

جامعة مـلـود مـعمري تـيزي وـزو

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

فرع علوم التربية



الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ  
السنة الثالثة من التعليم الثانوي

- دراسة ميدانية بثانويات ولاية تيزي وزو-

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم التربية/تخصص تأطير  
تربوي

إشراف الدكتورة:

- سعدي فتيحة

إعداد الطالبتين:

- حسين نسيمة

فليسي عزيزة

السنة الجامعية:

2018-2017

## كلمة شكر

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على أشرف المرسلين  
و مصداقا لقوله تعالى: "لئن شكرتم لأزيدنكم"  
فإننا نحمد الله ونشكره على أن وفقنا و أنعم علينا بنعمة الصبر  
والقوة لإنجاز هذا العمل.

ونتقدم بأسمى عبارات الشكر إلى كل من ساعدنا وساندنا طوال  
مشوارنا، وأخص بالذكر أستاذنا المشرفة، "سعدى فتحيحة" التي  
لم تبخل علينا بنصائحها المهمة وتوجيهاتها القيمة ونشكرها على  
سعة صدرها و تواضعها وكذا صبرها معنا.  
كما لا يفوتنا أن نتوجه بشكرنا الخاص للأستاذة المناقشين الذين  
أفادونا كثيرا بتوجيهاتهم القيمة ونقدمهم البناء.

إهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى:

رمز الحنان والعطف إلى منبع الصبر والأمان إلى أغلى وأجمل كلمة تنطق في اللسان

أمي العزيزة

إلى رمز الرجولة والذبل إلى الذي ساعدني وسمر جامدا لتحقيق متطلباتي والذي

حفزه الله

إلى من لا تكتمل الفرحه بدونهم أخواتي أمال ، كثره ، هانية ، أميرة وإلى إخواني

ماسينيسا وصفيان

وإلى أعمامي وأخوالي وأبنائهم دون أن أنسى جدي وجدتي اللذين لم يبخلوا عليا

بدعواتهم

إلى صديقاتي زاهية ، صبرينة

أهدي هذا العمل إلى خطيبي عزيز وإلى كل عائلته

وإلى من شركتني هذا العمل نسيمه

إهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى:

رمز الحنان والعطف إلى منبع الصبر والأمان إلى أختي وأجمل كلمة تنطق في

اللسان أمي العزيزة

إلى رمز الرجولة و النبل إلى الذي ساعدني وسمر جامدا لتحقيق مطالباتي

والذي حفزه الله

إلى من لا تكتمل الفرحه بدونهم أخواتي سميلة، فائزة، شريفة، دليلة وإلى

إخواني

جمال و طاهر

وإلى صديقاتي صبرينة و نسيمة

أهدي هذا العمل إلى زوجي بوسعك وإلى كل عائلته

وإلى من شركتني هذا العمل عزيزة

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة "الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم

الثانوي" إلى تحقيق الأهداف التالية:

- معرفة العلاقة بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.
- معرفة مدى دلالة الفروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي وفق متغير الجنس (ذكر، أنثى).
- معرفة مدى دلالة الفروق في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي وفق متغير الجنس (ذكر، أنثى).

تكونت عينة الدراسة من (150) تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة من التعليم الثانوي، تم إختيارهم بطريقة عشوائية، وذلك على مستوى ثلاث ثانويات من ولاية تيزي وزو ،(ثانوية تامدة الجديدة بتامدة ، ثانوية حمداني سعيد بذراع الميزان، ثانوية أغري محمد سعيد بأزفون).

ولتحقيق هذه الأهداف تم إستخدام أداتين هما مقياس الضغط النفسي الذي أعدته "سيد نوال" (2009) ، ومقياس الدافعية للتعلم من إعداد "أحمد دوقة" (2011) ، وقد تم تحليل البيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية في العلوم الإجتماعية (SPSS). وأظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

- لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي وفق متغير الجنس.

- لا توجد فروق دالة إحصائيا في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي وفق متغير الجنس.

## **Le résumé de l'étude:**

L'étude intitulée : « **La pression psychologique et la motivation à apprendre chez les élèves de 3ème année secondaire** » vise à réaliser les objectifs suivant :

- Connaitre la relation entre la pression psychologique et la motivation à apprendre chez les élèves de 3ème année secondaire.
- La signification de la différence de la pression psychologique chez les élèves du 3ème année secondaire, selon le sexe.
- La signification de la différence de la motivation à apprendre chez les élèves du 3ème année secondaire, selon le sexe.

L'étude a été effectuée auprès d'un échantillon de (150) élèves scolarisée en 3ème année secondaire, choisis d'une façon aléatoire des lycée suivants :(lycée aghri Mohamed Said à azeffoun, lycée Hamdani Said à Draâ El mizan, nouveau lycée de tamda.

Pour concrétiser ces objectifs deux outils ont été utilisés : le test de la pression psychologique de Sid Nawal (2009), et le test de la motivation à apprendre de Ahmed Doka (2011).

Notre étude a fait apparaitre les résultats suivants :

- Il y a une relation significative entre la pression psychologique et la motivation à apprendre chez les élèves scolarisés en 3<sup>ème</sup> année secondaire.
- Aucune différence significative de la pression psychologique chez les élèves scolarisés en 3<sup>ème</sup> année secondaire, selon le sexe.
- Aucune différence significative de la motivation à apprendre chez les élèves scolarisés en 3<sup>ème</sup> année secondaire, selon le sexe.

## فهرس المحتويات

- كلمة الشكر.....أ
- الإهداء.....ب
- ملخص الدراسة باللغة العربية.....ت
- ملخص الدراسة باللغة الفرنسية.....ث
- فهرس المحتويات.....ج
- فهرس الجداول.....ح
- فهرس الأشكال.....خ
- مقدمة.....د

## الجانب النظري

### الفصل الأول: الإطار العام لإشكالية البحث

- 1- إشكالية البحث.....3
- 2- فرضيات البحث .....6
- 3- أهمية البحث.....7
- 4- أهداف البحث.....7
- 5- تحديد المفاهيم الأساسية للبحث .....8

6- الدراسات السابقة.....10

7- التعليق على الدراسات السابقة.....15

## الفصل الثاني: الضغط النفسي

تمهيد.....18

1- مفهوم الضغط النفسي.....19

2- لمحة تاريخية عن الضغط النفسي.....20

3- نظريات الضغط النفسي.....22

4- أنواع الضغط النفسي.....28

5- أسباب الضغط النفسي.....32

6- آثار الضغط النفسي.....35

7- أساليب التعامل مع الضغط النفسي.....38

8- طرق علاج الضغط النفسي.....41

- خلاصة.....45

## الفصل الثالث: الدافعية للتعلم

تمهيد.....47

1- تعريف الدافعية.....48

- 2- تعريف الدافعية للتعلم.....48
- 3- المفاهيم المرتبطة بالدافعية.....49
- 4- علاقة الدافعية بالتعلم.....51
- 5- النظريات المفسرة للدافعية.....51
- 6- أهمية الدافعية للتعلم.....55
- 7- وظائف الدافعية للتعلم.....56
- 8- مصادر الدافعية للتعلم.....59
- 9- الأساليب المتبعة لإثارة دافعية التعلم.....60
- خلاصة.....62

## الفصل الرابع: التعليم الثانوي

- تمهيد.....64
- 1- تعريف التعليم الثانوي.....65
- 2- التعليم الثانوي في الجزائر.....66
- 3- مبادئ التعليم الثانوي.....67
- 4- وظيفة التعليم الثانوي.....69

- 5- إعادة هيكلة التعليم الثانوي.....70
- 6- أهمية التعليم الثانوي.....73
- 7- أهداف التعليم الثانوي.....74
- خلاصة.....76

## الجانب التطبيقي

### الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

- تمهيد.....79
- 1- الدراسة الاستطلاعية.....80
- 2- منهج الدراسة.....81
- 3- حدود الدراسة.....81
- 4- عينة الدراسة.....82
- 5- وسائل وتقنيات جمع البيانات.....83
- 6- الأدوات الإحصائية المستخدمة في الدراسة.....89
- خلاصة.....90

## الفصل السادس: عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

92.....	تمهيد
93.....	1- عرض وتحليل النتائج
93 .....	1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
94.....	1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
95.....	1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
96.....	2- مناقشة النتائج
96 .....	2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى
97 .....	2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية
98 .....	2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة
100 .....	- إستنتاج عام
102.....	- إقتراحات
103 .....	- خاتمة
105.....	- المراجع
	- الملاحق

## فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
31	يمثل مقياس متدرج لمستويات الضغط	01
36	يمثل آثار الضغوط النفسية على الفرد	02
82	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس	03
83	يمثل تقسيم العينة حسب كل ثانوية	04
86	يمثل نتائج معامل الثبات لمقياس الضغط النفسي بطريقة التجزئة النصفية	05
88	يمثل نتائج معامل الثبات لمقياس الدافعية للتعلم بطريقة التجزئة النصفية	06
93	يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي	07
94	يوضح نتائج إختبارات لدلالة الفروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس	08
95	يوضح نتائج إختبار (ت) لدلالة الفروق في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس	09

## فهرس الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
57	يمثل العلاقة بين درجة الإستتارة و الجهد المبذول من قبل الفرد	رقم 01

## مقدمة:

تعتبر المدرسة البيئة الثانية التي يتفاعل معها التلميذ، حيث يقضي فيها فترة طويلة من حياته فهي تسعى إلى تحقيق نموه وإزدهاره وذلك من خلال تزويده بالخبرات والمهارات التي تمكنه من مواجهة الحياة العملية ، إلا أن هذا الأخير تواجهه العديد من الضغوطات النفسية التي يعبر عنها بالتوتر و الإضطراب الناتج من عدم التوازن التي يشعر بها التلميذ نتيجة المشكلات و الصعوبات والمعوقات سواءا كانت أسرية أو إجتماعية أو بيئية التي تعترض سبيله في إشباع حاجاته البيولوجية أو البيئية، ولاشك في أن كثرة الضغوطات التي يعيشها التلاميذ يمكن أن تكون سببا في ردود أفعال نفسية وسلوكية، مما يؤثر على جوانب شخصيتهم خاصة الإنفعالية منها والإجتماعية.

كما أن البيئة المدرسية الصحية تساعد على التعلم الجيد للتلميذ وعلى هذا الأساس مرحلة التعليم الثانوي مرحلة متميزة تقوم بدور تربوي إجتماعي متوازن ، إذ تساعد التلميذ في مواصلة تعليمه في الجامعات والمعاهد العليا و المدارس الخاصة وذلك بمساعدته على إختيار الدراسة التي تتناسب مع ميوله وإستعداداته وقدراته، وذلك لتحقيق أهدافه، ومن أجل تحقيق هذه الطموحات والأمال يجب أن تكون دافعية التعلم قوية كونها العامل الأساسي والضروري لرفع المستوى الدراسي لديه، لأن التعلم الناجح يقوم على مدى قوة دافعية التلميذ وإستعداداته للتعلم ومستوى طموحه إلى جانب ما يشعر به إتجاه المحيط التربوي.

فالدافعية للتعلم عنصر أساسي وهام في العملية التربوية إذ تعد المحرك والمحفز الرئيسي التي تساعد المتعلم على إنجاز أهدافه الدراسية على نحو فعال، فهي ذلك النجاح الذي يحققه التلميذ في المواقف التعليمية وهذا ما أكده العالم "هاربرت هومانز" في تحليله لدافعية التعلم في قوله: "إن الدافعية للتعلم هي الميل للتفوق في حالات المواقف التعليمية الصعبة".

ومن هذا المنطلق إرتأينا أن يكون موضوع بحثنا هذا تسليط الضوء على الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، حيث قمنا بتقسيم الدراسة إلى جانبين: الأول نظري والثاني تطبيقي ويشمل كل جانب على عدة فصول، فالجانب النظري ينقسم إلى أربعة فصول:

الفصل الأول: الإطار العام لإشكالية البحث: ويتضمن إشكالية الدراسة، فرضياته، أهداف البحث، أهميته وتحديد المفاهيم الرئيسية والدراسات السابقة.

الفصل الثاني: الضغط النفسي: تم فيه عرض مفهوم الضغط النفسي، نظرياته، أنواعه وأسبابه، أساليب التعامل معه، وطرق علاجه وختمنا الفصل بخلاصة.

الفصل الثالث: الدافعية للتعلم: تم فيه عرض مفهوم الدافعية، الدافعية للتعلم، أهم النظريات المفسرة لها، وظائفها، مصادرها وكذا الأساليب المتبعة لإثارته وختمنا الفصل بالخلاصة.

الفصل الرابع: التعليم الثانوي: تم فيه عرض مفهوم التعليم الثانوي، مبادئه، وظيفته، أهميته وأهدافه وختمنا الفصل بخلاصة.

أما الجانب التطبيقي فينقسم إلى فصلين:

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للبحث: وعمدنا فيه إلى تقديم الخطوات المنهجية المتبعة في البحث من دراسة إستطلاعية والمنهج المتبع، حدود الدراسة، وعينة الدراسة وكذا وسائل وتقنيات جمع البيانات والأدوات الإحصائية المستخدمة.

الفصل السادس: عرض وتحليل النتائج ومناقشتها: ويشمل عرض وتحليل نتائج فرضيات البحث ومناقشتها وختمنا الفصل باستنتاج عام، مع تقديم خاتمة للبحث وبعض الإقتراحات وقائمة المراجع و الملاحق.

# الجانب النظري

## الفصل الأول: الإطار العام لإشكالية البحث

- 1- إشكالية البحث
- 2- فرضيات البحث
- 3- أهمية البحث
- 4- أهداف البحث
- 5- تحديد المفاهيم الأساسية للبحث
- 6- الدراسات السابقة
- 7- التعليق على الدراسات السابقة

## 1- الإشكالية:

تعتبر المدرسة المؤسسة الاجتماعية الرسمية التي يتبناها المجتمع من أجل القيام بوظيفة التربية وهي تسعى إلى تحقيق نمو الطفل من خلال تزويده بالخبرات و المهارات التي تمكنه من مواجهة الحياة العملية، وتقوم بتعديل سلوكه وتشكيل شخصيته وتغرس فيه جملة من القيم و المبادئ التي تتوافق والمجتمع الذي يحي فيه، كما أن التلميذ هو العنصر الفعال في المدرسة، يعيش حالة من التوتر و الضغط نتيجة للأعباء الدراسية المتلاحقة التي تتجاوز قدراته وطاقاته في بعض الأحيان، ككثرة الواجبات المدرسية وكثافة الحجم الساعي، وكذا نظام الإمتحانات و لاسيما التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا باعتبارها المرحلة الأخيرة من التعليم الإلزامي، وكل هذه الضغوطات تعد عاملا أساسيا في إثارة الخوف والتوتر لديهم. و الضغط النفسي من المواضيع التي تناولها الكثير من الباحثين والعلماء في المجال التربوي لما لها من نتائج عويصة تعود بالضرر على الفرد والمجتمع، فهو "حالة من الإضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية للفرد التي تتضمن مواقف يدرك الفرد فيها بأن هناك فرق بين ما يطلب منه وقدرته على الإستجابة لها".

## (هارون توفيق الراشدي، 1999: 19)

كما أن الضغط النفسي مفهوم شامل ويتخذ مصادر متعددة ليعبر عن حالة من الخطر و المعوقات التي تهدد سلامة الفرد، فقد يكون ذو منشأ داخلي أو خارجي أو يعبر عن علاقة تفاعلية بين ما هو داخلي وخارجي.

وتؤكد دراسة "ماكدونالد" (Macdonald, 1993) التي عمدت إلى تحديد مصادر الضغوط التي يعيشها التلاميذ كما يدركها المعلمون في حجرة الدراسة، وتوصلت النتائج إلى

أن مصدر الضغط الدراسي لدى التلميذ هو نوعية التوضيحات التي يستخدمها المدرسون و المناقشات داخل الحجرة الدراسية وعدم التواصل بين المدرسين.

وتشير دراسة "تاييف فدعوس الحمد" (2013) التي هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية التي تواجه الطالبات الجامعيات على ضوء عدد من المتغيرات إلى أن الطالبات يواجهن ضغوطا نفسية مرتفعة فيما يتعلق بالبعد الدراسي وضغوط نفسية متوسطة و متدنية على الأبعاد الإجتماعية، الأسرية و الصحية و العاطفية.

حيث يمكن أن تكون الضغوط النفسية مصدر للشدة والضييق الذي من شأنه أن يمس فئة التلاميذ أثناء تعاملهم مع الأحداث والمواقف المختلفة، حيث يعتبر الجانب التعليمي والإنجاز الأكاديمي إحدى عوامل الضغط الذي يقارنه العديد من الباحثين بعامل شخصي داخلي هي الدوافع ودورها في توجيه المسار التعليمي للتلاميذ نحو إحرازهم للأهداف.

وإذا كانت الضغوط النفسية تحتل مكانة مهمة في حياة التلاميذ بمختلف جوانبها خاصة العلمية منها، فإن هذا لا يعني أنها المتغير الوحيد الذي قد تتأثر به هذه الفئة ، بل هناك متغيرات أخرى لا تقل أهمية عنه نذكر منها متغير الدافعية للتعلم.

فالدافعية للتعلم من "المفاهيم الرئيسية المرتبطة بالعملية التعليمية ويظهر دورها خاصة في الجانب التحصيلي للتلميذ الذي يتطلب أعمالا ذهنية متقدمة حيث يكون الفرد فيها مدفوعا ذاتيا نحو تحقيق الأهداف المسطرة". (فريال أبو عواد، 2009: 434)

ويذكر الصافي عبد الله طه (2001) أن السلوك البشري في نظر الكثير من علماء النفس يكون وراءه دافع يستثيره ويوجهه في تحديد مستوى أدائه في كثير من المجالات والأنشطة التي يكلف بها أهمها المجال التعليمي ، حيث تعتبر الدوافع عاملا منسحطا و مثيرا و موجها لسلوك التلاميذ نحو المهمات المتعلقة بتحصيلهم الدراسي.

فالدافعية بمفهومها الشامل هي إستثارة داخلية تحرك المتعلم لإستغلال أقصى طاقاته في أي موقف تعليمي يشترك فيه و يهدف إلى إشباع دوافعه للمعرفة .

(صالح محمد علي جادو، 1998: 292)

و تعتبر الدافعية من الشروط الأساسية التي يتوقف عليها تحقيق الهدف من عملية التعلم في مجالاته المتعددة سواء في تعلم أساليب وطرق التفكير أو تكوين الإتجاهات و القيم أو تعديل بعضها أو تحصيل المعلومات و المعارف أو في حل المشكلات، فكل تلميذ له مجموعة من الطموحات والرغبات تجعله يختلف عن الآخرين، فالتلميذ المتمدرس تلعب دوافعه دورا هاما في عملية التعلم من أجل الوصول إلى مستوى أعلى من النجاح، حيث أصبحت الدافعية للتعلم ملتقى إهتمام جميع العاملين في المجال التربوي.

حيث تؤكد دراسة " سان نروك" (2003) أن الأفراد الذين لديهم دافع مرتفع للتحصيل يعملون بجدية أكثر من غيرهم ويحققون نجاحا أكثر، وأن الأفراد الذين يتميزون بدافعية تعلم منخفضة يكون تحصيلهم أقل من طموحاتهم. (عبد اللطيف خليفة، 2001: 83)

وتشير دراسة "محمد الطواب" (1990) التي هدفت إلى معرفة الفروق في التحصيل الدراسي وفق لإختلاف مستويات الدافعية للتعلم والذكاء إلى وجود تحصيل جيد وعالي لدى المراهقين ذوي الدافع المرتفع، ووجود تحصيل ضعيف لدى المراهقين ذوي مستوى منخفض من الدافعية.

بينما توصلت دراسة "سيد نوال" (2009) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للإنجاز لدى التلاميذ المقبلين على إمتحان البكالوريا، إلى أن التلاميذ الذين يعانون من الضغط النفسي تكون دافعتهم للإنجاز أحسن من الذين لا يعانون من الضغط

النفسي، بالإضافة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في درجات الضغط النفسي و درجات الدافعية للإنجاز. (سيد نوال، 2009: 131)

وإهتمت الدراسة الحالية بمعرفة العلاقة بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، و دراسة الفروق في الضغط النفسي والدافعية للتعلم حسب الجنسين، ومن هنا نطرح التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس؟

## 2- الفرضيات:

- توجد علاقة دالة إحصائية بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

- توجد فروق دالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

- توجد فروق دالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

### 3- أهمية البحث:

- ترجع أهمية الدراسة إلى أنها تسلط الضوء على ظاهرة الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم ثانوي، وذلك بالدراسة على عينة من التلاميذ المقبلين على إجتياز إمتحان شهادة البكالوريا، حيث تقترن هذه المرحلة بمرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة حساسة وهامة في حياة التلميذ.

- تزويد الجهات المعنية بأهمية هذه المواضيع من أجل الكشف عنها ومعالجتها بهدف الرفع من درجات الدافعية للتعلم لهذه الفئة من التلاميذ.

- مساعدة المدرسين و المسؤولين على معرفة الضغوطات التي يعاني منها التلاميذ، وبالتالي مراعاتها في طرق التدريس، وفي وسائل التقويم لإثارة دافعيتهم للتعلم و الرفع من تحصيلهم الدراسي.

### 4 - أهداف البحث :

- قياس درجة الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي .

- قياس درجة الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي .

- الكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي .

- الكشف عن الفروق بين الذكور و الإناث في مستوى الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

5- تحديد المفاهيم الأساسية:

5-1 مفهوم الضغط النفسي:

أ- لغة:

يشير المعجم "الوجيز" إلى أن الأصل اللغوي لكلمة الضغط النفسي هو ضغطه، ضغطاً، عصره و زحمة والكلام البالغ في إيجازه وعليه شدد وضغط.

(طه عبد العظيم حسن، 2006: 16)

ب- اصطلاحاً :

أما "بيك" 1986: يرى أن الضغط النفسي هو إستجابة يقوم بها الكائن الحي نتيجة لموقف يضغط على تقدير الفرد لذاته أو مشكلة ليس لها حل تسبب له الإحباط وتعوق إتزانه أو موقف يثير أفكاراً عن العجز و اليأس والإكتئاب.

(وليد السيد خليفة، 2008: 128)

ج- إجرائياً:

الضغط النفسي هو المواقف التي لا يستطيع الفرد التوافق معها مما يؤدي به إلى حالات من الإضطراب و القلق ويقاس عن طريق الدرجة التي يحصل عليها التلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من خلال إجابته على فقرات مقياس الضغط النفسي الذي أعدته سيد نوال (2009).

5-2- الدافعية للتعلم :

أ- لغة: الدافعية لغة "تعني محفز، منشط، محرك".

(محمد بني يونس، 2007:15)

ب - إصطلاحا:

يعرف **ثائر أحمد غباري** الدافعية للتعلم بأنها "حالة خاصة من الدافعية العامة تشير إلى حالة داخلية عند المتعلم تدفعه إلى الإلتباه للموقف التعليمي و الإقبال عليه بنشاط موجه ،و الإستمرار فيه حتى يتحقق التعلم".

(أحمد ثائر غباري، 2008:50)

ج - إجرائيا :

تشير الدافعية للتعلم إلى تلك القوة الداخلية التي تجعل المتعلم يرغب في الدراسة، أي الدرجة التي يحصل عليها تلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من خلال إجابته على فقرات مقياس الدافعية للتعلم الذي أعده أحمد دوقة وآخرون (2011).

5-3- التعليم الثانوي:

أ- إصطلاحا:

يعرف "**عبد اللطيف حسين فرج**" التعليم الثانوي بأنه يمثل الثانويات العامة التي تقدم سنة إعدادية، ثم تنقسم إلى قسمين علمي، أدبي ويهتم عادة بالجوانب النظرية للعلوم المختلفة".

(عبد اللطيف حسن فرج، 2008 : 15)

## ب- إجرائيا:

يمكن أن نعرف التعليم الثانوي على أنه التعليم الذي يلي التعليم المتوسط والذي يسبق التعليم العالي، وينتهي التعليم الثانوي باجتياز شهادة مصيرية وهي شهادة البكالوريا.

## 6- الدراسات السابقة:

## 6-1-الضغط النفسي:

## 6-1-1- دراسات عربية:

- دراسة شفيق ساعد(2010): مصادر الضغط النفسي وإستراتيجيات المواجهة لدى المراهقين.

هدفت هذه الدراسة إلى تبيان أهم العوامل التي تشكل مصدرا للضغوط النفسية لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية و التعرف على إستراتيجيات المواجهة المستخدمة من قبل هؤلاء، كما سعت الدراسة للبحث عن فروق في مصادر الضغط النفسي وإستراتيجيات المواجهة وفق متغيري الجنس ونمط المعيشة.

وقد إستخدم الباحث إستبيان مقياس مصادر الضغط وإستراتيجيات المواجهة من إعداده على عينة مكونة من (267) مراهق ومراهقة، وتوصلت الدراسة إلى أن العوامل الإجتماعية تشكل المصدر الأكبر للضغوط عند أفراد العينة، تليها الضغوط الأسرية و الدراسية، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين في مصادر الضغوط الإجتماعية و الدراسية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في إستخدام إستراتيجيات المواجهة السلوكية التقريبية لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي نمط المعيشة للحضري و الريفي في كل من إستراتيجيات المواجهة التجنبية ببعديها السلوكي والمعرفي.

(شفيق ساعد، 2010: 100)

- دراسة بن صالح هداية (2015): تأثير الضغوط النفسية على التوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية.

قامت الباحثة بن صالح هداية بدراسة كان الهدف منها معرفة تأثير الضغوط النفسية على التوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية على عينة قوامها (200) تلميذ وتلميذة ،حيث تم الإعتماد على مقياس الضغط النفسي لعبد الحق لبوازدة-جامعة الجزائر2- والمكيف في بيئة جزائرية من طرف الباحثة على فئة المراهقين ، ومقياس التوافق المدرسي للباحثة ، ومن نتائج الدراسة هي وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الضغط النفسي و التوافق الدراسي.

(بن صالح هداية، 2015 : 86 ، 97)

#### 6-1-2- دراسات أجنبية:

-دراسة "Patterson & Mecubbin" (1987): بعنوان أنماط تعامل المراهقين مع الأحداث الضاغطة، على عينة قوامها (467) تلميذا من تلاميذ المرحلة الثانوية، منهم (185) ذكر و (241) أنثى ، وطبقت عليهم أداة خاصة لقياس اساليب التعامل مع الضغوط، وكشفت الدراسة أن الأنماط الأكثر إستخداما وشيوعا لدى العينة هي الإسترخاء والإستماع للموسيقى و السخرية و القيام ببعض الأنشطة و الجولات بعيد كل البعد عن حل المشكلة أو التقييم الإيجابي لها، أما الأنماط الأقل إستخداما لها تتمثل في طلب المساعدة.

(عبد الحفيظ جدو، 2014: 10)

-دراسة "Happlin & Hipps" (1991): لقد إهتم الباحثان بإجراء دراسة حول الضغط النفسي لدى المعلمين، وقد أجريا بحثا لتحديد مستوى الضغوط التي يتعرض لها المعلمون، وقد شملت العينة (219) معلما ومعلمة وطبق عليهم مقياس الضغوط النفسية لدى المعلمين، وقد أشارت النتائج إلى أن كثرة المسؤوليات المهنية والعلاقات

بين المعلمين والإدارة والزملاء والطلاب هي من المراحل الرئيسية المولدة للضغوط النفسية ومستوياتها لدى المعلمين، كما تبين وجود علاقة بين الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلمون ومستوى الأداء المتوقع منهم.

(حنان عبد الرحيم الأحمدى، 2006: 21)

## 6-2- الدافعية للتعلم:

### 6-2-1- دراسات عربية:

- دراسة "أحمد محمد شبيب" (1994): الإتجاه النهائي للدافعية للتعلم الأكاديمية الذاتية في مراحل عمرية مختلفة لدى الجنسين.

وقد كان الهدف من الدراسة هو التعرف على الخط النهائي للدافعية الأكاديمية الذاتية في مراحل عمرية مختلفة لدى الجنسين في حدود العينة المدروسة.

حيث شملت عينة الدراسة (714) طالب و طالبة من مدينة نجع، حمادي محافظة قنا يمثلون المراحل العمرية الثلاثة المختارة من الجنسين، منهم (238) من تلاميذ الصف الرابع ابتدائي نصفهم ذكور، و النصف الآخر إناث، و(238) من تلاميذ الصف الثاني الإعدادي نصفهم ذكور، و النصف الآخر إناث، و(238) من طلاب الصف الثاني ثانوي نصفهم من الذكور و النصف الآخر من الإناث.

وتمثلت أداة البحث في مقياس الدافعية الأكاديمية الذاتية من إعداد الباحث، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الدافعية الأكاديمية الذاتية لدى المجموعات العمرية الثلاثة المختارة (الصف الرابع ابتدائي، الصف الثاني إعدادي، الصف الثاني ثانوي).

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين الذكور من الصف الرابع ابتدائي، و الذكور من الصف الثاني ثانوي في الدافعية الأكاديمية الذاتية لصالح الذكور من الصف الثاني ثانوي.

وكذلك وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الذكور في الصف الثاني الإعدادي و الذكور من الصف الثاني ثانوي، في حين لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور من الصف الرابع ابتدائي و الذكور من الصف الثاني الإعدادي في الدافعية الأكاديمية الذاتية.

بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الإناث من الصف الرابع ابتدائي، والإناث من الصف الثاني الإعدادي في الدافعية الأكاديمية الذاتية لصالح الإناث في الصف الرابع ابتدائي، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين الإناث من الصف الرابع ابتدائي والإناث من الصف الثاني ثانوي في الدافعية الأكاديمية الذاتية لصالح الإناث من الصف الرابع ابتدائي.

في حين لا توجد فروق بين الإناث من الصف الثاني الإعدادي و الإناث من الصف الثاني ثانوي في الدافعية الأكاديمية الذاتية.

(أحمد دوقة وآخرون، 2011: 76، 77)

- دراسة الباحث جبهان أبوراشد العمران (1994): دافعية التعلم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلبة المرحلتين الإبتدائية و الإعدادية. إستهدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين دافعية للتعلم و التحصيل الدراسي ومعرفة أثر الفروق بين الأطفال الذين ينتمون إلى مناطق جغرافية مختلفة في دافعية التعلم وكذلك معرفة العلاقة بين حجم الأسرة ودافعية التعلم.

استخدمت الباحثة إختبار الدافعية للتعلم على عينة من الطلبة في المرحلتين الإبتدائية و الإعدادية بدولة البحرين سنة (1994) إشتملت على (377) تلميذ وتلميذة تم إختيارهم عشوائيا من ثماني مدارس للذكور والإناث.

وقد توصلت "جبهان أبو راشد" إلى النتائج التالية:

- تأثير أساليب التنشئة الأسرية التي يتبعها الآباء و الأمهات في مجتمع البحرين على الدافعية للتعلم لدى أبنائهم .

- وجود علاقة بين الدافعية للتعلم والتحصيل الدراسي .

- وجود أثر الاختلاف المناطق الجغرافية التي ينتمي إليها الأطفال في دافعتهم للتعلم.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس دافعية التعلم لصالح الإناث. (محمد محمود بن يونس، 2007: 160، 161)

#### 6-2-1- دراسات أجنبية:

- دراسة دويك (Dweck, 1986): تأثير الدافعية للتعلم في إطار نظرية الأهداف لدى تلاميذ الصف الابتدائي.

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الدافعية للتعلم في إطار نظرية الأهداف على عينة أفرادها (780) من تلاميذ الصف الابتدائي، وذلك باستخدام مقياس "نتي مان" ومقاييس أخرى، تم التوصل إلى أن الدافعية تؤثر في إكتساب وإستغلال الأطفال للمعرفة والمهارات، كما وجدت أن أفعال التلاميذ ذوي الدافعية الداخلية للتعلم تتمثل في السلوك النشط (الإيجابي) مثل المعرفة والجهد وتركيز الإنتباه و المثابرة وإستمرار المحاولات في مواجهة الصعوبات الإستقلالية في التعلم، بينما تتمثل أفعال ذوي الدافعية الخارجية للتعلم السلوك

الضيق (السلبى) مثل النفور، التجنب، المعارضة، الخلى والإعتماد على الآخرين. (نبيلة خلال، 2005: 19)

- دراسة ومنتزل (Wentzelles 1993): الدافعية للتعلم و التحصيل الدراسي في مرحلة المراهقة المبكرة، ودور الأهداف الدراسية.

وكان الهدف منها هو التعرف على الأهداف التي يسعى المراهق المتمدرس إلى تحقيقها، والكشف عن علاقة تلك الأهداف بالتحصيل الدراسي و المردود الدراسي، وشملت عينة الدراسة (423) تلميذ وتلميذة.

منهم (220) ذكور و (203) إناث، حيث شكلت العينة (76%) من مجتمع المتمدرسين في السنة السادسة و السابعة من مقاطعة تربية في الولايات المتحدة الأمريكية.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن التلاميذ الذين يسعون إلى تحقيق أهداف أدائية وتعليمية في نفس الوقت يحصلون على نتائج أحسن من أولئك الذين يسعون إلى تحقيق أهداف أدائية فقط. (أحمد دوقة وآخرون، 2011: 94، 95)

#### 7- تعليق على الدراسات السابقة:

لقد تم ترتيب هذه الدراسات وفق ترتيب زمني من الأقدم إلى الأحدث، وقد كانت أقدم هذه الدراسات أجريت سنة (1986) وأحدثها أجريت عام (2015) ومنها من تهدف إلى معرفة تأثير الضغط النفسي على التوافق الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين كدراسة بن صالح هداية (2010)، وأخرى ترمي إلى معرفة العوامل التي تشكل مصادر الضغوط النفسية لدى المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي، والتعرف على إستراتيجيات المواجهة من قبل هؤلاء كدراسة شفيق ساعد (2010)، كما نجد أيضا دراسة (Happlin & Hipps, 1991) التي ركزت على مستوى الضغوط التي يتعرض لها المعلمون، أما دراسة مكوبين وبترسون (1987) فقد سعت إلى معرفة أنماط تعامل المراهقين مع الأحداث الضاغطة.

لكن رغم أهمية هذه الدراسات في الإحاطة بموضوع البحث المتمثل في الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، إلا أن بعض الدراسات لا تتطابق مع عينة الدراسة الحالية، فهناك دراسات أجريت على المعلمين كدراسة (Happlin&Hipps,1991) وأخرى أجريت (1994) تتعلق بتلاميذ المرحلة الابتدائية و المرحلة الإعدادية كدراسة "جبهان أبو راشد العمران".

أما الدراسات الخاصة بالدافعية للتعلم نجد دراسة "أحمد محمد شبيب"(1994) التي تهدف إلى معرفة الخط النهائي للدافعية الأكاديمية الذاتية في مراحل عمرية مختلفة لدى الجنسين، أما دراسة جبهان أبو راشد العمران ودراسة ومنتزل (1994) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الدافعية للتعلم و التحصيل الدراسي، بينما ركزت دراسة دويك (1986) على معرفة تأثير الدافعية للتعلم في إطار نظرية الأهداف لدى تلاميذ الصف الابتدائي، والهدف من إستخدامنا لمجمل هذه الدراسات هو تدعيم موضوع بحثنا ومساعدتنا في إختيار نوع المنهج المتبع والعينة وأدوات الدراسة.

## الفصل الثاني: الضغط النفسي

تمهيد

- 1- لمحة تاريخية عن الضغط النفسي
- 2- مفهوم الضغط النفسي
- 3- نظريات الضغط النفسي
- 4- أنواع الضغط النفسي
- 5- أسباب الضغط النفسي
- 6- آثار الضغط النفسي
- 7- أساليب التعامل مع الضغط النفسي
- 8- طرق علاج الضغط النفسي

خلاصة الفصل

**تمهيد:**

إن الضغوط النفسية مثل معظم أنواع الاضطرابات النفسية التي يتعرض لها الفرد، وتعيق تكيفه مع نفسه ومع المجتمع لما لها من تأثير خارجي وداخلي على حياته اليومية ، والتي قد ينتج عنها ضعف القدرة على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف وما يصاحب ذلك من اضطرابات إنفعالية فيسيولوجية تؤثر سلبا عليه في جانب أو أكثر من جوانب حياته.

ولقد تعددت التفسيرات النظرية لهذا المفهوم إذ يعتبر من المواضيع التي حازت على إهتمام الباحثين في علم النفس والعلوم الإنسانية عموما، حيث أن الضغط يعد بمثابة ظاهرة نفسية معقدة ومتعددة الجوانب.

لهذا خصصنا هذا الفصل للضغط النفسي والذي سنتناول من خلاله العناصر التالية: لمحة تاريخية عن الضغط النفسي و مفهومه ، والنظريات التي إهتمت بتفسير الضغط النفسي ، ومع ذكر أنواعه وأسبابه والآثار المترتبة عنه، وأساليب التعامل مع الضغط النفسي، وفي الأخير ذكرنا طرق علاجه وختمنا الفصل بخلاصة.

## تمهيد:

إن الضغوط النفسية مثل معظم أنواع الاضطرابات النفسية التي يتعرض لها الفرد، وتعيق تكيفه مع نفسه ومع المجتمع لما لها من تأثير خارجي وداخلي على حياته اليومية ، والتي قد ينتج عنها ضعف القدرة على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف وما يصاحب ذلك من اضطرابات إنفعالية فيسيولوجية تؤثر سلبيا عليه في جانب أو أكثر من جوانب حياته.

ولقد تعددت التفسيرات النظرية لهذا المفهوم إذ يعتبر من المواضيع التي حازت على إهتمام الباحثين في علم النفس والعلوم الإنسانية عموما، حيث أن الضغط يعد بمثابة ظاهرة نفسية معقدة ومتعددة الجوانب.

لهذا خصصنا هذا الفصل للضغط النفسي، والذي سنتناول من خلاله العناصر التالية: حيث نستهل الفصل بتمهيد مع ذكر لمحة تاريخية عن الضغط النفسي و مفهومه ، والنظريات التي إهتمت بتفسير الضغط النفسي، بالإضافة إلى أنواعه وأسبابه والآثار المترتبة عنه، وفي الأخير ذكرنا طرق علاجه ونختم الفصل بخلاصة.

**1) مفهوم الضغط النفسي:**

إن كلمة الضغط النفسي من الكلمات الشائعة والمتداولة بين الأفراد العاديين والمهنيين ، لذا يعد مصطلح الضغط أساسيا في العديد من العلوم والتخصصات كالتربوي وعلم النفس وعلم الاجتماع والفيزياء وغيرها من العلوم الأخرى.

ومن هذا المنطلق تعددت وتباينت تعريفات الضغط النفسي وفقا لإنتماءات الفكرية لأصحاب هذه التعريفات ، ومن بين الأوائل الذين ساهموا في أبحاث عن الضغط العالم الفيزيولوجي هانز سيلي (Hans Selly) 1939 حيث كانت مناقشته في البداية لمفهوم الضغط من منظور تجريبي طبي، إنصب إهتمامه على ردود الفعل الجسمية للضغوط الخارجية.

والتطرق إلى مفهوم الضغط النفسي يجعلنا نعرض مجموعة من التعاريف ونذكر منها ما يلي:

إذ يعرفه هانز سيلي (Hans, Selly, 1979) بأنه الاستجابة الغير النوعية يقوم بها الجسم لأي مطلب أو حدث خارجي، لحدوث تكيف مع متطلبات البيئة عن طريق استخدام أساليب جديدة لجهاز المناعة. (سمية طه جميل، 1998: 39، 40)

كما يعرفه كل من كوفر وأبلاي (Cofer & Appley) الضغط على أنه "حالة تكون فيها الحالة العامة والشخصية للفرد معرضة للخطر ويكسر الفرد كل حيويته للحماية منها"

ويعرف رابكن (Rabkin) الضغط بأنه "عبارة عن نظام إستجابة لحالات ضاغطة أو لضواغط وتتكون من نظام تفاعلات فسيولوجية ونفسية سواء مباشرة أو مرجأة"

كما يوضح كاندلر (Candler) أن الضغط النفسي حالة من التوتر العاطفي ينشأ من أحداث الحياة المرضية. (هارون توفيق الرشيد، 1999: 19، 20)

ورغم الإختلاف والتباين في إدراج وإيجاد تعريف واحد للضغط النفسي إلا أن بعض التعريفات السابقة ركزت على المثيرات أو الظروف الخارجية في تعريفها للضغوط النفسية، في حين ركز البعض الآخر على أن الضغط النفسي حالة من التوتر تنشأ من أحداث الحياة المرضية.

ويمكن القول أن الضغط النفسي ظاهرة تنشأ من مقارنة الشخص للمتطلبات التي تطلب منه وقدرته على مواجهة هذه المتطلبات، وعندما يحدث إختلال أو عدم التوازن في الآليات الدفاعية الهامة لدى الشخص وعدم التحكم فيها أي الإستسلام لأمر الواقع يحدث ضغطا وتظهر الإستجابات الخاصة به.

## (2) لمحة تاريخية عن الضغط النفسي:

لا يمكن دراسة أو فهم ظاهرة ما دون العودة إلى جذورها التاريخية، فالضغط مثلا مفهوم مستعار من العلوم الفيزيائية إذ إستخدمت هذه الكلمة في القرن السابع عشر ميلادي لتصف الشدة والصعوبات الهندسية.

غير أن العديد من الدعم والتأييد النظري لمفهوم الضغط استمر إلى غاية اليوم متأثرا بأعمال المهندس "روبرت هوك" في أواخر القرن السابع عشر ، فلقد كان مهتما بتصميم الأبنية مثل: الجسور التي تتحمل حمولة ثقيلة دون أن تنهار ، ومن ثم كتب على فكرة الحمولة أو العبء أو الحمل الذي من خلاله يظهر الإجهاد على البناء وبذلك يكون الضغط هو إستجابة النظام أو البناء للحمولة. (طه عبد العظيم ، 2006 : 17)

وبالرغم من أن فكرته عن الضغط كانت لأغراض هندسية إلا أنه كانت لها تأثيرا واسعا كنموذج تفسيري لمصطلح الضغط على الجهاز الفيزيولوجي و النفسي ، ومن بين الرواد في دراسة الضغوط لدينا كانون (Canon) 1928 حيث قال في دراسته بضرورة الإهتمام

بالعامل الإنفعالي في تطور الأمراض، وفكر في مصطلح (**stress**) بمعنى فيزيولوجي ونفسي في أن واحد. (عبد الرحمان سليمان الطرطيري، 1944: 10)

أما سيلبي (**Selye**) فقد أدخل كلمة (**Stress**) في الطب وقد سمحت أعماله هو وأتباعه بفهم هذه الظاهرة وتأثيرها على العالم الداخلي و بالتالي تأثير الإعتداءات والإنفعالات بكل أنواعها على العالم الداخلي و على التوازن البيولوجي للعضوية.

كما إهتم لازاروس (**lazarus, 1966**) بصورة خاصة بالتقييم المعرفي للمواقف الضاغطة التي يواجهها الفرد أما جوردن (**Gordon, 1993**) فيرى أن الضغوط هي إستجابات نفسية وإنفعالية وفيزيولوجية للجسم إتجاه أي مطلب يتم إدراكه على أنه تهديد لرفاهية وسعادة الفرد.

ويعتبر شافير (**Schafer, 2000**) : الضغوط بأنها إثارة العقل و الجسم ردا على مطلب مفروض عليهما ويوضح هذا أن الضغوط موجودة دائما وأنه خاصية الحياة.

(عبد الرحمان سليمان، 1994 : 11)

ويقول هانز سيلبي إن أي مثير فيزيولوجي نفسي أو إنفعالي يؤدي إلى استجابة فيزيولوجية وأطلقت كلمة الضغط على هذه الظاهرة مع العلم أنه غير كثير في تعريفاته له محتفظا في نفس الوقت بتعدد أبعاده.

فكان يعني بالضغط النفسي في البداية العوامل الخارجية المضرة ثم أشار إلى أنه إستجابة الجسم لهذه العوامل ليصبح معناه كرد فعل غير خاص ، ليستقر في الأخير على أنه استجابة غير خاصة يعطيها الجسم لأي مثير كان ، ومن خلال هذه الإستجابة يتكون التناظر العام لتكيف. (Boudarene, M, 1992, p2)

ونستنتج في الأخير أن الضغط النفسي مفهوم مستعار من العلوم الفيزيائية لتدل عن الشدة والصعوبات الهندسية ، كما إهتم كل من روبرت هوك بالضغط باعتباره إستجابة النظام أو البناء للحمولة ورغم أن فكرته عن الضغط كانت لأغراض هندسية إلا أنه كان له تأثير واسع كنموذج تفسيري لمصطلح الضغط على الجهاز الفيزيولوجي والنفسي.

كما إستعمل هذا المصطلح أيضا في ميدان الطب وعلم النفس ويعد كل من كانون و لازاروس وسيلي بمثابة الرواد الأوائل الذين إستخدموا هذا المصطلح من الدراسات و النظريات عن الضغوط النفسية و سيتم التطرق إلى البعض منها في الأجزاء اللاحقة للبحث.

### 3- نظريات الضغط النفسي:

إختلفت النظريات التي إهتمت بدراسة الضغط النفسي طبقا لإختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها ، فهناك نظريات ذات أسس نفسية أو فيسيولوجية أو إجتماعية ، ومن أهم هذه النظريات ما يلي:

#### 1/3- النظرية الفيزيولوجية:

##### أ- كانون (Canon):

يعتبر العالم الفيزيولوجي "كانون" من الأوائل الذين إستخدموا عبارة الضغط وعرفه برد الفعل في حالة الطوارئ ، ففي بحوثه عن الحيوانات إستخدم عبارة الضغط الإنفعالي ليصف عملية رد الفعل الفيزيولوجي.

وقد بينت دراساته أن مصادر الضغط الإنفعالية كالأم و الخوف والغضب تسبب تغيرا في الوظائف الفيزيولوجية للكائن الحي، ترجع إلى التغيرات في إفراز الهرمونات أبرزها هرمون الأدرينالين الذي يهيء الجسم لمواجهة المواقف الضاغطة.(إبراهيم عبد الستار، 1998: 120)

وقد كشفت أبحاث **كانون** عن وجود ميكانزم وألية في الجسم الإنسان تساعد على الإحتفاظ بحالة من الإلتزان الحيوي أي القدرة على مواجهة التغيرات التي تواجهه و الرجوع إلى حالة التوازن العضوي والكميائي بانتهاء الظروف والمواقف المسببة لهذه التغيرات، ومن ثم فإن أي مطلب خارجي بإمكانه أن يخل بهذا التوازن إذا فشل الجسم في التعامل معه.

وهذا ما اعتبره **كانون** ضغطا يواجه الفرد ويؤدي ربما إلى المشكلات عضوية إذا أخل بدرجة عالية بالتوازن الطبيعي للجسم. (علي عسكر، 2003: 33)

### ب) سيلبي (Selye) :

بحكم تخصصه كطبيب إهتم بتفسير الضغط النفسي تفسيراً فيزيولوجياً إذ أنشأ سيلبي نموذجاً لتفسير الضغوط وأطلق عليه إسم "زملة أعراض التكيف العام" ويقصد بكلمة عام أن رد الفعل الدفاعي لأي مسبب من مسببات الضغط يكون له تأثيراً على جوانب مختلفة جسمية ونفسية وكلمة تكيف تعني أن المثيرات الدفاعية التي تحدث في الجسم تهدف إلى مساعدة الفرد على التكيف مع مسببات الضغط ، أما كلمة "زملة أعراض التكيف العام" فتشير إلى ردود الأفعال الدفاعية للجسم التي تحدث في وقت واحد ولكل فرد مصادر متاحة ومحددة للتكيف مع الموقف البيئي.

وقد قسم سيلبي مجموعة الأغراض التكيفية للضغط أو ردود الفعل إتجاه المصادر الضاغطة إلى ثلاثة مراحل: (مرحلة الإنذار، مرحلة المقاومة، مرحلة الإنهاك) وإعتبر أن الإستجابة الفيزيولوجية للضغط هدفها المحافظة على الحياة.

(فاروق السيد عثمان، 2001: 99)

## 2/3 نظرية عجز المتعلم:

لقد طور هذه النظرية العالم (seligman) ترى هذه النظرية بأن الضغط النفسي هو ناتج عن الشعور بعجز المتعلم، حيث أكد "سيلجمان" على أن تعرض الفرد لأي عجز يجعل سلوكه غير تكيفي فعزوف الفرد على القيام بأي مبادرة أو محاولة أو استجابة تخلصه من الإنزعاج يعد سلوكا غير تكيفي وتؤدي حالة العجز المتعلم إلى آثار تعليمية وإنفعالية ودافعية حيث يعرف الفرد المحاولة والمبادرة ويصبح سلوك الفرد التعليمي غير ذي جدوى وأن النتائج التي يرغب بها لا تعتمد على سلوكه الحالي.

أما الأثر الإنفعالي فيتمثل في فقدان قدرته على التحكم والسيطرة على الأمور، واستمرار تعرض الفرد للضغوط يؤدي إلى العجز الكامل عن القيام بأي نشاط في مواقف لاحقة وبالتالي فإنه يستسلم للضغوط النفسية. (فاطمة عبد الرحيم النوايسة، 2009: 18، 19)

وتتحدد أسباب عجز المتعلم في نوعين من العوامل: عوامل بيئية ضاغطة سواء في الحياة الأسرية أو المهنية أو الإجتماعية للفرد، وعوامل ذاتية تتعلق بالشخص ذاته وبخصائص شخصيته والتي على أساسها يتخذ نوع الإستجابة التي تصدر عنه إزاء الأحداث الضاغطة ومن أمثلة على ذلك مفهوم الفرد عن ذاته ومركز التحكم و المرونة والإنطوائية.

## 3/6 - نظرية سيلبرجر:

يهتم "سيلبرجر" في الإطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العلاقة بينهما وبين ميكانزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثرت حالة القلق ثم يستخدم الميكانزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (كبت، إنكار، إسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهروب من المواقف الضاغطة.

وإذا كان سيلبرجر قد إهتم بتحديد خصائص وطبيعة المواقف الضاغطة التي تؤدي إلى مستويات مختلفة لحالة القلق إلا أنه لا يساوي بين المفهومين (الضغط، القلق) وذلك لأن الضغط النفسي وقلق الحالة يوضحان الفروق بين خصائص القلق كرد فعل إنفعالي والمثيرات التي تستدعي هذه الضغوط فالقلق كعملية إنفعالية تشير إلى تتابع الإستجابات المعرفية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغط وتبدأ هذه العملية بواسطة مثير خارجي خاص.

(هارون توفيق الرشدي، 1999: 54، 55)

#### 4/6- نظرية لازاروس:

يركز هذا النموذج على أن الضغط النفسي هو عملية ديناميكية متبادلة فهل عملية متبادلة بين الفرد و البيئة يقيما الفرد على أنها مرهقة كما يؤكد على وجود متغيرات وسطية بينهما مشددا على العمليات المعرفية لدى الفرد ودورها في الإستجابة للضغوط ومواجهتها، وهوما يسميها بعملية التقييم الأولي والثانوي ، أي أن طريقة تفكير الفرد حيال المواقف التي يتعرض لها هي التي تسبب له الضغط.

و أن الفرد عندما يواجه موقف أو حدث في الحياة فإنه يحاول تقييمه معرفيا بصورة أولية لتحديد معنى الموقف ودلالته، ثم بعد ذلك يقوم بعملية تقييم ثانوي لتحديد مصادر المواجهة إزاء الموقف الضاغطة.

(طه عبد العظيم حسن، سلامة عبد العظيم، 2006: 63)

وفي تحليله النظري لكل من مفهومي "الضغط" و التعامل فإن لازاروس يرى أن التعامل مع الموقف الضاغطة يتألف من ثلاث عمليات هي:

- العملية الأولى: وهي عملية التقدير الأولى و هي عملية إدراك الفرد للتهديد الواقع.
  - العملية الثانية: وهي عملية التقدير الثانوي وهي عملية تحظير الإستجابة الممكنة و الملائمة لمواجهة التهديد أو التفكير فيه.
- (شيلي تايلور، 2008: 351)

- **العملية الثالثة:** وهي عملية المواجهة ، وهي عملية تنفيذ الإستجابة وعلى الرغم من أنه قد يكون من الممكن وضع هذه العمليات الثلاث على خط متدرج إلا أن لازاروس لا تشير على هذا النحو من التسلسل دائما وقد تشير لنتائج إحدى العمليات السابقة وعلى سبيل المثال:

إذا أدرك الفرد أن لديه استجابة التعامل الملائمة فإن ذلك يجعله يعيد النظر في تقديره للتقديم بحيث ينظر إليه على أنه أقل ما قدره وقد يدرك الفرد أن استجابة التعامل أقل فاعلية وكفاءة مما هو متوقع ، حينئذ يعيد تقديره لمستوى التهديد مرة أخرى ، أو يعيد النظر في استجابة التعامل ويبحث عن الإستجابة الأكثر ملائمة لمواجهة التهديد، ويتضح ذلك أن أي عملية من العمليات الثلاث أن يعاد النظر فيها تبعا لما ينتج عن العملية التابعة لها. (هارون توفيق الرشيدى، 1999: 57)

### 3/5- النظرية الإجتماعية:

الفرد كائن إجتماعي لا يستطيع العيش بمعزل عن الآخرين فهو في تفاعل دائم معهم ولاشك بأن سلوك الفرد يتأثر بطبيعة علاقته معهم ، إذ يتأثر الأفراد بمكونات البيئة التي يعيشون فيها وهم جزء من النسق الإجتماعي تفضي إلى فهم جزئي فقط.

يشير كورسون (Corson) إلى أن الضغوط النفسية التي يعانيها الفرد تغزوا إلى أنماط التفاعل المختلفة وظيفيا بين الأفراد والضغوط النفسية كسلوك غير توافقي تنشأ من العلاقات الإجتماعية وهذا يعني أن الضغوط تحدث عندما يكون هناك إضطراب في أنماط العلاقات الشخصية كما هو الحال في الصراعات الزوجية وتوتر العلاقات بين أفراد الأسرة أو توتر العلاقة مع الآخرين. (طه عبد العظيم حسن، 2006: 65)

ويشير بانديوار أيضا إلى أن قدرة الفرد على التغلب على الأحداث الصدمية و الخبرات الضاغطة يتوقف على درجة فعالية الذات لديه، وأن درجة فعالية الذات في التغلب على

الخبرات الضاغطة تتوقف على البيئة الاجتماعية للفرد وعلى إدراكه لقدراته وإمكاناته في التعامل مع الضغوط. (أيت حمودة، 1999: 66)

### 6/3- النظرية السلوكية:

توضح هذه النظرية أن أهم المحددات للخلل الوظيفي البيولوجي أو الإنحراج هو الإستجابة الخاصة بالعضو للمواقف الإنفعالية التي سبق أن تعلمها.

وتؤمن هذه النظرية بأنه كنتيجة للإرتباط السابق بين الموقف الإنفعالي واستجابة عضو خاص ، خاصة إذا ما كوفئ الفرد على هذه الإستجابة يثير أي موقف جديد إستجابة لدى نفس العضو وعندما تتكرر هذه المواقف الضاغطة بدرجة كافية وشديدة يظهر الخلل الوظيفي أو الإنحراج في هذا العضو. (عويضة كامل محمد، 1996: 85)

وتنظر المدرسة السلوكية إلى أن الضغط إنفعال مؤلم تثير مثيرات معينة حيث تركز السلوكية الكلاسيكية في تفسيرها لحدوث الضغط على الفرضية القائلة على أن الضغط ينشأ عن الخوف الذي يصاحب الشعور بالألم أو التهديد، بمعنى أنه إستجابة شرطية للألم ، أو قد ينشأ نتيجة التعلم الخاطئ حدث في سن مبكرة.

أما السلوكيون المحدثون أمثال باترسون (paterson) يؤكدون أن الضغط هو نتيجة دافع متعلم أو لأسباب التنشئة الإجتماعية.

كما يؤكدون على أثر التعليم ،الثقافة ،المجتمع ، البيئة و الأدوار الاجتماعية الخاصة بالعمر و الجنس و الإنتماءات المعرفية والدينية على نمو الفرد وعلى تعلمه الإجتماعي وهم عموما يعتبرون أن الضغط العاطفي أو التقييم المعرفي أو الإنفعالات غير ناتجة عن الخوف. (ملحم سامي محمد، 2000: 136)

نستنتج من مجمل هذه النظريات أن لكل نظرية مفهومها الخاص للضغط النفسي وذلك حسب ميولها وإهتماماتها، حيث إهتم كانون في تفسيره للضغط على أنه رد فعل في حالة الطوارئ وإستخدم عبارة الضغط الإنفعالي ليصف عملية رد فعل الفيزيولوجي، أما سيلبي أنشأ نموذجا لتفسير الضغوط وأطلق عليه زملة أعراض التكيف العام ليشير إلى ردود الأفعال الدفاعية للجسم التي تحدث في وقت واحد وقسم ردود الفعل إتجاه المصادر الضاغطة إلى ثلاث مراحل وهي مرحلة الإنذار، المقاومة، الإنهاك وإعتبر الإستجابة الفيزيولوجية للضغط هدفها المحافظة على الحياة.

كما ترى النظرية المعرفية (للازاروس) بأن ردود الفعل الإنفعالية ناتجة عن النظام المعرفي الداخلي و أن عدم الإتفاق بين الداخل والخارج يؤدي إلى إضطرابات نفسية، أما النظرية الإجتماعية تقر بالتفاعل القائم بين الفرد والبيئة ذلك كون البيئة عنصر فعال في حدوث الضغط النفسي أما النظرية السلوكية ترى أن التعلم أيضا له دور في الضغوطات التي تحدث للفرد الأساسية في حياة الفرد.

#### 4- أنواع الضغط النفسي:

من الواضح أن للضغط النفسي آثار سلبية على الفرد ، لكن رغم ذلك له آثار إيجابية باعتباره عملية عادية للإستثارة والإستجابة ويمكن تصنيفه إلى ثلاث أنواع وهي :

#### 4-1- الضغط النفسي الإيجابي:

قد يعمل الضغط كحافز يعمل على المواجهة والتصدي للتحديات اليومية بكل كفاح وتحدي وإلحاح وبعد غيابه عائقا لمظاهر الحياة، ويجعل الفرد يعيش حياة سئمة.

(شيخاني سمير، 2003: 13)

فالضغط يرفع من مستوى فطنة ونباهة الفرد ويزيح من فكره كل الأفكار والأحلام ويركز إهتمامه حول الوضعية الراهنة كما أن كل قدراته العقلية يتم توجيهها نحو تقييم الخطر وتقويمه وستخير الإمكانيات لمواجهة وتجميع المعلومات والإستعانة بالذاكرة لمعرفة الرسوم الدفاعية لحله ، فالشخص يتخلى عن الكسل والتماطل في إتخاذ القرار فتراه في غاية النشاط وبحاجة إلى الفعل السريع والناجع. (سي موسى عبد الرحمان، 2002: 82)

فارتفاع مستوى قوة الدافع تجعل الأفراد يميلون إلى أن يكونوا أكثر حدة من الناحية الفيزيولوجية ، فقد أعطى الأفراد الذين أقرؤا بقوة الدافع توضيحات بارتفاع قوة الضغط وأظهر الطلاب ذوي الحاجات المرتفعة تنشيطا مرتفعا باعتبار أن قوة الحاجة تحدث تنشيطا عاما عند الأفراد مما يؤثر في اليقظة الذاتية لديهم.

ومن ناحية أخرى يتحرك الفرد تحت تأثير الضغوط التي يتعرض لها ويكون شخصيته إشتقاقا من هذه الضغوط ومحاولة التغلب عليها، فالضغوط عند قدر معين لازمة وضرورية لتنشيط الدوافع و الحاجات ولديناميكية الشخصية وقدرتها على تحقيق الأهداف وإتباع الحاجات. (هارون توفيق الرشيدى، 1999: 11،12)

#### 4-2- الضغط النفسي المحايد:

هو المستوى الأفضل للضغط فوجوده محقق للإبداع والتقدم و التغيير الذي يخلق نوعا من الرضا و الثقة بالنفس. (شيخاني سمير، 2003: 19)

والكائن الحي بحاجة إلى الضغط الإستمرار و الضغط التام له يعني الموت و العكس صحيح، فإذا فاق عن حده وكان هناك إفراط يمكن أن يؤدي ذلك إلى وضع نهائي من الناحية التركيبية أو المهنية ، ومن المعروف أنه كان هناك إفراط أو غياب تام للضغط في الحياة المهنية فهذا يؤدي إلى إنعدام المرودية أو يؤثر عليها سلبا، إن غياب الضغط يؤدي

للأرق والتعب، والإعاقة وعدم الرضا أما إفراطه يؤدي إلى الإنهاك وعدم الثقة بالنفس ومختلف الأمراض.

حيث يدرك الفرد إنه فاق حدوده الشخصية غير أن الحديث أي الإنعدام و الإفراط يمكن أن نتحدث عن مستوى أفضل للضغط، أي يكون وجوده محفزاً للإبداعية ، حيث يدعو للتقدم مما يخلق له نوع من الرضا.

(علي عسكر، 2003: 56)

#### 4-3- الضغط النفسي السلبي:

هو تفاعل ضغطي يجد الفرد نفسه فاقدا للسيطرة على المستوى الحركي مع ظهور تظاهرات عصبية إعاشية هامة وعجزه مع وضع إستراتيجيات دفاعية على المستوى النفسي.

إذ ينتج عن الضغوط الكثير من النواتج مثلا: القلق، الصراع ، والإحباط وهذه بدوره لديها تأثيرات ونواتج فيزيولوجية ونفسية ، ولقد كشفت الدراسات على أن من أهم هذه النواتج: تغير المزاج، الأمراض الجسمية ، العقلية و السوماتية ، و التأثير السلبي على الإنجاز والأداء البشري بصفة عامة.

(طه عبد العظيم حسن، 2006: 33)

وفي هذا السياق يعد الضغط النفسي إستجابة جسم الإنسان لمتطلبات خارجية إجتماعية، إقتصادية ، أي أن الضغط يعبر عن حالة ناشئة عن عدم وجود توازن بين متطلبات وقدرة الفرد على الإستجابة لتلك المتطلبات ، وهذا ما أشار إليه لازاروس 1972 من خلال إعتبره للضغط النفسي كظرف خارجي يحمل الفرد أعباء و متطلبات فائقة ويهدده و يعرضه للخطر بشكل أو بآخر.

(عبد المعطي مصطفى، 1998: 39)

و الجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم(01): يمثل مقياس متدرج لمستويات الضغط:

الضغط النفسي الزائد	الضغط النفسي المثالي	الضغط النفسي المنخفض
- سرعة الانفعال	- الانتعاش	- الملل
- تناول المهدئات	- دافعية عالية	- نوم متقطع
- اللامبالاة	- طاقة عالية	- إنخفاض في الدافعية
- سرعة التغير للأحداث	- تحسين في	- الميل للمهدئات
- زيادة الأخطاء	الذاكرة	- تغير في الشهية
- الإنسحاب	- تحليل واقعي	- السلبية
- صعوبة التذكر	للمشكلات	- الفتور
- غياب الإدراك الصحيح	- إدراك واضح	- الإرهاق
- أحكام غير صائبة	- سهولة إستعاب	- تأجيل الإلتزامات
- علاقات متوترة	الأحداث	
	- تحكم في	
	الأعصاب	

(علي عسكر، 2000: 56)

نستخلص من خلال ما سبق أن الضغط النفسي ينظر إليه من ثلاث وجوه يكون إيجابي عندما يزود الفرد بالطاقة التي يحتاجها ويكون أكثر إبداعاً وإنجازاً في أدائه وأكثر قدرة على حل المشكلات ويكون الضغط النفسي سلبياً عندما يؤثر على أداء الفرد وتؤدي به إلى سوء التوافق وتتجلى آثار هذه الضغوط في مظاهر عديدة مثل: الصراع، الإحباط، الأداء المنخفض، الإكتئاب.

أما الضغط النفسي المحايد هو المستوى الأفضل للضغط فوجوده يحقق الإبداع و التغيير الذي يخلق نوعاً من الثقة بالنفس للفرد.

**(5) أسباب الضغط النفسي:**

إن أسباب الضغط بصفة عامة يمكن تصنيفها إلى أسباب داخلية تتعلق بوظائف الأعضاء أو داخلية نفسية كالطبيعة الشخصية للفرد و مسببات خارجية، إذ أن ما يسبب الضغط يختلف من شخص لآخر، ومن هذه الأسباب ما يلي:

**5-1- الأسباب الجسمية:**

من أسباب الضغط النفسي نجد الحالة التي يكون عليها البناء الجسمي من طول أو قصر، نحافة أو سمنة، ضعف في الأجهزة الداخلية أو كفاءة الجهاز الغدي، فهذه المكونات كلها عوامل تسبب حالة من الضغط يعيشها الفرد من جراء أي خلل أو اضطراب أو تشوه على مستوى صحته الجسمية. (محمد عطية الإبراشي، بدون سنة: 47)

**5-2- الأسباب النفسية الإنفعالية:**

الإنفعال في درجات معقولة يحمي الإنسان من الخطر ويعبئ طاقته للعمل لكن في حالات كثيرة قد تتحول الإنفعالات إلى مصدر من مصادر الإضطراب في الحياة النفسية والاجتماعية للفرد بما فيها وظائفه البدنية وما يرتبط بها من صحة أو مرض.

(أحمد نايل الغرير، 2009: 33)

ومن الأسباب النفسية للضغط النفسي نجد:

**أ- الإحباط :**

يعتبر الإحباط من العوامل الهامة المؤدية للضغط النفسي ، بعبارة حالة أين يشعر فيها الفرد بعدم إمكانية قيامه بالنشاط المطلوب.

ويرجع الإحباط إما إلى العوامل الداخلية التي تمنع الشخص من القيام بالنشاطات كما يجب أن تكون مثل : الرسوب في الإمتحانات، أو إلى العوامل الخارجية التي تسد طريق الشخص وتحول بينه وبين الوصول إلى الهدف المقصود.

### ب - التهديد:

وهو توقع الفرد لحدوث ضرر ما يصيبه، أو وقوع أمر غير مرغوب فيه، وكلما ازداد مستوى التوقع ومستوى الشعور بالتهديد. (رمضان محمد القذافي، 1998: 117)

### ج-الصراع:

يعتبر الصراع أحد العوامل المسببة للضغط فهو حالة تنشأ بوجود صراع بين إشباع دافعين، فإن إشباع أحدهما يؤدي إلى إحباط الآخر وينظر إلى الصراع باعتباره الوضع الناجم عن إثارة دافعين معا ولقد أشار ليفين **Leven** إلى أن هناك أنواع من الصراع باستخدام مفهوم الإقدام والإحجام.

فصراع الإقدام إقدام يتمثل في رغبة الفرد في تحقيق دافعين مرغوب فيهما ولا يمكن تحقيقهما معا.

أما صراع الإحجام إحجام "avoidanie-avoidanie conflital" يشير إلى رغبة الفرد في تجنب موقفين كلاهما غير مرغوب فيهما، ولكنه لا يستطيع تجنبها معا.

أما صراع الإقدام إحجام "avoidanie approach conflit" فيشير إلى رغبة الفرد بتحقيق دافع معين وتجنب ما يترتب عليه من مخاطر في نفس الوقت أما صراع الإقدام الإحجام المزدوج "double-approach-avoidanie conflit" يشير إلى أن هناك عدة عوامل تؤثر في الرغبة في الإحجام. (سامي محمد ملحم، 2001: 189،190)

## 5-3- الأسباب الإجتماعية:

تلعب العوامل الإجتماعية دورا كبيرا في حدوث الضغط النفسي لدى الأفراد و يختلف من حيث شدته ومصدره طبقا للوسط الإجتماعي الذي ينشأ فيه الفرد كالفقر الذي يعتبر من بين عوامل الضغط وكذا البطالة، التفاوت الحضاري والثقافي وقلة الرفاهية و الوسائل التكنولوجية و الضغط السكاني و قلة الخدمات.

(هارون توفيق الرشيدى، 1999: 6)

إذ يرى **مكلاند Mecllland** أن اضطرابات العلاقات الإجتماعية قد يلعب دورا مدمرا فدافع القوي للإنتماء الإجتماعي وتقبل الحياة مع الجماعة و تقبل الآخرين لها جميعها إرتباطات قوية بالصحة في جانبها النفسي وجانبها العضوي، فمجمل الخلافات الأسرية كالطلاق و المرض العضوي لأحد أفراد الأسرة و الحرمان الثقافي، صراع القيم و الأجيال، عدم العدالة في توزيع الدخل العام، إضافة إلى الأحداث المؤلمة كفقدان شخص عزيز تعتبر من مسببات الضغط.

(عبد العظيم حسن، 2006: 37)

## 5-4- الأسباب الصحية:

نشاط الغدد وتضخم غدة الأدرينالين بشكل خاص، وبتزايد إفراز الأدرينالين منها عندما تواجه ضغوطا، أو مشكلات صحية، ونتيجة لهذا النشاط غير العادي في إفرازات الأدرينالين تتحول الأنسجة إلى جلوكوز يمد الجسم بالطاقة التي تجعله في حالة تأهب دائم فالمرض يعتبر مصدرا أساسيا للضغط النفسي، ويعتبر أيضا نتيجة منطقية للشعور بتزايد الضغوط.

(أحمد نايل الغرير، 2009: 33، 34)

## 5-5- الأسباب الكيميائية:

للمواد الكيميائية بما في ذلك المواد المخدرة دخل في إصابة الشخص بالضغط النفسي فإن المادة المخدرة تؤدي إلى تغيرات في المزاج فيصبح الشخص متوترا وقلقا.

(عبد الهادي مصباح، 2001: 62)

نستنتج من خلال ما سبق أن أسباب الضغط النفسي متعددة ومتنوعة، منها مسببات داخلية تتعلق بوظائف الأعضاء أو داخلية نفسية متعلقة بطبيعة الشخصية للفرد ومسببات خارجية ناتجة عن المجتمع منها الفقر، و البطالة والتفاوت الحضاري ومسببات كيميائية تعود إلى تعاطي الفرد للمواد المخدرة مما يؤدي إلى تغيرات في المزاج فيصبح الشخص متوترا وقلقا.

## 6- آثار الضغط النفسي:

قام فونتانا (Fontana) بوضع قائمة للتغيرات التي تحدث للفرد عند تعرضه للضغوط وتتمثل في:

- نتائج فيزيولوجية لزيادة الضغط
- تأثيرات معرفية لزيادة الضغوط
- تأثيرات إنفعالية لزيادة الضغوط
- تأثيرات سلوكية عامة لزيادة الضغوط

وتشير البحوث و الدراسات سواء كانت نفسية أو طبية إلى أن الضغوط النفسية يترتب عليها العديد من الآثار التي تظهر على جوانب مختلفة يمكن حصرها فيما يلي:

(ماجدة بهاء الدين، 2008: 36)

والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (02) يمثل آثار الضغوط النفسية على الفرد.

تأثيرات سلوكية عامة لزيادة الضغوط	تأثيرات إنفعالية لزيادة الضغوط	تأثيرات معرفية لزيادة الضغوط	النتائج الفيزيولوجية لزيادة الضغوط
-نقص الإهتمام و الحماس و التنازل عن الأهداف الحياتية. - إنخفاض مستوى الطاقة وانحدارها من يوم لآخر بدون سبب واضح. - إلقاء اللوم على الآخرين. - ظهور سلوكات شاذة. - حل المشاكل بطريقة سطحية.	- زيادة التوترات وتقل القدرة على الإسترخاء. - زيادة الإحساس بالمرض. - حدوث تغيرات في الصفات الشخصية. - تزايد المشاكل الشخصية. - الحساسية و القلق المفرط. - ظهور الشعور بعدم الرضا و الاكتئاب. - إنخفاض تقدير الذات.	- عدم القدرة على التركيز - نقل الاستجابات السريعة مما يؤدي لإتخاذ قرارات خاطئة و متسرعة، ويزداد معدل الخطأ.	- زيادة الأدرينالين في الدم مما يؤدي غلى تنشيط وزيادة رد الفعل وإذا إستمر هذا الضغط لمدة طويلة قد يؤدي إلى الفشل تلك الأجهزة مثل: إضطرابات الدورة الدموية وأمراض القلب. - زيادة إفراز الغدة الدرقية مما يؤدي إلى زيادة إستنفاد الطاقة وإذا إستمر هذا الضغط لمدة طويلة يحدث إجهاد ونقص في الوزن وأخيرا إنهيار جسمي. - زيادة في إفراز الكوليسترول يعطي طاقة للجسم وإذا إستمر الضغط لفترة طويلة. ويحدث تصلب لشرايين

			<p>وأمرض ونوبات القلب. - إضطرابات هضمية بالمعدة، تفاعلات جلدية حيث يصبح لون الجلد شاحبا، وضيق التنفس، وإذا طالت المدة تقل المناعة الطبيعية مما يؤدي إلى أمراض الحساسية.</p>
--	--	--	---

### (نفس المرجع السابق: 36)

نلاحظ من خلال ما سبق أن شدة الضغط و التعرض المتكرر له يؤدي إلى ظهور الكثير من التأثيرات السلبية على شخصية الفرد، حيث عندما يكون الفرد تحت ضغط يكون محبط من الناحية النفسية و الإنفعالية و السلوكية والمعرفية و الجسمية، وعليه تظهر آثار هذه الجوانب على شكل أعراض عدة، فالجانب النفسي و الإنفعالي تظهر في أعراض المتمثلة في عدم القدرة على التحكم في السلوك، وزيادة التوترات، ظهور الشعور بعدم الرضا و الإكتئاب.

كما تظهر أيضا آثار على الجانب السلوكي كانهخفاض الأداء و الإضطرابات اللغوية و ظهور سلوكيات شاذة، إلى جانب هذه الآثار نجد منها: آثار معرفية التي تظهر في عدم القدرة على التركيز و النسيان وعدم القدرة على إتخاذ القرارات، كما يترك آثار على مستوى الجسمي تتمثل في الإرهاق، الوزن الناتج عن فقدان الشهية أو زيادتها.

## 7- أساليب التعامل مع الضغوط النفسية:

تؤدي الفروق الفردية دورا مهما في عملية التعامل مع الضغوط فعلى الرغم من تعرض جميع الأفراد للضغوط بشكل أو بآخر لكن مخاطرها لا تصيبهم بدرجة واحدة فإنهم يختلفون وأن تأثير مستوى الضغط على الأفراد يعتمد على قدرة الفرد وخبراته الخاصة وتقييمه لذاته وإدراكه للضغط.

ولقد تعددت الأساليب التي اتبعتها الإنسان في التعامل مع الضغوط إذ أن الإنسان في حالة إبتكار دائمة لأساليب جديدة لما هو أكثر فاعلية في التعامل مع ما يواجهه من ضغوط ومن بين هذه الأساليب ما يلي:

## 7-1- التجنب والهروب:

التجنب واحد من أكثر أشكال التعامل حدوثا ويتكرر استخدامه في المواقف اليومية المختلفة وهو لا يستخدم أسلوبا للمشاكل المباشرة، ويتخذ التجنب أشكالا متعددة فقد يكون تجنباً سلوكياً وهو من أكثر أنواع التجنب استخداماً ويستخدم لتجنب أو إبعاد النفس من الموقف الضاغط.

وقد يكون تجنباً معرفياً أي إمتلاك العقل في وقت واحد لأشياء أخرى غير المشكلة، ويطلق على التجنب المعرفي بالهروب وهناك أيضاً التجنب الخيالي حيث يقوم الفرد بتجنب المعلومات ذات العلاقة بالتهديد وبيتعد عن التفكير بما له علاقة بالضغط المسلط عليه.

(شقيقر، زينب محمود، 1997: 30)

## 7-2- لوم الذات:

وهو من أساليب التعامل مع الضغط الناشئ عن المشكلة وذلك عندما يتيقن المرء بأنه السبب في حدوث المشكلة وجلبها على نفسه وبذلك يلتجأ الفرد إلى اللوم، ولوم الذات يكون مظهراً لشعور الفرد بالدونية ولذلك يؤنب الفرد نفسه عن فشله للوصول إلى مستوى من الكمال الذي لا يستطيع أن يحققه، وإن آلية لوم الذات آلية دفاعية يمكن أن يلجأ إليها الأفراد الأسوياء وغير الأسوياء في التعامل مع الضغوط.

## 7-3- السيطرة على الذات:

وهي قدرة الفرد على السيطرة على سلوكه و المتغيرات المختلفة التي تواجهه من خلال إيمانه بقدراته وقابلياته البدنية و النفسية وتقع في ضوء ذلك ثلاثة نماذج للسيطرة هي (السلوكية، المعرفية، الإرادية) وأن الفرد الأكثر تحملاً للضغوط هو الأكثر سيطرة على الذات والأقل تحملاً للمعالم الناجمة من الألم الحاصل من التأثيرات السلبية لضغوط النفسية.

وقد قام الباحثان إيندлер وباركر بتحديد ثلاث إستراتيجيات أو أساليب للتعامل مع الضغط وهي:

- أ. استراتيجية المواجهة بالمهمة: وهذا يتضمن الحصول على المعلومات عن حالة ضغطية وعن مسارات بديلة للفعل وعن النتيجة المحتملة لها، كذلك تتضمن إقرار أسبقيات العمل بحيث يتم التعامل بصورة مباشرة مع الحالة الضغطية.
- ب. استراتيجية المواجهة بالعاطفة: وهذه يمكن أن تتضمن جهود المحافظة على الأمل والسيطرة على العواطف لفرد ما كذلك يمكن أن تتضمن إبتداع مشاعر الجوع والغضب أو الإقرار بأنه لا يمكن عمل أي شيء لتغيير أمره.

ج. استراتيجية المواجهة بالتحاشي: وهذه تتضمن إنكار جدية الحالة أو تقليلها كذلك تتضمن كبتا واعيا لأفكار تسبب ضغطا واستبدالها بأفكار ذات حماية ذاتية.

(أحمد نايل الغرير، 2009: 127، 128)

نستنتج من خلال ما سبق أن الأساليب التي إتبعها الإنسان في التعامل مع الضغوط النفسية متعددة بتعدد المواقف التي تواجهه ، كون أن الإنسان في حالة إبتكار دائمة لأساليب جديدة أكثر فاعلية في التعامل مع ما يواجهه من ضغوط ومن أهم هذه الأساليب نجد: التجنب و الهروب حيث يعد أكثر الأساليب حدوثا خاصة في الحياة اليومية، ويتخذ التجنب أشكال متعددة وقد يكون تجنبنا سلوكيا ويستخدم لإبعاد النفس عن الموقف الضاغط ، وقد يكون تجنبنا معرفيا من خلال التفكير بأشياء أخرى غير المشكلة ويمكن أن يكون تجنبنا خياليا أي تجنب الفرد المعلومات ذات الصلة بالتهديد، أما الأسلوب الثاني يتجلى في لوم الذات ويحدث عندما يتيقن الفرد بأنه سبب في حدوث مشكلة ما، ولوم الذات يعتبر مظهرا لشعور الفرد الدونية و النقص وهي آلية دفاعية في التعامل مع الضغوط، إضافة إلى أسلوب السيطرة على الذات ويكمن في قدرة الفرد على السيطرة على سلوكه و المتغيرات التي تواجهه من خلال إيمانه بقدراته.

في حين قام الباحثان إيندلر و باركر بتحديد ثلاث إستراتيجيات للتعامل مع الضغط وتتجلى في كل من إستراتيجية مواجهة المهمة، وإستراتيجية مواجهة العاطفة، وإستراتيجية مواجهة التحاشي(كبت) ومن هنا نستطيع القول أن أساليب التعامل مع الضغوط النفسية تتضمن عدة أنماط كلها تؤدي في نهاية المطاف لتخفيف التوتر وتحقيق التوازن.

**8) طرق علاج الضغط النفسي:**

هناك العديد من الطرق التي قدمت لأجل علاج الضغط وكل واحدة بأسلوبها الخاص ونحن نكتفي بعرض البعض منها:

1/8- **العلاج الطبي:** هي الأدوية التي يعطيها الطبيب للمريض و الهدف منها هو التخفيف من حدة الضغوط ومن بين تلك الأدوية نجد:

**أ- مضادات القلق Les ansciolytiques**

تعمل على التخفيف من قلق الخوف، الإنفعال و التي تؤدي في معظم الأحيان إلى التعب ومن بينها:

نوروليبتيك (Les neuroliptiques) مضادات الأستامين (L'anti-histaminiques) والبركسيلامين (Prescylamine)

**ب- مضادات الإكتئاب ( Les anti depressantes )**

هي تساعد على التخفيف من شدة أو حدة الإكتئاب الذي يصاحب الشخص لمدة معينة، ومن بين هذه المضادات:

كلاميبيرامين (Clamipramine)، أنافرنييل (Anafranil) وكيسيبيرامين (descipramine)

(حسن مصطفى عبد المعطي، 1998: 34)

## 2/8- العلاج النفسي ويتضمن ما يلي:

## أ- العلاج الذاتي:

ابتكر علماء النفس بعض الوسائل التي يمكن ممارستها ذاتيا للتخفيف من الضغط وذلك بإقناع الفرد نفسه بنفسه، ويجب أن تقاس قدرته على المرونة و التكيف السريع مع المتغيرات، ويجب أن لا تخاف من توجيه الأسئلة لنفسك باستمرار حتى تتمكن من الإجابة على السؤال التالي:

## ما هو جوهر حياتي بجانب تلك المشاكل التي تعترض حياتي اليومية؟

وينصح هؤلاء المرضى بالألفة مع الأحداث الحياتية أي الرضا بها و الإهتمام والدعوة إلى التكيف، وفوق كل هذا، يجب أن يكون للإنسان قدرات على التنبؤ بحدوث الحدث قبل وقوعه وبالتالي تكون لديه الفرصة للإستعداد التام للموقف الطارئ و التجاوب معه.

(ماجدة بهاء الدين، 2008: 343)

## ب- الإسترخاء:

تؤدي عملية الإسترخاء إلى إستجابة فيزيولوجية تتمثل في إنخفاض نشاط الجسم مثل: التنفس ، الدورة الدموية، ولقد إقترح الباحثين "بانسون" (Benson) وبترز (Peterz) بعض التعليمات التي يجب أن تتبع في عملية الإسترخاء كل عضلات الجسم و التنفس عن طريق الأنف، ويجب الإستمرار على هذه الطريقة لمدة تتراوح بين 10 إلى 20 دقيقة، وعند فتح العين يجب الإنتظار بعض الدقائق قبل النهوض، وإن لم يجد في عملية الإسترخاء للمرة الأولى الراحة وإزالة التوتر فعليه الإستمرار في العملية دون فشل كما يجب تطبيقها بعد ساعتين من الأكل.

(أحمد نايل الغرير، 2009: 171)

## 3/8- العلاج المعرفي السلوكي تتضمن عدة تقنيات منها:

## أ- إعادة التقييم المعرفي:

تساعد هذه الطريقة على إعادة التفكير في الضغوطات التي يعود معظمها إلى نفس المنشأ وهذا يعني أن تفسير للحدث أو الحالة النفسية هي العنصر الأساسي وبالتالي تكون له الفرصة للإستعداد التام للموقف الطارئ و التجاوب معه.

## ب- التأمل العقلي:

وهي تقنية من أقدم الطرق التي تتغير من حالة القلق و الضغط التي يعانيها الإنسان من خلال التركيز المنظم للإنتباه، ولقد أثبتت الدراسات والأبحاث الفيزيولوجية للضغوط وما يوضحه الباحث "بانسون" (Benson) أن التأمل له خصائص وشروط يتحقق من خلالها وهي:

## • البيئة الهادئة:

إذ أثبتت الدراسات أن البيئة الهادئة ضرورية في الجلسات الأولى بحيث أن البيئة الهادئة تسهل التعلم السريع والفعال مقارنة بالبيئة التي توجد بها مشتتات.

## • الوضعية الخاصة:

إذ أن التأمل يتطلب وضعية خاصة للجسم فيفضل عند البدء في التأمل أن تجلس جلسة مريحة تسمح لظهرك أن يكون مستقيماً قدر الإمكان أو إحبس على الأرض وظهرك مستنداً إلى الحائط وإحرص على جلسة مريحة مستقيمة و معتدلة واستخدم وضعيات تسمح بالاسترخاء.

## • التدريب الفعال:

فالتدريب المنظم له أهمية كبيرة للتطبيق الفعال للتأمل في مجال تخفيف الضغوط النفسية وينصح الخبراء، بأن يقوم المتدرب على التأمل بالتدريب مدة 20 دقيقة مرتين أسبوعياً.

(هارون توفيق الرشيدى، 1999: 198، 204)

نستنتج من خلال ما تطرقنا إليه سابقاً أنه تتعدد مجالات علاج الضغط النفسي من علاج طبي، نفسي، معرفي، سلوكي، وذلك بتعدد الأساليب المؤدية إليه ويتعدد أنواعه وتأثيراته كما تتعدد إستجابات الفرد لهذه الضغوط وكل فرد له استجابة خاصة به.

ويتمثل العلاج الطبي في الأدوية التي يعطيها الطبيب للمريض بغرض التخفيف من حدة الضغط ومن بينها مضادات القلق بريكسيلامين Prexylamine ومضادات الإكتئاب المتمثلة في كلامبيرامين Clampiramine إلخ.

أما العلاج النفسي يتضمن مجموعة من الوسائل التي يمكن ممارستها ذاتياً للتخفيف من الضغط ويتم ذلك عن طريق الإسترخاء.

## خلاصة الفصل:

إنطلاقاً مما تطرقنا إليه سابقاً نستنتج أن الضغط النفسي هو بمثابة إستجابة نفسية فيزيولوجية غير تكيفية إتجاه مواقف الحياة ، والتي يختلف الأفراد في إدراكها على أنها أحداث ضاغطة ، وتعددت الآراء وتعريفات الضغط نظراً لكثرة النظريات المفسرة وإتجاهاتها، كما أن للضغط أنواع وأساليب وأثار عدة تتجم عنه.

وتكمن أثاره في تأثيره على الصحة النفسية و الجسمية للفرد مما يجعله يعاني من اليأس والتوتر المستمر، وإذا كانت هذه الضغوطات مستمرة وشديدة تتحول إلى أعراض مرضية ومزمنة خاصة إذ لم يلقي الفرد الدعم الإجتماعي وليس لديه أساليب وإستراتيجيات نفسية، معرفية، سلوكية للتعامل مع مصادر الضغط النفسي هذا ما يزيد من حدتها.

لذلك على الفرد إتباع مجموعة من الطرق للتخلص من الضغط النفسي سواء عن طريق مراجعة الطبيب وإجراء فحوصات طبية أو عن طريق ممارسة تمارين رياضية والإسترخاء حتى يعود إلى حالة التوازن الطبيعي.

## الفصل الثالث: الدافعية للتعلم

تمهيد

- (1)- تعريف الدافعية
- (2)- تعريف الدافعية للتعلم
- (3)- المفاهيم المرتبطة بالدافعية
- (4)- علاقة الدافعية بالتعلم
- (5)- النظريات المفسرة للدافعية
- (6)- أهمية الدافعية للتعلم
- (7)- وضائف الدافعية للتعلم
- (8)- مصادر الدافعية للتعلم
- (9)- الأساليب المتبعة لإثارة دافعية التعلم

خلاصة الفصل

**تمهيد:**

إن استجابات الإنسان وردود أفعاله تختلف باختلاف القوى التي تدفعه وتحثه على ذلك، وهذه الاستجابات تتحكم فيها قوى داخلية أو خارجية هي ما تعرف بالدافعية، حيث تؤثر في سلوكه وتعلمه وتفكيره وخياله وإبداعه وأعماله وإدراكه.

وقد اعتبرها الباحثين في علم النفس و التربية إحدى العوامل المسؤولة عن إختلافات المتعلمين من حيث أداءاتهم المدرسية ومستويات نشاطهم الدراسي.

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى دافعية التعلم و التعرف عليها خاصة عند المتعلم باعتبارها القوة والباعث المحرك و المنظم للسلوك التعليمي، وكذا تحديد أهم النظريات المفسرة لها، وذكر وظائفها ومصادرها ، وكذا شروط دافعية التعلم وأساليب تنويع المنثيرات وإثارة الدافعية للتعلم وختمنا الفصل بخلاصة.

**(1) - تعريف الدافعية:**

يعرف "مروان أبو حويج" الدافعية بأنها «الطاقة الكامنة في الكائن الحي التي تدفعه ليسلك سلوكا معيناً في البيئة، وهذه الطاقة هي التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق أحسن تكيف ممكن مع بيئته». (مروان أبو حويج، 2004: 143)

ويشير "أحمد عبد الخالق" إلى أن الدافعية هي «حالة من الإثارة داخل الكائن الحي تؤدي إلى سلوك باحث عن هدف، وتنتج هذه الحالة عن حاجة ما و تعمل على تحريك السلوك وتنشيطه وتوجيهه». (أحمد محمد عبد الخالق، 2006: 361)

ويعرف أيضا "يونج" ، (Young) الدافعية أنها «نشاط موجه نحو هدف معين أو حاجة معينة، مثل البحث عن الغذاء أو الأمن». (نبيهة صالح السمراي، 2006: 94)

يتضح لنا من خلال ما سبق أن الدافعية هي نشاط داخلي يستثار بعوامل خارجية كالبيئة المحيطة بالفرد، وعوامل ذاتية تتبع من الفرد نفسه.

**(2) - تعريف الدافعية للتعلم:**

يعرف "إدوارد موراي" الدافعية للتعلم على أنها الرغبة المستمرة للسعي وراء النجاح وإنجاز الأعمال الصعبة و التغلب على العقاب بكفاءة وبأقل قدر ممكن من الجهد والوقت وبأفضل مستوى من التعلم. (إدوارد موراي، 1998: 90)

ويعرفها "هاربرت ميلر" على أنها "ميل إلى التفوق في حالات المواقف التعليمية الصعبة.

(أحمد عواد، 1998: 90)

ويشير جمال قاسم وآخرون إلى أن الدافعية للتعلم أو التحصيل يتمثل في رغبة الفرد في القيام بشيء ما والنجاح فيه وبذل أقصى جهد للاستمرار في ذلك النجاح، بمعنى أنه محفوف

بالطموح والرغبة والمنافسة، ومحكوم بطريقة التنشئة الإجتماعية حيث أن الدافعية للتعلم تتمثل في رغبة الفرد في الحصول على تعلم وزيادة التعلم.

( مثنال جمال قاسم وأخرون، 2001: 94 )

ويعرف "سلاقن" الدافعية بأنها "الرغبة في النجاح عن طريق التجربة والاكتشاف والإشتراك في الأنشطة التي يعتمد النجاح فيها على جهد الفرد وقدراته".

( بدر عمر، 1987: 93 )

ومن خلال ما سبق نستنتج أن الدافعية للتعلم حالة مميزة من الدافعية العامة وهي خاصة بالموقف التعليمي، والدافعية للتعلم تشير إلى حالة داخلية لدى المتعلم، وتحرك سلوكه وأدائه وتعمل على إستمرار السلوك، فهي رغبة تحثه على التعلم وتوجه تصرفاته وسلوكه نحو تحقيق التعلم.

### (3) - المفاهيم المرتبطة بالدافعية:

كثيرا ما نعبر عن الدافعية بتعابير أخرى مثل الحاجة، الحافز، الباعث، أي أنها تستعمل لنفس المعنى ، إلا أن التمييز بين هذه المفاهيم ذو أهمية بالغة، ومن خلال عرضنا لكل مفهوم نجد أنها تختلف عن بعضها البعض.

**3-1- مفهوم الحاجة:** هي حالة من النقص والإفتقار لشيء معين يصاحبها نوع من التوتر والضيق الذي سرعان ما يزول عندما تلبى هذه الحاجة، أو يتبع إشباعها ، وهناك حاجات مختلفة يسعى الإنسان إلى إشباعها مثل: الأكل، النوم ، الجنس إلخ

(محمود إبراهيم وجيه، بدون سنة، 124 )

**3-2- مفهوم الحافز:** يشير الحافز حسب الباحث "ماركس" (1976) إلى المثيرات الداخلية العضوية التي تجعل الكائن الحي مستعداً للقيام باستجابات خاصة نحو موضوع معين في البيئة الخارجية أو البعد عن الموضوع، أي أنها تؤدي إلى إصدار السلوك، ويرادف البعض بين مفهوم الدافع ومفهوم الحافز على أساس أن كلاهما يعبر عن حالة التوتر العامة نتيجة لشعور الكائن الحي بحاجة معينة، وفي مقابل ذلك هناك من يميز بين هاذين المفهومين على أساس أن مفهوم الحافز أقل عمومية من مفهوم الدافع، إذ يستخدم هذا الأخير للتعبير عن الحاجات البيولوجية فقط كالأكل أي حافز الجوع والعطش ، وبصفة عامة فإن كل من الحافز والدافع يشير إلى حاجة ، بعد أن ترجمت في شكل حالة سيكولوجية تدفع الفرد إلى السلوك في إتجاه إشباعها. ( نفس المرجع السابق: 125 )

**3-3- مفهوم الباعث:** وهو الموضوع الذي يهدف إليه الكائن الحي ويوجه إستجاباته سواء إتجاهه أو بعيد عنه، ومن شأنها أن تعمل على إزالة حالة الضيق أو التوتر التي يشعر بها ومن الأمثلة عن ذلك الطعام مقابل حافز الجوع، الماء مقابل حافز العطش.

(سامي محمد ملحم، 2001: 147)

### 3-4- مفهوم الهدف:

توجد في نهاية دورة الدافعية، وهي أي شيء يعمل على تحقيق الحاجة و التقليل من الحافز، فعند تحقيق الأهداف يتم إعادة التوازن النفسي والجسدي ويقلل من الحوافز، فمثلاً عند تناول الطعام أو الماء وكسب الأصدقاء، فإن ذلك سيؤدي إلى إعادة ميزان التعادل، ويعمل على التقليل من الحوافز المتماثلة (حافز الجوع، العطش، الإنتماء)

حيث أن الماء و الطعام والأصدقاء هم أهداف في الأمثلة ، فالهدف عبارة عن النتيجة المدركة المباشرة لأداء هدف لإشباع حاجة تحقيق الذات. (بني يونس، 2007: 18)

رغم تعدد المفاهيم المرتبطة بالدافعية لكن كل مفهوم له أهميته وإستعمال خاص به، وهذا ما يظهر الإختلاف الموجود بين كل من الدافع، الحاجة، الحافز ، الباعث، الهدف.

مثلا: الحافز يرتبط أكثر بإشباع الحاجات الفيزيولوجية ، أما الباعث مثل الطعام في حالة دافع الجوع، أما الحاجة تستخدم عادة للدوافع الخاصة بالنواحي البيولوجية.

#### (4) - علاقة الدافعية بالتعلم:

إن أهم عنصر في عملية التعلم هو إمتلاك الفرد للدافع، فأفضل المواقف التعليمية هي التي تعمل على تكوين دوافع عند المتعلمين، وعلى هذا الأساس يعمل المدرس على إستثارة دوافع المتعلمين وأن يوفر لهم خبرات تثير دوافعهم الحالية وتلبي حاجاتهم، وقد أدرجت التربية الحديثة أهمية وجود غرض يدفع بالتلاميذ نحو التعلم ولذلك فهي تهتم بإتاحة الفرصة أمام التلاميذ لكي يشاركوا فعليا في إختيار الموضوعات والمشكلات التي تهتمهم وتوصلهم لتحقيق الأغراض التي يسعون إلى تحقيقها. ( إبراهيم وجيه محمود، بدون سنة: 40)

لقد إعتبر موضوع الدافعية من الموضوعات المرتبطة بالتعلم حيث يؤثر في عملية التذكر والتخيل و التفكير و الإبتكار، وهي مرتبطة بالتعلم، وبالتالي تعتبر الدافعية عامل أساسي للتعلم وهذا ما جعل علماء النفس و التربية يهتمون بدراسة الدافعية في التعلم.

#### (5) - النظريات المفسرة للدافعية:

لقد تعددت النظريات بتعدد الدارسين الذين إهتموا بإهتماما بالغا لموضوع الدافعية فهناك من أرجع الدوافع إلى الغريزة الجنسية الموجودة لدى الكائن الحي من أجل إستمرار وجوده في الحياة وهناك من نسبها إلى المفاهيم و المصطلحات المرتبطة بالدافعية كالحاجة، الباعث، الحافز، كونها تقف وراء سلوكيات الفرد حتى تحقق غاية وهدفه الإستجابة إلى

إشباع الحاجة وهناك من يرجعها إلى المعارف الماضية و التطلع نحو المستقبل ومن أجل التوضيح أكثر نستدل بهذه النظريات.

### 5-1- النظرية البيولوجية:

تفسر هذه النظرية عملية الدافعية وفقا لمفهوم الإتزان الداخلي أو تجانس الوسط، وقد رأى العالم "والتر" (1951) صاحب نظرية الإتزان الداخلي أن العمليات البيولوجية وأنماط السلوك تخضع لعملية الإختلال في التوازن العضوي، الأمر الذي يتسبب في إستمرار هذه العمليات حتى يتم تحقيق التوازن.

كما أكد "والتر" أن الحوافز تنشأ من عدم التوازن بالإشتراك مع عمليات معرفية ، مما يؤدي إلى ظهور السلوك الهادف لإشباع الحاجات وإعادة حالة التوازن الداخلي لدى الأفراد.

(محمد محمود بني يونس، 2007: 105)

### 5-2- النظرية السلوكية:

رأى السلوكيون أن الفرد يقوم بسلوكات إعتقادا على الخبرات السابقة للثواب و العقاب ويقوم هذا التفسير على "قانون الأثر" الذي قدمه "ثورندايك" ، "Thurendak" ومعنى هذا أن إتباع السلوك بالثواب يؤدي إلى تكراره مستقبلا بينما إتباعه بالعقاب يؤدي إلى تجنب تكراره.

(أنطوان حمص، 1986: 189)

### أ- نظرية الحافز:

من بين نظريات التي إشتهرت في هذا الجانب نظرية "هل" "hull" التي ركزت على دور الحافز الداخلي في تحريك السلوك حيث رأى أن أي فعل يقوم به الكائن الحي تصاحبه حاجة تدفع أو تحفز النشاط المرتبط بها، وهذا ما تضمنته معادلته الشهيرة (جهد الإستثارة = قوة العادة × الحافز × دافعية الباعث).

كما رأى أن الدوافع تعمل على إثارة السلوك وتنشيطه ويرتبط كل دافع بحالة بيولوجية محددة يرافقها تغييرات فسيولوجية معينة، وأغفلت هذه النظرية دور المثيرات الخارجية كمحركات السلوك وفي هذه النظرية يوجد نوعان من الحوافز هما: حوافز أولية وهي ذات طابع بيولوجي ، حوافز ثانوية وهي لا تشبع الحاجات البيولوجية مباشرة بل ترتبط بها من خلال العمليات الشرطية ولهذا يمكن القول بأن الإنسان لا يدفع كليا للقيام بالسلوك بعوامل داخلية وأن الحوافز تلعب دورا في تقرير ما يفعله.

(محمد محمود بني يونس، 2007: 106)

### ب - نظرية الإثارة:

كثيرا ما يقوم الناس بأفعال لخفض التوتر وإشباع حاجة فيزيولوجية وإنما على العكس من ذلك تزيد الإثارة أو ترفع من النشاط كما في السلوك المدفوع بحب الإستطلاع أو إشباع الفضول ، و الإثارة كما ينظر إليها الكثير من المنظرين هي مستوى عام من النشاط ينعكس على عدة أجهزة فيزيولوجية ويمكن أن يقاس مستوى الإثارة بفاعلية القلب أو التوتر العضلي، وتكون الإثارة عادة في أدنى مستوى لها في حالة الرعب.

وترى هذه النظرية أن الناس يندفعون لأن يسلكوا بأساليب تبقيهم في المستوى المثالي للإثارة.

(راضي الوقفي، 2003: 114)

### 5-3- النظرية المعرفية:

تفسر النظرية المعرفية على أنها حالة إثارة داخلية تحرك الشخص المتعلم لإستغلال أقصى طاقته في أي موقف تعليمي يشترك فيه من أجل إشباع دوافعه للمعرفة ومواصلة تحقيق ذاته، فالنظرية المعرفية تسلم بافتراض مفاده أن الكائن البشري مخلوق عاقل يتمتع بإرادة حرة تمكنه من إتخاذ قرارات واقعية على النحو الذي يرغب فيه.

(تيسير مفلح كوافحة، 2004: 145)

كما تفسر النظرية المعرفية الدافعية بدلالة مفاهيم تؤكد على حرية الفرد وقدرته على الإختيار، ومن أبرز هذه المفاهيم القصد و النية و التوقع، والتي تدل جميعها على الدافعية الذاتية وعلى الدور الذي تلعبه هذه الدافعية في تنشيط السلوك الإنساني وتوجيهه، ويعد الباحث "أتكسون" من أبرز أعلام هذه النظرية.

(نادر فهمي الزيود، 1999: 63)

#### 5-4- نظرية التحليل النفسي:

ترى هذه النظرية أن الدافعية حالة إستثارة داخلية لإستغلال أقصى طاقات الفرد، وذلك من أجل إشباع دوافعه إلى المعرفة وتحقيق ذاته، وزعيم هذه النظرية "فرويد" الذي نادى بمفاهيم جديدة تختلف عن مفاهيم المدرسة السلوكية و المعرفية مثل: الكبت، و اللاشعور و الغريزة عند تفسير السلوك السوي وغير السوي، فسلوك الفرد محكوم بغريزة الجنس، وغريزة العدوان و تؤكد على أن الطفولة المبكرة هي التي تتحكم في سلوك الفرد المستقبلي.

كما تشير إلى أن مفهوم الدافعية اللاشعورية لتفسير ما يقوم به الإنسان من سلوك دون أن يكون قادرا على تحديد أو معرفة الدوافع الكامنة وراء هذا السلوك وهذا ما يسميه "فرويد" مفهوم الكبت.

(تيسير مفلح كوافحة، 2004: 145)

نستخلص أن النظريات المفسرة للدافعية التعلم ، تختلف فيما بينها حيث أن النظرية البيولوجية ركزت على مفهوم الإتزان الداخلي ، في حين ركزت النظرية السلوكية على المثير والتعزيز والحاجة ، أما النظرية المعرفية ركزت على الجانب المعرفي بمعنى الحالة الداخلية التي تحرك معارف وأفكار المتعلم ، بينما نظرية التحليل النفسي ركزت على الغريزة في

تفسيرها للدافعية ، وعلى الرغم من أهمية كل نظرية إلا أن النظرية المعرفية هي التي تحتل مكانة هامة كون أن الإتجاهات الحديثة تركز عليها.

### (6) - أهمية الدافعية للتعلم:

تنطلق أهمية الدافعية للتعلم من الإعتبارات الآتية:

- موضوع الدافعية يتصل بأغلب موضوعات علم النفس إذ لم نقل جميعها هو وثيق الإتصال مثلا: بالإدراك و التفكير و الذاكرة إلخ
- الدافعية ضرورية لتفسير أي سلوك إذ لا يمكن أن يحدث سلوك إذ لم تكن وراءه دافعية.
- جميع الناس على إختلاف أعمارهم ومستوياتهم الثقافية والإجتماعية يهتمون بالدافعية لتفسير طبيعة العلاقات التي تربط الآخرين.
- الإنسان إذا ما جهل الدوافع الخاصة به، وبغيره من الناس ستولد له العديد من المتاعب و المشكلات في حياته اليومية الإجتماعية.
- الدافعية تؤثر على أداء الإنسان وتعلمه، فكلما زادت دافعية الإنسان في هذا المجال زاد تعلمه وأدى نشاطه على أفضل صورة ممكنة.
- يتضح دور الدافعية وأهميتها في العمليات العقلية سواء كان ذلك في الإنتباه أم في الإدراك أم في التفكير و الذاكرة ويتجلى ذلك من خلال أن الدافعية تزيد من إستخدام المعلومات في حل المشكلات و الإبداع من ناحية أخرى.

(صالح حسن الدهري وآخرون، بدون سنة: 96، 97)

ونظرا لأهمية الدافعية في عملية التعلم كونها أمرا مهما وحيويا لنجاح أي موقف تعليمي، وكونها هدفا تربويا في حد ذاتها، ونظرا للدور الذي تلعبه في إستثارة دافعية الطلاب

وتوجيههم وتوليد إهتمامات معينة لديهم تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية في نطاق حياتهم الدراسية.

وقد أشار "كيلت" إلى الدافعية كشيء ضروري يجب أن يكون قبل البدء في التعلم، وذلك يهدف إلى جلب الطلبة للدرس وتحضيرهم للإكتساب المعرفي وإكتساب القدرات.

(محمد محمود الحلية، 1999: 194)

ويؤكد "إبراهيم وجيه" (1976) أن الدوافع في عملية التعلم تحرر الطاقة الكامنة في الكائن الحي وتثير نشاطا معيناً للتعلم. (علي أحمد عبد الرحمن، 2002: 27)

نستخلص أن أهمية الدافعية تظهر في عملية التعلم، كونها عامل النجاح في الموقف التعليمي وهدف تربوي في حد ذاته.

#### (7) - وظائف الدافعية للتعلم:

يمكن تحديد أهم الوظائف للدوافع في التعلم، ويساعد فهمها في توضيح دور الدافعية في التعلم، وتتمثل هذه الوظائف فيما يلي:

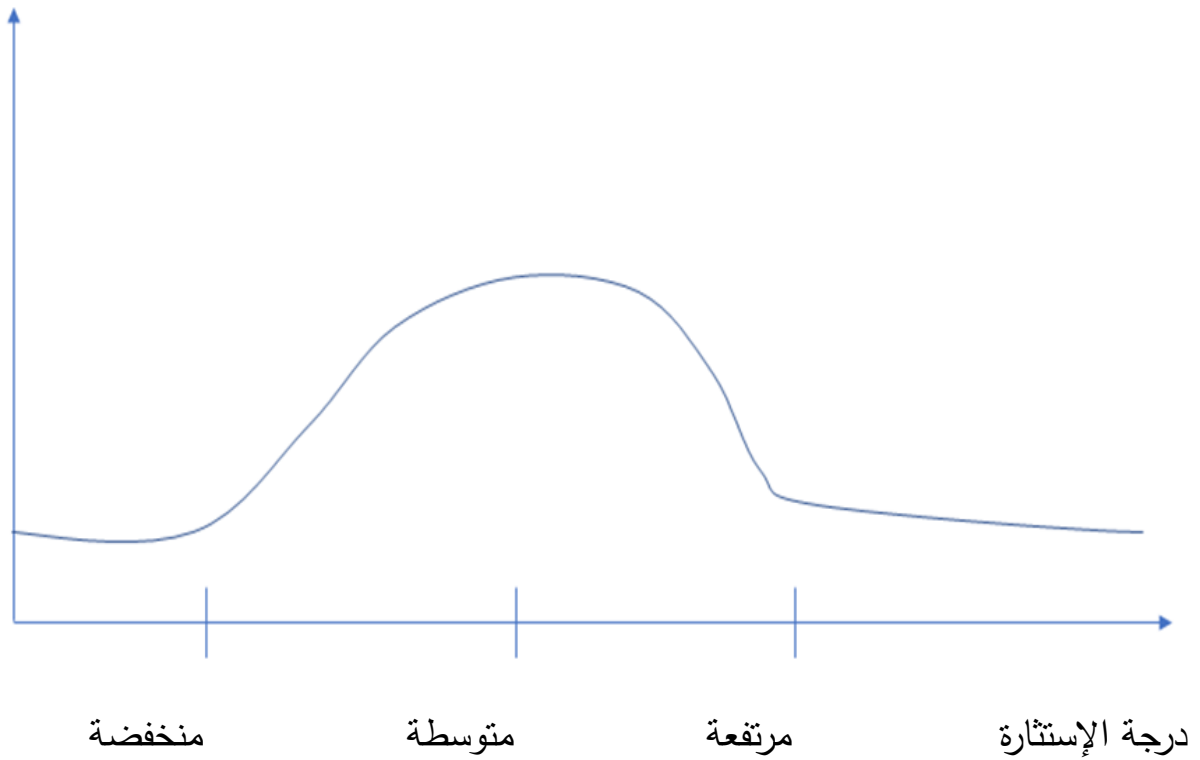
#### 7-1 - الإستثارة:

هي أولى وظائف الدوافع، إن وجهة النظر الحديثة في علم النفس و التي تتبنى نظرية التعلم، تعتقد أن الدوافع لا تسبب السلوك وإنما تستثير الفرد للقيام بالسلوك، درجة الإستثارة هي الدرجة المتوسطة، حيث أنها تؤدي إلى أفضل تعلم ممكن، و إن نقص الإستثارة يؤدي إلى الملل، وزيادة الإستثارة يؤدي إلى زيادة الإضطراب و القلق، وهذان العاملان يعملان بدورهما على تشتيت جهود التعلم.

ويمثل "دي سيسكو" العلاقة بين درجة الإستثارة و الجهد المبذول من قبل الفرد كما هو مبين في الشكل التالي:

الشكل رقم(01): العلاقة بين درجة الإستثارة والجهد المبذول من طرف الفرد.

الجهد المبذول



(محي الدين وآخرون، 2008: 66)

7-2- التوجيه:

إذ يعمل الدافع على توجيه القوة الانفعالية داخل الفرد للإستجابة لنوع من المثيرات، وبالتالي توجيه هذا السلوك نحو الهدف المخطط له دون غيره من الأهداف.

(ناصر أحمد الخوالدة، 2005: 204)

## 7-3- العقاب:

يعتبر العقاب مؤثر سلبي يسعى الفرد إلى التهرب منه، إن أثر العقاب يختلف باختلاف الإستجابة و المعاقبة.

حيث تؤدي وظيفة الدافعية العقابية لدى الفرد لتجنب العقابات أو المثيرات المؤكدة إلا أن العقاب مساوئ كثيرة في التربية في حين أن نتائج العقاب في التعليم غير مضمونة ، كما أن العقاب ربما يؤدي إلى ضعف التنبؤ بنتائجه وقد يؤدي إلى كبت السلوك وليس إنتهائه، وقد يؤدي إلى الإستمرار بالسلوك الخاطيء، ولكن بالرغم من ذلك فلا غنى عنه في التربية ولكن ضمن أسس من حيث يجب أن يتبع السلوك مباشرة، وأن يكون مستمرا، لإنهاء السلوك الغير مرغوب فيه. (أحمد محمد الزغبى، 2005: 256)

## 7-4- الباعث:

البواعث عبارة عن أشياء تثير السلوك وتحرك غاية ما، عندما تقترن مع دراسة يرتبط معها باعث أكبر، إن أنواع البواعث في التعلم الصفي كثيرة ومعظمها من أنواع الدافع الخارجي التي يستطيع المعلم أن يتحكم فيها بشكل مباشر و فعال.

وتلعب المكافأة دورا أساسيا، ليس فقط في التعلم المدرسي أو في تعلم المعارف و المعلومات ، وإنما هي كل أنواع التعلم داخل المدرسة وخارجها وقد أشارت الدراسات إلى أن الدافع عن طريق الإثابة أفضل من الدافع عن طريق العقاب أو التهديد باستعماله.

إن التنافس و التعاون نوع من أنواع البواعث في التعلم الصفي، فالتنافس قد يكون مقيدا في تعلم المهارات و المعلومات. (محي الدين مختار وأخرون، 2008: 69)

## 5-5- صيانة السلوك:

فالدافع يعمل على إستمرار السلوك من أجل تحقيق التعلم المراد تعلمه.

(أمل البكري، 2007: 171)

نستخلص أن الدافعية للتعلم لا تقتصر على إستثارة السلوك لدى المتعلم فحسب، وإنما تساعده على إختيار السلوك المناسب وفقا للمواقف التعليمية التي تواجهه مما يساعده على تحقيق الإتزان المعرفي.

## 8- مصادر الدافعية للتعلم

هناك مصادر متعددة لدافعية للتعلم منها.

## 8-1- مصادر داخلية:

أي المتعلم نفسه حيث يقدم على التعلم مدفوعا برغبة داخلية منه إرضاء ذاته وسعيا وراء الشعور بمتعة التعلم وكسب المعارف.

واقترح "بان دورا" " Bandoura " مصدرين أساسيين للدافعية وهما:

## أ- المصدر الأول:

أفكارنا تكون عملية نتائج مستقبلية لسلوكنا، هل سأنجح أو سأفشل؟ وتعتمد هذه التوقعات أساسا على خبراتنا ونتائج أفعالنا السابقة ومن هذا المنظور الفرد يتصور النتائج المستقبلية.

## ب- المصدر الثاني:

وهو وضع وصياغة الأهداف بحيث تصبح فعالة، يرى "بان دورا" أن هذه الأهداف يقوم بصياغتها و تحديدها معيار تقييم سلوكنا وأداءاتنا، فالفرد يحاول أن يثابر بجهوده حتى

يصل إلى المعيار الذي يضعه ، ومن خلال سلوكنا وتقدمنا نحو الهدف فإننا نتصور جميع الأشياء و العوامل السلبية إذ لم نستطع تحقيق الهدف. (يوسف قطامي، 2000: 215)

### 8-2- مصادر خارجية:

هي تلك التي تدفع المتعلم للتعلم كالمعلم وإدارة المدرسة أو الأولياء وحتى الأقران إرضاء للمتعلم و الوالدين. (أحمد ثائر غباري، 2008: 44)

نستخلص أن الدافعية للتعلم لها مصدرين منها الداخلي والذي يقتصر على المتعلم نفسه دون من حوله، والخارجي وهي المصادر المحيطة بالمتعلم و التي تدفعه لتحقيق التعلم، وعلى الرغم من أهمية المصدرين إلا أن المصدر الداخلي يبقى هو الأفضل حيث يبقى المتعلم مدفوعا برغبة داخلية.

### (9) - الأساليب المتبعة لإثارة دافعية التعلم:

من بين الأساليب المتبعة لإثارة دافعية التعلم ما يلي:

#### 9-1- العرض الذهني:

هو أسلوب من أساليب المناقشة الجماعية التي يشجع فيها الفرد المجموعة بالإشراف عليها ويتلخص هذا الأسلوب في طرح إحدى المشكلات (الأسئلة) على الطلبة بعد تقسيمهم إلى مجموعات صغيرة تتألف من (5-10) طلاب.

#### 9-2- العرض العملي:

يستخدم لإثارة إحساس الطلبة أو الإهتمام بمشكلة أو بموضوع معين عن طريق قيام المعلم ببيان عملي.

#### 9-3- الرواية والقصص:

يحتوي هذا الأسلوب على تناول المعلم لإحدى القصص (الدينية، التاريخية، الأدبية...إلخ) كمقدمة لتشويق الطلبة لموضوع الدرس.

#### 9-4- الرحلات الميدانية الإستطلاعية:

تتضمن زيارة الطلبة لإحدى المناطق والأماكن (متاحف، مصانع...إلخ) كمدخل لدراسة موضوع معين.

#### 9-5- تمثيل الأدوار:

حيث يكلف بعض الطلبة بالقيام بأدوار تمثيلية (قصيرة) كمدخل لدراسة بعض الموضوعات.

#### 9-6- عرض الأحداث الجارية:

ويعتمد على عرض بعض الوقائع التي حدثت منذ وقت قصير وقريب ، والتي تقع على ساحة الحياة السياسية أو الإجتماعية وتوظيفها للدخول لموضوع محل الدراسة لإثارة دافعية الطلبة حوله. (محمود محمد الحيلة، 2002: 308)

نستخلص أن هناك عدة أساليب لإثارة دافعية التعلم لدى التلاميذ كالعرض الذهني والعلمي، والرواية والقصص والرحلات الميدانية...إلخ، وكل أسلوب لا يقل أهمية عن الآخر، كما يشكل كل أسلوب هدف واحد وهو تحقيق التوازن المعرفي والنجاح الدراسي.

## خلاصة الفصل:

تعد الدوافع من محددات السلوك الإنساني سواء كانت هذه الدوافع داخلية أو خارجية ، بما يكفل للفرد إشباع حاجاته و تحقيق أهدافه من أجل الوصول إلى أحسن توازن، وإزالة القلق والتوتر، فالدافعية للتعلم عبارة عن مجموعة من المثيرات التي تدفع المتعلم وتحرك سلوكه وتوجهه للإنخراط في نشاطات التعلم و التي تؤدي إلى تحقيق الأهداف المنشودة و بالتالي التكيف، إذ يعتبر ضرورة أساسية لحدوث التعلم في نطاق المدرسة أو خارجها.

## الفصل الرابع: التعليم الثانوي

### تمهيد

- (1) - تعريف التعليم الثانوي
- (2) - التعليم الثانوي في الجزائر
- (3) - مبادئ التعليم الثانوي
- (4) - وظيفة التعليم الثانوي
- (5) - إعادة هيكلة التعليم الثانوي
- (6) - أهمية التعليم الثانوي
- (7) - أهداف التعليم الثانوي

### خلاصة الفصل

**تمهيد:**

يعتبر التعليم الثانوي من ركائز النظام التعليمي و التربوي في العالم، ليس فقط بسبب موقعه كهمزة وصل بين مرحلتي التعليم المتوسط و التعليم الجامعي، وبين التشغيل و التكوين المهني من جهة أخرى إنما بصفة خاصة لأنه يمثل مرحلة منتهية و متواصلة في نفس الوقت، وهذا يكون بامتحان شهادة البكالوريا التي تعتبر الجسر لمزاولة الدراسات العليا، أين يتحدد مصير التلميذ ومستقبله الدراسي و المهني.

لهذا خصصنا هذا الفصل للتعليم الثانوي، والذي سنتناول من خلاله العناصر التالية حيث نستهل الفصل بتمهيد مع ذكر تعريف التعليم الثانوي، والتعليم الثانوي في الجزائر، و المبادئ التي يقوم عليها التعليم الثانوي، ووظيفته و هيكله التعليم الثانوي والأهمية التي يتميز بها، وفي الأخير تناولنا أهداف التعليم الثانوي و ختمنا الفصل بخلاصة.

**1- تعريف التعليم الثانوي:**

يعرف التعليم الثانوي على أنه تلك "المرحلة التي تلي مرحلة التعليم المتوسط و الذي يمتد على مدار ثلاث سنوات ليتوج باجتياز شهادة البكالوريا، وهو حلقة الوصل بين التعليم المتوسط و التعليم الجامعي، تكون السنة الأولى فيه كجذع مشترك و السنة الثانية للدخول في الإختصاص، وهو خاص بالفئة العمرية من 16 إلى 19 سنة".

(شبل بدران، 2000، 23)

يعرف جودة بن جابر (2004) التعليم الثانوي على أنه "مرحلة من التعليم تشكل حلقة وصل بين التعليم المتوسط و التعليم الجامعي، يقدم هذا التعليم لإستكمال و توسيع وتعميق التكوين و المعارف المكتسبة في التعليم المتوسط ، وذلك من أجل تسهيل إدماجهم في الحياة الإجتماعية و المهنية وتزويدهم بالمعارف النظرية و العلمية ، كما يحضر التلميذ لمواصلة الدراسة الجامعية".

(جودة بن جابر، 2004 : 249)

ويعرف فولكي (volki) التعليم الثانوي على أنه "مجموع سنوات الدراسة التي تتبع سنوات التعليم الإبتدائية و تنتهي بشهادة البكالوريا و التي تفتح الأبواب للتعليم العالي".

(زكي صالح أحمد، 1972 : 15)

فالتعليم الثانوي إذن هو المرحلة التالية من مراحل نظام التعليم العام ، والتي تلي مرحلة التعليم الإبتدائي و المتوسط، حيث يزود الفرد بالمعارف النظرية و العلمية ، و تستدعي ألوانا من التوجيه والإعداد وتضم فروعاً مختلفة، وتكون السنة الأولى فيه كجذع مشترك و السنة الثانية للدخول في الإختصاص، و تنتهي هذه المرحلة باجتياز إمتحان شهادة البكالوريا.

## 2- التعليم الثانوي في الجزائر:

يعود تاريخ التعليم الثانوي في الجزائر إلى ما قبل (1830م) وكان ذو طابع ديني، أما التعليم الثانوي العام الحديث فقد ظهر بعد (1830م) و كانت تقدمه مدارس خاصة في الفترة الإستعمارية و بعد الإستقلال.

و التعليم الثانوي في الجزائر مدته (3) سنوات وهو يأتي بعد مرحلة من التعليم الأساسي مدتها (9) سنوات و تنقسم إلى طورين: أساسي (6) سنوات و متوسط (3) سنوات.

## (فتيحة مهدي بلعسلة، 2004: 15)

أما التعليم الثانوي بالجزائر بعد الإصلاح التربوي الأخير (2005، 2007م) يأتي بعد مرحلتي التعليم الإبتدائي الذي مدته (5) سنوات و التعليم المتوسط مدته (4) سنوات والتعليم الثانوي مدته (3) سنوات، و الذي شرع في تطبيقه سنة 2008 ، تشمل السنة الأولى جذوعا مشتركة في الشعب الأدبية و العلمية، تفرع عنها في السنة الثانية عدة شعب تخصصية و تتوج هذه المرحلة في السنة الثالثة باختبار إمتحان شهادة البكالوريا ويعتبر الحصول على هذه الشهادة الغاية التي ينشدها كل تلميذ لما تمثله من إعتبرات للحياة المستقبلية.

## (وزارة التربية الوطنية، 2003: 49)

من خلال ما تطرقنا إليه سابقا نستنتج أن تاريخ التعليم الثانوي في الجزائر يعود إلى ما قبل (1830م) ، حيث إتخذ الطابع الديني أنذاك ، بينما التعليم الثانوي العام ظهر بعد (1830م) وتقدمه مدارس خاصة في الفترة الإستعمارية ، وقد طرأ على التعليم الثانوي في الجزائر عدة إصلاحات تربوية منها: الإصلاح التربوي الأخير (2005 ، 2007م) الذي شرع في تطبيقه سنة 2008م وتشمل السنة الأولى جذوعا مشتركة (الأدبية والعلمية) و في السنة الثالثة باجتياز إمتحان شهادة البكالوريا التي تعتبر الجسر لمزاولة الدراسات العليا.

**3- مبادئ التعليم الثانوي:**

إن المبادئ هي القواعد الأساسية التي يقوم عليها أي نظام، وباعتبار النظام التربوي أحد الأنظمة المعروفة و الموجودة في نظام الدول و المجتمعات فإنه يقوم على مجموعة من المبادئ يمكن حصرها على النحو الآتي.

**3-1- مبدأ وحدة النظام:**

تتمثل هذه الوحدة (وحدة النظام) في إستمرارية بعض الأهداف و الروابط المشتركة بين أنواع التعليم كله (التعليم الأساسي، التعليم الثانوي، التعليم العالي).

وذلك من خلال الربط بين مدخلات الطور الثانوي ومخرجاته، وذلك بغية الربط بين التعليم الثانوي و التعليم العالي الذي تم إصلاحه في سنة 1971م و التعليم الأساسي الذي دخل عليه الإصلاح سنة 1980م بينما بقي التعليم الثانوي على حالته منذ الإستقلال، مما جعل النظام التربوي يتطور طورا بعد طور، وهذا معناه أن مبدأ الوحدة بين فروع التعليم الثانوي لم يكن مأخوذا بعين الإعتبار، ولهذا السبب ظل التعليم الثانوي يعيش تناقضات في مدخل الطور ومخرجه وأثنائه، ففي مدخل الطور مثلا لا يوجد تناسق بين ملمح الخروج من التعليم الأساسي.

وبرامج التعليم الثانوي ومناهجه، ولا يفي ما في هذه الحالة من صعوبات لمتابعة الدراسة بالنسبة للتلاميذ، وعلى نوعية التعليم ومردوديته، وكان من نتائج هذا الوضع بروز نظامين: أحدهما تعليم عام وآخر تقني مع أن التفوق كان لصالح التعليم العام.

**3-2- مبدأ التوافق:**

إن مبدأ التوافق بين نظام التعليم الثانوي وبين الحاجات الإجتماعية والإقتصادية الناجمة عن تطور التنمية يبدو غير واضح في وثائق وزارة التربية، بحيث لا يوجد أي مكتب مكافأ بالتنسيق بين وزارة التربية و المؤسسات الإقتصادية 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 ، ورجوع الأهداف المعرفية على الأهداف المسلكية.

ولكن هذا التناقض في الطرح والذي أدى بطبيعته إلى نقض مبدأ التوافق إلى عدم التوافق يسبب في عرقلة طموح التلاميذ وبالتالي تكوين حاجز يفصل بين ميول التلاميذ ورغباتهم من جهة ومن جهة ثانية بين حاجات التنمية الإجتماعية والإقتصادية.

**3-3- مبدأ التناسق:**

يتمثل هذا المبدأ (مبدأ التناسق) في التكامل والإقتصاد في التنظيم العام للنظام التربوي كله و التعليم الثانوي خصوصا وما يحتوي عليه من أنظمة فرعية، ويتجلى ذلك من خلال التنسيق في تحديد الأهداف والمحتويات و المناهج المتبعة لكل نظام فرعي على حدى، كما يتجلى في إتباع خطة التقويم و التوجيه حسب مراحل التعليم وكيفية التدرج بينهما.

والتي تبدو في الأساليب المعتمدة التي تتضمن لكل بنية مردوديتها، حتى يكون التعليم وطنيا في أبعاده وديمقراطيا في مبادئه.

(وزارة التربية الوطنية، 1992: 15، 16)

نستنتج من خلال ما سبق أن التعليم الثانوي يقوم على جملة من المبادئ وهي وحدة النظام والتي تتمثل في إستمرارية بعض الأهداف والروابط المشتركة بين أنواع التعليم كله، وذلك بهدف الربط بين التعليم الثانوي و التعليم العالي.

و يتضمن المبدأ أن الوحدة بين فروع التعليم الثانوي لم يؤخذ بعين الإعتبار لذا نجد فيه تناقضات، ومن نتائج هذا الوضع ظهر نظامين أي التعليم العام والتقني لكن التفوق كان دائما لصالح التعليم العام، أما مبدأ التوافق يتجلى في إنعدام التنسيق بين نظام التعليم الثانوي وبين الحاجات الإقتصادية و الإجتماعية أي أنه لا يوجد مكتب مكلف بالتنسيق بين وزارة التربية والمؤسسات الإقتصادية، حيث أدى هذا إلى عرقلة طموح التلاميذ وتكوين حاجز يفصل بين ميول التلاميذ ورغباتهم وبين حاجات التنمية الإقتصادية و الإجتماعية.

بينما يكمن مبدأ التناسق في إتباع خطة التقويم و التوجيه حسب مراحل التعليم وكيفية التدرج بينهما التي تتمثل في الأساليب المعتمدة و التي تضمن لكل بنية مردوديتها، لكي يكون التعليم وطنيا في أبعاده وديمقراطيا في مبادئه.

#### 4- وظيفة التعليم الثانوي:

على غرار الأنماط المختلفة من التعليم فقد حظي التعليم الثانوي بقسط من الإهتمام في القوانين والمواثيق واللوائح الرسمية وحددت وظيفة التعليم الثانوي كما يلي:

- التعليم الثانوي معد لإستقبال التلاميذ من السنة الرابعة متوسط سواء بالحصول على شهادة التعليم المتوسط أو الإنتقال عن طريق معدل القبول ، لهذا تكون مهمة التعليم الثانوي هي مواصلة المهمة التربوية بعد مرحلتي الإبتدائي والتعليم المتوسط.

- دعم المعارف المكتسبة.

- التخصص التدريجي في مختلف الميادين وفق لمؤهلات التلاميذ وحاجات المجتمع وبذلك يساعد التلاميذ على الإنخراط في الحياة العملية ومواصلة الدراسة من أجل تكوين عالي.

- يعمل على تطوير قدرات العمل الفردية و الجماعية وتطوير القدرة على التحليل و التركيب و التفكير و الحكم وإتخاذ المسؤوليات لدى التلاميذ.

- يسمح للتلاميذ سواء بمتابعة الدراسات العليا أو التكوين المتواصل أو التكوين المهني أو الإندماج في الحياة العملية.

#### (وزارة التربية الوطنية، 2003: 83، 84)

نستنتج من خلال ما سبق أن التعليم الثانوي حظي بقسط من الإهتمام في القوانين و الموائيق و اللوائح الرسمية، وحددت وظيفته كونه معد لإستقبال التلاميذ بعد نهاية التعليم المتوسط على الشروط التي يحددها وزير التربية ، إضافة إلى تطوير قدرات العمل الفردية و الجماعية للتلاميذ ويسمح لهم بمتابعة الدراسات العليا أو التكوين المتواصل أو المهني والإندماج في الحياة العملية.

#### 5- إعادة هيكلة التعليم الثانوي في الجزائر:

لقد خاضت الجزائر على غرار بعض الدول تجربة إعادة هيكلة التعليم الثانوي و قد عملت الجهات المشرفة علي قطاع التربية في الجزائر على الإرتكاز على مجموعة من الإعتبارات عند هيكلة التعليم الثانوي وهي:

#### 5-1- المجال التشريعي:

أصدر مرسوم تنفيذي يحدد الإجراءات الخاصة بهذا المسار الأكاديمي الذي يضم التعليم الثانوي العام و التكنولوجي التابع لوزارة التربية الوطنية ومرسوم آخر يحدد الإجراءات

الخاصة بالتكوين و التعليم المهنيين التابعين لوزارة التكوين المهني وذلك لتجنب التدخل بين الوزارتين وتجنب إعتداد الغايات القديمة لكل نمط.

### 5-2- مجال الهياكل:

تجري النشاطات البيداغوجية للتعليم الثانوي العام و التكنولوجي في مؤسسات تسمى مدارس ثانوية ومتاقن أما هياكل الإستقبال فإنها كافية لا محالة إذ أن المعدل الوطني للمؤسسة يقدر ب813 تلميذ في السنة الدراسية (2004/2003).

### 5-3- مجال الوسائل التعليمية:

مهما كان الحجم الذي تأخذه الشعب التكنولوجية المقررة فإن الوسائل التقنية البيداغوجية الموجودة في الثانويات التقنية و المتاقن كافية كما و مرضية نوعا.

وفي المجال البيداغوجي تحدد الشعب المقترحة في إعادة الهيكلة بدقة في إطار تنظيم المسار وتوزيع المعارف و الكفاءات من خلال إختيار مواد التعليم ، و النشاطات النظرية و التطبيقية التي تؤدي إلى تحديد المواد الأساسية و المواد الثانوية و الحجم الساعي و المعاملات.

وقد أخذ بعين الإعتبار البعد التكنولوجي في جميع الشعب من خلال إدراج الكفاءات و المضامين المواد العلمية إلى جانب تعميم الإعلام الألي و تطبيقه في مجال التمهين وطرق العمل الفردية و الجماعية. (المركز الوطني للوثائق التربوية، 2005: 8)

### 5-4- مجال الموارد البشرية:

إنطلاقا من خصوصية شعب مرحلة التعليم الثانوي التلاحم بين مظاهر المنظومة التربوية فإن المصالح المختصة ستضع مشاريع قاعدية لتأطير الإحتياجات

وتشخيصها بتسطير مخطط التكوين و التوظيف حسب الضرورات التي تتضمنها  
الوضعيتين الأتيتين:

- الفائض الزائد الناتج عن زوال بعض شعب التعليم وتقلص الإحتياجات من جراء إعادة  
الهيكلية.

- العجز الناتج عن وجود مواد جديدة بعد إعادة الهيكلية.

- من هنا أصبحت الهيكلية الجديدة للتعليم العام و التكنولوجي في جذعين مشتركين:

أ- جذع مشترك آداب: وتتفرع في السنة الثانية إلى:

- شعبة الآداب والفلسفة

- شعبة الآداب واللغات الأجنبية.

ب - جذع مشترك علوم تكنولوجيا: ويتفرع عنها في السنة الثانية إلى:

- شعبة الرياضيات

- شعبة علوم تجريبية

- شعبة تسيير وإقتصاد

ج- شعبة تقني رياضي والتي تتكون من:

- هندسة كهربائية

- هندسة ميكانيكية

- هندسة طرائق

- هندسة مدنية

من خلال ما سبق نستنتج أن الجزائر خاضت على غرار بعض الدول الأخرى تجربة

إعادة هيكلية التعليم الثانوي حيث عملت الجهات المشرفة على قطاع التربية في الجزائر على

الإرتكاز على مجموعة من الإعتبارات مست جوانب محددة ، لتصل في الأخير إلى هيكلة جديدة للتعليم الثانوي تتماشى مع قدرات التلاميذ ومتطلباتهم.

#### 6- أهمية التعليم الثانوي:

يعتبر التعليم الثانوي من أهم المراحل التعليمية كونها الحلقة الأخيرة و التكميلية لما سبقها من مراحل، وذلك بكل ما يتضمنه من برامج و مقررات دراسية للمراهق، وبكل ما يتكون من شعب سواء علمية، أدبية وتكنولوجية وتعتبر السنة الأولى ثانوي السنة التي يوجه بعدها التلاميذ إلى التخصصات تتناسب وقدراتهم وتنتهي هذه المرحلة باجتياز إمتحان شهادة البكالوريا التي تحدد فيما بعد توجيههم المهني و الدراسات العليا.

إضافة إلى هذا فمرحلة التعليم الثانوي تقابل أهم وأحرج مرحلة عمرية وهي المراهقة أي مرحلة بناء الذات و تكوين الشخصية السوية ذات الإتجاهات و القيم السامية.

#### (الفالوقي محمد، 1990: 120)

كما تعتبر الدعامة الأساسية لتنمية المهارات اللازمة للتلميذ لجعله مواطنا صالحا للمجتمع و تحقيق النمو المتكامل للتلميذ في إطارين هما:

(أ) الإطار العقلي: بحيث يكتسب المعلومات و المهارات والإتجاهات و العادات و الجرأة بصورة متكاملة.

(ب) الإطار الإجتماعي و النفسي و الخلقى و الجسمي و الروحي: بحيث تتكامل و تتوازن جوانب شخصية الفرد.

- إعداد التلميذ للحياة العملية في المجتمع و تنمية الإتجاه العملي وإحترام العمل اليدوي والإلتزام الإجتماعي. (مغازي جمال، 2004: 35، 36)

من خلال ما سبق نستنتج أن للتعليم الثانوي أهمية كبيرة في حياة الفرد ففيه يمر التلميذ بمرحلة حرجة تتسم بمجموعة من التغيرات في كل جوانبه الجسمية و العقلية و الجنسية والإجتماعية...إلخ لذا يعتبر التعليم الثانوي الدعامة الأساسية لتنمية المهارات اللازمة للتلميذ، وتحقيق النمو المتكامل وذلك في إطارين: العقلي الذي يكتسب فيه التلميذ المعلومات والإتجاهات و العادات بصورة متكاملة ، والإطار الإجتماعي و النفسي و الخلقي و الجسمي والروحي الذي يقوم بإعداد التلميذ للحياة العملية و المهنية وتنمية جوانب شخصيته.

### 7- أهداف التعليم الثانوي:

للتعليم الثانوي أهداف عديدة وهامة يمكن حصرها فيما يلي:

- إكتساب التلاميذ المعارف الضرورية لمتابعة الدراسات العليا في المجالات الأدبية والتكنولوجية.
- تنمية روح البحث إنطلاقا من محاور أو وضعيات إشكالية.
- تنمية القدرة على نمذجة الوضعيات العلمية.
- القدرة على توظيف المعارف المتحصل عليها من مختلف المواد التعليمية في حل مشكلة معينة.
- إمكانية اللجوء إلى مختلف نماذج التفكير. (عبد الحميد نشواتي، 1988: 48، 49)

في حين حدد رمضان القذافي أهداف التعليم الثانوي في النقاط التالية:

- تحسين مهارات التلاميذ اللغوية وقدراتهم الأدبية وإعدادهم مهنيا و تكنولوجيا.
- تزويد التلاميذ بالمهارات السلوكية و القيم.
- تكوين إتجاهات الشعور بالإنتماء و القدرة على التكيف.
- تنمية تقدير المسؤولية وإحترام القانون و القيم.
- تقدير حاجات الإنسان وقبول مسؤولية المواطنة وإدراك المواقف والأحداث الدولية.

- مساعدة التلاميذ على معرفة ذواتهم وتقديرهم للآخرين.

(رمضان القذافي وآخرون، 1982: 129)

نستنتج في الأخير أن التعليم الثانوي يسعى إلى إكتساب التلاميذ المعارف الضرورية لمتابعة الدراسات العليا في المجالات الأدبية و التكنولوجية، وتدعيم قيم الثقافة و الحضارة الإنسانية ، وتكوين إتجاهات الشعور بالإنتماء و القدرة على التكيف، كما يعمل على تكوين شخصية التلميذ من مختلف جوانبها ومساعدته على بناء مشروعه الدراسي وإختيار مهنته المستقبلية.

## خلاصة الفصل:

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي حلقة هامة في سلسلة المراحل التعليمية، ففيها يبدي التلميذ رغبته في التغيير وتمتاز هذه المرحلة بنظام ومنهج خاص و صارم يهدف إلى تكوين جيد للتلاميذ خاصة المقبلين في نهاية السنة على إجتياز شهادة البكالوريا التي تمكنهم من دخول الجامعة.

كما تتعاقب فترة تدرس التلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي تغيرات على المستوى الثقافي و العلمي، نظرا للمعارف الجديدة التي يتلقاها من هنا، تعتبر مرحلة التعليم الثانوي مرحلة أساسية في تكوين شخصية التلميذ سواء من الناحية العقلية، الإنفعالية، الإجتماعية.

الجانب التطبيقي

## الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة.

تمهيد

(1)- الدراسة الإستطلاعية

(2)- منهج الدراسة

(3)- حدود الدراسة

(4)- عينة الدراسة

(5)- وسائل وتقنيات جمع البيانات

(6)- الأدوات الإحصائية المستعملة

**تمهيد:**

يعتبر الجانب التطبيقي أساس وعماد كل بحث علمي، لأننا نعتمد فيه على بعض التقنيات و الأدوات التي تثبت مدى صحة النتائج المتحصل عليها، فهو تكملة للفصول الأخرى الذي تم فيها التعرف على الجوانب الأساسية لمتغيرات البحث.

وفي هذا الجانب سيتم التطرق إلى الدراسة الإستطلاعية و الدراسة الأساسية، وما تتضمن فيها من المنهج المتبع، وعينة البحث، ووصف زمان ومكان إجراء الدراسة وأدوات الدراسة و الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة.

## (1) - الدراسة الإستطلاعية:

تعد الدراسة الإستطلاعية أول خطوة يقوم بها الباحث في الجانب التطبيقي من حيث أنها خطوة هامة في البحث العلمي، فهي صورة مصغرة للبحث تهدف أساسا إلى:

- التعرف على ميدان الدراسة.
- التعرف على العينة وخصائصها.
- التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تشكل عائقا في الدراسة الأساسية.

ويعرفها "مروان عبد المجيد إبراهيم" بأنها تلك الدراسة التي تهدف إلى إستطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث دراستها و التعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000: 38)

أجرينا دراسة إستطلاعية في الميدان بثانوية تامدة الجديدة بولاية تيزي وزو، وقد كان الهدف هو التعرف على مكان إجراء الدراسة ومعرفة كيفية تطبيق أدوات بحثنا (مقياس الضغط النفسي ومقياس الدافعية للتعلم)، بهدف إدراكنا لمدى فهم أسئلة المقياسين لدى التلاميذ ووضوح عباراتها، وطريقة الإجابة عليها، وكان ذلك في شهر فيفري من العام الدراسي (2017/2018).

وقد بلغ حجم عينة الدراسة الإستطلاعية (30) تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة من التعليم الثانوي من مختلف الشعب، حيث سمح لنا المدير كذلك بمساعدة مستشارة التوجيه المدرسي بمقابلة التلاميذ وتطبيق المقياس عليهم، وقد أسفرت هذه الدراسة على أن عبارات كلا المقياسين واضحة ومفهومة .

**(2) - منهج الدراسة:**

إن أي بحث مهما كانت طبيعته ونوعه، يستوجب من الباحث الشعور بمشكلة وبأهمية دراسته والتحقق من وجودها في المجتمع الذي يحاول دراسته، بعد ذلك يتطلب منه التسلح بمنهجية معينة لمعالجتها و المعتمدة أساسا على أدوات وطرق وتقنيات موضوعية تحددتها طبيعة الدراسة ونوعها وموضوعها.

وباعتبار أن موضوع بحثنا يسعى إلى دراسة ووصف العلاقة والفروق بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، فإن المنهج الملائم هو المنهج الوصفي.

حيث يعرفها "حسن صالح الداھري": بأنه إستقصاء ينصب على ظاهرة نفسية كما هي قائمة في الوقت الحاضر، بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها، أو بينها وبين ظواهر نفسية أخرى. (الداھري حسن صالح، 1999: 34)

**(3) - حدود الدراسة:**

**3-1- المجال الزمني:** لقد أجرينا الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة من 14 مارس إلى 8 أبريل لسنة الدراسية 2017/2018، وذلك بفضل التسهيلات التي قدمت لنا من طرف القائمين على المؤسسات التي أجرينا فيها الدراسة.

**3-2- المجال المكاني:** لقد تم إجراء الدراسة الميدانية ب(3) ثانويات في ولاية تيزي وزو وهي:

- ثانوية تامدة الجديدة (تامدة)
- ثانوية حمداني سعيد(ذراع الميزان)
- ثانوية أغري محمد سعيد(أزفون)

## 4- عينة الدراسة:

العينة هي مجموعة مصغرة وجزئية من المجتمع، ومنها يقوم الباحث بتجميع البيانات حيث يعرفها "سالم عيسي بدر" بأنها جزء من المجتمع الإحصائي، يتم إختيارها لأغراض جمع البيانات وإصدار الأحكام وإتخاذ القرارات. (سالم عيسي بدر وآخرون، 2007: 20)

بلغ حجم عينة بحثنا (150) تلميذ من السنة الثالثة من التعليم الثانوي، تتراوح أعمارهم ما بين 17 إلى 21 سنة منهم (80) إناث و(70) ذكور.

## 4-1- كيفية إختيار العينة:

لقد تم إختيار العينة بطريقة عشوائية، وتعرف على أنها تؤدي إلى إحتمال إختيار أي فرد من أفراد المجتمع الكبير كعنصر من عناصر العينة، ولكل فرد فرصة متساوية لإختياره ضمن العينة، وإختيار فرد في العينة لا يؤثر على إختيار أي فرد آخر.

(رجاء محمود أبو علام، 2006: 165)

## 4-2- خصائص العينة:

- جدول رقم (03): يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
46.44	70	ذكور
53.33	80	إناث
%100	150	المجموع

- جدول رقم (04): يمثل تقسيم العينة حسب كل ثانوية

النسبة المئوية		التكرار		إسم الثانوية
إناث	ذكور	إناث	ذكور	تامدة الجديدة
16.66	16.66	25	25	
17.33	16	26	24	حمدان سعيد
19.33	14	29	21	أغري محمد سعيد
%100		150		المجموع

(5)- وسائل وتقنيات جمع البيانات:

إعتمدنا في دراستنا على مقياسين وهما:

الأول: مقياس الضغط النفسي

الثاني: مقياس الدافعية للتعلم

5-1- مقياس الضغط النفسي:

5-1-1- وصف المقياس:

وضع هذا المقياس من طرف "سيد نوال" أستاذة محاضرة بقسم العلوم الإجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو - الجزائر - لقياس درجة الضغط النفسي لدى تلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا، يتكون من أربعة محاور وهي (1) الخوف من الإمتحان: ويضم البنود من 1 إلى 12، (2) القلق من الإمتحان: ويضم البنود من 13 إلى 20.

(3) تدخل الأسرة في مصير دراستي : ويضم البنود من 21 إلى 30، أما المحور (4) علاقة المستقبل بالدراسة (البكالوريا): ويضم البنود من 31 إلى 37، ومجموع بنود هذا المقياس (37) بندا.

#### 5-1-2- طريقة تطبيق المقياس:

يمكن إستخدام هذا المقياس بطريقة فردية أو جماعية ، وعلى الباحث أن يتأكد من أن كل فرد قد فهم المطلوب منه و التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة ويجب أيضا أن يعطى الوقت الكافي للإجابة على كل البنود. (سيد نوال، 2009 : 99)

لقد قمنا بتطبيق مقياس الضغط النفسي على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بطريقة جماعية داخل القسم مع تقديم الغرض و الهدف من هذا المقياس، وما هو إلا بحث علمي، و أجاب التلاميذ بكل صدق وموضوعية، حيث منحنا لهم الوقت الكافي للإجابة على كل بنود المقياس.

#### 5-1-3- طريقة تصحيح المقياس:

يتبع في تصحيح هذا المقياس طريقة تدرج العبارات تبعا لدرجة الفقرة وإجابة العبارة أي أنه في كل فقرة تعطى العبارات الإيجابية (أوافق بشدة، أوافق، ليس لي رأي، أعارض، أعارض بشدة) الدرجات التالية: ( 5، 4، 3، 2، 1)، أما إذا كان العكس تعطى العبارات السلبية (أعارض بشدة، أعارض، ليس لي رأي، أوافق، أوافق بشدة) الدرجات التالية: (1، 2، 3، 4، 5). (سيد نوال، 2009 : 100)

#### 5-1-4- الخصائص السيكومترية للمقياس:

##### أ- صدق المقياس:

إعتمدت الباحثة " سيد نوال " في دراستها على:

## أ- صدق المحكمين:

قامت الباحثة "سيد نوال" بتقديم المقياس إلى عدد من أعضاء هيئة التدريس عددهم (8) أساتذة من قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا بجامعة الجزائر/ ملحقة بوزريعة وذلك بهدف:

- تحديد مدى وضوح العبارات.
  - تحديد العبارات المتكررة و التي تعطي نفس المعنى.
  - حذف أو تعديل أو إضافة أي بند يرونه مناسباً.
  - مدى ملائمة الإختبار لما وضع لقياسه.
- ولقد أسفرت النتائج على بعض الملاحظات التي أخذتها الباحثة بعين الإعتبار، وتم إجراء بعض التعديلات المناسبة والمتمثلة فيما يلي:

- إعادة صياغة بعض البنود.
  - حذف بعض البنود.
  - إضافة بعض البنود.
- حيث أصبح المقياس في شكله النهائي يتكون من (37) بند، بعد أن كان يتكون من (50) قبل التعديل.

وقد أجت الباحثة "سيد نوال" دراستها على عينة من بيئة جزائرية بثانويتي الإخوة صبحي ببغلية و ثانوية الشافعي أحمد ببرج منايل الواقعة شرق ولاية بومرداس "الجزائر"، حيث قدرت العينة ب(30) تلميذ و تلميذة من السنة الثالثة ثانوي. (نفس المرجع السابق: 108)

وبما أن مقياس الضغط النفسي طبق في بيئة جزائرية فلا دعي لحساب صدق المقياس.

## ب- ثبات المقياس:

إعتمدت الباحثة "سيد نوال" على الصدق الظاهري الذي تم حسابه بالقانون التالي:

معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات .

وذلك باعتمادها على التجزئة النصفية في تعيين معامل ثبات المقياس، حيث قامت بتطبيق المقياس على مجموعة واحدة مكونة من (20) تلميذ من السنة الثالثة ثانوي، ثم قامت بتجزئة الإختبار باستخدام الأسئلة ذات الأرقام الفردية في مقابل أسئلة ذات الأرقام الزوجية ، وبعد ذلك تم حساب معامل الإرتباط بين المجموعتين باستخدام معامل بيرسون، فوجدت معامل الثبات يساوي(0.85).

كما إعتمدنا نحن أيضا على طريقة التجزئة النصفية، بحيث قمنا بتوزيع المقياس على العينة الإستطلاعية المكونة من (30) تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة ثانوي، ثم تجزئة المقياس إلى جزئين، الجزء الأول درجات الأعداد الزوجية، والجزء الثاني درجات الأعداد الفردية، ثم تم حساب معامل الإرتباط "بيرسون" بين جزئي المقياس، فقد تحصلنا على معامل الإرتباط قدره (0.51) وبعد إجراء التعديل باستعمال معادلة "سبيرمان براون" تحصلنا على معامل قدره (0.67)

- جدول رقم (05): نتائج معامل الثبات لمقياس الضغط النفسي بطريقة التجزئة النصفية.

N	عدد البنود	معامل الإرتباط بيرسون	معادلة سبيرمان براون	قيمة (r) المحسوبة	مستوى الدلالة
30	37	0.51	0.67	0.45	0.01

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" يقدر ب(0.51) ويقدر معامل الارتباط "سبيرمان براون" (0.67) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.01$ ) وهذا ما يشير إلى أن المقياس يمتاز بثبات جيد.

### 5-2-2- مقياس الدافعية للتعلم:

#### 5-2-1- وصف المقياس:

وضع هذا المقياس من طرف الباحث "أحمد دوقة و أخرون" أستاذ التعليم العالي بقسم علم النفس و علوم التربية بجامعة الجزائر بمساعدة أساتذة أخرون.

ويعتبر هذا المقياس من أهم الأدوات المستعملة للقياس النفسي للدافعية للتعلم عند التلاميذ.

ويتكون هذا المقياس من (47) بند، وقد طبق على عينة من بيئة جزائرية تتكون من (100) تلميذ وتلميذة.

#### 5-2-2- طريقة تطبيق المقياس:

من الممكن استخدام هذا المقياس بطريقة فردية أو جماعية، ومن الضروري على الباحث أن يتأكد من أن كل فرد قد فهم المطلوب منه و التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة، بما أنه ليس إختبار لقدرة المراهق على فهم العبارات، و ليس مقياس السرعة في الإجابة، ولكنه إستقصاء عن بعض نواحي سلوك المفحوص لذا يعطي له الوقت الكافي للإجابة على كل البنود. (أحمد دوقة وأخرون، 2011: 84)

لقد قمنا بتطبيق مقياس الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بطريقة جماعية داخل القسم، وذلك بعد أن تأكدنا أن الكل فهم المطلوب منه و التعليمات اللازمة، وقد منحنا لهم الوقت الكافي للإجابة على كل بنود المقياس.

## 5-2-3- طريقة تصحيح المقياس:

يتبع في تصحيح هذا المقياس طريقة التدرج الدرجات تبعا لدرجة الفقرة وإجابة العبارة، أي أنه في كل فقرة تعطى العبارات (صحيح تماما، صحيح، غير صحيح، لا أدري) الدرجات التالية (4، 3، 2، 1) وذلك في العبارات الموجبة، أما بالنسبة للعبارات السالبة تعطى العبارات (لا أدري، غير صحيح، صحيح، صحيح تماما) الدرجات التالية (1، 2، 3، 4).  
(نفس المرجع السابق: 85)

## 5-2-4- ثبات المقياس:

قمنا بتوزيع المقياس على العينة الإستطلاعية المكونة من (30) تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة ثانوي، ثم قمنا بتجزئة المقياس إلى جزئين، الجزء الأول يتضمن البنود الزوجية و الجزء الثاني يتضمن البنود الفردية، ثم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين جزئي المقياس فقد حصلنا على معامل الارتباط قدره (0.85) وبعد إجراء التعديل بإستعمال معادلة "سبيرمان براون" حصلنا على معامل قدره (0.91) و الجدول التالي يوضح ذلك

جدول رقم (06): نتائج معامل الثبات لمقياس الدافعية للتعلم بطريقة التجزئة النصفية.

N	عدد البنود	معامل الارتباط بيرسون	معادلة سبيرمان براون	قيمة (r) المحسوبة	مستوى الدلالة
30	47	0.85	0.91	0.45	0.01

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" يقدر ب(0.85)، ويقدر معامل الارتباط "سبيرمان براون" (0.91) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.01$ )، وهذا ما يشير إلى أن المقياس يمتاز بثبات جيد.

## 6- الأدوات الإحصائية المستعملة:

استلزمت طبيعة معطيات الدراسة اللجوء إلى المقاييس الإحصائية، بعد ما تم تصحيح الإجابات المقدمة من طرف التلاميذ على الأدوات و تفريغ البيانات بالإعتماد على تقنية الرزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية "SPSS" وقد إعتمدنا على ما يلي:

- 1- النسبة المئوية: وهذا للتعرف على نسبة تكرار المتغيرات وللمعرفة النسب المئوية.
- 2- معامل الارتباط بيرسون: وذلك للبحث عن وجود علاقة بين متغيرات الدراسة، كما إستعنا به لحساب ثبات المقياسين فهو من أهم إختبارات الدلالة الإحصائية وأكثره إستعمالا لسهولة إجراءه.
- 3- معادلة سبيرمان براون: وهذا لإيجاد معامل ثبات كلا المقياسين (الضغط النفسي، الدافعية للتعلم).
- 4- إختبار(ت): وذلك لدراسة الفروق بين المتوسطات فيما يخص الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

**خلاصة الفصل:**

تعرضنا في هذا الفصل لأهم الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية لهذا البحث من دراسة إستطلاعية ودراسة أساسية، أما في الفصل الموالي سنقوم بعرض النتائج المتحصل عليها بعد تطبيق مقياس الضغط النفسي ومقياس الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي مع تحليلها ومناقشتها.

## الفصل السادس: عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

### تمهيد

#### 1- عرض وتحليل النتائج

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة

#### 2- مناقشة النتائج

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية

2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

- إستنتاج عام

**تمهيد:**

سنتعرض في هذا الفصل إلى النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة الميدانية، وهذا بعد جمع المعطيات الإحصائية وفق الإطار المنهجي المتبع، حيث سنقوم بعرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها وفق لفرضيات البحث، وتقديم إستنتاج عام و بعض الإقتراحات ثم ختمنا البحث بخاتمة.

## 1- عرض وتحليل النتائج:

## 1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى: وتتص هذه الفرضية على ما يلي:

"توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي"

وللتأكد من مدى صحة الفرضية قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون (R) بين درجات الضغط النفسي ودرجات الدافعية للتعلم لدى أفراد العينة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (07): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

الدالة	مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط بيرسون (R)	N
دالة	0.01	0.34	150

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (07) أن قيمة معامل الارتباط (R) بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم تقدر بـ(0.34) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ) ، وهذا ما يشير إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، وبالتالي تحققت الفرضية القائلة: "توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي".

## 1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: وتنص الفرضية على ما يلي:

"توجد فروق دالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس".

وللتأكد من صحة الفرضية قمنا بتطبيق إختبار (ت) لعينتين مستقلتين متجانستين لدلالة الفروق بين المتوسطات، حيث بلغت قيمة ( $F=0.038$ ) وبلغت قيمة الدلالة المحسوبة (0.84) وهذا ما يشير إلى وجود تجانس بين أفراد العينة في الضغط النفسي و الجدول التالي يبين النتائج المتوصل إليها:

جدول رقم(08): يوضح نتائج إختبارات لدلالة الفروق في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

الجنس	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة
ذكور	(70)	114.41	15.23	-0.35	148	0.72	0.05
إناث	(80)	115.26	13.96				

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات الضغط النفسي لدى الذكور يقدر بـ(114.41) والإنحراف المعياري يقدر بـ(15.23) أما المتوسط الحسابي لدرجات الضغط النفسي لدى الإناث يقدر بـ(115.26) والإنحراف المعياري يقدر بـ(13.96) ، وبلغت قيمة (ت) (-0.35) وتقدر قيمة مستوى الدلالة المحسوبة بـ(0.72) ، وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا ما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

وبالتالي يمكن القول أن الفرضية القائلة: "توجد فروق دالة إحصائية في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس" لم تتحقق.

### 1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

"توجد فروق دالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس"

وللتأكد من صحة الفرضية قمنا بتطبيق إختبار (ت) لعينتين مستقلتين متجانستين لدلالة الفروق بين المتوسطات، حيث بلغت قيمة  $(F=0,582)$  وبلغت قيمة الدلالة المحسوبة  $(0.447)$  وهذا ما يشير إلى وجود تجانس بين أفراد العينة في الدافعية للتعلم والجدول التالي يبين النتائج المتوصل إليها.

**جدول رقم (09):** يوضح نتائج إختبار (ت) لدلالة الفروق في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

الجنس	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة
ذكور	70	132.00	20.25	-0.54	148	0.58	0.05
إناث	80	133.73	18.97				

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن المتوسط الحسابي لدرجات الدافعية للتعلم لدى الذكور تقدر بـ(132.00) والإنحراف المعياري يقدر بـ(20.25)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الدافعية للتعلم لدى الإناث تقدر بـ(133.73) والإنحراف المعياري يقدر بـ(18.97) وبلغت قيمة (ت) (-0.54) وتقدر قيمة مستوى الدلالة المحسوبة (0.58)، وهي أكبر من

مستوى الدلالة (0.05) ، وهذا ما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

وبالتالي يمكن القول أن الفرضية القائلة: "توجد فروق دالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس" لم تتحقق.

## 2- مناقشة النتائج:

### 2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يتبين لنا من خلال نتائج الفرضية الأولى أنه توجد علاقة دالة إحصائية بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون (0.34) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ).

وهذا يعني أن كلما ارتفع الضغط النفسي ارتفعت الدافعية للتعلم لدى التلاميذ، ويمكن تفسير هذه النتيجة أن إدراك التلميذ في المرحلة الثانوية لمضايقات الزملاء وأسلوب التعامل من قبل المعلمين يشكل عاملا محفزا في إستثارة دافعيته للتعلم، فالضغط النفسي له دور كبير في التأثير على الدافعية للتعلم لدى التلميذ ، بحيث أنه يزيد من حماسه لممارسة نشاطاته ويساعده بطريقة غير مباشرة في تحقيق نتائج إيجابية في الدراسة الأكاديمية ، إذ يتعرض التلميذ للضغط النفسي من مصادر مختلفة سواء كانت داخلية أو خارجية ، إضافة للبيئة المدرسية لما تحتويه من قوانين ضابطة لسلوكه وتصرفاته، وعليه يمكن أن يعتبر التلميذ أن المصادر التي تسبب له ضغطا نفسيا هي في الحقيقة عوامل محفزة ومساعدة له لتبنى مستويات عالية من الدافعية للتعلم.

كما يرى هارون توفيق الرشيدي أن إرتفاع مستوى قوة الدافع يجعل الأفراد يميلون إلى أن يكونوا أكثر حدة من الناحية الفيزيولوجية، فقد أعطى الأفراد الذين أقرو بقوة الدافع

توضيحات بارتفاع قوة الضغط، وأظهر التلميذ ذوي الحاجات المرتفعة تنشيطا مرتفعا باعتبار أن قوة الحاجة تحدث تنشيطا عاما عند الأفراد مما يؤثر في اليقظة الذاتية لديهم. ومن ناحية أخرى يتحرك الفرد تحت تأثير الضغوط التي يتعرض لها ويكون شخصيته إشتقاقا من هذه الضغوط ومحاولة التغلب عليها، فالضغوط عند قدر معين لازمة وضرورية لتنشيط الدوافع و الحاجات ولددينامكية الشخصية وقدرتها على تحقيق أهداف وإرتفاع الحاجات.

### (هارون توفيق الرشيدى، 1999: 11، 12)

وهذا ما يبين دور الضغوط النفسية في زيادة مستوى الدافعية للتعلم والإهتمام لدى التلاميذ لتحسين أدائهم التحصيلي، وبالمقابل إذ إنعدمت نسبة الضغط لدى التلميذ إنخفضت معه الدافعية للتعلم وزاد إحساسه باللامبالاة.

حيث إتفقت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة محمد محمد جاسم (2004) حول العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة من جامعة السودان وطلبة من جامعة واد النيل، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين نوع الضغوط والتحصيل الأكاديمي لدى أفراد العينة.

### 2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يتبين لنا من خلال نتائج الفرضية الثانية أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن الضغط النفسي ظاهرة عامة يمكن أن يعاني منها الجميع، بغض النظر عن كون التلميذ ذكر أو أنثى، فقد أصبح الذكور والإناث يتعرضون لنفس الضغوط خاصة وأنهم يدرسون في مكان واحد، وكل منهم يعيش نفس المرحلة

الدراسية، ألا وهي مرحلة التعليم الثانوي التي تقترن بمرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة هامة في حياة التلميذ.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة إلى تغيير نظرة الأنثى إلى نفسها، و تغيير إتجاه الوالدين إليها، حيث اختلفت المعاملة على ما كانت عليها قديما، وأصبحت الأنثى تضاهي الذكر في كل شيء ، ما جعلها تشعر بالمسؤولية وأخذ القرارات التي تراها مناسبة لها، إضافة إلى ذلك معايشة الجنسين الظروف نفسها، وإشتراكهما في نفس الخصائص النمائية ألا وهي خصائص المراهقة التي تجمع كلاهما.

وجاءت هذه الدراسة مخالفة لنتائج دراسة هيثم محمد النادر وآخرون (2014): حول

مصادر الضغط النفسي لدى طلاب كلية الرياضة وعلاقتها بكل من الجنس و المستوى الدراسي والمعدل التراكمي، وأظهرت النتائج وجود فروق بين كل من الذكور والإناث في الضغط النفسي.

### 2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

يتبين لنا من خلال نتائج الفرضية الثالثة أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى تشابه أفراد العينة ذكور وإناث من حيث الدافعية للتعلم نظرا لكونهم من نفس الفئة العمرية المتمثلة في تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، حيث يسعون إلى نيل الشهادة وتحقيق النجاح فهذا عامل أساسي في ظهور الدافعية للتعلم لديهم.

ويمكن أيضا تفسير هذه النتيجة المتوصل إليها إلى طبيعة حياة الجنسين في حد ذاتها، فهما يعيشان نفس التحدي المستقبلي في مواجهة نفس المصير وهو نيل شهادة البكالوريا، بالإضافة إلى مجموعة من الظروف الداخلية والخارجية التي تحيط بالتلميذ سواء كان ذكر

أو أنثى فهي تؤثر على الأول بنفس درجة التأثير على الثاني، كما أصبحت الفرص التعليمية متاحة لكلا من الجنسين على حد سواء وتضاءلت النظرة الوالدية التي تميز بين الذكور والإناث فهما يتعرضان لنفس الضغوط و نفس التحدي في جميع الظروف سواء الداخلية أو الخارجية و بالتالي لا توجد لديهما فروق في الدافعية للتعلم.

وجاءت هذه الدراسة موافقة لنتائج دراسة أمنة عبد الله التركي (1988) حول دافعية التعلم تطورها وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة قطر، والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للتعلم بين الذكور والإناث.

## الإستنتاج العام:

لقد إنطلقنا في دراستنا هذه من ثلاث فرضيات وتتمثل الفرضية الأولى التي مفادها "توجد علاقة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي"، والفرضية الثانية التي مفادها "توجد فروق دالة إحصائيا في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس"، والثانية التي مفادها "توجد فروق دالة إحصائيا في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس".

وقد صممت هذه الدراسة لإختبار صحة الفرضيات المرفقة في الإطار العام للإشكالية إنطلاقا من الجانب النظري، إعتدنا على العديد من المعطيات والمعلومات النظرية، إضافة إلى الجانب التطبيقي الذي قمنا به في إطار منهجي وعلمي وطرح موضوعي بكل ما يتطلبه البحث من أساليب وتقنيات وهذا بعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الضغط النفسي و الدافعية للتعلم على عينة مكونة من (150) تلميذ من السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

وإعتدنا في دراستنا هذه على التحليل الإحصائي المتمثل في معامل الارتباط بيرسون (ر) وإختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات ، وبعد عرض وتحليل ومناقشة البيانات التي تحصلنا عليها في الدراسة الميدانية توصلنا إلى مجموعة من النتائج التي سمحت لنا بالإجابة على الفرضيات المطروحة:

- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

- لا توجد فروق دالة إحصائيا في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

- لا توجد فروق دالة إحصائية في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

وفي الأخير يمكن القول أن نتائج هذه الدراسة نسبية في حدود عينة دراستنا ولا يمكن تعميمها على كل التلاميذ ، لهذا يعتبر موضوعنا هذا نقطة بداية أو إنطلاق لبحوث أخرى في المجال التربوي.

## إقتراحات:

في إطار النتائج التي توصلنا إليها نود في الأخير أن نقدم بعض الاقتراحات التي تخدم

تلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي والمتمثلة فيما يلي:

- ضرورة خلق حوار دائم بين التلميذ وأسرته ومستشار التوجيه المدرسي.
- ضرورة الاهتمام بالحالة النفسية لتلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.
- توعية الأولياء والمعلمين و المختصين التربويين بضرورة الإهتمام بموضوع الدافعية للتعلم التي تساهم في النجاح الدراسي لدى التلاميذ.
- ضرورة تظافر الجهود المدرسية من معلمين ومرشدين ومدراء في التعامل مع المشكلات المدرسية التي يعاني منها التلاميذ.
- مساعدة التلاميذ على إعادة البناء النفسي المتوتر من جراء الضغوطات التي تواجههم سواءا على مستوى الأسرة أو المدرسة أو المحيط بقصد تحقيق التوازن والعمل على إستقراره.
- تفعيل دور مستشار التربوي في التكفل بالمشكلات الدراسية لدى التلاميذ وتحفيزهم على التعلم.

## خاتمة:

الإنسان في حياته اليومية سواء كان عاملاً أو طالب علم تصادفه العديد من العوائق والأحداث المختلفة، وكل حدث يؤثر ويتأثر بغيره ، و مفهوم الضغط النفسي يرتبط إرتباطاً كلي بالعصر الذي نعيش فيه، فهو حالة إنفعالية تنعكس على ردود الفعل لدى الفرد وهي تنشأ من المواقف الضاغطة التي يتعرض لها، ونجد التلاميذ المقبلين على إمتحان شهادة البكالوريا في صراع دائم مع حالتهم النفسية الضاغطة.

ويتأثر الضغط النفسي بعدة عوامل أخرى منها الدافعية للتعلم و التي تشكل ملتقى إهتمام جميع القائمين على العملية التربوية من تلاميذ وأساتذة ومرشدين باعتبارها طاقة تحرك سلوك الأفراد وتؤدي إلى رفع مستوى الأداء وتحسينه ، ومن خلال هذه الدراسة التي قمنا بها حول الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، توصلنا إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

كما توصلنا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الضغط النفسي لدى تلاميذ السنة من التعليم الثانوي حسب الجنس، كما لم نجد فروق دالة إحصائياً في الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي حسب الجنس.

إن دراسة الضغط النفسي و الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي هي دراسة واسعة النطاق، لذا يجب إعادة هذا الموضوع على عينة أكبر ولمدة أطول وبأكثر دقة من أجل الوصول إلى نتائج فعالة تساعد في وضع إستراتيجيات تساهم في مساعدة التلاميذ والمسؤولين على العملية التربوية ككل على معرفة طاقاتهم وقدراتهم وإستثمارها في مختلف الميادين.

# قائمة المراجع

## المراجع باللغة العربية:

### قائمة الكتب:

- (1)- أحمد عواد (1998): قراءات في علم النفس التربوي، مكتبة النهضة القاهرة.
- (2)- أحمد محمد الزغبى (2005): مشكلات الأطفال النفسية و السلوكية والدراسية، دار الفكر، دمشق.
- (3)- أمل البكري (2007): علم النفس المدرسي، المعتر للنشر و التوزيع، عمان.
- (4)- أحمد دوقة، لوريبي عبد القادر وأخرون (2011): سيكولوجية الدافعية للتعلم في التعليم ما قبل التدرج، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (5)- أحمد محمد عبد الخالق (2006): علم النفس العام، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- (6)- أحمد نايل الغرير، أحمد عبد اللطيف أبو سعد (2009): التعامل مع الضغوط النفسية، دار الشروق للنشر والتوزيع، رام الله.
- (7)- أنطوان حمص (1986): مدارس علم النفس، مطبعة الإتحاد سوريا.
- (8)- أحمد ثائر غباري (2008): الدافعية النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر والتوزيع، لبنان.
- (9)- إبراهيم وجيه محمود (2000): التعلم أسسه، نظرياته وتطبيقاته، عمان، دار المسيرة.
- (10)- الوقفي راضي (2003): مقدمة في علم النفس، دار الشروق للنشر و التوزيع، غزة.
- (11)- الداھري صالح حسن (1999): علم النفس العام، دار الكندي للنشر.
- (12)- تيسير مفلح كوافحة (2004): علم النفس التربوي وتطبيقاته في مجال التربية، دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان.
- (13)- حسن مصطفى عبد المعطي (1998): علم النفس الإكلينيكي، دار النشر و التوزيع، مصر.

- 14- رمضان محمد القذافي (1998): الصحة النفسية و التوافق، مكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
- 15- رمضان القذافي ومحمد الفالقي(1994): التعليم الثانوي في البلاد العربية، المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية.
- 16- رجاء محمود أبو علام (2006): مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية، دار النشر للجامعات، القاهرة.
- 17- سمية طه جميل (1998): التخلف العقلي وإستراتيجيات مواجهة الضغوط الأسرية، بيروت.
- 18- سامي محمد ملحم (2000): علم النفس التربوي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- 19- سامي محمد ملحم (2001): الإرشاد و العلاج النفسي، الأسس النظرية التطبيقية، دار المسيرة للنشر و التوزيع.
- 20- سي موسى عبد الرحمان (2002): الصدمة و الحداد عند الطفل و المراهق، نظرة الإختبارات الإسقاطية، جمعية علم النفس الجزائر.
- 21- سالم عيسي بدر، عماد عباسية (2007): مبادئ الإحصاء الوصفي والإستدلالي، دار المسيرة للنشر و التوزيع.
- 22- شيخاني سمير(2003): الضغط النفسي (طبيعته وأسبابه المساعدة الذاتية و المداواة، دار الفكر العربي، لبنان.
- 23- شيلي تايلور(2008): علم النفس المرضي، ترجمة وسام درويش بريك وفوزي شاکر داود، دار حامد، عمان الأردن.
- 24- شبل بدران ، فاروق البوهي (2000): نظم التعليم في دول العالم، دار قباء، القاهرة.

- (25) - صالح محمد علي أبو جادو (1998): علم النفس التطويري، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- (26) - صالح حسين أحمد الدهري (بدون سنة): علم النفس العام، دار الكندي للنشر و التوزيع.
- (27) - طه عبد العظيم (2006): العلاج النفسي المعرفي (المفاهيم والتطبيقات)، الإسكندرية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- (28) - طه عبد العظيم حسن، سلامة عبد العظيم حسن (2006): إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر، عمان.
- (29) - عبد الرحمان سليمان الطرطيري (1994): الضغط النفسي (مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته)، مطامع شركة الصفحات الذهبية، الرياض.
- (30) - علي عسكر (2003): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- (31) - على عسكر (2000): ضغوطات الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث الكويت.
- (32) - عبد الهادي مصباح (2001): الإدمان سرطان المجتمع، الدار المصرية، مصر.
- (33) - عويضة كامل محمد (1996): علم النفس الشخصية، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.
- (34) - عبد اللطيف محمد خليفة (2001): الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة و النشر والتوزيع.

- (35)- عبد الحميد نشواتي (1988): علم النفس التربوي، مؤسسة الرسالة للطباعة و النشر و التوزيع، بيروت، لبنان.
- (36)- عزو إسماعيل عفانة (1997): إعداد المعلم الفلسطيني لتوظيف الإحصاء في عمليات التقويم، غزة الجامعة الإسلامية ، كلية التربية.
- (37)- عبد الطيف حسين فرج (2008): التعليم الثانوي، رؤية جديدة، دار الحامد للنشر والتوزيع.
- (38)- عبد اللطيف حسين فرج (2008): نظم التربية و التعليم في الوطن العربي ما قبل وما بعد العولمة التعليم، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان ،الأردن.
- (39)- عبد الحفيظ مقدم (2003): الإحصاء الوصفي و القياس التربوي، ديوان النشر، الإسكندرية.
- (40)- غريب السيد أحمد (1998): الإحصاء و القياس في البحث الإجتماعي، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، الجزء الأول.
- (41)- فاروق السيد عثمان (2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، مصر.
- (42)- فاطمة عبد الرحمن النوايسة (2009): الضغوط النفسية عند الطلبة المتميزون وأساليب مواجهتها، مطبعة الأزهر، عمان.
- (43)- ماجدة بهاء الدين سيد عبيد (2008): الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، دار الصفاء.

- (44)- مقال جمال القاسم وآخرون(2001): **مبادئ علم النفس** ، دار الصفاء للنشر و التوزيع، عمان.
- (45)- مروان أبو حويج (2004): **علم النفس التربوي**، اليازوري للنشر و التوزيع.
- (46)- محمد محمود بن يونس (2007): **سيكولوجية الدافعية والإنفعالات**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- (47)- محمد محمود الحلية (1999): **التصميم التعليمي**، نظرية و ممارسة، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، عمان، الأردن.
- (48)- مروان عبد المجيد إبراهيم (2009): **أسس البحث العلمي**، إعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة العرق للنشر و التوزيع، الأردن.
- (49)- محمد عطية الإبراشي(بدون سنة): **التربية و التعليم**، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (50)- محمد بوعلاق (2009): **الموجه في الإحصاء الوصفي والإستدلالي في العلوم النفسية والإجتماعية و التربوية**، دار الأمل للنشر و التوزيع.
- (51)- محمد بني يونس (2004): **مبادئ علم النفس النمو**، الشروق لنشر و التوزيع، غزة.
- (52)- محمد الفالوقي (1990): **التعليم الثانوي في البلاد العربية**، المكتب الجامعي الحديث، بيروت.
- (53)- نبيهة أحمد صالح السمراي (2006): **مقدمة في علم النفس**، دار زاهر للنشر و التوزيع، الأردن.
- (54)- نادر فهمي الزيود، ذياب الهندي صالح (1989): **التعلم و التعليم الصحي**، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، عمان.

- 55- ناصر أحمد الخوالدة (2005): مراعاة الفروق الفردية، وائل للنشر، الأردن.
- 56- هارون توفيق الرشيدى (1999): الضغوط النفسية (طبيعتها، نظرياتها)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- 57- وليد السيد خليفة، مراد على عيسى (2008): الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي، دار الوفاء الإسكندرية.
- 58- يوسف قطامي (2000): تصميم التدريس، دار الفكر، الأردن.

#### قائمة المجلات:

- 59- إبراهيم عبد الستار (1998): الإكتئاب، سلسلة عالم المعرفة، العدد 239، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- 60- إدوارد موراي، ترجمة عبد العزيز سلامة (1988): الدافعية والإنفعالات، دار الشروق، القاهرة.
- 61- جمال مغازي (2004): قلق وتوتر الإمتحانات، مجلة رسالة الإسلام التربوية، العدد 13، المملكة العربية السعودية.
- 62- عمر بدر (1987): دراسات مسحية للدافعية لدى طلاب الجامعة، مجلة العلوم الإجتماعية الكويت، العدد الرابع.
- 63- عبد الله ضريبي (2010): مواجهة الضغوط النفسية و المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد (26)، العدد الرابع.

64)- فريال أبو عواد (2009): البنية العاملة لمقياس الدافعية الأكاديمية (AMS) ، دراسة سيكومترية على عينة من طلبة الصفين السادس و العاشر من مدارس وكالة الغوث في الأردن، مجلة جامعة دمشق، المجلد 25، العدد (3 و4).

65)- نايف فدعوس الحمد (2013): الضغوط النفسية التي تواجه طالبات كلية أريد الجامعية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المنامة، المجلد 14، العدد 3، 129، 154.

66)- بن صالح هداية (2015): تأثير الضغوط النفسية على التوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس، مجلة الدراسات و البحوث الإجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر- الوادي، العدد 11، 86، 97.

#### قائمة الرسائل الجامعية:

67)- حكيمة أيت حمودة (1999): دور السمات الشخصية وإستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية و الصحة الجسدية، رسالة دكتوراه في علم النفس العيادي، جامعة الجزائر.

68)- حنان عبد الرحيم الأحمدي (2006): ضغوط العمل لدى الأطباء "المصادر والأعراض"، مركز البحوث، معهد الإدارة العامة ، القاهرة.

69)- شفيق ساعد (2010): مصادر الضغط النفسي وإستراتيجية المواجهة لدى المراهقين، دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة المرحلة الثانوية من ولاية بسكرة.

70)- عبد الباسط القني (2008): القيم وعلاقتها بالدافعية التعلم عند طلبة السنة الثالثة ثانوي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي، جامعة ورقلة.

(71)- عبد الحفيظ جدو(2014): إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم ، رسالة الماجستير في علم النفس العيادي، جامعة سطيف.

(72)- فتيحة مهدي بلعسلة (2004): المعاش النفسي لتلميذ السنة الثالثة ثانوي و علاقتها بنتائج إمتحان شهادة البكالوريا ، رسالة ماجستير، تخصص علوم التربية، جامعة الجزائر.

(73)- نوال سيد (2009): الضغط النفسي و علاقته بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المقبلين على إمتحان البكالوريا، رسالة ماجستير، تخصص علوم التربية، جامعة الجزائر.

المواثيق:

(74)- الميثاق الوطني، حزب جبهة التحرير الوطني، الجزائر، 1986.

(75)- وزارة التربية الوطنية: مشروع إصلاح المنظومة التربوية، 2003.

(76)- وزارة التربية الوطنية، مشروع إصلاح التعليم الثانوي، الجزائر، مارس 1992.

المراجع باللغة الفرنسية:

77)- Boudaren, M, (2005):le stress entre bien être et souffrance, ed berti, alger.

الملاحق

ملحق رقم (01): مقياس الضغط النفسي لدى التلاميذ المقبلين على إمتحان البكالوريا

البيانات الشخصية :

الجنس : .....

السن : .....

المؤسسة التعليمية:.....

التعليمة :

عزيزي التلميذ (ة) نقدم لك مقياس الضغط النفسي الذي نرجو منك الإجابة على كل سؤال من الأسئلة الواردة فيه بوضع علامة ( × ) أمام الإجابة التي تراها تتوافق معك ، ونحيطك علما بأنها لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة في هذا الإختبار.

المطلوب منك أن تبين ما تراه وتشعر به وما تفعله ، نرجو منك الإجابة على جميع الأسئلة، ونرجو لكم مسبقا مساعدتكم ونعلمكم بأن اجابتم سوف تستعمل لأهداف وأغراض علمية فحسب.

نشكركم جزيل الشكر

## ملحق رقم 2 : مقياس الدافعية للتعلم

### البيانات الشخصية:

– السن :

– الجنس : ( ذكر / انثى )

– المؤسسة التعليمية:

### التعليمة :

نرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (×) أسفل الإختيار الذي ينطبق عليك ويجب أن تكون إجابتك عن كل عبارة حسب رأيك الشخصي.

نشكركم جزيل الشكر

1 – أوافق بشدة 2 – أوافق 3 – ليس لي رأي 4 – أعارض 5 – أعارض بشدة

الرقم	العبارات	1	2	3	4	5
1	<b>الخوف من الامتحان يجعلني :</b> أسهر كثيرا في الدراسة					
2	أراجع أستاذ المادة في كل كبيرة و صغيرة					
3	أتنافس مع الزملاء					
4	أنضم وقتي للمراجعة					
5	أكرس جل وقتي للدراسة					
6	أضطرب كثيرا					
7	أتخلى عن المراجعة					
8	أطلب المساعدة من أفراد الأسرة					
9	أتابع دروس خصوصية					
10	أطلع على أسئلة الامتحانات السابقة					
11	أشتري كتباً توضيحية					
12	ألجأ إلى مشاهدة التلفزيون					
13	<b>القلق من الامتحان يجعلني :</b> لا أستطيع التركيز خلال المراجعة					
14	أرى نفسي غير قادر على النجاح					
15	أشعر بالتوتر					
16	أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع الفشل					
17	أشعر بقلق مفرط					
18	أشعر بالنرفزة					
19	أشعر بالضيق					
20	أشعر بأنني مستثار جدا					
21	<b>تدخل الأسرة في مصير دراستي :</b> اطلاع أسرتي على نتائج دراستي يمثل لي حافزا لإتقان النشاطات الدراسية					
22	توجيهات الأسرة لي تدفعني للاجتهاد أكثر					
23	إلحاح أوليائي على النجاح يشعرنني بالتوتر					
24	أشعر بالضيق من موقف عائلتي اتجاه البكالوريا					
25	مقارنة أسرتي لنتائج بنتائج أقراني يشعني بالقلق					
26	متابعة أسرتي لنتائج الدراسية يشعرنني بالمسؤولية					
27	لا يهم أسرتي سوى حصولي على علامة جيدة في الامتحان					

				أتضايق كثيرا من إلحاح أسرتي على المراجعة	28
				أرى أن أسرتي تحدد لي وقتنا للمراجعة	29
				أحس أن نجاحي هو لتحسين صورة الأسرة فقط	30
				<u>علاقة المستقبل بالدراسة ( البكالوريا ) :</u> مستقبلي يتوقف على الحصول على شهادة البكالوريا	31
				الحصول على البكالوريا شيء ضروري بالنسبة لي	32
				طموحاتي المستقبلية تتطلب الدراسة في الجامعة	33
				أصبح في حالة توتر عندما أفكر في مستقبلي الدراسي	34
				أشعر بالقلق اتجاه مستقبلي المهني	35
				أبذل قصارى جهدي لضمان مستقبلي المهني	36
				أشعر بالحماس للمراجعة كلما فكرت في مستقبلي الدراسي	37

الرقم	العبارات	صحيح تماما	صحيح	غير صحيح	لا أدري
1	لدي القدرة على النجاح في الدراسة				
2	التعليم يحقق لي أمنياتي				
3	لدي القدرة على العمل أكثر				
4	التعليم يحقق لي مستقبلا زاهرا				
5	لدي القدرة على التفوق على زملائي				
6	التعليم يوصلني إلى مراتب الكبار				
7	لدي القدرة على مواصلة الدراسة				
8	فهمني للدروس يضمن لي علامات جيدة				
9	التعليم يسمح لي بالمساهمة في تطوير البلاد				
10	لدي القدرة على مراجعة كل الدروس				
11	التعليم يضمن لي النجاح في الحياة				
12	لدي القدرة على حفظ وتذكر كل الدروس				
13	المراجعة مع زملائي تحقق لي نتائج منتظرة				
14	التعلم يضمن لي مهنة محترمة				
15	لدي القدرة على فهم كل الدروس				
16	البرنامج الدراسي يضمن موضوعات متنوعة وثيقة				

				التعلم يكسبني إحترام الآخرين	17
				لدي القدرة على حل الواجبات المنزلية بمفردتي	18
				لدي القدرة على متابعة الدروس بسهولة	19
				التعلم يضمن لي مكانا مهما في المجتمع	20
				لدي القدرة على التعلم و التحصيل الجيد	21
				التعلم يجعلني قادر على التحدث مع الآخرين	22
				لدي القدرة على تقديم الإجابة عندما أسأل من طرف الأستاذ	23
				التعلم يمكنني من الحصول على علامات جيدة	24
				لدي القدرة على تصحيح أخطائي عندما يظهرها الأستاذ	25
				التعلم يجعلني أتفوق على زملائي	26
				لدي القدرة على طرح الأسئلة عندما لا أفهم	27
				زملائي يساعدونني عندما أحتاج لذلك	28
				المعلومات المقدمة في المدرسة مفيدة	29
				لدي القدرة على الصعود إلى السبورة حينما يطلب مني ذلك	30
				التعلم يحقق لي رغباتي	31

				معظم الأساتذة يهتمون بأحاسيسي ومشكلات التلاميذ	32
				لدي القدرة على تحسين مستوي الدراسي	33
				المراجعة مع الزملاء مفيدة	34
				لدي القدرة على تنفيذ ما أخطط له	35
				لدي القدرة على تجاوز الصعوبات المدرسية	36
				المواد الجديدة مفيدة جدا	37
				كثرة الزملاء في القسم لا يضايقني	38
				أوليائي يهتمهم الإلتقاء مع أساتذتي	39
				الكتب المدرسية سهلة الفهم و المراجعة	40
				معظم الأساتذة يحترمون آراء التلاميذ	41
				وجود التلاميذ المشرفين في القسم لا يضايقني	42
				هناك متابعة مستمرة للأعمالي من طرف أوليائي	43
				أوليائي يوفر لي جو ملائم للدراسة	44
				معظم الأساتذة يعاملون التلاميذ معاملة حسنة	45
				معظم الأساتذة عادلون في منح النقاط	46
				هناك تشجيع من طرف الأساتذة للعمل	47

ملحق رقم (03): نتائج المعالجة الإحصائية للبيانات

		VAR00001	VAR00002
VAR00001	Corrélation de Pearson	1	,347**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	150	150
VAR00002	Corrélation de Pearson	,347**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

**Statistiques de groupe**

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	1,00	70	114,4143	15,23962	1,82148
	2,00	80	115,2625	13,95811	1,56056

**Test d'échantillons indépendants**

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
VAR00001	Hypothèse de variances égales	,038	,846	-,356	148
	Hypothèse de variances inégales			-,354	141,081

**Test d'échantillons indépendants**

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
VAR00001	Hypothèse de variances égales	,723	-,84821	2,38451
	Hypothèse de variances inégales	,724	-,84821	2,39858

**Test d'échantillons indépendants**

		Test-t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance 95% de la différence	
		Inférieure	Supérieure
VAR00001	Hypothèse de variances égales	-5,56030	3,86387
	Hypothèse de variances inégales	-5,59001	3,89358

**Statistiques de groupe**

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00002	1,00	70	132,0000	20,25919	2,42144
	2,00	80	133,7375	18,97083	2,12100

**Test d'échantillons indépendants**

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
VAR00002	Hypothèse de variances égales	,582	,447	-,542	148
	Hypothèse de variances inégales			-,540	142,323

**Test d'échantillons indépendants**

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
VAR00002	Hypothèse de variances égales	,589	-1,73750	3,20486
	Hypothèse de variances inégales	,590	-1,73750	3,21901

**Test d'échantillons indépendants**

		Test-t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance 95% de la différence	
		Inférieure	Supérieure
VAR00002	Hypothèse de variances égales	-8,07070	4,59570
	Hypothèse de variances inégales	-8,10074	4,62574