



العنوان

قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ سنة الثالثة ثانوي بثانوية ماضي أحسن الأمير عبد القادر - جيجل-

مذكرة مكملة لمتطلبات نيل شهادة الليسانس في: علوم التربية

تخصص: علم النفس التربوي

لجنة المناقشة /

- الأستاذة(ة) : رئيسا

- الأستاذة(ة) : صيفور سليم مشرفا

- الأستاذة(ة) : مناقشا

من إعداد الطلبة /

- الطالب(ة) بوكريش ملاك

- الطالب(ة) سعديو أمينة

- الطالب(ة) بوعة لويزة

- الطالب(ة) بو عبد الليوه إلهام

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر و عرفان

الحمد لله والشكر لله الذي وفقنا على إتمام هذا العمل المتواضع ومنحنا
القوة والصبر وأمدنا بالإرادة والمثابرة ويسر لنا هذا الأمر
أرجوا اللهم أن تتقبل منا هذا العمل وأنت راض عنا
ثم نتوجه بأسمى معاني الشكر والتقدير إلى ما كان لنا سندا بجهد وأستاذنا
بعمله ومشرفا بحكمته إلى من لم ييخل علينا بنصائحه وتوجيهاته
إلى ذي الصدر الرحب الأستاذ المشرف
"صيفور سليم"

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل الأساتذة الذين قدموا لنا التوجيهات
والنصائح

وإلى كل من ساهم معنا في إنجاز هذا العمل، سواء من قريب أو من بعيد
وتحياتنا لكل أساتذة وطلبة وعمال كلية علوم الاجتماعية والإنسانية

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
	شكر وتقدير
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: إشكالية وموضوع الدراسة	
05	1- إشكالية الدراسة
06	2- فرضيات الدراسة
07	3- أهداف الدراسة
07	4- أهمية الدراسة
07	5- أسباب ودوافع اختيار موضوع الدراسة
08	6- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة
08	7- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: قلق الامتحان	
13	تمهيد
13	1- مفهوم قلق الامتحان
13	أ- تعريف القلق
14	ب- تعريف قلق الامتحان
15	ج- أنواع قلق الامتحان
16	د- أعراض قلق الامتحان
17	هـ- أسباب قلق الامتحان
18	2- النظريات المفسرة لقلق الامتحان
21	3- الإجراءات الإرشادية لقلق الامتحان
25	خلاصة الفصل

الفصل الثالث: التحصيل الدراسي	
27	تمهيد
27	1- مفهوم التحصيل الدراسي
27	أ- تعريف التحصيل الدراسي
28	ب- خصائص التحصيل الدراسي
28	ج- مستويات التحصيل الدراسي
29	د- شروط التحصيل الدراسي
30	هـ- مبادئ التحصيل الدراسي
32	و- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي
35	2- طرق قياس التحصيل الدراسي
37	3- تقويم التحصيل الدراسي
38	4- النظريات المفسرة لأسباب اختلاف التحصيل الدراسي.
40	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات التنفيذية للدراسة	
43	تمهيد
43	1- حدود الدراسة
43	2- مجتمع وعينة الدراسة
44	3- منهج وأداة الدراسة
45	4- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
45	خلاصة الفصل
الفصل الخامس: عرض ومناقضة نتائج الدراسة	
47	تمهيد
47	1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
50	2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
50	3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة

51	4- توصيات واقتراحات
53	خاتمة
	قائمة المراجع
	الملاحق
	ملخص الدراسة

فهرس الجداول

صفحة	العنوان	الرقم
47	يمثل استجابات أفراد عينة البحث لمحور قلق الامتحان	01
50	يمثل مستوى التحصيل الدراسي لأفراد عينة البحث	02
50	يمثل العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي	03

مقدمة

يعد القلق من الموضوعات ذات الأهمية في الوقت الحالي ولقد زاد اهتمام علماء النفس والتربية في السنوات الأخيرة بدراسة قلق الامتحان نظرا لملامسته لكل الجوانب والمجالات التربوية فقد أصبح سمة من سمات الحياة المعاصرة في المؤسسات التعليمية. يشهد المحيط المدرسي كثيرا من المشكلات التربوية خاصة في عصرنا هذا باعتباره عصرا للقلق حيث تفتت فيه مختلف مواضيع القلق حتى توصلت إلى ما يعرف بقلق الامتحان عند التلميذ، والذي يعرف بأنه شكل من أشكال سمات الشخصية وأن الحالة الانفعالية هي المسؤولة عنه، فإذ تدفع بالتلميذ إلى التوتر والدخول في مرحلة النسيان وعدم القدرة على تنظيم الإجابة والتركيز وبالتالي الرسوب في الامتحان، وانخفاض التحصيل الدراسي.

ونظرا لما لهذا الموضوع من أهمية في المجال التربوي لا يمكن إغفال أهمية التحصيل الجيد في حياة الفرد على المستوى البعيد فهو مفتاح النجاح والحصول على شهادات عليا في مختلف الميادين مما يتيح للفرد فرصة تحقيق طموحاته وأهدافه والحصول على مكانة اجتماعية لائقة وضمان مستقبل زاهر، حيث يتأثر التحصيل الدراسي بمتغيرات عديدة منها قلق الامتحان.

ومن هذا المنطلق جاءت فكرة دراسة هذا الموضوع والذي يهدف إلى الكشف عن إمكانية وجود علاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا وذلك باختلاف الجنس والشعبة الدراسية ومعرفة مستوى قلق الامتحان لدى عينة الدراسة. وعلى هذا الأساس تم تقسيم دراستنا إلى:

1- الجانب النظري: والذي يشمل ثلاثة فصول:

- **الفصل الأول:** وهو الفصل التمهيدي والذي تم فيه تحديد إشكالية الدراسة ثم تحديد فرضيات الدراسة، كذا أهداف وأهمية الدراسة، ثم أسباب ودوافع اختيار الموضوع، وبعدها تم التطرق إلى تعريف إجرائي لمصطلحات الدراسة وأخيرا نجد الدراسات السابقة التي تناولت موضوعنا.



- **الفصل الثاني:** وهو الفصل الخاص بمتغير قلق الامتحان حيث تضمن:

مفهوم قلق الامتحان، النظريات المفسرة له، وأهم الإجراءات الإرشادية المخفضة له.

- **الفصل الثالث:** وهو الفصل الخاص بالتحصيل الدراسي حيث تضمن:

مفهوم التحصيل الدراسي، النظريات المفسرة له، طرق قياسه وأخيرا تقويمه.

2- **الجانب الميداني:** والذي يشمل فصلين:

- **الفصل الرابع:** حيث تمحور حول الإجراءات التنفيذية للدراسة بدءا بحدود مجتمع وعينة

الدراسة، منهج وأداة الدراسة، الإجراءات التنفيذية للدراسة وأخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة فيها.

- **الفصل الخامس:** والذي يضم عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها من

خلال الجداول المرفقة بدءا من الفرضيات العامة والجزئية.

وفي الأخير تم تقديم بعض التوصيات والاقتراحات ووضع خاتمة للدراسة، ثم قائمة

المراجع والملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول:

إشكالية وموضوع

الدراسة

1- إشكالية الدراسة:

تهدف العملية التربوية إلى تحقيق الأهداف والغايات التي تسعى لإيصال المتعلم لمستوى مقبول في النمو في جوانب شخصية وتطورها حيث أصبحت التربية في الآونة الأخيرة تهتم بالمعلم بالدرجة الأولى باعتباره أهم قطب في الفعل التعليمي التعليمي. اد على اساسه بنيت العملية التربوية التعليمية، فالمتعلم هو العنصر الفعال و المهم في هذه العملية و درجة تعلمه و تحصيله تتعلق بمدى ملائمة البرامج التعليمية مع قدراته و اهتماماته و الاهداف التي يحددها لنفسه و ميوله و بهذا عدلت البرامج لتصبح اكثر علمية و عملية للخروج من الجمود الذي كانت فيه .

ان التحصيل هو ما يحققه المتعلم من خلال دراسته و مجموع الخبرات و المعلومات التي تحصل عليها و نجد ان مفهوم التحصيل يتاثر بعوامل كثيرة يمكن ان تزيد من نسبة مردوديته او تخفيضها و من بين هذه العوامل نجد القلق الذي يلعب دورا فعالا في عملية التحصيل الدراسي اذ يعتبر عملية انفعالية مكونة من جانب شعوري و اخر لا شعوري، فالشعوري منه يتمثل في الشعور بالخوف و العجز و التهديد، اما اللاشعوري فيشمل عمليات معقدة متداخلة يعمل الكثير منها دون وعي و ادراك الفرد بها و من بين اشكال القلق نجد حالة القلق في فترات الامتحانات، و هي حالة انفعالية مؤقتة و قد اصبحت مشكلة حقيقية لدى الكثير من التلاميذ و عائلاتهم،

هدفت هذه الدراسة إلى تقييم الدور الذي يلعبه القلق في التحصيل الدراسي على عينة تكونت من (305) طالبا من جامعة بيل و استخدم أدوات خاصة بكل من قلق الامتحان والقلق العام، وعبر عن التحصيل بدرجات الطلبة في امتحان القبول في الجامعة، وأظهرت النتائج أن معامل الارتباط بين قلق الامتحان والتحصيل موجب ويساوي (0.114). ومن هذا المنطلق وبغية الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي عند تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، إرتأينا إلى هذا الموضوع بالذات، ومما سبق نطرح التساؤل التالي "هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا؟"

- التساؤلات الفرعية:

- ما مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ البكالوريا؟
- ما مستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا؟

2- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

توجد علاقة ذات دلالات إحصائية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا.

الفرضيات الجزئية:

- مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ البكالوريا مرتفع.
- مستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا منخفض.

3- أهداف الدراسة:

نسى من خلال هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الموجودة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا بهدف تحديد مقدار الاقتران بينهما وذلك عن طريق:

- معرفة وتحديد مستوى قلق الامتحان بين تلاميذ البكالوريا بثانويات محل الدراسة.
- معرفة وتحديد مستوى التحصيل بين تلاميذ البكالوريا بثانويات محل الدراسة.

4- أهمية الدراسة:

يعتبر قلق الامتحان مشكلة أكاديمية يعاني منها الكثير من التلاميذ مما ينعكس سلبا على حالتهم النفسية والجسمية والتحصيلية، وهذا ما أشار إليه بينه سبير (1980) بأن قلق الامتحان يتميز بالضيق والتوتر المتعلق بدخول الامتحان، ويمكن أن يكون حافظا أو معوقا للأداء، حيث يبعث القلق محفز على الأداء بشكل جاد في الامتحان، بينما يتدخل القلق ليؤثر سلبا على أداء التلميذ، وغالبا ما يصاحب قلق الامتحان المعوق بدرجة عالية من الوعي بالذات والإحساس بالعجز مما يؤدي إلى أداء منخفض على الامتحان.

ترجع أهمية الدراسة إلى أن قلق الامتحان يعتبر مشكلة حقيقية تعاني منها شريحة من التلاميذ بمراحل تعليمهم المختلفة وهي مصدر قلق ليس للتلاميذ فقط ولكن للأسرة كلها.

5- أسباب اختيار الموضوع:

يتميز الباحث العلمي على غيره من أفراد المجتمع بأنه شديد الملاحظة في المحيط الذي حوله، وتشيره جملة من النقاط والجزئيات التي تجول في ذهنه عند بروز أي ظاهرة وهذا الذي يدفعه إلى البحث والتقصي عن حقيقة هذه الظاهرة.

وفي هذا العمل دفعتني جملة من الأسباب الشخصية والموضوعية لاختيار هذا الموضوع منها ما

يلي:

الأسباب الذاتية:

- رغبتني الشديدة في دراسة هذا الموضوع.

- تسلط الضوء على هذا الموضوع "قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي" وإزالة بعض الغموض عنه.
- أما الأسباب الموضوعية فتتمثل في:
 - الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي.
 - انتشار ظاهرة قلق الامتحان في المدارس.
 - أهمية فئة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في المجتمع لما لها من دور إيجابي وحيوي مستقبلا يتمثل في أنهم يتوجهون إلى التكوين في الجامعة ومن بعدها عالم الشغل.

6- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

تتمثل التعاريف الإجرائية لمصطلحات الدراسة فيما يلي:

- **القلق:** هو حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطراب والهم والتوتر تصيب الفرد وتؤثر في عملياته العقلية كالانتباه والتفكير والتذكر.
- وهو حالة نفسية تصيب الفرد نتيجة لتجمع مجموعة من العناصر الإدراكية والجسدية والسلوكية، وتؤدي إلى شعور هذا الفرد بحالة من عدم الارتياح.
- **قلق الامتحان:** هو القلق الناتج عن الحالة التي تصيب تلاميذ السنة الثالثة ثانوي قبل وبعد وأثناء أداء الامتحانات التحصيلية، ويتم الحصول على قلق الامتحان بمؤشر المستوى على مقياس قلق الامتحان المعتمد في هذه الدراسة.
- **التحصيل الدراسي:** هو المعدل المتحصل عليه من طرف التلاميذ في الفصول الدراسية.
- **امتحان شهادة البكالوريا:** هي شهادة تعليمية تنتج نهاية المرحلة الثانوية من التعليم وتسمح للمتخرج الناجح مواصلة تعليمه في المرحلة الجامعية وهي نقطة انطلاق التعليم العالي.

7- الدراسات السابقة:

للاستناد إلى الدراسات السابقة أهمية بالغة في البحث العلمي فبعد الإطلاع عليها نتمكن من تكوين نظرة على الموضوع المراد دراسته، ونظرا لأهميتها في البحث العلمي اخترنا مجموعة من الدراسات المرتبطة بموضوع البحث وهي كالتالي:

- 1- دراسة مرسى (1980): "بعنوان علاقة القلق بالتحصيل الدراسي" حيث تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القلق في المواقف الإختبارية ودرجات التحصيل الدراسي، ولذلك قام الباحث بإعداد مقياس (yele) للقلق في المواقف الإختبارية ودرجات التحصيل الدراسي في مادة اللغة

العربية، الإنجليزية والرياضيات، طبقها على عينة بلغت 370 طالب وطالبة. وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات ودرجات مرتفعي القلق ومنخفضي القلق في تحصيل المواد الدراسية لصالح منخفض القلق.
- وجود ارتباط دال إحصائيا بين درجات القلق والتحصيل الدراسي لدى كل من الذكور والإناث (الشايب، غريبي، 2013، ص.53)

التعقيب على الدراسة:

ركزت هذه الدراسة على القلق بصفة عامة بينما ركزت دراستنا على قلق الاختبار بصفة خاصة، حيث أفادتنا هذه الدراسة أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق والتحصيل الدراسي.

2- دراسة العجمي (1999): بعنوان "العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات بالإحساء"، حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات بالإحساء ولذلك قام الباحث بإستخدام أداة قلق الإمتحان طبقها على عينة بلغت (500) طالبة وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي (الشايب، غريبي، 2013، ص.56)
- #### التعقيب على الدراسة:

تشابهت هذه الدراسة في موضوعها مع موضوع دراستنا والذي يمثل العلاقة بين قلق الإمتحان والتحصيل الدراسي، وأفادتنا في التعرف على وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين قلق الإمتحان والتحصيل الدراسي.

3- دراسة كريم (2005): بعنوان "مستوى قلق الامتحان لدى طلبة وطالبات الثانوي التخصصية في مصر"، حيث تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الفرق في مستوى قلق الاختبار بين الجنسين من التخصص العلمي والأدبي للسنة الرابعة من الثانوية، ولذلك قام الباحث باستخدام مقياس قلق الاختبار طبقه على عينة بلغت (232) طالب وطالبة، وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص العلمي ذكور وبين طلاب التخصص العلمي إناث على مقياس قلق الامتحان.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص الأدبي ذكور وبين طلاب التخصص الأدبي إناث على مقياس قلق الامتحان.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص العلمي إناث وبين طلاب التخصص الأدبي إناث على مقياس قلق الامتحان.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص العلمي "ذكور- إناث" وبين طلاب التخصص الأدبي "ذكور-إناث" على مقياس قلق الامتحان.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات "ذكور" وبين متوسط درجات "إناث" في العينة ككل على مقياس قلق الإمتحان (كريم، جبريل، 2005، ص.96)

التعليق على الدراسة:

إهتمت هذه الدراسة بالتعرف على مستوى قلق الامتحان، حيث تشابهت مع موضوع دراستنا في متغير قلق الامتحان، واستفدنا منها في معرفة أن قلق الإمتحان يختلف بين الطلبة من حيث التخصص والجنس.

4- دراسة العواوي 2005: بعنوان " أثر برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى طالبات الثالثة ثانوي بصنعاء" حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر هذا البرنامج لدى طالبات الصف الثالث ثانوي علمي لذلك قام الباحث باستخدام مقياس قلق الاختبار من إعداد " دوكوم" حيث طبقها على عينة بلغت 132 من طالبات الصف الثالث ثانوي علمي وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

- إن أفراد العينة الأساسية من طالبات المرحلة الثانوي القسم العلمي يعانون من ارتفاع في مستوى قلق الاختبار.

- وجود أثر إحصائي للبرنامج الإرشادي في خفض قلق الاختبار لدى طالبات المرحلة الثانوية (أبو عزت، 2008، ص.25)

التعليق على الدراسة:

ركزت هذه الدراسة على خفض مستوى قلق الاختبار، بينما اهتمت دراستنا بالتعرف على العلاقة الموجودة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي حيث اشتركت مع دراستنا في موضوع قلق الإختبار، حيث أفادتنا في معرفة الأثر الإيجابي للبرنامج الإرشادي في خفض قلق الاختبار.

التعقيب عن الدراسات السابقة:

بهذا الغرض لأهم الدراسات السابقة التي إهتمت بقلق الإمتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي، نلاحظ أنها تميزت بتركيزها على معرفة العلاقة الموجودة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي. وأيضا خفض

قلق الإمتحان عبر برنامج إرشادي كما إهتمت بدراسة موضوع قلق الامتحان على عينات الطلبة أغلبهم من المرحلة الثانوية في ظل عدة متغيرات (الجنس، التخصص...)

واستفدنا من خلال إطلاعنا على هذه الدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة موضوع قلق الإمتحان في تطوير الأدب النظري المتعلق بقلق الإمتحان خصوصا ما إرتبط منه بقلق التلاميذ في المرحلة العمرية المختارة، وكذا في تحديد أداة القياس المتعلقة بضبط أداة الدراسة.

الفصل الثاني:

قلق الامتحان

تمهيد

يعد القلق من المصطلحات القليلة التي يستخدمها علماء النفس من جميع الاتجاهات النظرية هذا ما تأكده بعض الأبحاث على أنه يحتل مرتبة هامة بين المشكلات الدراسية التي يعانيها التلاميذ خاصة المشكلات التي تنتج قبل وبعد وأثناء الامتحان، هذه الأخيرة تعتبر من بين المواقف الهامة في المسيرة الدراسية للتلاميذ، حيث يتم من خلالها الوقوف على المستوى الدراسي له، وتعرف هذه العوامل التي قد تؤثر على الأداء في الامتحان بقلق الامتحان، وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم قلق الامتحان، النظريات المفسرة له، والإجراءات الإرشادية للتخفيف منه.

1- مفهوم قلق الامتحان:

أ- تعريف القلق:

«عرف القاموس المصطلحات النفسية والتحليل النفسي القلق بأنه: حالة انفعالية غير سارة مستمرة لدى الفرد فيها يفقد الرغبة أو الدافع للهدف» كما عرفه أيضا بأنه الشعور بالتهديد خاصة من شيء مجهول دون أن يعرف الشخص ما يهدده».

وعرفت موسوعة علم النفس والتحليل النفسي القلق بأنه: عبارة عن شعور بالخوف أو الخشية من المستقبل دون سبب معين يدعو للخوف.

ويعرف معجم علم النفس والطب النفسي القلق بأنه: شعور عام للفراغ والخوف من شر مرتقب وكارثة توشك أن تحدث، والقلق استجابة لتهديد غير محدد كثيرا ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية ومشاعر عدم الأمن، والنزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس وفي الحالتين يعبر الجسم إمكانياته لمواجهة التهديد، فتوتر العضلات وتسارع النفس ونبضات القلب» (الغامدي، 2013، ص.36)

«ويعرف القلق عادة بكونه عاطفة أو وجدان صعب للتحمل ذو علاقة إما بوضعية مصدمة حالية أو متعلق بانتظار خطر مرتبط بموضوع غير محددة».

كما أن "فرويد" أكد أن القلق هو رد فعل للخطر" بحيث يكون هذا الخطر بمثابة منبه فقد يظهر القلق كرد فعل أو استجابة لمنبه، فمثلا ينتاب الشخص قلقا عندما يستمع إلى حديث يقلقه لا شعوريا كالتحدث عن مواقف الامتحانات التي قد تشكل موضوع إشكالية محددة لدى بعض التلاميذ والطلبة» (شرادي، 2006، ص.263)

«واستخدام علماء النفس مفهوم القلق لتفسير ردود الفعل المختلفة للإحباط والأشكال الأخرى للضغط، أي أن كل موقف يهدد كيان الفرد ينظر إليه على أنه مصدر من مصادر القلق الأساسية

والإحباطات والصراعات ليست المصادر الوحيدة للقلق فهناك أيضا التهديد بالإيذاء الجسدي وتهديد احترام الذات، والضغوط الناجمة من توقع الانجاز بشكل اكبر مما تسمح به قدرات الفرد كل هذه المواقف تعبر مصادر ممكنة للقلق.

ويعرف القلق بأن تكون أعراضه سائدة، فهو حالة داخلية مؤلمة من العصبية والتوتر والشعور بالرهبة، ويكون مصحوبا بإحساسات جسمانية مختلفة واستجابات مثل سرعة دقات القلب والخفقان والعرق والارتعاش واضطرابات المعدة والشعور بالافتقار للمزيد من الهواء في الرئتين وألم في الصدر ويحدث القلق إما بشكل حاد أو شكل مزمن"» (جاسم العبيدي، 2013، ص.242)

ومن خلال ما سبق ذكره يمكننا القول أن القلق عبارة عن انفعال مركب من الخوف وتوقع الخطر والعقاب، وبعبارة أخرى هو الخوف من الخطر المحتمل غير المؤكد الوقوع فيه كخوف طالب من نتيجة الامتحان أو خوف المريض من الموت... وقد يكون بمثابة الخوف المعتقل محبوس الانفعال المؤلم الذي نشعر به حين لا نستطيع أن نفعل شيئا أمام موقف مخيف يهددنا بالخطر.

ب- تعريف قلق الامتحان:

- «يحدد كل من (ماندر Mznder وساراسون Sarason.S، 1952) قلق الامتحان بأنه حالة إحساس الفرد بانعدام الراحة النفسية وتوقع حدود العقاب يصاحبه الشعور بفقدان الفائدة ورغبته في الهروب من الموقف الإمتحاني مع زيادة في ردود الأفعال الجسمية»
- "ويقصد (علي محمود شعيب، 1988) بقلق الامتحان بأنه تلك الحالة التي يصل إليها الطالب نتيجة الزيادة في درجه التوتر أو الخوف من أداء الاختبار وما يصاحب هذه الحالة اضطرابات لديه في نواحي العاطفية والمعرفية والفسولوجية".
- "في حين يراه في (سبيبلبرجر Speilberger، 1976) على أنه حال انفعالية تجاه الضغوط النفسية الناتجة عن المواقف التقييمية".
- "وتحدد (لمعان الجادلي، 1989) مفهوم قلق الامتحان على أنه حالة شعور الطالب بالتوتر وعدم الارتياح نتيجة حصول اضطرابات في الجوانب المعرفية والانفعالية ويكون مصحوبا بأغراض فسيولوجية ونفسية معينة قد تظهر عليه أو يحس بها عند مواجهته لموقف الامتحان أو تذكره له أو استثارة خبراته للمواقف الإمتحانية". (لمعان، مصطفى الجبالي، 2011، ص.291)

- ويعرف قلق الامتحان بأنه نوع من القلق المرتبط بمواقف الامتحان حيث تثير هذه المواقف في الفرد شعور الانزعاج والانفعالية وهي حالة انفعالية وجدانية مكدره تعتري الفرد في الموقف السابق للامتحان أو موقف الامتحان ذاته وتتسم هذه الحالة بالشعور بالتوتر والخوف من الامتحان.
- قلق الامتحان هو حالة خاصة من القلق العام ويشير إلى الاستجابات السلوكية والفسيولوجية التي تصاحب الفرد حول احتمال وقوع الفشل ويحدد سارسن (1980) مفهوم قلق الامتحان على أنه مجموعة من الاستجابات الخاصة بمجموعة معينة من المثيرات التي ارتبطت بخبرة الفرد عن التقويم والامتحان.
- ويعرف قلق الامتحان بأنه هو ذلك القلق الخارجي المنشأ وهو حالة تعتري الأفراد قبل وأثناء أدائهم للامتحانات التحصيلية أو النفسية أو المهنية حيث تعتري التلاميذ بعض أعراض القلق تلازم فترة الامتحانات التحصيلية، فهو حالة نفسية تتسم بالخوف والتوقع أي أنه حالة انفعالية تصيب بعض التلاميذ وتكون هذه الحالة مصحوبة بتوتر وحدة انفعال وانشغالات عقلية سالبة تتدخل مع التركيز المطلوب أثناء أداء الامتحان مما يؤثر سلبا على المهام العقلية في موقف الامتحان. (أنظر المجلة قدوري، 2015)
- من التعريفات السابقة يمكن القول أن قلق الامتحان هو حالة نفسية أو ظاهرة انفعالية تصيب الطالب قبل الاختبار وأثناءه، و تنشأ من تخوفه من الفشل أو الرسوب في الامتحان أو التخوف من عدم حصوله على نتائج تتال الرضا من الآخرين وتوقعاتهم منه، وهذه الحالة قد تؤثر على العمليات العقلية كالانتباه، التركيز والتفكير، وتؤثر سلبا على تحصيل التلميذ.
- ج- أنواع قلق الامتحان: يمكن تصنيف قلق الامتحان من حيث تأثيره على مستوى أداء الفرد لواجباته ومهامه في الامتحان إلى نوعين هما: قلق الامتحان الإيجابي وقلق الامتحان السلبي.
- 1- قلق الامتحان الإيجابي: «هو نوع من القلق المعتدل ذو الأثر الإيجابي المساعد الذي يعتبر قلقا دافعا يدفع التلميذ للدراسة والاستذكار والتحصيل المرتفع وينشطه ويحفزه على الاستعداد للامتحانات ويسير أداء الامتحان، أي كلما كانت درجة القلق متوسطة وفي الحدود المعتدلة كان تأثيرها أقرب إلى التسيير، وحسب (جينا ارمينداريز، 1980) فان قلق الامتحان المعتدل مع القدرة على التحكم في الانفعالات السالبة يؤدي إلى تحسين الأداء في الامتحان. وحسب واين WINE فإن قلق الامتحان المعتدل يزيد من التنافس الإيجابي بين الطلبة ويشعرهم بأهمية النجاح

والتفوق، فهو يرى أن التلاميذ ذوو قلق الامتحان المعتدل يركزون في الامتحان على الأمور المرتبطة بالامتحان فقط". (دوادي، 2017، ص ص. 97،98)

2- قلق الامتحان السلبي: "وهو القلق السلبي الذي يعود على صاحبه بالمرض والاضطرابات النفسية، وهو مستوى متقدم من قلق الاختبار لا يؤثر فقط على انجاز نشاط معين كالاختبار مثلا وإنما يتعدى تأثيره الجوانب الأكاديمية في الحياة ليشمل جوانب أخرى وهذا النوع يحتاج إلى معالجة من قبل الأطباء ومعالجين نفسيين وربما تستغرق وقتا طويلا. ويكون القلق في هذا النوع مرتفع وذو تأثير سلبي معوق حيث تتوتر الأعصاب ويزداد الخوف والانزعاج والرغبة ويستخبر استجابات غير مناسبة مما يعوق قدرة الطالب على التذكر والفهم ويربكه حيث يستعد للامتحان ويعسر أداء الامتحان وهكذا فان قلق الامتحان السلبي (الزائد أو المرتفع) غير ضروري ويجب خفضه وترشيده. ويرى واين WINE أن التلاميذ ذوي قلق الامتحان المرتفع يوزعون انتباههم بين الأمور المرتبطة بالامتحان والأمور المرتبطة بالذات أما بنجامين BENJAMINE ورفاقه فيؤكدون على أن هذا النوع من القلق يعود إلى مشكلات في تعلم المعلومات وتنظيمها أو في مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته، ويلاحظ أيضا أن قلق الامتحان المرتفع يؤثر سلبا في التحصيل الدراسي وفي أداء الامتحان بالمقارنة مع القلق المعتدل. (أنظر المجلة مجادي، 2015)

ومما سبق يتبين لنا أن قلق الامتحان ينقسم إلى قسمين (نوعين)، النوع الأول هو قلق الامتحان المنشط والميسر للامتحان وهو يؤثر إيجابا على التحصيل، وهو ينتج من خلال تنافس بين التلاميذ من خلال الرغبة في النجاح، أما النوع الثاني فهو قلق الامتحان السلبي والذي يكون معسرا للامتحان حيث يؤدي التلميذ استجابات غير صحيحة، كالخوف والتوتر وتوقع العقاب مما يؤثر سلبا على التحصيل.

د- أعراض قلق الامتحان: تظهر على التلميذ العديد من الأعراض أثناء فترة الامتحانات نتيجة للقلق الذي ينتابه خلال فترة الامتحان من بينها:

- **الإعراض الفسيولوجية:** «وهي الأعراض الناتجة عن زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي (السمبثاوي) وزيادة إفراز هرمون الأدرينالين من الغدة الكظرية ومنها أعراض عامة وتشمل الضعف العام، نقص الطاقة الحيوية والنشاط والمثابرة وتوتر العضلات، والنشاط الحركي الزائد، وارتعاش الأطراف وبرودتها، وسرعة معدل التنفس، واضطرابات القلب قبل وأثناء الامتحان وما يصيب المعدة من اضطراب وعسر الهضم وكثرة التبول وشعور الفرد بالأرق وعدم القدرة على

النوم وكذلك الإحساس بالألم في الظهر أو الرقبة أو الأكتاف وكثرة تصبب العرق، وإصابة الإنسان بعدم الرؤية الواضحة والإحساس بالاختناق، فقدان الشهية وتخبط سلوك الفرد، وعدم القدرة على إحداث التوازن بين ما يقوم به من أعمال وإصابة الإنسان بالصداع". (أبو فودة، 2011، ص.68).

• **الأعراض النفسية:** وتشمل الأعراض النفسية ما يلي: التوتر والخوف وترقب شعور بالضيق وعدم الارتياح، والإحساس بالعجز وعدم القدرة على القيام بالدور الصحيح واللازم في الحياة، أفكار سلبية بالفشل وعدم النجاح وسرعة الاستثارة والغضب، جمود العقل وتوقف التفكير مما يسبب قلق الزائد من الامتحان، قلة التركيز بسبب الأفكار السلبية التي تطرأ على عقل التلميذ قبل وأثناء الامتحان مما يؤثر على الذاكرة استقبالا وتسجيلا واستعادة، فقدان الشهية للأكل واضطراب النوم، أيضا فقدان الثقة بالنفس والطمأنينة والانفعالية وتوقع حدوث الأذى فضلا عن الشعور بالخوف الشديد. (انظر المجلة لموشي، 2016)

ومما سبق نستنتج أن هذه الأعراض النفسية والفسولوجية تترك الطالب وتعيقه عن المهام الضرورية لأداء الجيد للامتحان فالقلق من الامتحان هو حالة نفسية تسبب ضائقة شديدة فأغلب التلاميذ يعانون من القلق قبل وأثناء الامتحان مما يؤثر سلبا على تحصيلهم الدراسي.

هـ - أسباب قلق الامتحان:

- « يرى المهتمون في مجال الصحة النفسية والأخصائيون في المجال التربوي أن قلق الامتحان يعود إلى العديد من الأسباب لعل أبرزها ما يلي:
- نقص المعرفة بالموضوعات الدراسية.
 - قلة الرغبة في النجاح والتفوق.
 - وجود مشكلات في تعلم معلومات وتنظيمها ومراجعتها قبل الامتحان واستدعائها في موقف الامتحان ذاته.
 - ارتباط الامتحان بخبرات الفشل في حياة الطالب وتكرار مرات الفشل.
 - قصور في الاستعداد للامتحان كما يجب وقصور في مهارات أداء الامتحان.
 - التمرکز حول الذات ونقص الثقة بالنفس.
 - الاتجاهات السالبة لدى الطالب والمعلمين والوالدين نحو الامتحانات.

- اكتساب قلق الامتحان حيث يقترن بمثيرات منفردة مثل التقييم الاجتماعي السالب والمصاحبات الفسيولوجية غير السارة.

3- عجز المتعلم وتوقع الفشل ونقص السيطرة». (دوادي، 2017، ص.103)

وهذا ما يؤكد أن لامتحان رهبة كبيرة وكاريزما تسبب الشعور بالقلق منه، وهذا الشعور يختلف من شخص لآخر أو من امتحان لآخره ومن سبب لآخر، فهناك العديد من الأسباب التي تجعل التلميذ يتوتر ويخاف ويشعر بالقلق من الامتحان كعدم تحضير جيد للامتحان فهو يولد الشعور بالتقصير وبالتالي الخوف مما يؤدي للفشل في الامتحان وغيرها من العديد من الأسباب.

2- النظريات المفسرة لقلق الامتحان:

لقد حاولت الكثير من النظريات الحديثة تناول موضوع قلق الامتحان من عدة جوانب وتتمثل هذه النظريات فيما يلي:

2-1- النظرية السلوكية: «يرى السلوكيون أن الأفراد يستخدمون استراتيجيات تكيفية منها ايجابية ومنها سلبية لدى تفاعلهم مع الأوساط المحيطة بهم وما تفرضه عليهم من ضغوطات ومشكلات، وقلق الامتحان إستراتيجية سلبية تتمثل في الانسحاب النفسي والجسدي من الوضع المثير، يظهر في أنماط سلوكية متنوعة مثل التعرق وزيادة إفراز الأدرينالين والبكاء وعدم القدرة على مسك القلم والكتابة والتشنج». (صالح، 1994، ص.54)

من خلال ما سبق نلاحظ أن النظرية السلوكية تشير إلى أن قلق الاختبار هو نوع من أنواع القلق المكتسب من خلال عمليات الاشتراك المختلفة وهذا القلق يولد الخوف المكتسب ويؤدي إلى السلوك الهروبي أو التجنبي وبالتالي يعد النجاح في سلوك القلق من خلال القدرة على خفض مستواه وتنتظر إليه على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش وسطها الفرد تحت شروط التدعيم الايجابي والتدعيم السلبي وأن قلق الامتحان ما هو إلا انفعال إنساني ظهر منذ القدم كرد فعل طبيعي للموقف وكوسيلة دفاع تكيفية تجاه المواقف الذي يواجهها الإنسان وتشكل لديه خوف وخطر.

2-2- نظرية تجهيز المعلومات: وفقا لهذه النظرية يعود قصور التلاميذ ذوي القلق العالي في الامتحان حسب بنجامين وزملائه BENJAMINE 1981 إلى مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته أي أن هؤلاء التلاميذ ليس لديهم القدرة على تنظيم مفاهيم المواد الدراسية حتى في المواقف غير التعليمية مقارنة بالتلاميذ الآخرين ذوي القلق المنخفض وقد حاول كل من بنجامين وميكيشين ولين 1987 BENJAMINE, MCHEACHINE

التحقق من فائدة نموذج تجهيز المعلومات من تفسير الإنجاز السيئ للتلاميذ أصحاب القلق العالي في الامتحان عن طريق استخدام أسلوب يقيس تنظيم مواد الدراسة للتلاميذ ذوي القلق العالي بطريقة مباشرة وفي موقف حقيقي في قاعه الدراسة.

ولقد أشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن التلاميذ ذوي القلق العالي في الامتحان لديهم قصور في تنظيم المواد الدراسية مقارنة بالتلاميذ الآخرين ذوي القلق المنخفض أي أن هؤلاء التلاميذ ليس لديهم القدرة على تنظيم مفاهيم المواد حتى في المواقف غير التعليمية، كما بينت النتائج أيضا أن التنظيم السيئ يرتبط بالإنجاز الأكاديمي الضعيف ولهذا يبدو أن أحد أسباب هذا الإنجاز السيئ عند التلاميذ العالين في قلق الامتحان يعود إلى عادات دراسية سيئة وقصور في تعلم وتنظيم المواد التي سبقت دراستها. (انظر رسالة الماجستير سايجي، 2004)

مما سبق نستنتج من هذه النظرية أن الطلبة ذوي قلق الاختبار المرتفع يعانون من مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الاختبار وهذا يعود إلى اعتمادهم على الحفظ أو استدعاء هذه المعلومات في الاختبار ومن ثم فإن تحصيلهم الدراسي المنخفض يعود سببه إلى قصور في عملية التركيز والترميز والتنظيم لهذا فإن مستوى القلق عند الطلبة يختلف باختلاف استراتيجيات الترميز المستخدمة لديهم.

2-3- النظرية المعرفية: «نتيجة لبحوث ماندلر وسارسون 1952 وآخرون وواين (1971، 1980) قامت نظرية قلق الامتحان بصفة أساسية على نموذج التداخل ورأت أن التأثير الرئيسي للقلق في موقف الامتحان هو دخول تأثير عوامل أخرى حيث ينتج القلق العالي استجابات غير مرتبطة بالمفاهيم المطلوبة مثل عدم التركيز والميل نحو الأخطاء والاستجابات المركزة حول الذات التي تتنافس وتتداخل مع الاستجابات الضرورية المرتبطة بالمفاهيم الأساسية ذاتها والتي هي ضرورية للإنجاز الجيد في موقف الامتحان ولعل ما يتماشى مع وجهة النظر واين الذي يرى أن الآثار السيئة لقلق الامتحانات بالنسبة للأداء لها تفسير يتصل بالانتباه في التلاميذ ذوي القلق العالي للامتحان يقسمون غالبا انتباههم بين الأمور المرتبطة بالمهمة المطلوبة في موقف الامتحان أو استجابات غير مرتبطة بالمهمة وهي استجابات القلق في حين أن الأفراد المنخفضين في قلق الامتحان غالبا ما يعجزون على الأمور المرتبطة بالمهام المطلوبة فقط بدرجة أكبر" (سايجي، 2004، ص.72)

أما كولر وهولان فقد درسا القدرة العقلية وعادات الدراسة في الإنجاز الأكاديمي وقد وجد الباحثان أن لدى الطلبة أصحاب القلق العالي في الامتحان قدرات منخفضة وعادات دراسية سيئة وعلى هذا فإن

جزاء على الأقل من الإنجاز الأكاديمي السيئ لهؤلاء الطلبة وربما يعود إلى معرفة أقل بالمواد الدراسية. (انظر الموقع عصفور عصفور، 1994)

مما سبق نلاحظ حسب هذه النظرية الجانب المعرفي هو المسؤول عن نقص الأداء عند التلاميذ القلقين في وضعية التقويم (الاختبار) نتيجة لمعتقداتهم وأفكارهم نحو الاختبار، هذا يعني أن الانفعالات لدى التلاميذ القلقين تكون أقوى واشد ما هي عليه عند التلاميذ الغير القلقين أي أن الصعوبات التي يواجهها التلميذ في وضعية الامتحان والتي تعيق أداءه ناتجة عن عمليات معرفية مختلفة كالانزعاج بسبب الأفكار السلبية التي تدور في ذهنه وكذلك بسبب مشاكل في الانتباه والتركيز.

2-4- نظرية القلق الدافع: «تفسر هذه النظرية قلق الامتحان على أساس أن الدوافع المرتبطة بموقف الامتحان تعمل على حث واستثارة الاستجابات المناسبة للموقف وقد تؤدي في النهاية إلى أداء مرتفع وبهذا يعمل القلق كدافع لوظيفة استثارة للاستجابات المناسبة لموقف الامتحان، وأكد تيلور وسبنس في نظريتهما القلق الدافع أن شعور التلميذ بالقلق في الامتحان صفة حسنة تدفعه إلى تحسين أدائه فيحصل على درجات مرتفعة وهذا يعني أن هناك ربط بين دافع الشخص للعمل والنشاط وبين القلق، أي أن الإنسان عندما يكون في موقف الامتحان يشعر بالقلق الذي يحفز مهامه بنجاح». (سايجي، 2004، ص.73)

مما سبق نستنتج أن نظرية القلق الدافع تقوم على أساس أن خاصية الدافع هو الذي يوجه السلوك ويدفع الفرد للعمل والنشاط والحصول على نتائج جيدة ومرتفعة أي أن الإنسان عندما يكون في موقف اختباري يشعر بالقلق الذي يحفزه على إنجاز مهامه بنجاح أي أنه كلما زاد القلق تحسن التحصيل، لكن إذا وصل إلى مستوى معين غير مرغوب فيه يضعف التحصيل بزيادة القلق.

2-5- نظرية القلق المعوق: «تفسر هذه النظرية قلق الامتحان على أساس أن شعور التلميذ بالقلق يعمل كمعوق لسلوكه حيث أنه قد يثير استجابات مناسبة أو غير مناسبة لموقف الامتحان وقد يؤدي هذا إلى انخفاض مستوى أداء الامتحان، ويستند هذا النموذج إلى وجهه نظر تشايلد CHILD التي تقوم على أن القلق كحافز في موقف العمل قد يثير استجابات لا علاقة لها بالعمل». (سايجي، 2004، ص.73)

ترى هذه النظرية أن شعور التلميذ بالقلق يجعله ينشغل بقلقه أكثر من انشغاله بالإجابة على أسئلة الامتحان وبالتالي الحصول على درجات منخفضة، وهنا القلق يعمل كمعوق للسلوك الذي يقوم به الفرد أثناء الامتحان.

من خلال عرض هذه النظريات يتضح لنا وجود تباين في تفسيرها لظاهرة قلق الامتحان فكل نظرية تركز على جانب معين وتهمل الجوانب الأخرى، فالسلوكية ترى أن قلق الامتحان هو إستراتيجية تكيفية سلبية مع الوضع المثير يظهر في أنماط سلوكية متنوعة أما نظرية تجهيز المعلومات ركزت على العلاقة بين القلق وقصور تجهيز المعلومات، والنظرية المعرفية ركزت على علاقة قلق الامتحان بالعمليات المعرفية كالانتباه، ونظرية القلق الدافع نظرت إلى القلق على أنه دافع ومحفز للأداء الجيد في الامتحان وعلى عكس ذلك اعتبرته نظرية القلق المعوق كمعوق للأداء خاصة في المهمات الصعبة والدقيقة، إن هذه النظريات مكتملة لبعضها البعض في تفسير قلق الامتحان الذي يعتبر تكييف سلبي مع مواقف التقييم يؤدي إلى تشتت الانتباه وعدم التركيز، ويحدث الفشل في أداء المهمة بالإضافة إلى العادات السيئة والتي تؤدي بدورها إلى القصور في تعلم المعلومات وتنظيمها واستدعائها أثناء الامتحان، وقد يكون القلق دافعا إذا كان معتدلا أو متوسطا ويؤدي إلى النشاط والأداء الجيد وإذا كان زائدا يؤدي إلى انخفاض الأداء.

ومن خلال هذه النظريات قمنا بتبني النظرية المعرفية في تفسيرها لقلق الامتحان بأنه معتقدات الفرد وأفكاره الخاطئة نحو الاختبار والدور الحيوي الذي تلعبه في توليد مشاعر القلق نحو الاختبار، كوننا مررنا بنفس تلك الأفكار ونفس المشاعر نحو الاختبارات التي على أساسها فسرت النظرية المعرفية قلق الامتحان.

3- الإجراءات الإرشادية لقلق الامتحان:

«في سبيل الوقاية أو العلاج من قلق الامتحان يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني استخدام الأساليب الإرشادية التالية:

- تطوير قدرة الفرد على الفهم وحل المشكلات:

- إن فهم الذات والآخرين والأشياء يقدم وقاية ممتازة من القلق.
- فهم الذات الجسمية تحمي من القلق حول وظائف الجسم.
- التدريب على اتخاذ القرارات وحل المشكلات والتعامل مع المشكلات، فالتعامل مع التوتر هو نوع من المشكلات.
- التدريب على كيفية طرح البدائل للمشكلة الواحدة، مثال: ماذا تفعل لو أنك لم تتمكن من فهم أسئلة الاختبار؟ كيف تتصرف لو أن صديق طلب منك عدم تقديم الاختبار؟
- التدريب على مواجهة المشاكل أفضل مضاد للقلق، فالمواجهة أفضل من الهروب.

- مساعدة الفرد على الشعور بالأمن والثقة بالذات:

- تقديم الميزات التي تؤدي لخفض مستوى القلق والخوف وذلك بشكل تدريجي.
- تقوية الثقة بالذات تدريجياً من خلال خبرات النجاح». (زهرا، 2000، ص.230)

- «التدريب على الاسترخاء:

- إن القلق والاسترخاء لا يمكن أن يحدثا معا (وهذا ما يسمى بمبدأ البديل المتناظر).
- التدريب على التنفس بعمق وعلى إرخاء العضلات والشعور بالاسترخاء.
- هناك أساليب كثيرة للتدريب على الاسترخاء لكل مجموعة من مجموعات العضلات في الجسم.
- يمكن أن يسبق الاسترخاء بخطوة تطلب فيها من الفرد أن يتخيل موقفاً مثيراً للقلق ويعد ذلك يقوم بالاسترخاء الذي تعمل كمضاد للاستجابة للقلق.
- من المفيد إعداد قائمة بالمواقف المثيرة للقلق المراد تخيلها في أثناء الاسترخاء».

- الحديث الإيجابي مع الذات:

- تشجيع الأفراد على أن يتوقفوا عن استخدام التعليقات السلبية للقلق عندما يتحدثون مع أنفسهم.
- تشجيع استخدام عبارات إيجابية في الحديث مع الذات مثل: (صحيح أنني منزعج ولكن الأمور سوف تسير على ما يرام، لا يوجد إنسان كامل، أن تعمل وتبذل جهداً أسهل من أن تقلق و يمكن استخدامه وحده أو مع الاسترخاء. (رضوان، 2002، ص. 250)

- «تقليل الحساسية التدريجي:

تستند هذه التقنية إلى الفرضية التالية:

- بالإمكان منح استجابة انفعالية غير مرغوب فيها كالخوف أو القلق من خلال إحداث استجابة مضادة لها، فالاستجابات المتناقضة لا يمكن أن تحدث في آن واحد، وهذا ما يطلق عليه بالكف المتبادل، فالفرد لا يستطيع أن يشعر بالخوف أو القلق وهو في حالة استرخاء تام، إذ أن الاسترخاء يكبح هذه الاستجابات الانفعالية وتشمل هذه التقنية على ثلاث مراحل أساسية أو خطوات:

- ✓ إعداد هرم القلق لدى المسترشد.
- ✓ الاسترخاء وتدريب المسترشد عليه.

✓ إقران المثيرات التي تبعث بالقلق لدى المسترشد بالاستجابة البديلة للقلق (أي الاسترخاء) أي أن المسترشد يتخيل المواقف تدريجياً بدءاً بأقلها إثارة والانتهاً بأكثرها إثارة وهو في حالة الاسترخاء.

- تقديم المساعدة في الدراسة:

- مراجعه المقرر والأعمال المنزلية قبل الاختبار بأيام.
- تطوير مهارات الدراسة الفعالة ومهارات الاستعداد للاختبار.
- تقديم أدلة الدراسة تركز انتباه الطلبة على الجوانب المفتاحية.
- تشجيع التعبير على الانفعالات (التفريغ الانفعالي).
- إن تعبير الشخص عن انفعالاته يعمل كمضاد لحالات القلق من خلال اللعب وتمثيل الأدوار والسيكودراما يمكن أن تحدث عمليات تفريغ انفعالي.
- إن زاوية القصص طريقة فعالة للتعبير عن المشاعر.

- تحسين عادات الدراسة السيئة:

- تحميل الطلبة المسؤولية والاعتماد على النفس.
- تدريب الطلبة على التساؤل والبحث والاستكشاف.
- تشجيع الطلبة على الاختبار والتقييم الذاتي المستمرين. (الضامن، 2003، ص ص 228،

(229)

- « التدريب على مهارات الاختبار:

ومن أهم هذه المهارات نذكر ما يلي:

✓ **مهارة المراجعة:** من بين أهم المهارات التي ينبغي أن يكتسبها أي طالب يمر بالاختبار، لأنه من خلالها يسترجع الكثير من المعلومات والبيانات التي مر بها من خلال العام الدراسي، ومهارة المراجعة تحتاج إلى التركيز والمتابعة أول بأول ولكي يستطيع الطالب أن يراجع المراجعة البعيدة لا بد أن يسير وفق خطوات معينة من أهمها ما يلي:

- تدوين أكثر النقاط أهمية في كراسة الملاحظات.
- مراجعة هذه الملاحظات دورياً والتلخيص قدر المستطاع.
- المراجعة حسب الجدول الزمني المحدد.
- تحديد المواد التي تحتاج إلى المجهود ووقت أكبر في المراجعة ثم البدء بدراستها أولاً.

- تجنب أسباب التشتت الذهني أو ضعف الانتباه أو قلة التركيز أثناء المراجعة.
 - استخدام الألوان التأشيرية على النقاط المهمة». (الداهري، 2005، ص.220)
 - ✓ « مهارة الاستعداد للاختبار: الاستعداد للاختبار من الأمور الهامة وإذا كان الطالب متقدم إلى اختبار مهم ويتوقف مستقبل الإنسان عليه فلا بد أن يستعد الطالب استعدادا جيدا للاختبار ويتطلب ما يلي:
 - عدم السهر طويلا لأن السهر يرهق الجسم ويتعبه ويخرج الإنسان عن التركيز في الدراسة.
 - الابتعاد عن شرب المنبهات كالشاي والقهوة لأن مثل هذه المنبهات تأخذ من قدره الطالب وتركيزه واستيعابه.
 - عدم تناول الأقرص المنبهة فهذه أمور غير طبيعية تدفع الطالب إلى السهر ومن تم عدم مقدرة الطالب على المواصلة في الدراسة لأن ما بني على شيء اصطناعي هو صناعي وبالتالي تكون المذاكرة مصطنعة.
 - أخذ قسط وافر من النوم يريح الجسم وكذلك العقل من التفكير وبالتالي يتجدد نشاط الإنسان وتعود إليه حيويته.
 - ✓ مهارة أداء الاختبار: وتشمل مجموعة من الإجراءات التالية:
 - الجلوس في المكان المخصص بهدوء وكتابة البيانات الشخصية وإتباع التعليمات التي تلقى على الطالب من لجنة سير الاختبار.
 - الكتابة بخط واضح وتنظيم كراسة الإجابة والتزام آداب الاختبار.
 - عدم محاولة الغش والمحافظة على الهدوء النفسي التام أثناء أداء الاختبارات.
 - الاختبار يحتاج نوعا من الاجتهاد والحكمة في التعامل مع ورقة الأسئلة من حيث حسن قراءتها وحسن الإجابة. (زهران، 2000، ص.287)
- مما سبق نلاحظ تنوع الأساليب الإرشادية التي يمكن للمرشد التربوي اعتمادها للتكفل بحالات قلق الامتحان، حيث يجب أن تكون المساعدة الإرشادية لهؤلاء المتعلمين شاملة عبر برامج إرشادية توضح عبر جلساتها عدة أساليب منها ما يتعلق بتطوير قدرة الفرد على فهم وحل المشكلات، وكذا تعزيز ثقتهم بأنفسهم من خلال خبرات النجاح وكذا تشجيع المسترشدين على الحديث الايجابي مع الذات ومساعدتهم على التقليل من استجاباتهم الانفعالية السلبية اتجاه مواقف الامتحان من خلال التعريض لمواقف القلق ثم

إحداث استجابات مضادة كالاسترخاء وكذا تقديم المساعدة في الدراسة وتحسين عاداتهم الدراسية من خلال التدريب على مهارات الامتحان.

خلاصه الفصل:

وكخلاصة يمكننا القول أن قلق الامتحان حالة تصادف أي تلميذ ولكن بمستويات مختلفة منها ما يكون بمستوى منخفض، وبالتالي يشكل قلقا ميسرا ومساعدة على أداء الامتحان ومنها ما يكون معسرا فيضع ذلك التلميذ في مشكلة حقيقية لها أبعاد مختلفة، كما نجد لها انعكاسات نفسية معرفية وفسولوجية أو سلوكية، مما يستدعي الحاجة لتلقي الخدمات الإرشادية والمساعدة من طرف المرشد التربوي، التي تتاح أمام هذا الأخير عدة أساليب إرشادية يمكنه الاستعانة بها لمساعدة التلاميذ على خفض مستوى قلق الامتحان وبالتالي أداء جيد، وكذا تدريبهم على أن يكونوا مرشدين لأنفسهم مستقبلا في مثل هذه الحالات.

الفصل الثالث:

التحصيل الدراسي

تمهيد:

يعتبر التحصيل الدراسي من أبرز الأهداف التي تسعى المنظومة التربوية إلى تحقيقها، وذلك بإعداد المتعلم إعداداً متكاملًا في جميع الجوانب المعرفية والنفسية والاجتماعية والخلاقية، ولذلك يعتبر هذا الموضوع من بين المواضيع المهمة في ميدان التربية وعلم النفس، باعتباره محك أساسي يعتمد عليه في تحديث المستوى الفعلي للمتعلم.

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم التحصيل الدراسي حيث تناولنا فيه تعريف التحصيل الدراسي، خصائصه، أنواعه، شروطه والعوامل المؤثرة فيه، وتطرقنا أيضا إلى طرق قياسه تقويمه والنظريات المفسرة لأسباب اختلافه.

1- مفهوم التحصيل الدراسي:

أ- تعريف التحصيل الدراسي:

التحصيل الدراسي من جملة المفاهيم التي لم تستقر على معنى محدد بسبب الاختلاف والتداخل فيما بينها فهناك من يعرفه على أنه: "المعرفة التي يحصل عليها الطفل من خلال برنامج مدرسي قصد تكييفه مع الوسط والعمل المدرسي" (إسماعيلي، 2011، ص.59)

يرى حسن سليمان فورة (1973) التحصيل الدراسي بأن: "إنجاز تحصيلي في مادة دراسية أو مجموعة مواد مقررة بالدرجات، طبقا لامتحانات المحلية التي تجربها المدرسة"

في حين يوضح فؤاد أبو حطب (1973) أن التحصيل الدراسي هو اكتساب المعلومات والمهارات وطرق التفكير وتغيير الاتجاهات والقيم وتعديل أساليب التوافق ويشمل هذا النواتج المرغوبة وغير المرغوبة فيها. (الجيلالي، 2011، ص. 23)

أما مصطفى زيدان فيركز على أنه: "استيعاب التلاميذ للدروس وإجاباتهم في المواد الدراسية ويستدل عليه من خلال درجات الامتحان التي يتحصل عليها التلاميذ". (برو، 2010، ص.209)

ومنه نستخلص أن التحصيل الدراسي هو المعرفة التي اكتسبها التلاميذ من معارف ومهارات واتجاهات وقيم مرغوبة وغير مرغوبة من خلال مروره بخبرات تعليمية متعلقة بالمواد الدراسية المقررة عليه خلال فصل دراسي أو سنة دراسية.

ب- خصائص التحصيل الدراسي:

يكون التحصيل الدراسي غالبا أكاديمي نظري وعلمي يتمحور حول المعارف والميزات التي تجسدها المواد الدراسية المختلفة خاصة التربية المدرسية عامة كالعلوم والرياضيات والجغرافيا والتاريخ ويتصف التحصيل الدراسي بخصائص منها:

- « يمتاز التحصيل الدراسي بأنه محتوى مناهج مادة معينة أو مجموعة مواد لكل واحدة معارف خاصة بها.
- يظهر التحصيل الدراسي عبر إجابات عن الامتحانات الفصلية الدراسية الكتابية والشفهية والأدائية.
- التحصيل الدراسي يعتني بالتحصيل لدى أغلبية التلاميذ العاديين داخل الصف ولا يهتم بالميزات الخاصة.
- التحصيل الدراسي أسلوب جماعي يقوم على توظيف امتحانات وأساليب ومعايير جماعية موحدة في إصدار الأحكام التقويمية». (مزيود، 2009، ص. 184)

ج- مستويات التحصيل الدراسي:

«للتحصيل الدراسي مستويين أساسيين هما التحصيل الدراسي الجيد والتحصيل الدراسي المنخفض.

1- التحصيل الدراسي الجيد: ويقصد به بلوغ العملية مستوى عال من التحصيل، وهو الهدف الرئيسي الذي تسعى المؤسسات التربوية إلى الوصول إليه وتسخر له أكبر قدر ممكن من المداخلات المادية من معينات ووسائل توضيحية تساعد المدرب التربوي على أداء دوره التدريسي في المحيط المدرسي، ويعرف أيضا بلوغ التلميذ مستوى مرتفع من التحصيل الدراسي والذي تسع المدرسة إلى تحقيقه، لأنه يعكس واقع المدرسة ودور المنظومة التربوية في تجسيد العملية التربوية في المحيط الدراسي». (الحامد، 1974، ص. 118)

ومنه نستنتج أن التحصيل الدراسي الجيد هو بلوغ مستوى عالي من التحصيل الدراسي وهو الهدف الذي تسعى المؤسسة التربوية إلى تحقيقه لأنه يعكس واقع المدرسة.

2- التحصيل الدراسي المنخفض: ويعرف هذا النوع من الأداء بالتحصيل الدراسي الضعيف حيث يكون فيه أداء التلميذ أقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه، فنسبة استغلاله واستفادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام.

ويكون ضعف التحصيل الدراسي على شكلين رئيسيين العام والخاص فالتخلف العام هو الذي يظهر عند التلاميذ في كل المواد الدراسية، أما الخاص فهو تحصيل ملحوظ في عدد قليل من المواد الدراسية. (انظر الكتاب الراجعي، 1976)

إذا فالتحصيل الدراسي الضعيف يظهر من خلال تدني الدرجات الدراسية الذي يظهر من خلال التأخر الدراسي ويكون على شكلين العام الخاص.

- «لإشارة فإن التحصيل الدراسي المتوسط يدخل ضمن التحصيل الدراسي الجيد، وبعبارة أخرى التحصيل الذي ينتج عنه نجاح دراسي يمكن التلميذ من الانتقال إلى السنة الموالية مع المتعلمين من ذوي التحصيل الجيد». (منصوري، 2005، ص. 15)

د- شروط التحصيل الدراسي الجيد:

من الشروط التي تساهم في عملية التعلم ما يلي:

1- «النضج: يعرف النضج بأنه عملية تطور ونمو داخلي يتتابع بشكل معين منذ بدء الحياة وذلك باتحاد الخلية الذكرية بالأنثوية ولا دخل للفرد فيها وتشمل هذه العمليات تغيرات فسيولوجية وتشريحية وكذلك تغيرات عقلية وهي ضرورية، ولازمة سابقة لاكتساب أي خبرة أو تعلم معين فالنضج شرط أساسي لكل تعلم فهو يضع الحدود والإطار التكويني النظري، الذي يكون للممارسة أثرها في داخله لكي يحدث التعلم.

2- الممارسة والتكرار: إن تكرار عمل معين يسهل تعديله وتنظيمه عند الشخص المتعلم فتكرار وظيفة معينة عدة مرات يكسيها نوعا من الثبوت والنمو والاستقرار عند الشخص المتعلم فالممارسة تسير بنوعا من الآلية وبالتالي تساعد على أداء الأعمال بطريقة سريعة ودقيقة صحيحة فالتكرار والممارسة عامل من العوامل التي تساعد على التعلم الدقيق.

3- الطريقة الكلية والجزئية: لقد أثبتت التجارب أن الطريقة الكلية أفضل من الجزئية حتى تكون المادة المراد تعليمها سهلة وقصيرة وكلما كان الموضوع المراد تعلمه متسلسلا تسلسلا منطقيا كلما سهل تعلمه بالطريقة الكلية، فالموضوع الذي يكون أسهل في تعلمه بالطريقة الكلية من الموضوعات المكونة من أجزاء لرابطة بينهما، مثل عملية الإدراك تسير على مبدأ الانتقال من إدراك الكليات المبهمة العامة إلى إدراك الجزئيات». (إسماعيلي، يامنة عبد القادر، 2011،

ص.74)

- 4- **الدوافع:** لحصول عملية التحصيل الجيد لأبد من وجود الدوافع التي تحرك الكائن الحي نحو النشاط المؤدي إلى التعليم القوي الذي يؤدي إلى التحصيل المرتفع فكلما كان الدافع نحو الدراسة قويا كلما انعكس ذلك على نتائج المتعلم.
- 5- **النشاط الذاتي:** وهو من أهم طرق المذاكرة الفعالة التي تقوم على نشاط ذاتي بمعنى أنه يجيب الطالب على أسئلة تتصل بموضوع المذاكرة وأن يشرح الدرس لغيره أو يناقشه مع نفسه أو يلخص الدرس بأسلوبه الخاص، وأن إرادة الطالب لها تأثير كبير.
- 6- **فهم المعنى:** يعني فهم معاني الكلمات والعلاقة بينها ودلالاتها عامل مهم لتسيير عملية الحفظ فإذا كانت الكلمات ذات معنى وتم إدراك العلاقات بينها سهل حفظها في وقت أقل مما لو كانت هذه الكلمات التي لا معنى لها.
- 7- **التركيز:** إن القدرة على التركيز أمر ضروري لتصوير الذاكرة وتحسين أدائها ويمكن تعريف هذه القدرة بأنها خاصية الاحتفاظ بانتباهنا مركز على موضوع محدد دون أن تلهينا أفكار أخرى. (انظر الكتاب الحباشة، 2014)
- بما أن التحصيل الدراسي هو نتيجة نهائية لعملية التعلم فإن هذه العملية تدعمها العديد من الشروط التي تساعد على أن يكون التحصيل جيدا كتوفر شرط التكرار وشرط الدافع والنضج وغيرها من الشروط.

هـ - مبادئ التحصيل الدراسي:

من أهم مبادئ التحصيل الدراسي نذكر ما يلي:

1- «الأصالة والتجديد:

إن الروتين يقتل روح الاكتشاف والإبداع ويجب تطبيق ذلك في النشاطات التعليمية فيتم بذلك إخضاع الطالب إلى مسائل ومواقف جديدة ومستمرة بحيث يجد نفسه مضطرا لبدل جهد فكري بتصوير ويثبت بالممارسة فالحداثة والتجديد تخلق روح التحدي والتفكير العلمي والمنطقي المستمر لدى الطالب وتساعد على الزيادة في تحصيله الدراسي.

2- التعزيز:

لقد عرف بين وجهات النظر السلوكية المعاصرة القائمة على التعزيز (التدعيم) حيث نجد "جثري" قد اضطر إلى التعامل مع حقائق التعلم المكافئ (المثاب) الذي له تأثير على مختلف الجوانب العقلية خاصة لدى الطفل، ونجد كذلك العامل "سكينر" يرى أنه قد أصبح للمعززات أكثر شهرة في استخدامها

عند علماء النفس الذين يرون أن التعزيز له تأثير على مختلف الجوانب العقلية خاصة لدى الطفل المحتملة كما نجد أن مختلف مفكري التربية وخاصة التعليم أن التعزيز في التدريس الخاص بالتعليم له تأثير في التحصيل الدراسي». (الطاهر، 1990، ص. 123)

3- المشاركة:

تعمل المشاركة على تنمية الذاكرة والتفكير لدى الطالب وتختلف روح المناقشة بين الطلاب التي تمكنهم من اكتساب أخطئهم وتصحيحها وتنمية رصيدهم العلمي وتحسين تحصيلهم الدراسي في آخر المطاف وبالتالي يكون التلميذ قد اكتسب خبرات ومهارات دراسية جديدة تساعده على التوافق النفسي والمدرسي بدرجة ملائمة له.

4- الدوافع:

من وظائف نتائج الاستجابات الدافعية في طبيعتها لها تأثير في المعلومات التي تم اكتسابها يمكن أن تصبح طرفا باعثا للسلوك في الوقت الحاضر حيث أن لكل طالب دوافع نفسية واجتماعية تدفعه نحو الدراسة أو تمنعه عنها، وهنا يجب الكشف عن هذه الدوافع واستغلالها كمحركات لقدرات الطالب واستغلالها جيدا من طرف مصالح التوجيه وخاصة في التدريس لتحفيز الطالب على التحصيل الإيجابي البناء، لما يمكن أن نجد رؤية أخرى على أن الدافعية تشكل بفعل عوامل خارجية ترجع لعناصر التنشئة الاجتماعية.

5- البيئة:

إن العملية التربوية كغيرها من العمليات الاجتماعية الأخرى، تدور في بيئة طبيعية واجتماعية خاصة بها، وتدور فيها عملية التحصيل العقلي العلمي، فالبيئة بصفة عامة التي يعيشها الطالب في الأسرة والشارع تلعب دورا لا يستهان به في تقوية وإضعاف التحصيل الدراسي وذلك تبعا لنوعية التأثير التي تمارسه عليه. (انظر الكتاب الحامد، 1996)

تقوم عملية التحصيل الدراسي على مجموعة من المبادئ التي تضبط السير الحسن والصحيح لأداء المعلمين والتي يجب مراعاتها من طرف القائمين على العملية التربوية لكونها لها علاقة مباشرة بعملية التحصيل الدراسي للمتعلم وتضفي جدية على الجانب التحصيلي له والمتمثلة في الأصالة والتجديد، التعزيز، المشاركة، الدوافع والبيئة، وغيابها وعدم مراعاتها يؤدي إلى انخفاض في التحصيل الدراسي للمتعلم.

و- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

« هناك عدة عوامل تؤثر على التحصيل الدراسي ومن بينها ما يلي:

1- العوامل العقلية: لقد تعددت العوامل العقلية المؤثرة على التحصيل الدراسي نذكر منها ما يلي:

1-1- الذكاء يعتبر الذكاء من أهم العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي، وذلك أن النشاط العقلي يتأثر بالقدرة العقلية العامة، بحيث هناك العديد من الدراسات حول هذين المتغيرين منها ما ذكره عبد العزيز القوصي حيث قال: " يعتبر الذكاء من أهم العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي فانخفاض المستوى العام للذكاء يؤثر سلبا على التحصيل كما أن التأخر في بعض القدرات الخاصة كالقدرة اللغوية أو القدرة العددية أو القدرة على التذكر أو أي قدرة أخرى من القدرات اللازمة للتعلم يؤدي إلى انخفاض مستوى التحصيل الدراسي للتلميذ" (اسماعيل، 2011، ص.68)

1-2- القدرات الخاصة: « لقد كشفت بعض الدراسات بأن هناك علاقة بين القدرات الخاصة (القدرة اللغوية، القدرة على الاستدلال العام بالإضافة إلى القدرة المكانية) والتحصيل الدراسي. إذ يعتبر أي اضطراب أو خلل في واحد من هذه القدرات خلل في عملية اكتساب المعرفة ومنه إلى ضعف التحصيل الدراسي.

1-3- الذاكرة: إن قدرة الطالب على تذكر المعلومات والصور الذهنية يؤثر في مستوى تحصيله». (اسماعيل، 2011، ص.69)

2- «العوامل الأسرية:

- أ- المستوى العلمي والثقافي للوالدين.
- ب- نوع وطبيعة عمل الوالدين.
- ج- المستوى الاقتصادي للأسرة.
- د- طبيعة العلاقة القائمة بين الوالدين.
- هـ- العلاقة بين الأسرة والمدرسة.

إن هذه العوامل الأسرية لها تأثير مباشر على التحصيل الدراسي للتلميذ بحيث نجد أنه كلما كانت طبيعة العلاقة القائمة بين الوالدين الأب والأم قائمة على الحوار والنقاش والتفاهم أدى ذلك إلى تحسين الجانب النفسي للتلميذ ومنه التفرغ للاجتهاد والدراسة ومن ثم إلى التحصيل الدراسي الجيد». (اسماعيل، 2011، ص.70)

«بحيث أثبتت الدراسات التي أجريت بهدف التعرف على علاقة المستوى الاجتماعي الثقافي والاقتصادي للأسرة بالتحصيل الدراسي والتفوق فيه، أي أن المتفوقين ينتمون إلى مستويات مرتفعة اجتماعيا ثقافيا واقتصاديا، وهذا ما أثبتته دراسة محمد بن صالح عبد الله شيراز (2006) التي تناولت أبرز العوامل الأسرية المؤثرة على مستوى التحصيل الدراسي لطلاب المرحلة الثانوية، وخلصت الدراسة إلى أن تعليم عمل الوالدين له تأثير ايجابي على مستوى التحصيل الدراسي، وأن كبر حجم الأسرة يؤثر تأثيرا سلبيا. أوضحت الدراسة أهمية دور الأم في مقابل دور الأب في عملية الرفع من مستوى التحصيل الدراسي للأبناء، كما توصل إلى أن أسلوب المعاملة الديمقراطية من طرف الآباء لأبنائهم أكثر ايجابية على مستوى التحصيل الدراسي مقابل الأسلوب المتشدد والمتسلط». (عبد الله شيراز، 2006، ص.85)

3- «العوامل المدرسية: تتمثل العوامل المدرسية في كل من المنهاج الدراسي، المعلم الأنشطة الصفية.

3-1- المنهاج الدراسي: من حيث مناسبه لسيكولوجيا التعلم ومستوى المتعلمين وقدرته على إشباع حاجتهم وميولهم.

3-2- كفاءة المعلم المهنية والعلمية: تعتبر من العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي للتلميذ فبمقدار ما يكون المعلم مؤهلا ومنتميا للمهنة يكون عطائه وإنتاجه التربوي، أما الإدارة المدرسية فيقع على عاتقها تنفيذ السياسة التربوية السليمة والعمل بالتعاون مع أفراد الهيئة التدريسية، تحقيق الأهداف التربوية» (اسماعيل، 2011، ص. 68)

«وهناك ثلاثة مكونات للعلاقة بين المعلم والمتعلم:

1- كفاءة المعلم التي تقابل بالاحترام من جانب المتعلمين.

2- دفء المعلم التي تقابل بالعاطفة من جانب المتعلمين.

3- عدالة المعلم والتي تقابل بالتعاون من قبل المتعلمين.

بمعنى كلما كانت العلاقة بين المعلم والمتعلمين على أساس من الاهتمام والتفاهم كلما أدى ذلك إلى مساعدتهم على توظيف قدراتهم وتقوية جهودهم مما يدعم تحصيله الدراسي والعكس» (هنوده، 2013، ص.96)

3-3- «الأنشطة الصفية: يؤدي خلو الجدول المدرسي من الأنشطة الفنية والرياضية أو الأدبية إلى تكوين اتجاه سلبي نحو المدرسة والتعلم، فعدم الجمع بين الأنشطة المدرسية ينتج عنه عدم التوفيق بين ميول واهتمامات بعض الطلاب دون البعض الآخر مما يزيد من حدة الفروق في التحصيل». (اسماعيل، 2011، ص.69)

4- «العوامل الشخصية (النفسية): تلعب العوامل الشخصية تأثيرا بالغا على التحصيل الدراسي تتمثل في:

4-1- التوافق الشخصي والنفسى والاجتماعي: وتوجد علاقة متبادلة بين التحصيل الدراسي وبين التوافق النفسى، فكلما كان توافق التلميذ النفسى سويا كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى تحصيله الدراسى وزيادة حبه للمواد الدراسية وإقباله على تعلمه، كما أن الاضطراب النفسى وسوء التكيف قد يؤدى إلى تبديد طاقات التلميذ مما يجعله أقل قدرة على الانتباه والتركيز لاستيعاب محتويات المنهج الدراسى فقد ينعكس ذلك على التلميذ وينخفض مستوى تحصيله الدراسى.

4-2- الميل نحو الدراسة: حيث تعد من أهم العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسى فكلما زاد ميل الطالب نحو الدراسة زاد تحصيله فيها وكلما قل ميله إليها نقص تحصيله فيها.

4-3- الدافعية: تعرف الدافعية بأنها حالة داخلية تحرك الفرد نحو سلوك ما يشجع القيام به وللدافعية علاقة وطيدة بالتحصيل الدراسى، إذ أن ارتفاع مستوى الدافعية يؤدي إلى النجاح أكبر مما لو كان مستوى الدافعية أقل، افتراض واضح فيما يتعلق بالإنجاز والتعليم يشير إلى وجود ارتباط مرتفع بين ارتفاع مستوى التعليم ومستوى الدافعية، فالنساء والرجال ذوي المستوى الجامعى يرتفعون بشكل دال في توجيهاتهم نحو الإنجاز عن الراشدين الأقل تعليما». (يونسى، 2012، ص. 109)

4-4- «الرضا عن الدراسة: الرضا عن الدراسة أو الرغبة في التعلم يعد عاملا أساسيا في التحصيل الدراسى» (بلحاج، 2008، ص. 76)

4-5- «القلق من الامتحان: حيث يؤثر القلق من الامتحان على التحصيل الدراسى فكلما زادت نسبة قلق الامتحان انخفضت مستويات التحصيل والعكس صحيح في حين نجد بعض التلاميذ عند ازدياد نسبة القلق والتوتر يزيد الدافع على التعلم والتحصيل.

حيث توصل " ايزتك وكوكسون" إلى أن القلق يميل إلى التزايد في أوساط منخفضى التحصيل وهذا ما يدل على وجود ارتباط كبير بين ضعف التحصيل المدرسى والقلق لاسيما في مرحلتى الابتدائية والثانوية، وللتأكيد على علاقة انخفاض المردود التربوى في هاتين المرحلتين دون سواهما بالبعد العصابى يجب تبريره في تغيير نوعية هذه العلاقة فور الانتقال من المرحلتين المذكورتين إلى المراحل العليا من الدراسة». (مولاي، 2004، ص. 340)

مما سبق نلخص أن مستوى التحصيل الدراسي للتلميذ يرتبط ارتباطاً وثيقاً بجملة من العوامل التي تم التطرق إليها بشيء من التفصيل مع إغفال البعض منها لأن الموضوع واسع ولا يمكن الإحاطة به.

2- طرق قياس تحصيل الدراسي:

« تعرف التربية بأنها عملية بناء وتحرر الغرض منها إحداث تغييرات مرغوبة في الأفراد وفي سلوكهم سواء كان معرفياً يرتبط بالمواد الدراسية التي يتعلمونها بالمدرسة أو سلوكاً وجدانياً أو نفسياً حركياً» (أبو علام، محمود شريف، 1983، ص. 184)

وعلى هذا تلجأ المدرسة لقياس مدى حدود هذه التغييرات في جوانب التحصيل الدراسي من خلال الاختبارات التحصيلية، حيث تعد من أكثر أدوات التكوين شيوعاً واستخداماً وسوف نشير بإيجاز إلى تعريف الاختبار التحصيلي:

«عرفه أبو جادو (2005) على أنه إجراء منظم لتحديد ما تعلمه الطلبة في موضوع ما في ضوء الأهداف المحددة، فهو الأداة التي تستخدم في قياس المعرفة والفهم والمهارة في مادة دراسية معينة» (البكري، 2013، ص. 249)

فالاختبارات التحصيلية تحتوي على مجموعة أو عينة ممثلة من الأسئلة تتضمن مفردات سبق دراستها يستخدمها المعلم بطريقة منظمة يطلب من المتعلم الإجابة عنها إما تحريراً أو شفهاياً أو علمياً لتحديد مدى تحصيل الطالب. (انظر الكتاب حمدي، 2004)

1-2- «الاختبارات المقالية»: يسمي هذا النوع من الاختبارات بالاختبارات التقليدية يتلقى فيها الطالب عادة سؤالاً أو مجموعة من الأسئلة من أجل الإجابة عليها، ويكثر استخدام هذه الاختبارات في المرحلة الإلزامية الثانوية والجامعات، وتعتبر هذه الاختبارات الأكثر شيوعاً في العالم العربي حيث يقوم عليها النظام التعليمي والتربوي. ومن بين أنواع هذه الاختبارات نذكر ما يلي:

- **الاختبارات المقالية ذو الإجابة المقيدة:** هذا النوع من الاختبار يفرض على الطالب أن لا يسترسل في الإجابة بل يتحدد له مسبقاً عدد الأسطر المطلوبة، ويحدد النقاط التي يستوجب عليها وذلك عن طريق تقييد الطالب بذكر سبب أو اثنين أو ثلاثة، وهذا النوع من الاختبارات يساعد الطالب على تنظيم أفكاره ومعلوماته بأقصر الطرق وهو يدور حول الموضوع دون أن يتناول صلب الموضوع.

- **الاختبارات ذات الإجابة المفتوحة:** وهذا النوع يأخذ فيه الطالب الحرية في الاسترسال فلا يتقيد بعدد الأسطر أو بكمية الإجابة المطلوبة ويعاب على الاختبارات المقالية أنها تعود التلميذ على

سرد المعلومات فقط لا تحليلها أو تركيبها، فلا تهتم بمظاهر الابتكار وقدرة التلميذ على تطبيق ما تعلمه من حل المشكلات، كما تتأثر الاختبارات المقالية بذاتية المصحح مما يفقدها موضوعيتها، وتعد كذلك صعبة أثناء التصحيح أيضا، قلة شمول أسئلتها للمادة الدراسية جميعا» (كاظم، 2001، ص. 88)

2-2- الاختبارات الشفوية: وفيها يوجه المعلم للمتعلم أسئلة شفوية ويستجيب المتعلم بالطريقة نفسها وهي من أقدم أنواع الاختبارات وتستخدم في تقويم مجالات معينة من التحصيل كالقراءة الجهرية وإلقاء الشعر وتلاوة القرآن الكريم.

2-3- الاختبارات الموضوعية: ويطلق عليها اسم الاختبارات الحديثة مقارنة بالاختبارات المقالية وقد اشتهرت باسم الموضوعية لما تمتاز به من دقة وموثوقية ولعدم تأثر تصحيحها بالعوامل الذاتية للمصحح وهي على أنواع متعددة أشهرها الصواب والخطأ، والاختيار من متعدد، والمقابلة والتكميل.

ومع ما تتميز به الاختبارات الموضوعية من موضوعية وشمول وارتفاع فيها عاملي الصدق والثبات وسهولة في التطبيق والتصحيح إلا أن إعدادها صعب وتقتصر على قياس بعض الأهداف التعليمية المعقدة، كالتركيب، كما أنها تفتح مجالا للغش والتخمين من قبل التلاميذ، ولذلك فإنه ينصح بعدم استخدامها منفردة دون الاختبارات المقالية بل يفضل المزج بين النوعين وهذا يعود طبعاً إلى طبيعة المادة الدراسية. (انظر الكتاب مهدي كاظم، 2001)

2-4- الاختبارات الأدائية: وهي الاختبارات التي تقيس أداء الأفراد بهدف التعرف على بعض الجوانب الفنية في المادة المتعلمة وفي بعض المهارات التي لا يمكن قياسها بالاختبارات الشفهية والكتابية من مقالية وموضوعية، وبذلك فهي لا تعتمد على الأداء اللغوي المعرفي للطالب وإنما تعتمد على ما يقدمه الطالب من أداء علمي في الواقع ولهذا النوع من الاختبارات التحصيلية عدة أغراض متصلة بأغراض التقويم والقياس عامة، من هذه الأغراض نجد:

أ- التشخيص: أي محاولة التعرف على جوانب القوة والضعف لدى الطالب في جانب من جوانب التحصيل وعند الحصول على نتائج ونقاط القوة نقوم بدعمها وجوانب الضعف نقوم بمعالجتها.

ب- التصنيف: أي تصنيف الطلاب إلى شعب مختلفة اعتماداً على قدراتهم العقلية أو ميولهم وذلك بالاعتماد على نتائج الطلاب في الاختبارات التحصيلية ووسائل قياس أخرى.

ج- قياس مستوى التحصيل: وهو ماذا تحقق الأهداف التعليمية لدى المتعلم في مادة دراسية بعينها وفي المواد الدراسية جميعا، وهذا وإن الاختبارات التحصيلية في معظمها إنما تنصب على تحقيق هذا الهدف بقصد الأخذ بنتيجة في تحسين مستوى التعلم وترفيح الطلاب إلى صفوف أعلى وما إلى ذلك. (انظر المجلة عنوان، 2007).

يتم قياس تحصيل عن طريق الاختبارات تسمى اختبار التحصيل وهي تقتبس مما تعلمه التلميذ، فمن الضروري في كثير من المواقف المدرسية أن تجري امتحانات تحصيلية لكي نستطيع تقييم التلميذ ولمعرفة ما إذا كان قد حصل واستوعب كل ما قدم إليه، وقد تعددت أنواع هذه الاختبارات واختلفت حيث يمكن تصنيفها إلى اختبارات مقالية، موضوعية، شفاهية، وأدائية ولها عدة فوائد فهي تعمل على توضيح نواحي القوة والضعف في المناهج التي يعتمد عليها المعلم لإيصال المادة التعليمية، أيضا تساعد المعلمين على توجيههم مساعدتهم لأنها تعمل على تشخيص نواحي القوة والضعف لدى كل تلميذ وتساعد في كشف سلبيات طرق والتدريس وتصحيحها.

3- تقويم التحصيل الدراسي:

يرتبط تقويم المتعلم معرفيا بالتحصيل حيث يهدف إلى إصدار الحكم على مدى تحقق الأهداف التعليمية في المتعلم وتأثير ذلك المستوى في نموه عقليا ومهاريا وانفعاليا وتحديد العقبات التي قد تعرقل أو تعيق هذا النمو ومعرفة أسبابها والعمل على تدليلها.

فالتحصيل يعني اكتساب التلميذ المعارف والمهارات المدرسية بطريقة علمية منظمة ويجب تقويم التحصيل في ضوء الأهداف التعليمية والتي تشمل الجوانب الثلاث: (المعرفي، الوجداني والنفسي الحركي) ذلك أن التحصيل الدراسي يعتبر أكثر ارتباطا واتصالا بالنواتج المرغوبة للتعلم أو الأهداف التربوية.

ولتقويم الجانب التحصيلي للمتعلم فإن الاختبارات وحدها لا تعتبر مؤشرا قاطعا على مستوى تحصيل المتعلم ذلك أن الاختبارات تركز على الجانب النظري بشكل كبير، وعلى القائم بعملية تقويم مستوى تحصيل التلاميذ أن يبني حكمه على المستويات التحصيلية للتلاميذ بناء على ما يعرفه التلاميذ ويفهمونه من المعلومات النظرية وما يؤذونه من مهارات وتطبيقات تتعلق بمادة التحصيل بحيث يتناسب هذا ما أعمار التلاميذ وقدرتهم والأهداف التربوية للمرحلة التعليمية، ويجب مقارنة مستوى التلميذ بنفسه من خلال الاختبارات ومقارنته بمجموعته، كما يمكن مقارنة نتائج التلاميذ في مدرسة ما في فترة ما

بنتائجها في فترة أخرى، ومقارنة نتائج التلاميذ في مدرسته ما بنتائج التلاميذ في نفس أعمارهم وفي نفس المرحلة بمدرسه أخرى. (الحريري، 2008، ص. ص 194، 195)

ومنه فإن عملية التقويم لا تشمل المعلم وحده في تقويم التحصيل الدراسي بل تشمل أيضا المتعلم باعتباره عنصرا فعالا في العملية التعليمية حيث له أهميه كبيرة في تقويم ذاته.

4- النظريات المفسرة لأسباب اختلاف التحصيل الدراسي:

إن الخلفية النظرية التي يمكن الاستفادة منها لتفسير أسباب اختلاف التحصيل الدراسي بين الطلاب يمكن أن تستمد من اتجاهان نظريان ركزا على بيان دور التعلم في المجتمع المعاصر.

4-1- «الاتجاه الوظيفي»: يرى أنصار النظرية الوظيفية أن مؤسسة التعليم هي من أهم المؤسسات الاجتماعية في بناء المجتمع الجديد، عن طريقها يتم نقل القيم الأخلاقية والثقافية للمجتمع ويتم فيها تغيير الأفراد من حب الذات والأنانية إلى تغليب مصلحة المجتمع والعمل من أجله، وهذا ما أكده "دور كايم". تؤكد النظرية الوظيفية أن المجتمع يقوم على مبدأ التوازن وتحكمه العلاقة الوظيفية بين مؤسساته ونظمه، والدرس هي إحدى مؤسسات المجتمع هي أداة وضع المناسب منهم في المكان المناسب ويعتبر "دور كايم" من أوائل من أسهموا في توضيح المنظور الوظيفي لعلاقة التعليم بالمجتمع. وترتكز نظريته في أن المدرسة يجب أن تقوم على الوظيفة ونقل القيم والأخلاق عن طريق عملية التطبيع الاجتماعي.

ويرى أتباع هذه النظرية أن مصدر المساواة في التحصيل الدراسي يعود إلى اختلاف قدرات الطلاب وطموحاتهم لذلك فالأبحاث التي يعتمد عليها أصحاب هذه النظرية تركز على أهمية عامل الذكاء وأهمية تطلعات الطالب ووالديه لتحصيل دراسي متفوق في اختلاف القدرات وكذلك نوعية المدارس وأهميتها في تشكيل تحصيل الطالب دراسيا وترى كذلك أن عائلات الطبقات الغنية يربون أبنائهم على قيم وسميات شخصية تؤدي إلى التفوق، هذه القيم والسمات غير متوفرة عند عائلة الطبقة الفقيرة». (عبد القادر اسماعيلي، 2010، ص. 64)

مما سبق يرى أصحاب النظرية أن مصدر عدم المساواة في التحصيل يعود إلى اختلاف قدرات التلاميذ وطموحاتهم وأهميه التركيز والديه على تحصيلهم المتفوق وإدراجهم في مدارس جيدة من أجل ذلك، ويركز أتباع هذه النظرية أيضا على أهمية عامل الذكاء في الاختلاف في القدرات بين التلاميذ.

4-2- «الاتجاه الصراعى:

تركز نظرية الصراع والتي تمثل النظرية الماركسية الجديدة ونظرية التجديد الثقافي والاتجاهات النظرية الفوضوية عند (اليش وفريدي) على الطبيعة الأسمية في المجتمع ونشر التغيير الاجتماعى، وترى أن صراع القوى والديناميكية الرئيسية هي التي تمثل الحياة الاجتماعية، وذلك لأن المجتمعات تتماسك فيما بينها عن طريق الجماعات ذات النفوذ بضرورة التعاون والالتزام.

وترى هذه النظرية أن النظام الاجتماعى ينقسم إلى قسمين هما:

• قسم مسيطر يتمثل في الجماعات المسيطرة.

• قسم تابع يتمثل في جماعات الخاضعة.

والعلاقة بين الجماعتين علاقة استغلال هذا ما تراه كل من (بارولز وجنتر) في كتابهما "التعليم في أمريكا الرأسمالية حيث رأوا أن دور المدرسة الرأسمالية تكمن في:

1- إعداد القوى العامة لخدمة الرأسمالية.

2- تعليم أفراد المجتمع الانضباط والالتزام المادي بالمعتقدات الرأسمالية.


ومن خلال هذا يتبين أن الاختلاف في التحصيل الدراسي من وجهة نظر الصراعىون الرأسماليون يعكس واقع وصفة المدرسة الأمريكية، حيث ترفض هذه الأخيرة الإنفاق على طلبة الطبقات الفقيرة نتيجة تخلف عقلي أو ثقافي، ويؤكدون على أن عدم المساواة بين الجماعات تؤدي إلى اختلاف نوعية المدارس من حيث تكلفة الطالب ونوعية المدرسين والمناهج». (اسماعيلى، 2010، ص.66)

من خلال ما ذكرناه نستنتج أن هذه النظرية تقوم على أساس أن الإحباط والاكنتاب الذي يعاني منه الفرد يولد دافعا عدوانيا يستثير سلوك الفرد لإيذاء الآخرين وإلحاق الضرر بهم وأن هذا الدافع تتخفف نسبته ومقداره عند إلحاق الضرر بالأشخاص الآخرين فيطلق على هذه العملية بالتنفيس وإخراج جميع المكبوتات الداخلية في ذات الإنسان، فالسلوك التتمري يحدث جراء تصادم الفرد مع مواقف إحباطية وتكون أسباب وقوعه، فهذه المواقف راجعة إلى عجزه عن تحقيق رغباته وإشباع لذاته فيشعر حيال ذلك بالضعف والإحباط، لأن الإحباط ينتج عن المعاقبة الشديدة غير الصحيحة للعدوان سواء مع الأصدقاء أو من هم في المحيط والبيئة الاجتماعية.

خلاصة الفصل

بعد تطرقنا إلى التحصيل الدراسي والعوامل المؤثرة فيه وطرق قياسه وتقويمه والنظريات المفسرة لأسباب اختلافه نستنتج أن التحصيل الدراسي عبارة عن المهارة التي يكتسبها التلميذ نتيجة التدريب خلال المواقف التعليمية المتعددة، وهو ما يعرف عن طريق النتائج الدراسية التي يتحصل عليها التلميذ، ومن الملاحظ أنه يتأثر بعدة عوامل ولا يمكن القول أن هناك عامل واحد مسؤول عن هذه العملية بل توجد عدة عوامل من بينها عوامل خاصة بالتلميذ وعوامل خاصة بالبيئة الأسرية وعوامل خاصة بالمدرسة والتي لها انعكاسات واضحة على شخصية التلميذ وبالتالي على تحصيله الدراسي.

الجانب الميداني



الفصل الرابع
الإجراءات التنفيذية للدراسة

تمهيد:

بعد أن تطرقنا في الجانب النظري إلى المصطلحات الخاصة لهذا البحث وإخضاعها للتظهير إلى الجانب الميداني والذي يعتبر الجزء المتم له، حيث سنتطرق من خلال هذا الفصل إلى أهم الإجراءات التنفيذية للدراسة والتي تضمنت التعرف على حدود الدراسة، مجتمع وعينه للدراسة منهج وأداة الدراسة وأخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة.

1- حدود الدراسة:**أ- الحدود المكانية:**

أجريت هذه الدراسة الميدانية لهذا البحث في المدرسة الثانوية ماطي أحسن الواقعة في بلدية الأمير عبد القادر.

ب- الحدود الزمنية:

ويقصد بها المدة الزمنية المستغرقة في إنجاز الدراسة النظرية والميدانية، فالنسبة للدراسة النظرية فكانت في العالم الدراسي 2022-2023 بداية في شهر فيفري الفصل الثاني (السداسي السادس)، حيث قمنا بإختبار موضوع الدراسة وتسليمه للإدارة حتى تم إعطاء الموافقة النهائية على الموضوع، فشرعنا بجمع المعلومات على المفاهيم الأساسية للدراسة (قلق إمتحان، التحصيل الدراسي، تلاميذ البكالوريا). فكانت المدة المستغرقة قرابة شهرين.

- أما الدراسة الميدانية فقد تمت في شهر ماي إجراءات الدراسة الاستطلاعية كما تم بتاريخ 3 ماي 2023 توزيع الاستمارة على المبحوثين.

2- مجتمع وعينة الدراسة:**أ- مجتمع الدراسة:**

المجتمع هو المجموعة الأكبر الذي يفترض أن نعم نتائج الدراسة عليه، أي ذلك الكل الذي نرغب في دراسته ومعرفة المعلومات التفصيلية عن صفاته وخصائصه (جلال مصطفى الصياد. (1990). مقدمة في طرق المعاينة الإحصائية، مكتبة مصباح للنشر والتوزيع، ط1، السعودية).
يتحدد المجتمع في دراستنا من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمنطقة الأمير عبد القادر ثانوية ماطي أحسن.

ب- عينة الدراسة:

تعرف العينة على أنها ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري إختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا ونستنتج أن العينة تعتبر تمثيل للمجتمع الأصلي أو بمثابة النموذج الذي يجري عليه الباحث مجمل عمله.

أما عينة دراستنا تتكون من تلاميذ البكالوريا في ثانوية ماطي أحسن والبالغ عددها 30 تلميذ وتلميذة.

3- منهج وأداة الدراسة:

أ- منهج الدراسة:

إن البحث عملية منظمة لجمع وتحليل لبيانات والحصول على المعلومات بطرق ثابتة ولها قيمتها، ويمكن الثقة فيها والاعتماد عليها، فالإجراءات المنهجية إذن ليست أنشطة عشوائية، وإنما هي عمليات يتم التخطيط لها بعناية من خلال الإختبار المناسب للأدوات المستخدمة وبنائها وتقنينها، للتمكن من جمع البيانات وتحليلها بأكبر درجة ممكنة من الثقة، والوصول في النهاية إلى حل مشكلة من المشكلات، وبالتالي المساهمة في التراكمية المعرفية.

وبما أن دراستنا هذه تهدف إلى الكشف عن مستويات المتغيرين ثم العلاقة بينهما، وبما أن المنهج الوصفي يسمح بالبحث في أجزاء الظاهرة لقياسها والعلاقة بين متغيراتها فإنه يصبح لزاما علينا استخدام هذا المنهج دون غيره من المناهج.

ب- أداة الدراسة:

هي الوسيلة أو الطريقة أو الأسلوب التي يعتمد عليها الباحث في جمع المعلومات الخاصة بالبحث وتحليلها وهي متنوعة ويحدد استخدامها بناء على احتياجات البحث العلمي وبراعة الباحث وكفاءته في حسن استخدامها (صلاح الدين شروح. (2003). منهجية البحث العلمي، دار العلوم، عنابة، الجزائر، ط1) وقد تم الاعتماد في دراستنا على الاستمارة الاستبيان كأداة لجمع المعلومات والتي تم إختيارها بطريقة بسيطة، وتم توزيعها على طلبة السنة الثالثة ثانوي.

تعريف الإستمارة: تعتبر الإستمارة من أهم الوسائل المستعملة في جمع المعلومات والبيانات المتعلقة بالظاهر المدرسية وهي تعتمد في المنهج الوصفي.

وتعرف على أنها أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخبرية التي تطلب من المفحوص الإجابة عنها بطريقة يحددها الباحث حسب أغراض البحث (جودت غوت عطوي. أساليب البحث العلمي،

مفاهيمه أدواته، طريقه الإحصائية، دار الثقافة، عمان، ط4، 2011، ص99)

الخصائص السكومترية (الصدق النبات)

أ- الصدق:

يقصد بالصدق درجة نجاح الأداة في قياس ما وضعت من أجل قياسه فالأداة توضع لقياس شيء ما لدى مجموعة من الأفراد. (جمال الخطيب. (2006). إعداد الرسالة الجامعية وكتابتها، دار الفكر للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، ص49)

ب- الثبات:

يعتبر الثبات من الصدق في البحث العلمي، وذلك لأن الصدق يتضمن الثبات، حيث يعرف بأنه يشير إلى درجة الإستقرار في الدرجات المتحققة على أداة القياس مع الزمن (البطش، محمد الوليد وأبو زينة، فريد كامل. (2007). مناهج البحث العلمي، تصميم البحث والتحليل الإحصائي. دار المسيرة، عمان).

4- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

نظرا لطبيعة البحث التي تهدف إلى معرفة العلاقة بين قلق الإمتحان والتحصيل الدراسي، ومن أجل تحميل البيانات والمعلومات التي جمعناها تم الإستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية (SPSS) وهو البرنامج الشائع للإستخدام في مجال تحليل البيانات الخاصة بالأحداث والدراسات الإنسانية، وقد تم إستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل الارتباط سبيرمان براون، والمتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، والتباين وذلك لمعرفة درجة إستجابات أفراد عينة الدراسة على محاور الاستبيان والإجابة علي فرضية الدراسة.

خلاصة:

تعرضنا في هذا الفصل لأهم الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية لهذا البحث، حيث تناولنا وصف مجتمع وعينة الدراسة إضافة لعرضنا لعناصر الدراسة الأساسية المتمثلة في المنهج المعتمد عليه في هذا البحث والحدود الزمانية والمكانية للدراسة، كما قمنا بذكر أدوات جمع البيانات التي إستعملناها وجل الأساليب الإحصائية التي استعنا بها لتحليل المعلومات.

الفصل الخامس:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد:

سنتناول في هذا الفصل عرض وتحليل البيانات ومناقشة النتائج حيث سنتطرق إلى تفرغ البيانات وجدولتها وتحليلها، نلها مناقشة النتائج في ضوء فرضيات الدراسة ثم مناقشتها في ضوء الدراسات السابقة وأخيرا التعرض للنتائج العامة للدراسة.

1- عرض ومناقشة نتائج فرضية الأولى: والتي تنص على أن:

مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ البكالوريا مرتفع.

01- الجدول التالي يمثل استجابات أفراد عينة البحث لمحور قلق الامتحان:

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين
01	تشعر بالتوتر قبل الامتحان	2.23	0.62	0.39
02	تراودك أفكار سلبية بأنك سترسب	2.066	0.82	0.68
03	تشعر أنك أقل مستوى من زملائك	1.76	0.81	0.66
04	تشعر بالضيق وعدم الإرتياح عندما تحضر دروس الإمتحان	2.066	0.82	0.68
05	ترتجش أطرافك أثناء إجابتك على الأسئلة الخاصة بالامتحان	1.66	0.84	0.71
06	تشعر بأنك فاقدة القدرة على التفكير عندما توزع أوراق الإمتحان	2.03	0.80	0.65
07	تفكر كثيرا قبل دخولك قاعة الامتحان	2.23	0.77	0.59
08	تجد صعوبة في التركيز عند قراءة أسئلة الامتحان	1.76	0.72	0.53
09	تشعر بفقدان الشهية كلما اقترب موعد الامتحان	1.86	0.93	0.87
10	يتعرق جسمك أثناء أدائك الإمتحان	1.23	0.56	0.32
11	ينتابك المرض كلما اقترب موعد الامتحان	1.60	0.81	0.66
12	تنتظر انتهاء فترة الامتحان بفرغ الصبر	2.66	0.71	0.50

13	تخشي الوقوع في الخطأ أثناء الامتحان	2.70	0.59	0.35
14	قدرتك على التذكر في المادة الممتحنة فيها ضعيفة	1.90	0.60	0.36
15	تتسرع في الإجابة عن أسئلة الامتحان كثيرا	2.33	0.66	0.43
16	تشعر بالخمول وقلّة الحركة قبل الامتحان	1.86	0.86	0.74
17	تؤجل مذاكرتك إلى ليلة الامتحان	1.96	0.88	0.79
18	تردد دقات قلبك عندما يقترب موعد الامتحان	1.93	0.94	0.89
19	تجد صعوبة في التركيز على المواضيع التي تريد مراجعتها للامتحان	2.13	0.73	0.53
20	ترتبك عندما يعلن الملاحظ عن الوقت المتبقي للامتحان	2.16	0.87	0.76
21	الدرجة الكلية	1.34	0.21	1.38

المصدر إعداد الطلبة بناء علي معطيات برنامج spss

نلاحظ من خلال الجدول 1 أن أفراد عينة البحث قبل الدخول للامتحان يتولد لديهم بدرجة متوسطة الشعور بالتوتر، حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.23)، الانحراف المعياري (0.62)، والتباين (0.39)، في حين تراوهم أفكار سلبية بأنهم سيرسيون بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.06)، الانحراف المعياري (0.82)، والتباين (0.68)، وينتابهم بنسبة متوسطة شعور بأنهم أقل مستوى من زملائهم حيث بلغ المتوسط الحسابي (1.76)، الانحراف المعياري (0.81) والتباين (0.66)، في حين لم يتعدى شعورهم بالضيق وعدم الإرتياح عند تحضيرهم لدروس الامتحان عتبة المتوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.06)، الانحراف المعياري (0.82)، والتباين (0.68)، بينما ترتعش أطرافهم بدرجة متوسطة أثناء الإجابة على الأسئلة الخاصة بالإمتحان حيث بلغ المتوسط الحسابي (1.66)، الانحراف المعياري (0.84)، والتباين (0.71) في حين يشعرون بأنهم فاقدي القدرة على التفكير عندما توزع أوراق الإمتحان بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.06)، الانحراف المعياري (0.80)

والتباين (0.71)، كما أوضح أفراد العينة أنهم يفكرون كثيرا قبل الدخول قاعة الامتحان بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.23)، الانحراف المعياري (0.77)، والتباين (0.53) وقد تبين أنهم يجدون صعوبة في التركيز عند قراءة أسئلة الامتحان بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي (1.76) الانحراف المعياري (0.72) والتباين (0.53)، كما أنهم يشعرون بدرجة متوسطة بفقدان الشهية كلما اقترب موعد الامتحان، بحيث بلغ المتوسط الحسابي (1.86) والانحراف المعياري (0.93) والتباين (0.87) في حين كانت الدرجة ضعيفة فيما يخص تعرق أجسامهم أثناء أداء الإمتحان حيث بلغ متوسط الحسابي (1.23) والانحراف المعياري (0.56) والتباين (0.32)، في حين ينتابهم المرض كلما اقترب موعد الامتحان بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي (1.60)، الانحراف المعياري (0.81) والتباين (0.66)، وينتظرون انتهاء فترة الامتحان بفارغ الصبر بدرجة عالية حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.66)، الانحراف المعياري (0.71) والتباين (0.50)، ولوحظ بدرجة مرتفعة أنهم يخشون الوقوع في الخطأ أثناء الامتحان حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.70) الانحراف المعياري (0.59) والتباين (0.35)، أما قدرتهم على التذكر في المادة الممتحنة فيها كانت بدرجة متوسطة، حيث قدر المتوسط الحسابي (1.90) الانحراف المعياري (0.60) والتباين (0.36)، ونجد أنهم يتسرعون بدرجة مرتفعة في الإجابة عن أسئلة الإمتحان في كثير من الأحيان، والتي قدر فيها المتوسط الحسابي (2.33)، الانحراف المعياري (0.66) والتباين (0.43)، وبين الجدول أيضا أنهم يشعرون بالخمول وقلة الحركة قبل الامتحان بدرجة متوسطة، فبلغ المتوسط الحسابي فيها (1.86)، الانحراف المعياري (0.86) والتباين (0.74)، ويؤجلون مذاكرتهم إلى ليلة الامتحان بدرجة متوسطة أيضا وبلغ فيها المتوسط الحسابي (1.96)، الانحراف المعياري (0.88) والتباين بلغ (0.79)، وعند اقتراب موعد الإمتحان تزايد قلقهم بدرجة متوسطة، حيث قدر المتوسط الحسابي (1.93)، الانحراف المعياري (0.94) والتباين بلغ (0.89)، ويجدون صعوبة في التركيز على المواضيع التي يريدون مراجعتها للامتحان بدرجة متوسطة، حيث كان المتوسط الحسابي فيها (2.13)، الانحراف المعياري (0.73) والتباين (0.53)، كما لاحظنا أيضا أنهم يرتبكون بدرجة متوسطة عندما يعلن الملاحظ عن الوقت المتبقي للامتحان فبلغ فيها المتوسط الحسابي (2.16) والانحراف المعياري (0.87) والتباين بلغ (0.76).

ومن خلال هذا تبين أن مستوى قلق الامتحان السائد كان بدرجة متوسطة وقد توافق هذا مع دراسة العجمي (2005)، الذي بينت أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين قلق الإمتحان والتحصيل الدراسي وبالتالي تحققت هذه الفرضية بدرجة متوسط.

2- عرض ومناقشة نتائج فرضية الثانية: والتي تنص على أن:

مستوي التحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا منخفض.

02- الجدول التالي يمثل مستوى التحصيل الدراسي لأفراد العينة:

المعدل	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التباين
6.53	30	10.86	2.55	6.53

المصدر: إعداد الطلبة بناء على معطيات برنامج spss

بناء على المنطلقات النظرية لهذه الدراسة التي من خلالها اعتمدنا على المعدلات المتحصل

عليها في الفصل الأول والثاني لتحصيل التلميذ ومع علمنا بوجود مصادر أخرى لها علاقة بالتحصيل إلا

أننا فضلنا الطريقة الرسمية وهي المعدل وذلك بمجموع معدلات تلاميذ أفراد العينة المستطلع رأيهم بمعدل

قدره 10.86 إذن فهو مستوي مقبول.

3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة: والتي تنص على أنه:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا.

03- الجدول التالي يمثل العلاقة بين قلق الإمتحان والتحصيل الدراسي.

المعدل	القلق	المعدل	القلق
1	-1.44	1	-1.44
30	0.44	30	0.44
-1.44	1	-1.44	1
0.44	30	0.44	30

هناك علاقة عكسية سالبة حيث أنه كلما ارتفع قلق الامتحان انخفض التحصيل الدراسي أي أنه كلما

كان تخوفهم أكثر من الفشل والرسوب كلما أثر ذلك في تحصيلهم الدراسي سلبا. ويعني أن هناك علاقة

عكسية سالبة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي.

4- نتائج الدراسة:

توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

أولاً: مستوى قلق الامتحان بين تلاميذ البكالوريا متوسط.

ثانياً: مستوى التحصيل بين تلاميذ البكالوريا متوسط.

إذن هناك علاقة عكسية سالبة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي.

توصيات واقتراحات

في ضوء هذه النتائج نوصي:

- 1- إعداد برامج إرشادية للوالدين للمساعدة في تقليص قلق الامتحان لدى أبنائهم في مختلف المراحل التعليمية.
- 2- الاهتمام بتدريس مهارات الامتحان في المناهج الدراسية والعمل على تطبيق التلاميذ لهذه المهارات في دراستهم وفي أدائهم للامتحانات.
- 3- إجراء دراسات تستهدف إعداد برامج تربوية نفسية شأنها أن تسهم في حد من قلق لدى التلاميذ بالمراحل الدراسية المختلفة نظراً لما لها لهذا المتغير من تأثير سلبي على التحصيل الدراسي والتي أشارت إليه أغلب الدراسات.
- 4- ضرورة الاهتمام بنوعية الامتحانات من حيث المستويات المعرفية بحيث يتم التركيز على جميع المستويات العقلية بشكل متكافئ يضمن شمولية عملية القياس والتقييم.
- 5- السعي لعمل ندوات توعية الأسرة والأساتذة لتخفيف الضغوط والرغبة من الامتحان.
- 6- أن تولي المدارس الطلبة ذوي التحصيل المنخفض اهتماماً خاصاً من خلال توفير البرامج التعليمية المناسبة كحصص التقوية لخفض مستوى القلق لديهم، وتزويدهم بالمعارف والمعلومات الضرورية للنجاح.

الخاتمة

يعتبر قلق الامتحان من العوامل المؤثرة على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي سلبا وإيجابا، والذي يشكل ملتقى اهتمام جميع القائمين على العملية التربوية من تلاميذ وأساتذة ومرشدين باعتباره حالة نفسية تعترى التلميذ قبل وأثناء وبعد اجتياز الامتحان حيث تجعل التحصيل الدراسي مرتفعا أو متدنيا.

ومن خلال الدراسة التي قمنا بها حول قلق الإمتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي حيث أثبتت نتائج دراستنا وجود علاقة إرتباطية عكسية سالبة بين المتغيرين، كذلك توصلنا إلى وجود مستوى قلق الامتحان والتحصيل الدراسي متوسط لأفراد عينة البحث.

إن دراسة قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي في الطور النهائي (الثانوي) هي دراسة واسعة النطاق، لدى 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 على استثمار قدراتهم وطاقاتهم نحو الطموح إلى المثابرة والنجاح، ومساعدة الأساتذة على التغلب على المشكلات التي تعيق تحقيق الأهداف ويسر العملية التعليمية.

قائمة المراجع

1- الكتب:

1. أبو علاء، رجاء محمود، ومحمود شريف، نادية. (1983). الفروق الفردية وتطبيقاتها التربوية (ط.1). دار القلم.
2. إسماعيلي، يامنة عبد القادر. (2011). أنماط التفكير ومستويات التحصيل الدراسي التحصيل الدراسي (ط.1). دار اليازوري.
3. البطش، محمد الوليد، وأبو زينة، فريد كمال. (2007). في مناهج البحث العلمي وتصميم البحث والتحليل الإحصائي (ط.1). دار المسيرة.
4. البكري، أمل. (2013). دراسات حديثة في علم النفس المدرسي (ط.1). دار المعتز.
5. الجيلالي، لمعان مصطفى. (2011). التحصيل الدراسي (ط.1). دار المسيرة.
6. الحامد، محمد بن معجب. (1996). التحصيل الدراسي (ط.1). دار الصوتية.
7. حمدي، شاكر محمود. (2004). التقويم التربوي للمعلمين والمعلمات (ط.1). دار الأندلس.
8. الحريري، رافدة. (2008). التقويم التربوي (د.ط). دار المناهج.
9. الحباشة، ميسر خليل. (2014). التغذية الراجعة وأثرها في التحصيل الدراسي (ط.1). دار جليس الزمان.
10. الخطيب، جمال. (2006). إعداد الرسالة الجامعية وكتابتها (ط.1). دار الفكر.
11. الداھري، صالح حسن. (2005). مبادئ الصحة النفسية (د.ط). دار وائل الطيب.
12. الرفاعي، نعيم. (1976). الصحة النفسية (ط.5). دار العلمية.
13. رضوان، سامر جميل. (2002). الصحة النفسية (ط.1). دار الميسرة.
14. زهران، محمد حامد. (2000). الإرشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات الدراسية (ط.1). عالم الكتب.
15. شروخ، صلاح الدين. (2003). منهجية البحث العلمي (ط.1). دار العلوم.
16. شرادي، نادية. (2006). التكيف المدرسي للطفل المراهق على ضوء التنظيم العقلي (د.ط). ديوان المطبوعات الجامعية.
17. الصياد، جلال مصطفى. (1990). مقدمة في طرق المعاينة الإحصائية (ط.1). مكتبة مصباح.
18. الضامن، منذر عبد الحميد. (2003). علم نفس الطفولة والمراهقة (د.ط). مكتبة الفلاح.

19. عطوي، جودت عزت. (2011). أساليب البحث العلمي: مفاهيمه وأدواته وطرقه الإحصائية (ط.4). دار الثقافة.
20. العبيدي، محمد جاسم. (2013). علم النفس الإكلينيكي (ط.3). دار الثقافة.
21. الغامدي ضيف الله، حامد بن أحمد. (2013). فاعلية العلاج المعرفي والسلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق (ط.1). دار وفاء.
22. كاظم، علي مهدي. (2001). القياس والتقويم في التربية والتعليم (د.ط). دار الكندي.
23. مولاي، بودخيلي محمد. (2004). نطق التحفيز المختلفة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي (د.ط). ديوان المطبوعات الجامعية.
24. منصورى، مصطفى. (2005). التأخر الدراسي وطرق علاجه (ط.2). دار الغرب.

2- الرسائل:

1. أبو عزت، نائل إبراهيم. (2008). فاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة غزة.
2. أبو فدة، حنان أحمد عبد الله. (2011). العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة عمان العربية.
3. بلحاج، صديق. (2007). أثر مفهوم الذات العام والأكاديمي على التحصيل الدراسي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الجزائر.
4. برو، محمد. (2010). أثر التوجيه المدرسي على التحصيل الدراسي في مرحلة الثانوية [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة مصر.
5. جبريل، كريم أحمد محمد. (2005). دراسة لمستوى قلق الاختبار لدى طلبة وطالبات الثانوي التخصصية بمصر [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة عين الشمس.
6. سايحي، سليمة. (2004). فعالية برنامج إرشادي لخفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة ورقلة.
7. المرزوقي، صالح. (1994). قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي والجنس والعمر لدى طلبة البكالوريا بمدارس الثانوية [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الأردنية.
8. مزبود، أحمد. (2009). أثر التعليم التحضيري على التحصيل الدراسي في مادة الرياضيات [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة بوزريعة.

9. هنودي، علي. (2013). التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى بعض تلاميذ التعليم الثانوي الأقسام النهائية[رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة محمد خيضر.
10. يونس، تونسية. (2012). تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين[رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة مولود معمري.

3- المجلات:

1. الشايب، محمد الساسي، وفريبي، عبد الناصر. (2013). التوجيه المدرسي وعلاقته بقلق الامتحان لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. مجلة العلوم الإنسانية الاجتماعية، 51(11)، 53-56.
2. داودي، نعيمة. (2017). قلق الامتحانات المدرسية. مجلة دراسات نفسية وتربوية، 12(15)، 97-98.
3. عبد الله شراز، محمد. (2006). أبرز العوامل الأسرية المؤثرة على التحصيل الدراسي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 18(02)، 85.
4. عنوان، يحيى. (2007). التقويم والقياس التربوي ودوره في إنجاح العملية التعليمية. مجلة العلوم الإنسانية، 8(11)، 55.
5. قدي، خليفة. (2015). ظاهرة قلق الامتحان بالمرحلة الثانوية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 5(18)، 222.
6. لموشي، حياة. (2016). قلق الامتحان وعلاقته بالثقة بالنفس لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا. مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية، 77(14)، 102.
7. مجادي، حسبية. (2019). قلق الامتحان (المعرفي والإنفعالي) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ في شهادة البكالوريا. مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 8(3)، 98.

4- المواقع الإلكترونية:

1. عصفور عصفور (1994)، نماذج من الاختبارات والمقاييس تعيين دراسي.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد الصديق بن يحيى-جيجل

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علوم التربية والأرطوفونيا



استمارة بعنوان:

قلق الإمتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا

-دراسة ميدانية بثانوية ماضي أحسن - الأمير عبد القادر. جيجل-

استمارة استبيان مكملة لنيل شهادة الليسانس في العلوم الاجتماعية

تخصص: علم النفس التربوي

ملاحظة: يسرنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة البحثية التي تدخل في إطار التحضير لنيل شهادة الليسانس في علم النفس التربوي، لذا نرجو تعاونكم معنا، وذلك بالإجابة على الأسئلة المطروحة بكل مصداقية حتى يتسنى الوصول إلى نتائج دقيقة.

الرجاء وضع العلامة (X) في خانة الإجابة المختارة، كما نحيطكم علما بأن جميع المعلومات التي ستدلون بها في هذه الاستمارة ستبقى سرية ولن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

إشراف الأستاذ:

أد - صيفور سليم

إعداد الطالبات:

- بوكريش ملاك

- سعديو أمينة

- بوع لويزة

- بوعبد اللبوة إلهام

- السنة الدراسية: 2022-2023م

البيانات الشخصية

الجنس: ذكر أنثى

العمر:

مستوى تحصيل الفصلين: الفصل الأول الفصل الثاني

عزيز (تي) التلميذ (ة) أثناء فترة الامتحان هل؟

لا	أحيانا	نعم	العبارات
			1- تشعر بالتوتر قبل الامتحان
			2- تراودك أفكار سلبية بأنك سترسب
			3- تشعر أنك أقل مستوى من زملائك
			4- تشعر بالضيق وعدم الارتياح عندما تحضر دروس الامتحان
			5- ترتعش أطرافك أثناء إجابتك على الأسئلة الخاصة بالامتحان
			6- تشعر بأنك فاقد القدرة على التفكير عندما توزع أوراق الامتحان
			7- تفكر كثيرا قبل دخولك قاعة الامتحان
			8- تجد صعوبة في التركيز عند قراءة أسئلة الامتحان
			9- تشعر بفقدان الشهية كلما اقترب موعد الامتحان
			10- يتعرق جسمك أثناء أدائك الامتحان
			11- يمتدح المرض كلما اقترب موعد الامتحان
			12- تنتظر انتهاء فترة الامتحان بفاغ الصبر
			13- تخشى الوقوع في الخطأ أثناء الامتحان
			14- قدرتك على التذكر في المادة الممتحنة فيها ضعيفة
			15- تتسرع في الإجابة عن أسئلة الامتحان في كثير من الأحيان
			16- تشعر بالخمول وقلة الحركة قبل الامتحان
			17- تؤجل مذاكرتك إلى ليلة الامتحان
			18- تزداد دقات قلبك عندما يقترب موعد الامتحان
			19- تجد صعوبة في التركيز على المواضيع التي تريد مراجعتها للامتحان
			20- ترتبك عندما يعلن الملاحظ عن الوقت المتبقي للامتحان

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا، حيث أجريت هذه الدراسة بثانوية ماطي أحسن بالأمير عبد القادر-جيجل-، وقد تم طرح إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا؟ وللإجابة على هذا التساؤل تم وضع الفرضيات التالية:
- مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ البكالوريا مرتفع.
- مستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا منخفض.

قسمت الدراسة إلى جانبين، الجانب النظري والجانب التطبيقي حيث:

تضمن الجانب النظري ثلاث فصول حيث، جاء الفصل الأول كإطار نظري للدراسة والمعنون بإشكالية وموضوع الدراسة والفصل الثاني الذي تم التطرق فيه إلى قلق الامتحان، أما الفصل الثالث فقد تناول التحصيل الدراسي.

وتضمن الجانب الميداني فصلين، الفصل الأول كان حول الإجراءات التنفيذية للدراسة أين تناولنا مختلف الإجراءات المنهجية المستعملة، إذ تم استخدام المنهج الوصفي، التحليلي أما فيما يخص أدوات جمع البيانات استخدمنا الاستمارة (الاستبيان)، ولمعالجة وتحليل البيانات تم الاعتماد على البرنامج الإحصائي SPSS النسخة 22.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى قلق الامتحان متوسط لدى تلاميذ البكالوريا.
 - مستوى التحصيل الدراسي متوسط لدى تلاميذ البكالوريا.
- وبالتالي: توجد علاقة عكسية سالبة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي بين تلاميذ البكالوريا. الكلمات المفتاحية: قلق الامتحان، التحصيل الدراسي، تلاميذ البكالوريا .

Abstra:

This study to identify the relationship between exam anxiety and academic achievement among baccalaureate students .At the high school of MATTi AHCEN in the municipality of AMIR ABD AL KADER -JIJEL. The problem of the study was raised in the following main question:

- **Is there a statistically significant relationship between exam anxiety and academic achievement among baccalaureate students?**

To answer this question the folowing hypotheses were put for word:

- The level of exam anxiety among baccalaureate students is high.
- The level of academic achievement for baccalaureate students is low.

The study was divided into two sides ,the theoretical side and the applied side, where:

the theoretical side included three chapters .the first chapter came as a theoretical frame work for the study and subject of the study, and the second chapter dealt with exam anxiety, while the third chapter dealt with academic achievement.

The field side included two chapters , the first chapter was about the operational procedures of the study ,where we dealt with the various methodological procedures used,as the descriptive approach was used ,as for data collection tools we used the form (questionnaire), to process and analyse the data , the statistical software SPSS version 22 was relied upon.

Key words: exam anxiety , academic achievement, baccalaureate students.