

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص : علم النفس المدرسي

الموسومة بـ:

الضغط النفسي المدرسي وعلاقته بالطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي
دراسة ميدانية في ثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم -

مقدمة ومناقشة علنا من طرف

الطالب (ة) : سهيل سامية

أمام لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
_ منصورى مصطفى	أستاذ التعليم العالى	رئيسا
_ بورزق يوسف	أستاذ محاضر (أ)	مناقشا
_ عثمان عز الدين	أستاذ محاضر (أ)	مشرفا ومقررا

السنة الجامعية: 2024/2023

امضاء المشرف بعد الاطلاع على التصحيحات

03 جويلية 2024

تاريخ الابداع:



A. Etienne

الضغط النفسي المدرسي وعلاقته بالطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي
دراسة ميدانية في ثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم _

تحت إشراف:

د/عثمان عز الدين

من إعداد الطالبة:

سهيل سامية

اهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات ، الحمد لله ما تم جهد ولا ختم سعى
الا بفضلله وما تخطى العبد من عقبات وصعوبات إلا بتوفيقه وبفضل الله
اتممت مسيرتي الجامعية ، ومن جامعة عبد الحميد ابن باديس في
تخصص علم النفس المدرسي

إلى أمي ثم أمي ثم أمي

منك تعلمنا النجاح ومنك تعلمنا الإخلاص ومنك آمنا أن لا مستحيل في
سبيل الإبداع والرقى

والى والدي العزيز أنت السند والمسند والاتكاء

وكذلك لا أنسى إخوتي وأخي إلى رفاق الخطوة الأولى والخطوة ما قبل
الأخيرة شكرا لدعمي دائما

والى زميلاتي وزملائي والى روح الأحب إلى قلبي لا أنسى ما قدمتموه
من مساعدة وكنا اليد في اليد ولم يبخلون عليّ بمعلومات .

وخاصة حليلة خراز

والى أستاذي المؤطر الذي أفخر بأني إحدى طالباتك أفخر
بكل إنجاز معك أفخر لأنك أستاذي لك كل الاحترام
والتقدير

لكم أقدم اهدائي سهيل سامية .

خريجة 2024

شكر وعرافان

الحمد لله رب العالمين

أحمد الله وأشكره على فضله ونعمته بأن قدر لي لإتمام هذا العمل كما يسعدني أن أتقدم
بجزيل الشكر والتقدير وعظيم الامتنان

أشكر أستاذي "عز الدين عثمان" والسادة المناقشين وإلى كل أساتذة علم النفس المدرسي
على مجهوداتهم وتوجهاتهم

وإلى المؤسسة التي استقبلتني على إتمام هذا العمل الجبار ثانوية مهداوي أحمد شكر
خاص للمدير وكذلك مستشارة التوجيه "بلجنة خيرة" وجميع أساتذة الذين رافقوني

وكذلك عينة بحثي لهم كل الشكر والتقدير

شكرا جزيلا

سهيل سامية



ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية الى ايجاد العلاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم وتم تطبيقه على عينة قوامها (50) تلميذا وتلميذة من الشعبة العلمية والادبية بطريقة عشوائية وقد استخدمنا المنهج الوصفي ، وطبقنا استبيان الضغوط النفسية المدرسية بن خليفة اسماعيل (2019) واستبيان مستوى الطموح جناد عبد الوهاب (2014) وبعد معالجة البيانات باستخدام برنامج SPSS 20 ،ومما أسفرت النتائج على عدم وجود علاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي ووجود فروق في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس وتعزى لصالح الاناث ، وعدم وجود فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس وكذلك في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الادبية.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي المدرسي ، مستوى الطموح الدراسي

Abstract

The current study aims to find the relationship between school psychological pressure and academic ambition among third-year secondary school students, Mahdaoui Ahmed, Sidi Lakhdaer Municipality, and Mostaganem Province. It was applied to a sample of (50) male and female students from the scientific and literary division in a random manner. We used the descriptive approach and applied a psychological stress questionnaire. School, Bin Khalifa Ismail (2019), and the ambition level questionnaire, Junad Abdel Wahab (2014), and after processing the data using the 20 SPSS program, the results revealed that there is no relationship between school psychological pressure and academic ambition, and the presence of differences in school psychological pressure that varies by gender, and is attributed to the benefit of females, and there are no differences. In the academic ambition of the gender variable, as well as in the academic ambition between the scientific section and the literary section.

Keywords : school psychological pressure level of academic ambition.

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	الاهداء
ب	شكر وعرقان
ج	ملخص البحث بالعربية
د	ملخص البحث بالإنجليزي
هـ	قائمة المحتويات
ح	قائمة الجداول
ط	قائمة الأشكال
ي	قائمة الملاحق
1	مقدمة
	الفصل الأول: مدخل الدراسة
5	1- إشكالية الدراسة
7	2- فرضيات الدراسة
7	3- أهمية الدراسة
8	4- أسباب اختيار الموضوع
8	5- أهداف الدراسة
9	6- التعاريف الإجرائية للمفاهيم
	الفصل الثاني: الضغوط النفسية المدرسية
11	تمهيد
11	1- مفهوم الضغوط النفسية
12	2- النظريات المفسرة للضغوط النفسية
13	3- مفهوم الضغوط النفسية المدرسية
15	4- مصادر الضغوط النفسية المدرسية
17	5- عوامل الضغوط النفسية المدرسية
19	6- أنواع الضغوط النفسية المدرسية
26	خلاصة الفصل
	الفصل الثالث: الطموح الدراسي
28	تمهيد

28	1- تعريفات الطموح الدراسي
29	2- نظريات الطموح
32	3- تعريفات الطموح الدراسي
33	4- نمو مستوى الطموح
34	5- أنواع مستوى الطموح
35	6- طبيعة مستوى الطموح
37	7- العوامل المؤثرة في الطموح الدراسي
41	8- سمات الشخص الطموح
43	خلاصة الفصل
	الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية
45	تمهيد
45	الدراسة الاستطلاعية
45	1- أهداف الدراسة الاستطلاعية
46	2- المجال الجغرافي والزمني للدراسة الاستطلاعية
46	3- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية
50	الدراسة الاساسية
50	1- منهج الدراسة
50	2- مجتمع الدراسة
51	3- المجال الجغرافي والمكاني لإجراء الدراسة
51	4- عينة الدراسة ومواصفاتها
53	5- أدوات الدراسة
55	6- الاساليب الاحصائية للدراسة
56	خلاصة الفصل
	الفصل الخامس : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة
58	تمهيد
58	1- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية العامة الأولى
60	2- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية
62	3- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة
64	4- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة
66	خلاصة الفصل

67	الخاتمة
67	اقتراحات وتوصيات
	مصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان	رقم
48	يبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط النفسية المدرسية	01
48	يوضح الثبات بطريقة ألفا كرومباخ لمقياس الضغوط النفسية المدرسية	02
50	يمثل قيمة معامل الارتباط ومستوى الدلالة لدى استبيان مستوى الطموح	04
50	يوضح الثبات بطريقة ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية	05
52	يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الجنس	06
53	يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الشعبة العلمية والأدبية	07
60	يوضح نتائج معامل بيرسون للعلاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي	08
62	يوضح اختلاف في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس	09
64	يوضح اختلاف في الطموح الدراسي لمتغير الجنس	10
65	يوضح اختلاف في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الادبية	11

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
53	يبين مخطط دائري لتوزيع عينة الدراسة حسب الجنس	الشكل رقم 1
54	يبين مخطط دائري لتوزيع العينة حسب الشعبة	الشكل رقم 2

قائمة الملاحق

العنوان	رقم
استبيان الضغوط النفسية المدرسية واستبيان مستوى الطموح	01
مخرجات الحزمة الاحصائية spss20	02
ورقة تسهيل مهمة	03

يعتبر موضوع الضغط النفسي من الموضوعات الهامة التي كانت محل دراسة العديد من العلماء والباحثين في مجالات مهمة مثل الصحة العامة وكذلك علم النفس والتربية ومختلف العلوم الاجتماعية والانسانية وذلك مما ينتج عنه من أثار سلبية على الفرد ، وكذلك الجماعات ويرى المختصون أن الضغط النفسي من مشاكل العصر الحديث وبدأ واضحا بأنه يقلق المجتمعات في الجوانب السياسية والتعليمية المدرسية والاجتماعية بحيث أصبح يفرز منها أمراض صحية كثير مثل أمراض القلب ارتفاع ضغط الدم وكذلك صعوبة في التنفس أي ما يسمى بالأمراض السيكوسوماتية psychosomatics أو السيكوفيسولوجية

Psychophysiological

وبناء عليه تولى النظم التربوية رعاية وعناية خاصة بالشباب لأنهم يمثلون أعز ما تملك الأمة ، من الموارد وهم عماد التقدم والازدهار ، ولذلك يجب علينا التكفل بقيمة الشباب في كل مراحل التعليم وخاصة في مرحلة التعليم الثانوي ، اذ تعتبر مرحلة حساسة جدا ، وذلك كونها مرحلة نمو شخصية التلميذ الا انها تعد مصدر الضغط وذلك بسبب قلق وتوتر نتيجة أعباء الدراسة المتلاحقة التي لا تتجاوز قدراتهم واستيعابهم نتيجة الضغوط المدرسية ، ويشير الضغط المدرسي الى تلك العوائق والصعوبات التي تعرقل التلاميذ في مصيرهم الدراسي والتعليمي وخاصة المقبلين على اجتياز امتحانات مصيرية مثل البكالوريا ، وقد يقف التلاميذ عاجزين أمامها لعدم وجود الحلول المناسبة لهذه الضغوط المتعلقة بالوسط المدرسي والتعليمي .

ومن جانب آخر تعد الضغوط مفتاح النجاح والتوفيق فالمهام التي لا تحدد ضمن اطار زمني لتنفيذها قد لا تنجز ابدا اي الضغوط لها جانب ايجابي وسلبى فالتلاميذ يقيسون

مستوى مذكراتهم بمستوى الضغوط التي يحسونها من جراء هاجس امتحان قادم

ومستوى الطموح له دور هام في حياة الفرد اذ يعتبر مؤشرا ويوضح أسلوب تعامل الانسان مع نفسه ومع بيئته والمجتمع الذي يعيش فيه ، فالطموح هو الوسيلة التي تستمر بها عجلة الحياة في تقدم المجتمعات وهو سر النجاح ، ومن اهم مميزات الشخصية السوية ، وبقدر ما يكون الطموح مرتفعا تكون الشخصية متميزة .

وفي موضوع دراستنا وبحثنا هذا عن الضغط النفسي المدرسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وفي هذا قسمت بحثي الى خمس فصول بحيث يحتوي

الفصل الاول : على الاطار النظري والمفاهيم الدراسة بحيث يحتوي على اشكالية الدراسة والفرضيات وأهمية الدراسة وكذلك أسباب اختيار الموضوع وأهداف الدراسة واخيرا المفاهيم الاجرائية

الفصل الثاني : يتحدث على المتغير الاول الضغوط النفسية المدرسية ويحتوي على عدة عناصر منها مفهوم الضغوط النفسية والنظريات المفسرة للضغوط وكذلك مفهوم الضغوط النفسية المدرسية وكذلك أبعاد الضغوط النفسية المدرسية ومصادر الضغوط وانواعها واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المدرسية

الفصل الثالث: يتحدث على المتغير الثاني الطموح الدراسي يتضمن في عناصره على تعريفات الطموح الدراسي والنظريات المفسرة للطموح ونمو الطموح الدراسي وأنواع الطموح وطبيعته والعوامل المؤثرة في الطموح الدراسي وسمات الشخص الطموح

الفصل الرابع: يتضمن الاجراءات النهجية لدراسة الميدانية اولا الدراسة الاستطلاعية وأهداف الدراسة الاستطلاعية والمجال الجغرافي والزمني للدراسة الاستطلاعية و الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية تم الدراسة الاساسية منهج الدراسة وكذلك مجتمع الدراسة والمجال الجغرافي والمكاني لإجراء الدراسة عينة الدراسة وادواتها والاساليب الاحصائية

أما الفصل الخامس والآخر عرض ومناقشة نتيجة الفرضية العامة الاولى وبعدها عرض ومناقشة الفرضية الثانية والثالثة والرابعة وخاتمة وتوصيات .

الفصل الأول: مدخل للدراسة

إشكالية الدراسة

فرضيات الدراسة

أهمية الدراسة

أسباب اختيار الموضوع

أهداف الدراسة

المفاهيم الإجرائية

إشكالية الدراسة :

مع مرور الوقت أصبح الضغط النفسي المدرسي مسألة مهمة,تثير اهتمام العديد من الباحثين والمختصين في مجال التعليم والصحة النفسية يعرفون الضغط النفسي المدرسي على أنه الضغوط والتحديات النفسية التي يوجهها التلاميذ أو الطلاب في البيئة المدرسية , و من خلال مسار تعليمهم وتعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسة في حياتنا المعاصرة وماهي إلا رد فعل لتغيرات السريعة التي تطرأ على كافة النواحي, حتى صار يلقب هذا العصر بعصر الضغوط لأن كل فرد يعاني الضغوطات بدرجات متفاوتة فالتلميذ أو الطالب يعاني من ضغوطات اكااديمية يشكو من كثرة الدروس وكثافة البرامج الدراسية والتي تتجاوز قدراتهم وإمكانياتهم التعليمية ,وكذلك تعرضهم للضغوطات النفسية والعاطفية وفي مختلف جوانبه سواء الأسرية أو الاجتماعية وكذلك التفاعل مع الأقران والتكيف وغيرها من الضغوطات وقد أشارت الدراسات كدراسة (القحطاني، 2015) التي أظهرت أن أكثر الضغوط النفسية التي يعاني منها الطلاب كانت الضغوط المدرسية ،ثم الضغوط الانفعالية ثم الضغوط الاجتماعية ، ثم الضغوط الأسرية. ودراسة (النيل ، 2020) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغوط المدرسية وأبعاده وأبعاد مستوى الشعور بالصحة النفسية ، أي كلما ارتفع مستوى الضغوط المدرسية يتم انخفاض في الشعور بالصحة النفسية .

ولتفادي هذه الضغوطات التي يتعرض لها التلاميذ في البيئة المدرسية والتي تزيد من مستوى التوتر والقلق وخاصة طلاب البكالوريا مما يؤثر سلبا على مستوى طموحهم وتحفيزهم لتحقيق النجاح إذ يعمل الطموح كعامل مقاوم للضغط النفسي المدرسي حيث

يمكن للتلاميذ ذوي مستوى طموح عالي والاستجابة بشكل أفضل لتحدي الصعوبات التي يواجهونها في حياتهم أو في الوسط التربوي ولما لا في الوسط المهني فقد توصلت دراسة فلاح أحمد (2022) والتي تناولت موضوع مستوى الطموح الدراسي عند تلاميذ التعليم الثانوي وخلصت الدراسة الى وجود فروق في مستوى الطموح سواء في متغير الجنس وكذلك التخصص

ومن هذه الدراسات نحاول الكشف عن العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي المدرسي و الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي والكشف عن إمكانية وجود علاقة أو عدم وجود علاقة بين المتغيرين وفي هذا الإطار العام لإشكالية بحثي التي تنصب في طرح التساؤلات والفرضيات التالية :

هل توجد علاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

- هل توجد فروق لضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

- هل توجد فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

- هل توجد فروق في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الأدبية لدى تلاميذ السنة

الثالثة ثانوي

فرضيات الدراسة:

-توجد علاقة بين الضغط النفسي المدرسي و الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

-توجد فروق لضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

-توجد فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

-توجد فروق في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الأدبية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة لموضوع الضغط النفسي المدرسي وعلاقته بالطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي :

-مساعدة المؤسسة على التعرف على أهم العوامل والعلاقات التي لها صلة بالضغط النفسي المدرسي والعوامل التي تؤثر على التلميذ.

-تساهم الدراسة للبحث في معرفة أكثر الضغوطات النفسية التي يعاني منها تلاميذ سنة ثالثة ثانوي والطريقة الأنجح لتقليل من هذه المسألة .

-فهم الطموح الدراسي لدى التلاميذ وتوجيه العملية التعليمية وتحفيزهم على تحقيق النجاح الاكاديمي .

-تساهم الدراسة على التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغط النفسي المدرسي و الطموح الدراسي لدى تلاميذ سنة الثالثة ثانوي.

-تمكننا الدراسة على التعرف على الفروق بين التلاميذ وذلك باختلاف الجنس والشعبة.

-تمكننا الدراسة على اقتراح حلول وتوصيات للتخلص من الضغوطات النفسية والمدرسية.

أسباب اختيار الموضوع :

الاسباب الذاتية :

-الرغبة الشخصية في اختيار موضوع لأنني مررت بنفس الضغوط في المراحل السابقة

_طبيعة التخصص يفرض علينا اختيار الموضوع الذي ينتمي اليه

الاسباب الموضوعية :

-تدعيم عمل المختصين لفهم أسباب الضغوط النفسية المدرسية لدى التلاميذ وتأثيراته على

الوسط التربوي

-يتجلى موضوع الضغط النفسي المدرسي وعلاقته بالطموح الدراسي بطابع علمي وجانب

نفسى وذلك لتخصصي علم النفس المدرسي

أهداف الدراسة :

ان دراسة الضغوط النفسية المدرسية والطموح الدراسي على المؤسسات التربوية تلقت انظار

المسؤولين ومحاولة التغلب عليها و التعامل معها وذلك من خلال :

-التحقق من فرضيات الدراسة

_معرفة الحالة النفسية للتلاميذ في ظل الضغوط النفسية

-دراسة العلاقة بين الضغط النفسي المدرسي و الطموح الدراسي وكيفية تحقيق التوازن بينهما

-معرفة المواقف الضاغطة مما يسمح بتوجيه التلاميذ وذلك من خلال اجراءات لخلق بيئة مدرسية داعمة

المفاهيم الإجرائية:

الضغوط النفسية المدرسية: هي كل ما يتعرض له تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من توتر وانزعاج ويقاس بمقياس الضغوط النفسية المدرسية .

مستوى الطموح: هو المستوى الذي يطمح له تلاميذ السنة الثالثة ثانوي او المستوى الذين يرغبون للوصول اليه سواء في المجالات التعليمية او المهنية ، ويحاول تحقيقه ويقاس بالدرجة التي يتحصل عليها التلاميذ في مقياس مستوى الطموح .

الفصل الثاني : الضغوط النفسية المدرسية

تمهيد

مفهوم الضغوط النفسية

النظريات المفسرة لضغوط

مفهوم الضغوط النفسية المدرسية

مصادر الضغوط النفسية المدرسية

عوامل الضغوط النفسية المدرسية

أنواع الضغوط النفسية المدرسية

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المدرسية

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعتبر الضغوط النفسية من التحديات الكبرى التي يواجهها الفرد في حياته اليومية وقد تكون هذه الضغوط ناتجة عن مجموعة متنوعة من العوامل مثل العمل التعليم الظروف المالية وغيرها من العوامل ،وتتفاوت قدرة الافراد على التعامل مع هذه الضغوط حسب شخصية كل منهما وفيما يلي سنتطرق الى أهم العناصر المتعلقة بالضغط النفسي المدرسي من مفهوم الضغط النفسي وكذلك بالخصوص الضغط النفسي المدرسي وأبعاد ومصادر الضغط النفسي وذلك أنواع الضغوط المدرسية وفي الأخير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المدرسية .

1- تعريف الضغط النفسي:

حسب المساعد (2014) فإن كفاي وجابر يعرفان الضغط "على أنه يعبر عن حالة الإجهاد الجسمي والنفسي ،والمشقة التي تواجه الفرد من مطالب وأعباء عليه أن يتوافق معها ،وقد يكون الضغط داخليا أو خارجيا ،وقد يكون قصيرا أو طويلا ،وإذا طال هذا الضغط فقد يستهلك موارد الفرد ويتعدها ويؤدي إلى انهيار أداء وظائف المنظمة " . (السميران والمساعد ،سنة2014 ،ص16)

وأشار سيلبي هانز(1982) إلى أن الضغط عبارة عن مجموعة من الاعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط ، وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات البيئة ،مثل

التغير في الاسرة أو فقدان العمل أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت الضغط النفسي . (بهاء الدين سنة 2008 ،ص 20)

الضغط النفسي : هو مجموعة تفاعلات الضيق والتوتر النفسي التي يظهرها الفرد في مواجهة الاعتداء أو التهديد ، ويعرف في علم النفس بدلالة قدرات الفرد على التكيف .

تعريف فونتانا (Fontana) :الضغط حالة تنتج عندما تزيد المطالب الخارجية عن القدرات والامكانيات الشخصية للفرد (سامي محمد ،سنة 2005،ص8)

ويعرف شعبان جاب الله الضغوط: بأنها تلك الاحداث والمواقف والخبرات السلبية أو المنفرة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية ، وتثير لديه درجات متباينة من سوء التوافق .(أحمد حسن علي ، سنة 2022، ص 540)

2- النظريات المفسرة للضغوط النفسية :

تعددت النظريات المفسرة للضغوط النفسية وتتنوع وذلك لاختلاف الباحثين والعلماء في علاج هذا الموضوع ومنها ما يلي :

- **نظرية هانز سيلبي Hans Selye 1982**: قد بين هانز أن التعرض المستمر للضغط النفسي يؤدي إلى حدوث اضطرابات في أنحاء الجسم المختلفة مما يؤدي إلى ظهور الأعراض التي أطلق عليها زملة أعراض التكيف العام وهذه الزملة تحدث من خلال ثلاث مراحل وهي :

-مرحلة الانذار: في هذه المرحلة يستدعي الجسم كل قواه الدفاعية لمواجهة الخطر الذي يتعرض له نتيجة التعرض المفاجئ للمنبهات

-المقاومة : تشمل هذه المرحلة الاعراض الجسمية التي يحدثها التعرض المستمر للمنبهات والمواقف الضاغطة وتعتبر هذه المرحلة هامة في نشأة اعراض التكيف وتنتج عنه اضطرابات نفسية وعضوية

-مرحلة الانهاك :عندما يعجز عن استمرار في المقاومة ويدخل في مرحلة الانهاك حيث يصبح عاجز على التكيف وفي هذه المرحلة تنهار الدفعات الهرمونية وتنقص المقاومة . (حسام اسماعيل وآخرون ،سنة 2023،ص 33)

_نظرية لاز روس وفو لكمان 1982 Lazarus et flokmane : يرى أن الضغط النفسي كعملية تكيفية دينامية متبادلة بين الفرد والبيئة يقيمها الفرد على أنها مرهقة ، وتتجاوز مصادره وتعرض صحته للخطر ، وأن جسم الانسان يبذل جهدا ويستجيب للتكيف وإعادة التوازن حال تعرضه للخطر ، مما يؤكد أن التكيف عملية نشطة ومستمرة وليست عملية سلبية وجامدة . (حسن علي، سنة 2023 ،ص 545)

_ نظرية هنري موراي 1931 Hanri Murray :قد ركز اهتمامه بفهم الديناميات التي تحدث في داخل الكائن البشري من أجل إحداث عملية التوازن ، مما توصل إليه أنه يصعب دراسة الضغوط منفصلة عن الحاجات حيث ترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات

التي لها دلالات مباشرة ، تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجاته وعلى هذا يميز بين نمطين من الضغوط هما :

ضغط (بيتا):وهي دلالات الموضوعات البيئية كما يدركها الافراد

ضغط (ألفا): وهي خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع ، أو كما يظهرها البحث الموضوعي .

ويوضح موراي أن سلوك الفرد يرتبط غالبا بضغوط (بيتا) ومن المهم رغم ذلك اكتشاف المواقف التي تتسع فيها الشقة بين الضغوط (بيتا) التي يستجيب لها الفرد بين ضغط (ألفا) الموجودة بالفعل . (مشري، سنة2016 ، ص 7)

3- تعريف الضغط النفسي المدرسي:

لغةً: الضغط هو ضغطه ضغطاً: عصره، وزحمه وعليه شدد وضيق

اصطلاحاً :

"يعرف بأن الضغوط النفسية للطالب أو التلميذ بأنها حالة من عدم التوازن تنشأ لدى التلميذ عندما يقارن بين التلميذ والمواقف البيئية التي يتعرض لها وتمثل تهديداً أو ضرراً لذاته وبين ما لديه من إمكانيات ومصادر شخصية أو اجتماعية، ويجد أنها تتجاوز ما لديه من قدرات وإمكانيات ،ويصاحب تلك الحالة أعراض فسيولوجية ونفسية وسلوكية سلبية

وبعبارة أكثر وضوحا تعرف الضغوط النفسية للتلميذ بأنها حالة من التوتر الجسدي والنفسي التي يشعر بها التلميذ والتي تنتج من إدراكه لعدم قدرته على مواجهة المواقف والأحداث التي يتعرض لها سواء في البيئة الأسرية أو المدرسية والتي تضع مطالب نفسية وجسدية تتجاوز قدراته وإمكاناته ومصادر الشخصية و الاجتماعية ، ولذا يتم إدراكها على أنها تمثل تهديدا وضرا لشخصيته

وفيما يتعلق بمظاهر وأعراض الضغوط التي يعانيها التلاميذ فهي تظهر في ثلاثة فئات مختلفة وهي الاعراض الفيسيولوجية والاعراض السلوكية والاعراض النفسية ، فالأعراض الفيسيولوجية الناجمة عن الضغوط تتمثل في توتر العضلات والصداع والصراخ والبكاء المفرط وألم في المعدة وغيرها ، أما الأعراض السلوكية فهي تتضمن العدوانية والانسحاب والهروب من البيت والتغيب عن المدرسة والشعور بالاستياء والرفض للمدرسة والسرققة من البيت أو المدرسة والمشغبة مع الأقران ومع المدرسين وتعاطي المخدرات واضطرابات النوم واضطرابات الأكل وعدم احترام رموز السلطة". (حسين، سنة2006 ،ص182)

4- مصادر الضغوط النفسية المدرسية:

وتتمثل في الجوانب التالية

4-1ضغوط البيئة المدرسية :

يقصد بها مدى إحساس التلميذ بالضيق من قلة توافر الإمكانيات المادية وزيادة أعداد التلاميذ في الفصول وضعف التهوية والإضاءة ، وكثرة الصخب والضوضاء وقلة المعامل والوسائل التعليمية.

4-2 ضغوط المناهج الدراسية :

تعني مدى إحساس التلميذ بالمعاناة والضيق في استخدام الكتاب المدرسي ، لضعف عرض مادته أثناء الاستذكار ، والشعور بجمود المناهج انفصالها عن الواقع وضعف الاستفادة الشخصية منها، وقلة الأنشطة المصاحبة لها، والشعور بأنها طويلة ومملة مع فقدان الجدوى منها واعتمادها الكلي على الحفظ.

4-3 ضغوط الواجبات المدرسية :

تعكس مدى الشعور بكثرة الأعباء الملقاة على عاتق التلميذ، والضيق منها لإهدارها للوقت واعتمادها على التكرار الآلي لما ورد في المنهج والكتاب، والشعور بعدم جدواها في قدرة التلميذ على الاتقان

4-4 ضغوط المدرسين :

ويقصد به شعور التلميذ بعد الارتياح بما يسببه بعض الاساتذة من احباط يتمثل في الاعتماد على التلقين في الشرح وعدم التنوع في العرض ورفض المعلم مناقشة تلاميذه وتشجيعهم

على الدروس الخصوصية أو الروتينية في الاداء والانشغال بمهام اخرى غير التدريس .
(حسين الأهواني، سنة 2005، ص 177)

4-5 ضغوط العلاقات الاجتماعية:

تعني شعور التلميذ بعدم الارتياح نتيجة الإحباطات وكذلك مدى إدراك التلميذ لتأثير الرفاق السلبي المتمثل في إزعاجهم المستمر له، والتأثير السلبي على استنكاره، والسخرية منه عند قيامه بأداء عمل جيد، ومضايقتهم له في الفصل أو المدرسة من خلال التشاجر والشغب وعدم مراعاة الآداب العامة والقواعد المدرسية

4-6 ضغوط الاختبارات:

يقصد بها الشعور بالضيق والتهديد والاضطراب لما تسببه الاختبارات من عدم التنوع في أساليبها، وتركيزها على الحفظ، والخوف من عمليات تصحيحها ، والاحساس بأنها وسيلة للتهديد والرغبة ، حيث يتوقف المستقبل على نتائجها ، مع الاحساس بالقلق من نظام المراقبة ، وتركيز الاختبارات على أنها هدف وغاية في حد ذاتها. (مرزوق بن أحمد، سنة 2012، ص 13)

5- عوامل الضغوط النفسية المدرسية :

لا شك أن التعرف على عوامل الضغوط في حياة الطلاب من تلاميذ وأطفال والمراهقين يعد أمراً ضرورياً وهاماً ويمكن تصنيف عوامل الضغوط الى عدة عوامل ومنها:

5-1 العوامل المتعلقة بالشخصية :

وهي العوامل التي ترتبط بشخصية التلميذ وطبيعة المرحلة النمائية التي يمرونا بها ، فالضغوط التي يتعرض لها التلميذ تتباين في شدتها تبعا لتباين نمط ومكونات شخصياتهم ، فالتلاميذ ذو الحساسية المرتفعة يختلفون عن أقرانهم في الاستجابة للمثيرات في بيئتهم الطبيعية والاجتماعية ، و لاشك أن فترة المراهقة تمثل فترة عواصف و التوترات بالنسبة للتلاميذ المراهقين حيث تحدث خلالها تغيرات جسمية وانفعالية وجنسية ومعرفية وهذا قد جزءا كبيرا من الطاقة النفسية التي توجد لديه ويتبقى جزءا ضئيل منها تحت تصرف المراهق لمواجهة المتطلبات والمواقف ، ومن ثم يشعر المراهق بالقلق والتوتر .

5-2 العوامل الأسرية :

لا شك أن الأسرة هي أكثر الوسائط والمؤسسات الاجتماعية تأثرا بالأحداث التي يمر بها الفرد والمجتمع ، فالأحداث الضاغطة السلبية التي تتعرض لها الأسرة تؤدي الى حدوث خلل في وظائفها وفعاليتها وتحدث أثارا وعواقب وخيمة على أعضاء الأسرة .

فالمشكلات النفسية الاجتماعية والاقتصادية التي تعانيها الأسرة تسهم بدورها في نشأة الضغوط الحادة والمزمنة لدى الأبناء ، وتنتشأ الضغوط النفسية لدى الأبناء في الأسرة لعدة أسباب تتضح فيما يلي :

-أساليب المعاملة الوالدية غير السوية بين الأبناء

-توتر العلاقات والصراعات الوالدية

-ضيق المسكن وانخفاض الدخل

-الطلاق والانفصال

-غياب الأب لفترة طويلة للعمل بالخارج

3-5 العوامل الاجتماعية :

في ضوء ما تقدم لا نستطيع أن نزعم أن جميع مسببات الضغوط لدى التلاميذ تنشأ من البيئة الأسرية والمدرسية فقط ، بل قد تنتج الضغوط لديهم من عوامل مجتمعية ولهذا فان بعض التلاميذ المراهقين إما أن يكونوا هم أنفسهم ضحايا للعنف أو يقومون هم بممارسة السلوك العنيف ،ومن العوامل المجتمعية التي تسهم في انتشار الضغوط بين التلاميذ التغيرات الاجتماعية والعلمية والتكنولوجية والمستقبل المظلم كما اصبحت وسائل التكنولوجيا واتصالات تمثل هي الأخرى مصدرا للضغوط.

4-5العوامل المدرسية :

لا تقتصر رسالة المدرسة اليوم على اعطاء التلاميذ المعلومات ، بل أصبحت مسؤولة عن نمو التلاميذ ورعايتهم نفسيا واجتماعيا وبقدر ما تسعى المدرسة إلى تحقيق ذلك بقدر ما تزداد قدرة التلاميذ على التوافق معها ،ولكن قد تشكل الظروف المدرسية جزءا رئيسيا في الإحساس بالضغوط لدى التلاميذ وذلك عندما لا يستطيعون التغلب على التحديات والصعوبات الأكاديمية والاجتماعية التي تواجههم وتتحدد الضواغط المرتبطة بالمدرسة والتي تسهم في زيادة الضغوط لدى التلاميذ في انخفاض التحصيل الدراسي وصعوبة المناهج

والمواد الدراسية ونظام الامتحانات وتقييم ، الأداء وتوتر العلاقات الاجتماعية مع الأقران
والمدرسين والإدارة (حسين، سنة2006 ،ص201)

6- أنواع الضغوط النفسية المدرسية :

نستطيع القول بوجه عام إن الضغوط ليست بالضرورة شيئاً سلبياً ، بل تكون في بعض
الأحيان دافعا للإنجاز والأداء ، وعلى هذا الأساس ميز "هانز سيللي " نوعين من الضغوط
:ضغوط حسنة وضغوط مزعجة أو ضغوط سلبية وإجابيه

فالضغوط السلبية تؤثر سلبا على أداء الفرد الأكاديمي والمهني وتعوقه عن الإنجاز والإبداع
وتؤدي الى سوء التوافق المدرسي والاكنتاب والقلق والإحساس بالإحباط والعدوان على
الآخرين والصعوبة في تحقيق الفعالية المدرسية

اما **الضغوط الايجابية** فهي تزود الفرد بالطاقة التي يحتاجها حتى يكون اكثر ابداعا وانجازا
في ادائه ، وأكثر قدرة في اتخاذ القرارات وحل المشكلات ، فهذه كالضغوط التي يشعر بها
التلميذ قبل الامتحانات ، مما يجعله يذاكر بجد ويهتم بدروسه ويكمل واجباته في الوقت
المحدد.

فالفرد يحتاج الى قدر من الضغط ليؤدي عمله بفاعلية ، ولكن هذه الفاعلية تقل إذا تجاوز
الضغط عتبة تحمل الفرد في مواجهة الموقف الضاغط ، وحاجة الفرد إلى قدر من الضغط
في حياته ، لا يعني أن يتجاوز الضغط قدرات الفرد وامكاناته وإلا انهارت حياته ، ومحك
التمييز بين الضغط السلبي والضغط الإيجابي ، يتحدد بنوع الضغوط التي يواجهها وطريقة

إدراكه وتفسيره للموقف الضاغط ، ونوع الأساليب أو الاستراتيجيات التي يستخدمها في التعامل مع الموقف الضاغط .

كما أشار طه عبد العظيم وآخرون (2006) إلى انه ليس كل الأحداث والخبرات السلبية وحدها بالضرورة هي المسببة للضغط ، فمن الممكن أن تكون هناك أحداث إيجابية ، وقد ينتج عنها الضغط السلبي ومن أمثلة ذلك الترقية في الوظيفة أو شراء منزل جديد أو الانتقال من مرحلة دراسية أعلى والتفوق والنجاح ، فعلى الرغم من أن هذه الأحداث إيجابية ، حيث ترفع من المكانة الاجتماعية للفرد ، فإن مثل هذه الأحداث الإيجابية قد تسبب في ظهور الضغط لدى الفرد .

وفي ضوء ما تقدم يمكن القول إن الضغوط التي يتعرض لها الفرد (التلميذ) تتباين في شدتها واستمرارها ، كما تتباين استجابات التلاميذ إزاء المواقف الضاغطة ، فهناك أفراد تكون استجاباتهم ضعيفة ، وهناك آخرون تكون استجاباتهم قوية ويستطيعون التعامل بفاعلية مع المواقف الضاغطة ، لأن لديهم إمكانيات ومصادر تمكنهم من التعامل مع المواقف الضاغطة بنجاح ، أو لأنهم يدركون تلك المواقف بطريقة مختلفة . (بن خليفة، سنة 2018،ص116)

7- استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المدرسية:

هناك استراتيجيات مواجهة عديدة يستخدمها الأفراد في التعامل مع الضغوط ، من بين الاستراتيجيات التي يمكن استخدامها مع التلاميذ لمواجهة الضغوط النفسية المدرسية نورد ما يلي :

7-1 استراتيجية حل المشكلات :

تعني هذه الاستراتيجية بإيجاد حل للمشكلة التي يواجهها الفرد ، على أن تكون هذه الحلول نهائية وليست مؤقتة حتى يتخلص الفرد من الضغط الذي يعانيه من هذه المشكلة ، ويمكن القول إن هذه الاستراتيجية لكي تكون مفيدة وفعالة فلا بد من اتباع الخطوات اللازمة لها وهي كالتالي :

-تحديد المشكلة بشكل واضح لا لبس فيه ، حتى لا تختلط مع المشاكل الأخرى ولا يكون هناك مجال للضبابية في هذا الأمر .

-جمع البيانات الملائمة للمشكلة ، ووضع قائمة بكل البيانات الممكنة

-تحليل البيانات التي تم جمعها .

-محاولة توليد المزيد من الحلول للمشكلة .

-تقييم بدائل الحل التي تم طرحها ثم اختيار أحد الحلول .

-طرح البدائل والحلول ليتم مناقشتها ، مناقشة متأنية وبهدوء ومن ثم اختيار أفضل هذه الحلول لتنفيذها .

-تطوير خطة عمل ، ومن خلالها يتم إيجاد الوسائل لتنفيذ الحل الذي تم اختياره
-تنفيذ خطة العمل.

-مراجعة ناتج تنفيذ هذه الخطة . (جمعة يوسف، سنة 2007،ص49)

7-2 تعديل أسلوب الحياة :

يتمثل اسلوب الحياة بكل ما يتعلق بشخصية الفرد كأهداف الفرد ومحاولاته لتحقيقها مثال
كالنجاح في الامتحانات المصيرية والتفكير الايجابي ويشمل قدراته ودوافعه ،فأسلوب الحياة
ليس ثابتا تماما بل يمكن تعديله وتطويره تبعا لمتطلبات البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها
وقدرته على المقاومة وادارة الضغوط التي يواجهها . (هديل محمد ،سنة 2020،ص33)

7-3 التدريب على الاسترخاء:

الاسترخاء هو التوقف الكامل لكل الانقباضات والتقلصات العضلية المصاحبة للتوتر
والاسترخاء بهذا المعنى يختلف عن الهدوء الظاهري أو النوم بمعنى أن ارخاء التوترات
العضلية وايقاف انقباضاتها يؤدي الى التقليل من انفعالات المصاحبة لهذه التوترات
يعتمد اسلوب الاسترخاء على المبدأ القائم على أن القلق واسترخاء العضلات لا يمكن أن
يجتمعا معا، وبالتالي فإذا تعلم الناس كيفية تحقيق استرخاء عضلاتهم لن يؤدي الى شعورهم
بالاسترخاء البدني فحسب بل سيقبل أيضا من شعورهم بالقلق يعكس اسلوب الاسترخاء
التدريجي التفاعل بين الجسم والعقل ويعد ايضا طريقة لاستخدام العضلات التي يستطيع

الفرد السيطرة عليها بهدف تحقيق استرخاء أجهزة الجسم الاخرى المستقلة التي لا يستطيع السيطرة عليها ويعتبر هذا الاسلوب مفيدا الوعي بحالة الجسم، اراحة الجسم، الشعور بالاسترخاء و عندما يكون الفرد مسترخيا فإنه يستطيع التغلب على الضغط وإزالة التوتر والتفكير السليم والإيجابي. (حمزاوي ، سنة2018 ، ص201)

7-4 استراتيجيات اللعب والممارسة الرياضية :

يعد اللعب وسيلة فعالة لخفض التوتر والانفعال الزائد والقلق حيث يعتبر اللعب هو عبارة عن نشاط موجه أو غير موجه يقوم به الفرد من أجل تحقيق التسلية ، ولعب الافراد عادة يسهم في تنمية سلوكهم وشخصياتهم بأبعادها المعرفية والجسمية والوجدانية وقد أخص ارنود Ar noud (1974) وظائف اللعب في الآتي:

-يعمل اللعب كمولد ومنظم لعمليات التعلم المعرفي

-يساعد اللعب في السيطرة على القلق والصراعات النفسية العادية

-يساعد اللعب في تحقيق النمو الجسمي والمهارات العقلية

-يساعد اللعب في تعلم الطرق المختلفة لحل المشكلات

-يساعد اللعب في تعلم الابتكار والابداع

-تسهم الرياضة والتمارين في تخفيف حدة الضغوط النفسية

-ينمي اللعب الخبرة الذاتية للفرد ويساعده على اكتساب الثقة في ذاته

(فاروق عثمان ،سنة 2001،ص149)

5-7 استراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي:

وهي عبارة عن الإحساس بأهمية الانتماء الى شبكة اجتماعية ، بإمكانها أن تقدم المساعدة عند الحاجة إليها ، وتؤكد الدراسات أن الدعم الاجتماعي يساعد على التكيف أثناء أوقات الضغوط ، حيث يعمل الجهد الذي يقوم به الناس اثناء الحصول على المساندة الاجتماعية في التخفيف من الوضع الضاغط واثره

وعليه نرى أن السند الاجتماعي يفعل مشاعر إيجابية ،إحساس الفرد بالقيمة والتقدير والاحساس بالاحترام وعناية، من خلال السند العاطفي أو المادي أو المعنوي الذي يستمده الفرد، من الاخرين في بيئته الاجتماعية والثقافية.

وقد كشف نتائج الدراسات أن استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة، تكون مفيدة للتلاميذ في التكيف مع المواقف الضاغطة وذلك مقارنة باستراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال، وهذا الآن التلاميذ يشعرون بالتحسن عندما يتعاملون بشكل مباشر مع المشكلة الموقف الضاغط. (بن خليفة ،سنة 2018،ص142)

خلاصة الفصل:

في هذا الفصل تطرقنا لمفهوم الضغوط النفسية وكذلك الضغوط المدرسية مبرزا مفاهيمها وكذلك أبعاد وعوامل الضغوط المدرسية التي تؤثر على التلاميذ وكذلك تم التطرق لأنواع

الضغوط النفسية المدرسية ومن ثم استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المدرسية

الفصل الثالث : الطموح الدراسي

تمهيد

تعريفات الطموح الدراسي

نظريات الطموح

تعريفات الطموح الدراسي

نمو الطموح الدراسي

أنواع الطموح الدراسي

طبيعة الطموح الدراسي

العوامل المؤثرة في الطموح الدراسي

سمات الشخص الطموح

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعتبر الطموح الدراسي من أهم المصطلحات المتداولة في العلوم الاجتماعية و غيرها من العلوم ،كما يعتبر الطموح هو الرغبة الشديدة في تحقيق النجاح وتحقيق الأهداف المحددة ،إذ يعتبر الطموح سمة من شخصية الانسان وقد يختلف من شخص لآخر حيث يمكن أن يكون بعض الأشخاص طموحين للوصول إلى مستويات عالية من النجاح والتقدم، بينما يكون آخرون أقل طموحا ويكتفون بمستويات أقل ويعتمد الطموح الدراسي على العديد من العوامل مثل الخلفية الثقافية ، التعليم ، والتجارب الشخصية ، والقيم والأهداف وفي هذا المبحث سنطرق الى التعريفات العديدة لطموح الدراسي ونموه ، أنواع الطموح وطبيعة الطموح وكذلك للعوامل المؤثرة ومدى أهمية الطموح الدراسي .

1- تعريفات الطموح :

التعريف اللغوي : عرفه ابن منظور في اللغة ، في مادة (طمح) ببصره نظر عاليا وطمح الماء وصل إلي الغمة و (بحر طموح)ارتفع موجه (ابن منظور ،2012) كما عرفه أنيس وآخرون (1990) في المعجم الوسيط طمح الماء طموحا ارتفع ، وطمح ببصره نظر إليه وحدق و(الطماح) الكثير الطموح ذو الطرف البعيد المرتفع ، ويقال بحر طموح الموج أي مرتفع .

أما المعجم الفرنسي لاروس Larousse، فعرفه بالاندفاع نحو الميل أو الرغبة

أما معجم علم النفس والتربية أن الطموح "رغبة ملحة تدفع الفرد الى تحقيق مستوى أفضل مما هو عليه . (جناد، سنة 2014،ص76)

التعريف الاصطلاحي :

يعرف أن الطموح هو المستوى الذي يرغب الفرد في بلوغه ،أو يشعر أنه قادر على بلوغه وهو يسعى إلى تحقيق أهدافه في الحياة وانجاز أعماله اليومية
تعريفات الباحثين الأوائل الذين درسوا هذا المصطلح وهم :

تعريف ديمبو (Dembo) 1930 عرفت مستوى الطموح على أنه "مستوى النجاح الذي يتمنى الوصول إليه الانسان .

ويعرفه هوبي Hopi (1930) أول من عرفت مصطلح مستوى الطموح حيث قالت "ان أهداف الشخص أو غاياته أو ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة "

ويعرف عاقل مستوى الطموح بأنه "الدليل على ثقة الفرد بنفسه ويتراوح ارتفاعا وهبوطا حسب النجاح والفشل ومستوى الطموح هو ما يفرضه الفرد على نفسه ويطمح للوصول إليه وبقيس ما أنجز من خلاله " (عبد إبراهيم، سنة2018، ص18)

وجاء في تعريف موسوعة علم النفس والتحليل النفسي لمستوى الطموح بأنه المستوى الذي يطمح الفرد أن يصل إليه أو يتوقعه لنفسه سواء في تحصيله الدراسي أو إنجازاته العلمي ،أو

انتاجه أو في مهنته ويجتهد في معتم تحقيقها معتمدا في ذلك على كفاءته وقدراته على
ملاءمة الظروف الخاصة به وبالبيئة من حوله . (العنزي، سنة 2016ص105)

ويعرفه جناد (2014) بأنه الرغبة الشديدة في الحصول على أشياء ترضي الاعتزاز بالنفس.
(جناد، سنة 2014،ص75)

ومن خلال هذه التعريفات نقول بأن الطموح هي سمة موجودة في كل شخص والطموح هو
الرغبة القوية في الوصول إلى مستوى معين من النجاح والتقدم نحو التقدم والابتكار .

2- نظريات الطموح:

اهتم الكثير من الباحثين بمفهوم الطموح وحاولوا تقديم نظريات متكاملة حوله كما يلي :

-نظرية القيمة الذاتية للهدف :

ترى إس كالونا "Escalona" أنه على أساس القيمة الذاتية للهدف يتقرر الاختيار ،
والاختيار لا يعتمد على أساس قوة أو قيمة الهدف الذاتية كما هي فحسب ،ولكن يعتمد على
القيمة الذاتية بالإضافة احتمالات النجاح والفشل المتوقعة ، وفي عبارة بسيطة فان القيمة
الذاتية للنجاح تعتبر للقيمة نفسها ولااحتمالات النجاح .

وهذه النظرية تحاول تفسير ثلاث حقائق :

1_ هناك ميل لدى الافراد ليهتوا عن مستوى طموح مرتفع نسبيا

2_ كما ان لديهم ميلا لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه إلى حدود معينة

3_الميل لوضع مستوى طموح بعيدا جدا عن المنطقة الصعبة جدا والسهلة جدا . (عبد الفتاح، سنة 1990، ص47)

_نظرية المجال كيرت ليفين Kurt Levin :

ومن أهم دعاء هذه النظرية هو العالم ليفين وتسمى بنظرية المجال فهو يرى أن السلوك هو محصلة عملية تفاعل بين القوى الخارجية ، وعناصر مجال الحياة الاخرى متضمنا الاهداف التي يبحث عنها وكذلك المواقف التي يحاول أن يتجنبها ويرى ليفن أن هناك عدة قوى تعتبر دافعة وتؤثر في مستوى الطموح:

أ-عامل النضج : فكلما كان الفرد أكثر نضجا أصبح من السهل تحقيق أهداف الطموح

ب-القدرة العقلية :فكلما كان الفرد يتمتع بقدرة عقلية أعلى كلما كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف أكثر

ج-النجاح والفشل: فالنجاح يرفع من مستوى الطموح ويشعر صاحبه بالرضا ، أما الفشل فيؤدي إلى الاحباط

د- نظرة الفرد إلى المستقبل : تؤثر نظرة الفرد إلى المستقبل وما يتوقع أن يحققه من أهداف في مستقبل حياته . (خنوش، سنة 2021 ، ص 215)

_نظرية ألفرد أدلر:

يعد أدلر مؤسس علم النفس الفردي وهو ذلك العلم الذي يحاول فهم خبرات أو سلوك أي شخص على أساس كونه وحدة منظمة ومن خلال المعرفة بأهدافه ، وتوقعاته نحو المستقبل ، كما يؤكد على فكرة الكفاح من أجل التفوق والتي تتمثل في السعي وراء التفوق بحيث أنه يمثل وسيلة تعويضية عن مشاعر النقص ، وفي هذا المجال يقول "أدلر "الآن بدأت أذى بوضوح السعي من أجل التفوق في كل ظاهرة نفسية . (شتوان وبو قصارة ،سنة 2017 ص8،

- **نظرية السلوكية**: فسر أصحاب نظرية ان مستوى الطموح هو مفهوم غير سلوكي لأنه لا يمكن عده مصدرا من مصادر السلوك اذ يرى سكرن أن الطموح هو تعبير الذات وهو عملية توقع ، وهذا التوقع يشير الى الثقة الفرد في قدرته على أداء سلوك معين . (مظلوم، بدون سنة ،ص04)

3- تعريفات الطموح الدراسي:

يعتبر هوبي Houppé (1930) أول من عرف مستوى الطموح في مجال دراسته عن علاقة النجاح والفشل بمستوى الطموح حيث عرفه بأنه أهداف الشخص أو غاياته ما ينتظر من القيام به في مهمة معينة . (عبد الفتاح ، 1990،ص08)

وعرف فرانك Franc مستوى الطموح بأنه "مستوى الاجادة المقبل في واجب مألوف بأخذ الفرد على عاتقه الوصول إليه بعد معرفة مستوى إجادته من قبل ذلك الواجب "

وعرف قشقوش (1975) مستوى الطموح بأنه "هدف ذو مستوى محدد يتوقع أو يتطلع الفرد الى تحقيقه في جانب معين من حياته ، وتختلف وجهة أهمية هذا الهدف لدى الفرد ذاته باختلاف جوانب الحياة ، كما تختلف هذه الدرجة بين الافراد في جانب واحد ويتحدد مستوى هذا الهدف وأهميته في ضوء الإطار المرجعي للفرد " (الذواد الجوهرة ،سنة 2002،ص129)

وعرف الزيايدي (1967) على أنه "المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه على أساس تقديره لمستوى قدراته وامكانياته " (سعدي، سنة 2018،ص57)

وعرف راجح (1968) على " أنه هو المستوى الذي يضع الفرد لنفسه ويرغب في بلوغه أو يشعر أنه قادر على بلوغه وهو يسعى على لتحقيق أهدافه في الحياة أو انجاز أعماله اليومية" . (أحمد عزت، سنة 1968،ص120)

يوسفى وتاوريرت (2018) على أن الطموح الدراسي هو الهدف الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الدراسي يتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من مشكلات وعقبات و يقاس من خلال تقدير الفرد لذاته . (يوسفى وتاوريرت ،سنة 2018،ص674)

4- نمو الطموح الدراسي:

نجد أن عامل النمو يبدأ بمراحل مختلفة من الطفولة المبكرة حتى آخر العمر، حيث يتم ملاحظة ذلك من خلال السلوك الذي يصدر عن الفرد في جميع مراحل حياته ، وبينت دراسات "ليفين" أن مستوى الطموح يبدأ في الظهور عند الأطفال في مرحلة مبكرة من العمر

، فهو يظهر في رغبة الطفل تخطي الصعوبات مثل محاولته أن يقف على قدميه غير مستعين بأحد أن يمشي وحده ، أو محاولته الجلوس على الكرسي ، ويعتبر "ليفين" ذلك دلائل على بزوغ مستوى الطموح ، وهو في ذلك يفرق بين مستوى الطموح والطموح المبدئي ، فيقول "أن رغبة الطفل في عمل أي شيء بنفسه دون الاستعانة بأحد تعتبر مرحلة تسبق مستوى الطموح الناضج " ، وهذا النمط من السلوك يسمى بالطموح المبدئي .

ومن خلال مما سبق يتضح أن مستوى الطموح ينمو وبشكل مستمر ويتطور عند الإنسان كباقي العمليات الأخرى ، وهذا النمو قد يكون عرضة للتغيرات إذا أعاقته الظروف ، كما يكون عرضة للتقدم والتطور السريع إذا ساعدته الظروف على ذلك . (المنشوف ، سنة 2016 ، ص34)

5- أنواع الطموح :

5-1 من حيث التشكل :

-الطموح الشبيه بالخيالات المرضية: والتي يهرب الفرد من خلالها من واقعه المؤلم ، حيث يؤدي إلى تفاقم حالته المرضية بسبب ما يعانيه من إحباط لبعده خيالاته عن الواقع والتي يحول دون تحقيقها فهو طموح يكون تشكله ضرب من الخيال والمستحيل.

-الطموح المنطقي أو المعقول: فهو الطموح الطبيعي المبني على تقدير صحيح للفرد لما لديه من إمكانيات تساعد على تحقيق ذلك الطموح، والقادر على تجاوز بعض العوائق من البيئة بإمكانياته المتوفرة لديه . (محمد النوبي، سنة 2010 ص24)

5-2 من حيث الغاية:

-الطموح الجمالي الفني : وهو طموح يتعلق بعلم الجمال ونراه عند ذوي الفن المتشعب (في الشعر ، الموسيقى، الغناء ، الرسم ، النحت ،التصميم) فيجسد الإنسان روحه وفكره وتتحرر ذاته من العوائق المادة لتسمو عن طريق الطموح وتتجاوز الملموس إلى ما هو مجرد ، تكون له خلفية مرغوب فيها ذات معنى سامي يميل الإنسان إلى إظهارها .

-الطموح الأخلاقي: هذا الشكل من الطموح يدعو الأفراد إلى العمل ضمن الأطر السامية والمثل التي دعا إليها الأنبياء والرسل في تعاليمهم السماوية والمصلحون الاجتماعيون من بعدهم

-الطموح العالمي أو الإنساني : ومن الطموح ما هو عالمي وموضوع الإنسانية بشكل عام كالطموح الذي تنادي به منظمة التغذية العالمية ، وطموح جمعية رعاية الطفل، وكذلك طموحات المنظمات والنقابات والجمعيات العالمية .

5-3 من حيث التعامل :

-الطموح الذاتي: هذا الشكل من الطموح يتمحور حول الذات ، وكل ما عمله وتخطط له فهو الأنا ، ليعود طبعاً بعدها بالمصلحة والنفع عليها.

-الطموح الغيري : يتجه هذا الطموح نحو الغير والآخرين ، حيث يمكن لهذا الطموح الغيري أن ينبعث عن فرد يتصوب شخصاً واحداً أو عدة أشخاص آخرين ، كما بإمكانه أن يصدر

عن جماعات تقصد به أحد الأفراد كطموح العائلة تجاه أحد أفرادها أو تستهدف شخصية
مجموعة كاملة "الطموح الوطني". (دراوي ، سنة 2021،ص61)

6- طبيعة الطموح الدراسي:

لقد حددت عبد الفتاح 1984 طبيعة الطموح على النحو التالي :

6-1 طبيعة الطموح كاستعداد نفسي :

والمقصود بالاستعداد النفسي بالنسبة لمستوى الطموح ، أن البعض من الناس عندهم الميل
إلى تقدير وتحديد اهدافهم في الحياة تقديرا يتسم إما بالطموح الزائد أو الطموح المنخفض ،
وفي كلتا الحالتين فإن هذا التحديد يتأثر بما لدى الفرد من عوامل تكوينية وعوامل التدريب
والتربية والتنشئة . (الزهراني ،سنة 2018،ص478)

6-2 الطموح كإطار تقدير وتقييم الموقف :

ويتكون هذا الإطار من عاملين أساسيين :

العامل الأول : التجارب الشخصية التي يمر بها الفرد والتي يعمل على تكوين أساس يحكم
به على مختلف المواقف والأهداف .

العامل الثاني : اثر الظروف والقيم والعادات واتجاهات الجماعة في تكوين مستوى الطموح

ومن ثم ينظر الفر إلى المواقف والأهداف ويفقدها ويقيمها من خلال هذا الاطار الحضاري
العام والتجربة الخاصة . (عبد الفتاح ،سنة 1984،ص 12-13)

6-3 الطموح كسمة :

والسمة ما يميز بين الناس من حيث كيفية تصرفهم وسلوكهم ، ولهذا نجد استجابات الناس متعددة تجاه موقف واحد ، فلكل سماته التي تميزه ، ولكن هذه السمات ليست مطلقة بل هي ثابتة نسبيا ، ولهذا نجد تأثير مستوى الطموح بما لدي الفرد من استعدادات فطرية ومكتسبة وما لديه من اتجاهات وعادات وتقاليد ، يتأثر بها المواقف والظروف ، فهناك ربط بين مستوى طموح الفرد وعوامل اخرى تتعلق بالتكوين النفسي والتدريب والتنشئة الإجتماعية وما تحتويه من قيم وعادات واتجاهات وتقاليد ، والتجارب والخبرات التي يمر والتي تشكل إطاره المرجعي ، فيتبادل الأثر والتأثر بين هذه العوامل وبين مستوى الطموح ولهذا بعد مستوى الطموح كسمة من سمات الشخصية والتي تختلف من شخص إلى آخر وتتغير طبعا للتفاعل المستمر بين العوامل ومستوى طموح الفرد. (الزهراني، سنة2018،ص479)

7- العوامل المؤثرة في الطموح الدراسي:

أ:العوامل الذاتية الشخصية :يتأثر طموح الفرد بتطور عوامله الشخصية مع التقدم في العمر ومن هذه العوامل ما يأتي :

• الذكاء والقدرات العقلية:

إن الذكاء من العوامل المهمة في تحديد الطموح فالفرد ذو الذكاء المرتفع يضع لنفسه طموحات أكثر واقعية من الفرد ذو الذكاء المتوسط أو المنخفض ، إذ أنه أكثر قدرة على معرفة مواطن ضعفه وأكثر إدراكا للعقبات البيئية المحيطة والتي تقف في سبيل تحقيق

أهدافه ،فالشخص الذكي يقدر الأمور بشكل صحيح، ويضع طموحاته في مستوى موازي لقدراته وإمكاناته، بينما الشخص الأقل ذكاء قد يبالغ في تقييم ذاته، ويكون طموحه متأثرا بالرغبة وليس بالواقع، وكلما كان الفرد أكثر قدرة عقلية كلما كان في استطاعته تحقيق أهداف أكثر صعوبة

• الصحة النفسية:

هناك ارتباطا وثيقا بين الطموح والصحة النفسية إذا أن من المظاهر الصحة النفسية أن يكون هناك تقريبا بين طموح الفرد ومستوى كفاءته أو اقتداره، في حين أن التباعد والتباين الكبيرين بين الطموح واقتدار الفرد ،أي بين ما يقدر عليه وما يرغب فيه، يولد عنده شعورا بالعجز . (عزة، سنة2020ص401)

• مفهوم الفرد لذاته :

وهو الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من مهارات وخصائص عقلية وجسمية وانفعالية قوية كانت أم ضعيفة، ذكيا أم غيبيا ،طموحا مثابرا أم خجولا متسرعا، وفي ضوء رؤية الفرد لنفسه يضع طموحه فالإنسان الواقئ بنفسه وبإمكانياته مع وجود الوعي الحقيقي لها يختار لنفسه من الاعمال والممارسات ويضع لنفسه من الاهداف ما يتفق وتلك الإمكانيات . (حنتول ومسرحي ،2019،ص138)

• قيم الفرد:

هناك علاقة دينامية بين قيم الفرد و طموحه إذ أنها تحدد مسار الطموح ومجرد شعور الفرد بأن مجالاً ما لا يتفق قيمه ومعتقداته التي يؤمن بها سوف يجعله ذلك يصرف النظر عنه ، متفرز الثقافات المختلفة قيماً مختلفة وتحدد تلك القيم بدورها مسار الطموح ، وهذه القيم والمعايير قد تتبع من خلال التنشئة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد يتجه إلى مجال ما أو يبتعد عنه بسبب قيمه . (محمد ثابت ،سنة2015،ص37)

• النضج :

يختلف الطموح باختلاف المرحلة العمرية للفرد ، مما يشير إلى أنه كلما كان الفرد أكثر نضجا كلما كان في متناوله وسائل وطرق تحقيق أهدافه التي يطمح إليها ، و الطموح ينمو ويتطور بتقدم العمر ، وهذا النمو قد يكون عرضة للعثرات إذا أعاقته الظروف ، كما أنه من الممكن أن يكون هذا النمو عرضة للنكوص والارتداد إذا ما استدعت المواقف ذلك. (النوبي وعلي،2010،ص78)

ب: العوامل البيئية والاجتماعية :

• جنس الفرد:

يؤثر جنس الفرد سواءً ذكراً أو أنثى في رسم طموحه، فطموح الذكور قد يختلف ارتفاعاً أو انخفاضاً عن طموح الاناث، وقد تلعب التنشئة الاجتماعية دوراً في إبراز دور الجنس في رسم الطموح، ومع التقدم الحضاري والثقافي لم يعد هناك فارقاً جوهرياً فقط في الطموح ولكن فارق يكمن في المراتب الطموح أيضاً. (محمد ثابت، 2015،ص35)

• التنشئة الاجتماعية:

إن الاتجاهات الوالدية وما يتبعها من أساليب في تنشئة أبنائهم تؤثر في نموهم إذا أن المناخ النفسي الملائم الذي تهيؤه الأسرة للأبناء من خلال إتباع أساليب معاملة سوية من شأنه أن يساعد في زيادة طموح الأبناء وتحقيق أهدافهم وبلوغهم مستويات أعلى من التحصيل، كما أن النمو النفسي السليم لهم بمثابة المناخ الذي يهيئ للأبناء الفرصة لإظهار إمكانياتهم ومهاراتهم وتفوقهم في مختلف المجالات ويعبرون عنها بشتى الوسائل. (عزة، سنة 2020، ص403)

• المستوى الاقتصادي والاجتماعي

يؤثر المستوى الاقتصادي والاجتماعي بشكل كبير في تخطيط الفرد وتحديد أهدافه المستقبلية، ومن ثم فإن العائلة المستقرة اقتصاديا واجتماعيا أبنائها يركزون على أهداف بعيدة المدى ويكون طموحاتهم أعلى بكثير من أولئك المنحدرين من أسر غير مستقرة اقتصاديا واجتماعيا. (شتوان، سنة 2019، ص90)

• جماعة الاقران

تعد جماعة الاقران التي ينتمي إليها الفرد والتي يمكن اعتبارها جماعة مرجعية يقارن الشخص أدائه أفرادها، ويتمشى مع طبيعة واتجاهات الرفاق فيها، مما يؤثر على طموحه بالزيادة إن كان طموح الرفاق مرتفع، أو بالنقصان إن كان طموح متدني. (عزة، سنة 2020، ص403)

• الثواب والعقاب

كثيرا ما يشكل التعزيز دافعا للطالب لرفع الطموح الدراسي حيث أن الشعور الطالب بحلاوة النجاح يجعله يختار أهدافا أبعد، وهذا الأثر له أهمية قصوى في نواحي التربية لأن معناه أن الطالب قدم نشاطا ووجهة نحو تحقيق هدفا خاصا وكثيرا ما يؤدي النجاح والتعزيز المعنوي إلى ارتفاع الطموح الدراسي فحيث عن هدف أصعب وأبعد منال. (خير وأحمد ،سنة2016،ص58)

8- سمات الشخص الطموح:

أشارت حنان الحلبي (2000) أن الإنسان الطموح سمات يمكن كشفها وهي كالتالي :

- يميل إلى النجاح
- نظرته إلى الحياة فيها تفاؤل
- لديه القدرة على تحمل المسؤولية
- يعتمد على نفسه في انجاز مهامه
- يضع الخطط للوصول إلى أهدافه
- لا يرضى بمستواه الراهن
- يعمل دائما على النهوض بمستواه وتحقيق الأفضل
- لا يؤمن بالحظ
- يعتقد أن مستقبل المرء محدد وأنه يمكنه تغييره

- يؤمن أن جهد الإنسان هو الذي يحدد نجاحه في أي مجال
- يجب المنافسة
- يتغلب على العقبات التي تواجه دائما
- متحمس في عمله
- يواصل الجهد حتى يصل بعمله إلى الكمال
- واثق من نفسه
- يتحمل الصعاب في سبيل الوصول إلى هدفه
- لا تثنيه الفشل فيمنعه من مواصلة جهده
- يحدد أهدافه وخطته المستقبلية بشكل مناسب
- موضوعي في تفكيره
- يحب الناس ويجد نفسه في وجوده معه
- يحاول أن يصل إلى مركز مرموق في المجتمع
- يضع إمكاناته وقدراته في خدمة أهدافه
- متكيف مع ذاته ومع بيئته
- مستقر انفعاليا ومنتج .

(المشيخي، سنة 2007، ص 103-104)

خلاصة الفصل:

إن الطموح الدراسي يمكن أن يتفاوت بين الأشخاص ، ولكن بشكل عام يعكس الرغبة في تحقيق النجاح والتقدم في الحياة يمكن أن يشمل ذلك تحقيق الأهداف الشخصية والأكاديمية والمهنية ، والسعي لتحسين الذات وتطوير الذات

وبحيث كلما كان الطموح الدراسي عالي وإيجابي تطور الفرد ووصل إلى أهدافه وبالتالي يزداد مستوى الطموح الدراسي.

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

اهداف الدراسة الاستطلاعية

المجال الجغرافي والزمني للدراسة الاستطلاعية

الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية

ثانياً: الدراسة الأساسية

منهج الدراسة

مجتمع الدراسة

المجال الجغرافي والمكاني لإجراء الدراسة

عينة الدراسة ومواصفاتها

أدوات الدراسة

الأساليب الإحصائية للدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعالج هذا الفصل الإجراءات المنهجية التي تم اتباعها في الدراسة الميدانية؛ بدءاً بالدراسة الاستطلاعية حيث تم تحديد الأدوات المستخدمة فيها وضبط خصائصها السيكومترية، وبعدها تم التطرق إلى الدراسة الأساسية بدءاً باختيار أفراد العينة، وانتهاءً بتحديد الوسائل الإحصائية التي سيتم الاعتماد عليها في معالجة نتائج فرضيات الدراسة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى في دراستنا، إذ كانت الغاية منها تحقيق الأهداف التالية:

- _ التعرف على ميدان الدراسة وعلى الصعوبات التي قد تواجهنا، واكتساب مهارات التعامل الميداني مع أفراد عينة الدراسة، واستغلالها في الدراسة الأساسية.
- _ التعرف على أفراد عينة الدراسة، والتأكد من مدى فهمهم لأدوات الدراسة.
- _ ضبط الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

2- المجال الجغرافي والزمني للدراسة الاستطلاعية:

2_1 المجال الجغرافي:

أجريت هذه الدراسة في ثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم

2_2 المجال الزمني:

دامت مدة الدراسة من: 2024/05/02 إلى غاية 2024/05/05

2_3 المجال البشري :

تتضمن عينة البحث والمتمثلة في 30 تلميذا وتلميذة

4-1- طريقة المعاينة:

أجريت هذه الدراسة على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، ثانوية مهراوي أحمد ، حيث اختيرت بطريقة عشوائية، تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (30) تلميذا و تلميذة (20 اناث ، 10 ذكور) ، يدرسون تحت نفس الظروف المدرسية بصفة عامة.

3- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية:

ومن خلال بحثي قمت باستخدام الاساليب الاحصائية لمعرفة الصدق والثبات للاستبيانين الضغوط النفسية المدرسية وكذلك استبيان مستوى الطموح وذلك لتوزيعها على عينة بحثي

3_1 صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الضغوط النفسية المدرسية :

ويقصد به بتحليل التجانس الداخلي للاستبانة بمعنى مدى ترابط الاستجابات على البعاد مع درجة الكلية الاستبانة

الجدول رقم 01: يبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط النفسية المدرسية

الابعاد	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة

0.01	0.56	1العلاقات الاجتماعية
0.01	0.47	2البيئة المدرسية
0.01	0.70	3المناهج الدراسية
0.05	0.76	4الواجبات المنزلية والانشطة اليومية المصاحبة
0.01	0.76	5الامتحانات

يتضح من الجدول أعلاه أن معاملات الارتباط التي تم الحصول عليها بين درجة كل من الابعاد والدرجة الكلية للاستبيان و الدالة احصائيا عند مستوى (0.01) عند الابعاد رقم (1.2.3.4.5) مما يدل على اتساق هذا الاستبيان وتماسك أبعاده.

الجدول رقم 02: يوضح الثبات بطريقة ألفا كرومباخ لمقياس الضغوط النفسية المدرسية

الفا كرومباخ
,0.565

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة الثبات بتطبيق طريقة ألفا كرومباخ بانه يتمتع بنوع من الثبات

3_2صدق الاتساق الداخلي لمقياس مستوى الطموح:

ويقصد به بتحليل التجانس الداخلي للاستبانة بمعنى مدى ترابط الاستجابات على البعاد مع درجة الكلية الاستبانة

الجدول رقم 04: يمثل قيمة معامل الارتباط ومستوى الدلالة لدى استبيان مستوى الطموح

الابعاد	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1 قدرة المتعلم في تحديد الاهداف	0.839	0.01
2التحصيل المعرفي	0.849	0.01
3التفاؤل	0.769	0.01
4 القدرة على تحمل المسؤولية	0.840	0.01

من خلال الجدول نلاحظ أن معاملات الارتباط التي تم الحصول عليها بين درجة كل من الابعاد والدرجة الكلية للاستبيان و الدالة احصائيا عند مستوى (0.01) لجميع الابعاد الاربعة مما يدل على الاتساق الكلي للاستبيان .

الجدول رقم 05: يوضح الثبات بطريقة ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية

التجزئة النصفية		ألفا كرومباخ
معادلة سيبرمان براون	معادلة جوثمان	

0.827	0.831	
-------	-------	--

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة الثبات بتطبيق طريقة ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية بأنه يتمتع بنوع من الثبات

ثانيا :الدراسة الاساسية:

1- منهج الدراسة :

المنهج المستخدم في الدراسة الحالية هو المنهج الوصفي " حيث يقوم المنهج الوصفي على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث، معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو فترات من اجل التعرف على الظاهرة أو الحدث ، من حيث المحتوى والمضمون ، والوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره "(ريحي وعثمان، سنة 2000،ص43).

وعلى هذا الاساس استخدمت المنهج الوصفي لأنه يلائم دراستي في معرفة العلاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي ،وكذلك معرفة محط الدراسة كما وكيفا.

2- مجتمع الدراسة :

وعلى هذا الاساس قمنا باختيار عدد من تلاميذ ثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم بحيث يتكون مجتمع الدراسة من 183 تلميذ وتلميذة لكل من أقسام السنة الثالثة ثانوي و تم اختيار عينة بحثي من 50 تلميذ وتلميذة والذين ينقسمون من شعبي

الادبية والعلمية 20 تلميذا وتلميذة تنمي الى الشعبة الادبية و30 تلميذا وتلميذة من الشعبة العلمية .

3- المجال الجغرافي والزمني للدراسة:

3_1_ المجال الجغرافي:

أجريت هذه الدراسة في ثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم

3_2_ المجال الزمني:

دامت مدة الدراسة من: 2024/05/06 إلى غاية 2024/05/09

3_3_ المجال البشري :

تتضمن عينة البحث والمتمثلة في 50 تلميذ وتلميذة

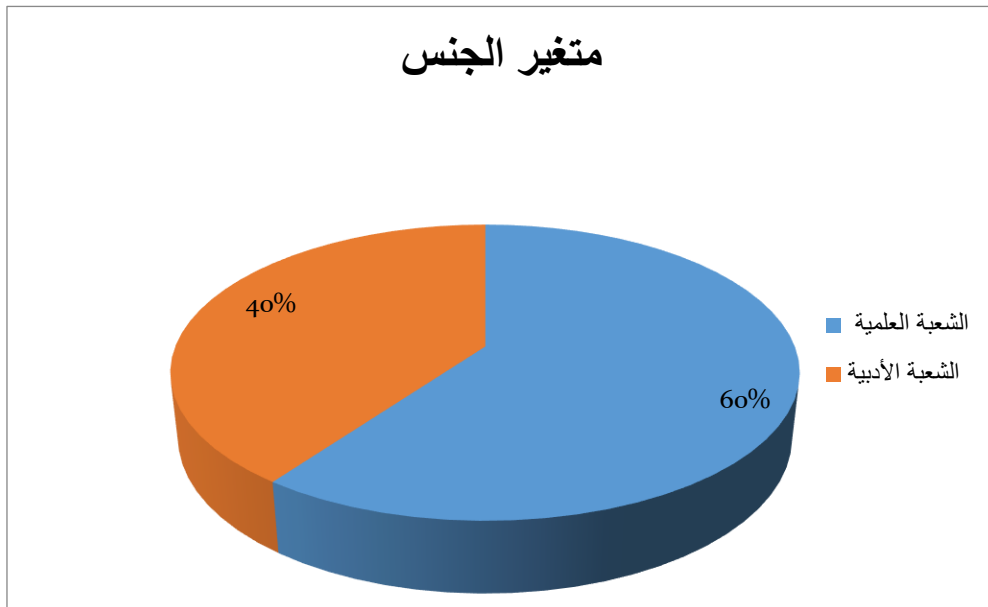
4- عينة الدراسة ومواصفات:

تم اختيار عينة من ثانوية مهداوي أحمد بلدية سيدي لخضر التابعة لولاية مستغانم بطريقة عشوائية، حيث تكونت من (50) تلميذ وتلميذة (19 ذكر و 31 أنثى) وهم يتوزعون كالاتي:

أ_ حسب الجنس:

يمثل الجدول التالي توزيع عينة الدراسة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة
الذكور	19	%38,0
الإناث	31	%62,0
المجموع	50	% 100



الشكل رقم (01): يبين مخطط دائري لتوزيع عينة الدراسة حسب الجنس

ب حسب الشعبة :

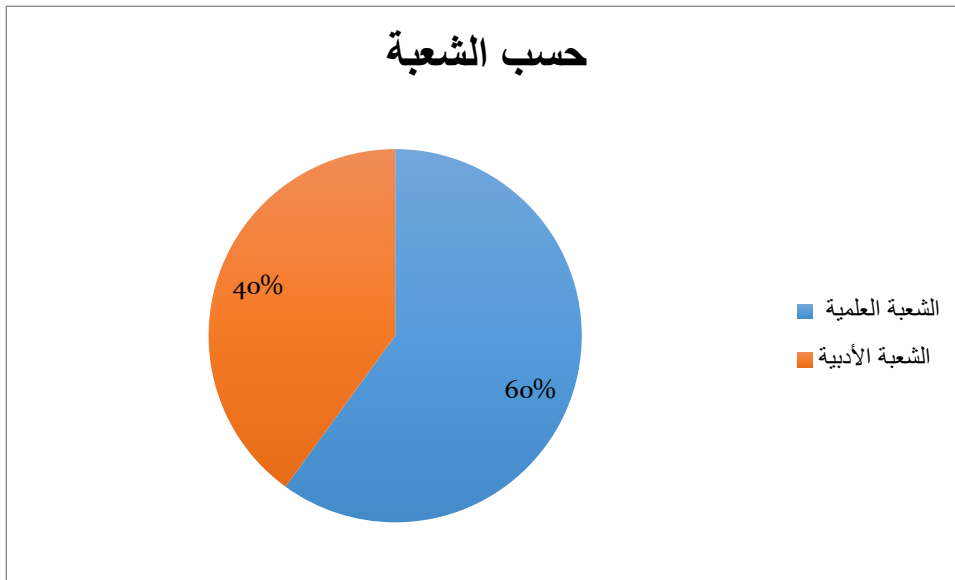
يمثل الجدول التالي توزيع العينة حسب الشعبة

الجدول رقم 07: يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الشعبة

النسبة	العدد	الشعبة
60,0%	30	علمي
40,0%	20	أدبي
100 %	50	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (07) التالي أن الشعبة العلمية هم أكثر نسبة من

الشعبة الأدبية



الشكل رقم (02): يبين مخطط دائري لتوزيع العينة حسب الشعبة .

5- أدوات الدراسة:

1- مقياس الضغوط النفسية المدرسية من (إعداد بن خليفة إسماعيل، 2018):

يتكون من 40 بنداً وفق 3 مستويات من البدائل حيث نعطي للبند السالب (03) علامات

على " دائماً" و (02) على "أحياناً" وعلى " لا يحدث" (01)

البدائل	دائماً	أحياناً	لا يحدث
علامات الترتيم	03	02	01

حيث يحتوي المقياس على 13 بنداً موجبا هي (2-6-8-11-12-13-16-17-18-

19-22-37-39)

ويحتوي على 27 بنداً سالبا هي (1-3-4-5-7-9-10-14-15-20-21-23-24-

25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-38-40)

الأبعاد	الفقرات	عدد الفقرات
العلاقات الاجتماعية	1،2،3،4،5،6،7،8	08
البيئة المدرسية	9،10،11،12،13،14،15،16	08
المناهج الدراسية	17،18،19،20،21،22،23،24	08
الواجبات المنزلية والأنشطة اليومية المصاحبة	25،26،27،28،29،30،31،32	08
الامتحانات	33،34،35،36،37،38،39،40	08
المجموع		40

2-مقياس مستوى الطموح من إعداد (جناد عبد الوهاب، 2014).

يتكون من 30فقرة وفق لخمس مستويات " موافق تماما" 5درجات "وافق"4درجات

"لا أدري"3درجات ،"غير موافق "2 درجة ،"غير موافق تماما" 1درجة

الأبعاد	الفقرات	عدد الفقرات
قدرة المتعلم في تحديد الأهداف	1،5،9،13،17،21،25	07
التحصيل المعرفي	2،6،10،14،18،22،26	07
التفائل	3،7،11،15،19،23،27،29	08
القدرة على تحمل المسؤولية	4،8،12،16،20،24،28،30	08
المجموع		30

1- الاساليب الاحصائية المستخدمة :

ومن خلال بحثي قمت باستخدام الاساليب الاحصائية لمعرفة الصدق والثبات للاستبيانين

الضغوط النفسية المدرسية وكذلك استبيان مستوى الطموح وذلك لتوزيعها على عينة بحثي

النسبة المئوية والتكرار :استخدمت لتوزيع أفراد العينة الاساسية من حيث الجنس والشعبة

وذلك لدراسة الاساسية

معامل الارتباط : استخدم لحساب الصدق مقياس الضغوط النفسية المدرسية وكذلك صدق

مقياس مستوى الطموح وفق الاتساق الداخلي

ألفا كرومباخ ،التجزئة النصفية : لتأكد من ثبات مقياس الضغوط النفسية المدرسية وذلك

بمعامل ألفا كرومباخ وكذلك مقياس مستوى الطموح وذلك باستخدام ألفا كرومباخ والتجزئة

النصفية

قيمة (ت) للعينتين المستقلتين: وذلك لتأكد من الفروق في الضغط النفسي المدرسي لمتغير

الجنس وكذلك لإيجاد الفروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس

خلاصة الفصل :

و بعد اتبعنا في دراسة بحثنا الخطوات المنهجية في الدراسة الاستطلاعية والتي كان هدفها التأكد من صلاحية أدوات القياس وبعد تطبيق أدوات الدراسة الأساسية والتي تمثلت في تحديد المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي المناسب لمثل هذه الدراسة وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية واستخدمنا أدوات جمع البيانات المتمثلة في مقياسين مقياس الضغوط النفسية المدرسية ومقياس مستوى الطموح حيث تأكدنا من صدقهما وسنعرض نتائج ما توصلنا اليه من خلال الفصل اللاحق

الفصل الخامس : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية العامة الاولى

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد التطرق لإجراءات الدراسة الميدانية والاجراءات التي أخذناها نعرض في هذا الفصل وكذلك من خلال الدراسة الاساسية ومن تم تحليلها لنصل الى الاجابة على الفرضيات ومناقشتها ومقارنتها بالدراسات السابقة ،وبعد تنظيم البيانات المحصل عليها من خلال استخدام برنامج الحزمة الاحصائية في العلوم الاجتماعية لنصل الى مناقشة الفرضيات ومقارنتها بالدراسات السابقة ومن تم وضع التوصيات والاقتراحات لنهي دراستنا بخاتمة

عرض و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الاولى:

عرض نتائج الفرضية العامة الاولى :

نص الفرضية الاولى : توجد علاقة بين الضغط النفسي المدرسي و الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

الجدول رقم 08: يوضح نتائج معامل بيرسون للعلاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي .

القرار	مستوى	قيمة معامل	الاساليب
الاحصائي	الدالة	الارتباط	المتغيرات
لا توجد علاقة	0.25	0.07	الضغط النفسي المدرسي و الطموح الدراسي

قراءة الجدول:

يتضح من خلال الجدول رقم 08 أن قيمة معامل الارتباط قدر ب 0.07 وهي قيمة أقل ، ولم نرتقي الى مستوى الدلالة 0.05 ، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة عند 0.05 ب (0.25) وهي قيمة أكبر ، وعليه لا نستطيع قبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود علاقة ويتم قبول الفرضية الصفرية ، التي تنص على انه : لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي المدرسي وعلاقته بالطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

مناقشة نتائج الفرضية الاولى :

من خلال نتائج الفرضية الاولى التي توضح قيمة معامل الارتباط بيرسون (0.07) يبين انه لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وهذا ما يفسر لنا ان الضغوط النفسية المدرسية لا علاقة لها بالطموح الدراسي وهذا ما لم يتفق مع دراسة محمد بوفاتح (2005) والذي أشار الى وجود علاقة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح ، ومن خلال هذه النتيجة يمكن تفسير هذا بعدم وجود علاقة بين الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي عدة عوامل تساهم في هذا التعقيد منها العوامل الفردية المتعلقة بذات التلميذ لان بعض التلاميذ يزدهرون تحت الضغط مما يزيد من طموحهم الدراسي بينما قد يعاني اخرون الى انخفاض في الطموح وكذلك العوامل الاجتماعية مثل الدعم الاجتماعي من الاهل الزملاء المعلمين

لأنه يلعب دورا هاما في تخفيف تأثير الضغط النفسي وتعزيز الطموح الدراسي وبهذا يتحقق هذا الفرض

عرض و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

نص الفرضية الثانية : يوجد فروق في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

الجدول رقم 09: يوضح اختلاف في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس

القرار الاحصائي	قيمة sig	درجة الحرية	اختبار t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N	الجنس	الأساليب
								المتغيرات
توجد فروق	0.02	48	-2,36	9,13	77.57	19	ذكور	الضغط النفسي
				9,48	84.03	31	اناث	المدرسي

قراءة الجدول:

يتضح من خلال الجدول رقم 09 أن قيمة الاحتمالية sig لمتغير الجنس في الضغوط النفسية المدرسية تساوي (0.02) أكبر من (0.01) و لكن أصغر من (0.05) ، وعليه نقبل الفرضية الجزئية الاولى ، مما يعني أنه يوجد فروق بين الاناث والذكور في المتوسط

الحسابي لدى الاناث مرتفع بدرجة (84.03) أي أنه توجد فروق لمتغير الجنس في الضغوط النفسية المدرسية وتعزى لصالح الاناث .

مناقشة الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية بوجود فروق في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وذلك لقيمة sig (0.02) وهي قيمة أصغر من مستوى الدلالة (0.05) لذا نقبل الفرض البديل الذي ينص على أنه يوجد فروق في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس ونرفض الفرض الصفري الذي ينص على عدم وجود فروق في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس وقد جاءت نتائج هذه الفرضية موافقة لكل من دراسة عبد الحفيظ لبكيري، نزيه صردا وي (2020) والتي تنص على وجود فروق لمتغير الجنس في الضغوط النفسية المدرسية وكذلك توافقت مع دراسة القحطاني (2015) والتي أظهرت أن أكثر الضغوط التي يعاني منها الطلاب هي الضغوط المدرسية ثم الضغوط الانفعالية ثم الضغوط الاجتماعية ثم الاسرية وحسب تفسيري أن الضغط النفسي المدرسي يمكن أن يتأثر بعدة عوامل بما في ذلك الجنس والابحاث تشير الى وجود فروق بين الذكور والاناث في كيفية تجربة وادارة الضغط النفسي في البيئة المدرسية بحيث يعتبر الاناث غالبا ما يبلغن عن مستويات أعلى من الضغط النفسي مقارنة بالذكور ،ويرجع ذلك الى التوقعات الاجتماعية المتعددة التي تلقى عليهن بينما أن الذكور قد يعانون من الضغط النفسي بشكل مختلف ولكنهم أقل عرضة للإفصاح عنه أو طلب المساعدة .

عرض و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

عرض نتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة :

نص الفرضية الثالثة : يوجد فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس

الجدول رقم 10: يوضح اختلاف في الطموح الدراسي لمتغير الجنس

الاساليب المتغيرات	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	قيمة sig	القرار الاحصائي
الطموح الدراسي	ذكور	19	116.15	16.83	-1.9	48	0.06	لا توجد فروق
	اناث	31	123.61	10.75				

قراءة الجدول:

يتضح من خلال الجدول رقم 09 الذي يوضح اختلاف في الطموح الدراسي لمتغير الجنس بحيث أن قيمة الاحتمالية sig والتي تساوي (0.06) وهي أكبر من مستوى الدلالة المعنوية (0.05) أي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الطموح الدراسي لمتغير الجنس ، مما يعني أن الفروق بين الذكور والاناث هي فروق حسابية وليست جوهرية من الناحية الاحصائية

مناقشة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الجزئية الثالثة بوجود فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وذلك لقيمة sig (0.06) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) لذا نرفض الفرضية الثالثة أي توجد فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس لا توجد فروق في الطموح الدراسي لمتغير الجنس وقد جاءت نتائج موافقة مع دراسة لونا سي كهينة وأغري سميرة (2022) والتي أشارت على أنه لا توجد فروق دالة احصائياً في مستوى الطموح الأكاديمي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي حسب الجنس ومن خلال يمكن تفسير عدم وجود فروق في الطموح الدراسي بين الجنسين وذلك راجع إلى التغيرات العديدة والتطورات الهائلة ويمكن القول أن الطموح نفسه كقيمة شخصية واحساس بالدافع لتحقيق الأهداف قد يكون متساوياً بين الجنسين وكذلك لم يعد دور الأنثى مهماً وتغيرت النظرة السلبية تجاهها أصبحت تتعزز بحقوق وواجبات مثلها مثل الذكر في جميع الميادين التعليم وغيرها من المناصب وهذه من بين الأسباب التي جعلت مستوى الطموح غير مختلف بين الجنسين .

عرض و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

عرض نتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة :

نص الفرضية الرابعة : يوجد فروق في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الأدبية

الجدول رقم 11 : يوضح اختلاف في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الأدبية.

الاساليب	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	درجة الحرية	قيمة sig	القرار الاحصائي
الطموح	أدبي	20	118.450	11,21	-0,980	48	,332	لا توجد فروق
الدراسي	علمي	30	122.333	15,14				

قراءة الجدول:

من خلال الجدول يتضح لنا أن قيمة sig هي 0.332 وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) لا يوجد فروق في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الادبية .

مناقشة الفرضية الرابعة:

تشير نتائج الفرضية أنه لا يوجد فروق في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الادبية ،وتتفق نتائج هذه الفرضية مع دراسة الأسود (2003) في عم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الطموح حسب التخصص الدراسي (أدبي، علمي) وكذلك دراسة لكوشة صارة ولكوشة رميسة (2021) بعنوان مستوى الطموح وعلاقته بفاعلية الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية حيث أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى

الطموح لدى تلاميذ المرحلة الثانوية تعزى الي التخصص كما لم تتفق مع دراسة فلاح أحمد (2022) بعنوان مستوى الطموح الدراسي عند تلاميذ التعليم الثانوي كما أظهر نتائجه على وجود فروق ذات دلالة احصائية في الطموح الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي تعزى لمتغير التخصص ،ومن هذا المنطلق لا يمكن القول ان هناك فرقا جوهريا في الطموح الدراسي بين الشعبة العلمية والشعبة الادبية بشكل مطلق ،لأن الطموح الدراسي يعتمد على الشخص نفسه وليس على الشعبة التي يدرسها وبالتالي يمكن القول ان الاختلاف ليس في مستوى الطموح ،بل في طبيعة الطموحات والتحديات التي تميز كل شعبة .

خلاصة الفصل:

ومن خلال هذا الفصل تم عرض و تحليل و مناقشة الفرضيات وذلك من خلال حسابها ببرنامج الحزمة الاحصائية spss20 ومن هنا نتطرق إلى الخاتمة والاقتراحات التي تعالج موضوع الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي .

الخاتمة :

وفي الختام يمكن القول إن الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي هما عنصران متداخلان يلعبان دورا محوريا في تشكيل تجربة التلاميذ الأكاديمية والشخصية فمن جهة يسهم الطموح الدراسي في دفع التلاميذ نحو تحقيق أهدافهم وتطوير قدراتهم ومن جهة أخرى يمكن ان يكون الضغط عاملا مثبتا يؤثر سلبا على التلاميذ إذا لم يتم التعامل معه بفاعلية وذلك من خلال الدراسة التي قمت بها تبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرسي لمتغير الجنس اما على وجود علاقة بين الضغط النفسي المدرسي ومستوى الطموح لم تتحقق الفرضية وذلك ربما راجع عدم وجود علاقة قوية بينه وبين الطموح الدراسي أي ان الضغوط النفسية التي يتعرض لها التلاميذ لا تؤثر بشكل مباشر على درجة طموحهم وورغبتهم في تحقيق أهدافهم الأكاديمية والمهنية لذا من المهم التركيز على الجوانب الاخرى التي تسهم في تعزيز الطموح مثل الدعم الاسري وكذلك الدعم من قبل المؤسسة التعليمية وذلك لضمان المسار الجيد نحو مستقبل زاهر.

التوصيات والاقتراحات :

وفي حدود نتائج الدراسة وانطلاقا من الاستنتاجات التي تم التوصل اليها نوصي ونقترح كما يلي :

- اجراء دراسات حول موضوع الضغط النفسي المدرسي لأنه موضوع حساس وكذلك
توظيف استراتيجيات لرفع من الطموح الدراسي.

- إجراء دراسات حول الضغط النفسي المدرسي والطموح الدراسي بعينة أخرى أو مستوى آخر ولما لا يكون في المتوسطة أو الجامعات .

- العمل على التقليل من الضغوط النفسية المدرسية من حيث تطوير المناهج وتوفير امكانيات مناسبة ومراعات الفروق الفردية .

- ارشاد الاباء والامهات الى أفضل أساليب التنشئة الوالدية السوية والتي تزيد لرفع من مستوى الطموح وكذلك التخفيض من الضغوطات وبالتالي تساعدهم على تحقيق

النجاح

- ضرورة توظيف الاخصائي النفسي المدرسي وذلك من أجل تقديم الارشادات والمساعدة للتلاميذ وذلك بتطبيق الاختبارات والمقاييس النفسية .

- العمل على تقليل من الضغوط النفسية الدراسية وذلك بإدارة الوقت بفاعلية وتوزيعه بين الدراسة والراحة والنشاطات لأنها تساعد على التقليل الضغوط

- ممارسة تقنيات الاسترخاء مثل التنفس العميق والتأمل وكذلك النوم الجيد لان الحصول على قسط كاف من النوم يساعد على تجديد النشاط والتركيز .

- اعداد البرامج الارشادية تساعد على رفع من مستوى الطموح الدراسي

قائمة المراجع :

الكتب:

_ السميران تامر حسين علي والمساعد عبد الكريم عبد الله (2014)، سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها، دار الحامد، ط1، الأردن-عمان.

_النوبي محمد علي ، (2010)،التنشئة الأسرية وطموح الابناء العاديون وذوي الاحتياجات الخاصة ، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، عمان الاردن.

_النوبي محمد علي ،(2010)،علم الاجتماع والمنهج العلمي ،دار المعارف الجامعية ،الاسكندرية ،مصر

_ بهاء الدين عبيد ماجدة (2008)، الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، دار الصفاء، طبعة 01، عمان.

_ سيد يوسف جمعة ،(2007)، إدارة الضغوط ،مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث ، كلية الهندسة ،القاهرة ، مصر.

_ سامي محمد ملحم ،(2005) ، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط3، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،الاردن .

_ حسين طه عبد العظيم و حسين سلامة عبد العظيم (2006)، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية ، دار الفكر، ط1، الأردن-عمان،.

_ عثمان فاروق السيد ، (2001)، القلق وإدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر .

_ ريحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم (2000)، مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق ، دار الصفاء، طبعة 01، عمان.

_ عبد الفتاح كاميليا ، (1990)، دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح والشخصية ، الطبعة الثالثة ، نهضة مصر للطباعة والنشر ، القاهرة ، مصر

_ عبد الفتاح كاميليا ، (1984)، مستوى الطموح والشخصية ، ط2، دار النهضة العربية ، بيروت .

_ راجح أحمد عزت ، (1968)، أصول علم النفس ، دار الكتاب العربي ، ط1، الاسكندرية ، مصر .

المجلات:

_ الاهواني حسين هاني حسين، (2005)، مصادر الضغوط النفسية الدراسية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة والازهرية "دراسة مقارنة"، مجلة كلية التربية ، العدد : 128، الجزء الاول، جامعة الازهر، مصر .

_ النيل عمرو نبيل عبد الحميد ، (2020) ضغوط البيئة المدرسية وعلاقتها بمستوى الشعور بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب الصف الاول الثانوي ، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية ، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب ، 4 (18)، 133-157.

_ الذواذ الجوهره عبد الله ،(2002)،وجهة الضبط وعلاقته بمستوى الطموح لدى بعض طالبات الجامعة السعوديات والمصريات دراسة عبر ثقافية ،مجلة دراسات العربية ،القاهرة.

_ الزهراني محمد فاطمة أحمد (2018)، مستوى الطموح وعلاقته بمستوى الذات لدى عينة من طالبات الموهوبات والعاديات للمرحلة الثانوية بمنطقة الباحة، 02 مجلة العلمية لجامعة اسويط ،مصر ، المجلد 34، العدد 11، الجزء

_ حسن ، عبد ابراهيم ،(2018)، حالة التدفق النفسي وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق ،مجلة جامعة البعث ، العدد 17،المجلد 11،40-44.

_ حسن محمد أحمد حسن علي (2023)،الضغوط النفسية لدى الاطفال، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنصورة ،المجلد 08 ،العدد 04.

_أحمد بن موسى حنتول ،إبراهيم بن أحمد مسرحي ،(2019)فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالمعنى في تحسين مستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة جازان ، مجلة دراسات تربوية ونفسية ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، العدد 115،103-183.

_العنزي عبد الله عبد الهادي ،(2016)،أساليب التفكير ومستوى الطموح الأكاديمي ودورها في التنبؤ بالتسويق الاكاديمي لدى طلاب الجامعة ،المجلة الدولية التربوية المتخصصة ،

_ القحطان عبد الهادي بن محمد، (2015) ، الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر ، بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، 25 (88) ، 429_470.

_ حسام اسماعيل هيبه واخرون،(2023)،الخصائص السيكو مترية لمقياس الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة ،مجلة الارشاد النفسي ، العدد 74، الجزء 02.

_ حمزاوي زهية (2018)،فاعلية الاسترخاء التصاعدي لجاكسون في التخفيف من قلق الامتحان لدى طالبات المقبلات على امتحان البكالوريا، مجلة دراسات نفسية والتربوية ، جامعة مستغانم، الجزائر، مجلد 11، تاريخ النشر 02 اكتوبر

_خنوش عبد القادر، (2021) ،مستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ، مجلة الاسرة والمجتمع ،المجلد 09، العدد 02، الصفحات 208-228 .

_درقاوي ليندة، (2021)،مستوى الطموح وعلاقته بالعدوانية عند تلاميذ التعليم المتوسط والثانوي ،مجلة دراسات نفسية ، المجلد 12، العدد 01،سنة.

_دلال يوسفى وتاوريرت نور الدين، (2018) ،مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ،مجلة علوم الانسان والمجتمع ، المجلد 07،العدد 27 ،

الجزء الثاني، ISSN 2253-0347،

_سلاف مشري(2016)، الضغط النفسي في المجال المدرسي المفهوم والمصادر
واستراتيجيات المواجهة ،مجلة كلية التربية الاساسية للعلوم التربوية والانسانية ،جامعة بابل
،العدد 29، العراق.

_شتوان حاج ،بوقسارة منصور(2017) ،علاقة مستوى الطموح بالانجاز الاكاديمي لدى
عينة من تلاميذ الطور الثانوي، مجلة التنمية البشرية ، العدد 08،ردمك 1112-8070
،وهران الجزائر .

_عائشة فرج محمد المنشوف(2016)،مستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية ،المجلة
العلمية لكلية رياض الأطفال ، المجلد الثاني ،العدد الرابع ، جامعة المنصورة ، مصر .

_عزة حسن محمد رزق(2020)، اليقظة العقلية كمتغير وسيط في العلاقة بين مستوى
الطموح وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة ،مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية،
المجلد الرابع عشر، الجزء الثالث.

_مظلوم علي حسين (بدون سنة)،مستوى الطموح الاكاديمي وعلاقته بحوادث الحياة
الضاغطة لدى طلبة الجامعة ، مجلة جامعة بابل ، العلوم الانسانية ،المجلد 18،العدد 01

الرسائل:

_هديل محمد البليدي ،(2020)،مستوى الدعم الاجتماعي واستراتيجيات التعامل مع
الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق الوجودي لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين، قدمت

الأطروحة لاستكمالاً للحصول على درجة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي
،جامعة النجاح الوطنية ، نابلس ،فلسطين .

_إسماعيل بن خليفة(2018)، التوافق الدراسي وعلاقته بالضغوط النفسية المدرسية وجودة
الحياة لدى التلاميذ التعليم الثانوي ،أطروحة دكتوراه ،جامعة أبو قاسم سعد الله -الجزائر
(02) ،قسم علم النفس.

_سعدى سعدي محمد،(2018)، علاقة مناخ الدافعية بمستوى الطموح والتفوق الرياضي
لدى تلاميذ المدارس الرياضية الجزائرية ،أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية
والرياضية ،معهد التربية البدنية والرياضية دالي ابراهيم ،الجزائر 03،

_خير عبد القادر محمد، أحمد موسى سعاد،(2016) ، مفهوم الذات وعلاقته بمستوى
الطموح ، دراسة ميدانية لطلاب الجامعات الحكومية الخاصة بولاية الخرطوم ، رسالة
الماجستير ،كلية الآداب ، جامعة أم درمان الاسلامية ،السودان

_ مريم بن كريمة (2015)،علاقة تقدير الذات بمستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى
الطلبة المعدين في شهادة البكالوريا ،رسالة ماجستير ،قسم علم النفس وعلوم التربية ،جامعة
قاصدي مرباح ،ورقلة الجزائر .

_محمد ثابت ،(2015)،أثر تفاعل كل من الطموح الاكاديمي وقلق الامتحان على التحصيل
الدراسي ، رسالة ماجستير ،جامعة محمد خيضر ، بسكرة ، الجزائر .

_جناد عبد الوهاب (2014)، الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالدافعية للتعلم ومستوى الطموح ، أطروحة دكتوراه ،في علم النفس ،جامعة وهران ، الجزائر .

_مرزوق بن أحمد عبد المحسن العمري (2012)، الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث، رسالة ماجستير مقدمة الى قسم علم النفس بكلية التربية ،جامعة أم القرى ،المملكة العربية السعودية .

_المشيخي غالب ،(2009) ،قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة جامعة الطائف ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .

الملاحق

الملحق رقم 01: استبيان

جامعة عبد الحميد بن باديس

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس

مقياس الضغوط النفسية المدرسية ومستوى الطموح

عزيزي التلميذ ، عزيزتي التلميذة :

في ما يلي استمارة تحتوي على مجموعة من العبارات تدور حول أمور حياتك في الثانوية

وخارجها ، وهذين الاستمارتين يدرسان الضغوط النفسية المدرسية وعلاقته بمستوى الطموح ، المطلوب

أن تقرأ (تقرئي) كل عبارة بدقة ثم تحدد (ي) إجابتك باختيار أحد

البدائل الموجودة على يسار كل عبارة التي تراها (ترينها) تتطبق عليك وتناسب شعورك

مع مراعاة ألا تترك (ي) أي عبارة دون أن تجيب (ي) عليها ، حيث لا توجد إجابة

صحيحة وأخرى خاطئة وأن إجابتك لن تستخدم إلا للبحث العلمي .

أشكركم على تعاونكم البناء معنا في هذه الدراسة العلمية ، نرجو تعبئة البيانات التالية :

❖ المعلومات الأولية:

الشعبة:

أنثى

الجنس: ذكر

الرقم	العبارات	دائماً	أحياناً	لا يحدث
01	أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي في الثانوية			
02	يسعدني أن يسأل رفقائي حين أغيب عن الثانوية			
03	يحزنني أن زملائي لا يحبون مرافقتي أثناء العودة من الثانوية			
04	أخاف من التعرض لتهديدات التلاميذ المشاغبين في الثانوية			
05	يؤسفني أن بعض أساتذتي لا يعرفون اسمي			

			يسعدني أن يحترمني أساتذتي	06
			يزعجني أن بعض الاساتذة يفضلون زملائي عني	07
			احب أن يشكرني الاستاذ في أنشطة بناء الدرس	08
			يزعجني ان بعض نوافذ قسمي مكسرة	09
			تضايقتي قلة وسائل التكيف المناسبة في القسم	10
			تساعدني الاضاءة في قسم على الرؤية الجيدة	11
			ارتاح لكثرة الاشجار والمساحات الخضراء في ثانويتي	12
			أحب أن تكون دورات مياه ثانويتي نظيفة	13
			يزعجني ان ثانويتي ليس بيها ملعب للرياضة	14
			يزعجني اكتظاظ قسمي بالتلاميذ	15
			يعجبني ان مكتبة ثانويتي تتوفر على الوسائل التعليمية الضرورية	16
			يفرحني ان المواد الدراسية المختلفة تراعي ميولي واهتماماتي	17
			تعجبني طريقة اساتذتي في تبسيط الدروس	18
			يسهل عليا المذاكرة من الكتب المدرسية	19
			يضايقتي اكتظاظ الجدول اليومي للحصص	20

			الدراسية
			21 يصعب علينا انتهاء البرنامج الدراسي المقرر عند نهاية السنة الدراسية
			22 يسرني ان المخابر في ثانوية بها وسائل اضاح مناسبة
			23 يضايقتني عدم مراعاة المنهاج الدراسي لمواهي الفكرية
			24 أجد صعوبة في طريقة تعلم اللغات الاجنبية (الفرنسية، الانجليزية)
			25 ترهقني كثرة الواجبات اليومية التي أكلف بها
			26 يؤلمني أن أفنقد الدعم المناسب من أسرتي في حل واجباتي
			27 يضايقتني أن لا أجد الوقت الكافي لإنجاز واجباتي المختلفة
			28 أشعر بالضيق من قلة الأنشطة الصفية في ثانويتي (الزيارات ،الرحلات)
			29 أتضايق عندما أقصر في تحضير دروسي
			30 يزعجني أن الضوضاء في المنزل لا تمكثني من حل واجباتي بشكل جيد
			31 تعقني الواجبات الدراسية عن ممارسة هواياتي

			المفضلة
			32 أجد صعوبة في المذاكرة وحل الواجبات لعدم توفر غرفة مخصصة لذلك
			33 يضايقني قلق والدي الزائد على أدائي في الامتحانات
			34 اشعر بالخوف من الامتحانات
			35 يحزنني أن أنسى معلومات كثيرة في الامتحانات بالرغم من مذاكرتي الجيدة
			36 يزعجني أن كثرة المذاكرة في الامتحانات تحرمني من ممارسة هواياتي
			37 أجد دون تردد عندما يواجه لي سؤال شفوي في الامتحان
			38 يزعجني أن بعض زملائي يحصلون على نقاط أعلى مني بالغش في الامتحان
			39 يريحني أن الأساتذة يصححون الامتحانات بأمانة ودقة
			40 يرهقني إجراء امتحانات كثيرة طوال العام الدراسي

مقياس مستوى الطموح

الرقم	العبارات	وافق	أوافق	لا	غير	غير	موافق
		تماما		أدري	موافق	تماما	

					أضع أهدافي بدقة	01
					أسعى للوصول إلى مستوى مرتفع من المعرفة	02
					أفكر في مستقبلي باستمرار	03
					أعتمد على نفسي	04
					أعرف جيدا ما أريد أن أفعله	05
					أتطلع إلى تعلم أشياء جديدة	06
					أستفيد من محاولاتي الفاشلة	07
					أتحمل التعب أثناء القيام بواجباتي الدراسية	08
					أثق في نفسي من تحقيق أهدافي	09
					أتصل بأساتذتي لزيادة معلوماتي	10
					أشعر بالرغبة في الحياة	11
					أقوم بمسؤولياتي بنفسي	12
					أجد صعوبة في رسم أهدافي	13
					أقوم بحل المسائل التي يفشل فيها زملائي	14
					أسعى لتحقيق الأفضل	15
					أترك العمل الذي أفضل فيه	16
					أفكر في مواصلة دراستي الجامعية	17
					أعمل للتفوق والنجاح بامتياز في دراستي	18
					أنا متفائل	19
					أنا مستعد لتحمل مصاعب حياتي	20

					أواجه الصعوبات التي تمنعني من تحقيق أهدافي الدراسية	21
					أشعر بالتعب والملل من الدراسة	22
					أنا راض بما أنا عليه الآن	23
					أثق في قدراتي على تنفيذ واجباتي الدراسية	24
					أسعى لتحقيق الأهداف التي وضعتها	25
					مهما يحصل لي أقوم بأداء واجباتي المدرسية	26
					أترك الأعمال التي تحتاج إلى جهد كبير	27
					أقوم بتنظيف وتنظيم غرفتي بالمنزل	28
					أستفيد من الآخرين	29
					لا أكتفي بالأستاذ فقط للحصول على معلوماتي	30

شكرا على تفهمكم وإجاباتكم .

الملحق رقم 02: مخرجات الحزمة الاحصائية

الجنس والشعبة

Sex

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid mal	19	38,0	38,0	38,0
Valid femal	31	62,0	62,0	100,0

Total	50	100,0	100,0
-------	----	-------	-------

Division

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
lettre	20	40,0	40,0	40,0

Correlations

		questionner1	questionner2
questionner1	Pearson Correlation	1	,253
	Sig. (2-tailed)		,076
	N	50	50
questionner2	Pearson Correlation	,253	1
	Sig. (2-tailed)	,076	
	N	50	50

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			2	,02	-6,45331
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)			
,947	,335	-1,915	48	,061	2		
		-1,726	27,101	,096			

Group Statistics

	sex	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
questionner2	mal	19	116,1579	16,83998	3,86336
	femal	31	123,6129	10,75074	1,93089

Independent Samples Test

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
,947	,335	-1,915	48	,061
		-1,726	27,101	,096

ANOVA

questionner2

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	180,963	1	180,963	,960	,332
Within Groups	9045,617	48	188,450		
Total	9226,580	49			

الملحق رقم 03 ورقة تسهيل مهمة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

كلية العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس رقم 03

مستغانم: 13/1/2024

الى السيد: د. عثمان عز الدين

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

نحن رئيس شعبة علم النفس، نتقدم الى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة طلبية السنة... الثانية... الثالثة... الرابعة... الخامسة... السادسة... السابعة... الثامنة... التاسعة... العاشرة... الاثنية أسماؤهم للقيام ببحث ميداني بمؤسستكم بتاريخ من 2024... الى 2024... مستغانم...

الطالب (ة):

الاستاذ المؤتمن:

عز الدين عثمان

A. Othmane

1- تسهيل أسماؤهم

2- تسهيل أسماؤهم

3- تسهيل أسماؤهم

تقبلوا سيدي فائق الاحترام والتقدير

رئيس شعبة علم النفس

د. عثمان عز الدين

رئيس شعبة علم النفس

بالتفويض

A. Othmane

