

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد الصديق بن يحيى-جيجل-
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم: علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا



عنوان المذكرة

دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في معالجة قلق الامتحان
لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي
- دراسة ميدانية بثانويات ولاية جيجل -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية

تخصص: توجيه وإرشاد تربوي

إشراف الأستاذ:

محمد قرفي

إعداد الطالبة:

حورية قـدور

السنة الجامعية: 2017-2018م

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
2-3	مقدمة
6-4	محتويات البحث
7	فهرس الجداول
الجانب النظري	
الفصل الأول: إشكالية البحث ولواحقها المنهجية	
10 -9	إشكالية البحث
11	فرضيات البحث
12	أهداف البحث
13	أهمية البحث
17 -14	مصطلحات البحث
18	حدود البحث
19	دواعي إختيار البحث
21-20	مراجع الفصل الأول
الفصل الثاني: الدراسات السابقة المتصلة بالبحث	
24- 23	الدراسات المتصلة بمستشار التوجيه
28-25	الدراسات المتصلة بقلق الامتحان
31-29	مدى الاستفادة من الدراسات السابقة
32	مراجع الفصل الثاني
الفصل الثالث: مستشار التوجيه المدرسي والمهني	
35-34	أهداف التوجيه المدرسي
38-36	أسس التوجيه المدرسي
39	العوامل المساعدة على نجاح التوجيه المدرسي
41-40	الحاجة إلى التوجيه المدرسي
42	خصائص مستشار التوجيه المدرسي والمهني

فهرس المحتويات

44-43	مهام مستشار التوجيه المدرسي والمهني
47-45	المعايير الأخلاقية لدى مستشار التوجيه المدرسي والمهني
50-48	الوسائل التي يعتمد عليها مستشار التوجيه المدرسي والمهني
52-51	علاقات مستشار التوجيه المدرسي والمهني مع أطراف العملية التعليمية
54-53	الصعوبات التي تواجه عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني
57-55	مراجع الفصل الثالث
الفصل الرابع: قلق الامتحان	
59	أعراض القلق
60	أنواع القلق
61	مستويات القلق
62	أسباب القلق
63	أنواع قلق الامتحان
64	مكونات قلق الامتحان
65	أسباب قلق الامتحان
66	مظاهر قلق الامتحان
70-67	الأساليب الإرشادية للتخفيف من قلق الامتحان
72-71	طرق قياس قلق الامتحان
74-73	نظريات قلق الامتحان
76-75	مراجع الفصل الرابع
الجانب الميداني	
الفصل الخامس: الدراسة الميدانية	
79-78	عينة البحث
80	منهج البحث
83-81	أداة البحث
83	الأساليب الإحصائية

فهرس المحتويات

84	نتائج البحث
88-84	عرض نتائج البحث
91-89	مناقشة نتائج البحث
92	توصيات ومقترحات
93	مراجع الفصل الخامس
94	خاتمة
99-95	قائمة المراجع
104-100	ملاحق البحث

فهرس الجداول

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
78	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	01
79	توزيع أفراد العينة حسب الخبرة المهنية	02
79	توزيع أفراد العينة حسب التخصص الجامعي	03
84-85	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة استجابات أفراد عينة البحث عن المحور الأول	04
86-87	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة استجابات أفراد عينة البحث عن المحور الثاني	05

* * *

مقدمة

مقدمة

تعتبر المدرسة المؤسسة الثانية بعد الأسرة من حيث التأثير في تربية وإعداد الأجيال، فهي دورا في تكوين الأفراد وإعطائهم النموذج الصحيح للشخصية، وهذا الأخير الذي يبعدهم عن القلق والتوتر، وخاصة ظاهرة قلق الامتحان التي أصبحت تمس التلاميذ بوجه عام، وتلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي على وجه الخصوص.

وتزيد الحاجة إلى التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني خاصة لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي الذين يمرون بفترة المراهقة وهي أصعب فترة في حياة الناشئين، حيث يتطلب الأمر الاهتمام بهم ورعايتهم، ومن بين المساهمين في العملية التربوية نجد مستشار التوجيه المدرسي والمهني الذي يتجلى دوره في منح الدافعية للتلاميذ بشتى الطرق من أجل تحقيق النجاح، ومن هذا المنطلق تلقي الباحثة الضوء على دور مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من خلال وجهات نظر مستشاري التوجيه والإرشاد، وضمن هذا المسعى انقسم هذا البحث إلى جانبين، الجانب النظري والذي يأتي بعد المقدمة، حيث يضم هذا الجانب أربعة فصول، تضمن الفصل الأول إشكالية البحث، وفرضيات البحث، وأهداف البحث وأهمية البحث، ومصطلحات البحث، وحدود البحث، ودواعي اختيار البحث، وتناول الفصل الثاني الدراسات السابقة المتصلة بالبحث، وكان الفصل الثالث مكرسا لمستشار التوجيه المدرسي والمهني، حيث تناولت فيه أهداف التوجيه المدرسي، وأسس التوجيه المدرسي، والعوامل المساعدة على نجاح التوجيه المدرسي، والحاجة إلى التوجيه المدرسي، والخصائص والمهام الموكلة إلى مستشار التوجيه المدرسي والمهني، والمعايير الأخلاقية لدى مستشار التوجيه المدرسي والمهني، والوسائل الذي يعتمد عليها مستشار التوجيه المدرسي والمهني، وعلاقات مستشار التوجيه مع أطراف العملية التربوية، وأخيرا الصعوبات التي تواجه عمل المستشار وكان الفصل الرابع

مخصصا لقلق الامتحان وقد اشتمل على أعراض القلق، وأنواع القلق، ومستويات القلق، وأسباب القلق، وأنواع قلق الامتحان، ومكونات قلق الامتحان، أسباب قلق الامتحان، ومظاهر قلق الامتحان، والأساليب الإرشادية للتخفيف من قلق الامتحان، وطرق قياس قلق الامتحان، وأخيرا نظريات قلق الامتحان.

وأما الجانب الميداني فقد تضمن فصلا واحدا بعنوان الدراسة الميدانية حيث احتوى على عينة البحث، وأداة البحث في ضوء الفرضيات المصاغة، ومنه البحث ونتائج البحث.

وفي ضوء معطيات البحث النظرية والميدانية قامت الباحثة بتقديم بعض التوصيات والمقترحات الملائمة في هذا المجال، وانتهى البحث بالخاتمة وقائمة المراجع وملاحق البحث، وأمل الباحثة أن يستفيد غيرها من بحثي الذي بدلت ما في وسعها من أجل إخراجه في أبهى صورة.

والله ولي التوفيق

الفصل الأول

إشكالية البحث ولواحقها المنهجية

إشكالية البحث

فرضيات البحث

أهداف البحث

أهمية البحث

مصطلحات البحث

حدود البحث

دواعي اختيار البحث

مراجع الفصل الأول

إشكالية البحث

يمر العالم بتغيرات أساسية وتحولات جوهرية في شتى ميادين الحياة، حيث يتزايد أثر هذه التغيرات والتحولات بشكل واضح في جوانب مختلفة من الحياة اليومية لأفراد المجتمع، وتعتبر التربية الجانب الأكثر عرضة للتغيير والتحويل لما لها من أهمية قصوى في تنمية المجتمعات وتقدمها، كما يمكن اعتبار التربية أداة فاعلة في تشكيل شخصية الفرد داخل الجماعة التي ينتمي إليها، وهي في نفس الوقت الوحيدة التي تقوم بتزويد المجتمع بالكفاءات البشرية التي تمكنه من الرقي والتقدم والازدهار ويتم ذلك من خلال عنصر مهم ألا وهو التعليم، الذي يعتبر قادرا دون غيره على إحداث تغيرات جذرية حيث نجده يتجاوز محو أمية الأفراد في الأوساط الاجتماعية المختلفة إلى مساعدتهم على تلقي العلم والمعرفة من أجل تحقيق أهداف التغيير التي يريد المجتمع الوصول إليها، ويتم ذلك بالاهتمام بالتلاميذ في جميع الأطوار التعليمية، وفي هذا السياق شهدت المدرسة تحولات جذرية مختلفة في نظامها التعليمي وجعلت التلاميذ في المراحل التعليمية المختلفة غالبا ما يجدون أنفسهم أمام مواقف صعبة يحتاجون فيها إلى العون والمساعدة من ذوي الخبرة والاختصاص في هذا المضمار.

ومن بين التلاميذ الذين هم في حاجة ماسة إلى الإرشاد والتوجيه هم تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، حيث تعتبر امتحانات البكالوريا مصدر قلق وإزعاج بالنسبة إليهم، وقلق الامتحان هو قلق موضوعي، وهو مشكلة نفسية انفعالية يمر بها التلاميذ أيام الامتحانات، وهذه المشكلة تزداد حدة وتعقيدا في أوساط التلاميذ الذين لا يقومون بالتحضير والمذاكرة الجيدة للامتحان ويعتبر تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي أكثر عرضة لقلق الامتحان من غيرهم بسبب إقبالهم على اجتياز امتحان البكالوريا.

وفي هذا السياق يتعين على الأطراف الفاعلة في العملية التربوية أن تتعاون من أجل مساعدة تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي على مواجهة قلق الامتحان بغض النظر عن أي اعتبار.

ومن بين هذه الأطراف الفاعلة نجد مستشار التوجيه المدرسي والمهني الذي يهتم بمتابعة التلاميذ في مسارهم الدراسي، ويعتني في نفس الوقت بتذليل الصعوبات التي تعترض سبيلهم في هذا المضمار، وهنا يتجلى دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني، حيث يعتبر المؤهل بالدرجة الأولى للقيام بهذه المهمة والتي تتمثل في رفع معنويات التلاميذ الذين يعانون من قلق الامتحان وبناء على ذلك برزت مشكلة البحث في طرح التساؤل الرئيسي والمتمثل في :

- ما دور مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من التعليم الثانوي؟
ويتفرع عنه التساؤلات التالية:

- ما مدى مساهمة مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر الجلسات الإرشادية؟

- ما مدى مساهمة مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر التوجيه العام؟

فرضيات البحث

تعد مرحلة صياغة الفروض من أهم المراحل المنهجية في البحث عند التخطيط للأبحاث العلمية بوجه عام وذلك لان الفروض ما هي في حقيقة الأمر إلا حل مؤقت لمشكلة البحث، وينطلق موضوع البحث هذا من ثلاثة فرضيات قامت الباحثة بصياغتها على النحو التالي:

أولاً: الفرضية العامة

لمستشار التوجيه دور كبير في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي؟

ثانياً: الفرضيات الفرعية

- يساهم مستشار التوجيه المدرسي والمهني بدرجة عالية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر الجلسات الإرشادية.
- يساهم مستشار التوجيه المدرسي والمهني بدرجة عالية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر التوجيه العام.

أهداف البحث

- إن كل باحث يسعى من خلال بحثه إلى تحقيق أهداف معينة يرغب في الوصول إليها، وفي هذه الدراسة تسعى الباحثة إلى تحقيق أهداف نوعية يمكن إيجازها في النقاط التالية:
01. معرفة الدور الذي يقوم به مستشار التوجيه المدرسي والمهني في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.
 02. معرفة الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى تفاقم مشكلة قلق الامتحان في أوساط المتعلمين بوجه عام.
 03. معرفة أهمية ومكانة مستشار التوجيه المدرسي والمهني في مؤسسات التعليم الثانوي.
 04. الكشف عن درجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من وجهة نظر مستشاري التوجيه والإرشاد.
 05. الوصول إلى معرفة الطرق ومختلف خدمات التوجيه الفعالة لمواجهة هذه المشكلة.

أهمية البحث

كل بحث له أهمية الخاصة من وجهة نظر الباحث القائم به، وتكمن أهمية هذا البحث في التطرق إلى موضوع جدير بالاهتمام يواجهه التلاميذ داخل المؤسسات التربوية وهو قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي على وجه الخصوص كما يسعى هذا البحث إلى معرفة الدور الذي يقوم به مستشار التوجيه المدرسي والمهني في التخفيف من حدة قلق الامتحان في أوساط التلاميذ لمساعدتهم على تجاوز هذا المشكل، ويتحقق ذلك من خلال الوظائف التي يقوم بها مستشار التوجيه المدرسي، وفي هذا السياق يعتبر البحث محاولة علمية ميدانية لمعرفة مختلف الطرق التي يسلكها مستشار التوجيه المدرسي والمهني في التعامل مع ظاهرة قلق الامتحان.

مصطلحات البحث

في تحديد مصطلحات البحث سوف يتم التطرق إلى دور التوجيه المدرسي ومستشار التوجيه والقلق وقلق الامتحان.

01. الدور لغة:

كلمة مأخوذة من دور الشيء أي جعله مدورا وجمع الدور (جبران مسعود 1992م ص 343).

الدور اصطلاحا:

هو مجموع العلاقات الاجتماعية والمعايير السلوكية المرتبطة بالسلوكيات والأفعال التي يقوم بها الفرد (جابر نصر الدين و لوكيا الهاشمي 2006م ص 144).

ويعرف الدور كذلك هو ما يتوقعه الناس داخل مجتمع معين من أفراد الذين يشغلون مراكز معينة (صالح الصقور 2009م ص 106).

والتعريف الإجرائي للدور:

هو مجموع الإجراءات المنبثقة عن الواجبات و الوظائف التي يقوم بها مستشار التوجيه في المدارس من أجل معالجة ظاهرة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة.

02. التوجيه المدرسي:

التوجيه المدرسي لغة:

يشير مصطلح التوجيه في معاجم اللغة العربية إلى مصدر الفعل وجه، يوجه توجيهها، ويقصد به دل على المواجهة الصحيحة (يامنة عبد القادر إسماعيلي 2011م ص 26)

وفي القرآن الكريم ورد الفعل وجه في العديد من الآيات القرآنية نذكر منها قوله تعالى " إني وجهت وجهي للذي فطر السماوات والأرض حنيفا مسلما وما أنا من المشركين" (الآية رقم 79 من سورة

الأنعام) أي توجهت إلى الحق واليقين الحازم، فلا تردد بعد ذلك وحيرة، وقوله تعالى " فأقم وجهك للدين حنيفاً" (الآية رقم 30 من سورة الروم)، أي اتبع الدين الحنيف .

والتوجيه المدرسي اصطلاحاً:

هو المساعدة المقدمة للتلاميذ من أجل اتخاذ القرار المناسب لتحقيق الأهداف التعليمية والمدرسية التي يطمحون إليها (محمد برو 2010م ص53)، وهناك من يرى أن التوجيه المدرسي هو أسلوب علمي لتصنيف طلبة المدارس مع وضع الأساس الذي يمكن بمقتضاه تحديد احتمال نجاح الطالب في دراسة من الدراسات أو مقرر من المقررات المقدمة إليه (يوسف مصطفى قاضي و آخرون 1981م ص45).

والتعريف الإجرائي للتوجيه المدرسي

هو مجموع الخدمات التربوية والنفسية التي تهتم بالتوفيق بين التلاميذ وذلك من أجل التخطيط المناسب لمستقبل حياتهم وفقاً لإمكاناتهم وقدراتهم النفسية والعقلية والجسمية.

03.مستشار التوجيه:

مستشار التوجيه لغة:

يشير مصطلح مستشار في معاجم اللغة العربية مأخوذ من الفعل استشار يستشير استشارة، واستشار الأمر بمعنى تبين، واستشارة بمعنى طلب منه المشورة، ومستشار التوجيه هو من يطلب من عنده النصح والرأي السديد في أمور التوجيه. (على بن هادية و آخرون 1991م ص63).

مستشار التوجيه اصطلاحاً:

هو المسؤول المختص الأول عن العمليات الرئيسية في التوجيه والإرشاد، وخاصة عملية الإرشاد النفسي ويطلق عليه أحياناً مرشد التوجيه، وبدون المرشد يكون من الصعب تنفيذ أي برنامج للتوجيه والإرشاد. (عبد الله طراونة 2009م ص 14) وهناك من يرى أن مستشار التوجيه هو المسؤول الأول عن تنفيذ

عملية التوجيه المدرسي والمهني، وهو مختص في التوجيه، يعتبر من اقدر الناس على جمع المعلومات حول الطالب المراد توجيهه باعتماد مبادئ وتقنيات علم النفس (خديجة بن فليس 2014م ص126)

والتعريف الإجرائي لمستشار التوجيه:

هو ذلك الشخص المختص في مجال التوجيه والإرشاد المدرسي، حيث تسند إليه مجموعة من الوظائف يقوم بها على أكمل وجه في إطار زمني ومكاني محدد، وذلك من اجل مساعدة التلاميذ على الاختيار المناسب لهم في المجال الدراسي.

04.القلق:

القلق لغة:

مأخوذ من قلق الشيء حركه وغيره و أزعجه، والقلق الذي لم يستقر على حال، وقلق بمعنى اضطراب وانزعج فهو قلق، والقلق حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث، و المقلق هو شديد الخوف، ويقال بات قلقا و أقلقه غيره، والقلق لا يستقر في مكان واحد.(حامد بن احمد ضيف الله الغامدي 2013م ص35).

والقلق اصطلاحا:

هو حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث في المستقبل، وهو من الاضطرابات النفسية (حسن شحاته وزينب النجار 2003م ص234).

وهناك من يعرف القلق بأنه شعور غامض غير سار بالوجس والخوف وال تحفيز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية الخاصة كزيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي، ويأتي القلق في نوبات متكررة مثل الشعور بالفراغ في المعدة أو الحبسة في الصدر أو ضيق في التنفس (معصومة سهيل المطيري 2005م ص278).

والتعريف الإجرائي للقلق:

هو عبارة عن حالة توتر وخوف ترافقها تغيرات نفسية وعضوية تصيب التلميذ او الفرد ولا يمكن معرفة أسبابها.

05. قلق الامتحان:

قلق الامتحان: هو نوع من الاستجابات المتداخلة مع النشاط المعرفي في اتجاه المواقف التقويمية باعتبار أن هذه المواقف مهددة للذات (لعان مصطفى الجلاي 2010م ص291). وهناك من يرى قلق الامتحان هو عبارة عن حالة من القلق العام وتتميز بالشعور العالي بالوعي بالذات مع الإحساس باليأس الذي يظهر غالبا في الانجاز المنخفض للامتحان. (هشام عطية القواسمة و خليل الحوامدة 2010م ص127).

والتعريف الإجرائي لقلق الامتحان:

هو عبارة عن حالة نفسية سلبية تصيب التلميذ قبل الامتحان، ويتمثل ذلك في الشعور بعدم الراحة والخوف والتوتر الزائد وينتج عن قلق الامتحان مظاهر نفسية وصحية تؤدي بالتلميذ إلى عدم الثقة بالنفس والرسوب المدرسي.

حدود البحث

لهذا البحث حدوده المكانية والزمانية والبشرية وفي ما يلي توضيح لذلك:

01. الحدود المكانية:

الهدف من هذه الدراسة يتمثل في استبيان حول دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من وجهة نظر مستشاري التوجيه والإرشاد. انحصرت هذه الدراسة في الحدود الجغرافية للجزائر، وشملت مؤسسات التعليم الثانوي بولاية جيجل.

02. الحدود الزمانية:

هي الزمان التي تمت فيه الدراسة والمتمثل في الموسم الدراسي 2018/2017 حيث يمر هذا البحث بعدة مراحل زمنية أولها تحديد موضوع الدراسة، وثانيها الدراسة النظرية التي استغرقت حوالي أربعة أشهر، انطلاقا من ديسمبر 2018، وثالثها الدراسة الميدانية التي امتدت من يوم 2018/04/12 إلى غاية يوم 2018/04/23 وهي الفترة التي زرت فيها ثانويات ولاية جيجل مع الاستعانة بمركز التوجيه المدرسي والمهني.

03. الحدود البشرية:

اقتصرت هذه الدراسة على مستشاري التوجيه والإرشاد في المرحلة الثانوية بولاية جيجل.

دواعي اختيار البحث

لقد تم اختيار هذا البحث استنادا لمجموعة من الدواعي والتي تتمثل في ما يلي:

01. ارتباط موضوع الدراسة بمجال تخصص الباحثة وهو إرشاد وتوجيه تربيوي.

02. الاهتمام الشخصي بموضوع قلق الامتحان والميل لدراسته.

03. الرغبة في الوصول إلى إجابات مقنعة حول دور مستشار التوجيه المدرسي في معالجة قلق الامتحان

لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

04. محاولة معرفة مدى مساهمة مستشار التوجيه المدرسي والمهني في حل مشكلة قلق الامتحان لدى

تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

05. قلة الأبحاث المتعلقة بظاهرة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي إلى وجه الخصوص.

06. محاولة التقرب والتعرف على مهنة مستشار التوجيه في المجال الدراسي من خلال معرفة وسائله في

التخفيف من مشكلة قلق الامتحان.

معرفة أبعاد الضغط النفسي التي يتعرض له التلاميذ في السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

مراجع الفصل

01. جابر نصر الدين ولوكيا الهاشمي، " مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي"، دار الهدى للطباعة، عين مليلة، 2006، ص 144.
02. جبران مسعود، " معجم الرائد"، دار العلم للملايين، بيروت، 1992م، ط7، ص 343.
03. حامد بن أحمد ضيف الله الغامدي، " فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق"، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2013، ص35.
04. حسن شحاتة، وزينب النجار، " معجم المصطلحات التربوية والنفسية"، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، 2003م، ص243.
05. خديجة بن فليس، " المرجع في التوجيه المدرسي والمهني"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 2014م، ص126.
06. صالح الصقور، "موسوعة الخدمة الاجتماعية المعاصرة"، دار اليازوري العلمية، عمان، 2011م، ص106.
07. عبد الله الطراونة، "مبادئ التوجيه والارشاد التربوي"، دار يافا العلمية للنشر، عمان، 2009، ص14.
08. علي بن هادية وآخرون، " القاموس الجديد للطلاب"، المؤسسة الوطنية للطلاب، الجزائر، 1991م، ص63.
09. لمعان مصطفى الجلالي، "التحصيل الدراسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان 2011م، ص291.

10. محمد برو، " اثر التوجيه المدرسي على التحصيل الدراسي في المرحلة الثانوية"، دار الامل للنشر والتوزيع، دون ذكر مكان النشر، ص53.
11. معصومة سهيل المطيري، "الصحة النفسية"، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت، 2005م، ص278.
12. هشام عطية القواسمة، وصباح خليل الحوامدة، " دليل المرشد التربوي في مجال التوجيه الجمعي في الصفوف"، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2010م، ص 127.
13. يامنة عبد القادر إسماعيلي، " التوجيه التربوي المعاصر"، دار اليازوري العلمية، عمان، 2011م، ص ص 25، 26.
14. يوسف مصطفى قاضي وآخرون، " الإرشاد النفسي والمدرسي"، دار النشر والتوزيع، الرياض، 1981م، ص45.

الفصل الثاني

الدراسات السابقة المتصلة بالبحث

دراسات متصلة بمستشار التوجيه

دراسات متصلة قلق الامتحان

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة

مراجع الفصل الثاني

الدراسات المتصلة بمستشار التوجيه

أولاً-دراسة دور مستشار التوجيه

في عام 1997 قام " كيومينغ" بدراسة حول دور مستشار التوجيه المدرسي من خلال إجراء مقابلات بين ما يقوم به مستشار التوجيه من عمل وما يقوم به المعلم ومدير المدرسة، وتوصل الباحث إلى أن دور مستشار التوجيه الحالي، لا يقل عمله عن أي شخص آخر في المدرسة بل يتفوق على الكثيرين منهم، فهو المسؤول عن تحديد الأبعاد الاجتماعية والانفعالية في شخصية التلاميذ وهي وظائف وقائية وعلاجية تصب في حماية التلاميذ من المشكلات (علوي نجاه دون ذكر تاريخ النشر ص17).

ثانياً-دراسة دور المرشد التربوي (محمد جذوع أبو يوسف 2008م ص135)

في عام 1988م قام أبو عطية والرفاعي بدراسة دور المرشد التربوي بعنوان دور المرشد التربوي في تحقيق أهدافه العلمية والمهنية والنفسية في المرحلة الثانوية بالكويت وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة آراء المديرين والمرشدين في المدارس الثانوية، وذلك من خلال مساهمة المرشد التربوي في تحقيق أهداف النشاطات الإرشادية وحاجة الطالب من هذه النشاطات، وقام الباحثان بتصميم استبيان بعد الاطلاع والتحليل لقدرات وزارة التربية والتعليم الكويتية الخاصة بتحديد أهداف الإرشاد و مهام المرشد التربوي والتقرير السنوي لإدارة الخدمة النفسية والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث.

واشتملت هذه الدراسة بشكلها النهائي على 26 فقرة صنفت إلى ثلاثة مجالات تتفق مع أهداف البرنامج الإرشادي، وهي المجال الأكاديمي والمجال المهني والمجال النفسي، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- أن 90% من المرشدين أكدوا أن المرشد يعمل على تحقيق النشاطات الإرشادية الأكاديمية والمهنية والنفسية التي تحقق النمو الشامل المتكامل لطلاب المرحلة الثانوية.

- يرى المديرون أن نسبة مساهمة المرشدين في النشاطات الأكاديمية قد بلغت 91%، بينما يرى المرشدون أن درجة مساهمتهم في النشاطات الإرشادية هي 92% .

- أشارت النتائج أن درجة مساهمة المرشد التربوي في المجال المهني قد بلغت 89%، بينما يرى المرشدون أن درجة مساهمتهم في هذا المجال بلغت 91%.

ثالثاً- دراسة مسحية لمستشار التوجيه

في عام 1989م قام " تينسون" بدراسة مسحية أولى لمستشار التوجيه في ثانويات مختلفة، وتكونت عينة الدراسة من 155 مستشار من ثلاث ثانويات (تلاميذ ثانوية متقدمين، تلاميذ ثانوية متجدين، تلاميذ ثانوية مختلطين متقدمين ومتجدين)، وكان الهدف من الدراسة معرفة كيف يقوم المستشارون بأدوارهم فيها، وقد توصل الباحث إلى أن المستشارين العاملين في الثانويات المختلفة يصرفون وقتهم في تقديم الإرشاد (علوي نجاه دون ذكر تاريخ النشر ص16).

رابعاً-دراسة مرشدي المرحلة الثانوية

في عام 1989 قام "تينسون" بدراسة ثانية بعنوان مرشدي المرحلة الثانوية ماذا يعملون؟ ما هو المهم؟ وقام الباحث بدراسة مسحية لعينة من المستشارين في المدارس الثانوية تتكون من 155 مستشارا في المدارس الثانوية، بهدف معرفة أدوارهم ووظائفهم داخل المدارس، وتوصل الباحث إلى وجود علاقة متوازية محدودة بين الكيفية التي يدرك بها المستشارون أدوارهم وتوقعات البرنامج التوجيهي المدرسي لدور مستشار التوجيه المدرسي، كما بينت الدراسة أن هذا الأخير لا يستطيع أن يقوم بدوره كما ينبغي بسبب تزايد احتياجات التلاميذ لخدمات التوجيه، حيث كان من المتوقع من خلال تحديد أهداف برنامج التوجيه المدرسي أن يقوم الموجه بدور اكبر من تحقيق هذه الأهداف وكان من أهم المعوقات كثرة إعداد التلاميذ، واقترح الباحث التركيز على آلية التوجيه الجمعي لإتاحة الفرصة لدى مستشار التوجيه وتلبية الاحتياجات التي لا تتحقق عن طريق التوجيه الفردي(علوي نجاه دون ذكر تاريخ النشر ص16).

الدراسات المتصلة بقلق الامتحان

أولاً-دراسة قلق الامتحان والقلق العام

في عام 1957 قام "سارسون" بدراسة علمية كان عنوانها قلق الامتحان والقلق العام والذكاء الأدائي، وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القلق العام وقلق الامتحان والذكاء الأدائي لدى عينة من طلبة جامعة "بيبل"، واستخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قوامها 305 طلاب باستخدام مقياس القلق العام ومقياس قلق الامتحان ومعدلات الذكاء الأدائي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية سالبة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي وهو ما يدل على أن ارتفاع درجة القلق العام وقلق الامتحان يؤدي إلى انخفاض درجة التحصيل الدراسي(عبد الناصر غربي 2014 ص132)

ثانياً- دراسة علاقة القلق بالتحصيل الدراسي

في عام 1980م قام "مرسي كمال" في الكويت بدراسة علمية كان عنوانها علاقة القلق بالتحصيل الدراسي عند طلبة المدارس الثانوية، وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القلق في المواقف الاختبارية ودرجات التحصيل الدراسي، وأجريت الدراسة على عينة من طلاب المدرسة الثانوية في الكويت بلغ عدد أفرادها 370 طالب وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس "بيبل" للقلق في المواقف الاختبارية ودرجات التحصيل الدراسي في مادة اللغة العربية، والانجليزية والرياضيات، واستخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت الدراسة إلى أن الكشف عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات مرتفعي القلق ومنخفضي القلق في تحصيل المواد الدراسية لصالح منخفضي القلق، وعن وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات القلق و التحصيل الدراسي لدى كل من الذكور والإناث (بني جديد 2016م ص 113).

ثالثا: دراسة المقارنة بين مستويات قلق الامتحان

في عام 2001 قامت "نصرة جليل" بدراسة علمية كان عنوانها المقارنة بين مستويات قلق الامتحان لدى عينة من طلبة الثانوية العامة بنظاميه القديم والجديد، وهدفت الدراسة إلى المقارنة بين مستويات قلق الامتحان لدى عينة من طلبة الثانوية العامة- الفرقة الثانية والثالثة بالنظامين القديم والحديث في ست مدارس، ثلاث منها للبنين وثلاث منها للبنات، واستخدمت الباحثة مقياس قلق الامتحان من إعداد "سبيلبرجر" وتعريب محمد الطاهر الطيب، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على المقياس بين طلبة الثانوية العامة بنظاميه القديم والحديث لصالح النظام الحديث، وكذلك وجود اثر الفرقة الدراسية في خفض قلق الامتحان لصالح الفرقة الثانية كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في قلق الامتحان لصالح الإناث (سليمة سايحي 2012م ص33)

رابعا- دراسة تأثير قلق الامتحان على مهارات الانتباه والذاكرة :

في عام 2002 قام "سوليفان" بدراسة علمية كان عنوانها تأثير قلق الامتحان على مهارات الانتباه والذاكرة لدى طلاب الجامعة، وهدفت الدراسة إلى فحص تأثيرات المستويات العالية لقلق الامتحان في الانتباه ومهارات الذاكرة لدى طلاب الجامعة، وتألقت عينة الدراسة من 24 طالبا تم تقسيمهم إلى مجموعتين تكونت المجموعة الأولى من 12 طالبا لديهم قلق مرتفع، والمجموعة الثانية من 12 طالبا لديهم قلق منخفض، واستخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس لقلق الامتحان ومقياس الانتباه، وقائمة من الكلمات عديمة المعنى، واستمارة تقييم الإجابات الصحيحة و الخاطئة وتمثلت نتائج الدراسة في وجود تأثير ذي دلالة إحصائية لقلق الامتحان المرتفع في الانتباه ومهارات الذاكرة، وقد بدا هذا الأثر بصورة انشغالات فكرية وصعوبة التذكر لقائمة الكلمات التي كانت تعطى للمفحوصين (سايحي سليمة 2012م ص35)

خامسا- دراسة فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق الامتحان

في عام 2004 قامت " سايحي سليمة" بدراسة علمية كان عنوانها فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وهدفت الدراسة إلى تخطيط وإعداد برنامج إرشادي وتطبيقه على أفراد عينة البحث، والي التحقق من مدي فاعلية برنامج إرشادي في تخفيض مستوى قلق الامتحان لدي عينة من تلميذات السنة ثانية ثانوي , ومن ثم فاعليته في تحسين مستوى التحصيل الدراسي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة تكونت من 28 تلميذة منهن 14 تلميذة في المجموعة الضابطة و14 في المجموعة التجريبية في ثانويتي المبارك الملي، وعلى ملاح بورقلة، واستخدمت الباحثة في هذه الدراسة مقياس قلق الامتحان، والبرنامج الإرشادي ومقياس المصفوفات المتتابعة المقنن للذكاء بالإضافة إلى استمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي، وتمت معالجة البيانات المحصل عليها باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبارات، ومعامل ألفا كرونباخ، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق دالة إحصائية في قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى أفراد المجموعة الضابطة بين نتائجهم في القياسات (القبلي والبعدي والتتبعي).
- وجود فروق دالة إحصائية في قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى أفراد المجموعة التجريبية بين نتائجهم في القياسين (القبلي والبعدي).
- عدم وجود فروق دالة إحصائية في قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في نتائجهم في القياسين (البعدي والتتبعي).
- عدم وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد قلق الامتحان والتحصيل الدراسي بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في القياس القبلي، ووجود فروق دالة إحصائية في أبعاد قلق

الامتحان والتحصيل الدراسي بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين البعدي والتتبعي (عبد الناصر غربي 2014 م ص 137).

سادسا-دراسة إعداد وتطبيق برنامج إرشادي جماعي

قامت الباحثة زهية خطار (دون تاريخ) بدراسة علمية كان عنوانها إعداد وتطبيق برنامج إرشادي جماعي لمواجهة ضغط التحضير لامتحان البكالوريا، ويشمل هذا البرنامج 86 طالبا وطالبة مقبلين على شهادة البكالوريا يتراوح سنهم 17-39 من ثانويات الجزائر العاصمة، قسموا إلى مجموعتين الأولى تجريبية تضم 43 طالبا والثانية ضابطة تضم 43 طالب، وقد تم مراعاة المجانسة بين المجموعتين على بعض المتغيرات الأكثر تأثيرا على ضبط التصميم التجريبي والمتمثلة في متغير العمر الزمني، ومتغير مستوى الانجاز، ومتغير عادات الدراسة، ومتغير مركز التحكم، وقد تم تطبيق عدة أدوات وتقنيات في هذه الدراسة أهمها: المقاييس السيكولوجية، ومقياس مركز التحكم، ومقياس مستوى الانجاز، ومقياس عادات الدراسة، ومقياس قلق الامتحان، ومقياس استراتيجيات المقاومة، والبرنامج الإرشادي واستعملت الباحثة استراتيجيات تحضير وأداء امتحان البكالوريا، وقد أثبتت نتائج هذه الدراسة الإسهام الايجابي للبرنامج الإرشادي المقدم وتحقيق فعاليته في النجاح في البكالوريا، حيث تم تعديل وتطوير الأفكار، وتغيير التصور الخاطئ لامتحان البكالوريا لدى الطلبة، ورفع الدافعية وتحفيز الطالب للمواجهة، وتقديم الدعم النفسي والمعرفي، واسترجاع الثقة بالنفس، ومنح الطلبة فرصة للتعبير والتفريغ الانفعالي (نعيمة صياد 2013 م ص 256).

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة

من خلال العرض التي تم فيه التطرق إلي الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية

تم الوصول إلى ما يلي:

أولاً- الدراسات السابقة الخاصة بمستشار التوجيه:

تنوعت الدراسات الخاصة بمستشار التوجيه، فكل دراسة تناولت دور مستشار التوجيه من زاوية معينة، واختلفت الأدوات والمناهج المستخدمة في كل دراسة، حيث ركزت الدراسة الأولى على دور مستشار التوجيه من خلال إجراء مقابلات حول ما يقوم به مستشار التوجيه من عمل، وهي دراسة "كيومينغ" سنة 1997م بعنوان دور مستشار التوجيه من خلال إجراء مقابلات بين ما يقوم به مستشار التوجيه من عمل وهذا ما يتناسب مع الدراسة الحالية، ويلاحظ أن هذه الدراسة لم توضح المنهج والأداة والعينة المتبعة في الوصول إلى النتائج.

و أما الدراسة الثانية التي أجراها " أبو عطية والرفاعي" سنة 1988م بعنوان دور المرشد التربوي في تحقيق أهدافه العلمية والمهنية والنفسية في المرحلة الثانوية بالكويت، وهو الأمر الذي يتفق مع الدراسة التي أجرتها في المرحلة الثانوية واستفادت الباحثة من هذه الدراسة في استخدامها للأداة، حيث أن الأداة التي استخدمتها الباحثتان هي الأداة التي استخدمتها الباحثة من أجل الوصول إلى النتائج وهي الاستبيان، وكذلك عينة البحث كانت قائمة على المستشارين وهي نفس عينة الباحثة، ويلاحظ أن هذه الدراسة لم توضح المنهج المستخدم، وخلصت هذه الدراسة إلى نتائج مرضية.

في حين الدراسة الثالثة التي أجراها "تينسون" سنة 1989م، اقتصر على دراسة مسحية أولى لمستشاري التوجيه من ثانويات مختلفة، واستفادت الباحثة من العينة المستخدمة وهي نفس عينة الدراسة الحالية، وتتفق هذه الدراسة مع دراستي من حيث الهدف وهو كيف يقوم مستشار التوجيه بدوره، ويلاحظ أن هذه الدراسة لم تبين المنهج المستخدم والأداة المتبعة.

و أما الدراسة الرابعة التي قام بها "تينسون" سنة 1989م بعنوان مرشدي المرحلة الثانوية ماذا يعملون؟ وما هو المهم؟ واستفادت الباحثة من هذه الدراسة في بناء الاستبيان، وتتفق هذه الدراسة مع دراسة الباحثة في العينة والهدف، ويلاحظ أن هذه الدراسة لم توضح المنهج المستخدم والأداة المتبعة.

ثانيا-الدراسات السابقة الخاصة بقلق الامتحان:

استفادت الباحثة من الدراسة الأولى التي أجراها "سارسون" سنة 1957م تحت عنوان قلق الامتحان والقلق العام والذكاء الأدائي في معرفة العلاقة الموجودة بين القلق العام وقلق الامتحان، وهذه الدراسة استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي، بينما الدراسة الحالية للباحثة استخدمت المنهج الوصفي وبالنسبة لأداة البحث استخدمت الدراسة مقياس القلق العام ومقياس قلق الامتحان، ومعدلات الذكاء الأدائي،الدراسة الحالية للباحثة استخدمت الاستبيان.

أما الدراسة الثانية التي قام بها " مرسي كمال" في الكويت سنة 1980م بعنوان علاقة القلق بالتحصيل الدراسي عند طلبة المدارس الثانوية فقد استفادت منها الباحثة في معرفة التلاميذ الذين يعانون من القلق في مواقف الامتحان واقتصرت عينة بحث الدراسة على عينة من التلاميذ بينما الدراسة الحالية للباحثة اقتصرت على المستشارين، وكذلك بالنسبة إلى أداة البحث استخدم الباحث مقياس " بيل" للقلق في حين دراسة الباحثة استخدمت الاستبيان واستفادت الباحثة من المنهج المستخدم فيها حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي وهو المنهج الذي استخدمته الباحثة.

وفي حين الدراسة الثالثة التي أجرتها الباحثة نصره جلجل بعنوان المقارنة بين مستويات قلق الامتحان لدى عينة من طلبة الثانوية العامة بنظاميه القديم والجديد، حيث أن الباحثة اقتصرت عينة بحثها على التلاميذ، في حين الدراسة الحالية للباحثة اقتصرت على المستشارين، وبالنسبة إلى أداة البحث استخدمت الباحثة في دراستها مقياس قلق الامتحان "سبيلبر جر" و" تعريب محمد الطاهر الطيب"، في حين الدراسة الحالية استخدمت الباحثة الاستبيان.

في حين الدراسة الرابعة التي قام بها "سوليفان" سنة 2002م تحت عنوان تأثير قلق الامتحان على مهارات الانتباه والذاكرة لدى طلاب الجامعة فقد هدفت إلى فحص تأثيرات المستويات العالية لقلق الامتحان في الانتباه ومهارات الذاكرة لدى طلاب الجامعة، واقتصرت عينة البحث على التلاميذ في حين دراسة الباحثة اقتصر عينتها على المستشارين، واستفادت الباحثة من الأداة التي استخدمها الباحث وهي الاستبيان، حيث استخدم كذلك مقياس لقلق الامتحان ومقياس الانتباه، إلا أن النتائج التي توصل إليها الباحث في هذه الدراسة كانت مختصرة بوجه عام.

وأما الدراسة الخامسة التي قامت بها "سايجي سليمة" سنة 2004م بعنوان فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية من التعليم الثانوي فقد سعت إلى تخطيط وإعداد برنامج إرشادي وتطبيقه على أفراد عينة البحث حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وأما الدراسة الحالية استخدمت فيها الباحثة المنهج الوصفي، وطبقت الباحثة مقياس قلق الامتحان ومقياس المصفوفات المتتابعة واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي في حين الدراسة الحالية اقتصر على استبيان فقط، واستخدمت الباحثة في معالجة البيانات المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ثبات ألفا كرونباخ وهذا ما استفادت منه الباحثة في دراستها الحالية.

في حين الدراسة السادسة التي أجرتها الباحثة زهية خطار بعنوان إعداد وتطبيق برنامج إرشادي جماعي لمواجهة ضغط التحضير لامتحان البكالوريا فقد اقتصر عينة البحث على التلاميذ في حين الدراسة الحالية اقتصر على مستشاري التوجيه والإرشاد، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي في حين الدراسة الحالية استخدمت المنهج الوصفي وبالنسبة إلى أداة البحث استخدمت الباحثة في دراستها مجموعة من المقاييس بينما الدراسة الحالية استخدمت الاستبيان، واستفادت الباحثة من هذه الدراسة من النتائج التي توصلت إليها في نهاية المطاف.

مراجع الفصل الثاني

01. سايحي سليمة، " الكشف عن بعض خصائص خط اليد لدى تلاميذ ذوي مستوى قلق الامتحان المرتفع"، أطروحة دكتوراه، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2012م، ص 35.
02. نعيمة صياد، " برنامج ارشادي لتعديل خصائص نمط السلوك (أ) في تخفيض قلق الامتحان لدى عينة من طلاب البكالوريا"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 10، جامعة باتنة، الجزائر، 2013م، ص ص 255، 256.
03. غربي عبد الناصر، " فاعلية برنامج ارشادي في ضوء نظرية البرت اليس العقلانية الانفعالية السلوكية في خفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"، رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، رقلة، 2014م، ص ص 136، 137.
04. علوي نجاه، " واقع التوجيه المدرسي بين الأسس العلمية الارتجالية"، مذكرة ماجستير، علوم التربية، جامعة منتوري قسنطينة، دون ذكر تاريخ النشر، ص ص 16، 17.
05. لبنى جديد، "العلاقة بين أساليب التعلم كنمط من أنماط معالجة المعلومات وقلق الامتحان وأثرهما على التحصيل الدراسي"، مجلة جامعة دمشق، م 26، 2010م، ص ص 112، 113.
06. محمد جذوع أبو يوسف، " فاعلية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين في مدارس وكالة الغوث بقطاع غزة"، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2008م، ص 135.

الفصل الثالث

مستشار التوجيه المدرسي والمهني

أهداف التوجيه المدرسي

أسس التوجيه المدرسي

العوامل المساعدة على نجاح التوجيه المدرسي

الحاجة إلى التوجيه المدرسي

خصائص مستشار التوجيه المدرسي والمهني

المعايير الأخلاقية لدي مستشار التوجيه

الوسائل التي يعتمد عليها مستشار التوجيه المدرسي والمهني

علاقات مستشار التوجيه المدرسي والمهني مع أطراف العملية

التعليمية

الصعوبات التي تواجه عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني

مراجع الفصل الثالث

أهداف التوجيه المدرسي

إن للتوجيه المدرسي أهدافا يسعى إلى تحقيقها في حياة الأفراد و الجماعات، وهذه الأهداف قد تكون أهدافا عامة يسعى الجميع إلى تحقيقها، وقد تكون أهدافا خاصة لها خصوصية تتعلق بنفس الفرد الذي يسعى إليها بحيث تحقق له الرضا النفسي والرضا الاجتماعي ومن بين الأهداف التي يسعى التوجيه المدرسي إلى تحقيقها مايلي:

01.تحقيق الذات:

يأتي تحقيق الذات في اعلي هرم "ماسلو" للحاجات الإنسانية لدى كل البشر الأسوياء ولا يمكن الوصول إليه إلا بعد أن يكون الفرد قد حقق أو أشبع بعض الحاجات الأساسية لبقائه، مثل حاجاته إلي الطعام والأكل والشرب واللباس، وبعد تحقيق هذه المتطلبات يبدأ الفرد في تكوين هوية ناجحة عن ذاته ويرغب في أن يحتل مكانة اجتماعية مهنية لائقة يحقق من خلالها سعادته وقيمه كإنسان يحب ويحب وينظر إلي نفسه نظرة أمل وتفاؤل وسعادة وثقة (سعيد عبد العزيز وجودة عزة عطوي 2004م ص12).

02.تحقيق الصحة النفسية للفرد:

إن الصحة و العقل من المتطلبات الأساسية لكل فرد في المجتمع، فان صح عقل الإنسان وجسمه، استطاع العيش مع أفراد بيئته في أمن وتوافق، و إذا اعتلت صحته النفسية، اضطرت سلوكاته، وساعت أعماله، وهذا ما يجعله يفقد الرضى عن نفسه وعن الآخرين، ويهدف التوجيه إلى تحرير الفرد من مخاوفه ومن قلقه وتوتره، ومن الإحباط والإكتئاب ومن العصاب والدهان ومن الأمراض النفسية التي قد يتعرض لها بسبب تعامله مع البيئة التي يعيش فيها، والتوجيه يساعد الفرد على حل مشكلاته، ويتم ذلك بمعرفة أسباب وطرق الوقاية منها. (سعيد عبد العزيز وجودة عزة عطوي 2004 م ص 13).

03. تحسين العملية التعليمية:

إن التوجيه المدرسي لا يمكن فصله عن العملية التعليمية، حيث نجد هذه العملية بحاجة إلى خدمات التوجيه، ويرجع ذلك إلى الفروق بين الطلاب، واختلاف المناهج، وزيادة عدد الطلبة والمشكلات الاجتماعية، وضعف الروابط الأسرية، وانتشار وسائل التربية الموازية كالإذاعة والتلفزيون، وذلك لإيجاد جو نفسي وصحي في المدرسة بين التلميذ والمعلم والإدارة والأهل، وتشجيع كل منهما على احترام الطالب كشخص له إنسانية، وله حقوق وعليه واجبات، ليتمكن من الانجاز الناجح والابتعاد عن الفشل ويعتمد التوجيه لإنجاح العملية التربوية على عدة أمور نذكر منها (سعيد عبد العزيز وجودة عزة عطوي 2004م ص13، وأحمد أبو أسعد ولمياء الهواري 2008م ص30).

- إثارة الدافعية للطلبة نحو الدراسة واستخدام أساليب التعزيز، وتطوير خبرات الطلبة تجاه دروسهم.
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الطلبة أثناء التعامل من قضاياهم الدراسية و الأسرية والتربوية ومراعاة المتوسطين والمتفوقين والمتخلفين منهم تحصيليا وتوجيه كل منهم وفق قدراته واستعداداته.
- إثراء الجانب المعرفي لدى الطلبة بالمعلومات الأكاديمية والمهنية والاجتماعية التي تساعدهم في تحقيق توافقهم النفسي.
- حل المشكلات التي يتعرض لها الطلاب والتي تؤثر على مستقبلهم الدراسي.
- تصنيف الطلبة وفقا لاستعداداتهم وقدراتهم وميولهم الفردية.
- مساعدة الطلبة على اختيار نوع الدراسة المالية والمستقبلية.

* * *

أسس التوجيه المدرسي

إن التوجيه و الإرشاد يعتمد على مجموعة من الأسس المنبثقة من دراسة الطبيعة البشرية و أبرز

هذه الأسس: الأسس الفلسفية، النفسية التربوية، الاجتماعية، الاقتصادية، وهي كالتالي:

01. الأسس الفلسفية- وتشتمل على(عدنان أحمد الفسوس 2007م ص13):

- إن لكل مرشد فلسفة ضمنية أو صريحة من عدة فلسفات تقف وراء كل ما يقوم به من ممارسات إرشادية وتوجه أعماله وتحرك سلوكه.
- يقوم التوجيه على الديمقراطية، أي على إتاحة الفرصة للطالب أن يقرر مصيره بنفسه فيختار من المواضيع ما يريد ومن المهن ما يرى أنها أنفع له، و ذلك في ضوء فهمه لنفسه وقدراته وميوله.
- كرامة الفرد وقيمه فوق كل اعتبار.
- يجب أن يهدف الإرشاد إلى مساعدة الفرد على تحقيق ذاته في مختلف المجالات، وأن يدفع بقدراته إلى أقصى حد ممكن لتحقيق أهدافه.

02. الأسس النفسية التربوية:

والتي تعتمد على مجموعة من الأسس النفسية التربوية والتي تتضمن مايلي:

- الفروق الفردية: حيث يتشابه الأفراد بعضهم البعض الآخر في جوانب كثيرة، إلا أن هناك فروقا واضحة بين الأفراد من مظاهر الشخصية كافة ، حيث لا يوجد اثنان في صورة واحدة طبق الأصل حتى التوائم المماثلة تختلف عن بعضها البعض، لذا ينبغي وضع الفروق الفردية في الحسبان وفي عملية الإرشاد على سبيل المثال يجب على المرشد أن يعرف ما يتصل بأسباب المشكلات النفسية مثلا، إذ أن بعض العوامل قد تسبب مشكلة عند فرد ما، ولا تسبب مشكلة لدى فرد آخر(عثمان فريد رشدي 2013 م ص25)
- مطالب النمو: لكل مرحلة من مراحل النمو التي يمر بها الفرد مطالب لا بد من تحقيقها، ليتم نمو الفرد بشكل صحيح وسليم، وان لم تتحقق هذه المطالب فإنه يشعر بالتعاسة والفشل في حياته، ومطالب النمو

مرتبطة ومتكاملة بين المراحل المختلفة للنمو ويركز الإرشاد على تحقيق مطالب نمو كل مرحلة فمطالب النمو في الطفولة هي تعلم المشي والمهارات الأساسية وتحقيق الأمن الانفعالي والثقة بالنفس والآخرين.

وأما في المراهقة فتختلف مطالب النمو حيث تتميز بتقبل التغيرات الجسمية والفيزيولوجية والتكيف معها واختيار نوع الدراسة أو المهنة المناسبة والاستعداد لذلك ومعرفة السلوك الاجتماعي المقبول(عثمان فريد رشدي 2013م ص25)

- **الفروق بين الجنسين:** إن الفروق بين الجنسين واضحة في الجوانب الفيزيولوجية والجنسية والاجتماعية والعقلية والانفعالية، وهذه الفروق تعود إلى عوامل بيولوجية أصلاً، وإلى عوامل التنشئة الاجتماعية التي تبرز هذه الفروق أو تقلل من أهميتها، لذا فعملية الإرشاد ليست واحدة لكلا الجنسين لأن ما ينطبق على الذكور قد لا ينطبق على الإناث فالفرق لها أهميتها لاسيما في ميدان الإرشاد التربوي و المهني والأسري(عثمان فريد رشدي 2013م ص25).

- **الفروق الفردية في الفرد الواحد:** لا تشمل قدرات الفرد واستعداداته وميوله من حيث درجة قوتها او ضعفها، بل هي تختلف من خاصية إلى أخرى فالخصائص الجسدية قد لا تتوافق مع الخصائص الانفعالية او العقلية، فقد يتقدم النضج العقلي على النضج الاجتماعي(عثمان فريد رشدي 2013م ص26).

03. الأسس الاجتماعية:(حناش فضيلة ومحمد بن يحي زكريا 2011م ص56).

يقوم التوجيه في بعده الاجتماعي على اعتبار الفرد عضواً في جماعة ينبغي توجيهه لضمان مجتمع قوى، وتعتبر المدرسة وسطاً فعالاً لا يضاهاها مكان آخر للتوجيه السليم وذلك لما تتيحه مناهجها من فعاليات في مشاركة التلاميذ واستشارة نشاطهم الذاتي وإبراز الفروق الفردية.

ويعتقد المختصون في التوجيه المدرسي والمهني أن هذه العملية تمتد خارج المدرسة، وتشمل إلى جانب المؤسسة التربوية، نوادي الرياضة والمؤسسات الثقافية والوسط الأسري، وهي عمل مشترك تقوم به الأوساط بأنواعها من أجل اكتشاف قدرات التلاميذ أو تدعيمها أو رعايتها.

ويعمل المجتمع بصورة عامة مسؤولة التوجيه من حيث تقديم النموذج القيمي والتصورات بخصوص وظيفة المدرسة وقيمتها العلمية والمكانة التي يمنحها للمهن، وكلها عوامل تؤثر في امتيازات المتعلم وتوجيهه، وأما التوجيه المدرسي والمهني نجده يهدف إلى مساعدة الفرد على فهم ذاته وتقبلها وإدراك إمكانياته الحقيقية، في ضوء خصوصيات مجتمعه فإنه يرمي إلى إعداد أفراد متكيفين متجاوبين مع وسطهم الاجتماعي، وفي ذلك كله يكمن الأساس الاجتماعي للتوجيه.

04. الأسس الاقتصادية:

أن توسع رقعة التربية وارتباطها بالتنمية، والنظر إلى التعليم على أنه استثمار في العنصر البشري ووسيلة لإعداد اليد العاملة، وظهر أفكار ومفاهيم في مجال التكوين المهني مثل مفهوم التأهيل ومفهوم الكفاءة، واقتضى ضبط مدخلات التربية ومخرجاتها و متابعة أنشطتها وتقويم نتائجها، ويتدخل التوجيه والإرشاد المدرسي لتدعيم هذا العمل التربوي، فالتوجيه يقوم على أساس تنبؤات وتوقعات الدولة إلى اليد العاملة المؤهلة والاستغلال الفعال للمتعلمين واحتواء طاقاتهم بصورة تنسجم وهذه متطلبات التنمية (حناش فضيلة ومحمد بن يحيى زكريا 2011م ص 57).

* * *

العوامل التي تساعد على نجاح التوجيه المدرسي

هناك عوامل عديدة ومتنوعة تساعد على نجاح التوجيه المدرسي يمكن إيجازها فيما يلي: (سعيد عبد

العزیز وجودت عزة عطیوی 2014م ص 24).

- أن يتولى المعلمون و المرشدون ومديرو المدارس إعداد قوائم بالمشكلات التي تواجه التلاميذ ووضع الخطط اللازمة للمساعدة على حلها.
- أن يؤمن مديرو المدارس ببرنامج التوجيه ويخلقوا الشعور في نفوس المعلمين و المرشدين أن لهم مطلق الحرية في مناقشة أية مشكلة من مشكلات التلاميذ.
- تدريب القائمين على برنامج التوجيه المدرسي.
- توفير الإمكانيات والموارد اللازمة.
- التعاون بشكل جيد بين القائمين على التوجيه في المدرسة والمنزل والهيئات الأخرى في المجتمع.
- استخدام المقاييس النفسية اللازمة وذلك للمساعدة على فهم التلاميذ فهما كاملا وتدريب المختصين على استخدام هذه المقاييس.

* * *

الحاجة إلى التوجيه المدرسي

إن الحاجة إلى التوجيه والإرشاد في عصرنا الحالي أكثر من السابق، و يرجع ذلك إلى التغيرات التي طرأت على المجتمع، حيث شملت جميع جوانب الفرد حياة الفرد الاجتماعية والتربوية والمهنية وغيرها من الجوانب، وسوف نتطرق إلى بعض منها:

01. فترات الانتقال:

يمر الأفراد خلال مراحل نموهم في فترات انتقال حرجة يحتاجون فيها إلى التوجيه والإرشاد مثل الانتقال من المنزل إلى المدرسة ومن المدرسة إلى العمل ومن العزوبية إلى الزواج، كل هذه المراحل تتخللها صراعات وإحباطات وقد يسودها القلق والخوف من المجهول (عبد العزيز المعاينة ومحمد عبد الله الجغيمان 2009م ص175).

02. التغيرات الأسرية:

أن تقدم المجتمع وثقافته ودينه، أمور مسؤولة عن إحداث تغييرات في بناء الأسرة، وهذا ينعكس على نظام العلاقات الاجتماعية فيها، ومن أهم التغيرات الأسرية ما يلي(عبد العزيز المعاينة ومحمد عبد الله الجغيمان 2009م ص175):

- ظهور مشكلة الزواج وتنظيم الأسرة.
- ظهور الأسرة الصغيرة المستقلة وضعف العلاقة بين أفرادها واستقلال الأولاد عن الأسرة.
- خروج المرأة إلى العمل للمساعدة في تحسين المستوى الاقتصادي للأسرة أدى إلى ظهور مشكلات عديدة.
- تأخير الزواج و الإقلاع عنه، أدى إلى وجود حاجة ماسة للإرشاد والتوجيه.

03. التغيرات الاجتماعية:

من أهم ملامح التغيرات الاجتماعية مايلي(عبد العزيز المعاينة ومحمد عبد الله الجغيمان 2009م ص176):

- التزايد السريع في عدد السكان وعدد الطلبة.

- تعدد الطبقات الاجتماعية
- التوسع في تعليم المرأة وخروجها للعمل.

04. التقدم التكنولوجي:

من أهم معالم التقدم العلمي والتكنولوجي مايلي(جودة عبد الهادي وسعيد حسن العزة 2007م ص17):

- اكتشاف مخترعات جديدة.
- الاعتماد على الآلات وانخفاض تشغيل الأيدي العاملة.
- دخول وسائل الاتصالات المختلفة في كل بيت.
- تغير الاتجاهات والقيم والأخلاقيات وأسلوب الحياة.
- زيادة التطلع إلى المستقبل والتخطيط له.

05. تطور التعليم:

كان التعليم في السابق محدودا، ويقتصر على فئة قليلة من الناس وكانت الأبحاث النفسية والتربوية محدودة، أما الآن فقد تطور التعليم ومفاهيمه، وتعددت أساليبه وطرقه ومناهجه، وفيما يلي أهم مظاهر

هذا التطور (جودة عبد الهادي وسعيد حسن العزة 2007م ص17):

- تركيز التعليم حول الطلاب.
- زيادة عدد المواد والتخصصات وترك الحرية للطلاب للاختيار.
- التركيز على استشارة اهتمام التلميذ وجعله أكثر إيجابية.
- ظهور آثار التقدم العلمي والتكنولوجي واستخدام التعليم المبرمج في المدارس والجامعات.
- زيادة الإقبال على التعليم العالي و الجامعي.
- زيادة اهتمام المدرسة بالإرشاد النفسي ودخول خدمات التوجيه والإرشاد إلى المدارس.

* * *

خصائص مستشار التوجيه المدرسي والمهني

- ينبغي على مستشار التوجيه أن يتحلى بالخصائص التالية (خديجة بن فليس 2014م ص 127 و ابراهيم سليمان 2009م ص 39):
01. أن يحمل مؤهلا علميا مناسباً
 02. أن تكون لديه خبرة واسعة وعميقة من عملية التعامل الإنساني
 03. أن يتمتع بجاذبية خاصة وروح الدعائية والقدرة على التأثير و المهارة والإقناع
 04. أن يتصف بقوة الشخصية والأدب والسمعة الطيبة وحسن الأداء في الكلام والحوار الهادئ المبني على سلامة الحجة وقوة الإقناع.
 05. تقديم المعلومات الكافية إلي التلميذ المستعملة في الحياة المدرسية وهذا بغرض دمج التلميذ في الحياة التربوية.
 06. على المرشد أن يتقيد بالسرية في أدائه لعمله، وكذلك استخدام الأدوات العلمية لجمع المعلومات عن التلميذ كالمقابلة .
 07. يولد لدى التلاميذ الإحساس بالثقة ويشعرهم بأنهم يستطيعون التحدث بجدية دون إحراج أو خجل
 08. يتمتع المرشد بفهم واضح لذاته: علي أساس انه شخص نفعي ولا يلجأ إلى تشويه الخبرات
 09. المرشد الفعال ينقل الاحترام والاهتمام إلي الآخرين حيث يشعرهم بقيمتهم ويبلغهم مدى إمكانية مساعدتهم.
 10. المرشد الفعال يمتلك ثقافة واسعة حيث يسعى إلى تطوير ثقافته من خلال المطالعة والتدريب وورشات العمل وغيرها.

* * *

مهام مستشار التوجيه المدرسي والمهني

لمستشار التوجيه المدرسي والمهني مهام وواجبات موكلة إليه وذلك من اجل القيام بدوره على أكمل وجه لتقديم الخدمات الإرشادية المساندة للعملية التربوية في المجالات التالية:

01. في مجال التوجيه (عثمان فريد رشدي 2013م ص21، وسعيد حسني العزة 2009م ص58)

من بين الوسائل التي يستعين بها مستشار التوجيه المدرسي في مجالس القبول و التوجيه لإعداد اقتراح توجيه التلميذ إلى جذع مشترك أو شعبة ما، فضلا من استبيان الميول والاهتمامات وبطاقة الرغبات، ومجموعات التوجيه التي تسمح بحساب معدل الطور الثالث للتلميذ في عدد من المواد التي يفترض أنها تتضمن المبادئ الأساسية للتمدرس الجيد في الجذع المشترك .

ويقوم المرشد بتقديم خدمة التوجيه الجمعي (حصص الإرشاد)، حيث يلتقى مع الطلبة في صفوفهم و حسب برنامج معد ومخطط ليناقدش معهم في جو من الحوار والتفاعل مشاكل وقضايا حياتية تههم ولا يتناولها المنهاج المدرسي، حيث يقوم مستشار التوجيه بتحضير لهذه الموضوعات مسبقا وبناءا على حاجات الطلبة ويطلع مدير المدرسة مع هذه المواضيع

02. في مجال الإرشاد:

يهتم مستشار التوجيه المدرسي بالعمل في الإرشاد الفردي والإرشاد الجمعي لمساعدة الطلبة على التعامل مع الصعوبات التي تعترضهم كأفراد في المجتمع ومساعدتهم على تنمية قدراتهم في التكيف مع المشكلات وإيجاد الحلول الملائمة لها، ومن خلال استخدام أساليب إرشادية علمية في التعامل مع التلاميذ (سعيد حسين العزة 2009م ص58).

03. في مجال الإعلام:

وفي هذا السياق يتقيد مستشار التوجيه بالنقاط التالية (خديجة بن فليس 2014م ص138):

- يقدم مستشار التوجيه المادة الإعلامية التي تههم المدرس وتوجيه التلميذ.

- يضمن مستشار التوجيه السيولة الإعلامية بين مختلف المتعاملين في المؤسسة التعليمية.
- يطلع الشركاء والمعنيين بالتوجيه بكافة الفروع الدراسية وسائر التخصصات المهنية المتوفرة في مؤسسات التعليم ومراكز التكوين وعالم الشغل والمجتمع بشكل عام.
- ينشط مستشار التوجيه حصصاً إعلامية جماعية وتنظيم لقاءات بين التلاميذ والأولياء والمتعاملين والمهنيين.
- ينشط مستشار التوجيه خلية التوثيق والأعلام في مجال التوجيه والإشراف عليها .

04. في مجال التنسيق و التخطيط:

تتمثل في النقاط التالية(سعيد حسني العزة 2009م ص58):

- يضع المرشد خطة عمل لكل فصل دراسي تتناسب مع حاجات الطلبة والهيئة التدريسية والعمل على تنفيذها بالتعاون مع الإدارة و أولياء الأمور ومصدر البيئة.
- يعمل المرشد بالتعاون مع مدير المدرسة بالتخطيط لاجتماعات الآباء والمعلمين لتبادل الآراء حول قضايا تربوية عامة تخص الطلبة.
- ينسق المرشد لعقد ندوات مع المدير و الأساتذة يديرها اختصاصيون قد يكونون من أقسام العلوم التربوية والنفسية لتعالج مشكلات أو مواضيع ذات أهمية بارزة بالنسبة للطلبة.

05. في مجال التقييم: (خديجة بن فليس 2014م ص39):

- يقيم المرشد المردود الدراسي للتلميذ.
- يقوم بالدراسات والأبحاث المتعلقة بالتوجيه والإرشاد عند الحاجة.
- يشارك في مختلف الدراسات المبرمجة من طرف الهيئات الوصية.
- يساهم في كل النشاطات اليومية للمؤسسة.

* * *

المعايير الأخلاقية لدى مستشار التوجيه المدرسي

يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يتمتع بصلاحيات واسعة داخل المؤسسات التربوية التي يعمل بها، فيجب عليه أن يتحلى بمعايير علمية وأخلاقية أثناء قيامه بالعملية التوجيهية و الإرشادية والتي نقوم بتوضيحها كالتالي:

01. العلم: (سليمان داوود زيدان سهيل موسى شواقفة 2007م ص 45)

- يجب أن يكون لدى المرشد التربوي معلومات مناسبة عن طبيعة البشر وسلوكهم وعن مراحل نموهم والأسباب المؤدية إلى المشكلات وكذلك واقع المجتمع وحاجاته وواقع المدرسة التي يعمل بها، فالأساس المهم هو نقطة الانطلاق للمستشار في عمله الإرشادي.

- أن يتوفر لدى المرشد التربوي بعض الخصائص الشخصية والمهارات المهنية كالإلمام بالمعارف العلمية المتخصصة في مجال التوجيه و الإرشاد وخدماته النمائية والوقائية والعلاجية التي تعتمد على فهم السلوك والقدرة على تفسيره.

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

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

- يطور قدراته المعرفية والمهارية في التوجيه والإرشاد عن طريق الاطلاع على المراجع العلمية وغيرها.

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

02. الخبرة والمهارة:

تمثل الخبرة الجانب الأدائي في عملية الإرشاد ومن ابرز المهارات المرتبطة بالخبرة ما يلي (سليمان

داوود زيدان، وسهيل موسى شواقفة 2007م ص 47):

تكوين العلاقات الإرشادية والتي تشمل على مهارات الملاحظة والإصغاء والتعبير ، وتكوين الألفة وتوفير البيئة الآمنة، ثم مهارة دراسة المشكلة وتشخيصها وإعداد الأهداف واختيار طريقة الإرشاد وتقييم العملية الإرشادية ومهارة إنهاء العلاقة حيث على المرشد أن ينهي القيام بأي عمل من شأنه المساس بسمعة المهنة مثل : ادعاء مهارة ليست له، ممارسة طرق يعلم أنها ليست ذا فعالية، الدعاية لنفسه في صورة غير مألوفة، الخروج بالعلاقة المهنية عن حدودها، كذلك من جهة أخرى يجب عليه أن يحترم زملاءه في المهنة وان لا ينال منهم بالتجريح وان لا يدخل في صراعات مهنية.

03. السرية:

تمثل هذه النقطة أهمية بالغة في العملية الإرشادية، حيث أن سرية المعلومات واجب وأمانة على المرشد، أي أنها واجب عليه وحق من حقوقه، وليس للمرشد الحق في تسجيل أية معلومات عن المرشد إلا بعد الاستئذان منه والمعلومات تكون سرية على الجميع حتى على رجال القانون ولا يمكن أن يباح بأي سر إلا بتصريح من المسترشد ويكون هذا التصريح كتابيا، والسرية هنا نسبية وليست مطلقة تماما، وتتوقف على طبيعة المعلومات وهناك معلومات لا يمكن أن نعتبرها سرية ولا تؤثر على خصوصيات المسترشد يمكن البوح إذا استوجب الأمر (سليمان داود زيدان وسهيل موسى شواقفة 2007م ص47).

04. رعاية مصلحة المسترشد:

على المرشد أن يساعد المسترشد للوصول إلى بر الأمان، وأن يبذل المرشد كل ما بوسعه لمساعدته على النمو و النجاح وتجاوز المشكلات وتصحيح الأخطاء الإدراكية والسلوكية، وتحسين مشاعره وتبنى القيم الايجابية، وهو في جانب موقفه الإرشادي عليه أن يدافع عن مصالح المسترشد، ويمنع أي أذى قد يلحق به و أن يراعي عند إعداد التقارير ما أؤتمن عليه من قبل المسترشد (صالح حسن الداھري 2014م ص65).

05. العلاقة التوجيهية:

العلاقة التوجيهية سواء بين مستشاري التوجيه أو بينهم وبين التلاميذ الذين يتعاملون معهم، تعتبر من المعايير والضوابط الحيوية والجوهرية في العملية التوجيهية، لأنه في إطارها يحدث الانفتاح المطلوب من أي تلميذ يطلب المساعدة وخاصة عندما يكون قد اكتسب ثقته في الموجه، حيث يبدأ في التحدث عن مشكلاته وظروفه وخصوصياته واتجاهاته وأفكاره وسلوكاته ومشاعره بشكل من الصراحة ولهذا فلكي تبدأ العملية التوجيهية بداية سليمة فإنه على مستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يدرك دوره ومسؤوليته تجاه كل تلميذ وكذا بالنسبة إلي المهنة التي ينتسب إليها، لأنه مطالب بأن يشارك بعمله وخبرته ومهاراته وصفاته الشخصية واتجاهاته وقيمه (محمد برو 2010م ص 166).

06. كرامة المهنة: (عثمان فريد رشدي 2013م ص 208).

يتطلب من المرشدين أن يتجنبوا كل ما يسيء إلى المهنة وسمعتها، حيث أن المرشد في سبيل المحافظة على كرامة المهنة التي ينتمي إليها يمتنع عن التورط في أي عمل ينهى عنه الدين والخلق وتجربة الأنظمة المعمول بها، وهو يدرك ويحترم حقوق الإنسان الذي يعمل معه، وأنه يعمل على وقايته من الأخطار التي تحيط به، وإذا علم المرشد أن من بين المشتغلين بمهمة الإرشاد يسيء التصرف أو يتورط في علاقات غير مشروعة مع المسترشدين أو يخالف الضوابط الأخلاقية المتعارف عليها في ممارسة المهنة، فإنه يتخذ القرار المناسب الذي يبدأ بتحديد مواطن الخطر، ثم القيام بإخبار الجهات المعنية لإزاحة الخطر عن المسترشدين والحفاظ على المهنة

- يجب على المرشد أن يحترم زملاءه في المهنة وألا ينال منهم بالتجريح، وألا يدخل في صراعات مهنية مع زملائه، كما ينبغي عليه أن يمتنع عن الدخول في علاقة مع مسترشد يعلم أن له علاقة إرشادية مع مرشد آخر.

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

* * *

وسائل جمع المعلومات المعتمدة من طرف مستشار التوجيه المدرسي

إن مستشار التوجيه من خلال أدائه لمهامه وواجباته يعتمد على عدة وسائل يمكن بواسطتها جمع المعلومات عن التلاميذ وعن مشاكلهم وتحصيلهم الدراسي، ومن بين الوسائل التي يجب عليه استخدامها ما يلي:

01.المقابلة الإرشادية:

هي علاقة ديناميكية مركبة بين شخصين هما المرشد التربوي والمسترشد، وفيها يحاول المسترشد الحصول على حل المشكلة التي يعانيها، والمرشد يحاول تقديم المساعدة الملائمة إلي المسترشد سواء كانت مباشرة أو غير مباشرة (صالح حسن الداھري 2011م ص 415).

وتبرز أهمية المقابلة الإرشادية فيما يلي (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد 2015م ص35):

- تتيح الفرصة للتعبير الحر عن الآراء والأفكار وسرد المعلومات بين المرشد والمسترشد.
- تتحول من أداة اتصال ووسيلة التقاء إلى تجربة عملية يتاح للمسترشد من خلالها وأب يتعلم شيئاً عن نفسه واتجاهاته وعن العالم من حوله.
- تساعد على تكوين أساليب تفكير جديدة وعادات سلوكية.
- أداة أساسية في عملية التقويم والتشخيص النفسي.

02.الملاحظة:

تعنى الانتباه إلى ظاهرة أو حادثة معينة أو شيء ما بهدف الكشف عن الأسباب والقوانين المتعلقة بذلك وتعرف كذلك بأنها المراقبة المقصودة لرصد ما يحدث وتسجله كما هو (أبو اسعد احمد نايل العزيز 2009م ص41).

وتكمن أهمية الملاحظة في ما يلي (سهير كامل أحمد 2000م ص163):

- تعتبر من أفضل وسائل ومصادر جمع المعلومات للمرشد النفسي الذي يتعامل مع المسترشد سواء كان موقفا إرشاديا فرديا أو إرشادا جماعيا.
- يسجل في الملاحظة السلوك في نفس الوقت الذي يحدث فيه.
- تستخدم الملاحظة مع تطبيق أي اختيار سيكولوجي لملاحظة ظروف الاستجابة والتعبيرات الانفعالية للمسترشد.
- يستطيع المرشد معرفة عناصر مهمة أثناء عملية الملاحظة (سهير كامل احمد 2000م ص163).

03.دراسة الحالة:

- هي وسيلة من الوسائل الشائعة وتستخدم لتلخيص اكبر عدد ممكن من المعلومات عن المسترشد(ياسو صالح سعيد علي حسين وليد حسين عباس 2015م ص88).
- ولدراسة حالة أهمية بالغة في الإرشاد والتوجيه تتمثل في مايلي(سامي محمد ملحم 2008م ص100):
- رفع مقدار صدق وثبات المعلومات إلى أعلى درجة ممكنة.
 - التأكد من صحة التقييم عند كتابة التقرير النفسي عن الحالة.
 - التأكد من صحة المعلومات أولا بأول.
 - وضع ضوابط لدراسة الحالة في ضوء ما يرد إلينا من معلومات.

04.الاختبارات والمقاييس:

- إنها مجموعة من المثيرات التي تقدم إلي الفرد لاستثارة استجاباته، وتكون أساسا لإعطائه درجة رقمية، وهذه الدرجة القائمة على العينة ممثلة لسلوك الفرد تعد مؤشرا للقدر الذي يمتلكه الفرد من السمة التي يقيسها الاختبار (حسين هاشم الفتل 2014م ص 94).
- وتتمثل أهمية الاختبارات والمقاييس في النقاط التالية(محمد المشاقبة 2008 م ص265):
- تستخدم للحصول على معلومات دقيقة عن شخصية المسترشد وصفاته من اجل مساعدة التخطيط الصحيح لمستقبل الفرد.

- تستخدم كوسيلة للتنبؤ بالأداء المستقبلي للفرد في المجال الدراسي والمهني.
- تساعد على تشخيص المشكلات في مجال التعليم ومعرفة المتفوقين والموهوبين.

05. السجل التراكمي:

يقوم بتلخيص المعلومات التي جمعت عن المسترشد عن طريق الوسائل الأخرى في شكل تتبعي أو تراكمي في ترتيب زمني، ويتضمن معلومات تعطي صورة طولية وعرضية كاملة عن الفرد (احمد عبد اللطيف أبو اسعد 2012م ص105).

وتكمن أهميته بالنسبة لمستشار التوجيه في النقاط التالية(سعيد حسني العزة 2007م ص44):

- المعلومات التي تسجل في البطاقة لا تسجل مرة واحدة ولكنها تتدرج تبعا للظروف والأحوال.
- تنتقل هذه المعلومات مع التلميذ من صف إلى آخر.
- تحقق فهما أفضل للمسترشدين ومساعدتهم على النمو المتكامل.
- معرفة شخصية واحتياجات الطالب بأبعادها المختلفة.

* * *

علاقات مستشار التوجيه المدرسي والمهني مع أطراف العملية التربوية

حسب القرار الوزاري رقم: 827 المؤرخ في 13/11/1991، فإن علاقات مستشار التوجيه المدرسي

والمهني تكون مع الأطراف التالية (عبد الله لبوز واسماعيل الأعور دون ذكر تاريخ النشرص259):

01. مدير مركز التوجيه المدرسي والمهني: إن إشراف مدير المركز يكون إشرافا تقنيا ويتمثل في:

- يخضع مستشار التوجيه المدرسي والمهني لسلطة مدير مركز التوجيه المدرسي والمهني وإشرافها تقنيا.
- يمارس مستشار التوجيه المدرسي والمهني مهامه في مراكز التوجيه المدرسي وفي المدارس الأساسية والمتاقن والثانويات.

- يمارس مستشار التوجيه المدرسي والمهني نشاطاته في مقاطعة جغرافية تتكون من مجموعة مؤسسات للتعليم والتكوين يحددها مدير مركز التوجيه المدرسي والمهني.

- يتولى مستشار التوجيه المدرسي والمهني مسؤولية الإشراف على المقاطعة ويقدم تقارير دورية عن نشاطه فيها.

- يمكن لمدير مركز التوجيه المدرسي والمهني أن يكلف مستشار التوجيه المدرسي والمهني بالمشاركة في نشاطات ثقافية وتربوية واجتماعية تتطلب كفاءات خاصة.

- يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يخلف مدير مركز التوجيه المدرسي والمهني في حالة الغياب أو المانع.

02. مدير الثانوية: إن إشراف مدير الثانوية يكون إشراف إداريا ويتمثل في ما يلي:

- يمارس مستشار التوجيه المدرسي والمهني نشاطه في المؤسسة التعليمية تحت إشراف مدير المؤسسة، وبالتعاون مع نائب المدير للدراسات والأساتذة الرئيسيين ومستشار التربية.

- يندرج النشاط الذي يقوم به مستشار التوجيه المدرسي والمهني في المؤسسات التعليمية في إطار نشاطات الفريق التربوي التابع للمؤسسة.

- يقدم مستشار التوجيه المدرسي والمهني في بداية كل سنة دراسية برنامج نشاطه إلى مدير المؤسسة التعليمية

03.مدراء المتوسطات:

يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني زيارة الاكmalيات كل وقت ويجد تسهيلات كبيرة من طرف مدراء المتوسطات للقيام بنشاطاته، كما يقوم ببعض الأعمال بالتنسيق مع المدراء.

04.مدير مركز التكوين المهني والتمهين:

إن مستشار التوجيه يقوم بالدراسات والاستقصاءات التكوين المهني حول عالم الشغل والمهن، كما يقوم كذلك بتنظيم المسابقات والامتحانات لدخول مراكز التكوين المهني ويقدم كذلك محاضرات حول التخصصات ويتم هذا بالتنسيق مع مدير مركز التكوين المهني.

* * *

الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني

يواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني عدة صعوبات ميدانية أثناء قيامه بعمله الإرشادي

والتوجيهي وهي كالتالي:

01. **الصعوبات الذاتية:** وتتلخص في مايلي (جودت عبد الهادي العزة 2007م ص164):

- عدم الرغبة الأكيدة في العمل الإرشادي
- نقص في السمات الشخصية للمرشد
- نقص الخبرة العملية والعلمية
- تقصير المرشد في توضيح دوره وطبيعة عمله.

02. **الصعوبات المرتبطة بأطراف العملية التعليمية** (جودت عبد الهادي العزة 2004م ص164):

- عدم قناعة المدير أو المعلمين بالإرشاد.
- حسد بعض المعلمين للمرشد.
- عدم تعاون الإدارة والمعلمين مع المرشد.
- إقحام المرشد في أعمال إدارية وسكرتارية ليست لها علاقة بعمله.

03. **الصعوبات المتعلقة بالطلاب:**

توجد العديد من الصعوبات التي تعرقل عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني في المؤسسات

التعليمية ويرجع ذلك إلى الطلبة نوجزها كالتالي (سليمان داوود زيدان وسهيل موسى شواقفة 2007م ص74):

- توقعات الطلبة الكبيرة في حل مشاكلهم.
- عدم التزام الطلبة بتنفيذ الخطة العلاجية.
- عدم وجود وقت كافي لدى الطلبة للذهاب إلى المرشد.
- عدم ذهاب الطلبة إلى المرشد خوفا من أن يراهم زملائهم.

- عدم انتفاع الطلبة بالعملية الإرشادية وعدم إيمانهم بكفاءة المرشد على مساعدتهم.
- عدم وضوح دور المرشد التربوي في المدرسة.
- صعوبة الحصول على المعلومات من الطلبة

04. الصعوبات المتعلقة بالتدريب والإشراف (سليمان داوود زيدان وسهيل موسى شواقفة 2007م ص74):

- اقتصار الدورات التدريبية للمرشد على الدراسة النظرية
 - قلة تبادل الرأي والخبرة بين المرشدين.
 - عدم اعتماد أداة محددة من قبل المشرفين لتقويم عمل المرشد
 - قلة عدد الورشات التدريبية للمرشدين.
- 05. الصعوبات المتعلقة بأولياء الأمور:**

إن المؤسسات التربوية تعمل على ربط علاقاتها بأولياء التلاميذ ويتم ذلك عن طريق جمعية أولياء التلاميذ وما تعانيه مؤسساتنا في هذا المجال يرجع إلى ما يلي (كاملة الفرح تيم 1999م ص193):

- ضعف الاتصال بأولياء الأمور
- الممارسات السلبية من قبل المدرسة
- نقص الوعي النفسي عند أولياء الأمور
- ضعف اهتمام الآباء بمشاكل الأبناء
- تقصير المرشد في توضيح دوره الإرشادي

* * *

مراجع الفصل الثالث

01. ابراهيم سليمان، " الارشاد النفسي - اسسه وتطبيقاته -"، دار عالم الكتب الحديث، عمان، 2009م، ص39.
02. احمد ابو اسعد ولمياء الهواري، " التوجيه التربوي والمهني"، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، 2008م، ص 30.
03. احمد عبد اللطيف ابو اسعد، " الارشاد المدرسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2012م، ط2، ص 105.
04. احمد عبد اللطيف ابو اسعد، " المقابلة الارشادية في الارشاد النفسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2015، ص35.
05. احمد عبد اللطيف واحمد نايل العزيز، " التشخيص والتقييم في الارشاد"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2009م، ص41.
06. جودت عبد الهادي وسعيد حسنى العزة، " مبادئ التوجيه والارشاد النفسي"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م، ص 164.
07. حسين هاشم الفتلي، " اسس البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية"، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2014م، ص 94.
08. حناشفضيلة و محمد يحيى زكريا، " التوجيه والارشاد المدرسي من منظور اصلاحات التربية الجديدة"، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية وتحسين مستواهم، الجزائر، 2011م، ص ص 56، 57.
09. خديجة بن فليس، " المرجع في التوجيه المدرسي والمهني"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2014م، ص ص 39، 127، 138.

10. سامي محمد ملحم، " الإرشاد النفسي للأطفال"، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، 2008م، ص 100.
11. سعيد حسني العزة، " الإرشاد النفسي - اساليبه و فنياته -"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م، ص 44.
12. سعيد حسني العزة، " دليل المرشد التربوي في المدرسة"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2009م، ص 58.
13. سعيد عبد العزيز وجودت عزة عطوي، " التوجيه المدرسي"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2004م، ص ص 12، 13.
14. سليمان داوود زيدان وسهيل موسي شواقفة، " أساليب الإرشاد التربوي"، دار جبهة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م، ص ص 45، 47، 73، 74.
15. سهير كامل احمد، " التوجيه والإرشاد النفسي"، مركز الاسكندرية للكتاب، القاهرة، 2000م، ص 163.
16. صالح حسن الداھري، " علم النفس الإرشادي نظرياته -واساليبه الحديث-"، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، ط2، 2011م، ص 415.
17. صالح حسن الداھري، " مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي"، دار مكتبة الكندي، (دون ذكر بلد النشر)، 2014م، ص 65.
18. عبد العزيز المعايطه ومحمد عبد الله الجغيمان، " مشكلات تربوية معاصرة"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2009م، ص ص 175، 176.

19. عبد الله لبوز واسماعيل الاعور، ضغوط وعراقيل مستشار التوجيه لمهامه في المقاطعة، "مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية"، (دون ذكر مكان النشر وتاريخ النشر)، عدد خاص بالملتقى الدولي حول المعاناة في العمل، ص ص 259، 260.
20. عثمان فريد رشدي، "الارشاد والتوجيه المهني"، دار الياقوت للنشر والتوزيع، عمان، 2013م، ص ص 21، 25، 26، 208.
21. عدنان احمد الفسفوس، "الارشاد التربوي - مفهومه، أسسه، قواعده الاخلاقية-"، دون ذكر دار ومكان النشر، 2007م، ص 13.
22. كاملة الفرحة وعبد الجابر تيم، "مبادئ التوجيه والارشاد النفسي"، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 1999م، ص 193.
23. محمد المشاقبة، "مبادئ الارشاد النفسي"، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، 2008م، ص 165.
24. محمد برو، "اثر التوجيه المدرسي على التحصيل الدراسي في المرحلة الثانوية"، دار الأمل للنشر والتوزيع، دون ذكر بلد النشر، 2010م، ص ص 165، 166.
25. ياسو صالح سعيد علي وحسين وليد عباس، "الارشاد النفسي - الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الانساني-"، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، 2014م، ص 88.

* * *

الفصل الرابع

قلق الامتحان

أعراض القلق

أنواع القلق

مستويات القلق

أسباب القلق

أنواع قلق الامتحان

مكونات قلق الامتحان

أسباب قلق الامتحان

مظاهر قلق الامتحان

أساليب الإرشادية للتخفيف من قلق الامتحان

طرق وأساليب قياس قلق الامتحان

نظريات قلق الامتحان

مراجع الفصل الرابع

أعراض القلق

للقلق اضطرابات نفسية وجسمية مختلفة تكون بمثابة أعراض له وتتمثل هذه الأعراض في ما يلي:

01. الأعراض النفسية (سليمان عبد الواحد ابراهيم 2014م ص 167):

- **الخوف:** وهو من أهم مظاهر النفسية التي يعاني منها مرضى القلق، حيث يخاف هذا المريض من كل شيء سواء كان مرضا عضويا أو الموت، والكثير من المرضى لا يتركز الخوف بوضوح حول موضوع بالذات ولكنه خوف غامض مجهول المصدر.

- **التوتر والتهيج العصبي:** حيث يصبح المريض حساسا لأية ضوضاء وتبدو عليه سرعة التهيج والانزعاج والميل إلى القفز عند سماع الأصوات المفاجئة، ويفقد أعصابه بسهولة ولأتفه الأسباب.

- عدم القدرة على التركيز وسرعة النسيان والسرхан مع الشعور بالاختناق، والصداع والإحساس بضغط على الرأس.

- اضطرابات النوم وفقدان الشهية للطعام مع فقدان الوزن والأرق الذي يتميز بالصعوبة في بداية النوم مع الأحلام والكوابيس المزعجة والاستغراق في أحلام اليقظة مما يجعل حياة المريض سلسلة من العذاب

02. الأعراض الجسمية:

تتمثل الأعراض الجسمية في النقاط التالية (حامد عبد السلام زهران 2005م ص 487):

- الضعف العام ونقص الطاقة الحيوية والنشاط والمثابرة.
- توتر العضلات والنشاط الحركي الزائد
- التعب والصداع المستمر الذي لا يهدئه إلا الأسبرين.
- تصبب العرق وعرق الكفين وارتعاش الأصابع وبرودة الأطراف وشحوب الوجه.
- وجود آلام في الصدر والإحساس بالنبضات من أجزاء مختلفة من الجسم

* * *

أنواع القلق

للقلق أنواع تتمثل في القلق الموضوعي والقلق العصابي والقلق الخلفي وفي ما يلي سوف يتم توضيح كل نوع:

01.القلق الموضوعي:

هو ردة فعل يحدث لدى الفرد عند إدراكه خطرا خارجيا واقعيا أو ينتظر حدوثه بعد وجود إشارة تدل عليه، وظروف هذا النوع من القلق تأخذ دلالتها الأساسية من معرفة الشخص وخبرته السابقة (مروان أبو حويج 2006م ص226).

02.القلق العصابي:

هو نوع من القلق لا يدرك المصاب به مصدر علتة، وكل ما هنالك انه يشعر بحالة من الخوف الغامض المنتشر غير المحدود، وتعتبر أعراضه النفسية والفيزيولوجية عن اضطراب داخلي يكون اشد بكثير مما يظهر في حالة القلق الموضوعي المألوف، حيث يمكن وجوده عند كل الناس وهذا النوع من القلق يكون حالة عامة تتكرر على شكل نوبات، والقلق العصابي ترجع أسبابه إلى عوامل داخلية وهي دفعات غريزية، والتي يوشك أن تتغلب على الدفعات وتخرج الأنا إخراجا شديدا، لأنها تجعله في صدام مع المعايير الاجتماعية، والقلق العصابي يتمثل في بعض الصور منها مشاعر الخوف الدائمة التي يستشعرها الفرد في جميع المواقف حتى غير المخيفة منها، فنجد الفرد يتجنب كثيرا هذه المواقف، يتسم سلوكه بالعزلة والانطواء (معصومة سهيل المطيري 2005م ص 279).

03.القلق الخلفي:

ينشأ هذا القلق نتيجة الإحباط ودوافع الذات العليا، إن الإحساس بالذنب شأنه شأن القلق العصابي، يمكن أن يحدث في صور مختلفة، في صورة قلق عام أو صورة مخاوف مرضية أو صورة قلق متعلق بأعراض العصاب نفسها (ناصر الدين أبو حماد 2006م ص 75).

* * *

مستويات القلق

يوجد لدى القلق ثلاثة مستويات وهي القلق المنخفض، والمتوسط، والعالي وسوف يتم استعراضها

كالتالي:

01. المستوى المنخفض:

يتضمن حدوث حالة التنبيه العام للفرد وترتفع لديه الحساسية للأحداث الخارجية، كما تزداد قدرته على مقاومة الخطر ويكون الفرد في حالة تحفز لمواجهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها ولهذا يكون القلق في هذا المستوى إثارة إلى إنذار لخطر وشيك الوقوع (حامد بن احمد ضيف الله الغامدي 2013م ص55).

02. المستوى المتوسط:

في هذا المستوى يصبح الفرد قدرة على السيطرة، حيث يفقد السلوك مرونته تلقائياً، و يتولى الجمود بوجه عام على تصرفات الفرد في مواقف الحياة وتكون استجابته وعادته هي تلك العادات الأولية الأكثر ألفة وبالتالي يصبح كل شيء جديد، وتتنخفض القدرة على الابتكار ويزيد الجهد المبذول للحفاظ على السلوك المناسب في مواقف الحياة (حامد بن احمد ضيف الله الغامدي 2013م ص56).

03. المستوى العالي:

هذا المستوى يحدث انهياراً للتنظيم السلوكي للفرد، ويحدث نكوصاً إلى أساليب أكثر بدائية وينخفض التأزر والتكامل انخفاضاً كبيراً في هذه الحالة (حامد بن احمد ضيف الله الغامدي 2013م ص56)

* * *

أسباب القلق

ينشأ القلق بسبب وجود عدة عوامل تصيب التوتر والضغط النفسي، ومن ابرز هذه العوامل ما يلي:

01.العامل الوراثي:

لقد وجد "تويزا " وآخرون نسبة عالية لاضطراب القلق بين الأفراد الذين تربطهم صلة قرابة، كما توضح الأبحاث التي تمت على التوائم المتماثلة أو المتشابهة الذين ينحدرون من آباء لديهم قلق ارتفاع نسبة القلق لدى التوائم المتماثلة بما يوحي بفكرة تأثير هذا الاضطراب (أسامة فاروق مصطفى 2015م ص334).

02.العوامل البيولوجية (أسامة فاروق مصطفى 2015م ص 335):

- زيادة نشاط الجهاز العصبي الذاتي.
- زيادة إطلاق مواد الكاثيكول اميدي في الدم.
- ارتفاع نسبة نواتج الأدرينالين.
- ظهور بؤرة نشطة في الفص الصدغي

03.الصراع النفسي:

ينشأ القلق من صراع نفسي داخلي بين رغبة الطفل في إشباع دوافعه وحاجاته، وخوفه في الوقت نفسه من فقدان حب الوالدين (أسامة فاروق مصطفى 2015م ص 335).

* * *

أنواع قلق الامتحان

ينقسم قلق الامتحان إلى نوعين أساسيين هما:

01. قلق الامتحان الميسر:

هذا النوع من القلق يسمى بقلق الامتحان المعتدل، ويكون أثره ايجابيا يعني ذلك أن هذا النوع من القلق له آثار ايجابية تدفع التلميذ الممتحن الي المراجعة والمذاكرة الجيدة للامتحان (حامد عبد السلام زهران 2000م ص98).

02. قلق الامتحان المعسر:

وهو ما يعرف بقلق الامتحان المرتفع ذو الأثر السلبي المعوق، هذا النوع من القلق له آثار سلبية في أداء التلميذ الممتحن، حيث تتوتر أعصابه ويزداد عنده الخوف والانزعاج من الامتحان، وهذا التوتر يعيق قدرة الطالب على تذكر المعلومات (حامد عبد السلام زهران 2000م ص98).

* * *

مكونات قلق الامتحان

يتضمن قلق الامتحان ثلاثة مكونات رئيسية تتمثل في مايلي:

01. المكون الانفعالي (موسى النبهان 2004م ص128):

يتمثل في الإثارة الجسدية التلقائية (الرجفة) المرتبطة مع قلق الامتحان.

02. المكون المعرفي (موسى النبهان 2004م ص128):

حيث يمثل مجمل الاعتقاد بالتنبعات السلبية للفشل، وكيف سيكون أداء الفرد مقارنة بالآخرين

03. المكون الفسيولوجي:

يتمثل فيما يترتب على حالة القلق من استشارة وتنشيط للجهاز العصبي، مما يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية عديدة منها: ارتفاع ضغط الدم وانقباض الشرايين الدموية، زيادة معدلات ضربات القلب وسرعة التنفس والعرق، ويصاحب هذه التغيرات ردود فعل جسدية مثل ارتعاش الأيدي، الألام في الأكتاف والظهر والرقبة، جفاف الفم ارتباك المعدة (عبد المطلب أمين القريطي 1998م ص122).

* * *

أسباب قلق الامتحان

هناك العديد من العوامل التي تسبب نشوء قلق الامتحان لدى التلاميذ من أبرزها مايلي (رافدة الحريري

وسمير الأمامي 2011 ص258، واحمد عبد اللطيف أبو اسعد2012م ص290):

- إهمال الطالب للمراجعة والتركيز ومتابعة الدروس أولاً بأول، وهذا ما يسبب له القلق من الامتحان لعدم قدرته على استيعاب، الكم الهائل من المعلومات.
- ضغوط الأهل وتهديدهم بالعقاب فما إذا رسب ابنهم.
- وجود القلق أصلاً لدى التلميذ كنوع من أنواع القلق داخلي المنشأ.
- شعور الطالب بان الامتحان هو هدف وليس وسيلة لتحقيق أهداف معينة.
- صعوبة المنهج الدراسي وسوء طرق التدريس أو وجودها واتسامها بالروتين.
- تخصيص درجة الامتحان بأكملها للجانب التحصيلي دون الاهتمام بالجوانب الأخرى للشخصية مما يشعر التلميذ بان نتيجة الامتحان هو تقرير مصيره. الضغوط الزائدة من طرف الأسرة حول أهمية التفوق التحصيلي.

- التنشئة الأسرية وما يصاحبها من تعزيز الخوف من الامتحانات.

- خوف الطالب من النتائج السيئة والعقاب.

- بث المدرسون الخوف في التلاميذ حول الامتحانات.

* * *

مظاهر قلق الامتحان

من أهم المظاهر التي تظهر لدي التلاميذ أثناء فترة الامتحان للقلق الذي يصيبهم خلال هذه الفترة

ما يلي (فيصل بن عبد الله آل مشاري آل مسعود و آخرون 1434هـ ص11، ولمعان مصطفى الجلاي 2011م ص294):

01. الأعراض النفسية:

- الشعور بالارتباك وخلو الذهن من المعارف والمعلومات وتسابق الأفكار وصعوبة التركيز
- معرفة الإجابة قبل الامتحان ونسيانها أثناء الامتحان.
- الأفكار السلبية المتمثلة في الفشل أو الحصول على درجات ضعيفة.
- ضعف القدرة على التركيز.
- الكوابيس والأحلام المزعجة.
- فقدان الشهية للطعام.
- ضعف القدرة على العمل
- التوتر الدائم والتردد والارتباك .

02. الأعراض الجسدية:

- الشعور بالغثيان والمغص والإسهال وجفاف الفم.
- الشعور بدوار واحتمال الإغماء
- تشنج العضلات والارتجاج و آلام الرقبة، والتعرق وسرعة التنفس وزيادة نبضات القلب.
- الإحساس بأن شيئاً يضغط على الصدر.
- الشعور بالآلام في الجهة اليسرى من الصدر.

* * *

الأساليب الإرشادية للتخفيف من قلق الامتحان

وفي سبيل العلاج أو الوقاية من قلق الامتحان يمكن لمستشار التوجيه المدرسي والمهني استخدام

الأساليب الإرشادية التالية:

01. تطوير قدرة الفرد على الفهم وحل المشكلات (حامد عبد السلام زهران 2000م ص230):

- إن فهم الذات والآخرين والأشياء يقدم وقاية ممتازة من القلق.
- معرفة الفرد بالعلاقات السببية بين الحوادث.
- 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 صديقاً طلب منك عدم إجراء الاختبار؟

- التدريب على مواجهة المشاكل أفضل مضاد للقلق فالمواجهة أفضل من الهروب

02. مساعدة الفرد على الشعور بالأمن والثقة بالذات (حامد عبد السلام زهران 2000م ص230):

- تقديم المميزات التي تؤدي إلى تخفيف مستوى القلق والحزن بشكل تدريجي.

- تقوية الثقة بالذات تدريجياً من خلال خبرات النجاح.

03. التدريب على الاسترخاء (سامر جميل رضوان 2002م ص250):

- إن القلق والاسترخاء لا يمكن أن يحدثا معا (وهذا ما يسمى بمبدأ البديل المتنافر).

- 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 يطلب فيها من الفرد أن يتخيل موقفاً مثيراً للقلق وبعد ذلك يقوم بالاسترخاء الذي تعمل كمضاد للاستجابة للقلق.

- من المفيد إعداد قائمة بالمواقف المثيرة للقلق المراد تخيلها في أثناء الاسترخاء

04. الحديث الإيجابي مع الذات (سامر جميل رضوان 2002م ص 250):

- 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

05. تقليل الحساسية التدريجي (منذر عبد الحميد الضامن 2003م ص 228):

هذه التقنية تستند 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 ثلاث خطوات هي:

- إعداد هرم القلق لدى المسترشد عليه.

- أقران المثيرات التي تبعث بالقلق لدى المسترشد بالاستجابة البديلة للقلق أي الاسترخاء أي أن المسترشد يتخيل المواقف تدريجياً بدءاً بأقلها وإثارة وانتهاءً بأكثرها إثارة وهو في حالة الاسترخاء.

06. تقديم المساعدة في الدراسة (هشام عطية القواسمة و صباح خليل الحوامدة 2010م ص 129).

- مراجعة المقرر الدراسي والواجبات المنزلية قبل أيام الامتحان

- تطوير مهارات الدراسة ومهارات الاستعداد للامتحان

- تقديم أدلة للدراسة تركز انتباه التلاميذ على الجوانب المفتاحية

07.تحسين عادات الدراسة السيئة(منذر عبد الحميد الضامن 2003م ص229):

- تحميل الطالب المسؤولية والاعتماد على النفس
- تدريب الطلبة على التساؤل والاستكشاف
- تشجيع الطلبة على الاختيار و التقويم الذاتي المستمرين

08.التدريب على مهارات الاختبار:

ومن أهم هذه المهارات مايلي:

أ.مهارة المراجعة(صالح حسن الداھري 2005م ص220):

تعد مهارة المراجعة من بين أهم المهارات التي ينبغي أن يكتسبها أي طالب يمر بالاختبارات، لأنه من خلالها يسترجع الكثير من المعلومات والبيانات التي يمر بها خلال العام الدراسي ومهارة المراجعة تحتاج إلى التركيز والمتابعة أولاً بأول ولكي يستطيع الطالب أن يراجع مراجعة جيدة لا بد أن يسير وفق خطوات معينة من أهمها مايلي:

- تدوين أكثر النقاط أهمية في كراس الملاحظات.
- مراجعة هذه النقاط دورياً وتلخيصها قدر المستطاع.
- المراجعة حسب الجدول الزمني المحدد.
- تحديد المواد التي تحتاج إلى مجهود ووقت أكبر في المراجعة ثم البدء في دراستها أولاً.
- تجنب أسباب التشتت الذهني أو ضعف الانتباه أو قلة التركيز أثناء المراجعة.
- المراجعة المنظمة لجميع المواد المقررة ووضع المادة الصعبة مع مادة أقل صعوبة.
- استخدام الألوان التأثيرية على النقاط المهمة.

ب. مهارة الاستعداد للاختبار (حامد عبد السلام زهران 2000م ص287):

الاستعداد للاختبار من الأمور الهامة و إن كان الطالب متقدما إلى اختبار مهم ويتوقف مستقبل الإنسان

عليه، فلا بد أن يستعد الطالب استعدادا جيدا لهذا ومن أهم خطوات الاستعداد للاختبار مايلي:

- عدم السهر طويلا لان السهر يرهق الجسم ويتعبه ويخرج الإنسان عن التركيز في الدراسة .

- الابتعاد عن شرب المنبهات كالشاي والقهوة لأن مثل هذه المنبهات تأخذ من قدرة الطالب وتركيزه

واستيعابه

- عدم تناول الأقراص المنبهة، فهذه أمور غير طبيعية تدفع الطالب إلى السهر وبالتالي عدم قدرة

الطالب على المواصلة في الدراسة لأن ما بني على شيء اصطناعي هو صناعي وفي هذه الحالة تكون

المذاكرة مصطنعة.

- أخذ قسط وافر من النوم يريح الجسم وكذلك العقل من التفكير حيث يتجدد نشاط الإنسان وتعود إليه

حيويته.

- المحافظة على وجود حالة من التهيؤ النفسي الطيب للتعامل الجيد والفعال في مواقف الاختبار وكذلك

المحافظة على الاتزان الانفعالي والابتعاد عن التوتر والقلق.

ج. مهارة أداء الاختبار (حامد عبد السلام زهران 2000م ص287):

- 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 إلي نوع من الاجتهاد والحكمة في التعامل مع ورقة الأسئلة من حيث حسن قراءتها

وحسن الإجابة.

طرق قياس قلق الامتحان

- تعددت طرق قياس قلق الامتحان وفي مايلي يتم التطرق إلى الطرق التي يستخدمها العاملون في القطاع التربوي والمدرسي وهي(غزال نعيمة 2016م ص80):

01.أسلوب التقرير الذاتي:

في هذا الأسلوب يتم قياس القلق عن طريق إقرار المفحوص ذاته بما يحس به تجاه الموقف، ويستخدم في ذلك مقاييس يجيب عنها المفحوص بذاته، ورغم أن هذا الأسلوب يعتبر من أفضل الأساليب في قياس القلق من حيث الدقة والسهولة، إلا أنه يوجد فيه بعض العيوب منها:

- صعوبة قياس التغيرات الطارئة في إحساسات التلميذ، والتي يكون فيها القلق صفة عابرة وغير مستديمة.

- صعوبة قياس القلق إذ أنكره الفرد بتبريرات دفاعية، ويصعب عندها اكتشاف مسببات القلق وعوامله عند التلميذ .

02.قياس الاستجابات الفسيولوجية:

- يقاس القلق في هذا الأسلوب من خلال بعض التغيرات الفسيولوجية لدى التلميذ كاستجابة الجلد لإفراز العرق، ارتفاع ضغط الدم، زيادة ضربات القلب، ولهذا الأسلوب بعض العيوب منها:

- قد لا يكون دقيقا بسبب تفاوت درجة هذه الاستجابات بين الأشخاص.

- يحتاج إلى أشخاص مدربين للقيام بمثل هذه القياسات مما يسبب كلفة مالية عالية.

03. أسلوب الملاحظة المباشرة:

يتم قياس القلق عن طريق الملاحظة المباشرة في موقف من المواقف، ويمكن ملاحظة سلوك التلميذ، وسرعة استجاباته ومدى تركيزه وانتباهه أو تشتته أثناء عمليتي التعليم والتعلم وبهذا يمكن الحكم فيما إذا كان التلميذ يعاني من القلق أولاً.

* * *

نظريات قلق الامتحان

حاولت الكثير من النظريات تناول موضوع قلق الامتحان من عدة جوانب وتتمثل هذه النظريات في

ما يلي (نبيل محمد زايد 2003م ص171، و سليمة سابحي 2012 م ص85):

01.نظرية الحافز:

تفسر هذه النظرية قلق الامتحان على أساس أن التلميذ أثناء قيامه بعمل أو نشاط أو تعلم يشعر بالقلق الذي يحفزه إلى انجاز هذا العمل حيث يهدأ شعوره بالقلق وانتقدت هذه النظرية من خلال قانون "بيركس دودسون" الذي أوضح أن القلق المرتفع يساعد بصورة نسبية في إنجاز المهام البسيطة، ويساعد القلق المنخفض بصورة نسبية في انجاز المهام المعقدة.

02.نظرية التداخل:

تفترض هذه النظرية إن القلق أثناء الامتحانات يتداخل مع قدرة التلاميذ على استرجاع واستخدام المعلومات التي يعرفونها جيدا، بالإضافة إلى ذلك يمكن أن يتداخل القلق مع التعلم والاستنكار بصفة خاصة إذا كانت المادة جديدة ومعقدة.

03.نظرية تجهيز المعلومات:

في هذه النظرية يعود قصور التلاميذ ذوي القلق المرتفع للامتحان حسب "بنجامين" وزملائه إلى مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته، وحاول "بنجامين" التحقق من فائدة هذه النظرية بتفسير الانجاز السيئ للتلاميذ أصحاب القلق المرتفع بطريقة مباشرة .

وأشارت نتائج الدراسات إلى أن تلاميذ ذوي القلق العالي في الامتحان لديهم قصور في تنظيم المواد الدراسية، مقارنة بالتلاميذ الآخرين دون القلق المنخفض أي أن هؤلاء التلاميذ ليس لديهم القدرة على تنظيم مفاهيم المواد في المواقف غير التعليمية، وبينت النتائج كذلك إن التنظيم السيئ يرتبط بالإنجاز

الأكاديمي الضعيف، ولهذا يبدو أن أحد أسباب هذا الإنجاز السيئ عند التلاميذ العاديين في قلق الامتحان يعود إلى عادات دراسية سيئة وقصور في تعلم وتنظيم المواد التي سبقت دراستها.

04. نظرية القلق المعوق:

تفسر هذه النظرية قلق الامتحان على أساس أن شعور التلميذ بالقلق يجعله ينشغل بالقلق أكثر من انشغاله بالإجابة عن أسئلة قلق الامتحان فيحصل على درجات منخفضة.

والقلق حسب هذه النظرية يعمل كمعوق لسلوك التلميذ، حيث أنه قد يثير استجابات مناسبة أو غير مناسبة لموقف الامتحان، ويؤدي هذا إلى انخفاض مستوى التلميذ، وهذه النظرية تستند إلى وجهة نظر "تشايلد"، التي تقوم على أن القلق كحافز في موقف العمل، قد يثير استجابات ملائمة للعمل أو استجابات لا علاقة لها بالعمل.

* * *

مراجع الفصل الرابع

01. أحمد عبد اللطيف ابو اسعد، "الإرشاد المدرسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، عمان، 2012م، ط2، ص 290.
02. أسامة فاروق مصطفى، "الاضطرابات السلوكية الانفعالية"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م، ص ص 334، 335.
03. حامد بن احمد ضيف الله الغامدي، "فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في معالجة بعض الاضطرابات القلق"، دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2013م، ص ص 55، 56.
04. حامد عبد السلام زهران، "الإرشاد النفسي المصغر في التعامل مع المشكلات الدراسية"، دار عالم الكتب، القاهرة، 2000م، ص ص 98، 230.
05. حامد عبد السلام زهران، "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، دار عالم الكتب، القاهرة، 2005م، ط4، ص ص 486، 487.
06. رافدة الحريري، وسمير الامامي، "الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية"، دار الميسرة، عمان، 2011، ص ص 258، 259.
07. سليمان عبد الواحد إبراهيم، "الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية"، دار الورق، عمان، 2014م، ص ص 167، 168.
08. سامر جميل رضوان، "الصحة النفسية"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2002م، ص 250.
09. سليمة سايجي، "الكشف عن بعض خصائص خط اليد لدى تلاميذ ذوي مستوى قلق الامتحان المرتفع"، أطروحة دكتوراه، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2012م، ص ص 85، 87.
10. عبد المطالب امين القريطي، "الصحة النفسية"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998م، ص 122.

11. غزال نعيمة، " اثر تقنية العصف الذهني في خفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة
ثالثة ثانوي"، أطروحة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2016م، ص 80، 81.
12. فيصل بن عبد الله آل مسعود مشاري آل مسعود وآخرون، " دليل استراتيجيات خفض قلق
الاختبار"، المركز الوطني للقياس والتقويم في التعليم العالي، دون ذكر بلد النشر، 1434هـ، ص 11،
12.
13. لمعان مصطفى الجلاي، " التحصيل الدراسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2011م، ص
294، 296.
14. مروان ابو حويج، " المدخل إلى علم النفس العام"، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان،
2006م، ص 226.
15. معصومة سهيل المطيري، " الصحة النفسية"، مكتبة الفلاح، الكويت، 2005م، ص 279.
16. منذر عبد الحميد الضامن، " علم النفس الطفولة والمراهقة"، مكتبة الفلاح، الكويت، 2003م،
ص ص 228، 229.
17. موسي النبهان، " اساسيات القياس في العلوم السلوكية"، دار الشروق، عمان، 2004م، ص
128.
18. ناصر الدين ابو حماد، " دليل المرشد التربوي"، دار عالم الكتب، اريد، 2006م، ص 75.
19. نبيل محمد زايد، " الدافعية والتعلم"، مكتبة النهضة المصرية القاهرة، 2003م، ص ص 171،
172.
20. هشام عطية القواسمة، وصباح خليل الحوامدة، " دليل المرشد التربوي في مجال التوجيه الجمعي
في الصفوف"، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2010م، ص 129.

* * *

الفصل الخامس

الدراسة الميدانية

عينة البحث

منهج البحث

أداة البحث

نتائج البحث

توصيات البحث ومقترحاته

مراجع الفصل الخامس

عينة البحث

يتكون مجتمع الدراسة من جميع مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي الموجودين بمدارس التعليم الثانوي لولاية جيجل خلال العام الدراسي 2017-2018 م، والبالغ عددهم 43 مستشار ومستشارة في التوجيه والإرشاد، وهذا حسب المعلومات التي تحصلت عليها الباحثة من إدارة مركز التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وفي مجتمع الدراسة قامت الباحثة بتطبيق أداة البحث المتعلقة بدور مستشار التوجيه على عينة استطلاعية قوامها 10 مستشارين في التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، حيث ضمت 9 مستشارات ومستشارا واحدا.

وانطلاقا من كون البحث يقوم على مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، اعتمدت الباحثة على المسح الشامل لعينة البحث، وشملت الدراسة الأساسية 30 مستشارا ومستشارة في التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، ونلاحظ أن ثلاثة مستشارين من أفراد العينة رفضوا الإجابة عن الاستبيان، واقتصرت الدراسة الأساسية على 30 مستشارا ومستشارة.

وفيما يلي توضيح لتوزيع عينة البحث الأساسية حسب متغير الجنس، والخبرة المهنية، التخصص الجامعي

01. جدول يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
33.33%	10	ذكور
66.66%	20	إناث
100%	30	المجموع

من خلال الجدول رقم (01) يلاحظ أن نسبة الإناث أكثر من نسبة الذكور، حيث بلغ عدد

الإناث (20) وذلك بنسبة 66.66%، بينما بلغ عدد الذكور (10) وذلك بنسبة 33.33% .

02. جدول يمثل توزيع أفراد العينة حسب الخبرة المهنية:

النسبة المئوية	التكرار	الخبرة المهنية
20%	6	أقل من 5 سنوات
30%	9	من 5 إلى 10 سنوات
50%	15	أكثر من 10 سنوات
100%	30	المجموع

من خلال الجدول رقم (02) يلاحظ أن نسبة المستشارين الذين لديهم خبرة أكثر من 10 سنوات والذين بلغ عددهم (15) مستشارا اكبر حيث قدرت 50% ، ثم تليها نسبة المستشارين الذين لديهم الخبرة المحصورة ما بين 5-10 سنوات وبلغ عددهم (9) مستشارين بـ 30% ، وأخيرا نسبة المستشارين ذوي الخبرة الأقل من 5 سنوات والذين بلغ عددهم (6) مستشارين بنسبة 20% .

03. جدول يمثل توزيع أفراد العينة حسب التخصص الجامعي:

النسبة المئوية	التكرار	التخصص الجامعي
60%	18	علم الاجتماع
30%	9	علم النفس التربوي
10%	3	علم النفس
100%	30	المجموع

من خلال الجدول رقم (3) يلاحظ أن أكبر نسبة هي 60% حيث كان عدد أفرادها (18) مستشارا وتمركزت هذه النسبة حول تخصص علم الاجتماع، ويندرج ضمن هذا التخصص (علم الاجتماع التربوي و علم الاجتماع، وعلم اجتماع التنظيم والعمل، وعلم اجتماع الاتصال، وعلم اجتماع الثقافة والتربية)، ويليهما تخصص علم النفس التربوي بنسبة 30% وكان عدد أفراد العينة (9) مستشارين ومن فروع هذا التخصص (علوم التربية، علم النفس، التربوي، وعلم النفس وعلوم التربية)، ويليهما تخصص علم النفس بنسبة 10% حيث بلغ عدد أفرادها (3) مستشارين ويحتوي هذا التخصص على الفروع التالية (علم نفس التنظيم والعمل، علم النفس العيادي).

* * *

منهج البحث

استخدمت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي الذي يتناول دراسة الأحداث والظواهر والمتغيرات كما هي في الواقع دون ان يتدخل فيها الباحث، حيث حاولت الباحثة من خلاله وصف الظاهرة المدروسة ويمكن تعريف المنهج الوصفي كما يلي: يعتبر طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة الدقيقة (عمار بوحوش و محمد محمود الذنبيات دون ذكر تاريخ النشر ص137)

ويعتبر المنهج الوصفي احد أساليب البحث العلمي أو الطريقة العلمية في البحث ولذلك يسير الباحث وفق هذا الأسلوب على خطوات الطريقة العلمية نفسها، ومن أهم الخطوات المفضلة لخطوات الطريقة العلمية مايلي: (عمار بوحوش و محمد محمود الذنبيات (دون ذكر تاريخ النشر) ص137).

- 01.الشعور بمشكلة البحث وجمع المعلومات وبيانات تساعد على تحديدها.
- 02.تحديد المشكلة التي يريد الباحث دراستها وصياغتها بشكل سؤال محدد أو أكثر من سؤال.
- 03.وضع فرض أو مجموعة من الفروض كحلول مبدئية للمشكلة التي يريد الباحث أن يصل إلى حل لها.
- 04.اختيار العينة التي ستجرى عليها الدراسة مع توضيح حجم هذه العينة وأسلوب اختيارها .
- 05.يختار الباحث أدوات البحث التي سيستخدمها في الحصول على المعلومات كالاستبيان أو المقابلة أو الاختبار أو الملاحظة، وذلك وفقا لطبيعة مشكلة البحث وفروضه.
- 06.القيام بجمع المعلومات المطلوبة بطريقة دقيقة ومنظمة.
- 07.الوصول إلى النتائج وتنظيمها وتصنيفها.
- 08.تحليل النتائج وتفسيرها واستخلاص التعميمات والاستنتاجات منها.

* * *

أداة البحث

يعتبر الاستبيان أداة فاعلة في جمع البيانات المتعلقة بموضوع البحث وهو وسيلة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع بحث معين من خلال إعدادها ويتم من قبل عينة متماثلة من الأفراد (احمد حسين الرفاعي 2005م ص 181).

ويتكون هذا الاستبيان في البحث من قسمين:

القسم الأول: يتضمن هذا القسم البيانات الشخصية للعينة المراد دراستها (الجنس، الخبرة المهنية، التخصص الجامعي).

القسم الثاني: تم تقسيم هذا القسم إلى محورين، حيث صممت الباحثة استبياناً في صورته الأولية مكونة من (26) عبارة موزعة على محورين كالتالي:

المحور الأول: ويتمثل في الجلسات الإرشادية

المحور الثاني: ويتمثل في التوجيه العام.

وعند عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء والمختصين في علوم التربية بهدف التأكد من مناسبة كل عبارة للمحور المدرجة فيه، ومدى صحة صياغة العبارات ووضوحها، وفي نهاية المطاف قامت الباحثة بحذف وإضافة وتعديل بعض العبارات في ضوء آراء المحكمين واستقر الاستبيان على (24) عبارة موزعة على المحورين السابقين.

واعتمدت الباحثة على مقياس ليكرث الثلاثي في هذا الاستبيان (دائماً، أحياناً، نادراً) حيث تم

إعطاء قيم مختلفة كدرجات لكل بديل من البدائل الثلاثة كالتالي:

3 درجات للإجابة عن البديل (دائماً) ودرجتان للإجابة عن البديل (أحياناً)، ودرجة واحد للإجابة عن

البديل (نادراً)، وللحكم عن درجات الاستجابات تم تقسيمها إلى ثلاثة مستويات (عالية، متوسطة، ضعيفة)

بالاعتماد على المعادلة التالية:

وبذلك تكون المستويات:

مستوى ضعيف	[0.66-1]	$1.66 = 0.66 + 1$
مستوى متوسط	[2.34 - 1.67]	$2.34 = 0.66 + 1.67$
مستوى عالي	[3 - 2.34]	$3 = 0.66 + 2.34$

وللتأكد من صدق أداة الدراسة ومن أنها تقيس ما أعدت لقياسه لجأت الباحثة إلى صدق المحكمين.

أولاً: صدق المحكمين:

تم عرض الاستبيان في صورته الأولية على لجنة من المحكمين وكان عددهم سبعة من أعضاء هيئة التدريس في الجامعة، حيث قدموا بعض الآراء والملاحظات والتي تم في ضوءها تعديل بعض العبارات وحذف عبارات أخرى، وبعد إجراء هذه الخطوات أصبح الاستبيان يتمتع بالصدق الظاهري أو صدق المحكمين.

ثانياً: الصدق الذاتي:

يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الأداة ويتم ذلك كالتالي:

بعد حساب معامل ثبات الأداة عن طريق استخدام معادلة ألفا كرو نباخ، قدر الصدق الذاتي للأداة بـ $\sqrt{0.63} = 0.79$ وهو معامل صدق مرتفع وهذا يدل على ان الاداة صادقة.

وتم حساب ثبات البحث من خلال:

01. التجزئة النصفية: وذلك بحساب معامل الارتباط " بيرسون " للتأكد من ثبات أداة الدراسة وذلك بتقييم

العبارات ذات الترتيب الفردي، والعبارات ذات الترتيب الزوجي وكان معامل الارتباط (0.67).

02. وتم كذلك حساب الثبات باستخدام معامل الارتباط " ألفا كرو نباخ" حيث كان (0.63) وتم تفرغ

الاستبيان وجميع بياناته باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وهي

كالتالي:

1. التكرارات والنسب المئوية لبيان خصائص العينة.
2. معامل "ألفا كرو نباخ" لحساب ثبات الاتساق الداخلي للأداة ككل.
3. معامل سبيرمان براون حساب ثبات التجزئة النصفية.
4. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

* * *

نتائج البحث

أولاً: عرض النتائج

أ. تنص الفرضية الجزئية الأولى على أن مستشار التوجيه: يساهم في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر الجلسات الإرشادية.

الجدول رقم(04): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة استجابات أفراد العينة في

المحور الأول

رقم البند	الرتبة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
2	1	أشجع التلاميذ على الثقة بأنفسهم أثناء الإجابة في الامتحان	3.00	0.00	عالية
7	2	اعمل على تدريب التلاميذ على مهارات الاستعداد للامتحان	2.90	0.30	عالية
1	3	أوجه التلاميذ إلى مواجهة مشاكلهم	2.87	0.34	عالية
8	3	أدرب التلاميذ على مهارات أداء الامتحان	2.87	0.34	عالية
3	4	ادفع التلاميذ لاستثمار قدراتهم الايجابية أثناء الإجابة عن أسئلة الامتحان	2.83	0.37	عالية
12	4	اعمل على إقناع التلاميذ بان الامتحان وسيلة لقياس أدائهم	2.83	0.37	عالية
13	5	اعمل على إقناع التلاميذ بان الامتحان ليس غاية في حد ذاته	2.80	0.40	عالية
11	6	ادفع التلاميذ إلى تركيز انتباههم في موقف الامتحان	2.73	0.52	عالية

عالية	0.53	2.70	أدرب التلاميذ على مهارات الدراسة الفاعلة	7	6
عالية	0.53	2.70	أجتهد لتحسين العادات الدراسية الخاطئة لدى التلاميذ	7	9
عالية	0.53	2.70	أتابع التلاميذ من الناحية النفسية قبل اجتياز الامتحان	7	10
عالية	0.55	2.63	أدرب التلاميذ في الجلسات الإرشادية على الطريقة السليمة للتنفس بعمق أثناء الامتحان	8	5
عالية	0.50	2.57	أدرب التلاميذ الذين يعانون قلق الامتحان على الاسترخاء	9	4
عالية	0.20	2.77	الدرجة الكلية		

الجدول رقم (04)

يوضح الجدول رقم(04) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة استجابات مستشاري التوجيه والإرشاد عبر الجلسات الإرشادية حسب كل فقرة شكلت هذا المحور، ومن خلال الجدول يتضح أن العبارة(02) جاءت درجاتها عالية وبمتوسط حسابي عالي وانحراف معياري حسب الترتيب (3، 0.00) وكذلك جاءت العبارات (8،1،7) بدرجات عالية و بمتوسطات حسابية عالية ومقاربة حسب الترتيب (2.90، 2.87، 2.87) وانحرافات معيارية على الترتيب(0.30، 0.34، 0.34) وتشير هذه العبارات إلى تدريب التلاميذ على مهارات الاستعداد للامتحان، وتوجيه التلاميذ إلى مواجهة مشاكلهم، وتدريب التلاميذ على مهارات أداء الامتحان، وكذلك العبارات (3، 12، 13) والتي جاءت متوسطاتها عالية على الترتيب كما يلي (2.83، 2.83، 2.80) وانحرافات معيارية عالية بنفس الترتيب (0.37، 0.37، 0.40) وكانت درجاتها عالية والتي تشير إلى دفع التلاميذ لاستثمار قدراتهم الايجابية أثناء الإجابة عن أسئلة الامتحان والعمل على إقناع التلاميذ بان الامتحان وسيلة لقياس أدائهم وليس غاية في حد ذاته، أما العبارات (11، 6، 9، 10) فقد جاءت متوسطاتها عالية ومقاربة على الترتيب (2.73،

2.70، 2.70، 2.70) وانحرافات معيارية عالية على الترتيب (0.52، 0.53، 0.53، 0.53) ودرجاتها عالية وهذه العبارات تشير إلى دفع التلاميذ إلى تركيز انتباههم في موقف الامتحان، أدرب التلاميذ على مهارات الدراسة الفاعلة، اجتهد لتحسين العادات الدراسية الخاطئة لدى التلاميذ، متابعة التلاميذ من الناحية النفسية قبل اجتياز الامتحان، وجاءت كذلك العبارتان (5، 9) بدرجات عالية ومتوسطاتها الحسابية متقاربة على الترتيب (2.63، 2.57) وانحرافات معيارية على الترتيب (0.50، 0.56) وتشير هاتان العبارتان إلى تدريب التلاميذ على التنفس بعمق أثناء الامتحان والاسترخاء.

ب. تنص الفرضية الجزئية الثانية على أن مستشار التوجيه: يساهم في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر التوجيه العام.

الجدول رقم (05): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة استجابة افراد العينة على المحور الثاني.

رقم البند	الرتبة	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
16	1	انصح التلاميذ إلى تطبيق تقنيات مراجعة الدروس	2.83	0.37	عالية
18	2	انصح التلاميذ بالابتعاد عن السهر في المراجعة لوقت متأخر	2.82	0.48	عالية
19	2	أقوم بتقديم حصص إعلامية إلى التلاميذ للتخفيف من حدة الخوف من قلق الامتحان	2.82	0.48	عالية
17	3	انصح التلاميذ بتجنب تناول الأدوية المنشطة بوجه عام	2.80	0.48	عالية
24	4	انصح التلاميذ بتناول وجبة صحية قبل الامتحان	2.77	0.50	عالية
15	5	أوجه التلاميذ بالاعتناء	2.73	0.52	عالية

			بالمراجعة منذ بداية العام الدراسي		
عالية	0.56	2.57	ألجأ إلى الإرشاد الجماعي حول موضوع قلق الامتحان	6	22
عالية	0.57	2.50	أشجع التلاميذ على المشاركة في النشاطات التربوية الصفية	7	23
عالية	0.62	2.43	أوزع مطويات على التلاميذ حول قلق الامتحان	8	20
متوسطة	0.65	2.30	أتعاون مع الأولياء على التخفيف من حدة قلق الامتحان لدى أبنائهم	9	21
متوسطة	0.69	2.07	انصح التلاميذ بالاستعانة بالدروس الخصوصية في المواد الدراسية الصعبة	10	14
عالية	0.23	2.63	الدرجة الكلية		

الجدول رقم (05)

يوضح الجدول رقم (05) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية ودرجة استجابة مستشاري التوجيه والإرشاد عبر التوجيه العام حسب كل فقرة شكلت هذا المحور، ويتضح في الجدول أن العبارات (16، 18، 19، 17) جاءت درجاتها عالية وبمتوسطات حسابية عالية ومقاربة حسب الترتيب (2.83، 2.82، 2.80) وانحرافات معيارية على الترتيب (0.37، 0.48، 0.48، 0.48) وهي عبارات تشير إلى نصح التلاميذ إلى تطبيق تقنيات مراجعة الدروس والابتعاد عن السهر في المراجعة لوقت متأخر، أقوم بتقديم حصص إعلامية إلى التلاميذ للتخفيف من حدة الخوف من قلق الامتحان، انصح التلاميذ بتجنب تناول الأدوية المنشطة بوجه عام، وجاءت كذلك العبارتان (24، 15) بدرجات عالية ومتوسطات حسابية عالية ومقاربة حسب الترتيب (2.73، 2.77) وانحرافات معيارية حسب الترتيب (0.50، 0.52) وتشير هذه العبارات إلى نصح التلاميذ بتناول وجبة صحية قبل الامتحان، وتشير كذلك

إلى توجيه التلاميذ بالعناية بالمراجعة منذ بداية العام الدراسي، والعبارات (22، 23، 20) جاءت بدرجات عالية ومتوسطاتها عالية ومقاربة على الترتيب (2.57، 2.50، 2.43) وانحرافات معيارية عالية على الترتيب (0.56، 0.57، 0.62) وتشير هذه العبارات إلى لجوء مستشار التوجيه إلى الإرشاد الجماعي حول موضوع قلق الامتحان، وتشير أيضا إلى تشجيع التلاميذ بالمشاركة في النشاطات التربوية الصفية، وتشير كذلك إلى توزيع مطويات على التلاميذ حول قلق الامتحان وعلى خلاف ذلك جاءت العبارتان (21، 14) بدرجات متوسطة (2.30، 2.07) وانحراف معياري متوسط (0.65، 0.69) وتشير هاتان العبارتان إلى التعاون من طرف مستشار التوجيه مع الأولياء عن التخفيف من حدة قلق الامتحان لدى أبنائهم أو تشير كذلك إلى صح التلاميذ بالاستعانة بالدروس الخصوصية في المواد الدراسية الصعبة.

* * *

ثانياً: - مناقشة نتائج البحث

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الأولى

تدور الفرضية الفرعية حول مساهمة مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر الجلسات الإرشادية، حيث جاء هذا المحور بدرجة عالية، و بلغ المتوسط الحسابي الكلي لهذا المحور (2.77) وانحراف معياري (0.20) وذلك لأن جميع بنود هذا المحور جاءت بدرجة عالية مقارنة مع محور التوجيه العام، وهذه البنود من (1-14)، وهذا يدل على أن مستشار التوجيه يقوم بدوره في معالجة قلق الامتحان لدى التلاميذ عبر الجلسات الإرشادية، وقد تعزى هذه النتيجة إلى وجود كفاءة مهنية لدى مستشاري التوجيه والإرشاد في أداء واجباتهم اتجاه التلاميذ، أي أن العلاقات الإنسانية التي تحكم العلاقة بين المستشار والتلاميذ لها دور فعال في ارتفاع درجة نجاح أداء مستشار التوجيه، كما يعود السبب في هذه النتيجة إلى التزام عينة البحث بالقيام بعملهم من خلال تحقيق الأهداف العلمية والمهنية، وهذا ما يتفق مع دراسة أبو عطية والرفاعي (2008م)، حيث أسفرت نتائج هذه الدراسة على أن المرشد التربوي يعمل على تحقيق النشاطات الإرشادية الأكاديمية والمهنية والنفسية التي تحقق النمو الشامل المتكامل لطلاب المرحلة الثانوية، ودرجة مساهمة المرشد التربوي في المجال المهني قد بلغت 89 % بينما يرى المرشدون أن درجة مساهمتهم في هذا المجال بلغت 91%، كما يمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى الأداء القيم من قبل مستشاري التوجيه والإرشاد مع إبراز قدراتهم ومهاراتهم في اتخاذ القرارات المتعلقة بمستقبل التلاميذ وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (تينسون الثانية 1989م) بعنوان مرشدي المرحلة الثانوية ماذا يعملون؟ ما هو المهم؟ حيث وجد الباحث أن مستشار التوجيه لا يمكنه القيام بدوره كما ينبغي ويرجع ذلك إلى تزايد احتياجات التلاميذ لخدمات التوجيه، ومن أهم المعوقات الواردة في هذه الدراسة كثرة أعداد التلاميذ.

ومن خلال ما سبق وبالرجوع إلى الدرجة الكلية لهذا المحور يلاحظ أن الفرضية الفرعية الأولى تحققت في حدود هذا البحث، وبذلك يكون لمستشار التوجيه دور ملحوظ في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر الجلسات الإرشادية.

ب- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الثانية:

تدور الفرضية الفرعية الثانية حول مساهمة مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر التوجيه العام، أظهرت النتائج المتعلقة بهذه الفرضية بأن استجابات مستشاري التوجيه والإرشاد في هذا المحور بدرجة عالية، حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي للمحور (2.63) وانحراف معياري (0.23)، وهذه النتيجة مقبولة لأن أغلب عباراته كانت درجاتها تتراوح بين (2.07-2.83)، وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن دور مستشار التوجيه عبر التوجيه العام داخل المؤسسات التربوية يرجع معظمها إلى تقديم توجيهات للتلاميذ الذين لديهم قلق الامتحان، وكيف يتم التخلص من هذا القلق الذي يؤثر في تحصيلهم الدراسي أثناء الامتحانات والذي تنعكس عليهم سلباً، حيث يلجأ التلميذ إلى مستشار التوجيه ليقدّم له الطريقة الأمثل للتخفيف من حدة قلق الامتحان، ويتم ذلك بتطبيق تقنيات المراجعة الملائمة للدروس، وقد اتفقت نتيجة هذا المحور مع دراسة (تينسون الأولى 1989م)، والتي أسفرت نتائجها على أن المستشارين العاملين في الثانويات لمختلفة يصرفون وقتهم في تقديم التوجيه والإرشاد، أي أنه هناك أداء جيد يقوم به مستشاري التوجيه والإرشاد، وتعزى هذه النتيجة إلى وجود مستشارين مؤهلين لأداء أدوارهم على أكمل وجه، لأن العنصر البشري هو الأهم والأقوى في نجاح العملية التوجيهية والتزام مستشاري التوجيه والإرشاد بالقيام بمهامهم داخل المؤسسة التربوية، وتعزى هذه النتيجة إلى التقويم المستمر الذي يؤدي إلى تعزيز نقاط القوة وتعديل نقاط الضعف، كذلك يمكن أن تعزى هذه النتيجة المتوصل إليها إلى اهتمام مستشاري التوجيه والإرشاد بالتلاميذ والعمل على تحقيق متطلباتهم

والحرص على تقديم الخدمة التوجيهية والإرشادية إليهم، وهو الأمر الذي ينطوي على تحقيق رضا التلاميذ وزيادة الثقة بأنفسهم.

ومن خلال ما سبق وبالرجوع إلى الدرجة الكلية لهذا المحور، يلاحظ أن الفرضية الفرعية الثانية تحققت في حدود هذا البحث، وبذلك يكون لمستشار التوجيه دور ملحوظ في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر التوجيه العام.

وانطلاقاً من تحقق الفرضية الفرعية الأولى والفرضية الفرعية الثانية، تكون الفرضية العامة التي تدور حول ما يلي: لمستشار التوجيه دور في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي محققة، وبذلك يكون لمستشار التوجيه دور ملحوظ في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

* * *

توصيات ومقترحات

من خلال الإطار النظري والدراسات السابقة ومن خلال تحليل النتائج المتحصل عليها يمكن تقديم التوصيات والمقترحات التالية:

- 01- على مستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يبذل ما بوسعه من أجل العناية بتلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي لمساعدتهم على مواجهة قلق الامتحان.
- 02- إجراء دراسات حول الأساليب التي يستخدمها مستشار التوجيه في تعامله مع أبناء المدارس.
- 03- ضرورة توفير التسهيلات المادية والمعنوية التي من شأنها أن تساعد مستشار التوجيه المدرسي والمهني على القيام بالوظائف المنوطة به على أحسن ما يرام.
- 04- العناية بمستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني أثناء الخدمة.
- 05- تنظيم دورات تكوينية في مجال التوجيه والإرشاد، ويكون ذلك عن طريق محاضرات وندوات وترقيات والأيام الإعلامية والدورات التكوينية الهادفة.
- 06- تفعيل دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني خاصة في مجال التوجيه والإرشاد لكونه عنصراً فعالاً في العملية التعليمية.

* * *

مراجع الفصل الخامس

01. أحمد حسين الرفاعي، "مناهج البحث العلمي تطبيقات ادارية واقتصادية"، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2005، ط4، ص181.
02. عمار بوحوش ومحمد الذنبيات، "مناهج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، دون ذكر تاريخ النشر، ط4، ص137، 143.

* * *

خاتمة

خاتمة

خاتمة

انطلق البحث من إشكال يتطلب الإجابة عنه والمتمثل في ما دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من خلال آراء المستشارين وقد كان الهدف من ذلك هو الكشف عن دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني، حيث اعتنى البحث بالجانب النظري من خلال إبراز مفهوم التوجيه المدرسي، ومستشار التوجيه المدرسي والمهني، وتوصل البحث إلى أن مستشار التوجيه المدرسي والمهني يساهم بدرجة عالية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، وهذا ما عبرت عنه النتائج الإحصائية المتوصل إليها من خلال الفرضية الأولى التي تنص على أن مستشار التوجيه يساهم بدرجة عالية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر الجلسات الإرشادية، وأما بالنسبة للفرضية الفرعية الثانية التي تنص على أن مستشار التوجيه يساهم بدرجة عالية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عبر التوجيه العام، وانتهى البحث بتقديم توصيات ومقترحات ملائمة في هذا المجال.

وعلى الله الاعتماد ومنه الهداية والرشاد

* * *

قائمة المراجع

أولاً- الكتب

- 1- إبراهيم سليمان، "الإرشاد النفسي- أسسه وتطبيقاته-"، دار عالم الكتب الحديث، عمان، 2009م.
- 2- أحمد أبو أسعد ولمياء الهواري، "التوجيه التربوي والمهني"، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، 2008م.
- 3- أحمد حسين الرفاعي، "مناهج البحث العلمي - تطبيقات إدارية واقتصادية-"، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2005م، ط4.
- 4- أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، "الإرشاد المدرسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2012م، ط2.
- 5- أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، "المقابلة الإرشادية في الإرشاد النفسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2015م.
- 6- أحمد عبد اللطيف وأحمد نايل العزيز، "التشخيص والتقييم في الإرشاد"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2009م.
- 7- أسامة فاروق مصطفى، "الاضطرابات السلوكية والانفعالية"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م.
- 8- جابر نصر الدين ولوكيا الهاشمي، "مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي"، دار الهدى للطباعة، عين مليلة، 2006م.
- 9- جودت عبد الهادي وسعيد حسني العزة، "مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م.
- 10- حامد بن أحمد ضيف الغامدي، "فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق"، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2013م.
- 11- حامد عبد السلام زهران، "الإرشاد النفسي المصغر في التعامل مع المشكلات الدراسية"، دار عالم الكتب، القاهرة، 2000م.
- 12- حامد عبد السلام زهران، "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، دار عالم الكتب، القاهرة، 2005م، ط4.

- 13- حسين هاشم الفتلي، "أسس البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية"، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2014م.
- 14- حناش فضيلة ومحمد يحيى زكريا، "التوجيه والإرشاد المدرسي من منظور إصلاحات التربية الجديدة"، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية وتحسين مستواهم، الجزائر، 2011م.
- 15- خديجة بن فليس، "المرجع في التوجيه المدرسي والمهني"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2014م.
- 16- رافدة الحريري وسمير الإمامي، "الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2011م.
- 17- سامر جميل رضوان، "الصحة النفسية"، دار الميسرة، عمان، 2002م.
- 18- سامي محمد ملحم، "الإرشاد النفسي للأطفال"، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، 2008م.
- 19- سعيد حسني العزة، "الإرشاد النفسي أساليبه وفتياته"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م.
- 20- سعيد حسني العزة، "دليل المرشد التربوي في المدرسة"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2009م.
- 21- سعيد عبد العزيز وجودت عزة عطوي، "التوجيه المدرسي"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2004م.
- 22- سليمان داوود زيدان وسهيل موسى شواقفة، "أساليب الإرشاد التربوي"، دار جهينة للنشر والتوزيع، عمان، 2007م.
- 23- سليمان عبد الواحد إبراهيم، "الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية"، دار الورق، عمان، 2014م.
- 24- سهير كامل أحمد، "التوجيه والإرشاد النفسي"، مركز الإسكندرية للكتاب، القاهرة، 2000م.
- 25- صالح حسن الداھري، "علم النفس الإرشادي - نظرياته وأساليبه الحديثة"، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2011م ط2.
- 26- صالح حسن الداھري، "مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي"، دار مكتبة الكندي، (دون ذكر مكان النشر)، 2014م.

- 27- عبد العزيز المعاينة ومحمد عبد الله الجيمان، "مشكلات تربوية معاصرة"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2009م.
- 28- عبد الله الطراونة، "مبادئ التوجيه والإرشاد التربوي"، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2009م.
- 29- عبد المطلب أمين القريطي، "الصحة النفسية"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998م.
- 30- عثمان فريد رشدي، "الإرشاد والتوجيه المهني"، دار الرياىة للنشر والتوزيع، عمان، 2013م.
- 31- عدنان أحمد الفسفوس، "الإرشاد التربوي- مفهومه، أسسه، قواعده الأخلاقية-"، (دون ذكر دار النشر ومكان النشر)، 2007م.
- 32- عمار بوحوش ومحمد محمود الذنبيات، "مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، (دون ذكر تاريخ النشر)، ط4.
- 33- فيصل بن عبد الله آل مسعود مشاري آل مسعود وآخرون، "دليل استراتيجيات خفض قلق الاختبار"، المركز الوطني للقياس والتقويم في التعليم العالي، (دون ذكر مكان النشر)، 1434هـ.
- 34- كاملة الفرح وعبد الجابر تيم، "مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي"، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 1999م.
- 35- لمعان مصطفى الجلاي، "التحصيل الدراسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2011م.
- 36- محمد المشاقبة، "مبادئ الإرشاد النفسي"، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، 2008م.
- 37- محمد برو، "أثر التوجيه على التحصيل الدراسي في المرحلة الثانوية"، دار الأمل للنشر والتوزيع، (دون ذكر مكان النشر)، 2010م.
- 38- مروان أبو حويج، "المدخل إلى علم النفس العام"، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2006م.
- 39- معصومة سهيل المطيري، "الصحة النفسية"، مكتبة الفلاح، الكويت، 2005م.
- 40- مندر عبد الحميد الضامن، "علم النفس الطفولة والمرافقة"، مكتبة الفلاح، الكويت، 2003م.
- 41- موسى النبهان، "أساسيات القياس في العلوم السلوكية"، دار الشروق، عمان، 2004م.
- 42- ناصر الدين أبو حماد، "دليل المرشد التربوي"، دار عالم الكتب، إريد، 2006م.
- 43- نبيل محمد زايد، "الدافعية والتعلم"، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 2003م.

- 44- هشام عطية القواسمة وصباح خليل الحوامدة، "دليل المشرد التربوي في مجال التوجيه الجمعي في الصفوف"، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، 2010م.
- 45- ياسو صالح سعيد علي وحسين وليد عباس، "الإرشاد النفسي- الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الإنساني-"، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان، 2014م.
- 46- يامنة عبد القادر اسماعيلي، "التوجيه التربوي المعاصر"، دار اليازوري العلمية، عمان، 2011م.
- 47- يوسف مصطفى قاضي وآخرون، "الإرشاد النفسي والمدرسي"، دار الميسرة للنشر والتوزيع، الرياض، 1981م.

ثانيا - المعاجم والقواميس

- 48- جبران مسعود، "معجم الرائد"، دار العلم للملايين، بيروت، 1992م، ط7.
- 49- حسن شحاتة وزينب النجار، "معجم المصطلحات التربوية والنفسية"، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، 2003م.
- 50- صالح الصقور، "موسوعة الخدمة الاجتماعية المعاصرة"، دار اليازوري العلمية، عمان، 2011م.
- 51- علي بن هادية وآخرون، "القاموس الجديد للطلاب"، المؤسسة الوطنية للطلاب، الجزائر، 1991م.

ثالثا - الرسائل الجامعية

- 52- سليمة سايجي، "الكشف عن بعض خصائص خط اليد لدى تلاميذ ذوي مستوى قلق الامتحان المرتفع"، أطروحة دكتوراه، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2012م.
- 53- عبد الناصر غربي، "فاعلية برنامج إرشادي في ضوء نظرية البرت أليس العقلانية الانفعالية السلوكية في خفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"، أطروحة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2014م.
- 54- علوي نجاة، "واقع التوجيه المدرسي بين الأسس العلمية الارتجالية"، مذكرة ماجستير، جامعة منثوري، قسنطينة، (دون ذكر تاريخ النشر).
- 55- محمد جدوع أبو يوسف، "فاعلية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين في مدارس وكالة الغوت بقطاع غزة"، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2008م.

رابعاً- المجالات التربوية

56- صياد نعيمة، برنامج إرشادي لتعديل خصائص نمط السلوك (أ) في تخفيض قلق الامتحان لدى عينة من طلاب البكالوريا، "مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية"، (دون ذكر دار النشر)، جامعة باتنة، العدد 10، 2013م.

57- عبد الله لبوز وإسماعيل الأعور، ضغوط وعراقيل مستشار التوجيه لمهامه في المقاطعة، "مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية"، (دون ذكر دار النشر ومكان النشر وتاريخ النشر)، عدد خاص بالملتقى الدولي حول المعاناة في العمل.

58- لبنى جديد، العلاقة بين أساليب التعلم كنمط من أنماط معالجة المعلومات وقلق الامتحان وأثرهما على التحصيل الدراسي، "مجلة جامعة دمشق"، (دون ذكر دار النشر ومكان النشر)، م26، 2010م.

* * *

الملاحق

الملحق رقم 01

قائمة المحكمين

الرقم	أسماء المحكمين	التخصص
01	هاين ياسين	مناهج وأساليب التدريس
02	علوطي سهيلة	علم النفس التربوي
03	بوشينة صالح	علم النفس الجنائي
04	بشته حنان	تكنولوجيا التعليم والتربية
05	بن صالحية كريمة	علم النفس المدرسي
06	جردير فيروز	علم النفس
07	كعبار جمال	علم النفس تنظيم وعمل

الملحق رقم 03

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -

قسم: علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا

السنة: الثانية ماستر توجيه وإرشاد تربوي

استبيان حول:

دور مستشار التوجيه في معالجة قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من
التعليم الثانوي

في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر توجيه وإرشاد تربوي تلتزم منكم الباحثة
التعاون معها بالإجابة على بنود هذا الاستبيان، وذلك بوضع علامة (x) في المكان المناسب
للإجابة وتعهدكم بأن المعلومات التي تقدمونها لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

وتقبلوا مني جزيل الشكر وفائق الاحترام

الباحثة:

• قدور حورية

السنة الجامعية: 2017 - 2018 م

أولاً - البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر أنثى

الخبرة المهنية: أقل من 5 سنوات من 5 إلى 10 سنوات أكثر من 10 سنوات

التخصص الجامعي:

ثانياً - بنود الاستبيان:

أخي، أختي المستشار (ة) أثناء قيامكم بعملكم التوجيهي والإرشادي مع التلاميذ حول:

البدائل			المحور الأول: الجلسات الإرشادية
نادرا	أحيانا	دائما	
			1- أوجه التلاميذ على مواجهة مشاكلهم
			2- أشجع التلاميذ على الثقة بأنفسهم أثناء الإجابة في الإمتحان
			3- أدفع التلاميذ لاستثمار قدراتهم الإيجابية أثناء الإجابة عن أسئلة الإمتحان
			4- أدرب التلاميذ الذين يعانون من قلق الإمتحان على الاسترخاء
			5- أدرب التلاميذ في الجلسات الإرشادية على الطريقة السليمة للتنفس بعمق أثناء الإمتحان
			6- أدرب التلاميذ على مهارات الدراسة الفاعلة
			7- أعمل على تدريب التلاميذ على مهارات الاستعداد للإمتحان
			8- أدرب التلاميذ على مهارات أداء الإمتحان
			9- أجتهد لتحسين العادات الدراسية الخاطئة لدى التلاميذ
			10- أتابع التلاميذ من الناحية النفسية قبل اجتياز الإمتحان
			11- أدفع التلاميذ إلى تركيز انتباههم في موقف الإمتحان
			12- أعمل على إقناع التلاميذ بأن الإمتحان وسيلة لقياس أدائهم
			13- أعمل على إقناع التلاميذ بأن الإمتحان ليس غاية في حد ذاته
المحور الثاني: التوجيه العام			
			14- أنصح التلاميذ بالإستعانة بالدروس الخصوصية في المواد الدراسية الصعبة عليهم
			15- أوجه التلاميذ بالعناية بالمراجعة منذ بداية العام الدراسي

			16- أنصح التلاميذ إلى تطبيق تقنيات مراجعة الدروس
			17- أنصح التلاميذ بتجنب تناول الأدوية المنشطة بوجه عام
			18- أنصح التلاميذ بالإبتعاد عن السهر في المراجعة لوقت متأخر
			19- أقوم بتقديم حصص إعلامية إلى التلاميذ للتخفيف من حدة الخوف من قلق الإمتحان
			20- أوزع مطويات على التلاميذ حول قلق الإمتحان
			21- أتعاون مع الأولياء عن التخفيف من حدة قلق الإمتحان لدى أبنائهم
			22- ألبأ إلى الإرشاد الجماعي حول موضوع قلق الإمتحان
			23- أشجع التلاميذ على المشاركة في النشاطات التربوية الصفية
			24- أنصح التلاميذ بتناول وجبة صحية قبل الإمتحان

ملخص البحث باللغة العربية:

تناولت هذه الدراسة موضوع دور مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، وهدفت الدراسة إلى معرفة مساهمة مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

واتبعت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تصميم استبيان تضمنت 24 عبارة موزعة على محورين وهما الجلسات الإرشادية، والتوجيه العام، وتم تطبيقها على عينة استطلاعية للتأكد من صدقه وثباته، وكانت عينة الدراسة تكون من 30 مستشارا ومستشارة في التوجيه المدرسي والمهني بولاية جيجل وتم الاعتماد على عدة أساليب إحصائية في معالجة البيانات، وتوصلت الدراسة في نهاية المطاف إلى أن درجة مساهمة مستشار التوجيه في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي جاءت بدرجة عالية.

Résumé de la recherche en Français

Cette étude sur le rôle du conseiller d'orientation dans la prise en charge de l'anxiété de l'examen chez les élèves de troisième année de l'enseignement secondaire.

L'étude visait à découvrir la contribution du conseiller d'orientation dans la lutte contre l'anxiété d'examen des élèves de troisième année du secondaire.

Dans cette étude, le chercheur a suivi l'approche positive, afin de réaliser les objectifs de l'étude, un questionnaire a été conçu pour inclure 24 paragraphes divisés en deux axes : les séances d'orientation et les orientations générales. Il a été appliqué à un échantillon d'enquête pour vérifier sa validité et sa stabilité, l'échantillon de l'étude comprenait 30 conseillers et conseillères dans l'orientation scolaire et professionnelle dans la wilaya de Jijel , plusieurs méthodes statistiques ont été utilisées dans le traitement des données, finalement, l'étude a révélé que le degré de contribution du conseiller en orientation scolaire et professionnelle dans le traitement de l'anxiété des élèves du secondaire en troisième année était très élevé.