**2- الأسس الفلسفية:** التوجيه يبدأ من الفرد ولل فرد من حيث الإفادة والتطبيق ويدور حول نواة مركزية هي الفرد محاولا تقديم خدمات لتحقيق وإتباع رغباته وحاجته بدون خروج على ما يرسمه المجتمع الذي يعيش فيه .

وهكذا اتضح لنا أن الأساس الفلسفي لعملية التوجيه هو الفهم الكامل لطبيعة الإنسان واحترام حق الإنسان في تصميم أهدافه وتحدد مسالك حياته والاعتراف للفرد بحق تقرير مصيره هو صميم الاعتراف بحرية الإنسان.

- وفي الأخير نرى أن الهدف من التوجيه بصورة عامة هو مساعدة الفرد على تحقيق ذاته في مختلف المجالات عن رغبة ودون إكراه أو رهبة أي يستحسن أن يحترم حق الفرد في تحديد أهدافه ووضع الخطط التي تحقق تلك الأهداف

**3- الأسس النفسية السيكولوجية:** من الأسس والمبادئ التي تعتمد عليها التوعية ما يلي :

- مراعاة الفروق الفردية بين الأشخاص من حيث قدراتهم واستعداداتهم ومميزات شخصياتهم بالإضافة إلى الفروق الفردية هناك اختلاف في نمو الخصائص الجسمية والنفسية والعقلية للفرد حيث أنها تختلف في كل مرحلة من مراحل النمو والمرحلة التي تليها.

- مراعاة نمو الشخصية الإنسانية مراعاة تامة حيث أن جوانب الشخصية المختلفة تؤثر شخصياتهم بالإضافة إلى الفروق الفردية هناك اختلاف في نمو الخصائص الجسمية والنفسية والعقلية للفرد حيث أنها تختلف بين مرحلة من مراحل النمو والمرحلة التي تليها ( عقيلة بودر، 2018،

(2019، ص 72)

مراعاة نمو الشخصية الإنسانية مراعاة تامة حيث أنها جوانب الشخصية المختلفة تؤثر على بعضها البعض.

- مراعاة إبتاع حاجات الفرد في كل مرحلة من مراحل نموه مع الأخذ بعين الاعتبار مستوى النضج عنده والأصول الثقافية والقيم الاجتماعية التي نشأ منها وترعرع اعتبار عملية لإرشاد النفسي والتوجيه عملية تعلم ليستفيد منها الفرد في رسم طريقة في الحياة وتعميم ما اكتسبه من خبرة على المواقف الجديدة التي تعترض سبيله والتحديات التي تتطلب حلا ودراية وتخطيطا.

#### 4. الأسس التربوية:

- عملية التوجيه وعملية التعلم والتعليم عملية متممة ومكملة لبعضها البعض.
- مراعاة إشباع حاجات الفرد في كل مرحلة من مراحل نموه مع الأخذ بعين الاعتبار مستوى النضج عنده والأصول الثقافية والقيم الاجتماعية التي نشأ منها وترعرع.
- اعتبار عملية الإرشاد النفسي والتوجيه عملية تعلم ليستفيد منها الفرد في رسم طريقة في الحياة وتعميم ما اكتسبه من خبرة على المواقف الجديدة التي تعترض سبيله والتحديات التي تتطلب حلا ودراية وتخطيطا.

#### 5. الأسس التربوية:

- عملية التوجيه وعملية التعلم والتعليم عملية متممة ومكملة لبعضها البعض حيث عملية التوجيه تعطى للعملية التربوية دفعا لتجعلها أكثر فاعلية وعلى كل فإنه لا يمكن فصل العمليتين عن بعضهما البعض فهو يمد عملية التعليم بتقويم يستفاد في تطوير المناهج والطرائق التعليمية كما ساهم التوجيه في متابعة التلاميذ وإرشادهم مما يحقق لديهم القدرة على التوافق.
- تعاون أخصائي التوجيه مع المدرسين القائمين على شؤون المدرسة من الأمور الضرورية لإنجاح عملية التوجيه وتنشيط العملية التعليمية التربوية بصورة عامة.
- الاهتمام بالتلميذ على أنه فرد في جماعة في إطار منظم له حقوق واجبات اتجاه الجماعة واتجاه نفسه يعود بالدفع على الجميع.
- عملية التوجيه تشمل كل من يستطيع تقديم التوجيه للفرد سواء من داخل المدرسة أو من خارجها.
- ومن هنا كان لابد من مشاركة الآباء والمسؤولين والتنسيق بين تلك المشاركة والتعاون بين المدرسة من جهة وبين المؤسسات الاجتماعية والثقافية باعتبار التوجيه عملية تعلم مستمرة عبر مراحل عمر الإنسان فإنه من خلالها يتعلم الفرد إمكانيات التعايش مع الواقع وحل المشكلات واكتساب قيم واتجاهات. (عقيلة بودر، 2018، 2019، ص73)

- **الاستفادة من كل مصادر المجتمع:** إن برامج التوجيه تشرك في نشاطاتها كل من الأسرة والمجتمع مما يوطد العلاقة تبين المدرسة ومحيطها، ويساعد في تقديم تسهيلات لتفعيل التوجيه والعمل على استمرارية من خلال إسهامات الجميع، المكملة لعمل الأخصائيين القائمين على عملية التوجيه.
- **الاهتمام بالتلميذ كعضو في جماعة:** فوجد التلميذ في جماعة ليس مجرد الاحتكاك بل يتعدى ذلك إلى عملية تفاعل يتم فيها التأثير والتأثير بحيث يلعب كل فرد دوره الاجتماعية وهو يعمل جاهدا على مسايرة معايير جماعته ويؤكد حامد عبد السلام زهران على أن الفرد يشارك أعضاء جماعته للدوافع والميول والاتجاهات والقيم والمعايير والمثل ويتوحد معها وهي تؤثر في سلوك الفرد فتحدد مستويات طموحة وإطار المرجعي للسلوك. (عقيلة بودر، 2019، 2018، ص73-74)

### خلاصة

نستنتج في الأخير من خلال الدراسة أن مستشار التوجيه في الجزائر دور فعال في العملية التربوية وكذلك يعمل على مساعدتهم على اختيار الشعبة التي يرغبون فيها وذلك بالموازنة مع قدراتهم وإمكانياتهم والتغلب على الصعوبات التي تعترضهم في تعلمهم وفي الحياة المدرسية وحدث توافق بين قدرات التلميذ وميولاته مع هذه التخصصات فهذا يدل على مدى نجاح العملية توجيهية ومدى تلائمتها، ولهذا من الواجب على مستشار التوجيه العمل جاهدا مع التلاميذ والقيام بدوره من أجل مساعدة التلاميذ على بناء مشروعهم الدراسي.

## II. مستشار التوجيه

## 1- التعريف بمستشار التوجيه المدرسي و المهني:

مستشار التوجيه هو أحد موظفي قطاع التربية و التعليم، يسهر على تنفيذ برنامج التوجيه المدرسي المسطر من طرف مديرية التقويم و التوجيه و الاتصال، و هي أحد هياكل وزارة التربية الوطنية، و قد عرفه موريس روكلان Mourice Roucklin على أنه : (المسؤول الأول على تنفيذ عملية التوجيه المدرسي و المهني، وهو مختص في التوجيه، و يعتبر من أقدر الناس واكفائهم على جمع كافة المعلومات حول الطالب المراد توجيهه واستغلاله باعتماد مبادئ وتقنيات علم النفس). وقد عين مستشار التوجيه بصفته عضوا في الفريق التربوي للمؤسسة أي بالثانوية. و لمستشار التوجيه المدرسي والمهني مكتب بالثانوية مجهز بكل الوسائل التي يحتاجها في مجال عمله، و له مقاطعة للتدخل تتكون من مجموعة من الإكماليات و في بعض الحالات إلى جانب هذا تكون منضمة مقاطعة تدخله أكثر من ثانوية نظرا لشغور ذلك المنصب و تقدم له جميع التسهيلات عند القيام بعمله من الإطلاع على ملفات التلاميذ في جميع المستويات الإكمالية والثانوية(المنشور الوزاري رقم 91/1241/219 المؤرخ في 18 ديسمبر 1991).

## 2- الصفات الواجب توفرها في مستشار التوجيه:

تعتبر سلوكيات وتصرفات المرشدين يجب أن تتوفر في كل مرشد لفهم نفسه وفهم المسترشدين وهذا النوعية العلاقة الإرشادية والتوجيهية التي يجب أن تكون قوية بين المرشد والمسترشد ولكي ترتقي لذلك وجب توفر العديد من الصفات للمرشد أثناء هذه العلاقة وهي في الإجمال كالأتي :

**يقدم المرشد نفسه للمستلزم كنموذج:** فإذا كان هذا النموذج غير مطابق مع نفسه وفيه تناقض مع سلوكه، وكذلك فعالية معيقة مخادع لنفسه وغامض أيضا، هناك يتوقع أن يقلد العميل السلوك أما إذا كان المرشد أصيلا صادقا ومتطابق مع نفسه فعندما يكون العميل صادقا مع المرشد أثناء العلاقة الإرشادية.

- أن يكون المرشدون لديهم استعداد للتغير والمرونة بدلا من الثبات والجمود.

- توسيع وعيهم وإدراكهم لأنفسهم وكذلك الآخرين.

- أن يطور وأساليبهم الخاصة في الإرشاد ولا يقلدون أساليب الآخرين في الإرشاد بشكل ميكانيكي وحرفي. (عبد الفتاح سعيد، 2008، ص 15)

**الألفة:** يجب أن تتوفر من المرشد والمسترشد.

**الاستعداد المسبق:** أن يكون لدى المرشد اتجاه مسبق والرغبة في مساعدة المسترشد.

**مظهر المرشد:** إن مظهر المرشد ولبسه وجلسته وصوته تساعد على نجاح العملية الإرشادية.

- حسن الإصغاء والاستماع والتركيز والانتباه وقلة الحديث من قبل المرشد إلا في حالات الضرورة.

**الثقة المتبادلة:** وهذا يشعر المسترشد بالأمان على نفسه وأسراره والاسترخاء والاطمئنان.

**بشاشة الوجه:** تكن تابرا دون وجه بشوش إن كان الإنسان لا يستطيع أن يصافح الآخر و يده مطبقة وكيف يتعامل معه وجبهته مقبوضة.

**الزمن:** يجب أن نحدد الجلسة الإرشادية وهي بين نصف ساعة وساعة ويجب أن تكون الجلسات جدا ولا بعيدة أي جلسة كل أسبوع.

**المكان:** يجب أن تكون الجلسة في أماكن محددة كما أن تكون جلسة المسترشد صريحة. (دونابح، 2005، ص 35)

**السرية والخصوصية:** هي دليل على احترام المرشد للمسترشد.

**الاحترام:** إن الاحترام من الأمور المهمة في الجلسة الإرشادية وأهم عناصرها الاستجابة بما يقول له المسترشد.

**التسامح:** إن المرشد ليس سلطان أو سلطة بذلك فإن يتحول من نعمة إلى نعمة إذا أصبح كذلك.

أن تكون لدى المرشد مهارة التعامل مع الآخرين وكذلك ينتبه المرشد إلى الرسائل الغير لفظية كمشاعر المسترشد الانفعالية والمعتقدات وإدراكه لذاته والظروف المحيطة به.

يتمتع المرشد الفعال بفهم واضح لذاته : فهو ليس دفاعيا ولا يلجأ إلى تشويه الخبرات ويتعامل القلق بصورة منطقية ولذلك فهو يستطيع أن ينمي مثل هذه الخبرات لدى المسترشدين.

**محاولة فهم السلوك دون إصدار أحكام:** يحاول المرشد الفعال أن يفهم سلوك الآخرين دون أن يصدر عليهم أحكام قيمة.

**يحرص المرشد على الفعالية في التفكير:** فلا يطلق أحكاما مسبقة على الناس بسبب اللون أو الانتماء الجغرافي أو العرقي والديني، ويستعد عن التعصب في التعامل مع الناس. (نفس المرجع السابق)

- مراعاة الفروق الفردية واختلاف الثقافات بين المسترشدين أثناء تقديم العملية الإرشادية.
- الإخلاص في العمل وإنجازه على أكمل وجه دون قصور وإهمال عليه أن لا يتخطى حدود مهنته فلا يهمل المسترشد ولا يبالغ في الإهمال به ورعايته، كحل الواجبات المدرسية نيابة عن المسترشد بحجة مساعدته وحمايته من العقاب.
- العدل في التعامل مع المسترشدين والتجاوز عن أخطائهم وعدم التفرقة في معاملتهم لأي سبب كان .
- الالتزام بالاختلافات المهنة والمجتمع وقيمه. (سيف حاسم الأسدي، 2005، ص 554)

وتعتبر هذه الصفات من أهم العناصر في العملية الإرشادية، فالمرشد الذي لا تتوفر فيه هذه الصفات لا يصلح لأن يكون مرشدا لأن فرصة نجاحه كون ضعيفة.

## 2- الحاجة إلى مستشار التوجيه المدرسي والمهني :

يعتبر التوجيه من التعليمات التربوية الحديثة التي شهدتها الأنظمة التربوية ولقد أخذ الكثير من الاهتمام ولاسيما في مجال التربية، حيث أن ظهوره لم يكن وليس الصدفة بل كان نتيجة الحاجة إليه وسوف تعرض هذه الحاجات في العناصر التالية :

**1- الزيادة في عدد التلاميذ :**

بازدياد عدد التلاميذ نتيجة عدة مشكلات مدرسية، كالرسوب المدرسي، التسرب، الصف المدرسي ومشكلة التكيف سواء مع الوسط المدرسي أو مع الشعبة الموجه إليها. ( راوية حسن، 2001، ص 381)

كل هذه المشاكل وغيرها تطلب توفر منصب مستشار التوجيه الذي يستطيع بدوره أن يساعد التلميذ على التغلب أو التكيف مع المشكلة التي يتعرض لها.

**2-تنوع برامج التعليم الثانوي:**

أنشأت البرامج المتنوعة من التعليم الثانوي لتواجه أساسا الاحتياجات التربوية المختلفة القدرات والاهتمامات لدى التلاميذ، ويطالب التلاميذ بالاختيار من المواد الدراسية والأنشطة المختلفة التي يتلقونها في المدرسة الثانوية ومن ثم يصبح من الضروري حسن توجيههم في هذا الاختيار حتى يعود بالفائدة المرجوة من التلميذ والمدرسة والمجتمع، ومن هنا يعون للتوجيه بالذات أهمية كبرى في المدرسة.

**3-التقدم التكنولوجي السريع:**

أدى التقدم التكنولوجي السريع إلى ظهور الاختصاصات فتعددت مجالات العمل وتباينت مطالبها وشروط الدخول فيها. وبالتالي أدى إلى تعديل برامج تدريب الأيدي العاملة والتركيز على مستويات التربية وبرامج الدراسة حتى تخدم التنمية الاجتماعية وفرق العمل بتوفير الخريجين المناسب له، فهذه التغيرات أدت إلى ظهور مشكلات التكيف مع العمل ومشكلات التأهيل المهني المناسب.

**4-قصور الأسرة في مواجهة تحديات العمل:**

تميز المجتمع الحديث بتعقيد العلاقات والتغيير المستمر في الإطار الاقتصادي الاجتماعي وهذا جعل الأسرة لا نفي بمتطلبات تربية وتوجيه أبنائها بسبب كثرة إشغالاتها الخارجية وكذلك تفقد الحياة الاجتماعية إذ لم يعد كافيا توجيه الوالدين في هذا الإطار لا سيما إذا تصورنا بالنسبة للمجتمع العربي. نقشي الأمية وحمل الآباء في كثير من الأحيان، وبالتالي قصورهم في وجيه أبنائهم في المجالات المختلفة (النفسية، الاجتماعية، والتربوية). (وهيب سمعان محمد، محمد، منير مرسي، ص192).

**5- تطور الفكر التربوي:**

أدى هذا التطور إلى ظهور فكرة جديدة في مجال التربية تجعل التلميذ محورا أساسيا في العملية التربوية بلى التركيز على المادة الدراسية، ومنه تطورت نظريات على النفس، علم النفس، علم الاجتماع وعلوم التربية حتى تساهم في رفع مستوى التحصيل الدراسي للتلميذ، وتنمية شخصيته بشكل متكامل كل هذا أدى إلى عدم الاستغناء عن خدمات مستشار التوجيه وجعله عضوا فعالا في المؤسسة التربوية. (نفس المرجع السابق)

**3- وسائل عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني:**

تعتبر الوسائل مختلف الأدوات التي يستخدمها مستشار التوجيه في أداء مهامه وتساعده في تقديم أغلب النشاطات التربوية ويكون الهدف منها التكفل بالتلاميذ ومن أبرز هذه الوسائل ما يلي :

**1. البرنامج السنوي :** يعتبر البرنامج السنوي بمثابة السلسلة والمرج الأساسي في تقديم كل

النشاطات التي يقدمها مستشار التوجيه ويكون تصميمه بمركز التوجيه حسب الأهداف التي يحددها مدير المركز لكل نشاط وتوزيع أسابيع السنة الدراسية وهذا لا يمنع أن يضيف المستشار محاور خاصة بحياة المؤسسة التي تقيم بها خاصة وبمقاطعة تدخله عامة في ما يخص التكفل بإشكالية تربوية منبثقة مما لا خطة أثناء ممارستها لمهنية.

- وينجز البرنامج السنوي من طرف مستشار التوجيه في بداية السنة الدراسية.
- الأسبوع الأول والثاني من الدخول المدرسي.
- يضم البرنامج السنوي.
- ذكر المستوى.
- المحور.
- الأشهر.
- الأهداف الخاصة بمختلف النشاطات مع ذكر مدة برمجتها ومدة إنجازها.
- وهذا سنوضحه في الجدول الموالي :

جدول رقم (00) يمثل البرنامج السنوي

المحور	المستوى															
		سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر	جانفي	فيفري	مارس	أفريل	ماي	يون					
		1	2	3	4	5	6	7	8	9						

- يقوم مستشار التوجيه بإعداد 04 نسخ من البرنامج السنوي وتسليمه إلى كل منه:

- مفتش التربية والتكوين للتوجيه المدرسي والمهني.

- مدير مركز التوجيه المدرسي والمهني.

- مدير ثانوية أو متقن الإقامة.

- تحتفظ المستشار بالنسخة الرابعة.

ينطلق مستشار التوجيه في إنجاز النشاطات المبرمجة على مستوى المقاطعة ويجب عليه تقديم برنامج السنوي وتوضيحه لأعضاء الفريق التربوي والإداري، وذلك في مجالس بداية السنة الدراسية في الثانوي والإكمالية.

## II. البرنامج السنوي: تعتبر البرمجة الأسبوعية لنشاطات مستشار التوجيه أداة فعالة للتحكم في

تسيير الأعمال وحسن أدائها بصفة مستمرة، وعليه فإنها تتميز بارتباط عضوي مع البرنامج السنوي وبقية الوسائل التي سوف تعرض لها لاحقاً. (سامية زنانه، 2003، ص 2)

ويعتبر البرنامج الأسبوعي هو إحدى خلاصات البرنامج السنوي، وعلى المستشار أن يلتزم بما هو مبرمج في البرنامج الأسبوعي وتجسيده مبدئياً، وإذا وقع خلل في الإنجاز لا بد على المستشار أن يبرر في خانة التقويم وفي كراسه اليومي، ويبدأ في استدراك هذا التأخر في الأسبوع الموالي حتى يضمن الاستمرار لما هو مبرمج، لأن ضياع أي حلقة من الحلقات البرنامج الأسبوعي يسبب له عدم التوازن وعن وقع تنسيق البرنامج السنوي والأسبوعي يسبب له عدم التوازن، وإن وقع تنسيق البرنامج السنوي والأسبوعي والكراس اليومي التي تدون فيه كل النشاطات المنجزة والمبرمجة، فإن المستشار يجد نفسه يسير فوق لنظام منسجم ومنظم.

- ينجز البرنامج الأسبوعي مباشرة بعد الانتهاء من الجلسة التنسيقية بالمركز في 03 نسخ،

يحتفظ مستشار التوجيه بواحدة ويسلم النسختين المتبقيتين إلى كل مدير المركز التوجيه ومدير الثانوية أو المتقن حيث يوقعه ويكتب اسمه على كل نسخ، كما يجب أن تحمل النسخة إلى يحتفظ بها المستشار إمضاء مدير الثانوية وذلك لإطلاع علة نشاطات المستشار خلال الأسبوع. (نفس المرجع السابق).

### III. الكراس اليومي :

- هو المرآة العاكسة لعمل مستشار التوجيه، حيث يدون فيه كل النشاطات المنجزة لذلك يعتبر المرجع الأساسي لإعداد مختلف التقارير وتحريرها مثل التقارير الفصلية وتقارير حول النشاطات الكبرى.
- يتم تسجيل مختلف النشاطات على الكراس يوميا وأحسن فترة تكون في نهاية العمل من كل يوم حتى يتم وضع كل النشاطات في وقتها دون نسيانها أو تجاهلها وعلى الكراس اليومي أن يتضمن:

❖ التاريخ (اليوم، الشهر، السنة).

❖ المحور (مثل الإعلام، التوجيه، المتابعة...الخ).

❖ النشاطات المنجزة.

❖ التقييم.

### IV. سجل الاستقبالات :

- ويتقسم هذا السجل إلى أربع أجزاء وهي:
- أ. التلاميذ حسب مختلف مستوياتهم.
  - ب. الأولياء حسب شرائحهم الاجتماعية.
  - ت. الأستاذة حسب تخصصاتهم الدراسية.
  - ث. الجمهور الواسع غير المتمدرس.

ويستغل هذا السجل عند استقبال طالبي الإعلام بمكتب مستشار التوجيه، يسجل فيه الرقم الترتيبي، تاريخ الميلاد، لقب واسم الزائر، القسم أو المستوى الدراسي، إذا كان للتلميذ، العنوان الشخصي له، الطلب المقدم، كيفية التكفل بطالبي الإعلام والنموذج التالي يوضح ذلك :

الرقم	التاريخ	الاسم واللقب	القسم والمستوى	العنوان الشخصي	كيفية التكفل بطالبي الإعلام

**٧. كراس التكوين:**

يجب على كل مستشار أن يكون بحوزته كراس للتكوين الفردي من خلال سجله لمختلف الملتقيات التكوينية الجمهورية التي تنظمها المفتشة العامة للتوجيه المدرسي والملتقيات التكوينية بالمركز والزيارات التكوينية للمفتش العام للتربية والتكوين للتوجيه المدرسي من أجل الاستفادة منها.

الإطار المكاني لعمل مستشار التوجيه :

تحدد النصوص القانونية مهام مستشار التوجيه كما تحدد كيفية أداءه لهذه المهام والإطار المكاني لعمله المؤسسات التي يتردد عليها اتحاد أداء أعماله وتتمثل هذه المؤسسات في مركز التوجيه المدرسي والمهني، الثانوية والاكاديمية

**1. مركز التوجيه المدرسي والمهني :** وهو مركز عمومي يقدم خدمات تربية إعلامية للجمهور

الواسع والجمهور المدرسي على وجه التحديد كما أن الخدمة المقدمة فردية وجماعية وتتم بالتنسيق مع مراكز التكوين المهني ومؤسسات لإنتاج والشغل ومؤسسات التعليم فهو يشكل نقطة الالتقاء من عالم الدراسة والتكوين وعالم الشغل ويوجد في كل ولاية على الأقل مركز للتوجيه ، يوضع تحت وصاية مديرية التربية للولاية يسيره مدير له رتبة مفتش التوجيه المدرسي والمهني يعمل تحت سلطة طاقم إداري لتأمين السير الإداري لمركز وطاقم تقني يشكل من مستشاري التوجيه المدرسي والمهني.

**2. الثانوية:** إن التعليم الثانوي معد لاستقبال التلاميذ تعد نهاية التعليم الأساسي (المتوسط) وفقا

لشروط تحددها وزارة التربية الوطنية، ومهنته زيادة على مواصلة المهمة التربوية المسندة إلى المدرسة الأساسية ودعم المعارف المكتسبة.

مدة التعليم الثانوي ثلاث سنوات تأخذ السنة الأولى شكل الجذع المشترك، وينقسم التعليم الثانوي إلى تعليم ثانوي عام وتكنولوجي وتعليم ثانوي تقني.

وفقا للمنشور الوزاري رقم (219) المؤرخ في 18 سبتمبر 1991 تم تعيين مستشار التوجيه المدرسي والمهني بالثانويات من أجل الاهتمام بالتلميذ وتحسين مردود المؤسسة التربوية ككل. (تركي رابع، 1989، ص126)

3. **الإكتمالية:** تمتد المدرسة الأساسية على أربع سنوات، تعتبر حجر الزاوية في بناء منظومة تربوية والتكوين، كما أن إدراج التقنيات المتعددة في هذا المستوى يمثل عنصر أساسي في تحديث التعليم الأساسي. (زرهوني الطاهر، 1991، ص9)

يمر التلميذ في هذه المرحلة بحدثين أساسيين أو انتقاله إلى الإكتمالية وهذا الانتقال يمكن أن يولد لدى التلميذ نوع من عدم التكيف وهذا ما يتطلب تدخل مستشار التوجيه، أم الحدث الثاني الذي يمر به التلميذ هو انتقاله إلى الثانوي حيث يواجه لأحد الجذوع المشتركة الثلاث، ويختار الخدع يتلائم مع قدراته الدراسية، يقدم المستشار مجموعة من الحصص الإعلامية الموزعة خلال السنة الدراسية. (نفس المرجع السابق)

#### 4-الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني :

يواجه المرشد صعوبات تعيق عمله الإرشادي والتوجيهي خاصة في أدائه لمهامه نصفها كما يلي :

##### ❖ صعوبات مادية:

أ. **ما يتعلق بصعوبات العمل :** نظرا لأن المرشد لا تتوفر لديه وسائل العمل اللازمة لتأديبه مهامه بالشكل المطلوب منه كجهاز الإعلام الألي مثل نظر لكثرة طبعه وتصوره للوثائق مثل برنامج السنوي لمتابعة نتائج التلاميذ...الخ، بالإضافة إلى تنقله خاصة إلى الأماكن والمقطعات البعيدة. (براهمية صونيا، 2006، ص63)

ب. **اتساع مقاطعة التدخل :** نظرا لأن المرشد يعمل في الثانوية ومجوع المتوسطات فإنه يتعامل مع مجموعة كبيرة من التلاميذ، ضف إلى ذلك فهو يهتم بربط وبناء العلاقة مع الهيئة التدريسية وأولياء التلاميذ ونشاطاته والتقليص من فعاليته.

❖ **صعوبات متعلقة بالمرشد نفسه:**يتعرض المرشد إلى مشكلات تذيب عمله الإرشادي يكون

هو المتسبب فيها مما تجعله يجد في عمله صعوبة نذكر منها ما يلي :

- عدم توفير دافعية العمل وعدم الاقتناع من قدراته.

- صغر سمن المرشد وقلة خبرته بالنسبة للمعلمين وأولياء أمورهم.
- عدم تمسكه بإختلافات المهنة.
- نقص التدريب والمؤهل الذي يحمله. (نفس المرجع السابق، ص 63)
- ❖ **صعوبات متعلقة بالطلاب :** هناك العديد من الصعوبات تواجه المرشد مصدرها راجع للطلبة نذكرها في نقاط متمثلة في :
  - عدم التزام الطلبة بتنفيذ الخطة العلاجية.
  - عدم وجود وقت كافي للطلبة للذهاب للمرد.
  - عدم ذهاب الطلبة للمرشد خوفا من أن يراهم أحد الزملاء.
  - عدم وضوح دور المرشد لدى الطلبة.
  - عدم ثقة الطلاب بالمرشد في المدرسة وتفضيلهم الاعتماد على أنفسهم في المشاكل التي تواجههم.
- ❖ **صعوبات متعلقة بالمدير والمعلمين:** ومثل هذه الصعوبات تأثر سلبا على شخصية المستشار وتحد من فعالية ودافعية للعمل وتتمثل في:
  - عدم الإشراف والمتابعة لعمل المستشار بشكل مستمر.
  - التسلط والتسيب من قبل الإدارة.
  - تكفل المرشد بمهام إدارية ليست من مهامه.
  - عدم مشاركة المدير في تنفيذ برامج الإرشاد وتقسيمها.
  - الممارسة السلبية أثناء اجتماعه مع الأهل والمعلمين.
- ❖ **صعوبات متعلقة بالتدريس والإشراف:** وتتمثل في النقاط التالية :
  - قلة تبادل الرأي والخبرة، سن المرشدين.
  - قلة الورشات المدرسية للمرشد وتدني تدريب المرشدين على استخدام التقنيات الحديثة كالحاسوب.
  - قلة الدورات التدريبية للمرشد خاصة التطبيقية.
- ❖ **صعوبات متعلقة بالأهل والمجتمع:** حرصت المؤسسات على ربط العلاقة بأولياء التلاميذ وذلك عن طريق جمعه أولياء التلاميذ وهذا ما لا نجده في متوسطاتنا، ويعود أساسا ما يلي :

- عدم إيمان الأهل بالإرشاد باعتبارهم بأنه إذاعة الأسرة الخاصة.
  - عدم معرفتهم بطبيعة العملية الإرشادية.
  - تدني توقعاتهم عن الخدمات التي يقدمها المرشد التربوي.
  - عدم تعاونهم مع المرشد وحل قضايا الطلبة.
- ❖ **صعوبات متعلقة بظروف العمل:** يعرف المرشد التربوي بتشبع مهامه وضخامة عمله الإداري وتزايد انشغالاته مما جعلنا نحصرها فيما يلي:
- عدم توفير الاختبارات والمقاييس لتشخيص مشكلة الطلبة.
  - كثرة الأعباء والمسؤوليات.
  - عدم توفر مواعيد منظمة (الجلسات الإرشادية وحصص التوجيه).
  - عدم توفر المراجع الإرشادية في مكتبات المدرسة. ( نفس المرجع السابق، ص 64)

## 5- مهام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني:

لقد تعددت مهام مستشار التوجيه في مجال عمله في المنظومة التربوية والمحددة من خلال المنشور الوزاري رقم 827.91 المؤرخ في 13 نوفمبر 1991 المتضمن تحديد مهام المستشارين والمستشارين الرئيسيين في التوجيه المدرسي والمهني ونشاطاتهم في المؤسسات التعليمية بالثانويات بالإضافة إلى المنشور الوزاري رقم 91/1241/219 بتاريخ 18 سبتمبر 1991 هذه جاءت لتحديد المهام وبعدها جاءت مهام أخرى ومهام معدل ويوضح مهام أخرى جاء بها الدليل المنهجي للإرشاد المدرسي بتاريخ جانفي 2015 بالإضافة إلى مهام ونشاطات أخرى مدرجة في البرنامج السنوي التقديري للنشاطات وتكون حسب إمكانيات قطاع تدخل مستشاري التوجيه وهذه المهام والنشاطات جاءت في ثلاث محاور، محور خاص بالإعلام المدرسي ومحور خاص بالمتابعة والتوجيه والإرشاد ومحور خاص بالتقويم والدراسات وهي كالتالي:

### 1. محور الإعلام المدرسي والاتصال: لا يمكن فصل الإعلام المدرسي عن الفعل التربوي

لأنه جزء لا يتجزأ منه وتربطه علاقة وطيدة بالتوجيه والإرشاد المدرسي والمهني فهو الركيزة الأساسية التي يبقى عليها إذ يمكن التلميذ من اكتساب مجموعة من المعارف والمعلومات حول المسار الدراسي والمهني التي تنمي قدراته ومهاراته وتساعده على اتخاذ القرارات

السليمة، بناء مشروع الشخصي وهو ركن من الأركان الأساسية الذي بواسطته يتم الارتقاء بالتلميذ إلى مستوى الاختيار واتخاذ القرارات المناسبة فيما يخص مستقبله الدراسي والمهني وحتى الاجتماعي وعن طريقه تنفتح المدرسة على المحيط الخارجي، الاجتماعي، الاقتصادي والثقافي وهو وسيلة يتعرف من خلالها التلميذ على المنطلقات والمنافذ المدرسية والمهنية ومستلزمات كل شعبة في التعليم الثانوي وما يتبعها من منافذ جامعية. ( الدليل المنهجي للإرشاد المدرسي، 2015، ص08)

ومن أهم الأنشطة والمهام نجد:

- تنشيط حصص إعلامية جماعية وتنظيم لقاءات بين التلاميذ والأولياء والمتعاملين المهنيين طبقاً لبرنامج تعد بالتعاون مع مدير المؤسسة المعنية.
- تنظيم حملات إعلامية حول الدراسة والحرف والمنافذ المهنية المتوفرة في عالم الشغل.
- تنشيط وإثراء وتحيين مكتب الإعلام والتوثيق في مؤسسات التعليم وإقامة مناوبات بغرض استقبال التلاميذ والأولياء والأساتذة. (المنشور الوزاري رقم 872.91 المؤرخ في 13 نوفمبر 1991)
- التنسيق مع مصالح التكوين المهني بخصوص المكاتب المشتركة للإعلام والتوجيه.
- إعلام تلاميذ السنة الأولى متوسط في إطار الإرشاد المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط.
- إعلام تلاميذ السنة الثالثة متوسط حول أهمية السنة الرابعة ومرافقتهم في بلورة مشروعهم الشخصي.
- إعلام الأولياء والأساتذة بهدف إشراك الأولياء في بناء المشروع الشخصي لأبنائهم وتعريفهم بإجراءات القبول والتوجيه.
- تقديم حصص إعلامية لفائدة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي حول التحضير النفسي لشهادة البكالوريا والتحضير التقني والتربوي للتلاميذ قصد اجتياز امتحان البكالوريا بنجاح.
- تحضير تنظيم وتقييم الأسبوع الوطني للإعلام والأبواب المفتوحة على التعليم ولتكوين المهنيين ومؤسسات التعليم العالي والبحث العلمي. (الدليل المنهجي للإرشاد المدرسي، 2015، ص8، ص9)
- تنظيم زيارات إعلامية في الميدان لفائدة التلاميذ تحت إشراف إدارة المؤسسات التكوينية والمعاهد
- تقييم مدى تأثير عملية الإعلام في الوسط المدرسي.

- إقامة ودعم الاتصال المباشر مع التلاميذ عن طريق المقابلة. (المنشور الوزاري رقم 219/1241 / 91 المؤرخ في 18 سبتمبر 1991)

بالإضافة إلى هذه النشاطات والمهام نجد:

- المشاركة في الاستقصاء الوطني حول إمكانيات التكوين المحلي وإعداد دليل مؤسسات التكوين.
- إعلام تلاميذ السنة الرابعة متوسط حوا إجراءات القبول والتوجيه إلى مرحلة التعليم ما بعد الإلزامي والمسارات الدراسية والتكوينية.
- إعلام تلاميذ السنة الأولى ثانوي حول إجراءات القبول والتوجيه إلى السنة الثانية ثانوي من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي.
- استقبال الجمهور الواسع (المتدرس وغير المتدرس) والرد على التساؤلات والانشغالات في حدود اختصاص مقاطعة التدخل.

## 2. محور المتابعة والتوجيه والإرشاد: دراسة رغبات التلاميذ على مستشار التوجيه

المدرسي والمهني أن يعمل على فهم أكثر لرغبات التلميذ ولا يكتفي بالتصحيح الظرفي لها ويأخذ بعين الاعتبار ذلك المسار الطويل الذي سلكته هذه الرغبة قبل أن تدون بالبطاقة مع ضرورة إشراك أولياء هذا النشاط.

التكفل بالتلاميذ متأخرين دراسيا يتم حصر التلاميذ المتأخرين دراسيا من واقع النتائج المدرسية ثم تسجيلهم في سجل خاص لمتابعتهم والوقوف على مستوياتهم والتعرف على الأسباب والعوامل التي أدت إلى التأخر الدراسي .

- التكفل ومرافقة التلاميذ المعيدين ومكرري الرسوب.
- التكفل بفئة المتفوقين والموهوبين وهم التلاميذ الذين يحصلون على تقديرات ممتازة ف جميع المواد الدراسية ويحتجون إلى رعاية خاصة وخدمات إرشادية مميزة للحفاظ على مستواهم الدراسي وتنمية ملكاتهم. (الدليل المنهجي للإرشاد المدرسي، 2005، ص12)
- القيام بالإرشاد النفسي والتربوي قصد مساعدة التلاميذ على التكيف مع النشاط التربوي.

- إجراء الفحوصات النفسية الضرورية قصد التكفل بالتلاميذ الذين يعانون من صعوبات ومشاكل دراسية (مخاطر للاستعمال السيئ للتكنولوجيا لإعلام والاتصال الانترنت والهواتف الذكية)، (سوء إدارة الوقت، التمر، العنف، غياب مشروع الشخصي).
- المساهمة في عملية استكشاف التلاميذ المتخلفين مدرسيا والمشاركة في تنظيم التعليم المكيف ودروس الاستدراك وتقييمها.
- يطلع مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في إطار تأدية مهامه على ملفات التلاميذ المدروسة وعلى جميع المعلومات التي تساعد على ممارسة وظائفه.
- معاينة ملفات تلاميذ السنة الرابعة متوسط لضبط حاجيات المرافقة.
- تطبيق واستغلال إسيان لميول ولاهتمامات في السنتين الرابعة متوسط والأولى ثانوي.
- تحضر وإنجاز ملف التوجيه المسبق إلى السنتين الأولى والثانية ثانوي.
- العمل ضمن خلايا الإصغاء والمتابعة النفسية والتربوية حسب منهجية العمل المحددة.
- التكفل بعملية مراجعة قرارات مجالس القبول والتوجيه.
- إجراء مقابلات إرشادية للتكفل بالتلاميذ الذين يعانون من صعوبات ومشاكل دراسية تعيق السير الحسن لدراساتهم. (البرنامج السنوي التقديري للنشاطات مستشار التوجيه غير منشور)
- 3. محور التقويم والدراسات :** تشخيص المكتسبات القبلية بحيث تتم مراقبة مكتسبات المتعلمين القبلية وتحليل حاجاتهم من أجل ضمان انطلاقة صحيحة وسليمة لعملية التدريس لملائمة الطريقة المتبعة والوسائل والمحتوى والمضمون لمستوى المتعلمين المستهدفين.
- متابعة التطور المدرسي للتلميذ من خلال تحليل وتقييم نتائج الامتحانات الرسمية والفصلية باستعمال الأدوات الإحصائية الوضعية والتحليلية لاستنتاج المعطيات المتحصل عليها وتفسيرها وتشخيص مواطن الضعف والقوة واقتراح التدابير العلاجية المناسبة لها للرفع من النوعية.
- التنسيق بين الأطوار الهدف من هذه العملية إقامة جسر للتعاون والتنسيق بين مختلف مراحل التعليم والمتدخلين من أجل تحسين الفعل التربوي ورفع مستوى التعليم وتكمن مهمة مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي في تحضير وتنشيط العملية والإشراف عليها (تنظيم اجتماعات تنسيقية بين الأطوار). (الدليل المنهجي للإرشاد المدرسي، 2015، ص14)
- إنجاز التقارير الدورية عن النشاطات التقنية للمركز فصلية وسنوية.

- انجاز البحوث والدراسات الميدانية والاستقصاءات المطلوبة من الوصاية ذات الطابع المحلي والمركزي في إطار مردود المنظومة التربوية وتحسينه. (البرنامج السنوي التقديري لنشاطات مستشار التوجيه غير منشور)
- المساهمة في تحليل المضامين والوسائل التعليمية.
- القيام بالدراسات والتحقيقات التي تكتسي أهمية في مجال البحث البيداغوجي.
- متابعة نشاطات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني المبتدئين والإشراف عليها في إطار التكوين المتواصل. (المنشور الوزاري رقم 827.91 المؤرخ في 13 نوفمبر 1991)
- تحليل النتائج المدرسية لتلاميذ السنة الأولى ثانوي في مختلف الفروض والاختبارات ومن خلال تلك الدراسة توزيع التلاميذ في كل الجذوع المشتركة حسب المواد والأقسام قصد المشاركة في مجالس التنسيق والمتابعة في تعليم كل مادة.
- دراسة واستثمار نتائج عمليات التقويم التربوي والمساهمة في تنظيم كيفية وطرق إنجازها. (المنشور الوزاري رقم 19/1241/219 المؤرخ في 18 سبتمبر 1991)
- 4. **المعايير الأخلاقية لدى مستشار التوجيه المدرسي:** يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يتمتع بصلاحيات واسعة داخل المؤسسات التربوية التي يعمل بها فيجب أن يتخلى لمعايير علمية وأخلاقية أثناء قيامه بالعملية التوجيهية والإرشادية والتي تقوم بتوضيحها كالتالي: (حورية قدور، 2017، 2018، ص45)
- **العلم:** أن تتوفر لدى المرشد التربوي بعض الخصائص الشخصية والمهارات المهنية كالإلمام بالمعارف العلمية المتخصصة في مجال التوجيه والإرشاد وخدماته الزمانية والوقائية والعلاجية التي تقدمه على فهم السلوك والقدرة على تفسيره.
- أن تتوفر فيه القدرة على تطبيق الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتفسير نتائجها.
- العمل مستمر على بناء قاعدة لتطوير قدراته كمختص من خلال التطور في العمل والشهادة والدراسة.
- يطور قدراته المعرفية والمهارية في التوجيه والإرشاد عن طريق.
- أن تتوفر فيه القدرة على توجيه مسار العملية الإرشادية بما يحقق عمله الإرشادي.
- **الخبرة والمهارة:** تمثل الخبرة الجانب الأدائي في عملية الإرشاد ومن أبرز المهارات المرتبطة بالخبرة ما يلي :

تكوين العلاقات الإرشادية والتي تشمل على مهارات الملاحظة والإصغاء والتعبير وتكوين الألفة وتوفير البيئة الآمنة ثم مهارة دراسة المشكلة وتشخيصها وإعداد الأهداف.

اختيار طريقة الإرشاد وتقويم العملية الإرشادية ومهارة إنهاء العلاقة حيث على المرشد أن ينهي القيام بأي عمل من شأنه المساس بسمعة المهنة مثل: إدعاء مهارة ليست له ممارسة طرق يعلم أنها ليست ذا فعالية الدعاية لنفسه في صورة غير مألوفة الخروج بالعلاقة المهنية عن حدودها كذلك من جهة أخرى يجب عليه أن يحترم زملاءه في المهنة وأن لا ينال منهم بالتجريح وأن لا يدخل في صراعات مهنية.

- **السرية:** تمثل هذه النقطة أهمية بالغة في العملية الإرشادية حيث أن سرية المعلومات واجب وأمانة على المرشد أي أنها واجب عليه وحق من حقوقه وليس للمرشد الحق في تسجيل أية معلومات عم المرشد إلا بعد الاستئذان منه والمعلومات تكون سرية على الجميع حتى على رجال القانون ولا يمكن أن يباح بأي سر إلا بتصريح من المسترشد ويكون هذا التصريح كتابيا والسرية هنا نسبية ليست مطلقة تمام وتتوقف على طبيعة المعلومات وهناك معلومات لا يمكن أن تعتبرها سرية ولا تؤثر على خصوصيات المسترشد يمكن البوح إذا استوجب الأمر.

- **رعاية مصلحة المسترشد:** أن يساعد المسترشد للوصول إلى الأمان وأن يبذل المرشد كل ما بوسعه لمساعدته على النمو والنجاح وتجاوز المشكلات وتصحيح الأخطاء الإدراكية والسلوكية وتحسين مشاعره وتدني القيم الإيجابية وهو في جانب موقفه الإرشادي عليه أن يدافع عن مصالح المسترشد ويمنع أي أذى قد يلحق به وأن يراعي إعداده للتقارير ما أو تمن عليه من قبل المسترشد. (حورية قدور، 2017، 2018، ص45)

- **العلاقة التوجيهية:** العلاقة التوجيهية سواء بين مستشار التوجيه أو بينهم وبين التلاميذ الذين يتعاملون معهم تعتبر من المعايير والضوابط الحيوية والجوهرية في العملية التوجيهية لأنه في إطارها يحدث لانفتاح المطلوب من أي تلميذ يطلب المساعدة وخاصة عندما يكون قد اكتسب ثقة في لموجة حيث يبدأ في تحدث عن مشكلاته وظروفه وخصوصياته واتجاهاته وأفكاره وسلوكياته ومشاعره بشكل من الصراحة ولهذا فلكي تبدأ العملية التوجيهية بداية سليمة فإن على مستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يدرك بدوره ومسؤوليته اتجاه كل تلميذ وكذا بالنسبة إلى

المهنة التي ينتسب إليها لأنه مطالب بأن يشارك بعمله وخبرته ومهاراته وصفاته الشخصية واتجاهاته وقيمه. ( جورية قدور، 2017، 2018، ص47)

- **كرامة المهنة:** يتطلب من المرشدين أن يتجنبوا كل ما يسيء إلى المهنة وسمعتها حيث أن المرشد في سبيل المحافظة على كرامة المهنة التي ينتمي إليها يمتنع عن التورط في أي عمل ينهي عنه الدين والخلق وتجربة الأنظمة المعمول بها وهو يدرك ويحترم حقوق الإنسان الذي يعمل معه وأنه يعمل على وقايته من الأخطار التي تحيط بها وإن علم المرشد أن من بين المستغلين أو يخالف الضوابط الأخلاقية المتعارف عليها في ممارسة المهنة فإنه يتخذ القرار المناسب الذي يبدأ بتحديد مواطن الخطر ثم القيام بإخبار الجهات المعنية لإزاحة الخطر عن المرشدين والحفاظ على المهنة.

- في سبيل المحافظة على كرامة المهنة يسعى المرشد بكل ما يملكه إلى رفع أدائه يطلب العلم واكتساب المهارة بالإضافة إلى الميدان الذي يعمل فيه والإخلاص في عمله والتعاون مع زملائه.

#### - المعايير الأخلاقية لدى مستشار التوجيه المدرسي:

- يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يتمتع بصلاحيات واسعة داخل المؤسسات التربوية التي يعمل بها فيجب أن يتخلى لمعايير علمية وأخلاقية أثناء قيامه بالعملية التوجيهية والإرشادية والتي تقوم بتوضيحها كالتالي: (جورية قدور، 2018، ص45)

- العلم: أن تتوفر لدى المرشد التربوي بعض الخصائص الشخصية والمهارات المهنية كالإلمام بالمعارف العلمية المتخصصة في مجال التوجيه والإرشاد وخدماته الزمانية والوقائية والعلاجية التي تقدمه على فهم السلوك والقدرة على تفسيره.

- أن تتوفر فيه القدرة على تطبيق الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتفسير نتائجها.

- العمل مستمر على بناء قاعدة لتطوير قدراته كمختص من خلال التطور في العمل والشهادة والدراسة.

- يطور قدراته المعرفية والمهارية في التوجيه والإرشاد عن طريق.

- أن تتوفر فيه القدرة على توجيه مسار العملية الإرشادية بما يحقق عمله الإرشادي .

- الخبرة والمهارة: تمثل الخبرة الجانب الأدائي في عملية الإرشاد ومن أبرز المهارات المرتبطة بالخبرة ما يلي:

- تكوين العلاقات الإرشادية والتي تشمل على مهارات الملاحظة والإصغاء والتعبير وتكوين الألفة وتوفير البيئة الآمنة ثم مهارة دراسة المشكلة وتشخيصها وإعداد الأهداف.
- اختيار طريقة الإرشاد وتقييم العملية الإرشادية ومهارة إنهاء العلاقة حيث على المرشد أن ينهي القيام بأي عمل من شأنه المساس بسمعة المهنة مثل: إدعاء مهارة ليست له ممارسة طرق يعلم أنها ليست ذا فعالية الدعاية لنفسه في صورة غير مألوفة الخروج بالعلاقة المهنية عن حدودها كذلك من جهة أخرى يجب عليه أن يحترم زملاءه في المهنة وأن لا ينال منهم بالتجريح وأن لا يدخل في صراعات مهنية.
- السرية: تمثل هذه النقطة أهمية بالغة في العملية الإرشادية حيث أن سرية المعلومات واجب وأمانة على المرشد أي أنها واجب عليه وحق من حقوقه وليس للمرشد الحق في تسجيل أية معلومات عم المرشد إلا بعد الاستئذان منه والمعلومات تكون سرية على الجميع حتى على رجال القانون ولا يمكن أن يباح بأي سر إلا بتصريح من المسترشد ويكون هذا التصريح كتابيا والسرية هنا نسبية ليست مطلقة تمام وتتوقف على طبيعة المعلومات وهناك معلومات لا يمكن أن تعتبرها سرية ولا تؤثر على خصوصيات المسترشد يمكن البوح إذا استوجب الأمر.
- رعاية مصلحة المسترشد: أن يساعد المسترشد للوصول إلى الأمان وأن يبذل المرشد كل ما بوسعه لمساعدته على النمو والنجاح وتجاوز المشكلات وتصحيح الأخطاء الإدراكية والسلوكية وتحسين مشاعره وتدني القيم الإيجابية وهو في جانب موقفه الإرشادي عليه أن يدافع عن مصالح المسترشد ويمنع أي أذى قد يلحق به وأن يراعي إعداده للتقارير ما أو تمن عليه من قبل المسترشد. (حورية قدور، 2018، ص45)
- العلاقة التوجيهية: العلاقة التوجيهية سواء بين مستشار التوجيه أو بينهم وبين التلاميذ الذين يتعاملون معهم تعتبر من المعايير والضوابط الحيوية والجوهرية في العملية التوجيهية لأنه في إطارها يحدث لانفتاح المطلوب من أي تلميذ يطلب المساعدة وخاصة عندما يكون قد اكتسب ثقة في لموجة حيث يبدأ في تحدث عن مشكلاته وظروفه وخصوصياته واتجاهاته وأفكاره وسلوكياته ومشاعره بشكل من الصراحة ولهذا فلكي تبدأ العملية التوجيهية بداية سليمة فإن على مستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يدرك بدوره ومسؤوليته اتجاه كل تلميذ وكذا بالنسبة إلى المهنة التي ينتسب إليها لأنه مطالب بأن يشارك بعمله وخبرته ومهاراته وصفاته الشخصية واتجاهاته وقيمه. (حورية قدور، 2017، 2018، ص47)

- - كرامة المهنة: يتطلب من المرشدين أن يتجنبوا كل ما يسيء إلى المهنة وسمعتها حيث أن المرشد في سبيل المحافظة على كرامة المهنة التي ينتمي إليها يمتنع عن التورط في أي عمل ينهي عنه الدين والخلق وتجربة الأنظمة المعمول بها وهو يدرك ويحترم حقوق الإنسان الذي يعمل معه وأنه يعمل على وقايته من الأخطار التي تحيط بها وإن علم المرشد أن من بين المستغلين أو يخالف الضوابط الأخلاقية المتعارف عليها في ممارسة المهنة فإنه يتخذ القرار المناسب الذي يبدأ بتحديد مواطن الخطر ثم القيام بإخبار الجهات المعنية لإزاحة الخطر عن المرشدين والحفاظ على المهنة.

- - في سبيل المحافظة على كرامة المهنة يسعى المرشد بكل ما يملكه إلى رفع أدائه يطلب العلم واكتساب المهارة بالإضافة إلى الميدان الذي يعمل فيه والإخلاص في عمله والتعاون مع زملائه.

- نستنتج في الأخير من خلال الدراسة أن مستشار التوجيه دور فعال في عملية التوجيه في العملية التربوية وكذلك يعمل على مساعدتهم على اختيار الشعبة التي يرغبون فيها وذلك بالموازنة مع قدراتهم وإمكانياتهم والتغلب على الصعوبات التي تعترضهم في تعلمهم وفي الحياة المدرسية وحدث توافق بين قدرات التلميذ وميولاته مع هذه التخصصات فهذا يدل على مدى نجاح العملية توجيهية ومدى تلائمها، ولهذا من الواجب على مستشار التوجيه العمل جاهداً مع التلاميذ والقيام بدوره من أجل مساعدة التلاميذ على بناء مشروعهم الدراسي.

### خلاصة الفصل :

إن مستشار التوجيه المدرسي يعمل على تقديم كل الخدمات التي تساعد التلميذ في مساره الدراسي والمهني وإدماجه في محيطه الدراسي والمهني، ويساعده على تقبل ذاته وتقييمها واكتشاف قدراته واستعداداته واتخاذ القرار السليم في شأن مشروعه الدراسي ، وزعم كل الصعوبات التي تواجهه ونقص في مختلف الوسائل التي يعتمد عليه في أداء مهامه تبقى عملية التوجيه والإرشاد أحد المهن التي وجدت لخدمة الأفراد، ومساعدتهم.



## الفصل الثالث :قلق الامتحان

-تمهيد

### .IV. القلق

1- مفهوم القلق.

2-أنواع القلق.

3-أعراض القلق

4-أسباب القلق

5-مصادر القلق

6-مكونات القلق

7-مظاهر القلق

8-نظريات القلق

9-طرح علاج القلق

خلاصة الفصل

### .V. قلق الامتحان

(1)-مفهوم قلق الإمتحان:

(2)- تصنيف قلق الإمتحان :

(3) -أسباب قلق الإمتحان:

4-مظاهر قلق الإمتحان:

(5)-النظريات المفسرة لقلق الإمتحان :

(6)-عوامل قلق الإمتحان:

(7) -مراحل القلق أثناء الإمتحان :

(8)-طرق قياس قلق الإمتحان :

(9)-الإجراءات و الأساليب لإرشادية لخفض قلق الإمتحان :

### .VI. التعليم الثانوي

1-مفهوم التعليم الثانوي:

2-تعريف مؤسسة التعليم الثانوي:

3-أهداف التعليم الثانوي:

4-نشأة التعليم الثانوي وتطوره:

5-التحولات التي عرفتھا المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي:

6-مجالات و فروع التعليم الثانوي:

7-مبادئ التعليم الثانوي:

8-مميزات التعليم الثانوي:

9-التنظيم الإداري لمؤسسة التعليم الثانوي:

خلاصة

**تمهيد:**

يعتبر قلق الإمتحان من المواضيع المهمة التي تؤثر على التلاميذ سلبيا أو إيجابيا، فالقلق الذي ينتاب التلاميذ قبل و بعد الإمتحان هو أمر طبيعي وسلوك عرضي مألوف و يعد و يعد دافعا إيجابيا و هو مطلوب لتحقيق الدافعية نحو الإنجاز المثمر، أما إذا أخذ أعراض غير طبيعية كعدم النوم وفقدان الشهية و فقدان التركيز أثناء الإمتحان فإن هذه الأعراض و غيرها تترك التلميذ و تعرقل أدائه المطلوب وهذا ما يسمى بقلق الإمتحان.

**I. القلق****1- مفهوم القلق:**

عرفته "هورني" أن القلق استجابة انفعالية موجهة إلى المكونات الأساسية للشخصية، و تعتقد أن البيئة التي يعيش فيها الفرد تساهم في نشأة القلق لما بها من تعقيدات و تناقضات تبعث فيه القلق.

(دانيا الشبؤون، 2011، ص79)

القلق هو انفعال إنساني يظهر كرد فعل طبيعي و كميكانيزم تكيفي اتجاه المواقف المهددة لحياة الفرد. (نيفين عبد الرحمان ، 2014، ص18)

تعريف أحمد عبد الخالق:

القلق هو شعور عام بالخشية و أن هناك مصيبة على وشك الوقوع أو تهديد غير معلوم المصدر مع شعور بالتوتر و الشد و خوف من الناحية الموضوعية و غالبا ما يتعلق هذا بالمستقبل المجهول ، كما يتضمن القلق استجابة معرفية مبالغ فيها لمواقف لا تمثل خطرا حقيقيا . (حسين فايد، 2001، ص246)

القلق هو حالة نفسية تحدث عندما يشعر الفرد بالرعب المستمر أو بخطر يهدده و هو ينطوي على توتر تصحبه انفعالات فيزيولوجية . (صالح حسن الدايري، 2005، ص327)

**2 - أنواع القلق:****1- القلق الموضوعي:**

يرى غالب (2000) أن القلق الموضوعي هو عبارة رد فعل لإدراك خطر خارجي يتوقعه الفرد أو يراه مقدما كما هو الحال في قلق التلميذ المتعلق بالتحصيل مثلا، أو قلق الفرد المتعلق بالنجاح في عمل جديد .

فالقلق الموضوعي خبرة انفعالية مؤلمة تنتج عن إدراك مصدر خطر في البيئة التي يعيش فيها الفرد إذ أن إدراك الفرد لوجود الخطر هو ما يثير القلق عند الفرد .

**2- القلق العام:**

يرى (كفافي، 1999) بأن القلق النفسي العام هو بمثابة استعداد عام لدى الفرد يؤدي إلى معاناة من القلق الوجداني إذ ما تعرض لخطر خارجي يدركه و يعتبره عرض من أعراض الإضطرابات النفسية الأخرى و هو يكون نابع لحدث سابق له من اضطرابات أخرى و هذا النوع من القلق يتخلل جوانب عديدة و مختلفة من حياة الفرد و هو غير محدد الموضوع و المجال ، و لكنه يمكن أن يكون محددًا بمجال معين

**3- القلق الخلفي و الإحساس بالذنب :**

إن هذا النوع من القلق ينشأ عندما تكون الأنا الأعلى مصدر الخطر أو التهديد و ذلك عندما يقترف الفرد أو يفكر في الإتيان بسلوك يتعارض مع المعايير و القيم التي يمثلها جهاز الأنا الأعلى ، ومصدر هذا القلق داخلي كامن في تركيب الشخصية كما هو في القلق العصابي، فهو صراع داخل النفس و ليس صراعا بين النفس و العالم الخارجي. (زعتن نور الدين، 2010، ص27)

**4- القلق الموقفي (الخاص):**

ويطلق على هذا النوع من القلق بالقلق محدد بالموضوع و يسمى القلق الخاص باسم المجال أو الموضوع أو الموقف الذي يرتبط به مثل قلق الإمتحان و قلق الانفصال ، و يتميز هذا النوع من القلق بعدد من الخصائص منها :

- (أ)- شعور الفرد بأن الموقف يتميز بالصعوبة بالنسبة له .
- (ب)- يرى الفرد نفسه بأنه غير قادر على مجابهة هذا الموقف أو مواجهته.
- (ج)- يتوقع الفرد الفشل من وجهة نظر الآخرين و قد يخضع سلوكه للملاحظة أو المراقبة من جانبهم .

**5-القلق العصابي المرضي :**

هو خوف غامض غير مفهوم لا يستطيع الشخص الذي يشعر به أن يعرف سببه و يأخذ هذا القلق يتربص الفرصة لكي يتعلق بأية فكرة أو شئ خارجي أي أن هذا القلق يميل عادة إلى الإسقاط على أشياء خارجية .(بهيج محمد، 2010، ص10)

من خلال هذه الأنواع للقلق نجد أنها تختلف باختلاف شدته، فمنه ما يؤثر إيجابيا على الفرد فيزيد من رغبته في النجاح و التفوق، ومنه ما يؤثر عليه سلبيا فيفقد ثقته بنفسه، و كلما زادت شدة القلق كلما زادت الأمراض النفسية التي تجعل الفرد في دوامة تمنعه من مواصلة نشاطاته الإيجابية و الهادفة.

### 3- أعراض القلق :

تختلف أعراض القلق من حالة لأخرى و تصنف إلى أعراض نفسية ، فيزيولوجية و إكلينيكية :

#### الأعراض النفسية :

نجد الخوف الشديد و توقع المصائب وعدم القدرة على التركيز و الانتباه و الإحساس الدائم بتوقع الهزيمة و العجز و الاكتئاب و عدم الثقة و الطمأنينة و الرغبة في الهرب عند مواجهة أي موقف من مواقف الحياة و الخوف من الأمراض كالقلب و السرطان و الزهري أو الخوف من الموت ، ويفقد المريض السيطرة على أعصابه بسهولة لأتفه الأسباب والحساسية لأي ضوضاء فهذه التوتر هو مصدر للنزاعات العائلية ، و قد تحطم حياة الفرد و يظهر هذا التوتر بين الطلبة قبل دخول الامتحان ، كما نجد المريض يشتهي من ضجيج المواصلات و صراخ إخوته ، كذلك عدم القدرة على التركيز و سرعة النسيان و السرحان و فقدان الشهية للطعام مع هبوط الوزن و الأرق الذي يتميز بصعوبة في النوم و إن نام يكون نومه مصحوب بكوابيس .

#### الأعراض الفيزيولوجية :

نلاحظ زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي السيبتاوي و البراسميثاوي و من ثم تزيد نسبة الأدرينالين و النور أدرينالين في الدم، من بينه الجهاز السيبتاوي فيرتفع ضغط الدم و تزيد ضربات القلب و تجحط العينين و يتحرك السكر في الكبد و تزيد نسبته في الدم مع شحوب الجلد و زيادة إفراز العرق و جفاف الحلق و أحيانا ترتجف الأطراف و يعمق التنفس أما ظهور نشاط الجهاز البراسميثاوي فأهمها كثرة التبول و الإسهال و زيادة الحركات المعوية مع اضطراب الهضم و الشهية و النوم .

(مصطفى غالب، 1986، ص31-32)

## الأعراض الإكلينيكية :

يظهر المصاب بالقلق عادة التوتر، كثرة الحركة، سرعة التنفس، الكلام السريع الغير مترابط، نوبات من الصراخ والبكاء تكون مصحوبة بجفاف الحلق، اتساع حدة العينين و الأعراض الإكلينيكية نجدها في أجهزة و هي :

## في الجهاز القلبي:

يشعر الإنسان القلق بآلام عضلية فوق القلب و الناحية اليسرى من الصدر مع سرعة دقات القلب و الشعور بنبضات غير منظمة .

## الجهاز التنفسي :

نجد سرعة التنفس و التهيدات الكثيرة و الشعور بالضييق في الصدر و عدم القدرة على استنشاق الهواء و تغير درجة حرارة الجسم و حموضة الدم، قلة الكالسيوم النشط في الجسم مما يجعل الفرد يشعر بتشنجات عصبية و أحيانا الإغماء .

## الجهاز الهضمي:

نجد صعوبة في البلع أو سوء الهضم و الانتفاخ و أحيانا الغثيان و القيئ و الإسهال و الإمساك .

## الجهاز العصبي :

تظهر على الإنسان القلق شدة الانعكاسات العميقة مع اتساع حدة العين و ارتجاف الأيدي مع الشعور بالدوران و الصداع (صبري بردان، 2010، ص106)

من خلال ما تطرقنا له من أعراض نرى بأنها أعراض تظهر على الفرد و تؤثر تأثيرا سلبيا و هذا ما يكون بارزا من خلال سلوكاته و أفكاره و النشاطات التي يقوم بها.

**4- مستويات القلق :**

ليس من الغريب أن نقول بأن القلق يقترن بالحياة فأينما وجدت الحياة وجد القلق، ويختلف نوع القلق من مرحلة إلى أخرى من مراحل العمر، كذلك مستوى القلق و تأثيره و على الرغم من عدم وجود فاصل بين درجات القلق المختلفة يمكن تقسيم مستويات القلق إلى ثلاثة أقسام هي:

المستوى المنخفض:

وهذا المستوى من القلق يحدث التنبيه العام للفرد من ارتفاع درجة الحساسية في الإستعداد لمجابهة المواقف المختلفة، وهنا يعتبر الدافع أو الحافز أو العنصر المنشط للفرد.

المستوى المتوسط:

في بعض الأحيان يزداد مستوى القلق إلى الحد الذي يؤثر سلبا في الإداء، ففي هذا المستوى يفقد الرياضي جزءا من قدرته على السيطرة إذ يصبح أقل قدرة على السيطرة إذ يفقد السلوك مرونته و يستوي الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة و يحتاج الفرد إلى المزيد من بدل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب و الملائم في مواقف الحياة المتعددة.

المستوى العالي:

عندما يصل القلق إلى المستوى العالي تبدأ الآثار السلبية واضحة في سلوكه اتجاه المواقف المختلفة وحيث لا يستطيع التمييز بين المؤثرات و التنبيهات و الضارة فيفقد قدرته على التركيز و تكثُر أخطاؤه و يتصف سلوكه بالعصبية الشديدة. (فوزي محمد، 2000، ص131)

يتضح مما سبق أن الزيادة في مستوى القلق تؤدي إلى حدوث مشاكل في آلية و استقبال المعلومات من البيئة و دخولها إلى أجهزة معالجة المعلومات أي الجهاز العصبي المركزي فاستخدام المعلومات التي ليس لها صلة وثيقة بالمهارة تؤدي إلى انخفاض مستوى الأداء.

## 5- أسباب القلق :

## (أ) العوامل الوراثية:

تعد الوراثة من أهم الأسباب التي تؤدي إلى القلق، حيث يرى القائلون بالأسباب البيولوجية للقلق أن التكوين الجيني الموروث لبعض الأشخاص يهيئهم أو يخلق فيهم الإستعداد المسبق لاضطراب القلق ويستدلون بهذا الرأي من خلال الأبحاث التي أجريت على التوائم حيث نبين أن التشابه في الجهاز في الجهاز العصبي اللاإرادي و الإستجابة للمنبهات الخارجية و الداخلية بصورة متشابهة يؤدي إلى أعراض القلق لدى التوأمين، كما أظهرت دراسة الأسر أن 15 % من أبناء و إخوة مرضى القلق يعانون من نفس المرض و قد وجد أن نسبة الشبه في التوأم المتشابهة تصل إلى 50% و أن 65% يعانون من بعض سمات القلق، و قد اختلفت هذه النسب عنه بين التوأم الغير متماثلة و التي مثلت 14 % من الحالات و قد يكون ذلك مؤشرا أن الوراثة تلعب دورا كبيرا في الاستعداد للإصابة بالقلق .

## العوامل النفسية :

تؤدي بعض الخصائص النفسية إلى ظهور القلق و تتمثل في الاستعداد النفسي و الضعف النفسي العام و الشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية بالنسبة لمكانة الفرد و أهدافه و التوتر النفسي و الأزمات و المتاعب أو الخسائر المفاجئة و الصدمات النفسية و الشعور بالذنب و العجز و النقص.

و كذلك الخوف من العقاب و توقعه و تعود الكبت بدلا من التقدير الواعي لظروف الحياة، و عدم تقبل مد الحياة و جزرها، كما يؤدي فشل الكبت إلى القلق و ذلك بسبب طبيعة التهديد الخارجي الذي يواجهه الفرد أو لطبيعة الظروف الداخلية التي تسببها رغبات الفرد الملحة. (إدوارد موراي، 1998، ص98-99)

## العوامل الفيزيولوجية:

إن ارتباط القلق أحيانا ببعض العوامل البنائية و الفيزيولوجية ومن ذلك عدم نضج الجهاز العصبي في الطفولة، و كذلك ضмор هذا الجهاز في الشيخوخة، وما يتبع ذلك من خلل في الوظائف الفيزيولوجية و النفسية و يمثل القلق واحد من أهم الإضطرابات النفسية المحتملة كنتائج للإضطرابات الوظيفية.

## العوامل الاجتماعية:

تعتبر العوامل الاجتماعية وفقاً لغالبية نظريات علم النفس المثير الأساسى للقلق إذ تؤكد أهمية هذه العوامل كعوامل أساسية لإحداث القلق ولا شك أن حصر هذه الأسباب أمر مستحيل وذلك لتعددتها وتشعب جوانب الحياة المقلقة خاصة في عصر اتسم بالقلق، و تشمل هذه العوامل مختلف الضغوط كالأزمات الحياتية المشبعة بعوامل الخوف الحرمان و الوحدة و عدم الأمن و اضطراب الجو الأسري و تفكك الأسرة و أساليب المعاملة الوالدية القاسية و الفشل في الحياة ومن ذلك الفشل الدراسي و المهني و الزواجي. (بوعلو، 2010، ص56)

وبالرغم من تحديد كل هذه الأسباب للقلق إلا أنه لا يمكن تعميمها على جميع الناس فقد أشارت نتائج البحوث إلى أن الأسباب و إن كانت موضوعية و مثيرات داخلية إلا أنها تختلف و مثيرات داخلية فإنها تختلف من شخص لآخر

## 6- مصادر القلق:

يجمع الباحثون في موضوع القلق أمثال ماورر و روجرز و كريغيارد، على أن القلق يظهر كاستجابة لخطر مدرك ذاتيا و محسوس بدرجة ما و يتشكل مصدره من المخاطر التي يسببها الألم أو الجروح التي يمكن أن تصيب الجسد، في حين يؤكد عالم النفس الإنساني روجرز أن مصدر القلق هو الخوف على فقدان احترام الأشخاص المهمين و المقربين، و يرى الفيلسوف كريغيارد أن مصدر القلق يكمن في الخطر الناجم عن تحميل الذات الذنب بناء على قرارات خطأ، أما فرويد فيشير إلى أن مصدر القلق يكمن في توقيع الحيرة الذاتية و قد صاغ وجهة نظره سنة (1926)، و يبدو أن تقدير الفرد لقوته مقارنة بحجم الخطر و الإعراف بالحيرة تجاهه سواء أكانت مادية أو نفسية، يلعب دورا مهما في نشوء القلق، فالخبرات التي يعيشها فعلا تصبح هي الموجهة لتقديره أو حكمة حتى و لو كان الحكم خطأ فذلك ليس مهما بالنسبة للنجاح .

وينشأ القلق كما أظهر "بيك" (1979)، عندما ترسل أعضاء الحس إشارة لوجود خطر قادم من المحيط الخارجي أو داخل العضوية، كإدراك الشخص لوجود خطر يتهدد وجوده أي عندما يدرك أن صحته الجسدية أو دوره الاجتماعي أو إدراكه لذاته أو أي مركب آخر مهم من حياته الراهنة يمكن أن يتم الإعتداء عليه و تقييده ، و يتم إرسال الإشارات العضلية المثارة هنا إلى مركز الدماغ تحديدا إلى

التشكل الشبكي حيث تثير مجموعة من المتغيرات الفيزيولوجية المركبة، و تسبب هذه التغيرات الفيزيولوجية المركبة بالإضافة إلى التفسير الشخصي للخطر، الإحساس بمشاعر غير مرغوبة تؤدي إلى تغير السلوك و هذا يمكن أن يقود إلى تجنب مواضيع الخطر مثل الهروب، غير أنه يمكن أن تكون سببا في تغيير الموقف حيث يتحول إلى موقف عديم الخطر. (محمد أبو الحبايب، 2010، ص09)

و منه يمكن الاستنتاج أن القلق قد ينشط الإنسان و لكنه أيضا يمكن أن يشله وفق ظروف معينة، فالقلق من الفشل في موضوع معين ينشط الفرد و يدفعه إلى التركيز ليتمكن من النجاح فيه، و لكن إذ تجاوز القلق حدا معيناً انقلب إلى الضد و شتت التركيز و عدم القدرة على التفكير المنطقي.

### 7- معايير تشخيص القلق:

الحصر وفقا (DSM IV) يشخص كتيب التشخيص الإحصائي الرابع (1994) للمعايير التالية:

أ) قلق و انزعاج مفرط (انتظار بخشية) يحدث في غالب الأحيان خلال (06) أشهر على الأقل و يتعلق القلق بعدد من الأحداث أو النشاطات (كالمعلم و الأداء المدرسي).

ب) أن يجد الفرد صعوبة السيطرة على الإنزعاج.

ج) أن يصاحب القلق على الأقل ثلاثة أو أكثر من الأعراض الستة التالية:

1- عدم الإستقرار أو شعور الفرد على أنه على حافة الهاوية.

2- سرعة الإحساس بالتعب و الإجهاد.

3- صعوبة التركيز و إجهاد الذاكرة.

4- الهيجان.

5- توتر العضلات.

6- اضطرابات النوم (صعوبة النوم أي النوم المتقطع)

د) لا ترتبط تلك الأعراض بأي اضطراب قلق آخر، فمثلا لا يكون القلق أو الإنزعاج الموجود راجع إلى نوبة كما في اضطراب الهلع، أو راجع إلى الارتباك في الأماكن العامة كما في الرهاب الاجتماعي، أو

راجع إلى الخوف من الوسخ كما في اضطراب الوسواس القهري، أو عن الإبتعاد عن المنزل و الأقارب كما في اضطراب قلق الانفصال.

هـ) أن يسبب القلق أو الإنزعاج ضيقا دالا إكلينيكيًا أو عدم الاستقرار في مختلف المجالات سواء كانت اجتماعية أو مهنية أو في مجالات أدائية أخرى.

و) لا يرجع اضطراب القلق إلى التأثيرات الفيزيولوجية المباشرة للمواد المؤثرة نفسيا و سوء استخدام العقاقير أو العلاج بالأدوية النفسية، و لا يرجع إلى حالة طبيعية عامة : مثل زيادة إفراز الغدة الدرقية، ولا يكون حادثا خلال اضطراب المزاج أو الاضطرابات الذهنية أو اضطرابات النمو الشاملة .

(محمد إبراهيم، 2002، ص95)

## 8- النظريات المفسرة للقلق:

### نظرية التحليل النفسي:

و أشهرها نظرية "فرويد" من حيث رؤيته للقلق و الخوف بوصفهما ردود أفعال تتسم بالتهديد و الخطر وتوقع صدمة أو أذى أو أن يكون القلق تكرر لصدمة سابقة.

أما "كارل يونج" فقد ذهب إلى أن القلق عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى و خيالات غير معقولة صادرة اللاشعور الجمعي، إنه خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لازالت باقية فيه من حياة الإنسان البدائية.

ويعتقد " يونج " أن الإنسان يهتم عادة بتنظيم حياته على أسس معقولة منظمة، و أن ظهور المادة غير المعقولة من اللاشعور الجمعي يعد تهديدا لوجوده.

فيونج يتبنى فكرة أن الناس يرثون اللاشعور الجمعي الذي يجمع ذكريات الأجداد و كذلك علاقاتهم وخبراتهم، فتنتج هذه الذكريات والصور العقلية استنادا على الافتراض بأن العبارات الشعورية و الدينية مشتقة من هذا المصدر. (زقاوة أحمد، 2012، ص187)

في حين ربط "ألفرد أدلر" القلق بمشاعر العجز والنقص مبرزاً أهمية العوامل الاجتماعية في تأكيد الذات و خاصة الأسرة منها كالتدليل الزائد للطفل أو النبذ و الترتيب الميلادي التي يمكن أن تزيد من مشاعر العجز و حدة القلق.

كما نجد "هورني" التي ترى أن القلق هو استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً إلى المكونات الأساسية للشخصية، فضلاً عن مثيرات البيئة ومؤثراتها.

حيث بينت "هورني" أن هناك ثلاثة ثلاث اتجاهات أساسية مختلفة تشكل أساس الصراع الداخلي لدى الفرد هي: الإتجاه نحو الناس أو التحرك بعيداً عن الناس أو التحرك ضد الناس و الذي يشكل أساساً في العصاب فهو حسب رؤيتها تعبير عن اضطراب العلاقات الإنسانية، و على ضوء ذلك فإن القلق يمثل نتاجاً للبيئة الاجتماعية المحيطة بالإنسان.

كما يرى "سوليفان" أن شخصية الطفل تتكون من خلال التفاعل الدينامي مع البيئة المحيطة به فتربية الطفل و تعلمه يكسبانه بعض العادات السلوكية التي يستخدمها الوالدان، و التي تستثير في نفس الطفل الرضا و الطمأنينة، و يعد القلق برأيه حالة مؤلمة للغاية تنشأ من معاناة عدم استحسان في العلاقات الشخصية، و عندما يكون القلق موجوداً عند الأم فإن آثاره تتعكس على الوليد من خلال الإرتباط العاطفي بين الأم و وليدها. (عبد الرحمان صالح، 1994، ص04)

### نظرية التعلم السلوكي :

ينطوي التعلم الإنساني على تغيرات طويلة المدى في المعرفة أو السلوك بسبب الخبرات البيئية وفقاً لنظريات التعلم، و ينظر إلى القلق من خلال ميول الإستجابة السلوكية المكتسبة كنتيجة لخبرات الشخص المتراكمة مع التهديدات البيئية.

التشريط الكلاسيكي لسلوكيات القلق قد تكون المبادئ فيه المسؤولة عن كل من الإكتساب الأول لاستجابات القلق لبعض المثيرات، فيرى "جوهر" أن القلق و الخوف يكتسبان من خلال التشريط أو عمليات التعلم و يؤدي بدوره إلى تولد سلوكيات الهروب، و وفقاً لإحدى الصياغات الأصلية لنظرية التعلم يمكن من خلال التشريط لأي مثير محايد أن يتحول إلى مثير للقلق و من خلال التشريط يصبح هذا المثير مثيراً غير شرطي للقلق، و من خلال التشريط فإن لمثير الغير الشرطي هو تلقائي و غير متعلم و بذلك الإستجابة تكون تلقائية. (ناهد الأمين حسن، 2017، ص14)

## النظرية الإنسانية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن القلق هو الخوف من المستقبل و ما يكر به من أحداث تهدد الإنسان.

يرى "موراي" أن مفهوم الحاجة باعتبارها مركبا يمثل في منطقة المخ، تنظيم الإدراك و الفهم و التعقل و النزوع و الفعل حيث تحول الموقف الغير مشبع في اتجاه معين و تستثار الحاجة نتيجة ضغط داخلية أو نتيجة عوامل خارجية و يتوقف تأثيرها على مركز التحكم وهو مصطلح يشير إلى ما إذا كان الفرد يعتقد أنه مسؤول عما يحدث له من نجاح أو فشل في حياته و ذلك يرجع إلى الحظ أو الصدفة أو القدر، ففي الحالة الأولى يكون مركز التحكم داخليا و في الحالة الثانية يكون مركز التحكم خارجيا.

و يرى "ماسلو" أن نمو الشخصية و تطورها يعتمد على الحاجات و تدرجها في الإشباع حسب أهميتها و ضرورتها بالنسبة للفرد و أن نوع البيئة التي يتعرض لها تؤثر تأثيرا كبيرا على عملية نمو الشخصية.

## النظرية المعرفية:

يرى "بيك" أن الإضطرابات السلوكية الإنفعالية للفرد كالإكتئاب و القلق و الشعور بالذنب مرجعها الأفكار اللاعقلانية و الخاطئة.

فهنا القلق يعد بمثابة مركز هذه العمليات التكيفية الناتجة عن ظبط الأحداث التي يتعرض إليها الفرد و التي تكون خارج سلم الملائمة الخاصة بنظام بناءاته و بالتالي فإن القلق المركب بعناصر الألم الناتج عن توقع التغيرات المهمة قد يكون كافيا لمواجهة المواقف الحالية مما يستلزم في ذلك مراجعة نظام البناءات.

و قد برهن "باندورا" و غيره من الباحثين الذين يشتركون معه في الأبحاث أن الأفراد عن قدراتهم الذاتية في السيطرة عن المواقف و التعامل معها تؤثر إلى حد بعيد على سلوكياتهم في كثير من المواقف المتنوعة و المختلفة من مواجهة المشاكل كاختيار المهنة إلى الإستمرار في نظام غذائي معين، و هذه الأحكام تؤثر أيضا على الأفراد سواء كانوا يحاولون خلق عادات صعبة أو عن حجم الجهد المبذول أو المدة التي يقضونها في مواجهة المتاعب و العراقيل أو قدر التوتر الذين يعانون و يتعرضون له.

(AngresBlorin،2003،p34 )

نشير من خلال ما سبق إلا أنه لا يمكن أن نحصر ظاهرة القلق بإحدى النظريات دون الأخرى لأن الإنسان محصلة تفاعل متعددة لذا يجب التوفيق بين كل النظريات السابقة بصورة متكاملة.

### 9 - علاج القلق:

هناك أنواع متعددة من العلاجات التي تفيد مع هذا الإضطراب نذكر منها:

#### أ) - علاج العضوي:

قبل البدء في العلاج العضوي مع بعض الحالات لابد من إعطائها كمية من المهدئات في بادئ الأمر ثم تأتي بعده الراحة الجسمية ويمكن الشروع في العلاج النفسي، ففي حالات القلق الشديد يعطى للمفحوص بعض المهدئات مثل (الفاليوم) أو بعض العقاقير الخاصة بالهرمونات العصبية في المراكز المتصلة بالمخ وهذا العلاج تكون فيه المعالجة بالأدوية يقررها الطبيب المختص في الأمراض النفسية والعقلية.

#### ب) - العلاج النفسي:

هذا العلاج يستخدم طرق نفسية لمعالجة المشاكل الوجدانية فهو يعتمد أساسا عن فكرة أن الإضطرابات النفسية تعود في جوهرها الإضطراب نفسي عميق وقديم قد يؤدي أحيانا إلى التحليل النفسي و فيه يحاول المعالج إيجاد علاقة ثقة و مودة مع المريض ليتمكن معه من التعبير والترويح عن نفسه و البوح بمشاكله ثم الكشف عن الصراعات المكبوتة من خلال سلسلة من اللقاءات و الأحاديث أو تفسير الأحلام فهو يعتمد أساسا على العودة إلى الماضي إلى جذور الإضطراب النفسي منذ الطفولة المبكرة و الكشف عن مختلف مواقف التي تعرض لها الفرد طوال حياته، وفي الأخير تتم محاولة فهم المفحوص بحقيقة و جذور القلق الذي يعانیه و دفعه إلى الشفاء برفق و التشجيع بالتوجيه و الإيحاء الغير مباشر.

#### ج) - العلاج السلوكي:

يعتبر العلاج السلوكي من الأساليب الحديثة التي تقوم على أساس استخدام نظريات وقواعد التعلم، ويعتمد هذا النوع من العلاج على السلوك كحركات ظاهرة والأفكار والانفعالات كاستجابة باطنية فهو يقوم على فكرة تعليم المريض كيفية التخلص من القلق و المواقف الغامضة بتغيير طريقة استجابته الخاطئة للتوترات المختلفة، ويستخدم العلاج السلوكي خاصة لفك الإشرط المرضي المتعلق بالقلق و

للقضاء على الأزمات العصبية الحركية و ذلك عن طريق التمرين على الاسترخاء ثم إعطائه منبهات أقل من أن تصدر قلقا أو تسبب ألما تزيد المنبه تدريجيا حتى يستطيع المريض مواجهة موقف الخوف وهو في حالة استرخاء و دون إظهار علامات القلق.

(د)- علاج الجشطاتي :

ويركز هذا العلاج على خبرة الفرد الواعية بذاته وبيئته باعتبارها محور حياته و يتم ذلك باستخدام بعض التقنيات مثل : فنية المقعد الخيالي وهو كأن يجلس المريض على مقعد و أمامه مقعد خيالي يتخيل المريض جلوس شخص آخر أمامه و يبدأ المريض بحوار تخيلي. (الشرييني،2015،ص98)

من خلال ما سبق نرى أن علاج القلق يختلف من معالج لآخر ومن مفحوص لآخر و ذلك حسب شدة القلق و حسب طريقة المعالج ، فكل علاج يعتمد على أسلوبه الخاص وعلى الأسس التي تقوم عليها النظرية التي ينتمي إليها .

## II. قلق الامتحان

### 1- مفهوم قلق الإمتحان:

تعددت مفاهيم قلق الإمتحان بتعدد واختلاف الباحثون هذه بعض التعاريف:

عرفه "زهران" بأنه : نوع من القلق المرتبط بمواقف الإمتحان أو الإختبارات حيث تشير هذه المواقف في الفرد الشعور بلانزعاج و الإنفعالية و هو حالة إنفعالية وجدانية مكدره تعتري الفرد في الموقف السابق للإمتحان أو في موقف الإمتحان ذاته، و تتسم هذه الحالة بالشعور بالتوتر و التهديد و الخوف من الإمتحان و متعلقاته . (محمد حامد زهران،2000،ص96)

و عرفته "لمحان الجيلالي" بأنه حالة شعور الطالب بالتوتر و عدم الإرتياح نتيجة حصول إضطراب في الجوانب المعرفية و الإنفعالية، و يكون مصحوب بأعراض فيزيولوجية و نفسية معينة قد تظهر عليه أو يحس بها عند مواجهته لموقف الإمتحان أو تذكره به أو إستشارة خبرات للمواقف الإمتحانية . (أديب الخالدي،2002،ص21)

هو حالة نفسية تتصف بالخوف و التوقع أي أنه حالة إنفعالية تصيب بعض الطلاب قبل و أثناء الإمتحانات، مصحوبة بالتوتر و تحفز وحدة إنفعال و إنشغالات عقلية سالبة تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الإمتحان . مما يؤثر سلبا على المهام العقلية في موقف الإمتحان (ربيع الغول، 2007، ص56)

و هناك من عرفه بأنه حالة نفسية أو ظاهرة انفعالية تصيب الطالب قبل الإختبار و خلاله و تنشأ من تخوفه من الفشل أو الرسوب في الإختبار أو التخوف من عدم حصوله على نتائج تتنا الرضا من الآخرين و توقعاتهم منه.(حنان أحمد عبدالله، 2011، ص11)

## (2) - تصنيف قلق الإمتحان :

(أ) - **القلق المسير** : هو قلق الإمتحان المعتدل ذو الأثر الإيجابي المساعد و الذي يعتبر قلقا دافعا يدفع التلميذ للدراسة و الإستذكار و التحصيل المرتفع و يبسر أداء الإمتحان أي كلما كانت درجة القلق متوسطة و في الحدود المعتدلة كان تأثيرها أقرب إلى التيسير و حسب ( آرمينداريز 1998) فإن قلق الإمتحان المعتدل مع القدرة على التحكم في الانفعالات السالبة يؤديان إلى تحسن الأداء في الإمتحان .

(ب) - **القلق المعسر** : و هو قلق الإمتحان المرتفع ذو التأثير السلبي المعوق حيث تتوتر الأعضاء و يزداد الخوف و الإنزعاج و الرهبة و يستثير استجابات غير مناسبة مما يعوق قدرة الطالب على التذكر و الفهم و يركبه حين يستعد للإمتحان و هكذا فإن قلق الإمتحان المعسر (الزائد أو المرتفع) قلق غير ضروري يجب خفضه و ترشيده . (نسيمة ملاك، 2018، ص114 )

فقلق الإمتحان المعسر يؤثر سلبا على تركيز التلميذ أثناء الإمتحان على عكس القلق الميسر الذي يحفز التلميذ على الأداء الجيد في الإمتحان، لذا فإن القلق المعسر قلق غير ضروري ويحتاج إلى توجيه و إرشاد .

## (3) - أسباب قلق الإمتحان :

هناك العديد من العوامل التي تسبب نشوء قلق الإمتحان و من أبرزها ما يلي :

- وجود مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الإمتحان.

- نقص الرغبة في النجاح و التفوق .

- ارتباط الإمتحان بخبرة الفشل في حياة الطالب و تكرار مرات الفشل.
- التمركز حول الذات و نقص الثقة بالنفس.
- الإتجاهات السالبة لدى الطلاب و المعلمين و الوالدين نحو الإمتحان .
- تخصيص درجة الإمتحان بأكملها للجانب التحصيلي دون الاهتمام بالجوانب الأخرى للشخصية مما يشعر التلاميذ بأن نتيجة الإمتحان هو تقرير مصيره .
- صعوبة الإمتحاناتو الشعور بأن المستقبل يتوقف على الإمتحانات.
- محاولة إرضاء الوالدين و المعلمين و المنافسة مع الرفاق .
- التمركز حول الذات و نقص الثقة بالنفس .
- عجز المتعلم و توقع الفشل و نقص السيطرة . (انتصار عبدالقادر،2012،ص91)

تختلف أسباب قلق الإمتحان من تلميذ لآخر فكل حسب وضعه الأسري و المدرسي و الإجتماعي ، فهناك مصادر كثيرة للقلق أحيانا يكون التلاميذ أنفسهم يسببون قلقا زائدا لأنفسهم من موقف الإمتحان أحيانا ضغط الوالدين أو المعلمين مما يجعلهم يشعرون بالعجز ما يلزم تدخل مستشار التوجيه لحل هذه المشكلة.

#### 4-مظاهر قلق الإمتحان:

تتعدد أعراض قلق الإمتحان من أعراض نفسية و معرفية و جسمية يمكن الإستدلال عليها بالملاحظة المجردة للظاهرة في سلوك الفرد و من بينها ما يلي :

##### 1)-مظاهر نفسية :

مثل التوتر والشعور بزيادةالظغوط و تراكم المسؤوليات عدم القدرة على الإحتمال و سرعة الإستشارة العصبية و الإنزعاج لأسباب بسيطة و أفكار سلبية حول الذات مثل التفكير في توقعات سيئة للمستقبل و الشعور بعدم الإرتياح.

##### 2)-مظاهر جسمية :

مثل الشعور بالتعب و الإرهاق و الصداع و سرعة التنفس و شد في العضلات و اضطرابات في البطن كالغثيان و الرغبة في التبول مرات عديدة إضافة إلى الإحساس بالاختناق و سرعة ضربات القلب و الرعشة و البرودة في الأطراف.

### (3)-مظاهر تحصيلية :

الدرجات التحصيلية المنخفضة للتلميذ بمقارنة اقرانه بمستوى تحصيله أو الرسوب في الإمتحان.

(4)-المظاهر البدنية: ضعف او وهن عام في الجسم ،إصفرار الوجه، الحركة النمطية الثابتة .

(5)-مظاهر إجتماعية:الانسحاب من المواقف الاجتماعية التي تتناول مسائل الإمتحانات، صراعات

داخل الأسرة بشأن رغبة الأهل الدائمة بمواصلة الإبن تحصيله و الإستمرار في الدراسة

(فايزة بوتزة،2020،ص247)

حيث يتبين من خلال هذه الأعراض أن قلق الإمتحان يؤثر بشكل سلبي على النواحي المعرفية للتلاميذ الذين يعانون من قلق امتحان مرتفع فيجدون صعوبة في التركيز و التفكير و استرجاع المعلومات و هذه التأثيرات السلبية تمتد إلى النواحي الإنفعالية بحيث يحس التلميذ بالخوف و التوتر مما يؤدي إلى نقص الأداء في الإمتحان.

### (5)-النظريات المفسرة لقلق الإمتحان:

#### (1)-النظرية المعرفية:

حسب هذه النظرية الجانب المعرفي هو المسؤول عن نقص الأداء عند التلاميذ القلقين في وضعية التقويم و بالرغم من أن الجانب الإنفعالي يظهر عند التلاميذ القلقين لكن بشكل مختلف ، هذا أن الإنفعالات عند التلاميذ القلقين تكون أقوى و أشد من التلاميذ الغير قلقين و الصعوبات التي يواجهها التلميذ في وضعية الإمتحان و التي تعيق أدائه ناتجة عن عمليات معرفية مختلفة كإنزعاغ بسبب الأفكار السلبية التي تدور في ذهن التلميذ و كذلك بسبب مشاكل في الإنتباه والتركيز يندرج ضعف هذه النظرية المعرفية ما يلي :

#### (أ) - النظرية الإنتباهية:

-حسب "وأين" (1971،1982) و " سارسن" (1980) أن التلاميذ القلقين يقضون قصفا كبيرا من وقت الإمتحان في التركيز على مثيرات ليس لها علاقة بالمهمة المطلوب إنجازها (الإمتحان) ، فهؤلاء التلاميذ يقضون معظم وقت الإمتحان في طرح أفكار نقد ذاته و الإيمان بفرص ضئيلة للنجاح في الإمتحان. حيث يمكن تقديم النظرية المعرفية الإنتباهية لقلق الإمتحان في ثلاث محاور أساسية و هي :

-الوصف الذاتي السلبي :

التلاميذ القلقين تقدير الذات سلبي و يشعرون بالنقص و لا يتقنون في قدراتهم و مؤهلاتهم و دائما يشعرون بعدم الرضى على ما يقدمونه و الثقة في النفس تكون منعدمة على عكس التلاميذ غيرالقلقين.(sarson.1980 .p88)

-تقليل الإنتباه :

إن التلاميذ القلقين يوجهون إهتمام نحو المهمة المطالبين بإنجازها (الإجابة عن أسئلة الإمتحان )، و التلاميذ القلقون يستغرقون وقتا طويلا في الإمتحان لكن ليس في التركيز و الإجابة على الأسئلة بل في الإنفصام في ملاحظة الذات و نقدها .

-إرتباط الإنزعاج بالمهمة :

إن الدراسات شبير (1984) و والز (1994) ، بينت أن درجة كبيرة من التركيز حول الذات قد يؤدي إلى خلل وظيفي معرفي الذي قد يسبب صعوبة في إستعمال الموارد المعرفية و إستخدام المعلومات الأزمة على الإجابة على أسئلة الإمتحان.

(-نظرية مشنيوم و بولتور :

يرى أصحاب هذه النظرية أن التلاميذ القلقين يختلفون عن غيرهم من التلاميذ غير القلقين في حديثهم الداخلي ، سلوكهم و ردود أفعالهم و كل الجانب المعرفي لهؤلاء مختلف عن غيرهم فالحديث الداخلي للتلاميذ القلقين يكون عبارة عن أفكار شعورية حديثة يمكن أن يعبرو عن شعورهم الداخلي بنفس الطريقة المذاكرة و المراجعة و التحضير للإمتحان و التلميذ في هذه الحالة يفكر في عواقب الرسوب والفشل و يخشى فقدا التقدير من طرف الآخرين.

(Davidson، 2002، P68)

-النظرية الإنفعالية :

يتميز قلق الامتحان عن باقي أنواع القلق ، فقلق الإمتحان يظهر كرد فعل إنفعالي للجهاز العصبي أي بمعنى أي بمعنى آخر السلوكيات القليلة كنتيجة للنشاط العصبي الودي أما الإحساسات الذاتية للقلق نابعة من ارتفاع نشاط الجهاز العصبي فهذا الأخير هو المسؤول عن قلق الإمتحان من جهة و نقص أداء التلاميذ القلقين من جهة أخرى و هذا النقص في أداء المهام و الإجابة في الإمتحانات على الأسئلة مدركة كنتيجة مباشرة للنشاط الفيزيولوجي الذي يصبح كسب الأخطاء المعرفية . (أحمد محمد عبد الخالق، 2002، ص86)

#### -النظرية الإنفعالية المعرفية :

-يعد "سارسون" و "ماندر" (1952) ، ن الأوائل الذين إقترحوا نظرية لقلق الإمتحان جانبا معرفيا و آخر إنفعاليا و ذلك عندما بلغوا جهدا عظيمة للتفرقة بين قلق الإمتحان الفلق العام في نموذج جهما النظري و قلق الإمتحان ممثل بمركبات معرفية و أخرى فيويولوجية، فهي ممثلة من طرف الجهاز العصبي الإعاشي، فهذه المركبات ذات علاقة فيما بينها و تتمثل جزء من القلق و ه قلق السمة ، و هذا النوع من القلق ينشط أكثر عند التلاميذ القلقين أثناء الإمتحان لأنهم يتواجدون في حالة تقويم هذه السمة في الشخصية تبين المستوى المرتفع للنشاط العصبي الإعاشي . (Speilpenger ، 1972، P68)

#### -النظرية السلوكية :

يرى السلوكيون أن الأفراد يستخدمون إستراتيجيات تكيفية إيجابية منها و سلبية لدى تفاعلهم مع الأوساط المحيطة بهم و ما تفرضهم عليهم من ضغوطات و مشكلات إستراتيجية سلبية تتمثل في الانسحاب النفسي و الجسدي من الوضع المثير في أنماط سلوكية متنوعة مثل : التعرق و زيادة إفراز اللأدرينالين و البكاء و عدم القدرة على مسك القلم و الكتابة و التشنج . (دعاء جهاد، 2016، ص39)

#### -نظرية القلق الدافع :

تفسر هذه النظرية قلق الإمتحان على أساس أن الدوافع المرتبطة بموقف الإمتحان تعمل على حث و استشارة الإستجابات المناسبة للموقف ، و قد تؤدي في النهاية إلى أداء مرتفع ، و بهذا يعمل القلق كدافع لوظيفة إستشارية للإستجابات المناسبة لموقف الإمتحان، و أكد "تيلور و سبنس" في نظريتهما القلق الدافع أن شعور التلميذ بالقلق في الإمتحان صفة حسنة تدفعه إلى تحسين أدائه فيحصل على درجات مرتفعة ، و هذا يعني أن هناك ربطا بين دافع الشخص للعمل و النشاط و بين القلق ، أي أن الإنسان عندما يكون في موقف الإمتحان يشعر بالقلق الذي يحف مهامه بالنجاح . (سامر جميل رضوان، 2002)

حيث أن هذه النظريات مكتملة لبعضها البعض في تفسيرها لقلق الإمتحان، الذي يعتبر مؤثر سلبي يؤدي إلى تشتت الإنتباه و عدم التركيز و صعوبة في استيعاب المعلومات و تنظيمها و استرجاعها و لكن أحيانا قد يكون هذا القلق دافعا يحفز على النشاط و الأداء الجيد .

### (6)-عوامل قلق الإمتحان:

إن العوامل التي تؤثر في قلق الإمتحانمالي:

#### (1) -المستوى الاقتصادي الاجتماعي:

يتأثر الإمتحان بالمستويات الاقتصادية الاجتماعية للأفراد فقد أكدت الأبحاث أن الأفراد الذين ينحدرون من المستويات الاقتصادية و الاجتماعية الدنيا تكون درجاتهم في مقياس قلق الإمتحان أعلى من درجات الأفراد الذين ينحدرون من المستويات الاقتصادية الإجتماعية العليا.

و يتفق مع ما سبق ما توصل إليه شريف استافا و آخرون (1980) في دراستهم عن قلق الإمتحان و التحصيل الدراسي الأكاديمي كدالتين في المستوى الاقتصادي و الاجتماعي للفرد في حين ارتبط سلبيا في درجة قلق الإمتحان ، إلى أن النتائج لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في درجة قلق الإمتحان إذ تغير المستوى الاقتصادي و الاجتماعي من حال إلى حال منخفض و هذا ما يتفق مع نتائج الدراسة التي قام بها ويلينج و آخرون حيث وجدوا أن الأفراد و قلق الإمتحان المنخفض من أسر ذات مستوى اجتماعي مرتفع و يقفون على حدود التقسيمات داخل المجتمع.

#### (2) -المستوى الدراسي:

لقد تأكدت بعض الدراسات أن قلق الإمتحان لا يتأثر بالمرحلة التعليمية و لا بالمستوى الدراسي فهو ظاهرة عامة عند جميع التلاميذ، و لكن يزداد مستواه أكثر بعد التقدم في المستوى الدراسي في المرحلة التعليمية نظرا لزيادة تعقد المهام الخاصة بكل مرحلة وزيادة مستوى وعي و إدراك التلميذ لمستوياته حيث تشير دراسة (هيل،1972) إلى أنه يبدأ ظهور قلق الإمتحان في الصف الثاني إبتدائي ثم يزداد تدريجيا سنة بعد أخرى. (خليفة قدوري،2015،ص44-46)

#### (3)-التخصص الدراسي:

تشير بعض الدراسات إلى أن التخصص الدراسي يعد من العوامل التي تؤثر في مستوى قلق الإمتحان حيث تؤكد هذه الدراسات وجود فروق بين التخصصات كالأدبي و العلمي في التنبأ بقلق الإمتحان ومن أهمها دراسة (شعيب،1987) التي تهدف إلى معرفة الفرق أفراد القسمين الأدبي و العلمي لطلاب و طالبات الثانوية العامة بمكة المكرمة في درجة قلق الإمتحان فتوصل إلى أن التخصص

(علمي/أدبي) يساهم في التنبأ بدرجة قلق الإمتحان لصالح التخصص العلمي و فسر النتيجة بكون بعض التخصصات في الثانوية العامة تبدو في نظر طلابها أكثر صعوبة من التخصصات الدراسية الأخرى فطلاب الشعب العلمية ينظرون إلى تخصصهم على أنه أصعب من نظيره في الشعب الأدبية.

#### (4)- الفشل الدراسي :

لقد بينت بعض الدراسات أن قلق الإمتحان يرتبط بانخفاض مستوى التحصيل الذي يؤدي إلى تكرار السنة الدراسية أو التسرب الدراسي و هذا ما أكده (كلافلان و مانسيتد،1983) بقولهم أن قلق الإمتحان يرتبط بخبرة الفشل في حياة التلميذ و تكرارات مرات الفشل . (خليفة قدوري،2015،ص55)

#### (7) -مراحل القلق أثناء الإمتحان :

-إن النموذج الذي حدده" سيلغمان" يشرح من خلاله المراحل التي يمر بها التلميذ المقبل على إجتياز الإمتحان و الموصلة للقلق و هي كما يلي :

-مرحلة التحدي : يتغلب الفشل على التلميذ غير أن هذا الأخير يحتفظ بالثقة في قدرته على مواجهة الوضعية .

#### -المرحلة الأولى للتهديد :

تظهر هذه المرحلة عندما يدرك التلميذ أن المهمة المطلوبة منه صعبة جدا ، فيشعر بالتوتر و القلق ، لكنه يبقي الثقة في نفسه و يواصل نشاطه.

#### -المرحلة الثانية للتهديد :

إن القلق الذي يشعر به التلميذ يجعله لا يتأكد من قدرته على مواصلة النشاط فيبدأ يشك في إمكانياته و أدائه ، و بالتالي يكون تحصيله محصور في الفشل و التخوف و هذا التفكير يعيقه و يوصله إلى العجز ، و تظهر بعض الإضطرابات الإنفعالية و الفيزيولوجية .

#### -مرحلة فقدان التحكم :

يشعر التلميذ بعدم القدرة على التحكم في الوضع ، و بالتالي يوقف جهده و لا يواصل النشاط المطلوب منه ، الأمر الذي يجعل الفشل يظهر .

-يوضح هذا النموذج عمل هذه المكونات أثناء أداء الإمتحان ، بحيث يحدث أثناء مواجهة الموقف الإختياري و التقييم السلبي للموقف، فيدرك أنه موقف صعب ، فيفقد الثقة في نفسه و قدراته فتظهر مشاعر القلق و التوتر، و ينعكس ذلك على التفكير و يصبح منشغلا بالفشل و بالتالي لا يكرس الوقت الكافي لأداء الإمتحان. (فيصل بن عبدالله، 2011، ص76)

### (8)- طرق قياس قلق الإمتحان :

-يعتبر قياس قلق الإمتحانو غيره من المتغيرات النفسية من المعطلات التي لطالما شكلت موضوع بحث و دراسة لكثير من الباحثين و فيما يلي بعض الطرق و الأساليب التي يستعملها العاملون في القطاع التربوي لقياسه:

#### 1- قياس الاستجابات الفيزيولوجية :

نظرا لكون أعراض قلق الإمتحان متنوعة و مختلفة فمنها الأعراض النفسية و منها الأعراض المعرفية و منها كذلك الأعراض الجسمية (الفيزيولوجية ) و هي أكثر الأعراض ظهورا و الأكثر دقة و يمكن أن يستدل على وجود قلق الإمتحان لدى الفرد و ذلك من خلال ملاحظته بعض الأعضاء الجسمية المسؤولة عن ذلك كارتفاع ضغط الدم ، زيادة مرات التنفس ،إحمرار الوجه التعرق، تسارع نبضات القلب .

يمكن القول أن السلبيات الموجودة في هذا الأسلوب أن القياس قد يكون دقيقا، لأن الأشخاص يختلفون في شكل و حجم الإستجابات و ردادات فعلهم اتجاه الفعل أو الشعور .

#### 2-الملاحظة المباشرة :

هو أحد الأساليب واسعة الإستعمال في البحوث النفسية و خاصة البحوث التجريبية يعبر عنه في مجال البحث العلمي باسم شبكة الملاحظة وهو مفيد بصفة خاصة مع الأفراد الذين لا يمكنهم التعبير اللفظي مثل الأطفال المعوقين و في إختلاف لغة الفاحص عن المفحوصين و يتم هذا الأسلوب عن طريق ملاحظة الباحث (الفاحص) ، للمفحوص ملاحظة مباشرة في موقف محدد من المواقف و لمدة زمنية محدودة و يسجل الفاحص ملاحظه في سجل معد مسبقا لذلك الغرض ، ثم يقول بتحليل النتائج التي يسجلها إنطلاقا من الإستجابات .

## 3- التقرير الذاتي :

يستخدم أسلوب التقرير الذاتي لوصف حالة قلق الإمتحان لدى التلاميذ و يتم ذلك بأن يطلب الفاحص من التلميذ أن التلميذ أن يقدم وصفا أو تقريراً عن الحالة التي يحس بها إتجاه موقف الإمتحان و يكون التقرير المقدم إما وصفيًا أو في شكل إجابة على مجموعة من الأسئلة بإقراح بدائل للإجابة . وهو من أكثر أساليب القياس إستخداما في البحوث النفسية والتربوية نظرا للدقة التي يتميز بها خاصة إذا كانت المقياس مقننا وكذلك نظرا لسهولة تطبيقه و الحصول على النتائج. (إبراهيم خير الله، 2008، ص89)

نلاحظ من خلال هذه المعلومات أن ظاهرة قلق الإمتحان قد نالت اهتمام العديد من الباحثين في علم النفس و علوم التربية و ذلك لصعوبة الوصول إلى معايير ثابتة يقاس بها قلق الإمتحان لذلك يوجد طرق عديدة لقياسه و لم يتم التوصل إلى أسلوب موحد.

## 9- الإجراءات و الأساليب لإرشادية لخفض قلق الإمتحان :

-تعدد التقنيات و الإجراءات الإرشادية المساعدة على خفض قلق الإمتحان بحيث تتمثل في الأساليب و التقنيات التالية :

## أ-التشخيص و الإرشاد الفرديين:

يشكل التشخيص الحجر الأساسي الذي يهدف إلى خدمة الموقف المشكل، بماذا أفكر؟ ماهي الأفكار التي تراودني؟ وما هي طبيعتها؟ كيف أشعر و ماذا أفعل قبل و أثناء الإمتحان؟ بعد ذلك ينبغي تحديد العواقب والنتائج التي قادت إليها مثل هذه الأفكار و الأعراض لابد من فحص تاريخ التعلم، كيف كان الوالدان يستجيبان عندما كان إبنهم يحصل على علامات سيئة في المدرسة؟ هل بالتوبيخ و الحرمان من المصروف؟ أو بطريقة أخرى.

ولذا لابد من توعية الوالدين إلى تقبل تحصيل الدراسي لأبنائهم وخفض طموحهم بما يتناسب مع إمكانياتهم و يكونو متفهمين أكثر فيما يخص مستوي الإنجاز.

## ب -تنظيم الوقت:

غالبا ما يتصف التلاميذ الذين يعانون من صعوبات امتحانية بأنهم يدرسون على مدار الساعة أو أنهم لا يدرسون إلى في فترة الإمتحانات و في كلا الحالتين يشعر التلميذ بأن الوقت يسبقه و أنه لا يستطيع التحكم فيه و في هذه الحالة لابد من التمرن على خبرة أن الوقت لم يعد يتحكم بي بل أنا من يتحكم به و أنا أسيطر على الموقف الأمر الذي ينعكس بشكل إيجابي على موقف الإمتحان، فالعمل على مدار الساعة ينهك القوى ولا يتيح الفرصة للتجديد، والدراسة الموسمية تقود إلى الشعور بأن الوقت قد ضاع فيتضاعف القلق و يتراجع الإنجاز ، فوضع برنامج فردي يوازن بين الدراسة المنتظمة منذ البداية كفيل بتخطي الحلقة المفرغة.

### ج -التعزيز الإيجابي:

كثير من الدارسين يحرمون أنفسهم في فترة الإمتحانات أو حتى قبلها بكثير من كل متعة (كيف يمكنني الذهاب في نزهة أوحضور حفلة و أنا لدي امتحان) فهم بالتالي يعززون المزاج الإكتابي المتوتر الموجود أصلا في هذه المرحلة، فمن الضروري التدريب على الأشياء اليومية المفرحة و ممارستها في أوقات الراحة، فكل تلميذ يستطيع أن يحدد ما يفرحه و يدخل السرور إلى قلبه و بالتالي يستطيع تعزيز نفسه بنفسه، الأمر الذي ينعكس إجابا على إنجازه و تحضيره للإمتحان .

### د) - برنامج الدراسة:

هناك بعض التلاميذ الذين يعانون من درجة مرتفعة من قلق الإمتحان حيث يحاولون في وقت قصير تغطية أكبر عدد ممكن من الدروس، دون أن يكون ذلك مبني على معايير منظمة، و لهذا فإن تنظيم برنامج الدراسة الذي يحتوي على أوقات مخصصة للحفظ و التعلم و أوقات مخصصة للإعادة والإسترجاع يعتبر حجر الزاوية في التحضير للإمتحان.

### هـ) -الإسترخاء:

يكون غالبية التلاميذ قبل الإمتحان في حالة من التوتر المرتفع، ومن ثم يكون تعلم الإسترخاء و تقنياته مهم جدا في هذه المرحلة، فالإسترخاء لا يعني الراحة و عدم فعل أي شئ، و إنما الإسترخاءالفاعل الذي يعيد تجديد الطاقة و شحنها، ومن طرق الإسترخاء الكثيرة اليوغا و الإسترخاء الذاتي والإسترخاء العضلي و هي تقنيات يسهل تعلمها وتحتاج إلى تدريب متخصص.

## (و) - إعادة البناء المعرفي:

إن الطلاب القلقون بشأن الإمتحان يشكون بقدراتهم وبالتالي هم يتوقعون الخيبة و الفشل ويقللون من قيمة أنفسهم، فالخوف من الفشل لا يقود إلى إلا إلى الفشل وتوقع الشر بل يقود إلى حدوثه ، ومن هنا الهدف هو التغلب على المقولات المشوهة للواقع بواسطة استراتيجيات معرفية (ذهنية) ملائمة، أي زرع تفاؤلية وظيفية تهدف لرفع الثقة بالقدرات الذاتية و استبدال المقولات و الأفكار السلبية بأخرى إيجابية (وبزة شريك، 2018، ص81-82)

و في الأخير نستنتج أن قلق الإمتحان يحفز التلاميذ على المذاكرة و لكن القلق المبالغ فيه يحتاج إلى السيطرة و بالرغم من الطرق العديدة التي ابتكرها الباحثون للتقليل من شدة قلق الإمتحان فإنه يبقى مستلزما على التلميذ أن يحظر نفسه جيدا و يركز على إجاباته ليؤكد قدرته على النجاح في الإمتحان.

**III. التعليم الثانوي**

يعتبر التعليم الثانوي من ركائز النظام التعليمي في العالم، ليس فقط بسبب موقعه كهمزة وصل بين مرحلتي التعليم الأساسي والتعليم الجامعي من جهة، و بين التشغيل و التكوين المهني من جهة أخرى، و إنما بصفة خاصة لأنه يمثل مرحلة منتهية وهذا يكون بامتحان شهادة البكالوريا التي تعتبر الجسر لمزاولة الدراسات العليا، و التعرف على عالم الشغل.

**1- مفهوم التعليم الثانوي:**

عرفه (الطعاني 1999) بأنه مرحلة حرجة من حياة التلميذ لما يصاحبها من تغيرات جسمية و نفسية و إجتماعية ، فضلا على أنها مرحلة إعداد وتهيئة للدراسة الجامعية. (علي تركي، 2019، ص163)

تحدد هيئة اليونيسكو التعليم الثانوي بأنه المرحلة الوسطى من سلم التعليم بحيث يسبقه التعليم الإبتدائي و يتلوه التعليم العالي و يشغل فترة زمنية تمتد من 12 إلى 18.

-كما عرفه أيضا : أنه المرحلة التالية من مراحل التعليم العام و التي تلي مرحلة التعليم الإبتدائي والأساسي و في هذه المرحلة يبدأ تخصص الطلاب في العلوم و الآداب (محمد السيدعلي، 2010)

## 2- تعريف مؤسسة التعليم الثانوي بالجزائر باسم الثانوية :

أنها مؤسسة عمومية ذات طابع إداري متخصص تتمتع بشخصية المعنوية و الإستقلال المالي وتستغرق الدراسة فيها ثلاث سنوات تنتهي بحصول التلميذ الناجح على شهادة البكالوريا التي تؤهل إلى الجامعة لمواصلة التعليم المتخصص بعد توجييه مسبقا. (محمد بن حمودة، 2006، ص196)

## 3- أهداف التعليم الثانوي:

- يهدف التعليم الثانوي على غرار التعليم عموما إلى تحقيق الأهداف التالية :
- تنمية الطلاب بمهارات فكرية و مناهج البحث العلمي.
- تنمية القدرة على التعليم الذاتي إعتمادا على معايير محدودة .
- مساعدة الطلاب على معرفة ذواتهم و تقدير الآخرين.
- تزويد الطلاب بالمهارات السلوكية و إكسابهم حاسة التذوق الفني.
- تعزيز المعرفة المكتسبة و تعميقها في مختلف مجالات الموارد التعليمية .
- توفير المسارات الدراسية المتنوعة التي تسمح بالتخصص التدريجي في مختلف الشعب مع إختيارات التلميذ وإستعداداتهم.
- التحكم في اللغة الوطنية و لغتين أجنبيتين على الأقل .
- أعداد لطالب ثقافيا وعمليا لإكمال دراسته الجامعية التخصصية.
- مسايرة خصائص النمو النفسي للناشئين في كل مرحلة، ومساعدة الفرد على النمو السوي روحيا وعقليا وعاطفيا واجتماعيا. ( وزارة التربية الوطنية، 1992، ص15)
- ومن هنا نرى أن التعليم الثانوي لم يعد مقتصرًا على المعلومات واكتساب المعرفة، بل أصبح يمتد إلى ضرورة توفير كل الأسباب والعوامل التي تساعد على استكمال شخصية الطالب وإتاحة الفرصة له لكي ينمو وفق ما تتيحه له قدراته الخاصة و التعرف على امكانياته واستعداداته وتنميتها لاستثمارها في النشاط الفكري والاجتماعي والاقتصادي. أهمية التعليم الثانوي:

إن أهمية التعليم الثانوي أكبر بكثير من توقعاتنا و مما نعتقد ففي المرحلة الثانوية يتم إعداد التلميذ للخروج إلى الحياة العامة و الإنتظام في الدراسة بالجامعة ، و لقد لوحظ أن التعليم الثانوي في بعض الدول يتجه إلى الدراسات التطبيقية الميدانية لإعداد فنيين يلتحقون بقطاع العمل و الإنتاج، لذلك نجد أن معظم المواد الدراسية ترتبط أساسا بالقيمة التطبيقية المتاحة للتلميذ، و للمرحلة الثانوية أهميتها لأنها تستقبل الشباب في سن المراهقة التي تعتبر مرحلة أساسية في نمو الفرد و لابد أن يمر بها فالمراهقة هي المرحلة الوسطى بين الطفولة و الشباب فالمراهق إذ ليس طفلا و هو أيضا لم يصل إلى النضج الكامل، و هنا تكمن صعوبة هذه المرحلة و خطورتها فهي مرحلة إنتقالية يصاحبها تغيرات فيزيولوجية و نفسية، لذلك فالتعليم الثانوي هو من أكثر أنواع التعليم النظامي قيمة لتمتعه بمنزلة كبيرة في معظم الأنظمة التربوية باعتباره يقود إلى الفرص التعليمية العليا المرغوب بها، و لهذا كان محبا اهتمام و عناية في معظم النظم التربوية. (ليلي حزمون، 2011، ص53)

#### 4-نشأة التعليم الثانوي وتطوره:

مر التعليم الثانوي بعدة مراحل يمكن تلخيصها فيما يلي:

##### 4-1-فترة ما قبل العهد العثماني:

كان التعليم الثانوي منتشرا في جميع أنحاء التراب الجزائري خاصة في عهد الموحدين ، و هو العصر الذي إنتشرت فيه مختلف العلوم الإسلامية و فلسفية من حيث تفسير و منطق و إن أول ظهور للمدارس في المغرب العربي ظهر على يد "يعقوب بن يونس" ثم إنتشر في العهد الزياني و الحفصي ، فتلمسان وحدها كانت بها خمس مدارس ثانوية مثل : مدرسة الإمامية، و ابي بومدين شعيب...

##### 4-2-فترة العهد العثماني:

تبدأ من القرن السادس عشر ميلادي حيث توسعت فيها شبكت التعليم الثانوي بشكل كبير، حيث ضمت مدينة تلمسان خمس مدارس ثانوية و 36زاوية ، إذ يتعلم فيها 2600طالب من التعليم لثانوي، إضافة إلى مدينتي الجزائر و وهران التي كانت بها 32 معهد و 12 زاوية و مدارس ثانوية منها مدرسة

القشاشية، الأندلسيين، مدرسة شيخ لبلاد، أما في الشرق فكانت مدينتي بجاية و قسنطينة بهما 80 مدرسة و 07 معاهد ثانوية و 11 زاوية منها بوقصيعة، و سيدي لخضر، و الكتاني و الزاوية و الجامع في ميدان التعليم و يمكن القول أن التعليم الثانوي بالجزائر ضم ما بين 6 إلى 9 آلاف طالب .

#### 4-3- فترة الاحتلال الفرنسي :

في هذه الفترة عرف التحريف مراكز التثقيف و التعليم و ذلك لأن الإدارة الإستعمارية سعت إلى محو محو شخصية الجزائرية و القضاء على حضارتها الأصلية و لغتها القومية و قد مرت هذه المرحلة بثلاث مراحل هي:

#### • المرحلة الأولى (1830-1880):

لم تهتم الحكومة الفرنسية بتعليم أبنائها الأهالي بسبب إنشغالها بمواجهة المقاومة الجزائرية في جميع أنحاء القطر الجزائري، وبعد 1850م ترددت الحكومة لفرنسية في فتح مدارس للجزائريين وبعد فتحها كانت تنقل عددا محدودا من التلاميذ بينما كانت تؤسس مدارس لأبناء المعمرين في جميع المدن و حتى في القرى النائية، و قد تم في سنة 1850م فتح معاهد بالجزائر و تلمسان و قسنطينة غايتها تكوين الجزائريين لوظائف معينة .

#### • المرحلة الثانية (1930-1962):

تميزت هذه المرحلة بإلغاء قانون الأهالي، و بعد اندلاع الثورة التحريرية أسست الحكومة الفرنسية سنة 1959م مراكز تربوية اجتماعية خاصة بالأطفال الكبار كان هدفها إبعاد الشباب عن الثورة، هذا و قد حولت المعاهد الثلاث المذكورة إلى (ثانويات فرنسية إسلامية)، ثم ثانويات وطنية سنة 1959م، و لقد بلغ عدد المدارس الحرة ما يقارب 150 مدرسة تضم أكثر من 45 ألف تلميذ و تلميذة، لأن جمعية العلماء المسلمين اهتمت كثيرا بتعليم البنات، أما بالنسبة للتعليم الثانوي فقد اهتمت أيضا به و اعتنت بإرسال العشرات من الطلبة إلى مختلف الدول العربية و على وجه الخصوص إلى جامع الزيتونة بتونس.

#### • المرحلة الثالثة (ما بعد الإستقلال):

ورثت الجزائر بعد استرجاع سيادتها منظومة تربوية كانت أهدافها تتمثل في محو الشخصية و طمس معالم كانت أهدافها التاريخ الجزائري، لذا كان من اللازم أن تتغير هذه المنظومة شكلا و مضمونا

لتعوض بمنظومة جديدة تعكس خصوصيات الشخصية الجزائرية الإسلامية، و قبل الإصلاح الشامل الذي طرأ في 1980م بإقامة المدرسة الأساسية اتخذت عدة تعديلات و إصلاحات جزئية بطبيعة الحال و لكن ذات أهمية كبيرة بناء على ثلاث اختيارات هي:

1-الإختيار الوطني بإعطاء التعريب ما يستحقه من عناية.

2-الإختيار العلمي بفتح التعليم نحو العصرية و التحديث و بالتحكم في العلوم و التكنولوجيا.

3-الإختيار الثوري بتعميم التعلم و جعله في متناول الكبار و الصغار.

#### • المرحلة الرابعة من 2001 إلى يومنا هذا:

تميزت هذه المرحلة بتتصيب لجنة وطنية لإصلاح التربية و التعليم في جميع الأطوار حيث شرع في تطبيق قرارات هذه اللجنة ميدانيا ابتداء من 2002، و قد قسم التعليم الثانوي خلال هذه الإصلاحات إلى تعليم ثانوي عام و تكنولوجي في حين بقيت مدة الدراسة فيه ثلاث سنوات تتوج بحصول المتمدرس على شهادة البكالوريا التي تسمح له بمواصلة الدراسة الجامعية و ينقسم التعليم في مرحلة التعليم الثانوي إلى جذعين مشتركين هما:

جذع مشترك آداب و فلسفة و يتفرع بدوره في السنة الثانية إلى شعبتين شعبة الآداب و الفلسفة و شعبة اللغات الأجنبية.

جذع مشترك علوم و تكنولوجيا و يتفرع هذا الجذع في السنة الثانية إلى أربعة شعب و هي شعبة الرياضيات و شعبة التسيير و الاقتصاد وشعبة العلوم التجريبية و شعبة التقني رياضي. من خلال ما تطرقنا إليه نجد أن التعليم الثانوي قد مر بأربعة مراحل حيث أن كل مرحلة شملت إصلاحات معينة حيث تم فيها استحداث الثانويات و تعيين نخبة تعمل على تطوير البحث العلمي و النظري. (زرهوني الطاهر، 2008، ص34-36)

#### 5-التحولات التي عرفتھا المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي:

لقد عرفت مرحلة التعليم الثانوي في الجزائر تطورا امتد بين 1962م و بين الدخول المدرسي (1993م-1994م) الذي عرف آخر تعديل لهياكله بحيث كانت هناك عدة تعديلات في المنظومة التربوية من أهمها:

(1) - التخلي عن صيغة متقن ذات مستويين لصالح متقن ذات مستوى واحد لغرض مهني مدته 3 سنوات في التعليم الثانوي .

(2) - التخلي عن صيغة متقن ذات مستوى واحد و جعل المؤسسات المفتوحة تتبع التنظيم التربوي والإداري للثانويات التقنية 1976م.

(3) - صدور قانون 1976/04/16م المتضمن تنظيم التعليم و التكوين في الجزائر و نشر المرسوم الرئاسي المتضمن النظام التربوي الجديد و الذي يتفرع إلى مستويات مختلفة:

(أ) -التعليم التحضيري.

(ب) -التعليم الثانوي.

(ج) -التعليم العالي.

(4) -إنشاء كتابة الدولة للتعليم الثانوي و التقني و كتابة الدولة للتكوين المهني 1981م .

(5) -تنصيب تعليم ثانوي تقني قصير يتوج بشهادة الكفاءة المهنية التقنية

(BCT 1981.)

(6) - السماح لحاملي شهادة التقني بدخول الجامعة 1982م.

(7) - إلغاء كتابة الدولة للتعليم الثانوي و التقني 1984 م .

(BCT. ) (8) - إلغاء التعليم التقني الطور القصير (1984)

(9) - إعادة هيكلة شاملة للتعليم الثانوي و التقني مع مضاعفة الشعب مرتين ليصبح عددها 28 شعبة، و إدراج تعليم إختياري و إجباري 1984.

10- إعادة هيكلة شاملة للتعليم الثانوي و التقني 1991م و تنصيب مايلي:  
 جذع مشترك ثالث في السنة أولى ثانوي 1991. تعلم تكنولوجيا بدلا من الشعبة تقني رياضي. (وزارة  
 التربية الوطنية، 2005، ص3-4)

### 6-مجالات و فروع التعليم الثانوي:

تنقسم مرحلة التعليم الثانوي في السنة الأولى إلى جذوع و تخصصات مختلفة و يصطلح البعض  
 على تسميتها بالشعب و نذكرها فيما يأتي:

شعبة الآداب أي الفرع الأدبي و تدرج تحتها المواد الأساسية التالية.

-اللغة العربية

-التربية الإسلامية.

-التاريخ والجغرافيا.

- شعبة العلوم الاقتصادية أو التجارية و التي تشمل موادها الأساسية مايلي:

-العلوم الاقتصادية و المالية.

-الرياضيات.

شعبة المواد العلمية أي الفرع العلمي يتم التركيز فيها على مايلي:

-الرياضيات.

-الفيزياء.

-الكيمياء.

-الأحياء.

<https://www.mawdo3.com>

فلا يقتصر التعليم الثانوي كما التعليم الابتدائي و المتوسط على مجال واحد من التعليم و التخصصات

الموحدة بل يطرح عدة خيارات أمام التلميذ لتحديد طبيعة المسافات التي يود تلقيها وفقا لتحصيله العملي و لميوله و رغباته.

## 7- مبادئ التعليم الثانوي:

### 1- مبدأ وحدة النظام:

تتمثل هذه الوحدة في استمرارية بعض الأهداف و الروابط المشتركة بين أنواع التعليم كله (التعليم الأساسي، التعليم الأساسي، التعليم العالي) و ذلك من خلال الربط بين مدخلات الطور الثانوي و مخرجاته، و ذلك بغية الربط بين التعليم الثانوي و التعليم العالي مما جعل النظام التربوي يتطور طورا بعد طور، و هذا معناه أن مبدأ الوحدة بين فروع التعليم الثانوي لم يكن مأخوذ بعين الإعتبار و لهذا السبب ظل التعليم الثانوي يعيش تناقضات في مدخل الطور و مخرجه و أثناءه، ففي مدخل الطور مثلا لا يوجد التناسق بين ملمح الخروج من التعليم الأساسي و برامج التعليم الثانوي بالنسبة للتلاميذ و على نوعية التعليم و مردوديته، و من نتائج هذا الوضع برز نظامين: أحدهما تعليم عام و الآخر تقني .

### 2- مبدأ التوافق :

إن مبدأ التوافق بين نظام التعليم الثانوي و بين الحاجات الاجتماعية و الاقتصادية الناجمة عن تطور التنمية يبدو غير واضح في وثائق وزارة التربية، بحيث لا يوجد أي مكتب مكلف بالتنسيق بين وزارة التربية و المؤسسات الاقتصادية يوجه عن طريق الطلبة الذين أنهوا المرحلة الثانوية إلى ميدان العمل والإنتاج في هذه المؤسسات بالإضافة إلى عدم العناية بالتعليم التقني الذي يحضر لعالم الشغل نظرا لتكاليفه الباهظة و رجوع الأهداف المعرفية على الأهداف المسلكية، و لكن هذا التناقض في الطرح والذي أدى بطبيعته إلى نقد مبدأ التوافق إلى عدم التوافق تسبب في عرقلة طموح التلاميذ و بالتالي تكوين حاجز يفصل بين ميول التلاميذ و رغباتهم من جهة و من جهة ثانية بين حاجات التنمية الاجتماعية والاجتماعية.

### 3- مبدأ التناسق:

يتمثل هذا المبدأ في التكامل و الاقتصاد في التنظيم العام للنظام التربوي كله و التعليم الثانوي خصوصا و ما يحتوي عليه من أنظمة فرعية و يتجلى ذلك من خلال التنسيق في تحديد الأهداف

والمستويات و المناهج المتبعة لكل نظام فرعي على حدى، كما يتجلى في إتباع خطة التقويم و التوجيه حسب مراحل التعليم و كيفية التدرج بينهما و التي تبدو في الأساليب المعتمدة التي تضمن لكل بنية مردوديتها حتى يكون التعليم وطنيا في أبعاده. (دعاء محمود، 2015، ص380-381)

لكل نظام تربوي مبادئ يقوم عليها و تعتبر المبادئ هي القواعد التي يقوم عليها كل نظام و باعتبار النظام التربوي أحد الأنظمة المعروفة و الموجودة في نظام الدول و المجتمعات فإنه يقوم على ثلاثة مبادئ أساسية يسير وفقها لكي يضمن نتائجه الإيجابية.

### 8- مميزات التعليم الثانوي:

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

- عدد أصغر من المدارس الكبيرة.

- حاجة أكبر لإدارة قطاع أكبر من الوظائف.

- قاعدة ارتباط أضيق بالمجتمع المحلي بسبب محدودية الرقعة الجغرافية.

- يتصف بنسبة مردود أعلى على مستوى الوطني والإقليمي والاجتماعي.

- يعتبر التعليم الثانوي جزءا مكملا للنظام التعليمي الأساسي وذلك في سياق عملية التعلم مدى الحياة.

يقدم مجموعة من المقررات الدراسية الكبيرة لكي توجه الاحتياجات المختلفة للطلاب من ناحية التنمية الشاملة والإقتصاد جهة أخرى.

يمثل مجتمعا متكاملا من الناحية العلمية والاجتماعية والثقافية للطالب التي تساهم في عملية الإعداد المستقبلي.

يوجد فيه التوجيه المدرسي الذي يتولاه أخصائيون في علم النفس وعلم الاجتماع.

نجد في مؤسسات الثانوية عدة تخصصات في كل المواد الأدبية وكذلك العلمية. (لغور صونية2017،ص45)

حيث نرى بأن التعليم الثانوي مدته ثلاث سنوات وأنه المرحلة التي تتوسط التعليم الأساسي و التعليم العالي بالإضافة أنه يشمل مختلف التخصصات و العلوم فهي المرحلة التي تمكن التلميذ من مواصلة تعليمه الجامعي والإنخراط في عالم الشغل.

### 9-التنظيم الإداري لمؤسسة التعليم الثانوي:

ينص المرسوم رقم 72 المؤرخ في 16/04/1976م في المادة الخامسة منه على أن مؤسسة التعليم الثانوي يديرها مدير يعينه الوزير المكلف و يساعده مجلس توجيه و تسيير ثلاث مساعدين هم: نائب مدير الدراسات: يتولى تحت سلطة المدير تنسيق عمل الأساتذة و الإشراف على التنظيم التربوي للمؤسسة و السهر على تطبيق البرامج و طرق التدريس، كما يمكن أن ينوب المدير في جميع مهامه في حالة تغيبه أو حصول مانع له، باستثناء وظيفة الأمر بالصرف التي يمكن أن تحول له بقرار وزاري. مستشار رئيسي للتربية: يكلف بشؤون التلاميذ (المراقب العام).

مسير مالي: يتكفل بالتسيير المالي والمادي للمؤسسة من خلال تحديد الميزانية كل سنة والتي تحتوي على النفقات الخاصة بالمؤسسة.

كل مؤسسة تحتاج إلى مسؤولين يهتمون بها و بتحقيق الأهداف التي تسعى إليها و بما أن مؤسسة التعليم الثانوي مؤسسة تربوية فإنه يقع على عاتقها مسؤولية نجاح تلاميذها فبذلك تحتاج إلى مسؤولين يسهرون على تطبيق مناهجها و السهر على تحقيق راحة و سلامة التلاميذ و رفع مستوى تحصيلهم.

## خلاصة الفصل:

من خلال عرضنا لعناصر هذا الفصل اتضح أن قلق الإمتحان يعد من المشكلات التي يواجهها التلاميذ و التي تحتل الصدارة في قائمة المشكلات الدراسية ذات التأثير السلبي على التلاميذ في مختلف المراحل الدراسية ، و لقلق الإمتحان جانبان أحدهما إيجابي يعمل كحافز للتلميذ لتحقيق نتائج أفضل أما الثاني فهو سلبي يعيق الأداء المتوقع للتلميذ و هذا الأخير يحتاج إلى وضع استراتيجيات و مخططات من خلال المختصين في مجال علم النفس و علوم التربية خاصة في مجال التوجيه و الإرشاد لعلاج و التقليل من آثاره على مستوى أداء و إنجاز التلاميذ.

## الجانب التطبيقي

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2- ميدان الدراسة

3- منهج الدراسة

4- عينة الدراسة

5- أدوات جمع البيانات

6- الوسائل الإحصائية

خلاصة

**تمهيد**

بما انه أي بحث علمي يجب أن يبنى على قاعدة علمية صحيحة فهو ينطلق من الجانب النظري ثم ينتقل إلى الجانب التطبيقي و في فصلنا هذا سنتطرق إلى الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة والمتمثلة في الدراسة الاستطلاعية، المنهج المستخدم، طريقة اختيار العينة (المعينة)، العينة وخصائصها، مكان و زمان و طريقة إجراء الدراسة، بالإضافة إلى الأدوات المعتمد عليها لجمع المعطيات و الأساليب الإحصائية المستخدمة و في الأخير سيتم عرض و تفسير النتائج المتوصل إليها.

## 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية احدى أهم المحطات والمراحل المهمة في الدراسات المتخصصة في العلوم الإنسانية والاجتماعية فهي تعتبر مرحلة أولية يتم فيها جمع المعلومات التي تساعد في تهيئة الجانب الميداني لدراسة والتحقق من إمكانية إجراء البحث واختيار الأدوات المناسبة وصلاحيتها.

قمنا بالاتصال بالجهات المسؤولة في ثانوية الإخوة ظريف بدلس، وذلك من أجل الحصول على الموافقة الكتابية لتمكن من إجراء الدراسة الاستطلاعية والتي حاولنا من خلالها التعرف على الهيكل التنظيمي لثانوية وأهم الوحدات التي تتفرع فيها، وقد تمت الدراسة الاستطلاعية عن طريق العديد من الزيارات لميدان المؤسسة قصد جمع المعلومات التي ساعدتنا في تحضير وضبط بنود الاستبيان وتهيئة أرضية البحث، و كان هذا في الفترة الممتدة من بداية جانفي 2022 إلى ماي 2022، وبعد الانتهاء من صياغة الاستبيان قمنا بتوزيعه على خمسة أساتذة من قسم علوم التربية بجامعة مولود معمري تيزي وزو لغرض التحكيم والتأكد من صحة بنود الاستبيان وصدقه وقد تم اجراء بعض التعديلات الطفيفة من طرف بعض الأساتذة المحكمين والتي تم أخذها بعين الاعتبار في تصميم وبناء الاستبيان.

تم التأكد من فهم معاني بنود الاستبيان

تم التأكد من وضوح عبارات الاستبيان

و من خلال الدراسة الاستطلاعية تم التوصل إلى النتائج الأولية التالية:

- بلغ عدد الإناث 16 بينما بلغ عدد الذكور 14.
- بلغ تلاميذ شعبة العلوم 21 تلميذ بينما بلغ تلاميذ شعبة الآداب 9
- بلغ المتوسط الحسابي لدور مستشار التوجيه 44.
- بلغ الانحراف المعياري لدور مستشار التوجيه 7.93.
- لا توجد فروق بين الجنسين لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الامتحان.

- بلغ ثبات الاستبيان 0.772 .

- صدق الاستبيان 0.93.

## 2-ميدان الدراسة:

تم إنشاء ثانوية الإخوة ظريف الكائنة ببلدية دلس بولاية بومرداس في تاريخ 23/09/1985 ذات بناء صلب تقدر مساحتها ب 1500 م ، 2000 م منها مبنية 1300 م غير مبنية ، وهذه الثانوية ذات نظام نصف داخلي .

كما تحتوي هذه المؤسسة على المحلات التالية :

- المحلات التربوية : و تشمل قاعات التدريس الذي يبلغ عددها 20 قاعة و 6 مخابر وورشة تقنية وملعب ومكتبة ومدرج.

- محلات أخرى: وتتمثل في مطعم ، مطبخ ، مرقد و 11 مكتب إداري و 3 مخازن وتحتوي كذلك على 6 سكنات وظيفية ومضيافة.

## 3-منهج الدراسة:

وفقا لطبيعة الدراسة الحالية واشكالية الدراسة وفرضياتها قمنا باستخدام المنهج الوصفي في هذه الدراسة حيث أن هذا المنهج يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، والتعبير الكمي الذي يعطي وصفا رقميا يوضح مقدار وحجم الظاهرة، (بالطبيب عيسى، كديدة ايمان، 2011، ص.60)

## 4-عينة الدراسة:

تعتبر عينة الدراسة محطة رئيسية للباحث في دراسته حيث يستلزم على الباحث أن يختار عينة تمثل مجتمع البحث بغرض تحقيق أهداف البحث والتي تساعد في الوصول الى نتائج منطقية.

قمنا باختيار عينة البحث وذلك بعد استبعاد عينة الدراسة الاستطلاعية لتفادي اثر التعلم والمتكونة من (30) تلميذ ، وتم اختيار عينة قدرها (100) فرد لإجراء الدراسة ،حيث تم اختيار افراد العينة بالطريقة

العشوائية بحيث نجد بأن الخاصية الأساسية التي يجب أن تتوفر لدى أفراد عينة بحثنا هي كونهم تلاميذ السنة الاولى ثانوي فقط .

4- خصائص عينة البحث:

بلغ عدد افراد عينة بحثنا (100) تلميذ

4-1- خصائص السيسيوغرافية لأفراد العينة:

4-1-1- خصائص العينة حسب الجنس:

جدول رقم (1) توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
51%	51	ذكر
49%	49	أنثى
100%	100	المجموع



الشكل رقم ( 1 ) اعمدة بيانية لتوزيع أفراد العينة حسب الجنس.

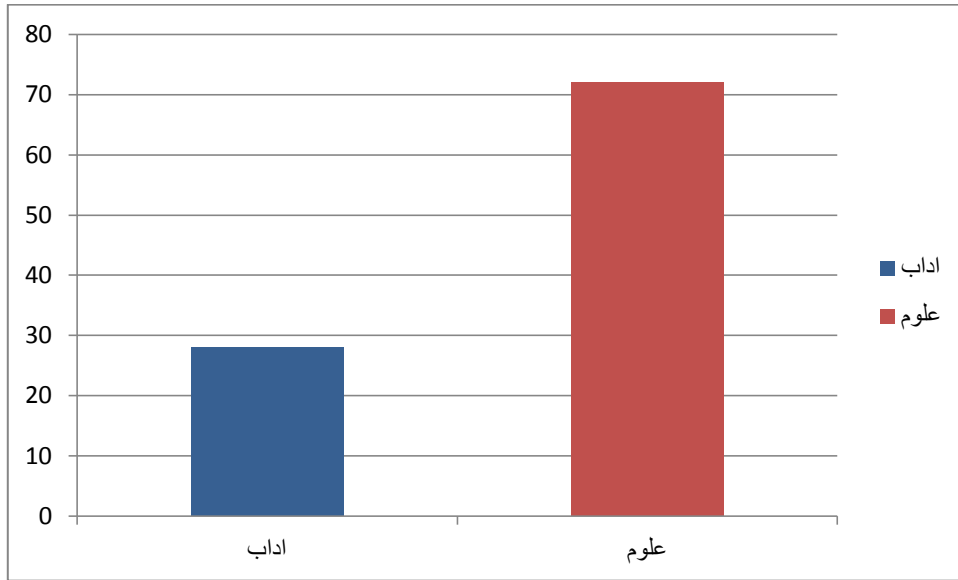
من خلال الجدول رقم ( 1 ) والشكل رقم (1) نلاحظ أن عدد الذكور تمثل أغلبية أفراد العينة حيث قدر عددهم ب (51) بنسبة مئوية تقدر ب ( 51%)، في حين نجد ان عدد أفراد العينة من الاناث قد بلغ عددهم (49) بنسبة مئوية تقدر ب (49%).

4-1-2- خصائص العينة حسب التخصص:

جدول رقم (2) توزيع أفراد العينة حسب التخصص.

النسبة المئوية	التكرار	التخصص
28%	28	اداب
72%	72	علوم

المجموع	100	%100
---------	-----	------



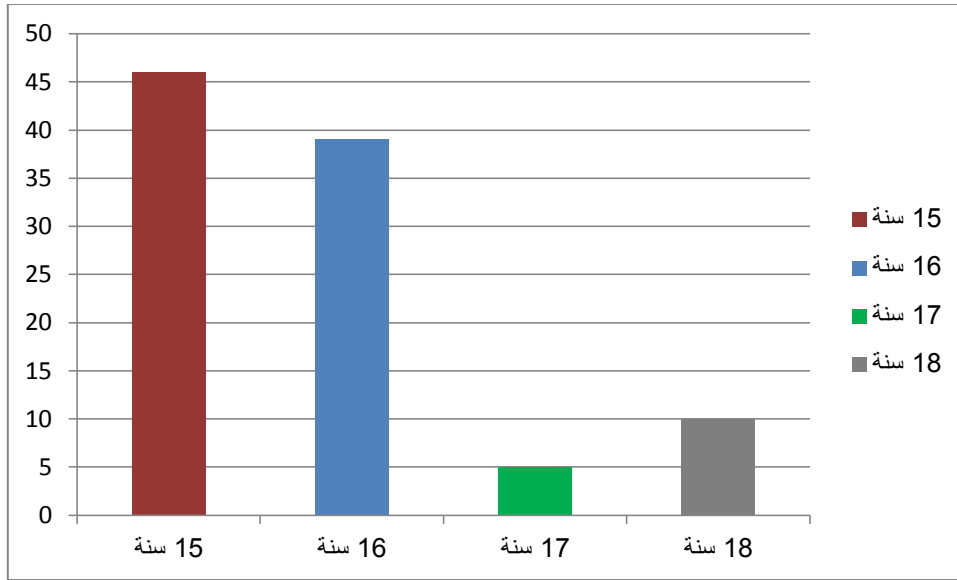
شكل رقم (2) اعمدة بيانية لخصائص العينة حسب التخصص.

من خلال الجدول رقم (2) والشكل (2) نجد أن أغلبية أفراد العينة كانوا من شعبة العلوم حيث بلغ عددهم (72) ونسبة مئوية (72%) أما شعبة الاداب قد بلغ عددهم (28) بنسبة مئوية تقدر ب: (28%).

#### 4-1-3- خصائص العينة حسب السن:

جدول رقم (3) توزيع أفراد العينة حسب السن.

النسبة المئوية	التكرار	فئة العمر
%46	46	15 سنة
%39	39	16 سنة
%5	5	17 سنة
%10	10	18 سنة
%100	100	المجموع



شكل رقم (3) اعمدة بيانية لخصائص العينة حسب السن.

من خلال الجدول رقم (3) والشكل (3) نلاحظ أن عدد أفراد العينة الذين أعمارهم (15 سنة) قد بلغ (46) وبنسبة مئوية تقدر ب: (46%) ثم أفراد العينة الذين أعمارهم (16 سنة) حيث بلغ عددهم (39) وبنسبة مئوية تقدر ب: (39%)، كما نجد أن عدد أفراد العينة بين عمر (18 سنة) قد بلغ (10) وبنسبة مئوية (10%)، وأخيرا أفراد العينة الذين أعمارهم (17 سنة) حيث بلغ عددهم (5) وبنسبة مئوية تقدر ب: (5%).

#### 5- أدوات جمع البيانات:

تعد أدوات جمع البيانات مفتاح كل باحث لجمع المعلومات حول دراسته وفي بحثنا هذا قمنا

بالاعتماد على الأدوات التالية:

#### 5-1- الاستبيان

لقد تم الاعتماد في دراستنا هذه على الاستبيان حيث أنه يعتبر من أكثر الأدوات شيوعا في جمع

البيانات خاصة في العلوم الإنسانية والاجتماعية وأيضا في البحوث التربوية والنفسية بشكل خاص نظرا

لفاعلية هذه الأداة ومردودها في النتائج ونظرا لملائمة هذه الأداة لدراستنا وموضوع بحثنا فقد تم الاعتماد

عليها بشكل أساسي.

يعتبر الاستبيان من أكثر أدوات جمع البيانات شيوعاً في البحوث الاجتماعية، ويرجع ذلك للمميزات التي تحققها هذه الأداة بالنسبة لاختصار الجهد أو التكلفة أو سهولة معالجة بياناتها بالطرق الإحصائية، وهذه السهولة الظاهرة تخفي وراءها عدداً كبيراً من الصعوبات المنهجية التي يتعين مواجهتها حتى يتمكن الباحث من صياغة الاستبيان بشكل يحقق أهداف الدراسة ويمكنه من الإجابة على التساؤلات الأساسية للبحث. (صبرينة ميلاط، 2006، ص. 99)

#### 5-1-2- بناء الاستبيان

لقد قمنا بتصميم الاستبيان من قسمين هما:

القسم الأول: تضمن هذا القسم البيانات الشخصية وهي: الجنس، التخصص، السن.

القسم الثاني: تضمن هذا القسم على (25) عبارة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

#### 5-1-3- تطبيق الاستبيان

وقد طلب من المبحوثين في هذا الاستبيان بوضع علامة (X) عند الإجابات الثلاث التي تعبر عن رأيه

#### 5-1-4- تصحيح الاستبيان

وقمنا بتحديد الإجابات وفقاً : دائماً، أحياناً، غالباً. حيث يعبر الرقم (3) عن أعلى درجة (دائماً)، بينما الرقم (2) يعبر (أحياناً) و إما (غالباً) يعبر عنه ب (1).

#### 5-2-3- الخصائص السيكومترية للاستبيان

إن التحقق من صحة عبارات وبنود الاستبيان هي ضرورة لسير في تحقيق أهداف الدراسة والتأكد من فعالية الأداة في تحقيق النتائج المراد الوصول إليها.

5-2-3-1-الصدق الظاهري

ويعرف أيضا بصدق آراء المحكمين حيث تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين وهم مجموعة من أساتذة يدرسون في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري وبالتحديد في تخصص إرشاد و توجيه، وقد استجبنا إلى آراء المحكمين وقمنا بإجراء ما يلزم من حذف وتعديل في ضوء المقترحات المقدمة وبالتالي تمكنا من تصميم استبيان في صورة نهائية تحترم منهجية البحث. جدول رقم (4) بنود الاستبيان قبل و بعد التعديل:

البنود قبل التعديل	البنود بعد التعديل
اذهب الى مستشار التوجيه عند إعلان جدول الاختبارات	أتوجه إلى مستشار التوجيه عند إعلان جدول الاختبارات
اشعر بالارتياح عند تعاملي مع المرشد	اشعر بالارتياح عند تعاملي مع مستشار التوجيه
تلعب الثناءات التي يقدمها لي مستشار التوجيه دور ايجابي في التخفيف من حدة توتري أثناء الامتحان	تلعب النصائح التي يقدمها لي مستشار التوجيه دور ايجابي في التخفيف من حدة توتري أثناء الامتحان
يزودنا مستشار التوجيه بالمواقع و المنتديات التي تخص عالم الشغل	حذفت
ينصحني مستشار التوجيه بضرورة احترام الأستاذ	حذفت

5-2-3-2-الصدق الذاتي

من أجل التأكد من مدى ملائمة الاستبيان و العينة قمنا بتوزيعه على عينة الدراسة الاستطلاعية المقدره ب (30) تلميذ من اجل حساب صدق وثبات المقياس.

وبالتالي قمنا بحساب صدق وثبات الاستبيان وذلك باستعمال التجزئة النصفية و معامل سبيرمان براون وفق الجدول التالي:

جدول رقم (5) صدق وثبات الاستبيان

صدق الاستبيان	ثبات الاستبيان	حجم العينة
0.93	0.772	30

ومن أجل التأكد أكثر تم إيجاد درجة ثبات الاستبيان اعتمادا على معامل الارتباط بيرسون بين معدل البنود الفردية ومعدل البنود الزوجية حيث تقدر قيمته (0.77) وقد تم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل الارتباط سبيرمان براون (0.87). أما صدق المقياس فيقدر ب (0.93). و تم حساب ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية ،ومن هذا يتبين أنها تمثل قيم جيدة لثبات الاستبيان مما يشير الى إمكانية ثبات النتائج التي تسفر عنها أداة الدراسة عند تطبيقها.

#### 6-الوسائل الإحصائية

بعد استرجاع الاستبيانات قمنا بفرزها وتفرغها ومعالجتها عن طريق برنامج الحزم الإحصائية للعلوم

الاجتماعية SPSS وقد تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

- معامل الثبات ألفا كرونباخ لحساب الثبات الداخلي .
- معامل الارتباط سبيرمان براون لحساب التجزئة النصفية.
- النسب المئوية والتكرارات لبيان خصائص العينة.
- المتوسط الحسابي لحساب المستويات.
- الانحراف المعياري.

## خلاصة:

اشتمل هذا الفصل على أهم خطوة في الدراسة ، فبعد تحديد الإجراءات الأساسية للدراسة من منهج وعينة وأدوات الدراسة إضافة إلى توضيح الأساليب الإحصائية المستخدمة للدراسة الأساسية، سوف نعرض في الفصل التالي نتائج الدراسة الأساسية و مناقشتها بترتيب حسب عرض الفرضيات.

## الفصل السادس: تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض النتائج حسب مقياس البحث

2- تفسير النتائج

استنتاج عام

خاتمة الدراسة

**تمهيد**

بعد تطرقنا في الفصل السابق الى تقديم الدراسة الاستطلاعية للميدان ومختلف أبعادها وكذلك التأكد من مختلف المؤشرات حول ميدان الدراسة والمنهج الأنسب لدراسة الأدوات والأساليب الإحصائية التي يجب العمل بها في هذه الدراسة، بحيث سنحاول في هذا الفصل إسقاط هذه الدراسة من خلال عرض نتائج المتحصل عليها وتحليلها ومناقشتها قصد التوصل إلى مدى تحقق فرضيات الدراسة.

1- عرض النتائج

بعد توزيع مقاييس الدراسة على عينة البحث تم جمع البيانات وتفرغها وذلك بالاعتماد على الإحصاء الوصفي والتي تم توضيحها بشكل مفصل.

1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة

جدول رقم (6) يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و درجة استجابات أفراد العينة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

رقم البند	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة	الرتبة
1	العبارة الأولى	2.22	0.41	متوسط	2
2	العبارة الثانية	2.63	0.48	عالي	18
3	العبارة الثالثة	2.30	0.46	متوسط	4
4	العبارة الرابعة	2.47	0.50	عالي	10
5	العبارة الخامسة	2.80	0.40	عالي	25
6	العبارة السادسة	2.60	0.49	عالي	15
7	العبارة السابعة	2.53	0.50	عالي	11
8	العبارة الثامنة	2.58	0.49	عالي	14
9	العبارة التاسعة	2.16	0.36	متوسط	1
10	العبارة العاشرة	2.66	0.47	عالي	20
11	العبارة الحادي عشر	2.46	0.50	عالي	9

8	عالي	0.49	2.42	العبارة الثانية عشر	12
23	عالي	0.42	2.76	العبارة الثالثة عشر	13
24	عالي	0.47	2.76	العبارة الرابعة عشر	14
5	متوسط	0.46	2.31	العبارة الخامسة عشر	15
7	عالي	0.49	2.39	العبارة السادسة عشر	16
6	عالي	0.47	2.34	العبارة السابعة عشر	17
19	عالي	0.48	2.63	العبارة الثامنة عشر	18
21	عالي	0.47	2.67	العبارة التاسعة عشر	19
16	عالي	0.48	2.62	العبارة العشرون	20
12	عالي	0.50	2.53	العبارة الواحد والعشرون	21
3	متوسط	0.42	2.23	العبارة الثاني والعشرون	22
17	عالي	0.48	2.62	العبارة الثالث والعشرون	23
13	عالي	0.50	2.55	العبارة الرابعة والعشرون	24
22	عالي	0.44	2.73	العبارة الخامسة والعشرون	25

نلاحظ من خلال الجدول المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و لدور مستشار التوجيه حيث يتضح ان العبارات (5،13،14،25) جاءت درجاتها عالية و بمتوسطات حسابية مقارنة يتراوح بين 2.73 و 2.80 بانحراف معياري مقارنة يتراوح بين 0.40 و 0.44 ،

و ايضا جاءت العبارات (4,7,21,24,8,6,20,23,2,18,19,10) جاءت درجاتها عالية وبتوسطات حسابية مقارنة يتراوح بين 2.53 و 2.67 بانحراف معياري مقارنة يتراوح بين 0.50 و0.48 ،بالإضافة إلى العبارات (4,11,12,16,17) جاءت درجاتها عالية و بتوسطات حسابية مقارنة يتراوح بين 2.47 و 2.34 بانحراف معياري متقارب يتراوح بين 0.50 و 0.47 أما العبارات (9,1,22,3,15) جاءت درجاتها متوسطة و بتوسطات حسابية مقارنة يتراوح بين 2.16 و 2.31 بانحراف معياري متقارب يتراوح بين 0.36 و 0.47 .

### 1-2 عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى حسب اختبار الفروق - ت :-

جدول رقم (7) الدلالة الإحصائية للفروق بين الذكور والإناث من حيث متغير دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

العينة	الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة - ت	القيمة المرافقة	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
100	ذكور	51	62.78	4.97	-0.183	0.855	0.05	غير دالة
	إناث	49	62.95	4.55				

انطلاقاً من القراءة الإحصائية للجدول (7) الخاص باختبار الفرضية التي مفادها توجد فروق بين

الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ، حيث بلغ عدد الذكور (51) حيث يقدر المتوسط الحسابي ب (62.78) بانحراف معياري (4.97)، اما فيما يخص إناث فقد بلغ عددهم (49) حيث يقدر المتوسط الحسابي ب (62.95) بانحراف معياري (4.55)، يتضح لنا ان المتوسطات قد اظهرت فرقا بين عينة النساء و

الرجال في متغير دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان ، لذلك ارفقت هذه النتائج بحساب اختبار ت- لدلالة الفروق بين المتوسطات لأجل التحقيق من مدى صحة الفرضية تما ايجاد قيمة ت- و التي تقدر حسب الجدول ب (-0.183) و بعد مقارنة القيمة المرافقة التي تساوي  $\text{sig} = (0.855)$  بمستوى الدلالة (0.05) يتبين لنا ان قيمة sig اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

نستطيع القول بأنه لا توجد فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ، و بالتالي الفرضية لم تحقق.

### 3-1 عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية حسب اختبار الفروق ت- :-

جدول رقم (8) الدلالة الاحصائية للفروق بين شعبة الآداب و العلوم من حيث متغير دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

العينة	التخصص	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت-	القيمة المرافقة	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
100	آداب	28	64.03	3.10	1.907	0.060	0.05	غير دالة
	علوم	72	62.41	5.19				

انطلاقاً من القراءة الإحصائية للجدول رقم (8) الخاص باختبار الفرضية التي مفادها توجد فروق بين شعبة الآداب و العلوم بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ، حيث بلغ عدد تلاميذ شعبة الآداب (28) تلميذ حيث يقدر المتوسط الحسابي ب (64.03) بانحراف معياري (3.10)، أما فيما يخص شعبة العلوم فقد بلغ عددهم (72) تلميذ حيث يقدر المتوسط الحسابي ب (62.41) بانحراف معياري (5.19)، يتضح لنا أن المتوسطات قد أظهرت فرقا بين شعبتي العلوم و الآداب ، لذلك أرفقت هذه النتائج بحساب اختبار ت-

لدلالة الفروق بين المتوسطات لأجل التحقيق من مدى صحة الفرضية تما ايجاد قيمة -ت- و التي تقدر حسب الجدول ب (1.907) و بعد مقارنة القيمة المرافقة التي تساوي sig = (0.060) بمستوى الدلالة (0.05) يتبين لنا أن قيمة sig اكبر من مستوى الدلالة (0.05).

نستطيع القول بأنه لا توجد فروق بين شعبة الآداب والعلوم بالنسبة لدور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي ، و بالتالي الفرضية لم تحقق.

## 2- تفسير النتائج

تفسير نتائج الفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على وجود دور لمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، حيث يظهر من خلال النتائج التي توصلنا إليها و الموضحة في الجدول رقم (05) أن مستشار التوجيه له دور كبير في التخفيف من قلق الإمتحان فهو يقوم بدوره على أكمل وجه كما يقوم بنشاط تربوي بالغ الأهمية في قطاع التربية و التعليم و ذلك بتحقيق التوافق النفسي و الصحة النفسية و الفكرية للتلميذ و متطلبات الفروق التكوينية و المهنية لمساعدة التلميذ للتعرف على ذاته و محيطه و تحقيق مشروعه المهني لأن هذا التناسق من شأنه أن يضمن تكيف التلميذ الدراسي من جهة و التغلب على مختلف الصعوبات الدراسية من جهة أخرى.

وهذا ما أكدت عليه دراسة (روزفلت و نيلسون، 1996) تحت عنوان : تقييم دور مستشار التوجيه المدرسي و هدفت هذه الدراسة لمعرفة قدرة مستشار التوجيه على تقييم الأعمال التي يقوم بها داخل المؤسسة و قد توصل الباحثان في هذه الدراسة إلى أن مستشاري التوجيه يقومون بتحقيق الأهداف بدرجة عالية و أنهم يقومون بدورهم على أحسن وجه.

فدور مستشار التوجيه هو متابعة مسار المتعلمين في جميع مراحلهم التعليمية و مساعدتهم على حل مشاكلهم و اتخاذ قراراتهم و تحقيق التوافق النفسي و الإجتماعي من أجل تهيئة المناخ المناسب

للتلميذ لإكمال دراسته، إضافة إلى علاقته الجيدة مع التلاميذ والجو الذي يطفئه في الحصص الإعلامية التي يقوم بها من حين لآخر يعرفهم فيها عن التخصصات و الحرف و المنافذ المهنية المتوفرة في عالم الشغل، ومتابعة التلاميذ من الجانب النفسي والتحصيلي و تعريفهم بالنتائج السلبية التي تنتج عن قلق الإمتحان وآثاره الغير مرغوب فيها للتخفيف من تخيلات التلاميذ حوله، فالمرشد يصبو بالوصول بالتلميذ إلى أرقى مستوى من التعليم و تحقيق التوافق النفسي و التوازن في شخصيته فهو من سطر هدفه منذ بداية السنة الدراسية و وضعه لبرنامج سنوي يتبعه يركز فيه على عدة مشاكل قد تواجه التلاميذ و تعيقهم عن تحقيق مستوى دراسي جيد منها مشكلة قلق الإمتحان، فموقف الإمتحان أصبح يشكل هاجسا للتلاميذ فهم يرون أنه موقف مصيري يحققون من خلاله إما الإنتقال أو إعادة السنة، وهنا يعمل مستشار التوجيه على إيجاد حلول مناسبة لهذه المشكلة عن طريق القيام بجلسات إرشادية فردية مع التلاميذ الذين يعانون من قلق امتحان مرتفع يتعرف من خلالها على شخصية التلميذ، فالجانب النفسي و الإنفعالي له دور كبير في بناء الشخصية السوية و هذا ما يركز عليه المرشد عن طريق بناء علاقة إرشادية تسودها الثقة و التعاون بين الطرفين، فالعلاقة الإرشادية الجيدة هي أساس نجاح العملية الإرشادية.

تفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

تنص الفرضية على وجود فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ، حيث يظهر من خلال النتائج المتوصل إليها ومن خلال الجدول رقم (06) و ملاحظة النتائج بين المتوسطات توصلنا إلى أنه لا توجد فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التقليل من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي و هذا راجع لديناميكية تعامل مستشار التوجيه المدرسي مع كلا الجنسين فهو يراعي الفروق الفكرية و العقلية الموجودة بينهما .

حيث تتنافى نتائج دراستنا مع دراسة (منى الصواف وآخرون) اللذين اعتبروا أنه توجد عوامل وراثية تساهم في إيجاد فروق في القلق من الامتحان بين الجنسين وذلك أن هرمونات الأنوثة تؤدي دورا هاما كأحد العوامل أو مسببات القلق والاضطراب.

حيث أن مستشار التوجيه يقوم بعمله دون التفريق بين الذكور والإناث فهو يقوم بحصص إعلامية في الأقسام مع كلا الجنسين و يقوم بمساعدتهم على وضع خطط مراجعة من أجل التخلص من

القلق الذي يسبق الإمتحان، كما يقوم باستدعاء التلاميذ سواء الذكور أو الإناث في حين تراجع نتائجهم الدراسية و معرفة المشكل الذي تسبب لهم في ذلك.

كما يعمل مستشار التوجيه على تفهم ميول ورغبات الذكور والإناث من حيث اختياراتهم لتخصصاتهم من خلال الشعب المتاحة في السنة الثانية ثانوي و العمل على تقويمهم في نهاية السنة الدراسية و تنظيم دروس استدراك للذين يعانون من قلق الإمتحان، فهدفه الرئيسي هو مساعدة جميع التلاميذ في التغلب على قلق الإمتحان و تحسين مستواهم الدراسي.

و هذا راجع إلى خبرة المرشد و مؤهلاته العلمية و قيامه ببحوث و دراسات حول الصعوبات التي تواجه التلاميذ خاصة في السنة الأولى ثانوي نظرا لتغييرهم للمؤسسة و انتقالهم من المتوسطة إلى الثانوية كذلك تغييرهم لنمط التدريس مما يشعرهم بقلق و خوف من الإمتحان، فالمرشد يتمتع بفن التعامل مع المسترشدين و هذا ما يستغله في قيامه بلقاءات مع التلاميذ في صفوفهم حسب برامج معدة و مخطط لها من قبل ليتناقش معهم في جو من الحوار و التفاعل الذي يتفاعل فيه كلا الجنسين و إعطاء الحرية لهم في التعبير عن رأيهم دون التفريق بين الذكور و الإناث وذلك لتعريفهم بالشروط المعرفية الضرورية لتفنيح مواهبهم و استغلال قدراتهم و التكيف مع المشكلات و إيجاد الحلول لها.

فحرصه على إنجاز عمله على أكمل وجه جعله يقوم باجتماعات أيضا مع المعلمين و القيام باستدعاء الأهل من أجل جمع أكبر عدد من المعلومات عن التلاميذ القلقين و التي تخدم هدفه، فالقلق الذي يصيب التلميذ قبل و أثناء الإمتحان قد يكون راجع لأسباب عائلية أو نفسية أو تحصيلية أو ترجع لمشكل وقع بين التلميذ و المعلم لذلك توجب وجود علاقة متواصلة بين المرشد و أهل التلاميذ و المعلمين من أجل تسهيل الوصول إلى حلول تساعد كلا الجنسين من التخلص من مشكلة قلق الإمتحان و تحقيق المستوى المراد الوصول إليه و بالتالي تحقيق أهدافهم التعليمية.

تفسير نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

تنص نتائج الفرضية الثانية على وجود فروق بين التخصصين (علمي/أدبي) بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التقليل من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

فمن خلال النتائج المتوصل إليها و من خلال الجدول رقم (07) و بحساب اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات اتضح لنا أنه لا توجد فروق بين التخصص (علمي / أدبي) بالنسبة لدور مستشار

التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان و هذا راجع لمرافقة مستشار التوجيه و الإرشاد للتلاميذ خلال مساهمهم الدراسي من خلال توجيههم للشعب المناسبة لهم حسب ميولهم و رغباتهم مع مراعاة قدراتهم العقلية و الفكرية قصد تحسين تحصيلهم الدراسي.

حيث تنافت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة (خديجة بن فليس، 2004) و التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ مختلف التخصصات فيما يتعلق بمعايير الاختيارالدراسي .

فالكفاءة المهنية للمرشد مكنته من القيام بدوره في معالجة قلق الإمتحان لدى تلاميذ كلا التخصصين ما يدل أنه لا يفرق بينهما فنفس المهام و الحصص التي يقوم بها مع تلاميذ التخصص العلمي يقوم بها مع تلاميذ التخصص الأدبي ، فالمرشد المختص ذو خبرة يتمكن من القيام بمتابعة التلاميذ الذين يعانون من صعوبات من الناحية النفسية و البيداغوجية قصد تمكينهم من مواصلة الدراسة و ذلك بحكم اختصاص مستشاري التوجيه في مجال علم النفس و علم الاجتماع ، كذلك يعمل على مساعدتهم في اتخاذ قراراتهم و اكتشاف مواهبهم وإثارة الدافعية لديهم و تشجيع الرغبة على التحصيل الدراسي بناء على مبدأ الفروق الفردية بين التخصصين لمعرفة نقاط القوة لتعزيزها و نقاط الضعف لمعالجتها ، إضافة لحرصه على العمل مع مدير المدرسة على التخطيط لاجتماعات الآباء و الأساتذة من أجل تبادل وجهات النظر حول القضايا و العراقيل التي تخص التلاميذ، كما أن العلاقة الإرشادية بين المرشد و التلاميذ لها دور فعال في التخفيف من قلق الإمتحان ، فهو يقوم بمساعدة التلاميذ على حل مشاكلهم الدراسية و الإهتمام بقدراتهم على بناء مشروع مهني دراسي ناجح و مساعدتهم على التخطيط التربوي و رغبات التلاميذ و إمكانياتهم العلمية الحقيقية بالنظر إلى متطلبات الشعبة و التخصص المعين المرغوب فيه و الذي يتماشى مع قدراتهم و ميولاتهم و تخصصاتهم فالمرشد يتصف بالمرونة في التعامل مع التلاميذ فهو الشخص الوحيد في المدرسة الذي يتقبل التلميذ كما كان و يعمل على تفهم سلوكياته الانفعالية و تغيراته الفيزيولوجية و العقلية التي تترك التلميذ و تعيقه عن المهام الضرورية للأداء الجيد في الإمتحان . فعمل المرشد لا يقتصر على التعامل و التكفل بالتلاميذ الذين يعانون من المشاكل بل يهتم أيضا بالتلميذ السوي و العادي في كلا التخصصين سواء العلمي أو الأدبي فيقدم لهم المساعدة في المجال الدراسي و العملي كما يساعدهم على استخدام الإمكانيات المتوفرة لديهم بشكل أكثر فاعلية و تنمية مواطن التفوق لديهم و الإرتقاء بها لبلوغ أعلى درجات الفعالية.

فالتلاميذ في هذه المرحلة يمرون بمرحلة مراقبة فهم يتمتعون بنفس الطموح ، فكل منهما (التخصصين) يسعى إلى تحقيق مردود دراسي أفضل عن طريق إبراز قدراتهم على تجاوز المشكلات و إحداث التوازن بين رغباتهم و متطلبات مجتمعهم مما يتطلب تدخل مستشار التوجيه لمساعدتهم على تحقيق الرضا النفسي و تحقيق التوازن بين ميولاتهم وقدراتهم العقلية.

### استنتاج عام:

توصلنا من خلال نتائج الدراسة أن لمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي دور مهم في التخفيف من قلق الإمتحان بالنسبة لتلاميذ السنة أولى ثانوي و ذلك من خلال مساعدتهم على حل مشاكلهم و تحقيق التوافق النفسي و التوازن في شخصيتهم و اكتشاف مواهبهم و إظهار قدراتهم و تطويرها إلى مستوى أرقبو قد توصلت دراستنا إلى النتائج التالية:

- أن لمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي دور في التخفيف من قلق الإمتحان .
- لا توجد فروق بين الجنسين بالنسبة لدور مستشار التوجيه في التخفيف من قلق الإمتحان.
- لا توجد فروق بين التخصصين (علوم/آداب) بالنسبة لدور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان.

### توصيات:

- 1- ضرورة تدعيم المؤسسات التربوية بمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي في جميع المراحل الدراسية ، و ذلك من أجل حل الكثير من المشاكل و تحقيق تكيف التلميذ داخل المؤسسة.
- 2- ضرورة توفير التسهيلات المادية و المعنوية التي من شأنها أن تساعد مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي على القيام بالوظائف الموكلة بها على أحسن ما يرام .
- 3- على مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي أن يبذل جهده من أجل العناية بتلاميذ السنة أولى ثانوي لمساعدتهم على مواجهة قلق الإمتحان.
- 4- تنظيم دورات تكوينية في مجال التوجيه و الإرشاد و يكون ذلك عن طريق محاضرات و ندوات و تربية و الأيام الإعلامية و الدورات التكوينية الهادفة.

- 5- يجب على المرشد أن يكون على اتصال متواصل بالأساتذة لكي يوافقهم بالتغيرات التي تطرأ على التلاميذ.
- 6- تشجيع مستشاري التوجيه و الإرشاد على القيام بأبحاث تربوية و نفسية ذات صلة بالتوجيه و الإرشاد.
- 7- العمل على تخصيص حصص إرشادية لأولياء الأمور من أجل توعيتهم بضرورة توفير البيئة المناسبة لأبنائهم من الدراسة و تجنب إقحام التلميذ في المشاكل الأسرية.
- 8- تفعيل دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي خاصة في مجال التوجيه و الإرشاد لكونه عنصرا فعالا في العملية التعليمية .

## خاتمة:

يعتبر موضوع دراستنا من أهم المواضيع في ميدان التربية و التعليم باعتباره يعالج ظاهرة قلق الإمتحان و التعرف على إذا ماكان لمستشار التوجيه و الإرشاد دور في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي ، و لأنه عضو مهم في المؤسسة التربوية له تأثير كبير في المسار الدراسي للتلميذ فهو يساهم بشكل كبير في تحقيق النمو السوي له وفق ميوله و قدراته، كما يساعده على النجاح في حياته الدراسية و تحقيق التوافق النفسي مع نفسه و زملائه و مدرسته .

إذ يعتبر قلق الإمتحان من المشكلات التي تواجه التلميذ و التي تتوجب تدخل مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي من أجل مساعدته على تجاوز هذا المشكل الذي له تأثيرات سلبية للتلميذ خاصة إن لم يجد هذا الأخير الرعاية و التوجيهات الإرشادية اللازمة .

و قد قسمنا هذا البحث إلى جانبين نظري تناولنا فيه التوجيه المدرسي، مستشار التوجيه، القلق، قلق الإمتحان، التعليم الثانوي، أما الجانب التطبيقي فقد قمنا بالتحقق فيه من صدق الفرضيات أو بطلانها بناء على نتائج البحث و الأساليب الإحصائية المعتمدة في هذه الدراسة و التي توصلنا من خلالها إلى أن لمستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي دور مهم في التخفيف من قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي و بالتالي تحققت الفرضية العامة.

و في الأخير يمكننا القول أن مستشار التوجيه و الإرشاد عنصر مهم في الأسرة التربوية نظرا للمهام التي يقوم بها و التي تنعكس على التلاميذ إيجابيا، لذلك يجب إعطاء اهتمام أكبر له و إفساح المجال للقيام بالمهام المنوطة إليه .

## قائمة المراجع

قائمة المراجع :

- (3) - براهيمية صونية. تأثير الوضعية المهنية على أداء مستشار التوجيه المدرسي والمهني. مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علم الاجتماع تنمية وتسيير الموارد البشرية، جامعة سوق أهراس.
- (4) - إبراهيم خير الله (2011). برنامج إرشادي لخفض قلق الامتحان لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير في علوم التربية، فلسطين.
- (5) ابن منظور (1997). لسان العرب (إصدار المجلد السادس). بيروت: دار صا.
- (6) أبو عذب، نائل إبراهيم (2008). فاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية لمحافظة غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.
- (7) أحمد بن صاولة (1999). العوامل الاجتماعية المثيرة في التوجيه المدرسي عند نهاية الطور الثالث من التعليم الأساسي في الجزائر. دراسة ميدانية بولاية عنابة. مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علم الاجتماع، الجزائر.
- (8) أحمد محمد عبد الخالق (2000). أسس علم النفس. ط3. الاسكندرية: دارالمعرفة الجامعية.
- (9) - إدوارد موراي (1998). الإرشاد النفسي و الصحة النفسية. القاهرة : دار الشروق للنشر و التوزيع.
- (10) - أديب الخالدي (2002). في الصحة النفسية. ط1. عمان: . دار العلمية للنشر و التوزيع.
- (11) - الشرييني (2015). الدليل إلى فهم و علاج القلق: دار عالم للنشر و التوزيع.
- (12) انتصار عبد القادر (2012). الذكاء الوجداني لدى طلبة المرحلة الثانوية، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال. كلية الآداب. العدد4.
- (13) أيت حمودة حكيمة (2006). دور أساليب المواجهة في التعامل مع قلق الامتحان وأثرها في النجاح والرسوب في شهادة الدراسة الثانوية العام. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية، العدد10.
- (14) بدوي أحمد زكي (2001). معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية. لبنان: مكتبة لبنان.
- (15) بن عربية لحبييب (2021). دور مستشار التوجيه المدرسي في المؤسسات التربوية. مجلة الراصد العلمي المجلد.07. جامعة وهران 01 أحمد بن بلة. العدد2.
- (16) - بوعلو الأزرق (2010). الإنسان و القلق. ط2. دمشق: دار سن للنشر و للتوزيع.

- (17) تركي رابع (1989). أصول التربية الحديثة. الجزائر: الديوان المطبوعات الجامعية.
- (18) الجريدة الرسمية رقم 52 تاريخ 1963 المرسوم رقم 64-163، المؤرخ في 8 جوان 1964، ص70.
- (19) جودت عزة عبد الهادي، سعيد حسن العزة(2004). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي. ط1. عمان: مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- (20) -حامد عبد السلام زهران (2000). الإرشاد النفسي المصغر في التعامل مع المشكلات الدراسية. ط2. القاهرة: دار عالم الكتب.
- (21) -حسين فايد (2001). الاضطرابات السلوكية . دمشق: جامعة حلوان.
- (22) حمري محمد(2012). ثقافة التوجيه المدرسي في الجزائر بين الإصلاح والواقع. دراسة ميدانية بولاية تلمسان. مذكرة لنيل شهادة الماجستير في الأنتربولوجيا، جامعة تلمسان.
- (23) -حنان عبد الله أبو فوادة (2011). العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي. رسالة ماجستير في علوم التربية، جامعة عمان العربية، عمان.
- (24) حورية قدور(2018). دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في معالجة قلق الإمتحان. جامعة محمد الصديق بن يحي، جيجل
- (25) -خليفة قدوري (2015). ظاهرة قلق الإمتحان بالمرحلة الثانوية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
- (26) -دانيا الشبؤون (2011). القلق و علاقته بالإكتآب عند المراهقين. أطروحة دكتوراه في علوم التربية، جامعة دمشق.
- (27) دبار حنان (2018) استراتيجيات التعلم و علاقتها بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. أطروحة دكتوراه غيرمنشورة ، جامعة الجزائر2.
- (28) دبار حنان(2018) إستراتيجيات التعلم وعلاقتها بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. أطروحة دكتورا غير منشورة، جامعة الجزائر2.
- (29) دعاء محمود جوهر(2015). دراسة مقارنة للتعليم الثانوي بكل من الصين والسويد. مجلة التربية المقارنة و الدولية. القاهرة.العدد3.

## قائمة المراجع

- (30) الدليل المنهجي للإرشاد المدرسي (2015)، مديرية التعليم الثانوي العام والتكنولوجي، المديرية الفرعية للتقييم البيداغوجي والتوجيه، وزارة التربية الوطنية.
- (31) دونالدج، مورنتس وألزم سمولر (2005). التوجيه التربوي في المدرسة الحديثة. غزة: دار الكتاب الجامعي غزة.
- (32) زرهوني الطاهر (1991). تنظيم وتسيير مؤسسة التربية والتعليم. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (33) -زرهوني الطاهر (1993). التعليم الثانوي في الجزائر قبل و بعد الإستقلال. الجزائر: دار موفم للنشر والتوزيع.
- (34) -زعتن نور الدين (2010). سلسلة الأمراض النفسية: ط3.
- (35) زهران حامد عبد السلام (1997). الإرشاد التربوي في الوطن العربي. دراسات تربوية. القاهرة. المجلد 2.
- (36) ساري بدر الدين (2015). واقع خدمات مستشار التوجيه المدرسي والمهني من وجهة نظر مستشاري التوجيه وتلاميذ سنة أولى ثانوي. مذكرة ماستر جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي.
- (37) -سامر رضوان جميل (2002). الصحة النفسية. ط3. عمان: دار الميسرة .
- (38) سعادة ابو جودت احمد وزامل ،حجدي علي ابو زيادة اسماعيل جابر (2001). اثر بعض المتغيرات النفسية و الديموغرافية على مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة في شمال فلسطين خلال انتفاضة الأقصى. مجلة مركز البحوث التربوية ،جامعة قطر. العدد 25
- (39) سعادة جودن وزامل، مجدي علي وأبو زيادة إسماعيل جابر (2001)، أثر بعض المتغيرات النفسية والديمغرافية ..
- (40) السعدي انتظار، حكيم محمود يوسف (2014). علاقة قلق الامتحان بالتفكير المنظومي لدى طلبة المرحلة المتوسطة. رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة العراق.
- (41) سعدي رقية (2014). واقع الإعلام المدرسي في مؤسسات التعليم الثانوي من وجهة نظر مستشاري التوجيه وتلاميذ سنة أولى ثانوي، مذكرة ماستر، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي.
- (42) سمية وناس (2016). دور مستشار التوجه في الحد من ظاهرة الخوف من الامتحان النهائي، رسالة ماستر في علوم التربية، جامعة بسكرة.

- (43) -صالح حسين الداھري (2005). **مبادئ الصحة النفسية**. ط1 عمان: دار وائل للنشر و التوزيع .
- (44) -صيري بردان الحياتي(2010). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. القاهرة: دار عالم للكتب.
- (45) صوالحة محمد أحمد، مريم محمد عسافة (2008). **فاعلية استخدام إجراءات التعزيز في حفص مستوى قلق الاختبار في مادة الرياضيات لدى عينة من الطالبات الصف السادس في الأردن، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية و النفسية .العدد2.**
- (46) الطواب سيد محمد (1992). **قلق الامتحان و الذكاء و المستوى الدراسي وعلاقتهما التحصيل الاكاديمي لطلاب الجامعة من الجنسين،مجلة العلوم الاجتماعية. جامعة الكويت.**
- (47) -عبد الرحمان صالح(1994). **قلق الامتحان و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المدرسة الثانوية.** رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الأردن.
- (48) -عبد الستار إبراهيم (2002). **القلق قيود من الوهم**. القاهرة: مكتبة الإنجلو المصرية.
- (49) عبد الفتاح السعيد (2008). **الإرشاد النفسي**. دار الثقافة للنشر والتوزيع. ط1.
- (50) -عبد اللطيف محمد (2009). **المقابلة الإرشادية في الإرشاد النفسي**. عمان. ط1. دار الميسرة للنشر و التوزيع.
- (51) عبد الهادي أسعد حسن العزة(1999). **مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي**. ط1.الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- (52) عصام يوسف(1999). **التوجيه المدرسي والإرشاد النفسي**. ط1.الأردن: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- (53) عقيلة بودر(2019). **عدم الرضا على توجيه مستشار لتوجيه وعلاقة بالسلوك العدواني لتلاميذ السنة الثانية ثانوي شعبي رياضيات وتقني رياضي**. دراسة ميدانية بثانويات ولاية بسكرة، جامعة محمد خيذر بسكرة.
- (54) علوي نجاة (2011). **الإطار التشريعي لمستشار التوجيه والارشاد في ظل لصعوبات الميدانية**. دراسة دكتوراه في علوم التربية.
- (55) علوي نجاة. **واقع التوجيه المدرسي بين الأسس العلمية الارتجالية**. مذكرة ماجستير في علوم التربية، جامعة منشوري قسنطينة.

- (56) -فايزة بوترة (2020). قلق الامتحان و علاقته ببعض المتغيرات لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.مجلة العلوم النفسية و التربوية، جامعة الوادي.
- (57) -فوزي محمد جبل (2000). الصحة النفسية و السيكولوجية الشخصية: ط1.الإسكندرية .
- (58) فيصل محمد خير الله(2011). دراسة تشخيصية لبعض حالات قلق الامتحان. دار النهضة العربية . مجلة الثقافة النفسية المتخصصة، لبنان.العدد35.
- (59) -كمال إبراهيم (1987). القلق و علاقته بالشخصية في مرحلة المراهقة . القاهرة: دار النهضة العربية.
- (60) -ليلي حزمون (2005). إسهام أساتذة التعليم الثانوي في التوعية البيئية للتلاميذ. رسالة ماجستير في علم الاجتماع ،قسنطينة.
- (61) مبروكي بختة (2018). دور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الإمتحان من وجهة نظر تلاميذ الثالثة،مجلة الإبراهيمي للدراسات لفسية والتربوية.
- (62) مجلة التوجيه(2004). التوجيه المدرسي والمهني تاريخ وأفاق. العدد الأول.
- (63) مجموعة نصوص التوجيه المدرسي والمهني 1962 - 1992، وزارة التربية الوطنية، مديرية التوجيه والاتصال، المديرية الفرعية للاتصال، جانفي 1993.
- (64) -محمد إبراهيم (2002). الهوية و القلق و الإبداع.ط2 القاهرة: دار عالم للكتب.
- (65) مراسلة مفتش التربية والتكوين للتوجيه المدرسي رقم : 58/م.ن.ت.ع.د/33 المؤرخة في 1999/12/14. المتعلقة بتوصيات لتحسين تسيير نشاطات مستشار التوجيه ومتابعتها وتقييمها واستثمارها.
- (66) المنشور الوزاري رقم 91/1241/219، المؤرخ في 15 سبتمبر 1991.
- (67) المنشور الوزاري رقم 91/1241/219، المؤرخ في 18 سبتمبر 1991.
- (68) المنشور الوزاري رقم 872.91، المؤرخ في 13 نوفمبر 1991.
- (69) -نسيمة ملاك (2018). الضغط النفسي و قلق الامتحان و علاقة كل منهما في ظهور السلوك العدواني. أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم التربية، جامعة تيزي وزو.
- (70) -نيفين عبد الرحمان محمد(2014). فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض قلق الاختبار وأثره في تحسين بعض مهارات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي. أطروحة دكتوراه في علوم التربية، جامعة أسيوط، الأزهر.

## قائمة المراجع

- (71) -وزارة التربية الوطنية(1992). إصلاح التعليم الثانوي في الجزائر .
- (72) -وزارة التربية الوطنية(2005). القانون التوجيهي للتربية الوطنية في الجزائر .
- (73) وهيب سمعان، محمد منير مرسي (1975). الإدارة المدرسية الحديثة. القاهرة: عالم الكتب .
- (74) ويزة شريك (2018). قلق الامتحان و علاقته بالثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الدراسي. أطوحة لنيل شهادة الدكتوراه. جامعة الجزائر .
- (75) يسف جاسم الأسدي (2005). فلسفة التربية في التعليم الجامعي والعالى. ط1. عمان: دار صفاء للنشر و التوزيع.
- (76) يعقوب إبراهيم (1994). البناء العاملي لمقياس سويس لقلق لاختبار لدى عينة من الطلاب بالصف العاشر بالتعليم الأساسي. الأردن. مجلة دراسات تربوية، مجلد 10.

### المراجع الأجنبية:

- 1) -Sarson ، IG. (1980).Introduction to the study of test anxiety :Test anxiety theory mesearch and aplication ،Hisllal.
- 2) -David ،RJ. (2002).Anxiety and affictivestyle :Roleproffesionellortex and amygdala. Biological Psychiatry .
- 3) -AngresBlorin(2003).Psychologie de developementenfant et adolescences.
- 4) -Speilbenger ،CD.(1972) .Conseptual and methodological issues in ansxiety research .

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة مولود معمري - تيزي وزو-  
كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية  
قسم علوم التربية  
تخصص إرشاد وتوجيه

- عزيزي التلميذ (ة):

- فيما يلي مجموعة من العبارات نرجو منك الإجابة عن كل العبارات وأخذها بعين الاعتبار وذلك بوضع العلامة ( x ) أمام العبارة التي ترى أنها أكثر إنطباقا عليك، كما نرجو منك ان لا تترك عبارة بدون الإجابة عليها وكل ما تدلي به سيحاط بالسرية التامة ولا يستخدم إلا لغرض علمي وشكرا مسبقا على تعاونك معنا.

- البيانات الشخصية:

- الجنس:  ذكر  أنثى

- التخصص:  آداب  علوم

- السن: .....

## الملاحق

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا
1-	- يقدم لنا مستشار التوجيه حصص إعلامية حول التخصصات الدراسية المتاحة في الجامعة.			
2-	- يحفزني مستشار التوجيه على الرغبة في النجاح والتفوق .			
3-	- يساعدني مستشار التوجيه في التخلص من قلق ما قبل الإمتحان.			
4-	- يساعدني مستشار التوجيه في تنظيم جدول المراجعة للإمتحان.			
5-	- أعتقد ان وجود مستشار التوجيه أمر ضروري في المؤسسة.			
6-	- يساعد مستشار التوجيه التلاميذ الذين يعانون من مشاكل أسرية تسبب لهم القلق.			
7-	- يساعد مستشار التوجيه التلاميذ الذين يعانون من الأرق أثناء فترة الإمتحانات.			
8-	- يحفزني مستشار التوجيه على زيادة ثقتي بنفسي أثناء الإجابة.			
9-	- أتوجه إلى مستشار التوجيه عند إعلان جدول الإختبارات لأنني أشعر بالقلق.			
10-	- أشعر بالإرتياح عند تعاملي مع مستشار التوجيه.			
11-	- ينجز مستشار التوجيه مطويات تساعدني على المراجعة الجيدة.			
12-	- أعتقد أن معظم زيارات التلاميذ لمستشار التوجيه تكون بسبب قلق الإمتحانات.			
13-	- ينصحنى مستشار التوجيه بعدم التسرع في الإجابة أثناء الإمتحانات.			
14-	- ينصحنى مستشار التوجيه بالتأكد من الإجابات قبل الخروج من قاعة الإمتحان.			
15-	- لاحظت أن نتيجة مستواي الدراسي بعد إستشارة مستشار التوجيه في تحسن.			
16-	- يحفزني مستشار التوجيه على تحسين النتائج المدرسية من خلال الأنشطة التي يقوم بها.			
17-	- يساعدني مستشار التوجيه في التكيف مع البيئة المدرسية.			
18-	- يعمل مستشار التوجيه من خلال المهام الموكلة له على الدعم النفسي للتلميذ المترشح لاجتياز الإمتحانات النهائية.			
19-	- يساعدني مستشار التوجيه على استغلال طاقاتي لتحقيق اهدافي والوصول إلى حلول جيدة لمشاكلي.			
20-	- يجعلني مستشار التوجيه أفكر في النجاح أثناء الإمتحانات.			
21-	- يساعدني مستشار التوجيه على التحضير الجيد للإمتحانات.			
22-	- تلعب النصائح التي يقدمها لي مستشار التوجيه دور إيجابي في التقليل من حدة توترتي أثناء الإجابة في الإمتحان.			
23-	- ينصحنى مستشار التوجيه بالإبتعاد عن السهر في المراجعة لوقت متأخر.			
24-	- ينصحنى مستشار التوجيه بالمنافسة الإيجابية فيما بيننا.			
25-	- ينصحنى مستشار التوجيه بالتعبير عن رأيي بدون خجل.			

**Echelle : ALL VARIABLES**

**Statistiques de fiabilité**

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	·795
		Nombre d'éléments	13 <sup>a</sup>
	Partie 2	Valeur	·735
		Nombre d'éléments	12 <sup>b</sup>
Nombre total d'éléments			25
Corrélation entre les sous-échelles			·772
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		·871
	Longueur inégale		·872
Coefficient de Guttman			·868

a. Les éléments sont : a1, a3, a5, a7, a9, a11, a13, a15, a17, a19, a21, a23, a25.

b. Les éléments sont : a25, a2, a4, a6, a8, a10, a12, a14, a16, a18, a20, a22, a24.

**Fiabilité**

**Echelle : ALL VARIABLES**

**Statistiques de fiabilité**

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
·869	25

## الملاحق

COMPUTE دور\_مستشار\_التوجيه = a1 + a2 + a3 + a4 + a5 + a6 + a7 + a8 + a9 + a10 + a11 + a12 + a13 + a14  
+ a15 + a16 + a17 + a18 + a19 + a20 + a21 + a22 + a23 + a24 + a25.

EXECUTE.

MEANS TABLES=a1 a2 a3 a4 a5 a6 a7 a8 a9 a10 a11 a12 a13 a14 a15 a16 a17 a18 a19 a20 a21 a22  
a23 a24

الجنس BY a25

/CELLS=MEAN COUNT STDDEV.

### Moyennes

T-TEST GROUPS=(12)التخصص

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=دور\_مستشار\_التوجيه

/CRITERIA=CI(.95).

### Test T

#### Statistiques de groupe

التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
اداب دور_مستشار_التوجيه	28	64,0357	3,10891	,58753
علوم	72	62,4167	5,19954	,61277

## الملاحق

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
دور_مستشار_التوجيه	Hypothèse de variances égales	8.379	.005	1.541	98	.127	1.61905	1.05055	-.46573	3.70383
	Hypothèse de variances inégales			1.907	81.166	.060	1.61905	.84893	-.07000	3.30810

T-TEST GROUPS=الجنس(12)

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=دور\_مستشار\_التوجيه

/CRITERIA=CI(.95).

### Test T

#### Statistiques de groupe

الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
دور_مستشار_التوجيه ذكر	51	62.7843	4.97720	.69695
دور_مستشار_التوجيه انثى	49	62.9592	4.55045	.65006

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
								Inférieur	Supérieur
مستشار_دور التوجيه	2,347	,129	-,183	98	,855	-,17487	,95478	-2,06960	1,71986
			-,183	97,764	,855	-,17487	,95306	-2,06624	1,71650

FREQUENCIES VARIABLES=السن التخصص الجنس=

/ORDER=ANALYSIS.

## Fréquences

### الجنس

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide ذكر	51	51.0	51.0	51.0
انثى	49	49.0	49.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

### التخصص

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide اداب	28	28.0	28.0	28.0
علوم	72	72.0	72.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

### السن

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide 15:00	46	46.0	46.0	46.0
16:00	39	39.0	39.0	85.0
17:00	5	5.0	5.0	90.0
18:00	10	10.0	10.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

## الملاحق

الجنس		a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	a8	a9	a10	a11	a12	a13
ذكر	Moyenne	2.3529	2.5686	2.2941	2.4314	2.8039	2.5882	2.4118	2.6471	2.0588	2.6863	2.5882	2.3333	2.7255
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
	Ecart type	.48264	.50020	.46018	.50020	.40098	.49705	.49705	.48264	.23764	.46862	.49705	.47610	.45071
انثى	Moyenne	2.0816	2.6939	2.3061	2.5102	2.7959	2.6327	2.6531	2.5102	2.2653	2.6327	2.3265	2.5102	2.7959
	N	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49
	Ecart type	.27664	.46566	.46566	.50508	.40721	.48708	.48093	.50508	.44607	.48708	.47380	.50508	.40721
Total	Moyenne	2.2200	2.6300	2.3000	2.4700	2.8000	2.6100	2.5300	2.5800	2.1600	2.6600	2.4600	2.4200	2.7600
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
	Ecart type	.41633	.48524	.46057	.50161	.40202	.49021	.50161	.49604	.36845	.47610	.50091	.49604	.42923

الجنس		a14	a15	a16	a17	a18	a19	a20	a21	a22	a23	a24	a25
ذكر	Moyenne	2.7255	2.2353	2.3922	2.3137	2.6275	2.6275	2.6863	2.6471	2.2745	2.4510	2.5882	2.7255
	N	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51	51
	Ecart type	.45071	.42840	.49309	.46862	.48829	.48829	.46862	.48264	.45071	.50254	.49705	.45071
انثى	Moyenne	2.5714	2.3878	2.3878	2.3673	2.6327	2.7143	2.5510	2.4082	2.1837	2.7959	2.5102	2.7347
	N	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49	49
	Ecart type	.50000	.49229	.49229	.48708	.48708	.45644	.50254	.49659	.39123	.40721	.50508	.44607
Total	Moyenne	2.6500	2.3100	2.3900	2.3400	2.6300	2.6700	2.6200	2.5300	2.2300	2.6200	2.5500	2.7300
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
	Ecart type	.47937	.46482	.49021	.47610	.48524	.47258	.48783	.50161	.42295	.48783	.50000	.44620