

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur  
et de la Recherche Scientifique

Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -

Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أكلي محمد أولحاج

- البويرة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

## الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المقبلين على شهادة التعليم المتوسط

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ليسانس تخصص: تربية خاصة وتعليم مكيف

تحت إشراف الدكتوراه:

- قادري فريدة

من إعداد الطالبتين:

- باهي صارة

- محمد مرابط إيمان

السنة الجامعية: 2022/2021

# شكر وتقدير

بداية الشكر لله عز وجل الذي أعاننا وشد من عزمنا لإكمال هذه المذكرة، ونشكره راعين، الذي وهبنا الصبر والمطولة والتحدي والحب لنجعل من هذا المشروع علما ينتفع به.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «من لم يشكر الناس لن يشكر الله».

نتقدم بأجمل عبارات الشكر والامتنان من قلوب فائضة بالمحبة والاحترام والتقدير له، ونقدم أسمى تحياتنا وأجملها نرسلها لك بكل ود وحب وإخلاص... شاكرين لك كل ما قدمته وما نصحت لنا به في إشرافك على هذا البحث، فلك منا كل الشكر والامتنان: الدكتورة الفاضلة: قادري فريدة. ونتقدم بجزيل الشكر والعرفان لجميع أساتذة الذين قاموا بإعطائنا ما لديهم من تدريس وحب.

باهي صارة

محمد مرابط إيمان

# إهداء

باسم المحبة والأمل أهدي عملي المتواضع غلى كل من  
كان بجانبى وحتنى على السىر نحو الأمام.

إلى أمى رفيقة دربى الغالية التى سهرت وتعبت من أجلى  
وتحملت كل ضغوطاتى النفسية وتقلباتى المزاجية التى  
واجهتها طيلة مشوارى الدراسى ومنحتنى كل الحب  
والأمان.

إلى والدى العزىز وكل إخوتى الذىن ساندونى فى حىاتى  
العلمية.

إلى خالتى العزىزة "حسینه علواش" التى منحتنى كل  
التفاؤل والأمل فى هذه الحىاة.

إلى كل أساتذتى الذىن رافقونى خلال مسىرتى العلمية  
ومداو إلى يد العون

وإلى جمىع أصدقائى.

باهى صارة  
محمد مرابط إىمان

# ملخص الدراسة

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على علاقة الضغوط النفسية بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط وقد حددت مشكلة الدراسة في تساؤل يتمحور حول البحث عن المتغيرات الموجودة في الدراسة، وقد وضع مخطط فرضي للدراسة، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي لارتباطي وقد استعملت بيانات للحصول على المعلومات من أفراد المجتمع الذي طبق عليه أسلوب العينة العشوائية.

فهرس

المحتويات

الصفحة	العناوين
	شكر
	إهداء
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
أ	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الإطار العام للدراسة</b>	
3	1- إشكالية الدراسة
4	2- فرضية الدراسة
5	3- أهمية الدراسة
5	4- أهداف الدراسة
5	5- تحديد المفاهيم الأساسية
<b>الفصل الثاني: الضغط النفسي</b>	
8	تمهيد
9	1- مفهوم الضغط النفسي.
10	2- أنواع الضغط النفسي.
11	3- مصادر الضغوط النفسية.
15	4- أعراض الضغط النفسي.
15	5- علاج الضغط النفسي.
17	خلاصة الفصل
<b>الفصل الثالث: التحصيل الدراسي</b>	

19	تمهيد
20	1- مفهوم التحصيل الدراسي
20	2- أنواع التحصيل الدراسي
21	3- العوامل التحصيل الدراسي
22	4- أهمية التحصيل الدراسي
23	5- علاج ضعف التحصيل الدراسي
26	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: الجانب التطبيقي	
29	تمهيد
30	1- منهج الدراسة
30	2- مجتمع وعينة الدراسة
30	3- وسائل جمع البيانات
31	4- الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات
33	استنتاج عام
35	قائمة المراجع
	الملحق



# مقدمة

يبحث الإنسان عن الأمان والاستقرار والراحة التي تعطيه الاتزان وهو يسعى للتخفيف عنه. وكما ازدادت الحياة تعقيدا وقوة وتوسعت وازدادت مطالبها ازدادت الضغوط عليه لتلبية تلك المطالب.

إن الضغوط النفسية بكل أنواعها هي نتائج التقدم الحضاري الذي يؤدي إلى إفراز سلوكيات تشكل عبئا على قدرته ومقاومته للناس على التحمل وظاهرة الضغوط النفسية هي من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى في مضامين فسيولوجية ونفسية واجتماعية... الخ.

حيث أن نواتج الضغوط النفسية تظهر في مخرجات فسيولوجية ونفسية ونجد أن الضغوط على مستوى التربية أيضا منها الضغوط الدراسية التي تتمثل في ضغوط المناهج والمدارس والامتحانات والقواعد الأكاديمية والواجبات المنزلية وكذلك الفشل الدراسي. كما أن الضغوط النفسية تعبر عن حالة من الخطر التي تهدد الإنسان حيث تشير إلى المعوقات التي تعترض سبيله في إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية حيث تختلف شدتها ومسبباتها من شخص إلى آخر ولعل أبرز الضغوط النفسية هي التي يعترض لها التلميذ خاصة خلال فترة الامتحانات، نظرا لما تلعبه الامتحانات من دور أساسي في حياة التلميذ في جميع مراحل التعليم. وبناء على نتائجها سيتحدد مستقبل التلميذ، لذلك من هذه الأهمية فإنه سوف يصاحبها ضغوط نفسية تنعكس على تحصيله الدراسي.

فالتحصيل الدراسي ليس فقط تجاوز مراحل دراسية متتالية والحصول على الدرجات التي تؤهله لذلك، بل له جوانب هامة في حياته فعن طريقه سيققق مكانته الاجتماعية ونظرته لذاته وشعوره بالنجاح.

وستقوم في هذه المذكرة بشرح مفصل عن ماهية الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة تعليم المتوسط.

# الجانب النظري

# الفصل الأول

## الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضية الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. تحديد المفاهيم الأساسية

## 1- الإشكالية:

تعد الضغوط النفسية التي يعيشها التلاميذ داخل المؤسسات التربوية من الموضوعات التي أثارت اهتمام الباحثين والدارسين في علم النفس وعلوم التربية وذلك لإشراكهم للمعاناة التي يعانونها والمتمثلة في التوتر والإحباط نتيجة الأعباء الدراسية المتراكمة التي تفوق طاقاتهم وقدراتهم، وبالرغم من كون المدرسة مؤسسة اجتماعية ثانية من حيث الأهمية بعد الأسرة باعتبار مكانتها في التأثير على الفرد ورعايته بالإضافة إلى تنمية وتحفيز شخصيته ومهاراته وتزويده بمختلف المعارف والمعلومات.

يعتبر الضغط النفسي سمة من السمات الحياتية المعاصرة، عصر انفراد بأوضاع وأحداث المثيرة للقلق والتوتر النفسي، فالتطور التكنولوجي له صدى واسع لأحداث تغيرات اجتماعية واقتصادية.

وإذا كان كل إنسان معرض للضغط النفسي فهو يختلف من شخص لآخر ومن مرحلة إلى مرحلة، ولما كانت مرحلة المتوسطة من أهم مراحل الحياة التي يمكن أن تعرض الفرد إلى ضغوطات نفسية، حيث أن هذا الطور من التعليم يخضع التلاميذ في المرحلة الأخيرة من التعليم متوسط، مما يجعل التلاميذ يحضرون له أحسن تحضير واستعداد خلال السنة الدراسية، هذه الوضعية تجعل التلاميذ يتعرضون لمواقف عديدة في البيت والمدرسة وخارجها، وهي تشكل لهم ضغط نفسيا، بحيث أن هذا الأخير يعبر عن تلك المعوقات والصعوبات التي تعترض سبلهم لإشباع حاجاتهم وتختلف شدته من تلميذ لآخر ومن بيئة إلى أخرى.

لذا حظي موضوع الضغط النفسي اهتمام علماء النفسي والتربية على اعتبار أن يصبح مشكلة أساسية تهدد الحياة التعليمية للتلميذ تعيق أداءه الأكاديمي.

ويعتبر التحصيل الدراسي من أهم القضايا التي شغلت فكر المربين عموما والمختصين خصوصا في المجال التربوي خاصة لما له أهمية من الحياة اليومية للفرد والأسرة والمجتمع ككل يعد معيارا لتحديد المستوى التعليمي للتلميذ فهو نتاج عما يحدث في المؤسسة التعليمية.

وبالعودة إلى الخلفية النظرية والدراسات السابقة نجد أن الضغط النفسي والتحصيل الدراسي نالا اهتمام الباحثين الغربيين والوطن العربي بالدراسة والبحث، ومن هذه الدراسات دراسة محمد يحي زكريا 1983 (كما ورد في بن أشليقة عمر 2010، ص 24) حيث هدفت على معرفة العلاقة الموجودة بين القلق والتحصيل الدراسي عند المراهق من خلال الاختبارات التحصيلية وبينت أن الأفراد الذين يكون مستوى قلقهم متوسطا يكون تحصيلهم الأكاديمي أحسن من الأفراد الآخرين، وهدفت دراسة محمد بو فاتح 2005 (كما ورد في محمد فاتح، 2005، ص 100 و 110) إلى الكشف عن العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي ومعرفة الفروق بين التلاميذ في كل من الضغط النفسي والطموح الدراسي وتوصله إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح، كما توصلت دراسة حسن (2010) (كما ورد في عبد الهادي بن محمد عبد الله القحطاني، ص 54-57) أن هناك علاقة سالبة بين مستوى الضغط النفسي والتحصيل الدراسي حيث كشفت عن إمكانية التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال الصلابة النفسية والشعور بالأمل، والصلابة والشعور بالأمل.

ويتضح مما سبق أن موضوع الضغط النفسي قد حظي بالبحث والدراسة في المجال النفسي والتربوي بوجه عام أما دراسة التحصيل الدراسي فهي محدودة، ومن هنا تتشكل الضغط النفسي وعلاقتها التحصيل الدراسي موضوعا يستحق البحث، بحيث سعت الدراسة الحالية للإجابة عن التساؤل التالي:

هل هناك علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟

## 2- فرضية الدراسة:

من خلال ما سبق ومن الإشكالية سوف نعرض الفرضية:

- توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلميذ التعليم المتوسط.

### 3- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في تناولها موضوعا جديرا بالاهتمام وهو علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي وتكمن أهميته في المرحلة الثانية من التعليم وضرورة التغلب على المعوقات والضغوطات النفسية لدى التلاميذ.

وتستمد أهميتها من خلال مجموعة من الإضافات المتوقعة تساعد المدرسة في التعرف على أهم العوامل المؤثرة ومن ثم وضع استراتيجيات للتغلب عليها.

وكذا معرفة مستوى الضغط النفسي واستراتيجيات التكيف التي تساعد على وضع برامج للاختبار المناسب والفعال للتلاميذ الذي يتم اختيارهم لدخول الثانوية.

### 4- أهداف الدراسة:

- الكشف على مدى تأثير الضغوط النفسية على التحصيل الدراسي لتلميذ مقبل على شهادة التعليم المتوسط.

### 5- تحديد المفاهيم الأساسية:

#### • الضغط النفسي:

يعرف سيلبي (Selye, 1983): الضغط النفسي بأنه: «الاستجابة غير المحدودة للجسم اتجاه أي وظيفة تتطلب منه ذلك سواء أكانت سلبية أو نتيجة لظروف مؤلمة وغير سارة». (أحمد نايل العزيز وأحمد أبو سعد، 2009، ص 24).

هو مجموعة العوامل التي تتفاعل فيما بينها داخل نفسية الإنسان بحيث ينتج عنها حالة من التوتر والقلق وعدم الاتزان، وهذا عند قيام تلميذ السنة الرابعة بعمله مما يؤثر على أداءه.

إجرائيا: هو الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس الضغط النفسي ليفنشتاين.

#### • التحصيل الدراسي:

يعرفه جابلن أنه: مستوى محدود من الإنجاز أو براعة في العمل المدرسي يقاس من قبل المعلمين أو باختبارات مقررّة.

يعرفه موسوعة علم النفس والتحليل النفسي: هو بلوغ مستوى الكفاءة في الدراسة سواء في المدرسة أو الجامعة وتحديد ذلك التحصيل المقننة، وتقديرات المدرسية أو الاثنين معا (بدوي الحاج، 2015، ص 89).

إجرائيا: هو إتقان التحصيل الدراسي في هذه الدراسة بالمعدل الذي يتحصل عليه التلميذ.

#### • تلاميذ التعليم المتوسطي:

هم أفراد العلم والمعرفة دارسون في مؤسسة تعليمية وهم تلاميذ أنهو مرحلة الابتدائية بعد خمس سنوات من الدراسة بعد اجتيازهم لامتحان تعليم ابتدائي والتحقوا بالمتوسطة، ودرسوا فيها أربع سنوات ليجتازوا في النهاية امتحان التعليم المتوسط ليلتحقوا بالثانوية وتكون أعمارهم بين 15 و 17 سنة.

#### • امتحان التعليم المتوسط:

اختبارات كتابية في دورة سنوية واحدة محددة التاريخ سلفا من طرف وزير التربية الوطنية، وتكون إجبارية تراعي فيها الشروط، تتركز في برامج دراسية رسمية للمواد التي درست في صفوف سنة رابعة متوسط.



# الفصل الثاني

## الضغط النفسي

تمهيد

- 1- مفهوم الضغط النفسي.
- 2- أنواع الضغط النفسي.
- 3- مصادر الضغوط النفسية.
- 4- أعراض الضغط النفسي.
- 5- علاج الضغط النفسي.

خلاصة الفصل

### تمهيد:

الضغط النفسي مفهوم ينتج عن تفاعل الفرد مع بيئته الداخلية والخارجية، وهي من أهم الظواهر التي يتعرض لها الإنسان في حياته اليومية وقد تكون نتيجة لردود أفعال كثيرة تصيب الفرد في يومياته، وهي لا تختلف عن القلق والإحباط، فيحاول الإنسان قدر الإمكان من الهروب أو بالتخلص من هذه الظاهرة وهذا ما يعني إخفاقه ومعاناته في الخروج منها.

وفي هذا الفصل سنسلك الضوء على الضغط النفسي ومن خلال التطرق إلى مفهومه وعناصره ومصادره، وبعد ذلك سيتم التطرق إلى مؤشرات وأعراضها وأخيرا علاجها.

## 1- مفهوم الضغط النفسي:

يشير مفهوم الضغط النفسي إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بتلبيته أو على جزء منه، وبدرجة توجد لديه إحساس بالتوتر، أو تشويها في تكامل شخصيته وحينما تزداد شدة هذه الضغوط فإن الفرد يفقد قدرته على توازن ويغير نمطه سلوكه كما هو عليه إلى نمط جديد والضغط النفسي حالة يعانها الفرد حين يواجه بمطلب ملح حاد أو خطر شديد. (فرج عبد القادر طه، 2003، ص 476).

عرفها "عبد الباقي" بأنها عبارة عن ردود أفعال الفرد إزاء المؤثرات المادية والمؤثرات النفسية وتكون ردود الفعل هذه متمثلة بالخوف والارتجاج وزيادة ضغط الدم والارتباك وغياب الذاكرة وغيرها. (معن محمود عباصرة، مروان محمد بني احمد، 2007، ص 107).

يعرفها "علي إسماعيل علي": هي استجابة داخلية لما يدركه الفرد من مؤثرات داخلية أو خارجية تسبب تغيرات في توازنه وهو نوعان ضغط إيجابي والضغط السلبي. (علي إسماعيل علي، 1999، ص 75).

كما يعبر الضغط النفسي عن حالة من الخطر، والمعوقات التي تهدد سلامة الفرد فقد يكون ذو منشأ داخلي أو خارجي، أو يعبر عن علاقة تفاعلية بين ما هو داخلي وخارجي.

سعره "الساموني": حالة نفسية تتعكس في ردود الفعل الداخلية الجسمية والنفسية والسلوكية الناشئة عن التهديد الذي يدركه الفرد، عندما يتعرض للمواقف أو الأحداث الضاغطة في البيئة المحيطة. (الأحمد ومريم، 2009، ص 16-37).

حسب "لعريط بشير (2007)": أنها مثيرات أو تغيرات في البيئة الداخلية والخارجية بدرجة من الشدة، والدوام مما ينهك القدرة التكيفية للعمال، والتي في ظروف معينة يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك ويقدر استمرار الضغوط بقدر ما يتبعها عن استجابات جسمية ونفسية غير صحية. (لعريط، 2007، ص 17).

تعريف "لازاروس": هي ظاهرة إنسانية، وحيوانية ناتجة عن خبرة حادة، أو موقف مؤلم لهما تأثير سلبي على السلوك كما أن لهما أهمية بالغة في نمط التكيف، فالضغط كعملية تتضمن

التفاعلات بين الفرد والبيئة، وهذه العملية تحتوي على المثيرات، أو مصادر الضغوط، وهذا بدوره يصاحبه تغيرات داخلية للفرد كاستجابات لتلك المثيرات. (عبد الجواد، 1994، ص 10).

## 2- أنواع الضغط النفسي:

تتعدد أنواع الضغوط النفسية فهناك الضغوط والضغوط المزمنة وهناك الإيجابية والسلبية وهناك السارة والمؤلمة، ولا يمكن أن تحصر الضغوط في هذه الأنواع فقط...، وفيما يلي أهم أنواع الضغوط:

### 1.2. الضغوط المؤقتة والضغوط المزمنة:

- **الضغوط المؤقتة:** هي تلك التي تحيط بالفرد لفترة وجيزة ثم تنتشع ولا يبرم أثرها لفترة طويلة (مثل تلك الناشئة عن الامتحانات أو موقف صعب...) وهذه الضغوط تكون سوية في معظمها إلا إذا كان الموقف الضاغط أشد صعوبة من مقدرة الفرد على التحمل مثلما يحدث مع المواقف الشديدة الضاغطة التي تؤدي إلى صدمة عصبية. (منصوري بيلوي، 1989، ص 7).

- **أما الضغوط المزمنة:** فهي تلك الضغوط التي تحيط بالفرد لفترة طويلة نسيب مثل تعرض الفرد لألام مزمنة، وفي الغالب تكون هذه الضغوط سالبة من حيث تأثيرها على الفرد، لأن حشد الفرد لطاقاته لمواجهة تلك الضغوط قد يؤدي إلى أمراض نفسية أو فسيولوجية. (منصور والبيلوي، 1989، ص 7).

### 2.2. الضغوط الإيجابية والسلبية:

- **الضغوط الإيجابية:** التي تحدث توتر يؤدي إلى الشعور بالسعادة والرضا، أي الاتزان النفسي.

- **الضغوط السلبية:** فهي التي تؤدي إلى التوتر، وبالتالي يؤدي إلى الشعور بالتعاسة والإحباط، وعدم السرور أو عدم الاتزان النفسي. (منصور والبيلوي، 1989، ص 7).

### 3- مصادر الضغوط النفسية:

#### 1.3. المصادر الانفعالية:

- **الإحباط:** هو حالة عدم إشباع الحاجات الناشئة لدى الفرد وشعوره بالفشل وخيبة الأمل عندما يواجه عقبات أو حواجز تحول بينه وبين تحقيق هدف ما، يواجه الفرد نوعين من الإحباط، النوع الأول قد يكون محتملا أي أن الفرد قادر على تحمله ومواجهته، والثاني قد يكون حادا فيه تهديد للذات وكلا الحالتين تجعلان الطالب في حالة انفعالية اضطرابية وعدائية. (شوقي ناجي جواد، 2009، ص 26).

- **القلق:** هو حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان وبسبب له الكثير من الضيق والألم، والقلق يعني الانزعاج. (عبد الرحمان عدس، 2009، ص 394).

- **التوتر:** هو حالة من الاضطراب والشعور بعدم الارتياح، والخوف من حوادث المستقبل والشعور بالضيق والتفكير التشاؤمي في أمور الحياة المختلفة، كما أن مفهوم الذات يكون عادة متدنيا وغالبا ما يكونون معتمدين على الآخرين. (شيفور شارز، ميلمان هوانر، 2001، ص 04).

- **الاكتئاب:** هو حالة من الألم النفسي الذي يؤدي إلى الإحساس بالذنب، وانخفاض تام في تقدير الذات، والتحسر من الماضي والتفكير فيه والبحث في العلل والأسباب وراء المجهول.

أو هو احد المظاهر العامة للاضطراب الانفعالي الذي يتدرج في الشدة من مجرد أزمات هموم الحياة اليومية إلى حالة عقلية تنسم باليأس التام. (بشري صامويل، 2007، ص 13).

- **الخوف:** كما يعرف أنه انفعال وقتي إزاء خطر نوعي حقيقي أو غير حقيقي يظهر كرد فعل مؤقت نتيجة تقدير الفرد لقوته تقدير أقل مما تحتاجه مقاومة الخطر وعدم استطاعة التصدي له. (الشرييني زكريا، 1994، ص 114).

فالتلميذ خلال مرحلة الامتحانات وخاصة مرحلة التعليم المتوسط تتنابه مخاوف شديدة من الامتحانات، الخوف من عدم النجاح والفشل، الخوف من أسئلة الامتحان الخوف من سلم التنقيط.

### 2.3. المصادر الأسرية:

تمثل الأسرة المؤسسة الاجتماعية الأولى المسؤولة عن التنشئة الاجتماعية حيث تؤدي دورا أساسيا في سلوك الأفراد. (صالح محمد علي أبو حامد، 1998، ص 218).

وهناك مشكلات تعاني منها الأسرة تساهم بشكل كبير في نشأة الضغوط لدى الأبناء خاصة المتدربين ونذكر منها:

- **توتر العلاقات والصراعات داخل الأسرة:** تعتبر التفاعلات والعلاقات الأسرية أساس استقرار المناخ الأسري، فكلما كان الجو الذي يعيش فيه أفراد الأسرة متوترا ومشحونا بالخلافات والخصومات من شجار الوالدين أو عدم تفهمهم يكون له آثار سلبية على التلميذ ويشكل له ضغطا (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص 81). لا يمكنه التركيز على دراسته وعلى تحصيله أيضا فبالخلافات الأسرية وصراع الأدوار الأسرية يلعب دورا في إحداث الضغط النفسي.

- **أساليب المعاملة الوالدية:** يقصد بالمعاملة الوالدية كل سلوك مادي أو لفظي يصدر من أحد الوالدين أو كليهما اتجاه أبنائهما في مواقف مختلفة في الحياة اليومية، قصد إكسابهم أنماط السلوك والمعايير والقيم وتغيير وتعديل هذا السلوك الصادر من الوالدين بحيث له انعكاس سلبي على الأبناء أو انعكاس إيجابي. (حنان بنت أسعد محمد خوج، 2002، ص 26).

ومن بين الأساليب التي تؤثر على نفسية الطفل المتدرب:

• **أسلوب الرفض:** يرفض الكثير من الأولياء أطفالهم الأمر الذي يطلق إحساسا بعدم التقبل ويجعلهم يتوترون ويظهر الأولياء كراهيتهم عن طريق الإهمال والتهديد، فيشعر بعدم الأمن وعدم القدرة على المواجهة. (آسيا بنت علي راجح بركات، 2000، ص 19).

• **أسلوب العقاب:** أي القسوة والتربية الصارمة تؤدي إلى توليد الكراهية وتجعل الطفل يأخذ موقفا عدائيا، ويميت ثقته بنفسه ويجعله دائما متوترا وبما أن النجاح هو هدف الوالدين وغايتهم، ولتحقيقه يصل بهم المر إلى العقاب البدني والنفسي إذا لم يتحصل ابنهم على درجات عالية في الامتحان وتزداد املاءاتهم وأوامرهم ونواهيهم على ضرورة العمل والاجتهاد من أجل النجاح وتحقيق التخصص الدراسي الذي يرغبون أن يلتحق به ابنهم مستقبلا، فينعكس ذلك سلبا على أداء التلميذ في دراسة. (عدلي سليمان، 1999، ص 37).

• **النقد وعدم الاستحسان:** إن النمط الناقد للتلميذ يؤدي إلى تكوين مفهوم سلبي عن ذاته بأنه طفل فاشل، وغالبا ما يتصرف بناء على هذا المفهوم وهو أحيانا يبرهن لأبيه بأن التسمية السيئة كانت في مكانها. (سعيد حسين العزة، 2006 ن ص 144).

• **الأوضاع الاقتصادية:** أي الأوضاع الاقتصادية للأسرة التي تسبب للطفل التهديد والتوتر، مثل الفقر والبطالة انخفاض الإنتاج والدخل... الخ، فقدان الثروة، يكون معنى الضغط هنا التباين بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الفرد وقدرته على الاستجابة لها كما أن الشعور بالوفاة والعبء وعدم الرضا الناتج عن عدم التوافق مع الأوضاع الاقتصادية. (أمال محمود عبد المنعم، 2006، ص 62).

### 3.3. المصادر الاجتماعية:

تتمثل في البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد مثل التفاوت الحضاري والثقافي كثرة أبناء الجيران، الأقران المنافسة، صراع الأجيال... الخ وضغوط الأحداث الشاقة في الحياة فقد أو موت شخص عزيز وهذا يكون مصدرا حيث يؤدي إلى تغير الحياة وتتطلب إعادة التوافق الثابت والتغيرات الحادة تجعل التوافق صعبا وتنتج الضغط. (أمال محمود عبد المنعم، ص 62).

### 4.3. المصادر المدرسية:

يعيش تلميذ السنة رابعة متوسط في بيئة مدرسية تعج بكثير من الخصوصيات التي لا نجدها في السنوات السابقة، فهو مقبل على امتحان مصيري في نهاية السنة الدراسية وهذا الحدث ينعكس على حياة التلميذ في المدرسة والبيت، إن هذه الوضعية تجعل التلميذ يعيش جوا مشحونا بضغط نفسي، ويزداد المر خطورة إذ علمنا أن التربية الحالية وطرق تدريس تقليدية تعتمد على التلقين، مع ضبط التلميذ بقوانين مدرسية تقيده. (عبد العزيز القومي، 1952، ص 203).

- **المدرس:** حيث يتفاعل التلميذ مع المدرس يوميا فيؤثر فيهم ما يملك من صفات شخصية ومعرفية وسلوكية وغير ذلك، فإذا كان تصرفه نحو التلميذ بالسماحة والمحبة والإنسانية والعدل والكفاءة والاحترام فهنا نجد جوا يسود بالتعاون والانتماء والألفة، أما إذا كان المدرس يعتمد على أسلوب القسوة والتشدد والتسلط في الأثر فهذا يؤدي إلى شعور التلميذ بضغط انفعالي قوي إزاء أفكاره وحضور التلميذ لدروس هذا المدرس بالخصوص (عدلي سليمان، المرجع سابق، ص 36).

- **المناهج الدراسية:**

تكتسي المناهج أهمية فهي عبارة عن مخططات دقيقة وكاملة لمسارات دراسية محددة، وإن تأثر النشء بتوعية هذا المنهاج أمر حلمي إما سلباً أو إيجاباً، فطبيعة المنهج الدراسي يسهم بمساهمة فعالة في تكوين شخصية المتعلم من جميع الزوايا الحسية، الحركية، المعرفية... الخ.

المناهج الدراسية تعد الوسيلة التي يمكن بواسطتها تحقيق ما بوجوده النظام التعليمي في أي مرحلة من مراحلها من أهدافه سواء كانت تعليمية وتربوية. (بوكيشية جمعية، 2013، ص 22).

ومن أهم المشاكل التي ترتبط بالمناهج والبرامج نذكر ما يلي:

- كثافة المقررات الدراسية وعدم مسايرتها للفترة الزمنية المقررة.
- كثافة الجانب النظري وإهمال الجانب التطبيقي.
- عدم توفر الوسائل التعليمية الحديثة.
- عدم ارتباط مناهج الدراسي بالنسبة المحيطة بالتلميذ خاصة ومن أهم المبادئ طريقة تدريس بالكفاءات وضع المتعلم على اتصال مباشر بالواقع الذي يعيشه ويتعامل معه كل ذلك يعتبر من الوسائل التعليمية الضرورية ولكن مع الأسف يكاد يكون معدوماً في وطننا التعليمي. (لخضر عوايب، ص 445، 446).

- الامتحانات:

تعتبر الامتحانات خاصة في الطور الأخير من الهموم الثقيلة التي تشغل بال كثير من الأفراد المجتمع خاصة التلاميذ أنفسهم وأوليائهم في نهاية كل عام، خوفاً من الرسوب أولاً ثم خوفاً من عدم الحصول على الدرجات التي يرغبون فيها، وغير ذلك والذي قد يجعله يفصل ويطرده من المدرسة أما من الناحية النفسية فالمر يتعلق بضغط عابر للقارة على التركيز والقلق الناتج عن الخوف من الفشل وضعف التماسك ونقص للرزانة وقلة الثقة في النفس. (عبد القادر ميسوم، 2003، ص 04).



#### 4- أعراض الضغط النفسي:

يمكن تصنيف الأعراض إلى 4 أنواع وهي:

##### 1.4. الأعراض السلوكية:

تتضمن الانعزال والابتعاد والتجنب عن الأصدقاء والأسرة، وفقدان الشهية والطاقة، وظهور سلوكيات قهرية مثل الإدمان وتغير في عادات النوم وتجاهل المسؤوليات، والبكاء، والتهيج، وعدم المشاركة في النشاطات العائلية والاجتماعية.

##### 2.4. الأعراض الانفعالية:

مثل القلق والكآبة والتشاؤم، وأعراض تشمل النكران والخوف والشعور بفقدان السيطرة وعدم الأمان.

##### 3.4. الأعراض المعرفية:

تتضمن فقدان الدافعية وضعف التركيز والتفكير السلبي وفقدان الأمل وتشريش العمليات المعرفية مثل التنظيم والتخطيط وحل المشكلات وعدم القدرة على اتخاذ القرارات والتفكير بشكل غير موضوعي، وتجنب المثيرات أو الحالات المسببة للقلق. (المرزوقي، 2008، ص 79).

##### 4.4. الأعراض الجسمية:

تتضمن الانتهاك العصبي، والضعف الجسدي مما يسبب ضعف جهاز المناعة وارتجاف الأيدي وآلام الظهر، ازدياد نبضات القلب، التنفس السريع، الأزمات القلبية. (المرزوقي، 2008، ص 79).

#### 5- علاج الضغط النفسي:

تعددت أساليب التعرف على علاج الضغوط النفسية وقد أشار لازاروس وفولكمان (Lazarous, Folkman) في توضيح أساليب التعامل مع الضغط النفسي وهو عبارة عن مجموعة من الجهود المعرفية والسلوكية الهادفة إلى إدارة الحاجات الداخلية والخارجية، وخاصة تلك التي يدركها الفرد بأنها مهددة وشديدة الضرر. (عبد المعطي، 1992).

وتختلف الطرق والأساليب التي يلجأ إليها الفرد للتكيف مع هذه الضغوط والتعامل معها، باختلاف مصدر الضغط النفسي وطبيعة الفرد أي (التلميذ) وسماته الشخصية، فهناك أفراد يميلون إلى الانطواء والعزلة وهناك آخرون يميلون إلى التمرد بتفريغ ما يعانیه من ضغوط وقد بينت الدراسات أن الميل إلى التمرد يبدو واضحاً في سن المراهقة لامتيازها بانفعالات حادة وظهور نزعات الاستقلال والتمرد من السلطة سواء المدرسة أو الأسرة وغيرها فهذا ما يجعلهم يمارسون سلوكيات عدوانية وشاذة. وأشار بعض العلماء أمثال (الشريف 2003)، وأبو عميرة (2006) وعبيد (2008) إلى عدة أساليب لعلاج الضغوط النفسية منها ما يأتي:

### 1.5. أسلوب البحث عن المعلومات:

حيث يحاول الفرد التعامل مع الموقف من خلال جمع المعلومات والبيانات الخاصة به قبل القيام برد فعل معين.

### 2.5. البحث عن الدعم الاجتماعي:

حيث يعد الدعم الاجتماعي مهماً لدعم الأفراد وخاصة التلاميذ المتمدرسين فهذا يؤدي بدوره إلى الدعم للتكيف النفسي خلال تعرضهم للضغط النفسي مما ينعكس إيجاباً على التعليل من الآثار السلبية له.

### 3.5. مهارات وأساليب التعامل المرتكزة على المشكلة:

ويشير هذا الأخير إلى تلك الطرق والاستراتيجيات المبذولة لمحاولة التعامل الفعال مع الضغط النفسي، وتشمل على الأساليب المعرفية القائمة على محاولات المستمرة لتغيير وجهة نظر المعرفية والإدراكية نحو الأحداث الضاغطة، اعتماداً على دور العمليات المعرفية في اختبار الضغط النفسية وكذا تحديد المثيرات القبلية والبعديّة المرتبطة بالمشكلة أو بالموقف الضاغطة.

### 4.5. الاسترخاء:

ويعتبر هذا الأسلوب كاستجابة مضادة للقلق، فالشخص لا يستطيع أن يكون مسترخياً في نفس الوقت بما أن استجابة الاسترخاء تعمل على منع ظهور استجابة القلق والضغط، فتدريب الفرد على الاسترخاء يخفف شعور بالقلق ومن أعراض الاستشارة الفسيولوجية الناتجة عن الضغط ويقلل من درجة توتر العضلي ويقلل من سرعة نبضات القلب، ويقلل النبض كما يتم الاحتفاظ بالطاقة ويقلل الإجهاد والإرهاق. (مطارنة، 2002).

### خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل يمكن استنتاج أن الضغط النفسي له آثار سلبية على التلميذ تشمل جوانب متعددة كالأداء المعرفي والقلق والاكتئاب... ولذلك يجب توفير استراتيجيات لمواجهة الضغوطات التي يعاني منها التلميذ.

# الفصل الثالث

## التحصيل الدراسي

### تمهيد

- 1- مفهوم التحصيل الدراسي
  - 2- أنواع التحصيل الدراسي
  - 3- العوامل التحصيل الدراسي
  - 4- أهمية التحصيل الدراسي
  - 5- علاج ضعف التحصيل الدراسي
- خلاصة الفصل

**تمهيد:**

للتحصيل الدراسي أهمية كبيرة حيث يشير التحصيل الدراسي في مفهومه العام إلى كم من المعلومات التي يتحصل عليها الطلاب خلال دراستهم ولا يؤتى بثماره إلا إذا كان ناتجا عن دراسة لقدرات واستعدادات الطلاب من قبل المسؤولين عن عملية توجيه المتعلمين، ويعد التحصيل الدراسي هو المدخل الرئيسي الذي يمكن من خلاله تحقيق أهداف الطالب التعليمية.

ونتناول في هذا الفصل مفهوم التحصيل الدراسي، أنواعه، والعوامل المؤثرة فيه وأهميته إضافة إلى علاج ضعف التحصيل الدراسي.

## 1- مفهوم التحصيل الدراسي:

يبدو واضحا للمتبع في دراسة مفهوم التحصيل الدراسي بأنه اكتساب المعلومات والمعارف المدرسية بطريقة منظمة ومخططة من خلال استجابات الطلبة لما تقدمه الاختبارات المدرسية أو الاختبارات التحصيلية المقننة. وللتحصيل الدراسي عدة مفاهيم وهي كالتالي:

- يعرفه "روبير لافون" "Robert lafon" (1973) بأن التحصيل الدراسي هو المعرفة التي يحصل عليها التلميذ من خلال برنامج مدرسي قصد تكييفه مع الوسط والعمل الدراسي. (نجاري وزرقي، 2000، ص 9).

- أما "هاوز وهاوز" "Howes et Howes" (1982) يريان أن فيه انه الإنجاز والأداء الناجح والتميز في مواضع وميادين ودراسات خاصة، والنتاج عادة عن المهارة والعمل الجاد المصحوبين بالاهتمام وهو الذي كثيرا ما يختصر في شكل علامات، ونقط ودرجات أو ملاحظات وصفية. (مولاي، 2004، 326).

- يعرفه عبد الرحمن العيسوي (1984) أنه: مقدار المعرفة او المهارة التي حصلها الفرد نتيجة التدريب والمرور بخبرات سابقة، وتستخدم كلمة تحصيل غالبا لتشير إلى التحصيل الدراسي أو التعليم، أو تحصيل العامل من الدراسات التدريبية التي يلتحق بها. (عيسوي، 1984، ص 166).

- أما إبراهيم عبد الحسن الكنافي (1991) فيرى أن التحصيل الدراسي هو "كل أداء يقوم به التلميذ ف الموضوعات المدرسية المختلفة والذي يمكن إخضاعه للقياس عن طريق درجات اختبار أو تقديرات المدرسين أو كليهما. (الطاهر، 1991، ص 47).

- يعرفه "صلاح الدين علام" (1971) بأنه: مدى استيعاب التلاميذ لما تعلموه من خبرات معينة في مادة دراسية مقررة فيقياس بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ في مادة دراسية معينة في نهاية العام الدراسي. (نجاري وزرقي، 2000، ص 10).

## 2- أنواع التحصيل الدراسي:

يختلف التحصيل الدراسي من تلميذ لآخر حسب اختلاف قدراتهم العقلية والإدراكية والنفسية والاجتماعية ومن ثم فبأننا نميز غالبا ثلاثة أنواع من التحصيل لدى التلاميذ وهما:

- التحصيل الدراسي الجيد: إن النجاح متصل مباشرة بالتحصيل الدراسي ونقصد بهذا بلوغ التلميذ مستوى معين من التحصيل الذي عملت المدرسة من أجله، والنجاح المدرسي هي كلمة تعني فئة من التلاميذ من مستوى معين ومتفوق في مختلف المواد الدراسية. (منيرة زلوف، 2014، ص 47).

- التحصيل الدراسي المتوسط: وهذا النوع من التحصيل تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانيات التي يمتلكها، ويكون أدائه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة. (بدوي الحاج، محمد الساسي شايب، 2015).

- التحصيل الدراسي الضعيف: هو ظاهرة تعبر عن وجود فجوة أو عدم توافق في الأداء بين المتعلمين وبين ما هو متوقع من الفرد وما ينجز فعلا من تحصيل دراسي، فالتلميذ الذي يتأخر تحصيله المدرسي بشكل واضح على الرغم من أن إمكانياته العقلية واستعداداته تؤهله إلى أن يكون أفضل من ذلك، يقال أنه متأخر تحصيليا أي تأخره الدراسي والتحصيلي هذا لا يرجع إلى ضعف في قدرات التلميذ أو قصوره في استعداداته وإنما يرجع إلى أسباب أخرى خارجة عن نطاق التلميذ، أما "بورت" فقد أطلق كلمة التخلف بمعناها الاصطلاحي على أولئك الذين لا يستطيعون وهم في منتصف السنة الدراسية أن يقوموا بالعمل المطلوب من الصف الذي يقع دونه مباشرة. (منيرة زلوف، 2014، ص 47، 48).

### 3- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

يتزايد الاهتمام بين المختصين للتعرف على العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي للتلاميذ، ويأتي هذا الاهتمام من التفوق الدراسي لتدعيمها وتعزيزها، إضافة إلى التعرف على العوامل التي قد تؤدي إلى الإخفاق الدراسي لتجنبها وهذه العوامل تتمثل فيما يلي:

-العوامل الذاتية: إن الحالة الجسمية التي يكون عليها الشخص مثل الجوع، العطش، الضعف، الحواس، والأمراض تؤثر على نوعية تحصيله. (عباس محمود وريشاد صالح، 1995، ص 85).

-العوامل العقلية: يعتبر عامل الذكاء من أهم العوامل الفعلية المؤثرة في عملية التحصيل الدراسي وهو القدرة العامة الشاملة التي تمكن الفرد من أن يتصرف تصرفات عادية وإن يفكر تفكيراً متزناً وإن يتكيف مع بيئته بكفاءة. (عبد المجيد سيد أحمد منصور، 2000، ص 306).

- العوامل المدرسية: هي من العوامل التي لها دور كبير في التأخر الدراسي من جهة أو التحصيل الدراسي من جهة أخرى وهذا بسبب عدم الانتظام في المواظبة على الدروس أو فشل

المدرس في عمله وسوء التنظيم التربوي، فالتغيب المدرسي لفترات طويلة متقطعة ومتكررة من شأنه أن يفوت التلميذ كثيرا من الدروس مما يسبب له عائق في استيعاب المعلومات الجديدة، وبالتالي قد يؤدي إلى الفشل وعدم القدرة على مسايرة الفصل. (محمد منير مرسى، 1993، ص 19).

- العامل الثقافي: لقد توصلت الدراسات إلى أن هناك علاقة كبيرة بين الظروف العائلية والفشل الدراسي، أي أن التلاميذ الذين ينتمون إلى عائلات بسيطة خاصة في المستوى التعليمي للوالدين هم الأكثر تعرضا لحالات الفشل الدراسي. (أحمد شيبوب، 1991، ص 287).

- العامل الاجتماعي: يتأثر النمو النفسي والاجتماعي للفرد بالبيئة الاجتماعية والأسرية التي يعيش فيها، فيما يوجد في البيئة من ثقافات وعادات وميول ينعكس على الفرد ويوجه سلوكه ويعتبر التحصيل الدراسي وجها واحدا من وجوه النشاط المختلفة التي يقوم بها والذي يرتبط بالنمو الفعلي والجسمي والاجتماعي له. (عبد الرحمن العيسوي، 2000، ص 136).

- العوامل الأسرية: الأسرة هي المحيط الأول الذي يزود الطفل بالقيم والمعايير الأخلاقية والدينية والاجتماعية، والعوامل المتصلة بالأسرة التي تؤثر على الطفل مباشرة، كثيرة منها، الاستقرار الأسري، المستوى التعليمي والاقتصادي، العلاقات الاجتماعية السائدة بين أعضاء الأسرة، طرق التربية وغيرها. (عبد اللطيف مدحت عبد الحميد، ب ط، ص 31-33).

#### 4- أهمية التحصيل الدراسي:

التحصيل الدراسي يعد بمثابة العملية التربوية التي يتفاعل فيها كل من المعلم والمتعلم من أجل اكتساب المعارف والمهارات والخبرات لتنمية الشخصية وهذا في مختلف الجوانب ولذلك فالتحصيل الدراسي له أهمية كبيرة تبرز فيما يلي:

- يشجع التحصيل من الحاجات النفسية التي يسعى إليها المتعلمون.
- كما تكمن أهمية التحصيل الدراسي في العملية التربوية في كونه يعالج كمعيار من كفاءة العملية التعليمية، ومدى كفاءتها في تنمية مختلف المواهب والقدرات المتوفرة في المجتمع عما يمهد لاستغلال هذه القدرات.
- يساعد التحصيل الدراسي في الحصول على معلومات وصفية تبين مدى ما حصله التلاميذ بطريقة مباشرة من محتوى المادة الدراسية.



-كشف ظاهرة انخفاض التحصيل الدراسي للتلاميذ، هذا التحصيل يعد بمثابة المرحلة التي لم يستطع فيها المعلم اتخاذ القرارات حول تلاميذه كجماعة في ضوء أدائهم في فترة تعليمية طويلة. (عبيدي، 2009، ص 414).

- معرفة القدرات الفردية والخاصة للمتعلم وإمكانياته.

- تحديد نوع الدراسة والتخصص الذي سينتقل إليه المتعلم لاحقاً، وهذا يكون بالاعتماد على المعدل والتحصيل والنتائج التي تحصل عليها.

-تقرير نتيجة المتعلم لانتقاله إلى مراحل تعليمية أخرى تليها. (أمال بن يوسف، 2008، ص 111).

### 5- علاج ضعف التحصيل الدراسي:

لكي يكون العلاج فاعلاً ومفيداً فلا بد أن يكون شاملاً ومعنى شمولية العلاج أن يكون من جميع الجوانب والأساليب المتخصصة في علاج هذه المشكلة ومنها ما يلي:

#### 1.5. أساليب العلاج العصبي والسلوكي، العلاج الإكلينيكي:

وهذا النوع من العلاج يقوم به إذا كان التلميذ لديه قصور معين في أي من الأجهزة العصبية فتقوم بعرضه على الأطباء المتخصصين في المخ والجهاز العصبي، وكذلك إذا كان القصور من عملية السمع أو عملية البصر مما يؤثر على تحصيل التلميذ ومتابعته لدروسه فتقوم بتحويله إلى الأطباء المتخصصين.

#### 2.5. أساليب العلاج النفسي:

وتجمع ا تجمع بين ملاحظة النواحي الجسمية والاجتماعية والحركية والانفعالية للمراحل السنية المختلفة وكذلك استعمال أسلوب الإرشاد النفسي الذي يتناسب مع المرحلة الدراسية للتلميذ ومعنى هذا أننا نهتم بالتلميذ من كل الجوانب وهو ما يعرف بأسلوب "النحو المتكامل" ويشترك في هذا الأسلوب الاختصاصي النفسي مع الأسرة ومع الطبيب ويتم التشخيص للحالة ومن ثم العلاج المناسب.

#### 3.5. أساليب العلاج الاجتماعي:

وفيه يقوم الاختصاصي الاجتماعي بدراسة حالة التلميذ من كافة الجوانب (الجسمية، الاجتماعية، العقلية، النفسية) وأيضاً يقوم بدراسة العوامل البيئية المؤثرة على التلميذ مثل المدرسة

والمنزل والبيئة المحيطة به من الرفقاء وذلك بهدف الوصول إلى أسباب المشكلة ورسم خطة العلاج المناسب، مما يسهم في رفع المستوى التحصيلي للتلميذ، وذلك بتفعيل دور الأسرة في العلاج من خلال:

- أن يقوم ولي التلميذ بالمتابعة اليومية المستمرة لابنه والإطلاع على الواجبات المنزلية وتقديم المساعدة له.
- توثيق علاقة البيت بالمدرسة عن طريق متابعة ولي التلميذ لابنه في المدرسة والإطلاع على المستوى التعليمي وتطوره.
- العلاقة الطيبة بين أفراد الأسرة لما أثرها الواضح على نشأة الأبناء وتحصيلهم العلمي.
- زرع الثقة في نفوس الأبناء في المراحل العمرية الأولى.
- توفير المناخ المساعد على الدراسة ومراجعة الدروس.

#### 4.5. أساليب العلاج المدرسي:

##### • دور المدرسة:

- إقامة أقسام نموذجية في العدد والعدد على الاكتضاض في الأقسام.
- تجهيز الحجرات الخاصة بكل مادة وتوفير الوسائل التعليمية اللازمة.
- إقامة دروس التهوية للتلاميذ.
- التقييم المستمر لتعلم التلميذ.
- متابعة ورعاية التلميذ المحتاج لمزيد من التعليم والتحصيل الدراسي.
- الاهتمام بوضع خطط للعلاج والتقويم للاكتشاف ضعف التحصيل.
- القضاء على دروس الخصوصية خارج نطاق المدرسة والتي تدفع الأستاذ إلى عدم الجدية في الدراسة المنتظمة والتلميذ إلى التكاثر في المدرسة.
- التعرف على السبب والعائق لتعلم التلميذ الضعيف وانخفاض مستوى تحصيله الدراسي.
- تحريك أسرة التلميذ وتوعيتها بأهمية دورها التعليمي والتربوي.
- رفع دافعية التلميذ الضعيف نحو المادة والمنهاج والتعليم عامة.

• دور الأستاذ:

- يجب على المدرس أن يزيد من كفاءته العلمية والمهنية بالقراءة والإطلاع.
- أن يقوم بتدريس المادة بطريقة فنية.
- أن يكون قريباً من التلاميذ، مما يدفعهم إلى قبول التعلم والاستفادة من المادة.
- تدريب التلميذ على الاختبارات طول السنة الدراسية.
- التركيز على التلاميذ الضعاف داخل القسم وتغيير أماكن جلوسهم إلى أماكن أخرى تساعد على الانتباه والتركيز.
- تكليف التلاميذ الضعاف بالواجبات المنزلية عن كل درس مما يساعده على استيعاب المادة بشكل أفضل ومتابعة الواجبات بعد ذلك.
- وضع جوائز قيمة وشهادات التقدير لرفع مستوى التلاميذ الضعاف.
- التشجيع وإيجاد الدافع له دور كبير في إيجاد الحماسة لدى التلميذ.
- مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ، وهذا تظهر براعة الأستاذ في تحقيق التوازن بينهم وإفهام الجميع.
- متابعة التلاميذ الضعاف بشكل دائم ومستمر وملاحظة مدى تطور مستواهم. (ذياب، 2006، ص 19).

خلاصة الفصل:

نستنتج مما سبق أن التحصيل الدراسي من أهم النشاطات العقلية التي يقوم بها الطالب فمن خلاله يظهر الطالب والتلميذ تفوقه الدراسي ومدى استيعابه للمعلومات الدراسية فهو مجموعة الخبرات، والمعارف والمهارات التي اكتسبها التلميذ أو الطالب خلال المراحل التعليمية، وعليه فقد تطرقنا في هذا الفصل أن ندمج بين مفهوم التحصيل الدراسي، أنواعه، أهميته، العوامل المؤثرة فيه وعلاج ضعف التحصيل الدراسي.

# الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع

## الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

- 1- منهج الدراسة
- 2- مجتمع وعينة الدراسة
- 3- وسائل جمع البيانات
- 4- الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات

**تمهيد:**

لقد تمحور موضوع دراستنا هذه حول علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي باعتباره سبب يؤثر على سلامة التحصيل الدراسي عند التلاميذ وعليه نوضح في هذا الفصل المنهج المتبع إضافة إلى ذكر بعض خصائص العينة لدراستنا تطرقنا إلى ذكر أدوات جمع البيانات التي اعتمدنا عليها في الدراسة الحالية.

### 1- منهج الدراسة:

اخترنا المنهج الوصفي الارتباطي لأن الدراسة الحالية تهدف إلى البحث عن ما إذا كان هناك علاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة التعليم المتوسط.

فالمنهج الوصفي الارتباطي يستخدم في قياس العلاقة بين متغيرين ومعرفة نوع هذه العلاقة.

### 2- مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من تلاميذ طور المتوسط، أما فيما يخص عينة الدراسة فيقتضى اختيارها بطريقة عشوائية.

### 3- وسائل جمع البيانات:

يفترض أن نستعمل في هذه الدراسة مقياس الضغط النفسي لفيتنشتاين، وقد صمم من طرفه سنة 1993 لقياس مؤشر الضغط ويشمل 30 عبارة تميز منها نوعين من البنود، بالبة وموجبة والتي وضعت في الجدول التالي:

جدول رقم (01): يوضح طريقة تصحيح مقياس الضغوط النفسية

الدرجة	الإجابة	البنود	العبارات
1	تقريبا جدا	-15-14-12-11-9-8-6-5-4-3-2	العبارات الموجبة
2	أحيانا	-28-27-26-24-23-22-20-18-16	
4	كثيرا	30	
3	عادة		
4	تقريبا جدا	29-25-21-17-13-10-7-1	العبارات السالبة
3	أحيانا		
1	كثيرا		
2	عادة		



### قياس التحصيل الدراسي

اعتمدنا المعدل العام الذي تحصل عليه التلاميذ في الامتحانات النهائية للعام الدراسي 2021-2022، لقياس التحصيل الدراسي لمتوسط خالص حموش لولاية البويرة.

نلقي نظرة على النتائج:

8107	عدد المسجلين
% 5,20	نسبة الغائبين
% 45,15	نسبة النجاح في الامتحان واحتساب المعدل السنوي
% 61,71	نسبة النجاح في الامتحان مع احتساب المعدل السنوي

#### 4- الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات:

يعتمد كل بحث من البحوث العلمية على تقنيات إحصائية خاصة به ونظرا لطبيعة دراستنا ومن أجل تحقيق هدف الدراسة قمنا باستخدام هذا الأسلوب الإحصائي منها:

#### معامل ارتباط لـ **Persan**:

في هذه الدراسة سنقوم بتطبيق معامل الارتباط لبيرسون، بحكم أنه يمدنا ببيانات كمية وأيضا حجم العينة يمكننا من حساب معامل بيرسون الذي يقس طبيعة العلاقة، اتجاهها، قوتها.

# استنتاج عام

كما أشرنا في السابق فإن الضغوط النفسية لها علاقة في مجال التحصيل الدراسي للتلميذ والفرد عامة وما يسبب له توتر وقلق في حياته الأكاديمية والدراسية باعتبار أن الضغوط النفسية من خصائص الحياة اليومية الحضارية فيختلف من شخص لآخر، فتلميذ المقبل على شهادة التعليم المتوسط يتعرض للقلق والتوتر سواء في بداية اجتيازه للشهادة وقبل الإعلان عن النجاح أو الفشل فهذا قد يؤثر بشكل إيجابي أو بشكل سلبي عليه، فإن توصل إلى هدفه وهو نجاحه وعدم إخفاقه في تلك المرحلة فهذا كله يزيل ذلك الضغط وذلك القلق، وإذا كان العكس فهذا يؤثر بشكل سلبي فإنه يجعله حزينا ومتأثرا وهذا ما قد يزيح رغبته عن الدراسة وعدم العودة إلى تلك المقاعد مرة أخرى ويتعرض لأمراض نفسية وتغيرات نفسية وبدنية سريعة وهذه الضغوط تكون خاصة بهم إذا ما بعد عنها فهي تهدد سلامته.

# قائمة المراجع

الكتب:

1. أحمد نايل العزيز وأحمد أبو سعد (2009): التعامل مع الضغوط النفسية، ط 1، الشروق للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
2. معن محمود عباصره مروان محمد بني أحمد (2007)، الإدارة الصراع والأزمات وضغوط العمل، د ط، دار حامد للنشر والتوزيع، الأردن.
3. علي إسماعيل علي (1999): إستراتيجية الخدمة الاجتماعية المدرسية (التدخل في مواقف الضغوطات والأزمات)، الطبعة الأولى، دار المعرفة الجامعية.
4. منصور فيلاوي وبيلاوي (1989): قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، د ط، مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة.
5. شوقي ناجي جواد (2009): السلوك التنظيمي في منظمات العمال، ط1، دار حامد للنشر والتوزيع الأردن.
6. عبد الرحمن عدس (2009): مدخل إلى علم النفس، ط7، دار الفكر الناشر والموزعون، عمان.
7. شيفوشارز سليمان هوانر (2001): مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، ط2، عمان ترجمة نسيم داود.
8. بشرى صامويل تامر (2007): الاكتساب والعلاج بالواقع، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
9. الشربيني زكريا، (1994): المشكلات النفسية عند الأطفال، ط1، دار الفكر العربي السعودية.
10. صالح محمد علي أبو حامد (1998): سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، بيروت.
11. طه عبد العظيم حسين (2006): استراتيجيات مواجهة الضغوط التربوية والنفسية، ط1، دار الفكر، عمان.
12. عدلي سليمان (1999): الوظيفة الاجتماعية للمدرسة، ب ط، دار الفكر العربي، القاهرة.
13. أمال محمود عبد المنعم (2006): الإرشاد النفسي الأسري مواجهة الضغوط النفسية لدى الأسر المختلين، ط1، جمهورية مصر العربية.
14. عبد العزيز القومي (1952): أسس الصحة النفسية، ط4، مكتبة النهضة المصرية القاهرة.
15. عبد القادر ميسوم (2003): دليل النجاح في الامتحانات، ب ط، منشورات بغدادي، الجزائر.

16. جود خيلي محمد مولاي (2004): نطق التحضير وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، ب ط، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
17. عيسوى عبد الرحمن (1984): علم النفس بين النظرية والتطبيق، ط1، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
18. طاهر سعد الله (1991): علاقة القدرة على التفكير الابتكاري بالتحصيل الدراسي في الجزائر، ب ط، ديوان المطبوعات الجامعية.
19. رشاد صلاح الدمنهوري، محمود عباس العوض (1995): التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي، ط1، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.
20. عبد المجيد سيد أحمد منصور (2000): علم النفس التربوي، ط2، مكتبة العيكان، الرياض.
21. محمد منير مرسى، (1993): المعلم ومبادئ التربية، ب ط، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
22. أحمد شيشوب، (1991)، علوم التربية، ب ط، دار التونسية للنشر، تونس.
23. عبد اللطيف مدحت عبد الحميد، (ب س): الصحة النفسية والتفوق الدراسي، ب ط، دار المعرفة الجامعية، مصر.
24. محمد جاسم لعبيدي، (2009): علم النفس التربوي وتطبيقاته، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
25. يوسف ذياب، (2006): سيكولوجية التأخر الدراسي، ب ط، دار المناهج.
26. زلوف منيرة، (2014): أثر العنف الأسري على التحصيل الدراسي، ط1، دار هومة، الجزائر.

#### رسائل جامعية:

1. بن شليقة أعمار، (2010): دراسة مستويات شدة الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي، رسالة ماستر في علم النفس العيادي - قسم علم النفس - المركز الجامعي أكلي محند أولحاج.
2. الأحمد أمل، مريم، رجاء محمود (2009): أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي، دراسة ميدانية على دمشق، مجلة العلوم التربوية والنفسية.
3. عبد الجواد، وفاء محمد (1994): فعالية برنامج إرشادي في خفض الضغوط لدى عينة من المعلمين -رسالة دكتوراه غير منشورة- كلية التربية، جامعة عين الشمس، القاهرة.

4. حنان بنت أسعد محمد خوج (2002): الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة، مكة، رسالة ماجستير جامعة أم القرى، قسم علم النفس، مملكة السعودية.
5. آسيا بنت علي راجح بركات، (2000): العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكنتاب لدى بعض المراهقين والمراهقات، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة أم القرى، المملكة السعودية.
6. المطارنة خولة محمد زايد (2002): العلاقة بين الضغوط النفسية والتمرد لدى المراهقين وأثر كل من صفهم وجنسهم والمستوى التعليمي لوالديه لذلك رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأردن.
7. نجاري حبيب وزروقي محمد/ (2000): أهمية استعمال الوسائل التعليمية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في مادة العلوم الطبيعية، دراسة لدى عينة من تلاميذ سنة 1 ثانوي شعبة علوم طبيعية، مذكرة ليسانس، الإسكندرية، وهران.
8. أمال بن يوسف (2008): العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم وأثرها على التحصيل الدراسي، رسائل ماجستير في علوم التربية، مودعة جامعة الجزائر.

### المجالات:

1. بدوي الحاج محمد الساسي الشايب (2015): التحصيل الدراسي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 18، جامعة قاصدي مرياح، ورقلة مارس.
2. لعريط بشير (2007): الخصائص النفسية وإدارة ضغوط العمل بالمناوبة، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة وهران 02.
3. أبو كبيشة جمعية (ب س): تحديث المناهج التعليمية ضمن عملية الإصلاح التربوي، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، العدد 10، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف.
4. لخضر عرايب، محمد الساسي الشايب (ب س): تطور الإصلاحات التربوية في المدرسة الجزائرية ومعاونة المدرسين، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، عدد خاص، الملتقى الدولي حول المعاونة في العمل، جامعة ورقلة، الجزائر.
5. عبد المعطي حسن مصطفى (1992): ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق.

الموسوعات:

1. فرح عبد القادر طه (2003): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.



المحقق

مقياس الضغوط النفسية لـ: ليفتشتاين

في إطار لنيل شهادة ليسانس تربية خاصة وتعليم مكيف وإنهاء مذكرة تخرج، هذه الاستمارة تحتوي على مجموعة من العبارات، حاول أن تجد العبارات الأقرب إلى إحساسك ثم ضع علامة (X) داخل الإطار المناسب.

أجب عن كل عبارة بصدق وكن دقيق في اختيارك وموقفك على العبارة المناسبة.

رقم	العبارات	تقريبا أبدا	أحيانا	كثيرا	عادة
01	تشعر بالراحة				
02	تشعر بوجود متطلبات لديك				
03	أنت سريع الغضب أو ضيق الفلق				
04	لديك أشياء كثيرة للقيام بها				
05	تشعر بالوحدة				
06	تجد نفسك في مواقف صراعية				
07	تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعلا				
08	تشعر بالتعب				
09	تخاف من عدم استطاعتك إدارة أمورك				
10	تشعر بالهدوء				
11	لديك عدة قرارات لاتخاذها				
12	تشعر بالإحباط				
13	أنت مليء بالحيوية				
14	تشعر بالتوتر				
15	تبدو مشاكلك أنها ستتراكم				
16	تشعر أنك في عجلة من أمرك				
17	تشعر بالأمن والحماية				
18	لديك عدة مخاوف				
19	أنت تحت ضغط المقارنة بالآخرين				
20	تشعر بفقدان العزيمة				
21	تمتع نفسك				

## الملحق:

				أنت خائف من المستقبل	22
				تشعر بأنك قمت بأشياء أنت ملزم بها	23
				تشعر بأنك في وضع انتقاد وحكم	24
				أنت شخص خال من الهموم	25
				تشعر بالإرهاك والتعب الفكري	26
				لديك صعوبات في الاسترخاء	27
				تشعر بعبء المسؤولية	28
				لديك الوقت الكافي لنفسك	29
				تشعر أنك تحت ضغط معين	30