



جامعة 8 ماي 1945 قالمة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس



علم النفس المدرسي
رقم التسجيل:
الرقم التسلسلي:

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس
تخصص علم النفس المدرسي

الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس وعلاقته بدافعيته للتعلم

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

تاريخ المناقشة: 2021/07/..

إعداد:
أحلام بوناب
سلمى طوهرة

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الصفة
محمد مكناسي	أستاذ محاضر أ	رئيسا
فاطمة الزهراء بورصاص	أستاذ محاضر ب	مشرفا ومقررا
سعيدة عريبي	أستاذ محاضر ب	مناقشا

السنة الجامعية: 2020-2021

شكر وتقدير

لا شكر إلا بعد شكر الله الذي وهبنا القدرة ومنحنا الصبر لمواصلة مشوارنا الدراسي فالحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذا العمل، وما كنا لنكمله لولا فضله وتوفيقه عز وجل. كما أتقدم بالشكر للأستاذة المشرفة الدكتورة "بورصاص فاطمة الزهراء" التي لم تبخل علينا بتوجيهاتها ونصائحها فلولا فضلها علينا وتوفييق من الله عز وجل لما أتممنا هذا العمل المتواضع فهي تستحق منا كل عبارات الشكر والتقدير كما لا يفوتنا أن نشكر كل من مد لنا يد العون من قريب أو بعيد لإتمام هذا العمل.

إهداء

إلى اللذان ضحا بالغالي والنفيس وانفقنا راحتهما لارتاح وشقيا لأسعد
وتعبا لتقر عينهما بي، حفظهما الله ورحاهما، إلى خاليتي و مؤسسة
وحشتي و مصدر الأمان أمي الحبيبة، و إلى الذي ينير الحياة و يزيد
عزيمتي و قوتي أبي الغالي، إلى إخوتي سندي في هذه الحياة وفقهم
الله و كلل دربهم بالنجاح.

إلى كل الأصدقاء والأحباب إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم
إلى كل زملائي الذين حظيت بمرافقتهم في درب طلب العلم وجمعتني
بهم أيام الدراسة بجامعة 8ماي 1945، وأسهموا في هذا العمل
بجهدهم المشكور، إلى كل هؤلاء دون استثناء أهدي ثمرة جهدي.
كما أتقدم بالشكر الجزيل والاستثنائي للأستاذة المشرفة بورصاص على
كل المجهودات التي بذلتها معنا في سبيل إتمام هذا العمل، والتي
كانت لنا نعمة الموجهة في مجال البحث وطلب العلم.

إهداء

أهدي ثمرة جهدي المتواضع:

إلى القلب الذي رعاني...إلى قدوتي في الحياة ونبراس دربي في

هذا الوجود

والذي الكريمين

أطال الله في عمرهما

إلى حافة عائلتي الكريمة أتمنى لهم السعادة الدائمة وأخص بالذكر

إخوتي وأخواتي حفظهم الله

إلى أختي التي لم تلدها أمي

زوجة أخي

إلى شريك حياتي الذي كان لي خير سند

حفظه الله

إلى أجمل النجوم في سماء الطفولة

أبناء وبنات إخوتي

رعاهم الله

إلى كل الأصدقاء التي جمعتني بهم أيام الدراسة

وإلى كل من وسعهم قلبي ولم يكتف بالمقام لذكريهم.

سلمى



قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
	الشكر
	الاهداء
أ	قائمة المحتويات
د	قائمة الجداول
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل التمهيدي: اشكالية الدراسة ومنطلقاتها	
5	1. الاشكالية
7	2. فرضيات الدراسة
7	3. أهمية الدراسة
8	4. أهداف الدراسة
8	5. تحديد مفاهيم الدراسة
9	6. الدراسات السابقة
15	7. التعقيب على الدراسات السابقة
الفصل الأول: الضغط النفسي	
18	تمهيد
19	1. لمحة تاريخية عن الضغط النفسي
20	2. تعريف الضغط النفسي
21	3. أعراض الضغط النفسي
23	4. أنواع الضغط النفسي
24	5. مصادر الضغط النفسي
27	6. النظريات المفسرة للضغط النفسي

29	7. الآثار المترتبة عن الضغط النفسي
30	8. أساليب وفنيات مواجهة الضغوط
33	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: دافعية التعلم	
35	تمهيد
36	1. الدافعية: Motivation
36	1.1 تعريف الدافعية
37	2.1 المفاهيم المرتبطة بالدافعية
38	3-1 خصائص الدافعية
39	4-1 تصنيف الدوافع
40	2. دافعية التعلم
40	1.2. تعريف دافعية التعلم
41	2.2 أهمية دافعية التعلم
42	3.2. عناصر دافعية التعلم
43	4.2 العوامل المؤثرة في دافعية التعلم
45	5.2 وظائف دافعية التعلم
46	6.2 النظريات المفسرة لدافعية التعلم
50	7.2 أساليب واستراتيجيات إثارة دافعية التعلم لدى التلاميذ
53	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية لدراسة	
56	تمهيد
57	1. منهج الدراسة

57	2.مجالات الدراسة
59	3. عينة الدراسة
60	4. أدوات جمع البيانات
66	5. الأساليب الإحصائية المستخدمة
67	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
69	تمهيد
70	1. عرض نتائج الدراسة
73	2. مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات والتراث النظري
79	3. مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الدراسات السابقة
81	4. استنتاج عام
83	خاتمة
84	الاقتراحات والتوصيات
86	قائمة المراجع والمصادر
الملاحق	

الصفحة	رقم الجدول
58	جدول رقم (01) يوضح توزيع أفراد الدراسة
59	الجدول رقم (02) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس.
60	الجدول رقم (03) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير التخصص الدراسي
61	الجدول رقم (04) يوضح بدائل ودرجات مقياس الضغط النفسي
62	الجدول رقم (05) يبين الابعاد العيادية ومستويات الضغط النفسي
63	جدول رقم (06) يوضح أرقام البنود الايجابية و البنود السلبية لمقياس دافعية التعلم.
64	جدول رقم (07) يوضح توزيع درجات بدائل مقياس ليكرت الخماسي.
64	جدول رقم (08) يوضح تفسير درجات مقياس دافعية التعلم.
65	جدول رقم(09) يوضح الخصائص السيكومترية لمقياس دافعية التعلم
70	جدول رقم (10) يبين قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الضغط النفسي ودرجات دافعية التعلم.
71	جدول رقم (11) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى لمستوى الضغط النفسي
71	جدول رقم (12) يوضح النتائج الخاصة بأبعاد الضغط النفسي
72	جدول رقم (13) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية لمستوى دافعية التعلم.
72	جدول رقم (14) يوضح دلالة الفروق بين الجنسين في مستوى الضغط النفسي.
73	جدول رقم (15) يوضح دلالة الفروق بين الجنسين في مستوى دافعية التعلم



مقدمة

يحظى موضوع الضغط النفسي بأهمية كبيرة في مجالات علم النفس، إذ يعد من المواضيع العلمية الحديثة التي شغلت اهتمام عدد كبير من الباحثين منذ أكثر من نصف قرن، كما أن أهمية دراسة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإنسان ظاهرة جديرة بالاهتمام لما لها من خطورة وتأثير كبير على جوانب حياة الفرد والمجتمع.

وفي ظل الظروف الصحية الراهنة جراء تفشي فيروس كورونا المستجد التي ارتبطت به أحداث الحياة أصبح التعرض أمر حتمي لمصادر متنوعة من الضغوط الخارجية بما فيها ضغوط دراسية، أسرية وانفعالية، أو لضغوط ذات مصادر داخلية.

وباعتبار أن المراهق المتمدرس جزء من المجتمع فإنه ليس بمعزل عن كل ذلك، حيث يتعرض لمستويات مختلفة من الضغوط والتوترات، خاصة وأنه يجتاز مرحلة صعبة في نموه ألا وهي مرحلة المراهقة التي توافق مرحلة تعليمه الثانوية، فه ويخضع في هذه المرحلة من التعليم لامتحان مصيري وه وامتحان شهادة البكالوريا، وبالتالي فإن هذا الضغط يمكن أن يزيد من عزيمته ورغبته في الدراسة فيضعه في حالة تأهب واستعداد، وتكون نظرتة إيجابية للمستقبل، ويكون لديه إقبال على التعلم الذي ينتظره، أ ويؤدي به للرضوخ والعجز، الشيء الذي ينعكس على أدائه وتحصيله الدراسي ويحد من قدرته على تحقيق أهدافه وطموحاته العلمية، وبذلك قد تنخفض دافعيته ويقل إقباله على اكتساب المعارف إضافة إلى ذلك فعملية التعليم في الوسط المدرسي تواجهها العديد من الصعوبات، كونها لا تراعي الأسباب المؤدية للضغوط، فهي لا تراعي قدرات التلميذ وإمكانياته التي تسمح له بالاستمرار في الدراسة، وإن كل هذا من شأنه أن يؤثر بشكل كبير على دافعية تعلم التلاميذ.

ولذلك نسعى في الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي ودافعية تعلم المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، ولأجل ذلك اتبعنا خطة بحث تمثلت في تقسيم هذه الدراسة إلى جانب نظري وآخر ميداني:

فبالنسبة للجانب النظري، شمل ثلاثة فصول هي، الفصل التمهيدي، الذي خصص لإشكالية الدراسة وفرضياتها، بالإضافة إلى أهمية وأهداف الدراسة، وتحديد مفاهيم الدراسة، وفي الأخير تطرقنا إلى الدراسات السابقة والتعقيب عليها، ثم الفصل الثاني: خصص هذا الفصل لمتغير الضغط النفسي حيث تناولنا فيه لمحة تاريخية عن الضغط النفسي وتعريفه، مصادره، أنواعه، وكذا النظريات المفسرة له،

وأعراضه وآثاره، وأخيرا تطرقنا إلى أساليب وفنيات مواجهة الضغوط. وبعد هذا الفصل جاء الفصل الثالث: الذي تضمن متغير دافعية التعلم حيث قسم إلى جزأين، يحتوي الجزء الأول على تعريف الدافعية والمفاهيم المرتبطة بالدافعية، خصائص الدافعية، وأيضا تصنيف الدوافع بصفة عامة، أما الجزء الثاني فيحتوي على تعريف دافعية التعلم وعناصرها، العوامل المؤثرة فيها ووظائفها وكذلك أهميتها والنظريات المفسرة لها وأخيرا أساليب استثارتها.

أما بالنسبة للجانب الميداني: فه والجانب المخصص للإجراءات الميدانية للدراسة، فقد تضمن الفصل الرابع الخاص بالإجراءات المنهجية للدراسة، والذي يحتوي على منهج الدراسة، ومجالاتها، والعينة المختارة، وأخيرا أدوات الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة. وجاء الفصل الخامس لعرض النتائج التي تم التوصل إليها وتفسيرها ومناقشتها والتحقق من مدى صدق الفرضيات وتقديم الاستنتاج العام للدراسة.

دون أن ننسى مقدمة الدراسة وخاتمها، التوصيات والاقتراحات، إضافة إلى قائمة المراجع وملاحق الدراسة.



الجانب النظري

الفصل التمهيدي:

إشكالية الدراسة ومنطلقاتها

1. الاشكالية:

يتعرض المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي إلى مواقف ضاغطة ينتج عنها عدة أعراض مثل القلق، الإحباط، التوتر، وهذه بدورها تتسبب بأضرار نفسية ومشكلات جسمية، وقد تصل إلى اضطرابات خطيرة، وخاصة مع تعرض العالم في الآونة الأخيرة لجائحة فيروس كورونا COVID-19، التي أدت إلى حالة طوارئ صحية عالمية، حيث تم اتخاذ العديد من الإجراءات الوقائية والعلاجية للحد من انتشار هذا الوباء وحماية الإنسان والحفاظ على حياته، ومن بين هذه الإجراءات: الحجر الصحي، حظر التجوال، منع التجمعات وغيرها، أين وجد المراهق المتمدرس نفسه أمام وضعيات جديدة ومواقف غير متوقعة من الصعب عليه التحكم فيها، بسبب قلة معارفه ومهاراته وعدم معرفته بالاستراتيجيات الصحيحة للتعامل معها.

وتعتبر الضغوط النفسية من الظواهر المهمة التي حظيت باهتمام كبير من طرف الباحثين وعلماء النفس والمختصين في المجال التربوي، فقد تصبح مشكلة تهدد العملية التعليمية وتعيق الأداء الأكاديمي للتلميذ، ويمكن تعريف الضغوط النفسية على أنها "عبارة عن مجموعة من الأعراض التي تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وه واستجابة غير محددة من الجسم نح ومتطلبات البيئة" (السيد، 2008، ص 20).

فهي بذلك تختلف من شخص لآخر حسب التجربة الشخصية الخاصة التي يعيشها وتؤثر مباشرة على الجانب النفسي والفيزيولوجي، ويزيد التأثير بزيادة الضغط. ومن المعروف أن فترة الامتحانات في مختلف المراحل التعليمية عند التلاميذ تكون مصحوبة بضغوط نفسية بالنسبة للممتحنين ولأوليائهم، فقد يشعرون بالارتباك والقلق المتواصل إلى حين انتهاء الفترة، ناهيك عن الامتحانات النهائية في مختلف المراحل الدراسية وعلى وجه الخصوص شهادة البكالوريا، باعتبارها أهم الامتحانات التي يجتازها التلميذ، فه و امتحان مصيري ووسيلة تنويع للجهود المبذولة من طرف المقبلين على هذه الشهادة خلال مشوارهم الدراسي، وتكمن أهميته أيضا في الشهادة المقدمة للتلميذ إذ تفتح أمامه العديد من المجالات نح والتعليم الجامعي أ والتوجه نح والحياة المهنية من خلال فرص المشاركة في مختلف المسابقات وبناء مستقبله.

"ونحن نعلم أن الفرد بطبيعته يبحث عن إشباع رغباته وحاجاته ليصل إلى الراحة والسعادة، [...]، ورغبته هذه تولد لديه نوع من الدافعية تجعله يقوم بالتصرفات التي توصله إلى ذلك" (بورصاص، 2021، ص37).

وتعد الدافعية للتعلم من القوى المحركة التي تدفع الفرد وتوجه سلوكه نح وهدف معين، فقد أشارت العديد من الدراسات الى اهمية استثارتها فقد أوضح هويه (2001) الى " أهمية استثارة دافعية المتعلم في الفصول الدراسية التي تساعد على إقبال التلاميذ على الدراسة وإشباع حاجات النم ولديهم". (سيسبان، 2017، ص19)

وعلى هذا الأساس تظهر الدافعية كقوة فاعلة لتحقيق الأهداف التعليمية، فهي من أهم العوامل التي تساعد على تحصيل المعرفة والفهم، مع أخذ المعلم بعين الاعتبار لميولات واهتمامات التلاميذ.

وأمام الظروف التي يعيشها المراهق المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، سواء ظروف جائحة كورونا وما حملته من صعوبات على مستوى تدرسه، أوما تفرضه فترة التحضير لامتحان شهادة البكالوريا من ضغوطات، فإننا نتساءل ما إذا كانت هذه الظروف لها علاقة إيجابية أو سلبية على دافعيته للتعلم.

هذا ما دفعنا لدراسة موضوع الضغط النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، محاولين من خلاله الإجابة على التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

➤ هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا؟

التساؤلات الجزئية:

- هل يعاني المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا من ضغط نفسي مرتفع؟
- ما مستوى دافعية التعلم عند المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس؟

2. فرضيات الدراسة:

1.2. الفرضية العامة:

➤ توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا.

2.2. الفرضيات الجزئية:

1.2.2. الفرضية الجزئية الأولى:

يعاني المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا من مستوى مرتفع للضغط النفسي.

2.2.2. الفرضية الجزئية الثانية:

يتمتع المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا بمستوى مرتفع من دافعية التعلم.

3.2.2. الفرضية الجزئية الثالثة:

توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

4.2.2. الفرضية الجزئية الرابعة:

توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

3. أهمية الدراسة:

تأتي أهمية الدراسة من كونها محاولة للكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا لما لهما من تأثير مباشر في سلوك التلميذ.

كما تكمن أهمية هذه الدراسة في أنها تتناول موضوعا جديرا بالاهتمام وه الضغط النفسي الذي ينظر اليه على أنه مشكلة نفسية، حيث يعتبر متغيرا هاما وفعالا في العملية التعليمية، وه ومشكلة حقيقية تواجه كثيرا من المراهقين المتمدرسين في جميع المراحل التعليمية، خاصة المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا، التي تظهر فيها عدة مشكلات نفسية واجتماعية وكذا تربوية هذا من جهة، ومن جهة

أخرى تبيان أهمية دافعية التعلم في المواقف التعليمية باعتبارها احد المحركات الأساسية للنجاح والتطور خاصة مع الوضع الراهن الذي يمر به العالم جراء تفشي فيروس كورونا.

4. أهداف الدراسة:

➤ التعرف على العلاقة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا.

➤ التعرف على ما إذا كان المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا يعاني من مستوى مرتفع للضغط النفسي.

➤ التعرف على مستوى دافعية التعلم عند المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا.

➤ التعرف على ما إذا كان هناك فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

➤ التعرف على ما إذا كان هناك فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

5. تحديد مفاهيم الدراسة:

➤ الضغط النفسي: هي حالة من التوتر والضييق والقلق وعدم الاتزان التي يعاني منها المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا.

➤ مستوى الضغط النفسي: هي الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا في مقياس الضغط النفسي.

➤ المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز امتحان البكالوريا: في الدراسة الحالية هو المراهق الذي يزاول دراسته بطريقة نظامية في أقسام السنة الثالثة من التعليم الثانوي، التابعة لمديرية التربية لولاية قلمة والمقبل على اجتياز شهادة البكالوريا 2020، 2021 في شعب مختلفة.

➤ دافعية التعلم: هي رغبة وميل المراهق المتمدرس التي تدفع به باستمرار لتحقيق أهدافه التعليمية وبلوغ النجاح.

➤ مستوى دافعية التعلم: هي الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا في مقياس دافعية التعلم.

6. الدراسات السابقة:

1.6. الدراسات الخاصة بمتغير الضغط النفسي للمراهق:

دراسة 01: (ملاك نسيمة، 2017، 2018)

عنوان الدراسة: الضغط النفسي وقلق الامتحان وعلاقة كل منهما بظهور السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

هدف الدراسة: التعرف على علاقة الضغط النفسي وقلق الامتحان بالسلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

عينة الدراسة: تكونت من 400 تلميذ وتلميذة

أداة الدراسة: استبيان الضغوط النفسية، مقياس السلوك العدواني للمراقين والشباب،، مقياس قلق الامتحان.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي

نتائج الدراسة:

➤ وجود علاقة دالة احصائيا بين درجات الضغط النفسي ودرجات السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

➤ وجود علاقة دالة احصائيا بين درجات قلق الامتحان ودرجات السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

➤ وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث في الضغط النفسي حيث تميل الاناث الى الحصول على درجات مرتفعة في الضغط النفسي مقارنة بالذكور.

➤ وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث في قلق الامتحان حيث تميل الاناث الى الحصول على درجات مرتفعة في الضغط النفسي مقارنة بالذكور

➤ وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث في السلوك العدواني حيث يميل الذكور الى الحصول على درجات مرتفعة في السلوك العدواني مقارنة مع الاناث.

دراسة 02: (بن صالح هداية 2015).

عنوان الدراسة: الضغط النفسي وتأثيره على التوافق المدرسي لدى المراهق المتمدرس.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير الضغوط النفسية على التوافق الدراسي لدى المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية.

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (200) تلميذ وتلميذة في المدرسة الثانوية.

أداة الدراسة: مقياس الضغط النفسي، مقياس التوافق المدرسي.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

نتائج الدراسة:

- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغط النفسي والتوافق الدراسي.
- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين كل من الضغط النفسي وأبعاد التوافق المدرسي (التوافق مع الاساتذة، التوافق مع الزملاء، المدرسة والمادة الدراسية) وكلها كانت دالة عند مستوى (0.01).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين كل من الذكور والاناث في مستوى التوافق المدرسي مع وجود علاقة ارتباطية بين التوافق المدرسي والتحصيل الدراسي.

دراسة 03: (سيد نوال 2009، 2008)

عنوان الدراسة: الضغط النفسي وتأثيره على الدافعية للإنجاز لدى التلاميذ المقبلين على إمتحان البكالوريا.

هدف الدراسة: التعرف على تأثير الضغط النفسي على دافعية الانجاز لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا.

عينة الدراسة: 180 تلميذ وتلميذة.

أداة الدراسة: مقياس الضغط النفسي لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مقياس الدافع للإنجاز للطفل والمراهق.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

نتائج الدراسة:

- أن التلاميذ الذين يخافون من الرسوب تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين لا يخافون من الرسوب.
- أن التلاميذ الذين لديهم قلق الامتحان تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين ليس لديهم قلق الامتحان لم تتحقق.
- أن التلاميذ الذين لديهم ضغوطات اسرية تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين ليس لديهم ضغوطات أسرية.
- التلاميذ الذين لديهم الرغبة في ضمان المستقبل المهني عن طريق الدراسة في الجامعة تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين لديهم الرغبة في ضمان المستقبل المهني عن طريق الدراسة في الجامعة.
- لا توجد فروق بين الجنسين في الضغط النفسي.
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين في الدافعية للإنجاز.
- أن التلاميذ الذين لديهم ضغط نفسي تكون دافعيتهم للإنجاز أحسن من التلاميذ الذين لديهم ضغط نفسي.

دراسة 04: (خويلد أسماء، النخلة قنونة، نقبيل حورية، 2017)

عنوان الدراسة: الضغط النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
هدف الدراسة: التعرف على ما اذا كانت هناك علاقة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم.
عينة الدراسة: 180 تلميذ وتلميذة.

أداة الدراسة: مقياس الضغط النفسي، مقياس دافعية التعلم.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

نتائج الدراسة:

- وجود علاقة عكسية سالبة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم.
- أن عامل الجنس يتدخل في تحديد مستويات الضغط النفسي ودافعية التعلم.

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين تلاميذ الشعب الأدبية وتلاميذ الشعب العلمية في درجات الضغط النفسي.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين تلاميذ الشعب الأدبية وتلاميذ الشعب العلمية في درجات دافعية التعلم.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ المعيدين والتلاميذ غير المعيدين في درجات الضغط النفسي ودافعية التعلم.

2.6. الدراسات الخاصة بمتغير الدافعية للتعلم:

دراسة 01: (بلحاج فروجة، 2011).

عنوان الدراسة: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي.

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة من 300 تلميذ وتلميذة.

أداة الدراسة: اختبار الشخصية للمرحلة الاعدادية والثانوية، مقياس الدافعية للتعلم.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

نتائج الدراسة:

- وجود علاقة بين التوافق النفسي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي
- وجود علاقة بين التوافق الاجتماعي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي
- عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الذكور.

دراسة 02: (عمر حجاج، 2019).

عنوان الدراسة: الضغط المدرسي وعلاقته بالدافعية للتعلم دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية بوجمعة قرمة غرداية.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين الضغط المدرسي والدافعية للتعلم على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية قرمة بوجمعة بمدينة غرداية.

عينة الدراسة: تمثلت عينة الدراسة في 71 تلميذ وتلميذة.

أداة الدراسة: مقياس الذكاء الوجداني، مقياس الدافعية للتعلم.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

نتائج الدراسة:

➤ لا توجد علاقة بين الضغط المدرسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثانية بثانوية قرمة بوجمعة.

➤ مستوى الضغط المدرسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية قرمة بوجمعة مرتفع.

➤ مستوى الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية قرمة بوجمعة مرتفع.

➤ تختلف العلاقة بين الضغط المدرسي والدافعية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية قرمة بوجمعة باختلاف الجنس.

دراسة 03: (بن يوسف أمال 2007، 2008)

عنوان الدراسة: العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم وأثرهما على التحصيل الدراسي، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة التفاعلية بين الدافعية للتعلم واستراتيجيات التعلم وأثر كل منهما على التحصيل الدراسي عند المراهقين متمدرسين في المرحلة الثانوية، والكشف عن الفروق بين التلاميذ فيما يخص استعمال الاستراتيجيات والذين لا يستعملون الاستراتيجيات وبين الذين يتميزون بدافعية مرتفعة للتعلم والآخرين الذين يتميزون بدافعية منخفضة.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 150 تلميذ وتلميذة

أداة الدراسة: مقياس الدافعية للتعلم، مقياس استراتيجيات التعلم،

منهج الدراسة: المنهج الوصفي

نتائج الدراسة:

➤ أن أفراد العينة لا يتنوع استعمالهم للاستراتيجيات وهذا ما يبين عدم تحقق الفرضية الاولى وأن التلاميذ لا يستعملون بكثير هذه الاستراتيجيات بطريقة علمية ولا ينتهجونها لتكون لهم دعماً في تنمية رصيدهم العلمي أو زيادة تحصيلهم الدراسي أو تحسينه فهم يتعلمون بطريقة عشوائية غير مبالين بنتائجهم ومردودهم العلمي، إلا أنه وجدنا مجموعة أخرى من التلاميذ تقوم باستعمال مجموعة من الاستراتيجيات في تنظيم ومراقبة تعلمهم وهذا ما انعكس بالإيجاب على مسار تعلمهم وتحصيلهم الدراسي.

➤ أنه ليس هناك فرق واضح بين درجات الدافعية وفي استعمال الاستراتيجيات وفي درجات التحصيل.

دراسة 04: (لخضر شيبه 2014، 2015)

عنوان الدراسة: الدافعية للتعلم وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير.

هدف الدراسة: فحص العلاقة بين الدافعية للتعلم وكل من تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي من جهة، والكشف عن الفروق في الدافعية للتعلم وتقدير الذات والتوافق الدراسي بين أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس.

عينة الدراسة: بلغ (100) تلميذاً وتلميذة المتدرسين بالثانويات.

أداة الدراسة: مقياس دافعية التعلم، مقياس تقدير الذات، مقياس التوافق الدراسي

منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

نتائج الدراسة:

➤ وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين الدافعية للتعلم وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

➤ وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين الدافعية للتعلم والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

➤ وجود فروق دالة إحصائياً في الدافعية للتعلم بين الجنسين من تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

➤ عدم وجود فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات بين الجنسين من تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

➤ عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التوافق الدراسي بين الجنسين من تلاميذ السنة الثانية ثانوي

7. التعقيب على الدراسات السابقة: بعدما قمنا باستعراض الدراسات السابقة وجدنا أنه:

1.7. من حيث العنوان:

كل الدراسات التي تم ذكرها تناولت متغيرات عديدة ومتنوعة إلا أنها تضمنت متغيرات دراستنا (الضغط النفسي، دافعية التعلم)، غير أننا من خلال قيامنا بالبحث عن مصادر ومراجع وجدنا دراسة سابقة شملت نفس متغيرات دراستنا وهي دراسة (خويلد أسماء، النخلة قنونة، نقبيل حورية، 2017)، أما معظم الدراسات السابقة فهي اختلفت عن موضوع دراستنا كدراسة (ملاك نسيم، 2018) ودراسة (بن صالح هداية، 2015)، ودراسة (سيد نوال، 2009) وكذا دراسة (بلحاج فروجة، 2011) وغيرها.

2.7. من حيث الأهداف:

اختلفت هذه الدراسات من حيث الاهداف وذلك بناء على اختلاف الموضوع والمتغيرات التي تم التعامل معها فمنها من حاول الكشف عن العلاقة التي تربط بين الضغط النفسي ومتغيرات أخرى مثل دراسة (ملاك نسيم، 2018)، دراسة (بن صالح هداية، 2015)، وايضا دراسة (سيد نوال، 2009)، ومنها من حاول الكشف بين متغير الدافعية للتعلم ومتغيرات أخرى منها دراسة (بلحاج فروجة، 2011)، ودراسة (عمر حجاج، 2019)، وكذا دراسة (بن يوسف أمال، 2008)، وأيضا دراسة (لخضر شيبه، 2015)، غير ان (دراسة خويلد أسماء، النخلة قنونة، نقبيل حورية، 2017) تشابهت مع دراستنا والتي جمعت بين علاقة الضغط النفسي ودافعية التعلم.

3.7. من حيث العينة:

اختلف حجم العينات في هذه الدراسات حيث يتراوح عدد أفرادها في دراسة (سيد نوال، 2009) 180 تلميذ وتلميذة، كما تكونت عينة دراسة (خويلد أسماء،، النخلة قنونة، نقبيل حورية، 2017) من 180 تلميذ وتلميذة. أما عن دراسة (ن يوسف أمال 2008) فتكونت من 150 تلميذ وتلميذة. أما عن دراسة (بلحاج فروجة، 2011) فقد تكونت من 300 تلميذ وتلميذة، اما دراسة (ملاك نسيم، 2018) 400 تلميذ وتلميذة، ودراسة (بن صالح هداية، 2015) تكونت من 200 تلميذ وتلميذة، و(دراسة عمر حجاج، 2019) من 71 تلميذ وتلميذة. واختلفت كذلك دراسة (لخضر شيبه، 2015، 2014) مع دراستنا التي تكونت عينته من 100 تلميذ وتلميذة. فمعظم الدراسات كانت مع المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا أي تلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي.

4.7. من حيث الادوات:

اختلفت المقاييس والاختبارات المعتمدة في الدراسات السابقة فنجد بعض الدراسات التي اعتمدت على مقاييس قام الباحثين بإعدادها مثل دراسة (بن صالح هداية 2015) حيث قامت الباحثة بإعداد مقياس التوافق الدراسي بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لهذا المقياس، وتقنينها لتصبح جاهزة للإستخدام في البيئة التي اجريت فيها الدراسة. كما أن معظم الدراسات اعتمدت على بناء المقاييس الخاصة بمتغيرات الدراسة وحساب خصائصها السيكومترية لتصبح حيز التطبيق منها دراسة (بلحاج فروجة، 2011)، ودراسة (لخضر شيبة، 2015)، ودراسة (بن يوسف أمال، 2008)، وكذا دراسة (ملاك نسيمة، 2018)...وغيرها.



الفصل الأول:

الضغط النفسي

تمهيد

يعتبر الضغط النفسي من الظواهر التي اهتم بها الباحثين في مختلف العلوم عامة وفي علم النفس خاصة، حيث يتعرض الفرد لمواقف ضاغطة بمعدل يومي من مصادر متنوعة مثل: الأسرة، بيئة العمل، المدرسة.... ففي حياة الطالب تعتبر الضغوط النفسية من بين المثيرات التي تؤدي إلى اختلال توازنه وسوء تكيفه، وينتج عنها أيضا مشاكل صحية ونفسية، في هذا الفصل سيتم تقديم مجموعة من التعاريف لمفهوم الضغط النفسي مع التطرق للمحة التاريخية لهذا المفهوم ومختلف الأعراض وأبرز المصادر المختلفة والأنواع وكذا تناول بعض النظريات التي قامت بدراسة هذه الظاهرة وكذا الآثار المترتبة وأساليب وفنيات مواجهة الضغوط.

1. لمحة تاريخية عن الضغط النفسي:

يتطلب فهم أو دراسة ظاهرة معينة البحث في جذورها التاريخية، فقد شهدت كلمة الضغط "Stress" تطوراً عبر فترات من الزمن، حيث اشتقت هذه الكلمة من الفعل اللاتيني "Stringere" ويعني الضيق والشدة ومنها أخذ الفعل الفرنسي "Etreindre" بما معناه طوق جسمه أي الاحتضان الشديد للجسم بواسطة الذراع ضاغطة بقوة، لم تتواجد هذه الكلمة في اللغة الفرنسية قبل القرن العشرين على عكس اللغة الإنجليزية، حيث استعملت على مدى قرون وقد وردت مصطلحات أخرى للدلالة على الضغط منها "Stroin" "Strest" "Straisse" ويبقى أصل الكلمة غير معروف لصعوبة البحث في ذلك قبل القرن 14، لكن يمكن القول أن بداية انتشارها كان خلال القرن 19، وخلال هذه الفترة يقول الفيزيولوجي Claude Bernard أن التغييرات الخارجية يمكنها تغيير الكائن العضوي وللحفاظ على نفسه عليه التكيف بطريقة مناسبة مع هذه التغييرات، وأنه من المهم أن يحصل العضو على التكيف ويبدو أن هذا أول اعتراف بالنتائج المضرة الكامنة في عملية الاجهاد التي تخل اتزان الجهاز العضوي. (العبودي، 2008، ص17)

ويعتبر الفيزيولوجي والتر كانون Walter Cannon من أبرز الرواد في دراسة الضغوط، فقد عرف الضغط برد الفعل في حالة الطوارئ Emergency Reponse أو رد الفعل العسكري Militaristic Reponse وقال سنة 1928 بضرورة الاهتمام بالعامل الانفعالي في تطور الأمراض. (عريس، 2017، ص57)

أما "هانز سيلبي" Selye 1976 فقد ادخل كلمة "Stresse" في الطب وقد سمحت أعماله بفهم هذه الظاهرة وتأثيره على العالم الداخلي وبالتالي تأثير الاعتداءات والانفعالات بكل أنواعها على العالم الداخلي وعلى التوازن البيولوجي للعضوية، وذكر أن الضغوط يكون لها دور هام في إحداث معدل عال من الإنهاك والانفعال الذي يصيب الجسم، إذ أن أي إصابة جسمية أو حالة انفعالية غير سارة كالقلق والإحباط أو الألم لها علاقة بتلك الضغوط. (عريس، 2017، ص17)

كما عرفه لازاروس Lazarus على أنه حالة من عدم الاتزان تنتج بين مواقف وقدرة الفرد بالإضافة إلى تقييم مستوى الخطر، ومن خلال ما جاءت به الأبحاث والدراسات من توضيح للمسار التاريخي لمصطلح الضغط النفسي وتعدد استعماله في كثير من المجالات كالطب والفيزياء وعلم النفس، ونذكر من بين الباحثين الأوائل الذين تطرقوا لهذا المصطلح واستعملوه: Cannon, Selye, Lazarus, Bernarde, إلا أنه توجد الكثير من الدراسات والأبحاث التي أثرت على هذا المصطلح وساهمت في تطوير وإبراز أهميته.

2. تعريف الضغط النفسي:

1.2 التعريف اللغوي:

يشير المعجم الوجيز إلى الاصل اللغوي لكلمة الضغط هو ضَغَطَ ضَغْطًا، عصره وزحمه وضَيَّقَ عليه والضُّغْطَةُ -بضم الضاد- الرَّحْمَةُ والضَّيِّقُ والشِدَّةُ والمَشَقَّةُ، الضَّغْطَةُ - بفتح الضاد- القهر والاضطرار ومن ضغطة القبر أي تضيق على الميت. (سعد الله، دخان، 2014، ص14)

ولكلمة الضغط عدة معان في اللغة العربية، فيقال ضغطه أي غمره إلى شيء كحائط أو نحوه أما الدلالة اللغوية لكلمة ضغط في المجال فهي تعني الضيق والقهر كما أنها تعني الزحمة والشدة. (بويكر وبيراحو، 2017، ص 23)

2.2 التعريف الاصطلاحي:

كلمة ضغط يقابلها في الإنجليزية Stress المشتقة من اللاتينية Stringer والتي تعني حالة الشدة، القساوة، البؤس، الغلظ، سوء الحظ أو المصيبة.

وقد استخدمت كلمة "ضغط" في العلوم الفيزيائية كلمة الحمولة Load لتعي بها القوة الخارجية، وكلمة الضغط Stress لتعني هيا درجة التأثير الداخلي الذي يحدث بفضل القوة الخارجية. (سيد، 2009، ص28).

➤ تعريف سيللي: الذي يرى أنه: "مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات البيئة مثل التغيير في الأسرة، فقدان العمل، الرحيل والتي تضع الفرد تحت الضغط النفسي." (والي، 2015، ص111)

➤ تعريف فاروق السيد عثمان 2008: هي تلك الظروف المرتبطة بالضغط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تستلزم نوعاً من إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية، كما قد تنتج من الصراع، الإحباط، الحرمان، القلق. (صحراوي، عبايدية، 2016، ص20)

➤ تعريف لازاروس Lazarus: حيث يشير إلى أن مصطلح الضغط النفسي ظهر لأول مرة في أمريكا أثناء الحرب العالمية الثانية، ويؤكد على أن الضغط ليس هو المثير الاستجابة، "وعليه يعرف الضغط بأنه علاقة خاصة بين الفرد والبيئة والتي يقدرها الفرد على أنها شاقة ومرهقة، أو أنها تفوق مصادرها للتعامل معها وتعرض شحته للخطر." (دوايشة، 2017، ص20)

➤ تعريف ويليامزWilliams: " ويشير إلى أم مصطلح الضغوط من أكثر المصطلحات عرضة لسوء الاستخدام من طرف الباحثين، حيث غالبا ما يستخدم للتعبير عن السبب والنتيجة في آن واحد، وذلك نتيجة الخلط القائم بين مفهوم الضواغط "Sressors" والضغط "Stress" وقد جاءت الضواغط لتشير إلى تلك القوى والمؤثرات التي توجد في البيئة (المحيط)، أما كلمة الضغط فتعبر عن الحادث ذاته، والضغط على وجه العموم ليس سوى ردود الأفعال الفيزيولوجية والنفسية لحوادث أو أشياء معينة مهددة للفرد في بيئة العمل. (العبودي، 2008، ص18)

تعقيب:

من خلال ما سبق يعتبر الضغط النفسي صعوبة تعترض الطالب وتفوق جهوده مع إدراكه للتهديدات التي تواجهه، ويرجع أصل كلمة الضغط النفسي إلى العلوم الفيزيائية والتي تشير إلى الشدة والصعوبة، وإلا أنه انتقل إلى مجال العلوم الإنسانية عامة وعلم النفس خاصة وأصبح يعني استجابة انفعالية ونفسية وفيزيولوجية سلوكية تحدث بسبب عوامل خارجية تهدد الفرد فتحدث حالة من اختلال التوازن.

3. أعراض الضغط النفسي:

التعرض المتكرر للضغوط النفسية يؤدي إلى الكثير من الأعراض والتأثيرات في جوانب متعددة من شخصية المراهق وصحته النفسية والجسدية وتصنف هذه الأعراض الناتجة عن الضغوط النفسية لدى المتمدرس إلى:

1.3 الأعراض الجسمية: تتمثل في

الاضطراب في النوم، الأرق، نوم زائد.

➤ اضطراب في الهضم، عسر الهضم، القيء، الإسهال.

➤ آلام الرأس، الصداع.

➤ آلام في مختلف الأماكن من الجسم.

➤ عدم انتظام نبضات القلب، خفقان بقوة وبسرعة.

➤ اضطراب المعدة، الغثيان.

➤ عدم انتظام الدورة الشهرية لدى الفتيات.

➤ آلام في العضلات والتشنج.

➤ الإغماء، الارتعاش، الرعشة في اليدين، الشفتين، القدمين

- زيادة التعرق.
- ضيق في التنفس، خناق الحلق. (عريس، 2017، ص96)
- 2.3 الأعراض المعرفية: تظهر فيما يلي:
 - الانتباه لفترات قصيرة وفقدان التركيز.
 - صعوبة في التذكر وتراجع في قوة الذاكرة، النسيان.
 - صعوبة اتخاذ القرارات وزيادة معدل الأخطاء.
 - الارتباك وتشوش الأفكار.
 - الاضطراب في التفكير.
 - عدم القدرة على حل المشكلات.
 - الهلع والانحراف على الوضع العادي (السوي). (بوطاس وكحلي، 2016، ص32)
- 3.3 الأعراض النفسية: تتجسد في:
 - الاكتئاب، الإحباط.
 - زيادة التوتر وعدم القدرة على الاسترخاء.
 - القلق، حدة الطبع، سرعة الغضب الشديد.
 - الشعور بالضيق، الضيق.
 - الرغبة في الاختباء.
 - شعور بالرغبة في الموت.
 - مشاعر الحزن، الرغبة في البكاء، اليأس.
 - الشعور بالعجز والخطر، عدم الشعور بالأمان.
 - تباطؤ في التفكير أو تسارعه. (صحراوي وعبايدية، 2016، ص35)
- 4.3 الأعراض السلوكية: التخلص من الضغط الذي يشعر به الفرد فإنه يقوم ببعض السلوكات، نذكر منها:
 - قضم الأظافر وطققة الأصابع.
 - هز الركبة.
 - التدخين.
 - فرط الأكل أو فقدان الشهية

➤ العزلة أو الانسحاب.

➤ إهمال العناية بالصحة.

➤ تجنب المسؤولية، الغياب عن المدرسة أو العمل.

➤ الصوت العال أثناء التكلم. (ساعي، فكايري، 2018، ص34)

ومن خلال كل هذه الأعراض فإن الضغوط النفسية لها أثر على كثير من الجوانب، فهي تحدد أداء الفرد السلوكي ومدى إنجازه وفعاليتها وهذا ما يظهر على صحته الجسدية والنفسية والمعرفية.

4. أنواع الضغط النفسي:

تعددت أنواع الضغط النفسي وفقا لتعدد التصنيفات التي جاءت بها كل مدرسة من مدارس علم النفس.

فقد ميز لازاروس وكوهن Lazarus et cohn بين نوعين من الضغوط:

1.4 الضغوط الخارجية: والتي تعني الأحداث الخارجية والمواقف المحيطة للفرد، وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة.

2.4 الضغوط الداخلية: والتي تعني الأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكر وذات الفرد. (العامرية، 2014، ص ص 30،31).

* أما هانز سيلبي Seleye تميز بين نوعين من الضغوط حسب الآثار المترتبة عنها:

1.2.4 ضغط ايجابي: هذا النوع من الضغط يعد حافزا يدفع الفرد نحو الأداء الأفضل ويساعده على الابداع وتنمية الثقة بالنفس.

2.2.4 ضغط سلبي: هو الصورة المدمرة ويؤدي إلى اختلال وظيفي في تكيف الكائن حيث يؤثر في حالته الجسدية والنفسية، وهذا ما يؤدي الى اختلال في الاستجابة المعرفية والنفسية. (صحراوي، عبايدة، 2017، ص30)

* ويرى سوانجن Sweningen 1985 أنه يمكن تقييم الضغوط حسب مدى استمراريتها مع الفرد

إلى:

ضغوط مؤقتة: وهي الضغوط التي تحيط بالفرد لفترة وجيزة ثم تزول بزوال المواقف الضاغطة.

ضغوط مزمنة: وهي الضغوط التي تحيط بالفرد لفترة طويلة نسبياً مثل: الألام المزمنة أو وجود الفرد في أجواء اجتماعية واقتصادية منخفضة ويعانون من ضغط بيئي مزمن بدرجة أكبر من هؤلاء الذين يعيشون في أجواء اجتماعية واقتصادية مرتفعة. (بومجان، 2016، ص76)

يمكن القول أن هناك الكثير من الأنواع وفقاً لتعدد التصنيفات وذلك يرجع لوجهة نظر كل باحث والاتجاه الذي يتبناه، فقد رأى لازاروس وكوهن أنه يوجد نوعين للضغوط: الضغوط الخارجية والضغوط الداخلية، أما سيلي تميز بين نوعين آخرين: الضغط الإيجابي والضغط السلبي، وميز سونانجن بين نوعين أيضاً: الضغوط المؤقتة والضغوط المزمنة.

5. مصادر الضغط النفسي:

يتعرض الفرد طوال حياته إلى مجموعة من الضغوط الناجمة عن الأحداث اليومية المتشعبة المصادر والتي يمكن حصرها في النموذج الآتي:

1.5 الضغوط الشخصية: توجد عدة مصادر تثير الضغوط الشخصية على مدى حياة الفرد كالضغوط الصحية مثلاً التي قد تتجسد في مرض خطير أو إعاقة أو القيام بعملية جراحية.
2.5 الضغوط الأسرية: إذ تعتبر الأسرة المحيط الذي يحمي عناصره من الضغوط والمؤثرات السلبية، ولكن اضطراب العلاقات داخلها واحتدام الصراع فيها قد يكون الأصل في عدة أمراض نفسية وجسدية، كما أن تأثير التركيبة الأسرية وتفاعل أعضائها ومكانة ودور كل واحد فيها قد يشكل ضغط على كل فرد من أفرادها.

3.5 الضغط المهني والاجتماعي: إن العلاقات الاجتماعية خارج نطاق الأسرة كالمدرسة ومجال العمل ومحيط التفاعل اليومي قد تكون من بين أهم مولدات الضغط، وقد ينشأ الضغط المهني من الظروف التي يسري فيها العمل ويؤدي الفرد فيها مهامه ونشاطه ومن بينها خصائص الوظيفة، العلاقات داخل مجال العمل، الخبرة، التوفيق بين مهام العمل ومتطلبات الأسرة. (والي، 2015، ص114).

4.5 الأوضاع الاقتصادية: وتمثلها الظروف والوضعيات الاقتصادية للأسرة والتي تسبب للطفل التهديد والتوتر، مثل ضغوط الفقر والبطالة، انخفاض الإنتاج والدخل، التفاوت الطبقي فقدان الثروة ويكون معنى الضغط هذا التباين بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الفرد وقدرته على الاستجابة لها، كما أن الشعور بالوفاة والعبء وعدم الرضا الناتج عن عدم التوافق مع الأوضاع الاقتصادية.

5.5 الضغوط المدرسية:

1.5.5 البيئة المدرسية:

تعتبر المدرسة البيئة الثانية بعد الأسرة التي يلتحق بها الطفل وتتكفل برعاية وفق ضوابط ومعايير المجتمع، فتعمل على تلقيه المعارف وإكسابه المهارات وتدريبه على أنواع مختلفة من السلوك، وتنشئ فيه اتجاهات وقيم جديدة، وتؤهله للتكيف مع البيئة الاجتماعية وازداد دور وأهمية المدرسة في عصرنا الحالي لما لها من دور حيوي في تكوين الشخصية في حياته المدرسية وفي حياته العامة..

يعيش تلميذ السنة الثالثة ثانوي في بيئة مدرسية تعج بكثير من الخصائص التي لا نجدها في السنوات السابقة، فهو مقبل على امتحان مصيري في نهاية السنة الدراسية، وهذا الحدث ينعكس على حياة التلميذ في المدرسة والبيت، إن هذه الوضعية تجعل التلميذ يعيش جوا مشحونا بالضغط النفسي، ويزداد الأمر خطورة إذا علمنا أن التربية الحالية وطرق التدريس التقليدية تعتمد على التلقين، مع ضبط التلميذ بقوانين مدرسية تقيده، فهناك عدة أسباب تسهم في ظهور الضغط النفسي عند التلاميذ ككبت مشاعرهم بسبب الرقابة المفروضة عليهم من المدرس، والإدارة وطول اليوم الدراسي، والعقوبات التي تسلب عليهم بسبب ارتكابهم لمخالفات النظام الداخلي للمدرسة، ومحدودية فترات الراحة وأوقات الفراغ وما ينعكس ذلك على صحتهم الجسمية والنفسية، وتذمرهم الشديد من الضبط والنظام الذي يمارس عليهم أثناء دخولهم وخروجهم من المدرسة وما يجبرون عليه من إتباع القوانين المدرسية والالتزام بها.

فالبيئة المدرسية التي تتسم بالضبط الشديد تزداد فيها الضغوط النفسية والتي تترك أثرا على تحصيل التلاميذ في الامتحانات، وخاصة الامتحان النهائي. (بوطاس، كحلي، 2016، ص28-29).

2.5.5 المدرس:

يتفاعل المدرس مع تلاميذه يوميا، فيؤثر فيهم بما يملك من صفات شخصية ومعرفية وسلوكية وقيادية، فإذا كان يتصف بالسماحة والإنسانية والمحبة والعلم والكفاءة والحرية والديمقراطية والعدل والاحترام، فتجد الجو الذي يسود حجرة الدراسة يتسم بجو من الألفة والتعاون والانتماء، أما إذا كان المدرس يستعمل أسلوب القسوة والحزم والتشدد والتسلط في آراءه وأفكاره ويثبط آمال وتطلعات وهمم التلاميذ، فإنه يؤدي إلى شعور التلاميذ بضغط انفعالي قوي إزاء حضور دروس هذا المدرس بالذات. (بوطاس، كحلي، 2016، ص29)

3.5.5. المناهج والبرامج الدراسية:

إن المناهج الدراسية تكتسي أهمية كبرى فهي نظريا عبارة عن مخططات دقيقة وكاملة لمسارات دراسية محددة ومن ثم فهي الإطار النظري الذي يعتمد عليه المعلم لقولبة المتعلم وإن تأثر النشء بنوعية هذا المنهاج أمر حتمي إما سلبا أو إيجابا، فطبيعة المنهج الدراسي يسهم بمساهمة فعالة في تكوين شخصية المتعلم من جميع الزوايا الحسية، الحركية، المعرفية، الانفعالية. (بوطاس، كحلي، 2016، ص 30).

4.5.5 الاستذكار (المراجعة):

المعروف أن عملية الاستذكار معقدة وليست بسيطة، حيث تتداخل فيها مجموعة كبيرة من العوامل النفسية والعقلية والاجتماعية والتربوية والأسرية والجسمية وما إلى ذلك.

فالاستذكار يعتبر الوسيلة الأساسية عند طلاب البكالوريا من خلالها يقيس مدى استعدادهم ويشرعون في المذاكرة من بداية السنة، وبداية أول درس حتى نهايتها، وإزاء ذلك يشعرون بالملل والضيق منها ويقعون عرضة للضغط النفسي فبعض التلاميذ يجهدون أنفسهم بدنيا ونفسيا في الاستنكار ولا يأخذون قسطا من الراحة فيصابون بالتعب والتوتر والصداع. (بوطاس، كحلي، 2016، ص 30)

5.5.5 الامتحانات:

تعتبر الامتحانات خاصة في الطور الأخير من التعليم الثانوي من الهموم الثقيلة التي تشغل بال كثير من أفراد المجتمع خاصة الطلاب أنفسهم وأولياءهم في نهاية كل عام، خوفا من الرسوب أولا ثم خوفا من عدم الحصول على الدرجات التي يرغبون فيها، أو خوفا من ازدياد الأقارب والجيران والأصدقاء والخوف الأكبر من ضياع الجهد الذي بذل خلال سنة دراسية كاملة والذي قد يجعله يفصل ويترد من المدرسة أما من الناحية النفسية فالأمر يتعلق بضغط عابر للقدرة على التركيز والقلق الناتج عن الخوف من الفشل وضعف التماسك وقلة الثقة في النفس. (بوطاس، كحلي، 2016، ص 31).

يتضح مما سبق تنوع وتعدد مصادر الضغوط والتي شملت الكثير من مجالات الحياة، ذلك أنها ظاهرة معقدة فتبرز في الجانب الاجتماعي والمهني والتي تمثل محيط التفاعل اليومي للفرد في مجال عمله وعلاقاته الاجتماعية، أما الجانب الاقتصادي فتمثل الأوضاع الاقتصادية ومختلف المتطلبات التي ينبغي توفيرها، وعلى المستوى الشخصي والأسري فهي اضطرابات نفسية ومؤثرات سلبية في العلاقات الأسرية، وتتجلى بالنسبة للجانب المدرسي في البيئة المدرسية والعناصر المختلفة المكونة للعملية التعليمية وتخص هذه الأخيرة الطالب المتمدرس.

6. النظريات المفسرة للضغط النفسي:

يعتبر الضغط النفسي من المسائل التي أصبحت تؤرق الجميع، وخصوصاً لما تنسبه من آثار على صحة الفرد والجماعة، لذا حظي بالدراسة والتحليل منذ أربعة عقود، وتزداد أهمية دراسة مع كل تحول تكنولوجي وعلمي وبيئي ولقد عولج هذا المفهوم من عدة نواحي، بيولوجية وعقلية ونفسية وسلوكية اجتماعية ومنها تعددت التفسيرات العلمية التي تناولته:

1.6 التفسير البيولوجي (الفيزيولوجي): (ن بيولوجية/فيزيولوجية):

هانز سيلبي (Hans selye) بحكم تخصصه في الطب قام بتفسير الضغط فيزيولوجيا، وكنتيجة للتجارب العديدة التي أجراها على الحيوانات فيرى أن الضغط متغير غير مستقل وتمثل استجابة لعامل ضاغط، ويعتبر أن أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضغط عالية وهدفها المحافظة على الكيان. وحدد سيلبي ثلاثة مراحل للدفاع ضد الضغط، ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي: (العامة، 2014، ص 36)

مرحلة الإنذار (التنبية): تظهر في الجسم تغيرات لتعرض الفرد لعامل ضاغط، وتقل مقاومته نتيجة لهذه التغيرات، وقد يصل إلى الموت إذا انتهكت مقاومة الجسم وكان الضاغط شديداً.
مرحلة المقاومة: تحدث في حالة التعرض للعامل الضاغط متلازماً مع التكيف، فتختفي تغيرات المرحلة الأولى لتظهر أخرى دلالة على التكيف.

مرحلة الإجهاد (الإنهاك): وهي آخر مرحلة يتكيف فيها الجسم مع استنفاد طاقته لاستمرار المقاومة لفترة طويلة وبشدة عالية وقد تؤدي إلى أمراض.

2.6. التفسير المعرفي: (ن. معرفية):

يعتبر لازاروس (Lazarus) 1966 أول من قدم هذا التفسير وركز على التقييم الذهني للفرد للموقف الضاغط، كما ترى هاته النظرية أن الضغط النفسي هو: نتيجة للتفاعل الديناميكي لكل العوامل المتعلقة بالظاهرة باعتبارها مثيراً واستجابة والعمليات العقلية والمعرفية التي يستعملها الفرد للفهم والحكم في الظاهرة لتحديد المثير المهدد وتحديد أساليب المقاومة المستعملة بتنظيم الدوافع النفسية والعوامل المحيطة. (عريس، 2017، ص 87)

3.6. التفسير السلوكي: (ن سلوكية)

توضح هذه النظرية أن أهم المحددات للخلل الوظيفي البيولوجي أو الوظيفي الانجراح وهو الاستجابة الخاصة للعضو للمواقف الانفعالية التي سبق تعلمها، وتؤمن هذه النظرية أنه كنتيجة للارتباط بين

الموقف الانفعالي واستجابة عضو خاص يشير أي موقف ضاغط جديد استجابة لدى نفس العضو، وعندما يتكرر هذا الموقف لدرجة كافية وشديدة يظهر الخلل الوظيفي أو الانجراف في هذا العضو، وقد أخذ أصحاب النظرية السلوكية يستخدمون مبدأ التدعيم والتغذية الرجعية لشرح تأثير العوامل السيكولوجية على العلل الجسمية.

ويعتبر Megrath أو من صاغ نموذجاً في هذا المجال وأسماه نموذج العمليات، ويهتم هذا النموذج بالعمليات التي تحدث أثناء مواجهته أو استجابة الفرد لمصدر ضغط. ويرى Megrath وبعض العلماء أن الموقف المجهد أو الضاغط أربع مراحل شكل حلقة مغلقة:

- مرحلة 1: تربط بين أ و ب وتسمى التقويم المعرفي.
- مرحلة 2: تربط بين ب و ج وتسمى بعملية اتخاذ القرارات.
- مرحلة 3: تربط بين ج و د وتسمى بعملية الأداء.
- مرحلة 4: وتكون بين السلوك والموقف وتسمى بعملية الحصيلة أو النتائج.

4.6 التفسير الاجتماعي البيئي:

ظهرت هذه النظرية نتيجة لدراسات عديدة قام بها معهد البحوث الاجتماعية بجامعة ميتشغان، والهدف منه هو توفير إطار نظري للبحث في تأثير العمل على الصحة، ولقد استعمله العديد من الباحثين كأساس للاستعمال في دراسات متعلقة بالضغط والعمل، وقد تمت صياغة هذه النظرية وقد صاغا سنة 1962 نمودجا أسمياه بالنمودج الاجتماعي البيئي للضغط، ويمثل الضغط هنا كعلاقات شاملة لمجموعة من الظواهر والعمليات التي تحتوي على ستة أقسام مرتبطة بعوامل سببية، ففئات العلاقات والفرضيات موضحة بواسطة أسهم تدل على اتجاهات سببية. (العبودي، 2008، ص 22).

رغم تعدد النظريات التي تناولت الضغط النفسي إلا أنها اختلفت في تفسيره، وذلك حسب اتجاه كل نظرية، فنجد النظرية البيولوجية ركزت على التفسير الفيزيولوجي للضغط، فالاستجابة الفيزيولوجية تحدث بهدف الحفاظ على الكيان. أما النظرية المعرفية اهتمت بالتقييم الذهني للفرد، وإدراكه للضغط من خلال العمليات العقلية والمعرفية وفهم الموقف، وترى النظرية السلوكية أن استجابة عضو ما لموقف انفعالي قد تحدث لموقف ضاغط جديد ومع تكرار هذا الأخير وشدته يظهر خلل وظيفي لنفس العضو، ويستخدم أصحاب هذه النظرية مبدأ التدعيم والتغذية الرجعية في تفسير تأثير العوامل السيكولوجية على الجسم. وترجع النظرية الاجتماعية البيئية للضغط إلى علاقات لمجموعة عمليات وظواهر تحدث في بيئة الفرد.

7. الآثار المترتبة عن الضغط النفسي:

1.7. الحالة الصحية: تسمى الضغوط بالتفاعل الصامت وتكون وراء مشكلات الصداع، إصابات وأمراض القلب، التهاب المفاصل، اضطراب الجهاز الدموي، اضطرابات الهضم، اضطرابات في الجهاز التنفسي.

2.7. الاضطرابات النفسية: نظرا لكون الجسم كنظام متكامل فإن أي خلل من شأنه التأثير على الجانب العقلي أو النفسي فالفرد الواقع تحت الضغوط يوصف بأنه سريع التحول في مزاجه وانفعالاته، لديه تقدير منخفض للذات غير راض عن عمله، ومن أهم هذه العواقب النفسية:

1.2.7 القلق: هو حالة من التوتر الشديد له علاقة بشعور الفرد بالذنب وعدم الأمان، وقد يكون مرتبطا ببعض الأعراض النفسية والجسدية كأن تزيد صعوبة التنفس لدى الفرد، مشاكل في المعدة وجهاز الهضم.

2.2.7 الاكتئاب: يعتبر الاكتئاب استجابة نفسية نتيجة لضغوط تواجه الفرد، فعند زيادة هذه الضغوط فإن بعض الأفراد لا يستطيعون مواجهتها والتكيف بطريقة ملائمة، فيصبح هؤلاء الأفراد أكثر عرضة للتوتر والحزن، وتراجع أداءهم في العمل أو الدراسة، انخفاض نشاطهم وهذا ما يؤدي إلى الاكتئاب وتختلف شدته من فرد لآخر فنجد 03 فئات:

➤ الحزن

➤ الاكتئاب الشديد

➤ الاكتئاب المزمن.

3.2.7 الإحباط: ويشمل حالة من الحزن لا تكون لها علاقة بينها وبين سير الأحداث، ومن أشكال الإحباط الشكل المتوسط الذي قد يكون نتيجة مباشرة لأزمة في العلاقات، أما الأشكال الخطيرة فقد تكون على شكل اضطرابات جسمية في كيمياء الجسم مما يتسبب في الانتحار. (بوعزيز، بلعربي، 2015، ص ص 27-28)

4.2.7 الحالة السلوكية: تظهر بعض ردود الفعل السلوكية في حالة زيادة الضغط عن المستويات العادية أين تفوق قدرات الفرد أهمها:

➤ تعاطي الكحول، الإدمان، الإفراط في التدخين.

➤ اضطرابات الأكل: فقدان الشهية، الشرهية في الأكل.

➤ اضطرابات النوم: الأرق، الكوابيس، الفزع أثناء النوم. (العبودي، 2008، ص 30).

8. أساليب وفتيات مواجهة الضغوط:

لا يمكن التخلص من ضغوط الحياة، ولكن نحيا وننجح في أعمالنا ونعيش حياتنا وعلينا أن نتعلم مهارات وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية التي تمكننا من التوافق مع أنفسنا ومع البيئة التي نعيش فيها. وعليه سنقدم مجموعة من الأساليب والاستراتيجيات التي تساعد في مواجهة المواقف الضاغطة:

1.8 الفنيات الفيزيولوجية:

1.1.8. التأمل: هو أن يجلس الفرد في مكان هادئ لمدة تتراوح بين 10 إلى 12 ثانية ثم يغمض عينيه ويتنفس بعمق وبانتظام مع التركيز على كل أعضاء جسده وإرخاء العضلات، ويقوم بتكرار جملة إيجابية تساعد على الإسترخاء، وتكرر هذه العملية مرة أو مرتين في اليوم. (السيد، 2008، ص 339، 340)

2.1.8 ممارسة الرياضة: تعمل التمارين الرياضية على خفض آثار الضغوط وتقليل القلق والاكتئاب الناتج عن المواقف الضاغطة، فهي تحسن المزاج وتزيد الطاقة والقوة والحيوية، ويتحسن الجسم فإن الصورة الذاتية تتحسن، ومن التمارين المفيدة في حالات الضغط النفسي: الأيروبيك التي تخفض سرعة ضربات القلب وخفض ضغط الدم وكذا مستوى العدوانية والاكتئاب، إضافة إلى اليوغا التي تساعد على التحكم في الجسم والعقل، كذلك المشي والسباحة، ركوب الدرجات، حيث تقلل جميعها من درجة القلق والحزن والتوتر.

3.1.8 التغذية: تعتبر فعالة في مواجهة وإدارة الضغوط، فالجسم القوي يتوافق أكثر مع المواقف الضاغطة عن طريق الغذاء السليم. (السيد، 2008، ص 242)

2.8 الفنيات السلوكية:

1.2.8 الاسترخاء: هو من أهم الفنيات التي يعتمدها السلوكيون في مواجهة الضغوط لما له من فوائد فيزيولوجية ونفسية تتجلى في الشعور بالهدوء، زيادة الثقة بالنفس، زيادة التركيز والانتباه، تقوية الذاكرة، إسترخاء العضلات وخفض التوتر ومن أنواع الاسترخاء نجد: الاسترخاء بالتنفس، والاسترخاء العضلي الفكري.

2.2.8 تعديل أسلوب الحياة: هو كل ما يتعلق بشخصية الفرد فهو ليس ثابتا بل يمكن تعديله، لهذا فاستجابات الفرد السلوكية إزاء المواقف الضاغطة قد تضعف من قدرته على مقاومتها ن لهذا فحدوث تغيير في أسلوب الحياة يساعد في مواجهة الضغوط.

3.2.8 التدريب على السلوك التوكيدي: أي القدرة على قول "لا" ورفض الطلبات غير المقبولة والقدرة على التعبير عن المشاعر الموجبة والسالبة وعن الأفكار والآراء، والقدرة على اتخاذ القرارات وتنظيم وفهم الانفعالات.

4.2.8 التدريب على إدارة الوقت: الهدف منه زيادة الكفاءة لدى الفرد في استخدام الوقت وتوظيفه واستثماره في كل ما هو مفيد.

5.2.8 الدعابة والمرح: فقد أوضحت العديد من الدراسات أن الأفراد الذين تكون لديهم مستويات عالية من الدعابة والتفاؤل يظهرون مقاومة قوية للضغط النفسي. (السيد، 2008، ص 344-347)

3.8 الأساليب المعرفية:

تنطلق من فكرة أساسية مفادها أن مصدر الضغوط ليست هي المواقف الضاغطة في حد ذاتها، وإنما نوعية رد الفعل من جانب الفرد هو الذي يحدد النتيجة النهائية، إذ يعتمد هذا الأسلوب وفق نظرية بيك (2000) على الطريقة التي يفهم بها الفرد الحدث، وهي التي تحدد الاستجابة الانفعالية له.

وفي هذا الصدد قدم كوهن مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الضغوط تمثلت في ما يلي:

1.3.8 التفكير العقلاني: وهي استراتيجية يلجأ لها الفرد إلى التفكير المنطقي بحثاً عن مصادر القلق وأسبابه المرتبطة بالضغوط.

2.3.8 التخيل: إستراتيجية يتجه فيها الفرد إلى التفكير في المستقبل.

3.3.8 الإنكار: عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى إنكار الضغوط.

4.3.8 حل المشكلة: نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام أفكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط وهو ما يعرف بالفتح الذهبي.

5.3.8 الفكاهة (الدعابة): إستراتيجية تتضمن التعامل مع الضغوط والأمور الخطيرة ببساطة وروح الفكاهة، وبالتالي قهرها والتغلب عليها، كما أنها تعتمد على الانفعالات الإيجابية أثناء المواجهة.

6.3.8 الرجوع إلى الدين: وتشير هذه العملية إلى رجوع الأفراد إلى الدين والاحلاص الديني عن طريق الإكثار من العبادات كمصدر للدعم الروحي والانفعالي ن وذلك لمواجهة المواقف الضاغطة والتغلب

عليها. (بن صالح، 2016، ص 55، 54)

4.8 الفنيات الروحية والوجودية في مواجهة الضغوط:

1.4.8 البحث عن معنى وهدف الحياة: كلما سعى الفرد نحو إيجاد معنى وهدف للحياة، فإن ذلك يخفف من الشعور بالضغوط لديه.

2.4.7 التفاؤل: تساعد النظرة التفاؤلية في الحياة على تحديد الأهداف وتحقيق الذات والرضا عن النفس، كما تشير الدراسات الى أن التفاؤل يؤدي لتقييم معرفي أفضل للمواقف التي يتعرض لها الفرد، وبالتالي يكون أقل عرضة للأعراض النفسية والجسمية. (السيد، 2008، ص 352، 353)

5.8 أسلوب المساندة الاجتماعية:

الطريقة التي نواجه بها الضغوط تتأثر في كثير من الأحيان بمدى المساندة التي نتلقاها ممن حولنا، ومن الضروري الإشارة إلى أنه على الرغم من أن مقدار المساندة المتاح لنا يمثل ضرورة، فإن الأكثر أهمية هو إدراكنا لمستوى المساندة التي نمتلكها؛ فالأفراد الذين يعتقدون بأن لديهم مساندة اجتماعية يشعرون بالمحبة، والرعاية، والتقدير، والقيمة فالمساندة الاجتماعية تمثل ضرورة للحصول على الدعم الوجداني، والمعلوماتي، والأدائي من الآخرين، كما ترتبط بتحسين الصحة وسرعة الشفاء من المرض وتخفيض الكرب النفسي وتحسين جودة الحياة الوجدانية. وإذا أدركت المساندة الاجتماعية على أنها متاحة، فسيؤثر ذلك على كيفية تقييم الأفراد لمصادر الضغوط والاستجابة لها؛ فالأفراد الذين يدركون مساندة اجتماعية بأنها مرتفعة يكونون أكثر ميلاً إلى تقييم الأحداث بأنها أقل مشقة مقارنة بالذين لا يشعرون بأن لديهم مساندة. (سليمان وآخرون، 2021، ص 142)

6.8 أسلوب المواجهة المرتكزة على المشكلة:

وتنطوي على التعامل بشكل مباشر مع المواقف الشاقة، ومن ثم العمل على إيجاد وسيلة لحلها. ومن الأمثلة على هذا النوع من المواجهة وضع خطة عمل أو التركيز على الخطوة التالية لحل المشكلة وتعتبر المواجهة المرتكزة على المشكلة بشكل عام الأكثر احتمالاً لأن تكون فعالة، وذلك عندما يكون هناك شيء يمكن القيام به للسيطرة على مصدر الضغط أو معالجته.. (سليمان وآخرون، 2021، ص 143).

من خلال ما تم طرحه، فإنه توجد العديد من الأساليب والفنيات التي يعتمد عليها المراهق لمواجهة مختلف الضغوط، إذ لا يوجد تصنيف محدد، إضافة إلى أنها غير ثابتة، قد تختلف من شخص إلى آخر بحكم طبيعة الشخصية وطريقة التفكير لديه.

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم تناوله في هذا الفصل من مفهوم الضغط النفسي من وجهة نظر بعض الباحثين والمدارس، ورغم الاختلاف بينهم في الأسلوب إلا أنه لا يوجد اختلاف في المعنى، فالضغط النفسي هو تعرض الفرد لمثيرات تكون تفوق قدراته وجهوده واستطاعته التكيفية، ينتج عنها اختلال توازنه في الوظائف الجسمية الفيزيولوجية والنفسية الانفعالية، وهذا ما يتفق عليه أغلبية الباحثين في دراساتهم، ومن جهة أخرى فإنه توجد دراسات أثبتت أن ما يكون ضاغطاً لفرد ما ليس بالضرورة أن يكون ضاغطاً لفرد آخر، وقد تعددت أيضاً مصادر الضغط وأنواعه ذلك لكثرة الآراء والنظريات المفسرة له واتجاهاتها والتي تم ذكر بعض منها، ومع زيادة الضغط فإن أعراضه تختلف من فرد لآخر تاركة أثراً عدة تنجم عنه، وكذلك تم التطرق لبعض أساليب وفنيات مواجهة الضغوط، وهذا ما تم الإشارة إليه في نهاية الفصل، ومن بين الفئات التي تتأثر بالضغط فئة المراهقين المتمدرسين وبخاصة المقبلين على اجتياز شهادات نهاية السنة، نظراً لأهمية هذه الشهادات في مشوارهم الدراسي وحياتهم المهنية فيما بعد، والتي تتطلب زيادة في دافعية التعلم لديهم ويكون ذلك من خلال تكييفهم ومواجهتهم لهذه الضغوط، وهذا ما سنتطرق إليه في الفصل الثاني بشيء من التفصيل.



الفصل الثاني:
دافعية التعلم

تمهيد:

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية ودلالة، سواء على المستوى النظري أو التطبيقي، وذلك للدور الأساسي الذي تلعبه في تحديد وجهة السلوك، فالدافعية هي المحرك الأساسي والرئيسي وراء أوجه النشاط المختلفة والتي يكتسب الفرد عن طريقها خبرات جديدة ويعدل من القديمة، كما يمكن النظر إليها على أنها طاقة كامنة لا بد من وجودها لحدوث التعلم.

إذ تعتبر كمحفز أساسي يدفع التلميذ للعمل والمثابرة. فالدافعية أهم شرط من شروط التعلم حيث أكدت جل النظريات أن المتعلم لا يستجيب للموضوع دون وجود دافع معين، والمراهق المتمدرس لديه مجموعة من الطموحات والرغبات التي تجعله يختلف عن الآخرين باختلاف بيئته وشخصيته وحياته النفسية والاجتماعية والتي لها دور في بعث الدافعية للتعلم.

ومن خلال هذا الفصل سوف نتطرق إلى تعريف الدافعية، المفاهيم المرتبطة بالدافعية، خصائص الدافعية وتصنيف الدوافع، تعريف دافعية التعلم، عناصر دافعية التعلم، العوامل المؤثرة في دافعية التعلم، ووظائف الدافعية للتعلم، أهمية الدافعية للتعلم، والنظريات التي تناولت الدافعية للتعلم وأساليب استثارة الدافعية للتعلم لدى المتعلمين.

1. الدافعية: Motivation**1.1. تعريف الدافعية:**

1.1.1 لغة: حسب معجم مصطلحات الطب النفسي دافع Motive باللغة الفرنسية بمعنى باعث أ ومحرك.

دافعية: Motivation: تعني دافعية، دفع، أ وتحريك (الشريبي، ب.س، ص.ص 116، 117)

ويشار الى مفهوم الدافع في اللغة اللاتينية بكلمة movere ويشار الى مفهوم الدافع في اللغة الانجليزية بكلمة motive ويعني يحرك، وه عبارة عن أي شيء مادي أ ومثالي يعمل على تحفيز وتوجيه الأداء والتصرفات، أي كلمة دافع مأخوذة من الفعل الثلاثي دفع، أي حرك الشيء من مكانه إلى مكان آخر وفي اتجاه معين، وهذا ما نقصد به الدافع، فكلمة الدافع على وزن فاعل لذي فإن فاعل السلوك ه وهذا الدافع. فه والذي يحول السلوك إلى فعل يقوم به الانسان يحتاج إلى تفعيل، فالذي يعمل على إظهار السلوك وتفعيله هو الدافع (بني يونس، 2007، ص14)

2.1.1 اصطلاحا:

لقد قدم الباحثون مجموعة من التعاريف لمفهوم الدافعية، نذكر منها:

تعرف على أنها عبارة عن محركات داخلية أ وقوى كامنة غير مرئية يحس بها الانسان وتدفعه لأن يتصرف أ ويعمل من أجل إشباع حاجة معينة، يحس ويشعر بها. (عياصرة، 2006، ص89).

كما تعرف على أنها حالة داخلية جسمية و نفسية تثير السلوك في ظروف معينة وتواصله حتى ينتهي إلى غاية معينة. (الرفوع، 2015، ص23)

تعريف ball 1983: الدافعية هي العملية التي تتضمن إثارة وتوجيه السلوك والإبقاء عليه. (دوقة وآخرون، 2011، ص11)

يعرفها هب (D.O. hebb;1949) بأنها عملية يتم بمقتضاها إثارة نشاط الكائن الحي، وتنظيمه وتوجيهه الى هدف محدد. (غباري، 2008، ص16)

يعرفها عدس وقطامي 2002: بأنها مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن الذي اختل، فالدافع يشير الى هدف معين وهذا الهدف يكون لإرضاء حاجات أ ورغبات داخلية. (ترتوري، 2006، ص165)

من خلال التعريفات السابقة نستخلص أن الدافعية هي قوة داخلية أو خارجية لدى الفرد، والتي تقوم بتحريك سلوكه وتوجيهه حتى يحقق غاية ما تعد مهمة بالنسبة له سواء كانت مادية أو معنوية.

2.1. المفاهيم المرتبطة بالدافعية:

كثيرا ما نتحدث عن الدافعية ونعبر عنها بتعابير أخرى مثل: الحاجة، الباعث والحافز أي أنها تستعمل لنفس المعنى.

لكن على الرغم من ذلك إلا أنه لا بد من تحديد الفروق بين المصطلحات التي تستخدم للدلالة على القوى التي توجه السلوك الانساني نح وهدف معين وفي هذا يمكن أن ننظر الى الدوافع من الزوايا التالية وهي:

1.2.1 الحافز:

عبارة عن مجموعة من الدوافع التي تعمل على تنشيط السلوك بهدف إشباع الحاجات ذات الأصول الفيسيولوجية المرتبطة ببقاء الكائن الحي على قيد الحياة، فالحوافز هي نقص موجه، أي أنها موجهة نح وعمل معين وتخلق اندفاعا نشيطا نح وتحقيق الأهداف لذا فهي أساس عملية الدافعية، فالحافز ه وما ينشط k السلوك وتهيؤه للعمل، كما أنه يشير إلى زيادة توتر الفرد نتيجة لوجود حاجة غير مشبعة أو نتيجة للتغير في ناحية عضوية عنده، حيث يجعل هذا التوتر الفرد مستعدا للقيام باستجابات خاصة نح وموضوع معين في البيئة الخارجية أ والبعد عن موضوع معين بهدف إشباع حاجته أ واستعادة توازنه الفيسيولوجي. (جناد، 2014، ص46)

2.2.1. الباعث:

يعرف الباعث على أنه الموضوع الذي يهدف إليه الكائن الحي ويوجه استجاباته واتجاهاته، ويعمل على التخلص من حالة التوتر التي يشعر بها.

والباعث هو موقف خارجي مادي أ واجتماعي يستجيب له الدافع فيؤدي إلى إشباعه؛ أي يعمل على خفض التوتر المصاحب للدافع فيؤدي إلى إشباعه، وبالتالي العمل على استعادة توازن الكائن الحي. والدافع لا يوجه السلوك بمفرده وإنما يساعده الباعث الخارجي. والفرق بين الباعث والمنبه الخارجي ه وأن المنبه يثير الدافع ولكن لا يرضيه، بينما الباعث وهو خارجي أيضا يثير الدافع ويرضيه في نفس الوقت؛

فسماع صوت جرس الغذاء بالنسبة لتلاميذ المدرسة يثير دافع الجوع ولكنه لا يشبعه، بينما الطعام وه والباعث الخارجي هو وحده الذي يشبع هذا الدافع. (جديدي، 2014، ص224)

ويعرف "فيناك" W. E. Vinacke الباعث بأنه يشير إلى محفزات البيئة الخارجية المساعدة على تنشيط دافعية الأفراد سواء تأسست هذه الدافعية على أبعاد فيسيولوجية أو اجتماعية، وتقف الحوافز والمكافآت كأمثلة لهذه البواعث. (سيد، 2009، ص55)

3.2.1 الحاجة:

يعرفها انجلش 1958: بأنها شعور الكائن الحي بالافتقاد لشيء معين، وقد تكون هذه الحاجة فيسيولوجية داخلية أو سيكولوجية اجتماعية. (غباري، 2008، ص61)

كما أن الحاجة عبارة عن توليفة من النقص في المتطلبات الجسمية، والمتعلمة فهي تظهر مثلا حينما تحرم خلية في الجسم من الغذاء أو الماء أو غيره أ وحينما يتم حرمان الشخصية الإنسانية من الأشخاص المقربين. وبهذا يستخدم مفهوم الحاجة للدلالة على الحاجة الفيسيولوجية للخلايا الناجمة عن الحرمان، أي أن الحاجة عبارة عن جانب فيسيولوجي. (بني يونس، 2007، ص18).

4.2.1 الهدف:

وهي ما يرغب الفرد بالوصول إليه أو الحصول عليه، كما أنه يشبع الدافع في نفس الوقت. (أبو رياش، 2006، ص16)

فهذه المصطلحات مرتبطة بالدافعية وذات علاقة وثيقة بها، فالفرد عندما يشعر بالحاجة لشيء ما تجعله يستجيب لها، وهناك عدة مفاهيم لا تقل أهمية عن المفاهيم السابقة الذكر كالميل، العادة، المثير..... إلخ

3-1 خصائص الدافعية:

- تتصف عملية الدافعية بمجموعة من الخصائص أبرزها:
- أنها عملية عقلية عليا غير معرفية.
- للتقييم والتقويم.
- تفسير السلوك وليس وصفه.

- أنها فطرية ومتعلمة، شعورية ولا شعورية.
- ثنائية العوامل، أي أنها ناتجة عن التفاعل بين عوامل داخلية ذاتية (فسيولوجية ونفسية) هذا من جهة، وعوامل خارجية (مادية واجتماعية) معا من جهة أخرى.
- أنها عملية إجرائية قابلة للقياس والتجريب بأساليب وأدوات مختلفة.
- يؤدي الدافع الواحد الى ضروب من السلوك تختلف باختلاف الافراد.
- قد يصدر السلوك الواحد عن دوافع مختلفة. (بني يونس، 2007، ص ص23،24)

4-1 تصنيف الدوافع:

هناك تباين في التصنيفات التي اقترحها العلماء والباحثون للدوافع، ومن أبرز هذه التصنيفات مايلي:

1.4.1 الدوافع الأولية والدوافع الثانوية:

الدوافع الأولية: وهذا النمط من الدوافع يعبر عن حاجات فيزيولوجية أولية وتشمل الحاجة إلى الطعام والشراب وحفظ النوع، ويترتب على إشباعها استعادة التوازن البيولوجي للكائن الحي. وتستثير هذه الحاجات دافع الجوع ودافع العطش ودافع الجنس على الترتيب. وتتصف هذه الدوافع بعدة خصائص منها الشدة والحدة في طلب إشباعها، فطرية وموروثة والتي تختلف باختلاف النوع أو الإطار الثقافي. وهذه الدوافع يصعب الاعتماد عليها في التعلم الانساني. (جديدي، 2014، ص220)

أما الدوافع الثانوية: أو ما تسمى الدوافع المتعلمة أو الاجتماعية أ ودوافع الإكتفاء: وهذه الدوافع متعلمة ومصدرها المحيط الفيزيائي بالإنسان (المادي والاجتماعي معا) كدوافع (الإنتماء، القبول الاجتماعي، والاستكشاف والاستطلاع، والتملك، والسلطة، وتأكيد الذات، ودافع لإنجاز.....) ووظيفتها تحسين الحياة وتطويرها، وهذه الدوافع هي الدرجة الأولى إنسانية، وهذه الدوافع متغيرة، لكنها عالمية عند كل الناس، ومختلفة من ثقافة إلى أخرى. (بني يونس، 2007، ص34)

2.4.1 الدوافع الداخلية والخارجية:

تعرف الدوافع الداخلية: بأنها نابعة من داخل الشخص والطاقة الداخلية والتوجيه الذي يكون السبب في القيام بالشيء منبعثا من رغبته الذاتية في القيام بذلك العمل، وأنه يقوم بالوظائف من أجل ذاته وسعيا منه لتحقيقها وليس مدفوعا للقيام بأي عمل من أجل أن يثاب أو وأن يقدره الآخرون، فإذا كان الشخص مدفوعا داخليا للقيام بالنشاط من ذاته فه ويقوم بأي نشاط من أجل الحصول على اللذة

والإشباع، وتنتج عن عملية بحث الفرد عن الشعور بإدراك الكفاءة والعزم الذاتي، وهذا ما يدفع بالأفراد من أجل إنجاز مختلف المهام. (بن يوسف، 2008، ص35)

أما الدوافع الخارجية: وهي الدوافع التي تثار بعوامل خارجية، والتي تنشأ نتيجة لعلاقة التلميذ بالأشخاص الآخرين كالاولياء، والأساتذة، ومن ثم تدفع الفرد للقيام بأفعال معينة سعياً لإرضاء المحيطين به أو للحصول على تقديرهم أو تحقيق نفع مادي أو معنوي. (سيسبان، 2017، ص61)

3.4.1 الدوافع الشعورية واللاشعورية:

الدوافع الشعورية: هي تلك التي تنتج من التصرفات التي يقوم بها الفرد عن وعي وإدراك ويشعر بها مثل اختيار التعليم والمهنة والدوافع الشعورية هي دوافع سيكولوجية ذات صلة بالتكوين العقلي أوثق من صلتها بالتكوين العضوي ومن بين هذه الدوافع الميول والاتجاهات وغيرها.

أما الدوافع اللاشعورية: فهي تنتج عن التصرفات التي يقوم بها من غير أن يجد لها تفسيراً منطقياً، فهي تحدث من غير إرادته ويوجد نفسه مندفعاً للقيام بها نتيجة عوامل ومؤثرات تفاعلت بطريقة لاشعورية ودفعته لهذا النوع من السلوك ويدخل فيها تصرفات كالنسيان وفلتات اللسان. (الرفوع، 2015، ص33)

2. دافعية التعلم:

1.2 تعريف دافعية التعلم: بالرجوع إلى التراث النظري نجد أن تعاريف دافعية التعلم قد تباينت من جانب الباحثين ويمكننا أن نشير إلى بعضها البعض:

تعريف 1992 **tardif**: أن الدافعية للتعلم هي ما يحرك سلوك المتعلم نحو هدف أو غاية معينة علماً بأن مصدر تلك الحركة يمكن أن يكون داخلياً أو خارجياً، كما أن الدافعية ناتجة كذلك عن الإدراك الذي يحمله التلميذ عن الأهداف المنشودة من المدرسة وعن قيمة النشاطات التي يقوم بها التلميذ والقدرة على التحكم في تلك النشاطات إلى جانب ما يشعر به التلميذ اتجاه المادة واتجاه المحيط التربوي بصفة عامة. (دوقة وآخرون، 2011، ص12)

تعريف قطامي نايفة 1999: أن الدافعية للتعلم هي حالة داخلية تحرك أفكار ومعارف المتعلم وبناءه المعرفي ووعيه وانتباهه وتلح عليه لمواصلة أو لاستمرار الأداء، وذلك للوصول إلى حالة توازن معرفية معينة. (بن يوسف، 2008، ص30)

تعريف بروفي Brophy (1987) الذي يعرفها على أنها: "ميل التلميذ لاتخاذ نشاطات أكاديمية ذات معنى تستحق الجهد، ودافعية التعلم يمكن أن تكون سمة عندما تكون مرتبطة بوجود دافع لتعلم المحتوى، لأن التلميذ يعرف أهمية ذلك المحتوى ويدركه، ويشعر بمتعة في تعلمه، كما أن الدافعية عندما تكون سمة فهي أقدر على التنبؤ بالتحصيل أو الأداء المدرسي. (سيسبان، 2017، ص52)

ويعرفها عدس وتوق: بأنها مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن الذي اختل، أي يشير المفهوم الى نزعة للوصول إلى هدف معين وهذا الهدف قد يكون إرضاء لحاجات أو رغبات داخلية. (الرفوع، 2015، ص208)

كما تعرف الدافعية للتعلم حسب الباحث "بيير وسنرمان" "biellre ; snowman" 1990: أنها الحالة الداخلية أو الخارجية لدى المتعلم التي تحرك سلوكه وأدائه وتعمل على استمراره وتوجيهه نحو وتحقيق هدف معين أو غاية معينة. (بلحاج، 2011، ص138)

من خلال ما سبق من التعاريف نستنتج أن الدافعية للتعلم هي حالة متميزة من الدافعية العامة، تشير الى الحالة النفسية الداخلية أو الخارجية للتعلم، التي تدفعه للانتباه إلى الموقف التعليمي والإقبال عليه، ويتمثل في استجابة المتعلم لتعلم كل ما هو جديد وقدرته على أداء مهمة أو واجب معين بنشاط موجه والاستمرار فيه حتى يتحقق التعلم.

2.2. أهمية الدافعية للتعلم:

ان لدافعية التعلم أهمية تكمن في:

تبرز أهمية الدافعية من خلال دراسة مترتباتها على المتعلم في مجال تعلمه وسلوكه، إذ توجه السلوك نحو أهداف معينة، وتسهم في زيادة الجهد والطاقة والمبادرة والمثابرة لدى المتعلم.

ان الدافعية تكوين فرضي لا يمكن ملاحظته مباشرة، وإنما يستنتج من الأداء الظاهري للكائن الحي، وتبد وأهمية الدافعية من الوجهة التربوية من حيث كونها هدفاً تربوياً في حد ذاتها، فاستثارة دافعية الطلاب وتوجيهها وتوليد الاهتمامات لديهم تجعلهم يقبلون على ممارسة أنشطة متنوعة.

كما تبد وأهمية دافعية التعلم من حيث كونها وسيلة يمكن استخدامها في سبيل انجاز أهداف تعليمية معينة على نحو وفعال، وذلك من خلال اعتبارها أحد العوامل المحددة لقدرة الطالب على التحصيل والنجاح والانجاز. (المشيخي، 2014، ص104)

كما يمكن أن تزيد من فاعلية المعلمين في تهيئة الظروف التي تسهم في تحقيق الطلبة لقدراتهم الأكاديمية ورفع مستوى طموحهم المتمثلة في مستويات الانجاز التي يسعون للوصول إليها من جهة، والتوافق والتناغم بينهم وبين الأهداف التربوية والمحتوى التعليمي التعليمي من جهة أخرى. (الرفوع، 2015، ص209)

كما تلعب الدافعية دورا حاسما في تعلم التلاميذ بنوعها الداخلي والخارجي، إلا أن كثيرا من الدراسات أثبتت أن الدوافع الداخلية أكثر أثرا وأشد قوة في استمرار السلوك التعليمي من الدافعية الخارجية، كون الأولى ترتبط بحاجات وقيم واتجاهات واهتمامات فهي تترك أثر أعمق. (سيسبان، 2017، ص77).

3.2 عناصر دافعية التعلم:

هناك عدة عناصر تشير الى وجود الدافعية لدى الفرد، وهذه العناصر هي:

1.3.2 حب الاستطلاع:

إن الأفراد فضوليون بطبعهم، فهم يبحثون عن خبرات جديدة، ويستمتعون بتعلم الأشياء الجديدة، ويشعرون بالرضا عند حل الالغاز وتطوير مهاراتهم وكفاياتهم الذاتية.

إن المهمة الاساسية للتعليم هي تربية حب الاستطلاع عند الطلبة واستخدام حب الاستطلاع كدافع للتعلم، فتقديم مثيرات جديدة وغريبة للطلبة يستثير حب الاستطلاع لديهم. (غباري، 2008، ص42)

2.3.2 الكفاية الذاتية:

تعني اعتقاد الفرد أنه لديه القدرة على تنفيذ مهمات محددة أ والوصول الى أهداف معينة. ويمكن تطبيق هذا المفهوم على الطلبة، فالطلبة الذين لديهم شك في قدرتهم ليست لديهم دافعية للتعلم، ومن مصادر الكفاية الذاتية مايلي:

- إنجازات الأداء وهي تقسيم المهمة الى أجزاء بحيث تضمن نجاحهم في كل جزء.
- الخبرات البديلة، وهي ملاحظة أداء الأفراد وهم ينجحون في أداء مهمتهم.
- الاقناع اللفظي وهي عندما يقوم فرد آخر بإقناع شخص ما بأنه قادر على حل المهمات المعقدة، والحالة الفيسيولوجية التي تساهم بقدر كبير في زيادة دافعية التعلم. (غباري، 2008، ص45)
- الحاجة: يعرف "موراي" الحاجة بأنها الشعور بنقص شيء معين، إذا ما وجد تحقق التحقق الإشباع. (الرفوع، 2015، ص24).

3.3.2 الدوافع الخارجية:

وهذه الدوافع يكون مصدرها خارجيا كأطراف عملية التنشئة الاجتماعية أو مؤسسات المجتمع المدني برمته، حيث يقبل فيها الشخص على السلوك لإرضاء أطراف عملية التنشئة الاجتماعية وكسب حبههم وتقديرهم لإنجازاته أو للحصول على تشجيع مادي أو معنوي منهم، وعليه فإن استثارة الدافعية تكون في البداية ذات مصدر خارجي، بعدها وعبر المراحل النمائية اللاحقة تنتقل إلى دوافع داخلية، وهذا هو الهدف الأمثل للتعلم بحيث تصبح الدوافع إلى التعلم داخلية، وهذه الدوافع الخارجية يمكن أن تكون دوافع اجتماعية. (بني يونس، 2007، ص33)

4.3.2 الحافز: يعرف " ملفن ماركس " الحافز بأنه تكوين فرضي يستخدم للإشارة إلى العمليات الدافعة الداخلية التي تصحب بعض المعالجات الخاصة بمنبه معين، وتؤدي بالتالي إلى إحداث السلوك. (غباري، 2008، ص47)

نستنتج من خلال ما تم ذكره أن هذه العناصر سواء المتعلقة بالتلميذ أو تلك المحيطة به لها دور مهم وفعال في إثارة دافعية التلاميذ للتعلم، وعلى المعلم أن يوجه هذا النشاط ويضمن استمراره حتى يتحقق الهدف التعليمي أو الغاية المنشودة من التعلم.

4.2. العوامل المؤثرة في دافعية التعلم:

هناك عدة عوامل تؤثر مباشرة أو وغير مباشرة في دافعية التعلم منها ما هو مرتبط بالتلميذ من اتجاهات وميول وتوقعات ومنها ما هو مرتبط ببيئته الأسرية ومحيطه الاجتماعي الذي يعيش فيه التلميذ والوسط المدرسي وكل العناصر التربوية التي يتفاعل معها المتعلم.

وتوجد ثلاث عوامل تؤثر في الدافعية للتعلم وهي:

1.4.2 العوامل المرتبطة بالمعلم والبيئة الصفية:

تتمثل في قدرة المعلمين ومهاراتهم في توضيح الدروس وفي إعطاء شهادات التقدير والامتنان وتعامل المعلمين مع الطلبة باحترام وتوفير المعلمين فرصا للطلبة من أجل المشاركة في إدارة الحصص والتعبير عن الآراء وكثرة الامتحانات التي يطلبها المعلمون وتنوع الوسائل التعليمية التي يستخدمها المعلمون، وتشجيع أساليب البحث العلمي في المدرسة وتشجيع الابداع من قبل المعلمين، وربط المعلمين بالخبرات السابقة، فقد أثبتت دراسات كل من "ميوس" 1979 و"ميلاني كلاين" 1989 أن العلاقة الايجابية بين الاستاذ والتلميذ ترفع من مستوى دافعية التعلم في مراحل مبكرة. (دلال، 2019، ص54)

2.4.2 العوامل المرتبطة بالأسرة والمحيط الاجتماعي:

تلعب العوامل الأسرية والمحيط الاجتماعي دورا هاما في تحفيز التلاميذ والإقبال على التعلم، وتمثل هاته العوامل في العناية التي توليها الأسرة لأبنائها من خلال متابعة تعلمهم وتشجيعهم ومساعدتهم على تحسين مستواهم، فاهتمام الأولياء يلعب دورا مهما في النتائج التحصيلية للأبناء والدافعية تتوقف على مدى اهتمام الأولياء، فرغبة التلميذ في ارضاء والديه قد تكون أحد العوامل المهمة في زيادة الدافعية للتعلم، كما أن العلاقات الودية بين التلميذ وإخوته والمحيط الاجتماعي الذي يعيشه بين أفرادهم يسهم في زيادة الدافعية أو تثبيطها، فإذا كان المحيط يهتم بالعلم ويقدر الأفراد المتعلمين فهذا يحفز التلميذ على الدراسة، كما أن العلاقات الودية بين التلميذ وإخوته والمحيط الاجتماعي الذي يعيشه بين أفرادهم يسهم في زيادة الدافعية أو تثبيطها، فإذا كان المحيط يهتم بالعلم ويقدر الأفراد المتعلمين فهذا يحفز التلميذ على الدراسة، أما إذا كان الأمر غير ذلك، فسينعكس سلبا على دافعية التلميذ واتجاهاتهم نحو المدرسة ككل.

3.4.2 العوامل المرتبطة بالتلميذ:

توجد مجموعة من العوامل الشخصية ذات الطبيعة النفسية، الاجتماعية والعقلية الجسمية التي تؤثر في الدافعية للتعلم وارتفاع أو تدني مستوى التحصيل الدراسي. حيث تظهر في رغبة التلميذ في التفوق وشعوره بالنجاح وقدرته على فهم الدروس ومتابعة كل الأنشطة المدرسية، فالحصول على الحوافز وعبارات المدح والتقدير يسهم في تحفيز التلميذ ويزيد من مستوى طموحهم. (خنوش، 2009، ص ص 71،72)

ومن خلال ما تم تقديمه نجد أن العوامل المؤثرة في دافعية التعلم لها دورا فعالا ومهما إما في رفع أو في تدني الدافعية لدى التلميذ، حيث تلعب كل من الأسرة حسب طبيعة المعاملة الوالدية من تشجيع وتعزيز أو إهمال وعدم رعاية في التأثير على المتعلم ومن ثم على دافعيته للتعلم. وينحصر دور المدرسة في العلاقات ما بين الأستاذة والتلميذ وما بين التلميذ ورفاقه وعلاقته مع باقي الفريق البيداغوجي والتي يجب أن تكون ايجابية حتى ترفع من ثقة التلميذ بنفسه وبالتالي زيادة الدافعية للتعلم. ومن جملة العوامل تلك المتعلقة بالتلميذ وطبيعة شخصيته من انبساط وانطواء، نسبة الذكاء والتحكم في انفعالاته يؤدي إلى وجود فروق بين المتعلمين في دافعية التعلم.

5.2. وظائف دافعية التعلم:

من المعروف أنه لا تعلم دون دافع معين، فالدوافع الإيجابية تدفع الفرد في اتجاه أشياء معينة أ وفي اتجاه أنماط سلوك محددة، والدوافع السلبية تجذب الفرد بعيدا عن بعض الأشياء والظروف، والدافع لا يعتبر منشئا للسلوك فقط بل هو وموجه له ومحدد لدرجة قوة أو شدة هذا السلوك أيضا. وتؤدي دافعية التعلم مجموعة من الوظائف وهي كالاتي:

1.5.2 الوظيفة الاستثارية:

تعتبر أولى وظائف الدوافع، ووجهة النظر الحديثة في علم النفس والتي تتبنى نظرية التعلم، تعتقد أن الدافع لا يسبب السلوك، وإنما يستثير الفرد للقيام بالسلوك ودرجة الاستثارة والنشاط العام للفرد على علاقة مباشرة بالتعلم الصفي.

وأفضل درجة للاستثارة هي الدرجة المتوسطة، حيث إنها تؤدي إلى أفضل تعلم ممكن، كما أن نقص الاستثارة يؤدي إلى الرتابة والملل، وزيادة الإستثارة تؤدي إلى النشاط والإهتمام، إلا أن الزيادة الكبيرة نسبيا في الاستثارة تؤدي إلى زيادة الإضطراب والقلق، وهذان العاملان يعملان بدورهما على تشتيت جهود التعلم. (الرفوع، 2015، ص215)

2.5.2. الوظيفة التوقعية:

التوقع هو اعتقاد مؤقت بأن ناتجا ما سوف ينجم عن سلوك معين، ولكننا نعرف أن الناتج لا يتسق بالضرورة مع التوقع، ولذلك يوجد في كثير من الأحيان تباين بين الناتج الفعلي والتوقع المرغوب، وبالتالي يوجد تباين بين الاشباع المتوقع والاشباع الفعلي، إن هذا التباين يمكن أن يكون مفرحا أو مؤلما، مسهلا أ ومعرقلا بناء على درجته.

إن الوظيفة التوقعية للدوافع تتطلب من المعلم أن يشرح للطالب ما يمكن عمله بعد أن ينهي الطالب وحدة دراسية معينة، وهذا على علاقة بالأهداف التعليمية. إن توقعات الطلاب قد تكون آنية كتعلم مهمة جزئية، أ وقد تكون متوسطة المدى كتحقيق الأهداف التعليمية، أ وقد تكون بعيدة المدى كتحقيق أهدافهم في الحياة، وهذه التوقعات على اختلاف أنواعها يمكن أن تتغير في حياة الانسان. (القني، 2020، ص200)

3.5.2 الوظيفة الباعثية:

تعتبر البواعث أشياء تثير السلوك وتحركه نحو غاية ما عندما تقترن مع مثيرات معينة ونحن نتوقع من الطلاب أن يظهروا اهتماما أكبر بمادة دراسية يرتبط معها باعث أكبر، وأنواع البواعث في التعلم الصفي كثيرة والتي يستطيع المعلم أن يتحكم فيها بشكل مباشر وفعال. وتلعب المكافآت دورا أساسيا في التعلم

المدرسي، وفي تعلم المعارف والمعلومات، والمكافآت يمكن أن تكون لفظية على شكل التشجيع، ويمكن أن تكون غير لفظية على شكل الابتسامة وتعبيرات الوجه ويمكن أن تكون مادية كإعطاء الحوافز. (الرفوع، 2015، ص221)

4.5.2 الوظيفة العقابية:

العقاب مؤثر سلبي يسعى الفرد إلى التهرب منه، وإن أثر العقاب وأسلوب العقاب المتبع يختلف باختلاف الاستجابة المعاقبة، ونبين هنا دور العقاب كدافع، إذ تشير الدراسات إلى عدد من النتائج ثبتت صحتها فيما يتعلق بالموقف التعليمي وهي:

➤ يعتمد أثر العقاب على شدته وخاصة إذا كانت الاستجابة المعاقبة قد أثبتت من قبل، وفي هذا النوع من الاستجابات يكون أثر العقاب أكثر كلما زادت شدته، لكننا لا نستطيع أن نستعمل العقاب الشديد في الموقف التعليمي.

➤ العقاب يقوي السلوك خاصة إذا تبعه ثواب أو حدثا معا في نفس الوقت. (الرفوع، 2015، ص222)

وإجمالاً يمكن تحديد وظيفة الدافعية في التعلم في:

- تحرير الطاقة الانفعالية في المتعلم التي تسعى إلى إثارة نشاط معين لديه.
- تجعل المتعلم يستجيب لموقف معين دون سواه.
- تجعل المتعلم يوجه نشاطه اتجاه هدف معين ويستمر فيه حتى يحقق الهدف. (المشيخي، 2014، ص107)

6.2 النظريات المفسرة لدافعية التعلم:

اهتمام الباحثين بموضوع الدافعية في مجال علم النفس وعلوم التربية، جعل من موضوع الدافعية للتعلم يفسر أكثر عن طريق مجموعة من النظريات التي ظهرت عبر مراحل تاريخية متتالية، وتختلف كل نظرية عن غيرها في تفسيرها للدافعية، وذلك لاختلاف الخلفية النظرية لعلماء النفس، ولعل أبرز هذه النظريات ما نتناوله في هذا الجانب لدى مجموعة من أهم المنظرين واختلاف تفسيراتهم لدافعية التعلم، ومن أهم هذه النظريات نجد:

1.6.2 النظرية المعرفية الاجتماعية:

استفادت من فكرة السلوكية التي بينت أثر التعزيز والعقاب في السلوك واقتناعها بأهمية الخبرة الفعلية كمصدر للحصول على المعلومات، وطور باندورا النظرية المعرفية الاجتماعية التي تعتمد على مفهوم فعالية الذات Efficacy-Self والذي يتكون من أربعة مصادر رئيسية:

الخبرة الفعلية: تمثل الخبرة الفعلية كل خبرة حصل عليها الفرد بالتجربة والتي تعد مصدرا للمعلومات فمن خلال ما يحدث له من نجاحات وإخفاقات في الماضي سيؤدي إلى الحصول على الخبرة .

تأثير الخبرات البديلة: على مدركات الذات الفعلية، فقد يقتنع الأطفال بقدرتهم على أداء المهمة بعد مشاهدة طفل في نفس السن يقوم بهذه المهمة، ولهذه الخبرة البديلة تأثير كبير عندما يكون للشخص خبرة شخصية قليلة .

الإقناع اللفظي: أما فيما يخص الإقناع اللفظي فإنه يكون أقل تأثيرا من الخبرات الفعلية والبديلة في التحكم في فعالية الذات إلا إذا كان بخبرة حقيقية ومن الممكن أن ندعم ثقة الطفل بذاته بأن نشجعه لأداء مهمة ما خاصة عندما يكون ذلك من شخص موثوق به.

التنبه أو الاستثارة الفيسيولوجية: فيما يخص هذه الأخيرة فإن لها أيضا تأثير على بناء ثقة الطفل بذاته وبقدراته. (بن يوسف، 2008، ص46)

2.6.2 نظرية التعلم الاجتماعي لروتر:

أشهر روادها الباحث " روتر " يرى أن سلوك الفرد ناتج عن تأثير المنبهات الخارجية المحيطة به وقدمت دور الجانب المعرفي.

ولقد بنى " روتر " نظريته على مفهوم المعتقدات، حيث يرى أن الأفراد الذين يعتقدون أن لديهم طموحات للنجاح لديهم القدرة أكثر على الإنجاز في حالة وجود مدعمات، وليس المكافآت في حد ذاتها هي التي تزيد من تكرار السلوك، فمثلا يتزايد سلوك الاستذكار أو اللعب عندما يدرك الفرد أن سلوكه هذا سوف يترتب عليه تقدير مرتفع.

وقد افترض " روتر " أن توقعات المعززات وقيمتها تحدد السلوك وتعتمد هذه التوقعات على الإدراك الذاتي لاحتمال تعزيز السلوك، وارتباطها بالمعززات الأخرى، ومثال ذلك أن المتعلم الثانوي الذي لديه علامات مرتفعة في مادة الإحياء يكون له قيمة كبيرة إذا كان يتقرب أن يكون طبيبا في المستقبل، لأنه يرتبط بمعزز آخره والالتحاق بكلية الطب، فإن جهد الطالب ومثابرته في الدراسة يتحدد وفق توقعه، بأن العمل الجاد يؤدي به إلى التعزيز، والطالب يعمل على تعميم التوقعات التي تبني على خبراته في المواقف المتقاربة والمتشابهة. (بن يوسف، 2008، ص46)

3.6.2 نظرية نموذج فيو 1964-1997:

استمد «فيو» نموذجه هذا من المنظور الاجتماعي المعرفي في شرح سلوك الأفراد، وعرّف في والدافعية للتعلم بأنها مفهوم ديناميكي له أصوله في إدراك التلميذ لنفسه ومحيطه الذي يمكنه من اختيار نشاط معين والإقبال عليه والمواظبة في إتمامه لبلوغ هدف معين،

من خلال هذا التعريف نجد أن ديناميكية الدافعية ومحركها ينبثق من ثلاثة عناصر:

قيمة النشاط: تتمثل في الحكم الذي يصدره المتعلم حول الفائدة من وراء النشاط من خلال إدراكه لأهمية النشاط، فإذا كان ذ وفائدة فمستوى الدافعية يكون مرتفعا.

كفاءته وإتمام النشاط: هذا النوع من الادراكات ه و نوع من إدراك الذات، يمكن المتعلم أن يقوم قدراته التي تسمح له بإتمام نشاط معين قبل الاقبال عليه.

التحكم: أو الضبط ويتمثل في ادراكات يحملها التلميذ عن درجة مراقبته لسير نشاط معين وللنتائج المترتبة عنه، فكلما كان الشعور بالتحكم في النشاطات مرتفعا انعكس ايجابا على اقبال المتعلم على التعلم.

فهذه العناصر الثلاثة تمثل أصول سوكات المتعلم فيقبل معرفيا على التعلم وأدائه يترجم نتائج التعلم التي تشير بدورها إلى درجة النجاح في نشاط ما. (خنوش، 2009، ص81)

ومن خلال ما تم تقديمه يمكن القول أن هذا النموذج قدم لنا تصورا عن مصادر سلوك المتعلم الذي يتأثر بإدراكه لقيمة النشاط المدرسي وقدرة وكفاءة المتعلم على القيام بهذا النشاط والاستمرار فيه حتى اتمامه، كما أن إدراك التلميذ للمحيط يلعب دورا مهما في استثارة الدافعية سواء كان محيطا مدرسيا أ وأسريا واجتماعيا.

4.6.2 نظرية الأهداف:

تندرج نظرية الأهداف تحت غطاء النظريات المعرفية والنظريات الاجتماعية المعرفية التي تهتم بالعمليات العقلية وتؤكد على مدى أهمية الإدراك في عملية التعلم والتذكر دون إهمال أهمية دور العوامل الخارجية في تحديد مستوى الدافعية للتعلم.

فنظرية الأهداف هي نموذج من دافعية الإنجاز وهي جد مستعملة ومتداولة في مختلف الدراسات المتعلقة بالمجال المدرسي (Covington;1984; ames 1992; thill 1993; nicholls 1984) والمجال الرياضي، يرى أصحاب هذا المنظور أن الهدف الأساسي للأشخاص في المواقف التي تتطلب الإنجاز ه وإظهار ما يملكونه من مؤهلات وقدرات معينة من أجل بلوغ أهداف معينة.

فنظرية الأهداف تحاول التأكيد على وجود ارتباط عقلاي بين الأهداف وسلوك الأفراد مثلما تبينه البحوث الحديثة في مجال الدافعية المدرسية، فحسب أمس (ames 1992) يمكن تصنيف الأهداف المختارة من طرف التلميذ الى نوعين. النوع الأول ه وما يعرف بالأهداف الخارجية أما النوع الثاني ه وما يعرف بالأهداف الداخلية (دوقة وآخرون، 2011، ص39)

5.6.2 نظرية العزم الذاتي:

لقد طور كل من ryan و dechy نظرية ساهمت في دراسة مفهوم الدافعية بصفة عامة والدافعية للتعلم بصفة خاصة عند التلاميذ المراهقين والتي تهدف التي تنمية الرغبة والإرادة في التعلم عند التلميذ، وذلك بجعل عملية التعلم عملية ذات قيمة في عيون التلاميذ بإعطاء كل تلميذ الفرصة ليثبت ذاته ويزيد من ثقته بها. (بن يوسف، 2008، ص49)

ويقسم المختصون في هذه النظرية ثلاث أنواع أساسية من الحاجات وهي:

➤ الحاجة الى الارتباط بالآخرين أي رغبة في ربط علاقات اجتماعية مع الآخرين في وسط يقبله ويحتاجه في نفس الوقت.

➤ الحاجة الى الاعتقاد باستطاعته الخوض في سلوكات معينة والتعامل معها بيسر وبقدرته على فهم المطلوب منه والواجب عليه القيام به إزاء المواقف والأعمال والنشاطات التي تستوجب عليه أداءها ليكون عنصرا فعالا وناجحا في الأعمال والمهام.

➤ الحاجة إلى الاستقلالية: وتتمثل في حاجته إلى أن يثبت نفسه وعزمه على القيام بالأعمال حتى يثبت للآخرين أنه كائن يتمتع بشخصية مستقلة عن الآخرين، وبإمكانه اتخاذ قرارات فردية دون اللجوء إلى مساعدة الغير. (دوقة وآخرون، 2011، ص44)

نلاحظ من خلال ما سبق أنه على الرغم من تعدد النظريات والنماذج التي اهتمت بتفسير دافعية التعلم، إلا أنه حتى الآن لا توجد نظرية تجمع بين افكار جميع هذه النظريات، فنجد النظرية المعرفية الاجتماعية ركزت على مفهوم فعالية الذات التي تتكون من أربعة مصادر، وهي الخبرة الفعلية وتأثيرات الخبرات

البديلة، والإقناع اللفظي والتنبيه أ والاستثارة الفيسيولوجية، كما بينت نظرية التعلم الاجتماعي أن تقدير الأفراد لأنفسهم هو الذي يحدد درجة الدافعية لديهم، أما فيما يخص نظرية نموذج في وفترى أن الدافعية للتعلم تتكون من خلال ثلاث مكونات وهي قيمة النشاط، كفاءاته وإتمام النشاط والتحكم، أما عن نظرية الأهداف فترى بأن الأهداف هي التي تدفع بالتلاميذ إلى الإقبال على أداء النشاط التعليمي، أما نظرية العزم الذاتي فقد اهتمت أكثر بالدافعية للتعلم عند التلاميذ المراهقين، والتي تهدف أن لكل الأفراد حاجات نفسية وطبيعية يحاولون إشباعها مهما كانت البيئة التي يعيشون فيها.

7.2 أساليب واستراتيجيات إثارة الدافعية للتعلم لدى التلاميذ:

تؤكد معظم نتائج الدراسات والبحوث التربوية على أهمية إثارة الدافعية للتعلم في المواقف التعليمية، إذ أن المتعلمون الذين يوجد لديهم دافعية للتعلم يعملون بجدية أكبر من غيرهم ويحققون نجاحات أكثر في حياتهم الدراسية، كما أن المتعلم يتعلم بطريقة أفضل عندما تستثير دوافعه الداخلية نشاطه التعليمي، ويمكن رفع الدافعية للتعلم من خلال:

1.7.2 للمعلم استثارة الدافعية للطلبة عن طريق:

- ملائمة النشاطات التعليمية لمستويات نمو الطلبة.
- إتاحة فرص كافية للنجاح أمام كل منهم.
- توفير فرص الإمتاع للنشاطات التعليمية دون انتفاص من قيمتها العلمية.
- اعتماد أساليب الدفع الداخلي التي تقوم على أن يكون النشاط التعليمي نفسه ممتعا في طبيعته وفي نتائجه التعليمية المباشرة.
- تجنب توظيف أساليب الدفع الخارجي محل الدفع الداخلي.
- الاهتمام بالفروق الفردية بين الطلبة.
- إتاحة جو تعليمي يوفر الحب والأمن والحرية في بيئة المدرسة والصف.

2.7.2 إثارة اهتمام الطلبة بموضوع التعلم:

- مشاركة الطلبة في تقرير الأهداف.
- إطلاع الطلبة على الأهداف التعليمية المقررة في حال عدم إسهامهم في تقريرها.
- إثارة الدهشة والفضول لدى الطلبة.
- إثارة الحيلة لدى الطلبة وتحدي عقولهم.

3.7.2 المحافظة على انتباه الطلبة أثناء الدرس، ويتحقق ذلك من خلال:

- تنوع الأنشطة التعليمية، مع المحافظة على وظيفة النشاط بالإشارة إلى الأهداف التعليمية للدرس.
- التنوع في الوسائط الحسية للإدراك (السمع، البصر، اللمس)
- استخدام التلميحات غير اللفظية كتعبيرات الوجه، التلويح بالأيدي للدلالة على معانٍ ومشاعر معينة (الرفوع، 2015، ص270)
- خلق عنصر التشويق والاكتشاف والفضول أثناء الحصة.
- استخدام الأساليب التدريسية المتنوعة والمشوقة والمثيرة للانتباه طوال الحصة مثل: الأساليب الاستقرائية، العروض العملية، والتدريبات والمراجعات والمناقشة والحوار، العمل الجماعي، أسلوب حل المشكلات. (سيسان، 2017، ص87)

4.7.2 إسهام التلاميذ في تخطيط الأنشطة التعليمية:

ويكون هذا الإسهام بعد التخطيط للأهداف، ومن خلال مناقشة التلاميذ في التخطيط للأنشطة، وفي هذه الحالة سوف يبذلون كل جهد من أجل تحقيق هذه الأنشطة لأنهم يشعرون بالولاء لها، لأنهم أسهموا في التخطيط لها، ومن ثم فهي تأتي مليئة لحاجاتهم وميولهم ورغباتهم. (جناد، 2014، ص70)

5.7.2 المنافسة:

يمكن أن تحسن المنافسة الدافع أو تقلله، وهذا يعتمد على كيفية استخدامها، فالمنافسة جيدة للبعض، لكن قد تتسبب في فائزين قليلين وخاسرين كثيرين، الطلاب الذين لا توجد لديهم دافعية أقل والأقل تحصيلًا، يجدون صعوبة في التعامل مع الهزيمة، ومن الضروري أن يتنافس الشخص مع أداءه بدلاً من التنافس مع شخص آخر، فالتنافس مع الظروف المحددة يعني فوز الجميع. (أبورياش وآخرون، 2006، ص95)

6.7.2 ربط موضوع الدرس بغيره من الموضوعات التي درسها التلاميذ وربطه بالحياة العملية:

من الضروري أن يبين المعلم للتلاميذ أهمية موضوع الدرس للمواد الدراسية الأخرى، وكذلك ربط الدرس بالحياة.

7.7.2 توفير مناخ صفي مريح في الفصل:

إن بناء علاقات طيبة مع التلاميذ في الفصل واحترامهم، وتقبل إجاباتهم ووجهات نظرهم وتوجيههم وإرشادهم يشعر التلاميذ بأنهم محبوبون من معلمهم، فيبادلونه حبا بحب ويُقبلون على مادته بشوق. (جناد، 2014، ص 71)

8.7.2 إستراتيجية الضبط الذاتي:

وحسب زيمرمان وآخرون (zimerman and all) أن دور المتعلم في التنظيم الذاتي للتعلم هو: "العمليات الموجهة ذاتيا والمعتقدات الذاتية التي تمكن المتعلمين من أجل تحويل قدراتهم العقلية نحو والتعلم"، وهذه العملية تعتمد حتما على مبادرة شخصية للطالب ومثابرتة ومهاراته التكوينية لتحقيق النجاح الأكاديمي، كما يجب على الطالب وضع أهداف أكاديمية خاصة به واختيار الاستراتيجيات لتسهيل تحقيق تلك الأهداف، وأن الطلاب الذين يستخدمون المراقبة الذاتية هم أكثر نجاحا من أولئك الذين لا رقابة ذاتية لديهم، حيث المراقبة للذات يمكن أن تؤدي إلى الكفاءة الذاتية وزيادة الدافع للتعلم. (جناد، 2014، ص 70)

9.7.2 إستراتيجية المدح:

هي عبارة عن إخبار التلاميذ أنهم جيّدون والثناء على أدائهم في مهمة تعليمية ما، وحيث تعتبر أنها تعليقات إيجابية غير محدودة، وتكون بؤرتها الشخص وليس المهمة القائمة، ومن تلك الإرشادات للمدح نجد:

- استخدام عبارات متنوعة لمديح التلاميذ.
- المديح بجمل صريحة معبرة.
- المدح ببساطة وبصورة مباشرة، وبصوت طبيعي دون مبالغة.
- تجنب العبارات الغامضة التي يفهمها التلاميذ كمديح للإذعان بدلا من المديح للتعلم. (الرفوع، 2015، ص 273)

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل، حاولنا التعرف على مفهوم الدافعية باعتبارها قوة داخلية أو خارجية لدى الفرد، والتي تقوم بتحريك سلوكه وتوجيهه حتى يحقق غاية ما تعد مهمة بالنسبة له، سواء كانت مادية أو معنوية، كما تم التطرق الى بعض المفاهيم المتداخلة مع مصطلح الدافعية، ثم التعرض إلى خصائصها، ومختلف تصنيفاتها، أما فيما يخص الجزء الثاني من الفصل فقد تناولنا فيه تعريف الدافعية للتعلم حسب بعض الباحثين، كذلك تم إبراز أهمية الدافعية للتعلم لدى المتعلم مع ذكر عناصرها ووظائفها، والعوامل المؤثرة على دافعيته للتعلم، وكذا النظريات التي اهتمت بتفسير دافعية التعلم، وأخيرا استراتيجيات إثارة الدافعية لدى المتعلم.



الجانِب

الميداني

الفصل الثالث

الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

بعد ما تم طرحه من تراث نظري تناولته الفصول السابقة والتي تضمنت الضغط النفسي ودافعية التعلم، سنحاول في هذا الفصل تحديد الإجراءات المنهجية للدراسة من حيث الخطوات المتبعة ووفقا لتساؤلات الدراسة وأهدافها.

ويتناول هذا الفصل المنهج المستخدم في الدراسة، مجالات الدراسة، مجتمع الدراسة، نوع العينة وحجمها، إضافة إلى أدوات جمع البيانات، وطرق وأساليب المعالجة الإحصائية التي تبنيها الدراسة.

1. منهج الدراسة:

إن أهم ما يتميز به البحث العلمي هو تعدد مناهجه، والمنهج هو الطريق الذي يؤدي إلى الهدف المقصود، ويقصد بمنهج البحث هو الطريقة الموضوعية التي يتبعها الباحث لدراسة مشكلة أو ظاهرة من الظواهر قصد تشخيصها، وتحديد أبعادها، ومعرفة أسبابها، وطرق علاجها، والوصول إلى نتائج عامة يمكن تطبيقها، فالمنهج فن تنظيم الأفكار، سواء للكشف عن حقيقة غير معلومة، أو لإثبات حقيقة نعرفها. (كماش، 2016، ص76)

من المعروف لدينا أن طبيعة الدراسة هي التي تحدد نوع المنهج المستخدم فيها، وبما أن دراستنا تبحث عن العلاقة بين الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس ودفاعيته للتعلم، بالإضافة إلى معرفة الفروق بين متغيرات الدراسة تبعا لمتغير الجنس، فإن المنهج الملائم لهذه الدراسة هو المنهج الوصفي، وهو منهج ينصب على وصف الظواهر وتحليلها كما هي موجودة في الواقع، فضلا على أنه الأكثر استخداما في مجال الدراسات النفسية والاجتماعية.

كما يعرف على أنه "البحث الذي يركز على وصف ظاهرة معينة موجودة في الموقف الراهن وجمع الحقائق والمعلومات ومقارنتها، ثم القيام بتحليل خصائص تلك الظاهرة وتفسيرها والعوامل المؤثرة فيها". (كماش، 2016، ص178).

2. مجالات الدراسة:

إن تحديد مجالات الدراسة من العناصر المهمة في البحوث العلمية، والتي تتمثل في الحدود المكانية والزمانية والبشرية، وهذا بسبب اختلاف نتائج الدراسات واختلاف الأماكن والأزمنة والمجتمعات التي تجرى فيها البحوث وفيما يلي سنطرق إلى تحديدها:

1.2 المجال المكاني:

اقتصرت الدراسة على مؤسسة بوعاتي الدوايدي ببلدية بوعاتي محمود، ومؤسسة محمود بن محمود بولاية قالمة، وهذا نظرا لسهولة التواصل مع المؤسستين هذا من جهة، إضافة إلى ذلك وجود استجابات من طرف التلاميذ هذا من جهة أخرى.

2.2 المجال الزمني:

أجريت هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني لسنة 2020-2021 وامتدت من شهر أفريل إلى شهر ماي.

3.2. المجال البشري:

تحدد في هذه الدراسة بتلاميذ المرحلة الثانوية وبالتحديد التلاميذ المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا بمؤسسة بوعاتي الدوادي ببلدية بوعاتي محمود ومؤسسة محمود بن محمود بولاية قالم، وقد تم اختيار هاتين المؤسستين لإجراء الدراسة الميدانية، نظرا للتسهيلات التي وجدناها من طرف مسيرتها.

ولقد تم اختيار المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية، كونهم يمثلون فئة مهمة في المجتمع حيث يمرون بمرحلة المراهقة، والتي تعد مرحلة جد حساسة في حياة الفرد، كما تصاحبها العديد من التغيرات التي تؤثر على معلوماتهم ومعارفهم، وقمنا باختيار أقسام السنة النهائية، هذا نظرا للضغط النفسي الذي يتعرض له هؤلاء التلاميذ لأنهم على أبواب اجتياز امتحان مصيري وهو شهادة البكالوريا.

يتمثل أفراد الدراسة بكافة التلاميذ المسجلين بالسنة الثالثة ثانوي خلال السنة الدراسية 2021-2020، وقد بلغ حجم مجتمع الدراسة (399) تلميذ وتلميذة من كلا المؤسستين، منهم (91) تخصص آداب وفلسفة، أما فيما يخص تخصص علوم تجريبية نجد عددهم قد بلغ (171)، أما فيما يخص تخصص تسيير وإقتصاد فإنه قد بلغ عدده (33)، أما فيما يخص تخصص رياضيات فقد بلغ عددهم (29)، بينما تخصص تقني رياضي فقد بلغ عددهم (13)، أما تخصص آداب ولغات أجنبية فقد كان عددهم (62).

جدول رقم (01) يوضح توزيع أفراد الدراسة

التخصص						الجنس		عدد التلاميذ	المؤسسة
آداب ولغات أجنبية	تقني رياضي	رياضيات	تسيير وإقتصاد	آداب وفلسفة	علوم تجريبية	أنثى	ذكر		
		13		55	40	67	41	108	بوعاتي الدوادي
62	13	16	33	36	131	157	134	291	محمود بن محمود
62	13	29	33	91	171	223	175	399	المجموع

3. عينة الدراسة:

يعتبر اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل المهمة للبحث، ولا شك أن الباحث يفكر في عينة البحث منذ أن يبدأ في تحديد مشكلة البحث وأهدافه، لأن طبيعة البحث وفروضه وخطته تتحكم في خطوات تنفيذه واختيار أدواته.

وعلى الباحث أن يختار جزءا من مجتمع البحث نسميه عينة البحث والتي تعرف على أنها المجموعة الجزئية التي يختارها الباحث ويقوم بتطبيق دراسته عليها، بحيث تكون ممثلة لخصائص مجتمع البحث الكلي. (كماش، 2016، ص146).

وتمثلت عينة دراستنا في مجموعة من التلاميذ (المراهقين المتمدرسين)، (ذكور وإناث) من تخصصات (آداب وفلسفة، علوم تجريبية، تسيير و إقتصاد، تقني رياضي) للسنة الثالثة من التعليم الثانوي، وذلك بثانوية بوعاتي الدوايدي ببلدية بوعاتي محمود، و ثانوية محمود بن محمود بولاية قالمة، حيث تم اختيار هذه العينة بنسبة 50% من مجتمع الدراسة وعند نزولنا الى ميدان الدراسة لم نستطع الوصول الى النسبة المختارة، فاجرنا دراستنا على 80 تلميذ من أصل 399 تلميذ وهذا راجع الى عدة عوامل أهمها غياب تلاميذ المرحلة النهائية عن مقاعد الدراسة خاصة مع نهاية السنة الدراسية والظروف الصحية التي تمر بها البلاد والعالم على حد سواء بسبب تفشي وباء كورونا.

وتم اختيار أفراد العينة في الدراسة الحالية ب 29 من أصل ذكر، وأما فيما يخص الإناث فقد بلغ عددهم 51 تلميذ

و بذلك فإن حجم عينة الدراسة بلغ (80) تلميذ وتلميذة.

1.3 خصائص العينة:

1.1.3 من حيث الجنس:

الجدول رقم (02) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس.

الجنس	العدد	النسبة المئوية %
ذكر	29	36.3%
أنثى	51	63.8%
المجموع	80	100%

التعليق: يمثل الجدول رقم (02) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس، حيث قدر عدد الذكور ب (29)، وقدر عدد الإناث ب (51).

2.1.3 من حيث التخصص:

الجدول رقم (03) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير التخصص الدراسي

التخصص الدراسي	العدد	النسبة المئوية %
علوم تجريبية	44	% 55
آداب وفلسفة	23	% 28.8
رياضيات	07	% 8.8
تسيير وإقتصاد	06	% 7.5
المجموع	80	% 100

التعليق:

يمثل الجدول رقم (03) توزيع عينة الدراسة حسب متغير التخصص الدراسي، حيث قدر عدد التلاميذ في الشعب العلمية ب(44) تلميذ، وقدر عدد التلاميذ في الشعب الأدبية ب (23) تلميذ، كما قدر عدد التلاميذ في شعبة الرياضيات ب (07) تلاميذ، أما فيما يخص شعبة تسيير وإقتصاد فقد بلغ عددهم (06).

4. أدوات جمع البيانات:

لغرض جمع البيانات اللازمة لإتمام الدراسة يتوجب على الباحث استخدام أدوات مناسبة تمكنه من جمع البيانات، وتتمثل الأدوات التي تم استخدامها في هذه الدراسة في مقياسين جاهزين:

مقياس الضغط النفسي للطالبة بن صالح هداية، ومقياس دافعية التعلم للطالبة توهامي شهرزاد.

1.4 مقياس الضغط النفسي: تم تبني مقياس الضغط النفسي للباحثة بن صالح هداية، وهذا نظرا لعدم وجود أداة قياس للضغط النفسي تتلاءم مع البيئة المحلية و تتناسب مع مرحلة المراهقة فقامت الطالبة (بن صالح هداية) ببناء المقياس.

1.1.4 وصف المقياس:

يتكون مقياس الضغط النفسي عند المراهق من 51 بند في صيغته النهائية، يتضمن مجموعة من البنود تتوزع على أربعة أبعاد رئيسية، نذكرها بالتفصيل كالآتي:

1.1.1.4 البعد الفسيولوجي: و الذي يتمثل في جل الاعراض التي يشعر بها المراهقين عند تعرضهم لمواقف ضاغطة كآلام الرأس، فقدان الشهية، المعاناة من الإسهال، الإرهاق والتعب.

2.1.1.4 البعد المعرفي: وتظهر كالتشويش في التفكير، الشرود الذهني، النسيان، صعوبات في الحفظ.

3.1.1.4 البعد الانفعالي: وتتمثل في تقلب المزاج، الشعور بالتوتر، كثرة أحلام اليقظة، الخجل.

4.1.1.4 البعد السلوكي: كقضم الأظافر، التمرد، العزلة، الانسحاب من المواقف الاجتماعية.

2.1.4 تطبيق الاختبار وتصحيحه:

يصلح هذا المقياس للتطبيق على فئة المراهقين المتمدرسين، ويمكن أن يطبق بصفة جماعية او فردية، ويكتفي المفحوص بوضع علامة (x) على البديل الذي يتطابق معه، وقد تم وضع ثلاث بدائل وفق سلم ليكارت الثلاثي دائما، أحيانا، أبدا، علما بأن جميع الفقرات سلبية، والجدول التالي يوضح بدائل المقياس الثلاثة والدرجات المعتمد عليهما، والجدول رقم (04) يوضح بدائل ودرجات مقياس الضغط النفسي و الدرجات المعتمد عليهما:

الجدول رقم (04) يوضح بدائل ودرجات مقياس الضغط النفسي

البديل	دائما	أحيانا	ابدا
الدرجة	3	2	1

3.1.4 تقدير الدرجات: بلغ عدد عبارات المقياس في صيغته النهائية (51) عبارة، حيث تراوحت الدرجة النظرية للمقياس بين (51-153) بمتوسط 102، و الجدول رقم (05) يوضح مستويات الضغط النفسي.

الجدول رقم (05) يبين الابعاد العيادية ومستويات الضغط النفسي

مستويات الضغط النفسي	المتوسط	الابعاد العيادية لقائمة الضغط النفسي
منخفض: 9-15 متوسط: 16-21 مرتفع: 22-27	13,5	البعد الفسيولوجي: من البند الاول الى غاية البند 09
منخفض: 9-15 متوسط: 16-21 مرتفع: 22-27	13,5	البعد المعرفي: من البند رقم 10 الى غاية البند 18
منخفض: 22-36 متوسط: 37-51 مرتفع: 52-66	33	البعد الانفعالي: من البند رقم 19 الى غاية البند 40
منخفض: 11-18 متوسط: 19-25 مرتفع: 26-33	16,5	البند السلوكي: من البند 41 الى غاية البند رقم 51
منخفض: [51- 85] متوسط: [85 - 119] مرتفع: [119- 153]	76,5	المقياس ككل

4.1.4 الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتحقق من مدى صدق و ثبات المقياس تم تطبيق المقياس على عينة من المراهقين المتمدرسين قدر عددهم ب: 304 تلميذ وتلميذة من المرحلة المتوسطة والثانوية حيث تراوحت أعمارهم ما بين 11 الى 19 سنة. حيث قامت الباحثة باستخراج الصدق الظاهري وذلك بعرضه على مجموعة من المحكمين لتقدير صدق المضمون، وقد بلغ عدد المحكمين حوالي (07) أساتذة من قسم علم النفس.

كما قامت الطالبة بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل ارتباط درجة العبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه والتي كانت تتراوح بين (0.73- 0.93) وهي دالة عند مستوى 0.01.

5.1.4 الثبات: قامت الطالبة بن صالح هداية بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد تم تصنيف الاختبار الى عبارات فردية وزوجية، حيث حصلت الطالبة على معامل ارتباط قدر ب (0.87)، و بتطبيق معادلة سييرمان- براون لتعديل ثبات الاختبار بلغ معامل الارتباط (0.93)، وهذا معامل ثبات عال و مقبول.

2-4 مقياس دافعية التعلم:

اعتمدنا على هذا المقياس الذي تم تكييفه من طرف توهامي شهرزاد بإشراف الدكتور مكناسي محمد، والذي يعتبر من الادوات المهمة لقياس دافعية التلاميذ المراهقين، وضع هذا المقياس من طرف يوسف قطامي أستاذ علم النفس بالجامعة الاردنية سنة 1989 اعتمادا على مقياس الدافعية للتعليم المدرسي لكل من " كوزكي " ومقياس " ورسال "لدافعية التعلم و يحتوي على 30 بند. وهي موزعة على الأبعاد التالية: الحماس، الجماعة، الاهتمام بالنشاط المدرسي و الامتثال.

1.2.4 كيفية تصحيح المقياس:

استخدمت الدراسة الحالية طريقة ليكرت-الخماسية في قياس دافعية التعلم و ذلك لإحتوائه على وسائل تمكننا من قياس درجة الموافقة أو عدم الموافقة بطريقة أكثر موضوعية لكل فقرة من فقرات المقياس بوضع علامة (X) في الخانة التي يجدها التلميذ مناسبة له في أحد البدائل: أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة.

وتعطى لكل الاستجابات قيما عددية ونحصل على الدرجات بجمع استجابات التلميذ على عبارات المقياس و يعبر المجموع عن اتجاه التلميذ نحو الدافعية للتعلم، وقد قسم المقياس إلى بنود إيجابية وأخرى سلبية.

جدول رقم (06) يوضح أرقام البنود الايجابية و البنود السلبية لمقياس دافعية التعلم.

المجموع	أرقام بنود المقياس	البنود
20	30.28.26.25.24.23.21.20.19.18.15.12.11.8.7.6.5.4.3.1	البنود الإيجابية
10	29.27.22.17.16.14.13.10.9.2	البنود السلبية

الجدول يمثل البنود الإيجابية والبنود السلبية لمقياس دافعية التعلم حيث قدر عدد البنود الايجابية بـ 20 بندا، أما البنود السلبية فقد قدرت ب 10 بنود.

وقد تم وضع مقياس ليكرت الخماسي الذي تتراوح درجاته بين 5-1

البنود الايجابية أعطيت: 1-2-3-4-5

أما البنود السلبية أعطيت 5-4-3-2-1 و هي موضحة كالآتي:

جدول رقم (07) يوضح توزيع درجات بدائل مقياس ليكرت الخماسي.

البدائل	درجات البنود الإيجابية	درجات البنود السلبية
أوافق بشدة	5	1
أوافق	4	2
محايد	3	3
لا أوافق	2	4
لا أوافق بشدة	1	5

وبالنسبة للدرجات النهائية التي يمكن الحصول عليها بالنسبة لمقياس دافعية التعلم كالتالي:

الدرجة العليا: وهي محصلة ضرب أعلى درجة للبند الإيجابي في عدد بنود الايجابية زائد ضرب أدنى درجة

$$\text{للبند السلبي في عدد البنود السلبية: } 5 \times 20 + 1 \times 10 = 110$$

الدرجة الدنيا: وهي محصلة ضرب أعلى درجة للبند السلبي في عدد البنود السلبية زائد ضرب أدنى درجة

$$\text{في عدد البنود الايجابية: } 1 \times 20 + 5 \times 10 = 70$$

الدرجة الوسطى (الحياد): وهي محصلة ضرب الدرجة الوسطى في عدد بنود المقياس الكلي: $30 \times 3 = 90$

جدول رقم (08) يوضح تفسير درجات مقياس دافعية التعلم.

الدرجات	تفسيرها
[78-70]	أكثر سلبية
[86-78]	سلبية
[94-86]	حيادية
[102-94]	إيجابية
[110-102]	أكثر إيجابية

2.2.4 الخصائص السيكومترية:

1.2.2.4. الثبات (ألفا كروم باخ):

لحساب ثبات مقياس دافعية التعلم طبق المقياس على نفس العينة الاستطلاعية السابقة، وباستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وفيه تم تفرغ البيانات مما سمح بحساب ألفا كروم باخ α حيث كانت قيمة الثبات تقدر ب 0.88، وتشير النتيجة إلى درجة عالية من الثبات.

التجزئة النصفية: من خلال تقسيم عبارات المقياس إلى جزأين جزء فردي وجزء زوجي من خلال تطبيق برنامج spss، ثم التوصل إلى قيمة ثبات تقدر ب:

$$r = 0.91 \text{ معامل الارتباط سييرمان - براون}$$

$$\text{معامل جتمان} = 0.90$$

2.2.2.4. الصدق:

الصدق الذاتي: تم التوصل إلى قيمة الصدق الذاتي تساوي: الصدق الذاتي = الثبات

ويساوي $0.93 = 0.88$ بالنسبة لمقياس دافعية التعلم، أي أنه ذا صدق عال ويؤكد هذا على صدق المقياس.

ونستخلص مما سبق مايلي:

جدول رقم(09) يوضح الخصائص السيكومترية لمقياس دافعية التعلم

الخصائص السيكومترية	ألفا كروم باخ	الصدق الذاتي	التجزئة النصفية	جتمان
مقياس دافعية التعلم	0.88	0.93	0.91	0.90

5. الأساليب الإحصائية المستخدمة:

إن تحليل البيانات من أهم خطوات تصميم الدراسة، وهنا يمكن الاعتماد على أهم الأساليب المتبعة في معالجة البيانات، ولقد اعتمدنا في دراستنا على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (spss)، نسخة رقم 20 والأساليب التي تم استخدامها:

1.5. المتوسط الحسابي: هو حاصل قسمة مجموع الدرجات على عددها، استخدم لمعرفة مستوى الضغط النفسي وكذلك دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا.

2.5. الانحراف المعياري: هو تقدير مستقر لدرجة التشتت.

3.5 معامل الارتباط (بيرسون): تعتمد هذه الطريقة في حسابها لمعامل الارتباط على الدرجات الخام المباشرة. (كماش،2016، ص ص 357 - 366)، وتم استخدامه لقياس العلاقة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم.

4.5 اختبار (ت) لدلالة الفروق: يستخدم اختبار (ت) لإيجاد الفروق بين متغيرات الدراسة.(عطوي،2015،ص379)، وقد استخدم في هذه الدراسة لحساب الفروق بين الجنسين.

خلاصة الفصل:

بعد الانتهاء من هذا الفصل الذي تناولنا فيه المنهج المتبع ومجتمع الدراسة، كذلك حدود الدراسة وعينة الدراسة وخصائصها، وكذا أدوات الدراسة والأساليب الإحصائية، وسيتم في الفصل الموالي عرض النتائج المتحصل عليها بعد تطبيق المقياسين المستخدمين في الدراسة وتفسيرها ومناقشتها على ضوء ما تقدم في فصول الدراسة.

الفصل الرابع:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد:

بعد أن تناولنا في الفصل السابق الخطوات المنهجية التي اتبعناها في الدراسة، سنقوم من خلال هذا الفصل بعرض نتائج المعالجة الإحصائية، انطلاقاً من عرض النتائج المتعلقة بمقياس الضغط النفسي ودافعية التعلم، والتعليق عليها تبعاً لفرضيات الدراسة، وبعدها مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات وما توصلت له الدراسات السابقة بهدف الإجابة على التساؤلات المطروحة في الإشكالية والخروج باستنتاج عام حول متغيرات الدراسة.

1. عرض نتائج الدراسة:

1.1 عرض نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على أنه: توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا

وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية التي تحصل عليها أفراد العينة على مقياس الضغط النفسي والدرجة الكلية التي تحصل عليها أفراد العينة على مقياس دافعية التعلم، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (10) يبين قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الضغط النفسي ودرجات دافعية التعلم.

المتغيرات	العينة	قيمة r	قيمة الدلالة الإحصائية	الدلالة
<ul style="list-style-type: none"> • الضغط النفسي • دافعية التعلم 	80	-0.182	0.107	غيردالة

غيردال عند مستوى 0.05

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة معامل الارتباط بلغت $r = -0.182$ عند مستوى الدلالة (0.107) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة المعتمدة في دراستنا (0.05)، ومنه معامل الارتباط غير دال إحصائياً وهذا يعني أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، ومنه الفرضية غير محققة.

2.1 عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

نصت الفرضية الجزئية الأولى على: يعاني المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا من مستوى مرتفع للضغط النفسي.

جدول رقم (11) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى لمستوى الضغط النفسي

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أدنى قيمة	أعلى قيمة
الضغط النفسي	80	104.63	15.44	59	129

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) الخاص بنتائج الضغط النفسي، أن المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة قدر ب (104.63)، أما فيما يخص الانحراف المعياري فقد قدرت درجته ب (15.44)، وبالرجوع الى تفسير درجات المقياس المعتمد في الدراسة فإن المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا يعاني من مستوى ضغط نفسي متوسط. وبالتالي فإن الفرضية غير محققة.

جدول رقم (12) يوضح النتائج الخاصة بأبعاد الضغط النفسي

الأبعاد	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أدنى قيمة	أعلى قيمة
البعد الفيسيولوجي	80	18.67	4.17	09	27
البعد المعرفي	80	18.36	4.02	09	26
البعد الانفعالي	80	46.75	6.47	28	59
البعد السلوكي	80	20.85	4.50	11	28

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن هناك تفاوت أو تباين في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل بعد من أبعاد الضغط النفسي حيث كان في المرتبة الأولى البعد الإنفعالي وذلك بمتوسط قدر ب (46.75) وانحراف معياري (6.47)، ثم في المرتبة الثانية البعد السلوكي بمتوسط حسابي بلغ (20.85) وانحراف معياري (4.50)، أما في المرتبة الثالثة البعد الفيسيولوجي بمتوسط (18.67) وانحراف معياري (4.17)، ثم يليه في المرتبة الرابعة البعد المعرفي بمتوسط حسابي (18.36) وانحراف معياري (4.02)، وقد كانت الأبعاد الثلاثة الاخيرة متقاربة جدا حيث كان الفرق طفيف، أما البعد الإنفعالي فقد كان الفرق واضح بينه وبين الأبعاد الثلاثة.

3.1 عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية الجزئية الثانية على: يتمتع المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا بمستوى مرتفع من دافعية التعلم.

جدول رقم (13) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية لمستوى دافعية التعلم.

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أدنى قيمة	أعلى قيمة
دافعية التعلم	80	94.62	6.83	79	113

نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) الخاص بنتائج مقياس دافعية التعلم أن المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة قدر ب (94.62)، أما فيما يخص الانحراف المعياري فقد قدر ب (6.83). وبالرجوع إلى تفسير درجات المقياس المعتمد عليه في دراستنا فإن متوسط إستجابات المراهقين المتمدرسين المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا يتجهون نحو الإيجابية بمعنى أنهم يتمتعون بمستوى دافعية مرتفعة وبالتالي الفرضية محققة.

4.1 عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت الفرضية الجزئية الثالثة على: توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

ولاختبار هذه الفرضية تم حساب دلالة الفروق بين المتوسطين (ذكور، إناث) باستخدام الإختبار (ت) وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (14) يوضح دلالة الفروق بين الجنسين في مستوى الضغط النفسي.

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
ذكور	29	104.34	17.39	78	-0.127	0.899
إناث	51	104.80	14.40			

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أن قيمة (ت) المحسوبة قدرت ب (-0.127) عند مستوى الدلالة (0.899) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة المعتمد في دراستنا (0.05) وبالتالي فهي غير دالة إحصائية، أي لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس، إذن الفرضية غير محققة.

5.1 عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

نصت الفرضية على: توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

ولاختبار هذه الفرضية تم حساب دلالة الفروق بين المتوسطين (ذكور، إناث) باستخدام الإختبار (ت) وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (15) يوضح دلالة الفروق بين الجنسين في مستوى دافعية التعلم

مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	الجنس	
0.547	0.605	78	7.23	95.24	29	ذكور	دافعية التعلم
			6.65	94.27	51	إناث	

يتضح من خلال الجدول رقم (15) أن (ت) المحسوبة المقدرة (0.605) عند مستوى الدلالة (0.547) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة المعتمد في دراستنا (0.05)، ومنه فهي غير دالة إحصائية، أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس، إذن الفرضية غير محققة.

2. مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات والتراث النظري:

1.2 مناقشة نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على: توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا. وهذه الفرضية غير محققة وهذا من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (11) حيث تبين عدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا. وهذا يعني أن الضغط النفسي حسب نتائج هذه الدراسة لا يساهم في استثارة دافعية تعلم المراهق المتمدرس.

وتشير هذه النتيجة إلى أن الضغط النفسي ليس له علاقة بدافعية تعلم المراهق المتدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، فبالرغم من التأثيرات السلبية أو الإيجابية للضغوط على المراهق إلا أنه هناك من يغير ويستثمر في درجة الضغوط النفسية في سبيل التوافق مع البيئة بشكل ايجابي.

أي أنه ليس بالضرورة كلما زاد الضغط النفسي لدى التلاميذ انخفضت معه دافعتهم للتعلم، يمكننا أن نشير إلى أن الضغط النفسي ليس من الضروري أن يؤثر في دافعية التعلم، فقد يرجع ذلك في رغبة التلميذ في حد ذاته أو قد يكون السبب وراء الضغوط النفسية تحصيل حاصل عن الظروف الخارجية أي العوامل المحيطة بالتلميذ منها المعاملة الوالدية، أي نوع العلاقة التي تربط التلميذ بأسرته أو التفكير في المستقبل ومرحلة المراهقة واستقلالية التلميذ...إلخ.

بالإضافة إلى هذا يمكن كذلك تفسير عدم وجود هذه العلاقة لعدة أسباب يتعرض لها المتعلم أثناء دراسته خاصة وأنه في مرحلة المراهقة التي تقابلها مرحلة التعليم الثانوي، حيث تعتبر الامتحانات خاصة في الطور الأخير من الهموم الثقيلة التي تشغل بال كثير من أفراد المجتمع خاصة الطلاب أنفسهم وأولياءهم في نهاية كل عام، خوفا من الرسوب أولا ثم خوفا من عدم الحصول على الدرجات التي يرغبون فيها، إضافة إلى المناهج الدراسية التي تكتسي أهمية كبرى فهي نظريا عبارة عن مخططات دقيقة وكاملة لمسارات دراسية محددة ومن ثم فهي الإطار النظري الذي يعتمد عليه المعلم لقبول المتعلم.

فالتلميذ المراهق قد لا يحتاج أحيانا إلى القلق والتوتر من اجل استثارة دافعيته للوصول نحو النجاح، بل يحتاج إلى مجموعة من العوامل التي تساعد على تحقيق مستوى أفضل في تحصيله الأكاديمي خاصة مع الوضع الراهن الذي يمر به العالم جراء تفشي فيروس كورونا وتغيير المنظومة التربوية للبرامج والمواقيت الدراسية التي لها أثر كبير في زيادة ضغطه النفسي.

كما يعيش تلميذ السنة الثالثة ثانوي في بيئة مدرسية تعج بكثير من الخصوصيات التي لا نجدها في السنوات السابقة، فهو مقبل على امتحان مصيري في نهاية السنة الدراسية، وعليه فالبيئة المدرسية لها دور كبير وما تحويه من تأثير كبير في وجود ضغوط نفسية.

ويدعم هذا التراث النظري حيث تعتبر المدرسة البيئة الثانية بعد الأسرة التي يلتحق بها الطفل وتتكفل برعايته وفق ضوابط ومعايير المجتمع، فتعمل على تلقينه المعارف وإكسابه المهارات وتدريبه على أنواع مختلفة من السلوك، وتنشئ فيه اتجاهات وقيم جديدة، وتؤهله للتكيف مع البيئة الاجتماعية وازداد دور وأهمية المدرسة في عصرنا الحالي لما لها من دور حيوي في تكوين الشخصية في حياته المدرسية وفي حياته العامة.

2.2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

نصت الفرضية الجزئية الأولى على: يعاني المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا من مستوى مرتفع للضغط النفسي.

نلاحظ من خلال الجدول (12) أن متوسط استجابات أفراد عينة الدراسة على متغير الضغط النفسي قد قدر ب (104.63) أما الانحراف المعياري فقد قدر ب (15.44)، وحسب مفتاح التصحيح الخاص بدرجات المقياس المعتمد عليه في دراستنا تبين أن المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا يعاني من مستوى متوسط من الضغط النفسي، وبالتالي الفرضية غير محققة.

يتضح من النتائج المتحصل عليها أن الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا والمعبر عنها بقيم المتوسطات الحسابية كانت متقاربة تميل إلى المتوسط، وبهذا يكون مستوى الضغط لدى المراهقين المتمدرسين المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا متوسط. فحسب إجابات عينة الدراسة هناك تفاوت في درجة الضغوط من بعد لآخر، وهذا ما دلت عليه نتائج الأبعاد العبادية لقائمة الضغط النفسي، والتي صنفت جميعها ضمن مستوى ضغط نفسي متوسط رغم تفاوت الدرجات بين كل بعد وآخر، حيث مثلت درجة متوسط البعد الإنفعالي أعلى قيمة للمتوسطات وقدرت ب (46.75) وصنفت ضمن مستوى ضغط نفسي متوسط مما يعني أن التلميذ لا يعاني من ظهور أعراض شديدة والتي تم تناول بعضها في الجانب النظري للدراسة مثل الاكتئاب، الشعور بالعجز والضياع، القلق وحدة الطبع، عدم القدرة على الاسترخاء... إلخ، أما عن أدنى قيمة للمتوسطات فيمثلها بعدين هما: البعد الفيسيولوجي، والبعد المعرفي

فقد قدرت درجة متوسط البعد الفيزيولوجي (18.67) وهو ما يقابله الإضطرابات الصحية الجسمية والتي تظهر لدى الفرد عند زيادة الضغط مثل اضطرابات النمو، اضطرابات الأكل، ومشكلات أخرى مثل الإغماء، الارتعاش، ضيق التنفس، والتي تم التعرض لها في الجانب النظري، أما البعد المعرفي فقدرت درجة المتوسط ب (18.36)، أي عدم وجود أعراض معرفية تتسبب في مشاكل جدية خطيرة ومن هذه الأعراض ما تطرقنا إليه في الجانب النظري مثل: الإنتباه لفترات قصيرة، صعوبة التذكر والنسيان، عدم القدرة على حل المشكلات وغيرها. وأخيرا البعد السلوكي الذي يعد القيمة المتوسطة من بين جميع القيم السابقة الذكر، حيث قدرت درجة المتوسط ب (20.85) أي أنه لا يلاحظ تغير كبير في سلوك التلميذ المقبل على شهادة البكالوريا كالغياب المتكرر من المدرسة والتهرب من المسؤولية وهذا ما جاء في الإطار

النظري وكذلك أفاد بأنه للتخلص من الضغط الذي يشعر به الفرد فإنه يقوم ببعض السلوكيات مثل: قضم الأظافر وهز الركبة والتدخين.

وحول النتيجة المتوصل إليها فإن اختلاف نوع الضغط ومصدره له تأثير مباشر على انخفاض أو ارتفاع مستوى الضغط بالنسبة للمراهقين المتمدرسين المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا إضافة إلى ظروف كل شخص منهم واستراتيجيات تعاملهم مع المواقف الضاغطة ومكونات الشخصية التي تؤثر في استجابة كل منهم.

3.2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية الجزئية الثانية على: يتمتع المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا بمستوى مرتفع من دافعية التعلم.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن متوسط استجابات عينة الدراسة قدر ب (94.62)، أما فيما يخص الانحراف المعياري فقد بلغ (6.83)، وبالرجوع إلى درجات المقياس المعتمد عليه في دراستنا فإن متوسط استجابات المراهقين المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا يتجهون نحو الإيجابية أي أنهم يتمتعون بمستوى دافعية تعلم مرتفعة، إذن الفرضية محققة.

ويعود هذا إلى مجموعة من العوامل التي تلعب هي الأخرى دورا فعالا في زيادة دافعيته للتعلم، فالحافز والميول والحاجات تسهم في زيادة الجهد وقدرته على معالجة المعلومات التي تنعكس على أدائه في المواقف الدراسية مما قد يؤدي إلى رفع مستوى تحصيله.

وهذا ما أكدت عليه العبارة رقم (05) في مقياس الدافعية باعتبارها بند إيجابي (أتمتع بالأفكار الجديدة التي أتعلمها) حيث كانت النسبة المئوية لاستجابات أفراد العينة بموافق (37.5) وهذا يدل أن تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في تفاعل دائم مع كل ما هو جديد.

وتشير العبارة رقم (28) من المقياس (تعاوني مع زملائي في حل واجبي المدرسية يعود علي بالمنفعة) بنسبة (35) وهذا يدل على أن التلاميذ يمتلكون دافعية مرتفعة حيث يسعى كل متعلم للمثابرة والوصول إلى النجاح، كما أنه في اتصال مع زملائه ما قد يولد لديه شعور بالمودة واحترام بعضهم البعض.

وما جاء في التراث النظري يؤكد على هذا حيث أن العلاقات التي تربط التلميذ بمدرسيه أو بمدرسته أو أصدقائه هي الأخرى لها دورا في زيادة دافعيته للتعلم حيث أن "قدرة المعلمين ومهاراتهم في توضيح الدروس

وفي إعطاء شهادات التقدير والامتياز وتعامل المعلمين مع الطلبة باحترام وتوفير المعلمين فرصا للطلبة من أجل المشاركة في إدارة الحصص والتعبير عن الآراء وكثرة الامتحانات التي يطلبها المعلمون و تنوع الوسائل التعليمية التي يستخدمها، وتشجيع أساليب البحث العلمي في المدرسة وتشجيع الابداع من قبل المعلمين، وربط المعلمين بالخبرات السابقة، فقد أثبتت دراسات كل من "ميوس" 1979 و"ميلاني كلاين" 1989 أن العلاقة الايجابية بين الاستاذ والتلميذ ترفع من مستوى دافعية التعلم في مراحل مبكرة".

كما أشارت نظرية العزم الذاتي التي ساهمت في دراسة مفهوم الدافعية بصفة عامة والدافعية للتعلم بصفة خاصة عند التلاميذ المراهقين والتي تهدف الى تنمية الرغبة والإرادة في التعلم عند التلاميذ وذلك بجعل عملية التعلم عملية ذات قيمة في عيون التلاميذ بإعطاء كل تلميذ الفرصة ليثبت ذاته ويزيد من ثقته بها.

وهذا ما أشارت إليه العبارة رقم (23) التي كانت نسبتها (47) والتي تنص على (لدي رغبة قوية للاستفسار عن المواضيع المتعلقة بالدراسة) وهذا يدل كذلك على وجود رغبة ملحّة في أداء مختلف النشاطات التعليمية من أجل الوصول إلى الأهداف المراد تحقيقها.

كما أن المتعلم يتعلم بطريقة أفضل عندما تستثير دوافعه الداخلية نشاطه التعليمي عن طريق ملائمة النشاطات التعليمية التي نظمتها للطلبة لمستويات نموهم وإتاحة فرص كافية للنجاح أمام كل منهم. كما أن توفير فرص الإمتاع للنشاطات التعليمية دون انتقاص من قيمتها العلمية. وعليه فالمتعلم بحاجة للوثوق في قدراته وإمكاناته ومهاراته من أجل القيام بمختلف النشاطات المدرسية.

كما يمكن القول أن ارتفاع دافعية التلاميذ للتعلم تتجسد من خلال المشاركة الدائمة في القسم والحرص على انجاز الواجبات المنزلية في وقتها واللجوء الى الدروس الإضافية، وكذلك نضيف أن خوف التلاميذ من الفشل والرسوب وخصوصا أنهم مقبلين على اجتياز إمتحان مصيري باعتبارها بوابة المستقبل فإن مستوى الدافعية لديهم يكون في أعلى درجاته.

4.2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت الفرضية الجزئية الثالثة على: توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) حول دلالة الفروق بين الجنسين في مستوى الضغط النفسي، أن المتوسط الحسابي للذكور قدر ب (104.34) ومتوسط الإناث قدر ب (104.80)، وأن (ت) المحسوبة

المقدرة ب (-0.127) عند مستوى الدلالة (0.899) وهي قيمة غير دالة عند مستوى الدلالة المعتمد عليه في دراستنا (0.05)، ما يفسر عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس (ذكور، إناث). إذن الفرضية غير محققة.

أشارت النتائج إلى أن تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لا يختلفون في مستوى الضغط النفسي باختلاف جنسهم، حيث كانت المتوسطات الحسابية متقاربة إلى حد كبير، ويعود السبب إلى كونهم في نفس المرحلة الدراسية والمرحلة العمرية بغض النظر عن جنسهم ذكورا أو إناثا، فهم يتعرضون لضغوطات واحدة، وتعترضهم مواقف و وضعيات بنفس الصعوبة، وكذلك يعيشون مجموعة أحداث تسبب لهم القلق والخوف من شهادة البكالوريا التي يعتبرونها امتحان مصيري، ذلك أنهم يتعرضون لضغوط من مختلف المصادر فمنها الأسرية والإجتماعية، ويلتزمون بالعادات والتقاليد الاجتماعية كأى فرد من المجتمع.

اي أنه لا يوجد فروق جوهرية في الضغوط النفسية بين الإناث والذكور، لأنهم تحت نفس الظروف ويواجهون ذات الصعوبات والمشاكل، فجميع التلاميذ من إناث وذكور يتواجدون داخل بيئة مدرسية واحدة، يطبقون القوانين الخاصة بالنظام الداخلي للمؤسسة التربوية ويتعرضون لنفس العقوبات عند مخالفتها، وتكون هناك مراقبة مفروضة من طرف المدرسين والإدارة خلال ساعات الدوام المدرسي، أما المناهج والبرامج الدراسية تكون نفسها على مستوى جميع المؤسسات التربوية ما يعني أن كل التلاميذ يحضرون نفس المقرر الدراسي خلال السنة النهائية.

5.2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

نصت الفرضية الجزئية الرابعة على: توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

تبين من خلال الجدول رقم (15) حول دلالة الفروق بين الجنسين في مستوى دافعية التعلم أن المتوسط الحسابي للذكور قدر ب (95.24) أما متوسط الإناث قدر ب (94.27)، وأن (ت) المحسوبة المقدرة ب (0.605) عند مستوى الدلالة (0.547) وهي قيمة غير دالة عند مستوى الدلالة المعتمد عليه في الدراسة الحالية (0.05)، ما يفسر عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية تعلم المراهق المتدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس (ذكور، إناث). ومنه الفرضية غير محققة.

ويمكن إرجاع هاته النتيجة الى رغبة كلا الجنسين الجامعة في التفوق والحصول على شهادة البكالوريا، الأمر الذي يدفعهم الى امتلاك مستويات عالية من الدافعية، فالإصرار والرغبة التي يمتلكها كلا الجنسين في نيل هذه الشهادة والانتقال الى الجامعة واختيار التخصص الذي يضمن تحقيق مهنة المستقبل، يجعلهما أمام التحدي للتفوق والنجاح.

وبالرجوع للتراث النظري فإنه من بين العوامل التي قد تؤدي إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في دافعية التعلم نجد أن العوامل الأسرية والمحيط الاجتماعي له دورا هاما في تحفيز التلاميذ والإقبال على التعلم، وتتمثل هاته العوامل في العناية التي توليها الأسرة لأبنائها من خلال متابعة تعلمهم وتشجيعهم ومساعدتهم على تحسين مستواهم، فاهتمام الأولياء يلعب دورا مهما في النتائج التحصيلية للأبناء، والدافعية تتوقف على مدى اهتمام الأولياء، فرغبة التلميذ في ارضاء والديه قد تكون أحد العوامل المهمة في زيادة الدافعية للتعلم، كما أن العلاقات الودية بين التلميذ وإخوته والمحيط الاجتماعي الذي يعيشه بين أفراد أسرته يسهم في زيادة الدافعية أو تثبيطها، فإذا كان المحيط يهتم بالعلم ويقدر الأفراد المتعلمين فهذا يحفز التلاميذ على الدراسة.

بالإضافة إلى ذلك توجد مجموعة من العوامل الشخصية ذات الطبيعة النفسية، الاجتماعية والعقلية الجسمية التي تؤثر في الدافعية للتعلم وارتفاع أو تدني مستوى التحصيل الدراسي، حيث تظهر في رغبة التلميذ في التفوق وشعوره بالنجاح وقدرته على فهم الدروس ومتابعة كل الأنشطة المدرسية، فالحصول على الحوافز وعبارات المدح والتقدير يسهم في تحفيز التلاميذ ويزيد من مستوى طموحهم.

كما قد توفر البيئة المدرسية جو تعليمي يسوده الحب والأمان والمساواة بينهم وتقديم الحوافز المادية مثل: الحوافز المعنوية كالمدح والثناء والعلاقات الجيدة داخل غرفة الصف بين الجنسين فترتفع لديهم الدافعية وبالتالي تزيد الثقة في قدراتهم على التحصيل والنجاح في الحياة الدراسية.

3. مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الدراسات السابقة:

أثبتت الدراسة الراهنة من خلال النتائج التي تم التوصل إليها أن أفراد عينة الدراسة والمتمثلين في المراهقين المتمدرسين المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لديهم.

وتتفق هذ النتائج مع بعض ما توصلت إليه الدراسات التي تم ذكرها سابقا.

كدراسة (خويلد أسماء وآخرون، 2017) بعنوان الضغط النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

وأول ما لفت انتباهنا هو أن الدراسة تتشابه إلى حد كبير مع الدراسة الحالية في كونها خصصت لفئة من التلاميذ المتمدرسين بالثانوية (المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا)، وأيضا كون الموضوع متعلق بالضغط النفسي ودافعية التعلم لهذه الفئة.

إلا أنه اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراستنا والتي توصلت إلى وجود علاقة عكسية سالبة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم.

والنتائج التي توصلت إليها (بن صالح هداية، 2015) اختلفت كذلك مع دراستنا حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغط النفسي والتوافق الدراسي.

كما اختلفت نتائج دراستنا مع دراسة (لخضر شيبية، 2015) ومن نتائجها وجود فروق دالة إحصائياً في الدافعية للتعلم بين الجنسين من تلاميذ السنة الثانية ثانوي

واختلفت نتائج دراسة (ملاك نسيم، 2018) مع دراستنا والتي كانت وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الضغط النفسي حيث تميل الإناث إلى الحصول على درجات مرتفعة في الضغط النفسي مقارنة بالذكور.

أما دراسة (بلحاج فروجة، 2011)، و(بن يوسف أمال، 2008)، فقد اختلفت نتائجها مع دراستنا.

كما اتفقت دراستنا مع دراسة (سيد نوال، 2009) والتي كانت نتائجها لا توجد فروق بين الجنسين في الضغط النفسي.

واتفقت دراسة (عمر حجاج، 2019) مع دراستنا حيث كان من نتائجها أن مستوى الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية قرمة بوجمعة مرتفع.

4. إستنتاج عام:

اعتمدنا في الدراسة الحالية على الجانب النظري الذي تعرضنا من خلاله إلى متغيرات الدراسة المتمثلة في الضغط النفسي ودافعية التعلم، وتوصلنا من خلال نتائج المعالجة الإحصائية إلى عدم وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم عند المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا حيث أن معامل الارتباط يساوي $r=-0.182$ عند مستوى الدلالة (0.107) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة المعتمد في دراستنا الحالية (0.05).

أما بالنسبة للفرضية الجزئية الأولى التي مفادها يوجد لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا مستوى ضغط نفسي مرتفع فهي غير محققة حيث بلغ متوسط الاستجابات (104.63) ما يفسر أنه لديه مستوى ضغط نفسي متوسط حسب تفسير درجات المقياس المعتمد عليه في الدراسة الحالية.

كما أظهرت نتائج الدراسة أن الفرضية الجزئية الثانية التي تنص على أنه يتمتع المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا من مستوى دافعية تعلم مرتفعة، فهي محققة حيث بلغ متوسط الاستجابات (94.62) ما يفسر حدوث التعلم من خلال الدافعية التي تؤدي به لتحقيق أهدافه المسطرة.

وأما بالنسبة للفرضية الجزئية الثالثة التي تقر على أنه توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي عند المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس فهي غير محققة ما يفسر هذه النتائج أنهم في نفس مرحلة المراهقة والتي تقابلها المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، وبالتالي يعانون من ضغط نفسي بمستويات متقاربة جدا.

وفي الاخير توصلنا من خلال دراستنا أن الفرضية الجزئية الرابعة بينت أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية تعلم المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس، وما يفسر هذه النتائج هو الرغبة في التفوق بين كلا الجنسين.



خاتمة

خاتمة

يعتبر موضوع الضغط النفسي من أبرز المواضيع أهمية في علم النفس وعلم التربية خاصة إذا ربطناها بالدافعية للتعلم، فقد عالجت هذه الدراسة موضوع من مواضيع الساعة التي يعاني منها المراهق المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، باعتبار هذه الشريحة من أكثر الفئات استهدافا للضغوط، مما يجعلهم أكثر عرضة للوقوع في الضغوطات النفسية سواء كانت ناجمة عن صراعات داخلية أو خارجية. وقد اثبتت العديد من الدراسات في هذا المجال وجود علاقة إرتباطية موجبة غالبا بين الضغط النفسي ودافعية التعلم.

أما ما توصلنا إليه من خلال دراستنا أنه لا توجد علاقة إرتباطية بين الضغط النفسي ودافعية تعلم المراهق المتمدرس المقبل على إجتياز شهادة البكالوريا، كما توصلت الدراسة إلى أن المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا يعاني من مستوى ضغط نفسي متوسط، ويوجد مستوى دافعية تعلم مرتفعة لدى المراهق المقبل على إجتياز شهادة البكالوريا.

كما توصلنا إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على إجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس.

وما يمكن استخلاصه أن الضغط النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا هو موضوع واسع وكبير نأمل أن تجرى حوله مجموعة من الدراسات والأبحاث بهدف التخفيف من حدة الضغط النفسي وزيادة دافعية التعلم.

الاقتراحات والتوصيات:

إنطلاقاً مما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج نقترح بعض التوصيات وهي كالآتي:

- العمل على إعداد برامج تدريبية وإرشادية بالمؤسسات التعليمية لمعرفة أنواع وشدة الضغوط التي يعاني منها المراهق المتمدرس، وكذا لتعريفهم ببعض الأساليب والطرق التي قد تساعدهم على مواجهة الضغوط النفسية المتنوعة والعمل على خفضها.
- ضرورة الاهتمام بالحالة النفسية للتلميذ أو المراهق المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا.
- مساندة ودعم الأسرة لأبنائها لتخطي الظروف الصعبة التي يواجهونها وتنمية شخصية المراهق.
- وضع برامج لتنمية مهارات التعلم والاستذكار لدى المراهق المتمدرس.
- إتاحة الفرصة للتلاميذ للتعبير عن رغباتهم وما يجول في خاطرهم والعمل معهم على تصحيح الأخطاء بطريقة تكفل لهم عدم الوقوع في الأخطاء.
- الأخذ بعين الإعتبار خصائص المرحلة العمرية التي يكون فيها المتعلم وفهم الأمور التي تحدث معه والتعامل معه بطريقة تسمح بإحتوائه.
- العمل على تعليم وتدريب التلاميذ على استعمال و توظيف الاستراتيجيات.
- إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول الضغط النفسي ودافعية التعلم من زوايا لم يتم تناولها، وكذلك دراسة مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ المراحل الابتدائية والمتوسطة.



قائمة المراجع

والمصادر

قائمة المراجع والمصادر:

1. أبو رياش وآخرون، حسين. (2006). الدافعية والذكاء العاطفي. ط1. الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
2. براهيمية، عبد الحكيم. (2014). علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بدافعية التعلم عند المراهقين المتدربين في المرحلة الثانوية. مذكرة لنيل شهادة الماستر. علم النفس الاجتماعي. جامعة قلمة. قلمة.
3. بلحاج، فروجة. (2011). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتدرب في التعليم الثانوي. مذكرة لنيل شهادة الماجستير. علم النفس المدرسي. جامعة مولود معمري. تيزي وزو.
4. بن صالح، هداية. (2015). الضغط النفسي وتأثيره على التوافق الدراسي لدى المراهق المتدرب. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي. العدد 11. (<http://ww.univ-eloued.dz>)
5. بن صالح، هداية. (2016). فعالية برنامج علاجي معرفي سلوكي في خفض حدة الضغوط النفسية لدى المراهق المتدرب. أطروحة لنيل شهادة دكتوراة. تقنيات وتطبيقات العلاج النفسي. جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان. الجزائر.
6. بن نيهان العامرية، منى. (2014). أبعاد مفهوم الذات لدى العاملات وغير العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الأسري بمحافظة الداخلية، رسالة ماجستير تخصص إرشاد نفسي، جامعة نزوى، عمان.
7. بن يوسف، أمال. (2008). العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم وأثرهما على التحصيل الدراسي. مذكرة لنيل شهادة الماجستير. علم التربية. جامعة الجزائر. الجزائر.
8. بني يونس، محمد محمود. (2007). سيكولوجيا الدافعية والانفعالات. ط1. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
9. بورصاص، فاطمة الزهراء، (2021)، مدى تأثير الفروق الفردية بين التلاميذ على المعلم في استعمال أسلوب الثواب والعقاب، دكتوراه في علم النفس التربوي، جامعة قسنطينة 2.
10. بوطاس، هدى و كحلي، سحبية. (2016)، الضغوط النفسية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لدى طلاب البكالوريا، مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم الاجتماع، جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل، الجزائر.

11. بوعزيز حسين، بلعربي عدة، (2015)، دراسة العلاقة بين الضغط النفسي والقلق لدى تلاميذ البكالوريا الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية، بحث مقدم لنيل متطلبات شهادة الماستر في علم الحركة وحركية الانسان، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.
12. بومجان، نادية.(2016)، بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الضغط النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة، أطروحة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس، تخصص علم النفس إرشاد و توجيه، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
13. الترتوري، محمدعوض.(2006). أساسيات علم النفس التربوي النظرية والتطبيق. عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.
14. توهامي، شهر زاد.(2018). التوافق الدراسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي. مذكرة لنيل شهادة ماستر. علم النفس الاجتماعي. جامعة قلمة. قلمة.
15. جديدي، عفيفة.(2014). الدافعية: أهميتها و دورها في عملية التعلم، مجلة معارف علمية محكمة. جامعة البويرة. العدد 17. (<http://www.asjp.cerist.dz>)
16. جناد، عبد الوهاب.(2014). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بدافعية التعلم ومستوى الطموح. أطروحة لنيل شهادة دكتوراة. علم النفس المدرسي وتطبيقاته. جامعة وهران. وهران.
17. حجاج، عمر.(2019)، الضغط المدرسي وعلاقته بالدافعية للتعلم دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية بوجمعة قرمة غرداية، مجلة الواحات للبحوث والدراسات، المجلد 12، العدد 2. (<http://www.asjp.cerist.dz>)
18. حلوفة، خيرة و آخرون.(2019). الذكاء الوجداني وعلاقته بدافعية التعلم. مذكرة لنيل شهادة الماستر. إرشاد وتوجيه. جامعة الجلالي بونعامة. خميس مليانة.
19. حمايدي، مسعودة و آخرون.(2020). الفروق في دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة الأغواط، مجلة العلوم الاجتماعية. جامعة الاغواط، الجزائر. المجلد 14. العدد 02. (<http://www.asjp.cerist.dz>)
20. حمايدي، مسعودة و آخرون.(2021). الذكاء الوجداني وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة الاغواط، مجلة أنسة للبحوث والدراسات. جامعة عمار ثليجي الأغواط. الجزائر. (<http://www.asjp.cerist.dz>)
21. حمري، صارة و آخرون.(2015). علاقة الضغط النفسي بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة المدارس التحضيرية، مجلة العلوم الانسانية و الإجتماعية. جامعة وهران 2. الجزائر. العدد 20.

22. خلال ،نبيلة. (2006).سمات الشخصية و علاقتها بدافعية التعلم. مذكرة لنيل شهادة الماجستير. علم النفس العيادي. جامعة الجزائر. الجزائر.
23. خنوش ،عبد القادر.(2009). دور التدريس بالكفاءات في استثارة دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط. مذكرة لنيل شهادة الماجستير. علم النفس المدرسي. جامعة بن يوسف بن خدة. الجزائر.
24. خويلد ،أسماء و آخرون.(2017).الضغط النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.مجلة حقائق للدراسات النفسية و الاجتماعية. جامعة الجلفة.العدد 6.
- (<http://www.asjp.cerist.dz>)
25. دلال ، سامية.(2019).علاقة قلق المستقبل بالدافعية للتعلم و انعكاساتها على التوافق الدراسي. أطروحة لنيل شهادة دكتوراة. جامعة وهران 2. وهران.
26. دوابشة ،عز الدين أحمد، (2017). الضغوط النفسية و استراتيجيات مواجهتها لدى أسر الشهداء المحتجزة جثامينهم لدى سلطات الاحتلال الإسرائيلي،رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، جامعة القدس المفتوحة،فلسطين.
27. دوقة، أحمد وآخرون.(2011).سيكولوجية الدافعية للتعلم في التعليم ما قبل التدرج ،الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
28. ذوقان، عبيدات و آخرون.(2014).البحث العلمي ،مفهومه و أدواته و أساليبه.ط6. عمان: دار الفكر.
29. الرفوع ،محمد أحمد.(2015).الدافعية نماذج وتطبيقات. ط1.عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
30. ساعي صليحة، فكايري صليحة، (2018)، فعالية برنامج أوّشادي جماعي في التخفيف من الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر، ارشاد وتوجيه، جامعة جيلاني بونعامة خميس مليانة.
31. سعد الله، زينب هنده و آخرون.(2014)، علاقة الضغوط النفسية بالدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة الماستر العاملين، مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد و توجيه، جامعة الوادي، الجزائر.
32. السيد، ماجدة بهاء الدين .(2008).الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية.ط1، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
33. سيد، نوال.(2009). الضغط النفسي و تأثيره على الدافعية للإنجاز لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا. مذكرة لنيل شهادة الماجستير.علوم التربية: جامعة الجزائر.

34. سيسبان، فاطمة الزهراء. (2017).فاعلية برنامج إرشادي لتحسين الدافعية للتعلم لدى التلاميذ المعرضين للتسرب المدرسي.أطروحة لنيل شهادة دكتوراة. علم النفس.جامعة وهران 2. الجزائر.
35. الشربيني، لطفي.(د س). معجم مصطلحات الطب النفسي.مصر: مركز تعريب العلوم الصحية.
36. شيبة، لخضر.(2015).الدافعية للتعلم وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. مذكرة لنيل شهادة الماجستير. علوم التربية. جامعة مولود معمري. تيزي وزو .
37. صحراوي، أمينة وآخرون، (2016). الضغط و علاقته بدافعية الانجاز لدى الطالب الجامعي مذكرة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة 8 ماي 1945 قالمة، الجزائر.
38. طوبال، فاطمة. (2017). فعالية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض أعراض الضغط النفسي لدى عينة من المراهقين المتمدرسين بالثانوية. أطروحة لنيل شهادة دكتوراة. جامعة محمد مين دباغين. سطيف.
39. العبودي، فاتح.(2008)، الضغط النفسي و علاقته بالرضا الوظيفي مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التنظيمي و تسيير الموارد البشرية، جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر.
40. العبودي فاتح (2008) الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التعليمي وتسيير الموارد البشرية، جامعة منتوري قسنطينة.
41. عريس، نصر الدين، (2017)، استراتيجيات تكيف أطباء مصلحة الاستعجالات في وضعيات الضغط النفسي، أطروحة لنيل شهادة دكتوراه علوم تخصص علم النفس العيادي، جامعة ابي بكر بلقايد تلمسان، الجزائر.
42. عطوي، جودت عزت.(2018).أساليب البحث العلمي، مفاهيمه، أدواته، طرقه الاحصائية.ط5. عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
43. عياصرة، عبد الرحمان.(2006).القيادة والدافعية في الإدارة التربوية. ط1.عمان: دار و مكتبة الحامد.
44. عيشور سعيد، نادية. (2017).منهجية البحث العلمي. في العلوم الإجتماعية.الجزائر: مؤسسة حسين رأس الجبل للنشر و التوزيع.
45. غباري، ثائر أحمد.(2008).الدافعية النظرية و التطبيق.ط1.عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع والطباعة.
46. القني، عبد الباسط. (2020).دافعية التعلم ودافعية الانجاز مفهوم و أساسيات، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الإجتماعية. جامعة عمار ثليجي الأغواط. الجزائر. (<http://www.asjp.cerist.dz>)

47. كماش، يوسف لازم. (2016). البحث العلمي، مناهجه، أقسامه، أساليبه الاحصائية. العراق: دار دجلة.
48. المحمودي، محمد سرحان علي. (2019). مناهج البحث العلمي. ط3. الجمهورية اليمنية صنعاء: دار الكتب.
49. المشيخي، غالب محمد. (2014). أساسيات علم النفس. ط 3. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
50. مليكة، بوبكر و براحو، فوزية، (2017). التفاؤل و استراتيجيات مواجهة الأحداث الضاغطة لدى أساتذة التعليم الابتدائي، مذكرة لنيل شهادة الماستر تخصص التوجيه و الارشاد و التقويم، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر.
51. نسيمة، ملاك. (2018). الضغط النفسي وقلق الامتحان وعلاقة كل منهما بظهور السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. أطروحة لنيل شهادة دكتوراة. علوم التربية. جامعة مولود معمري. تيزي وزو.
52. الهادي سليمان محمد، محمد، السر أحمد سليمان، عثمان فضل السيد. (2021). مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى طلاب جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 05، العدد 02. (<http://www.asjp.com>)
53. والي، و داد (2015). استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين الجانحين ذكور وإناث، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي، جامعة وهران 2، الجزائر.



الملاحق

قائمة الملاحق :

ملحق رقم 01:

مقياس الضغط النفسي

الجنس :

القسم:

السن :

فيمايلي مجموعة من العبارات تتعلق بالضغوط النفسية التي تعاني منها، أرجو منك قراءة كل عبارة، والاجابة عليها بصدق، علما أنه لا توجد اجابة صحيحة أو خاطئة.

- اذا تطابقت عليك العبارة فضع علامة (x) أمام دائما.
- اذا تطابقت عليك العبارة في أحيانا فضع علامة (x) أمام أحيانا.
- اذا تطابقت عليك العبارة فضع علامة (x) أمام أبدا.

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	أشعر بالارهاق و التعب في كثير من الأحيان			
02	كثيرا ما أشعر بالخمول			
03	أعاني من نوبات الصداع			
04	أشعر أحيانا بضيق التنفس أثناء الدرس			
05	أشعر بخفقان سريع للقلب			
06	كثيرا ما اشعر بالفقدان للشهية			
07	اتضايق كثيرا من الأعمال التطبيقية			
08	أعاني من الاسهال في بعض الاحيان			
09	أشعر بالأرق عند مواجهة مشكلة ما			
10	أجد صعوبة في فهم بعض الموضوعات الدراسية.			
11	يصعب علي استرجاع و تذكر ما تم حفظه			
12	أعاني من عدم القدرة على التركيز أثناء شرح المدرس للدرس			
13	أشعر بتشويش في التفكير في فترة الامتحانات			
14	يصعب علي اتخاذ قرار في المواقف الصعبة			
15	أشعر بشروذ الذهن (السرхан) اثناء مراجعة الدروس			
16	لا يمكنني حفظ الدرس و لو كان قصيرا			
17	اجد نفسي عاجزا على فهم الدروس			
18	اجد صعوبة في فهم أسئلة الامتحان			
19	تتغير حالي المزاجية و تتقلب بسرعة			
20	كثيرا ما أشعر بالحزن و الأسى			

			أتعصب و أثور عند نقد والدي لتصرفاتي	21
			أفقد عزيمتي بسهولة	22
			أشعر باليأس من أحداث الحياة	23
			أشعر بالذنب لعجزني عن تحقيق رغباتي في الحياة	24
			لا يمكنني السيطرة على تصرفاتي عند مواجهة موقف غير مرغوب .	25
			أشعر بعدم الراحة عند دخولي الى المدرسة.	26
			أشعر بالتوتر حينما يتدخل والدي في أموري الخاصة.	27
			افقد ثقتي بنفسي بسهولة.	28
			أشعر بعدم الاستقرار في حياتي.	29
			أنزعج من مراقبة والدي لتصرفاتي.	30
			تضايقتي معاملة أسرتي لي.	31
			أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري.	32
			أعاني من كثرة أحلام اليقظة.	33
			تنتابني حالات الخوف من المستقبل.	34
			أشعر بالتوتر الشديد.	35
			أشعر بالضيق و الضجر في الوسط المدرسي.	36
			أشعر بالوحدة حتى و لو كنت مع زملائي.	37
			أشعر بالخجل في كثير من الأحيان.	38
			أشعر أنني عاجز عن تحقيق امنياتي.	39
			يزعجني معاملي كطفل في البيت .	40
			علاقاتي جدا محدودة في المدرسة.	41
			أصرخ كثيرا عند غضبي.	42
			أبكي للتنفيس عما بداخلي.	43
			اميل كثيرا الى ممارسة الالعاب العنيفة.	44
			أقوم بقضم أظفاري في اغلب الأحيان.	45
			يصعب علي الاستقرار على وضعية جلوس لمدة طويلة.	46
			أتمرد كثيرا على قوانين المدرسة.	47
			أتشاجر كثيرا مع الأساتذة.	48
			أتعامل بعنف مع زملائي في المدرسة.	49

			أحب البقاء وحيدا في عزلة.	50
			أفضل الانسحاب من الدراسة.	51

مقياس دافعية التعلم

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1.	أشعر بالسعادة عندما أكون بالمدرسة					
2.	قليلًا ما يهتم والدي بعلاماتي في المدرسة					
3.	أفضل القيام بالواجب المنزلي ضمن مجموعة من الزملاء					
4.	اهتمامي ببعض المواد الدراسية يؤدي الى اهمال ما يدور حولي.					
5.	أستمع بالافكار الجديدة التي اتعلمها					
6.	احب المدرسة بسبب قوانينها الصارمة					
7.	احب القيام بمسؤوليتي في المدرسة بغض النظر عن النتائج التي اتحصل عليها					
8.	اواجه المواقف الدراسية المختلفة بمسؤولية تامة					
9.	يصعب علي الانتباه لشرح المدرس و متابعتة					
10.	اشعر بأن غالبية الدروس التي يقدمها المعلم غير مثيرة					
11.	يصغي الي والداي عندما اتحدث عن مشكلتي الدراسية					
12.	احب ان يرضى عني زملائي في المدرسة					
13.	اتجنب المواقف المدرسية التي تحملني المسؤولية					
14.	لا احب ان يعاقب التلاميذ مهما كانت الاسباب					
15.	يهتم والدي بمعرفة حقيقة مشاعري اتجاه المدرسة					
16.	اشعر بأن بعض الزملاء في المدرسة هم سبب المشكلات					
17.	اشعر بالضيق اثناء قيامي بالواجبات المدرسية					
18.	أفضل بأن يعطينا المعلم أسئلة صعبة تحتاج الى التفكير					
19.	أفضل بأن اهتم بدروسي على حساب أي شيء آخر.					
20.	احرص على أن أتقيد بالسلوك الذي تفرضه					

					المدرسة	
					سرعان ما اشعر بالملل عندما اقوم بواجباتي المدرسية.	.21
					يسعدني ان تعطي المكافئة للطلبة بقدر جهدهم.	.22
					لدي رغبة قوية للاستفسار عن المواضيع المتعلقة بالمدرسة.	.23
					أشارك كثيرا في النشاطات المدرسية	.24
					يسعدني أن تعطي المكافأة للطلبة بقدر جهدهم المبدول.	.25
					اقوم بالكثير من النشاطات المدرسية و في الجمعيات الطلابية	.26
					يصعب علي تكوين صداقة بسرعة مع الزملاء في المدرسة.	.27
					تعاوني مع زملائي في حل واجباتي المدرسية يعود عليهم بالمنعة.	.28
					لا يهتم والدي بأفكاري التي أتعلمها في المدرسة.	.29
					أشعر أنني متوافق في المدرسة التي أدرس بها.	.30

Tableau de fréquences

خصاص عينة الدراسة

الجنس

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage	Pourcentage
	التكرار	النسبة المئوية	valide	cumulé
ذكر	29	36.3	36.3	36.3
انثى	51	63.8	63.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

القسم

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage	Pourcentage
			valide	cumulé
عملي	43	53.8	53.8	53.8
ادبي	24	30.0	30.0	83.8
رياضيات	7	8.8	8.8	92.5
تسيير	6	7.5	7.5	100.0
واقتصاد				
Total	80	100.0	100.0	

دافعية التعلم (العبارات)
أشعر بالسعادة عندما أكون بالمدرسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	2	2.5	2.5	2.5
غير موافق	25	31.3	31.3	33.8
Validé محايد	24	30.0	30.0	63.8
موافق	10	12.5	12.5	76.3
موافق بشدة	19	23.8	23.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

قليلا ما يهتم والدي بعلاماتي في المدرسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	15	18.8	18.8	18.8
أوافق	17	21.3	21.3	40.0
Validé محايد	10	12.5	12.5	52.5
لا أوافق	23	28.8	28.8	81.3
لا أوافق بشدة	15	18.8	18.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

افضل القيام بالواجب المنزلي ضمن مجموعة من الزملاء

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق	25	31.3	31.3	31.3
محايد	19	23.8	23.8	55.0
Validه موافق	23	28.8	28.8	83.8
موافق بشدة	13	16.3	16.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

اهتمامي ببعض المواد الدراسية يؤدي الى اهمال ما يدور حولي

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	8	10.0	10.0	10.0
Validه غير موافق	31	38.8	38.8	48.8
محايد	26	32.5	32.5	81.3
موافق	15	18.8	18.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أتمته بالأفكار الجديدة التي أتعلمها

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	3	3.8	3.8	3.8
غير موافق	16	20.0	20.0	23.8
Validé محايد	12	15.0	15.0	38.8
موافق	30	37.5	37.5	76.3
موافق بشدة	19	23.8	23.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

احب المدرسة بسبب قوانينها الصارمة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	17	21.3	21.3	21.3
غير موافق	23	28.8	28.8	50.0
Validé محايد	20	25.0	25.0	75.0
موافق	13	16.3	16.3	91.3
موافق بشدة	7	8.8	8.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

احب القيام بمسؤوليتي في المدرسة بغض النظر عن النتائج التي اتحصل عليها

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	3	3.8	3.8	3.8
غير موافق	14	17.5	17.5	21.3
Validé محايد	19	23.8	23.8	45.0
موافق	27	33.8	33.8	78.8
موافق بشدة	17	21.3	21.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

اواجه المواقف الدراسية المختلفة بمسؤولية تامة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	3	3.8	3.8	3.8
غير موافق	6	7.5	7.5	11.3
Validé محايد	29	36.3	36.3	47.5
موافق	30	37.5	37.5	85.0
موافق بشدة	12	15.0	15.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

يصعب علي الانتباه لشرح المدرس و متابعتة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	7	8.8	8.8	8.8
أوافق	24	30.0	30.0	38.8
محايد	21	26.3	26.3	65.0
لا أوافق	25	31.3	31.3	96.3
لا أوافق بشدة	3	3.8	3.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

اشعر بأن غالبية الدروس التي يقدمها المعلم غير مثيرة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	7	8.8	8.8	8.8
أوافق	22	27.5	27.5	36.3
محايد	23	28.8	28.8	65.0
لا أوافق	23	28.8	28.8	93.8
لا أوافق بشدة	5	6.3	6.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

يصغي الي والداي عندما اتحدث عن مشكلتي الدراسية

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	3	3.8	3.8	3.8
غير موافق	5	6.3	6.3	10.0
Validé محايد	17	21.3	21.3	31.3
موافق	25	31.3	31.3	62.5
موافق بشدة	30	37.5	37.5	100.0
Total	80	100.0	100.0	

احب ان يرضى عني زملائي في المدرسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	15	18.8	18.8	18.8
غير موافق	17	21.3	21.3	40.0
Validé محايد	19	23.8	23.8	63.8
موافق	10	12.5	12.5	76.3
موافق بشدة	19	23.8	23.8	100.0
Total	80	100.0	100.0	

اتجنب المواقف المدرسية التي تحملني المسؤولية

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	6	7.5	7.5	7.5
أوافق	21	26.3	26.3	33.8
محايد	22	27.5	27.5	61.3
لا أوافق	22	27.5	27.5	88.8
لا أوافق بشدة	9	11.3	11.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

لا احب ان يعاقب التلاميذ مهما كانت الاسباب

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	8	10.0	10.0	10.0
أوافق	7	8.8	8.8	18.8
محايد	16	20.0	20.0	38.8
لا أوافق	24	30.0	30.0	68.8
لا أوافق بشدة	25	31.3	31.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

يهتم والدي بمعرفة حقيقة مشاعري اتجاه المدرسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	3	3.8	3.8	3.8
غير موافق	9	11.3	11.3	15.0
Validé محايد	22	27.5	27.5	42.5
موافق	25	31.3	31.3	73.8
موافق بشدة	21	26.3	26.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

اشعر بأن بعض الزملاء في المدرسة هم سبب المشكلات

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	5	6.3	6.3	6.3
أوافق	15	18.8	18.8	25.0
Validé محايد	32	40.0	40.0	65.0
لا أوافق	20	25.0	25.0	90.0
لا أوافق بشدة	8	10.0	10.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

اشعر بالضيق اثناء قيامي بالواجبات المدرسية

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	8	10.0	10.0	10.0
أوافق	24	30.0	30.0	40.0
محايد	23	28.8	28.8	68.8
لا أوافق	19	23.8	23.8	92.5
لا أوافق بشدة	6	7.5	7.5	100.0
Total	80	100.0	100.0	

افضل ان يعطينا المعلم أسئلة صعبة تحتاج الى التفكير

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	9	11.3	11.3	11.3
غير موافق	14	17.5	17.5	28.8
محايد	26	32.5	32.5	61.3
موافق	14	17.5	17.5	78.8
موافق بشدة	17	21.3	21.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أفضل بأن اهتم بدروسي على حساب أي شيء آخر

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	9	11.3	11.3	11.3
غير موافق	17	21.3	21.3	32.5
Validé محايد	15	18.8	18.8	51.3
موافق	23	28.8	28.8	80.0
موافق بشدة	16	20.0	20.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

احرص على ان اتقيد بالسلوك الذي تفرضه المدرسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	2	2.5	2.5	2.5
غير موافق	20	25.0	25.0	27.5
Validé محايد	22	27.5	27.5	55.0
موافق	28	35.0	35.0	90.0
موافق بشدة	8	10.0	10.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أقوم بكل ما يطلب مني في نطاق الدراسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق	16	20.0	20.0	20.0
محايد موافق	14	17.5	17.5	37.5
موافق بشدة	19	23.8	23.8	61.3
Total	31	38.8	38.8	100.0
Valide	80	100.0	100.0	

سرعان ما أشعر بالملل عندما أقوم بواجباتي

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	10	12.5	12.5	12.5
أوافق	23	28.8	28.8	41.3
محايد	27	33.8	33.8	75.0
لا أوافق بشدة	6	7.5	7.5	82.5
لا أوافق	14	17.5	17.5	100.0
Total	80	100.0	100.0	
Valide				

لدي رغبة قوية للاستفسار عن المواضيع المتعلقة بالدراسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	13	16.3	16.3	16.3
غير موافق	16	20.0	20.0	36.3
Validé محايد	38	47.5	47.5	83.8
موافق	5	6.3	6.3	90.0
موافق بشدة	8	10.0	10.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أشارك كثيرا في النشاطات المدرسية

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	9	11.3	11.3	11.3
غير موافق	38	47.5	47.5	58.8
Validé محايد	13	16.3	16.3	75.0
موافق	11	13.8	13.8	88.8
موافق بشدة	9	11.3	11.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

يسعدني أن تعطى المكافئة للطلبة بقدر جهدهم المبذول

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	5	6.3	6.3	6.3
غير موافق	11	13.8	13.8	20.0
Validé محايد	13	16.3	16.3	36.3
موافق	30	37.5	37.5	73.8
موافق بشدة	21	26.3	26.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أقوم بالكثير من النشاطات المدرسية وفي الجمعيات الطلابية

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	10	12.5	12.5	12.5
غير موافق	28	35.0	35.0	47.5
Validé محايد	22	27.5	27.5	75.0
موافق	8	10.0	10.0	85.0
موافق بشدة	12	15.0	15.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

يصعب علي تكوين صداقة بسرعة مع الزملاء في الدراسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	13	16.3	16.3	16.3
أوافق	26	32.5	32.5	48.8
محايد	16	20.0	20.0	68.8
لا أوافق	17	21.3	21.3	90.0
لا أوافق بشدة	8	10.0	10.0	100.0
Total	80	100.0	100.0	

تعاوني مع زملائي في حل واجباتي المدرسية يعود علي بالمنفعة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق	15	18.8	18.8	18.8
محايد	12	15.0	15.0	33.8
موافق	28	35.0	35.0	68.8
موافق بشدة	25	31.3	31.3	100.0
Total	80	100.0	100.0	

لا يهتم والدايا بالافكار التي أتعلمها في المدرسة

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
أوافق بشدة	20	25.0	25.0	25.0
أوافق	21	26.3	26.3	51.3
محايد	4	5.0	5.0	56.3
لا أوافق	21	26.3	26.3	82.5
لا أوافق بشدة	14	17.5	17.5	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أشعر أنني متوافق في المدرسة التي أدرس بها

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
غير موافق بشدة	8	10.0	10.0	10.0
غير موافق	40	50.0	50.0	60.0
محايد	30	37.5	37.5	97.5
موافق	2	2.5	2.5	100.0
Total	80	100.0	100.0	

أبعاد الضغط النفسي

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
البعد الفيسيولوجي	80	9.00	27.00	18.6750	4.17883
البعد المعرفي	80	9.00	26.00	18.3625	4.02286
البعد الانفعالي	80	28.00	59.00	46.7500	6.47976
البعد السلوكي	80	11.00	28.00	20.8500	4.50344
N valide (listwise)	80				

مستوى الضغط ودافعية التعلم

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Somme	Moyenne	Ecart type
	حجم العينة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	المجموع	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
الضغط النفسي	80	59.00	129.00	8371.00	104.6375	15.44877
دافعية التعلم	80	79.00	113.00	7570.00	94.6250	6.83879
N valide (listwise)	80					

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	حجم العينة
الضغط النفسي	104.6375	15.44877	80
دافعية التعلم	94.6250	6.83879	80

العلاقة بين الضغط النفسي و دافعية التعلم

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	حجم العينة
الضغط النفسي	104.6375	15.44877	80
دافعية التعلم	94.6250	6.83879	80

معامل الارتباط

Corrélations

	الضغط النفسي	دافعية التعلم
الضغط النفسي	1	-.182-
دافعية التعلم	-.182-	1
Corrélation de Pearson		
Sig. (bilatérale)	.107	.107
الدلالة		
N	80	80
Corrélation de Pearson		
Sig. (bilatérale)	.107	.107
N	80	80

الفروق في مستوى الضغط و الدافعية حسب متغير الجنس

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne المتوسط الحسابي	Ecart-type الإنحراف المعياري	Erreur standard moyenne
الضغط	ذكر	29	104.3448	17.39309	3.22982
النفسي	انثى	51	104.8039	14.40836	2.01757
دافعية	ذكر	29	95.2414	7.23412	1.34334
التعلم	انثى	51	94.2745	6.65155	.93140

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	T	Ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
			قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة			Inférieure	Supérieure
Hypothèse de variances égales الضغط النفسي	1.978	.164	- .127	78	.899	-.45909-	3.61556	-7.65713-	6.73894
Hypothèse de variances inégales			- .121	49.864	.905	-.45909-	3.80819	-8.10859-	7.19040
Hypothèse de variances égales دافعية التعلم	.775	.381	.605	78	.547	.96687	1.59694	-2.21239-	4.14613
Hypothèse de variances inégales			.591	54.357	.557	.96687	1.63465	- 2.30991-	4.24365

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا، وقد أجريت الدراسة الميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بلغ حجمها 80 تلميذا وتلميذة، يدرسون بثانويتين من ثانويات ولاية قلمة. ولأجل ذلك فقد اتبعنا المنهج الوصفي الذي يفيد في مثل هذه الدراسات، وطبقنا مقياس للضغط النفسي وآخر لقياس مستوى دافعية التعلم، وتمت المعالجة الإحصائية عن طريق برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية spss، وذلك لحساب معامل الارتباط بيرسون، واختبار (T-test) لعينتين مستقلتين، إضافة إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

لا توجد علاقة إرتباطية بين الضغط النفسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا. يعاني المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا من مستوى متوسط للضغط النفسي. يتمتع المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا بمستوى مرتفع من دافعية التعلم. لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس. لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس المقبل على اجتياز شهادة البكالوريا ترجع لمتغير الجنس. وبالنظر إلى هذه النتائج فإن الفرضية الثالثة تحققت أما باقي الفرضيات فلم تتحقق.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي. المراهق المتمدرس. دافعية التعلم.

Abstract

This study aims to reveal the relationship between psychological pressure and learning motivation for the schooled teenager who is about to pass the baccalaureate certificate. The field study was conducted on a sample of third year secondary school students, the size of which was 80 male and female students, studying in two secondary schools in the Wilayat of Guelma. For that, we have followed the descriptive approach that is useful in such studies, and we applied a measure of psychological stress and another to measure the level of learning motivation, and the statistical treatment was done by the statistical package for social sciences spss, in order to calculate the Pearson correlation coefficient, and the T-test for two independent samples, In addition to the arithmetic mean and standard deviation.

The study reached the following results:

- There is no correlative relationship between psychological stress and learning motivation for the educated adolescent who is about to pass the baccalaureate degree.
- The educated teenager who is about to pass the baccalaureate degree suffers from an average level of psychological pressure.
- The educated adolescent who is about to complete the baccalaureate degree has a high level of learning motivation.
- There are no statistically significant differences in the level of psychological stress among the schooled adolescent who is about to pass the baccalaureate degree due to the gender variable.
- There are no statistically significant differences in the level of learning motivation of the schooled teenager who is about to pass the baccalaureate degree due to the gender variable.

In view of these results, the third hypothesis was verified, while the rest of the hypotheses were not.

Key words : psychological stress . educated adolescent. Learning motivation.