وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة العربي التبسي - تبسة

جامعة العربي التبسي – تبسة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم إجتماع

LARBI TEBESSI – TEBESSA UNIVERSITY

UNIVERSITE LARBI TEBESSI – TEBESSA-

الميدان: علوم إنسانية وإجتماعية

الشعبة: علوم إجتماعية

التخصص: علم إجتماع تربية

البيئة المدرسية وعلاقتها بقلق الإمتحان لدى تلميذ مرحلة التعليم المتوسط

دراسة ميدانية بمتوسطة رزايقية لحبيب بدائرة - بئر العاتر-

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر " ل.م.د "

دفعـــة: 2018

إعداد الطالبة: سالمي كريمة

إشراف الأستاذ: بلخيري سليمة.

لجنـة المناقشـة:

الاســـــم واللقـــــب	الرتبـــــة العلميـــــة	الصفـــــــــة
إسماعيل ميهوبي	أستاذ محاضر "أ"	رئيســــــــــا
بلخيري سليمة	أستاذ محاضر"أ"	مشرفـــا ومقررا
رشيد رزقي	أستاذ مساعد "أ"	عضوا مناقشا

السنة الجامعية
.2018/2017

شكر و عرفان

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أفضل الأنبياء وأتم المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين و بعد.

أشكر الله سبحانه و تعالى أن أعانني على إنجاز هذا البحث و أسأله النجاح والتوفيق.

ومن باب رد الفضل لأهله، فإنني أتقدم بجزيل الشكر والتقدير لأستاذتي ومشرفتي الدكتورة الفاضلة/ بلخيري سليمة المشرفة على هذه الدراسة ، والتي كانت خير مرشدة لي في كل مرحلة من مراحل إعدادها ، ولم تبخل عليا بوقتها وعلمها وخبرتها ، وكان لتوجيهاتها السديدة الأثر الكبير في إنجاز هذه الد راسة كما أتوجه بخالص الشكر و التقدير إلى أعضاء الهيئة التدريسية في قسم علم اجتماع ، و إلى الاساتذة الكرام على تفضلهم بقبول مناقشة المذكرة سائلة الله عز وجل أن يجزيهم خير الجزاء إنه سميع مجيب ولا يفوتني أن أتقدم بالشكر الخالص لجميع أساتذتي في قسم علم اجتماع عامة وعلم اجتماع التربية خاصة .

كما أبرق بجزيل شكري وامتناني " لأبي وأخي" ولأخواتي وأزواجهم و أبنائهم وصديقاتي" ذكرى، وسلمى،وإيمان،ونور، وليلى، ومنيرة " اللاتي شاركنني عناء إعداد البحث .

كما لن أنسى"أمي الغالية" رحمها الله وأسكنها فسيح جناته.

والتقدير والعرفان لكل من قدم العون وساعدني وأسدى إلي بنصيحة أو أمدني بمشورة أو قدم لي معلومة مكّنتني من إتمام البحث على هذا الوجه.

لهؤلاء جميعا مني كل الشكر والمحبة وعظيم الامتنان، وأسأل الله أن يجزيهم خير الجزاء .

وختاماً نسأل الله القدير أن تكون هذه المذكرة بمثابة الشعلة التي تقود إلى العلا والنور ، اللهم أرنا الحق حقا وارزقنا إتباعه، وأرنا الباطل باطلا وارزقنا اجتنابه، واجعلنا ممن يستمعون القول فيتبعون أحسنه، وأدخلنا برحمتك في عبادك الصالحين.

والله ولي التوفيق ،،، الطالبة/ سالمي كريمة

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
شكر وعرفان	//
فهرس المحتويات	I
فهرس الجداول	IV
فهرس الاشكال	VI
المقدمة	أ–ب
الفصل الأول: الإطار المنهجي للدراسة	1–10
1– إشكالية الدراسة	2
2– فرضيات الدراسة	3
3– أهداف الدراسة	3
4– أهمية الدراسة	4
5– أسباب إختيار الدراسة	4
6– المنهج المستخدم في الدراسة	5
7– تحديد مفاهيم الدراسة	6
8– الدراسات السابقة	8
9– التعقيب على الدراسات	10
الفصل الثاني: البيئة المدرسية	11–27
تمهيد	13
أولا– البيئة المدرسية	14
1– تعريف البيئة المدرسية	14
2– مكونات البيئة المدرسية	14
3– العوامل المؤثرة في جودة البيئة المدرسية	15

العنوان	الصفحة
ثانيا- المناخ المدرسي	16
1- مفهوم المناخ المدرسي	16
2- أنواع المناخ المدرسي	17
3- محددات المناخ المدرسي	19
4- عوامل المناخ المدرسي	20
5- أهمية المناخ المدرسي	22
6- خصائص البيئة التعليمية الجيدة	22
7- اساليب تحسين المناخ المدرسي	24
8- النظريات المفسرة للمناخ المدرسي	25
خلاصة الفصل	27
الفصل الثالث: قلق الإمتحانات	43-28
تمهيد	29
أولا- القلق	30
1- تعريف القلق	30
2- أنواع القلق	31
3- مستويات القلق	33
ثانيا- قلق الإمتحانات	33
1- مفهوم قلق الإمتحان	33
2- أنواع قلق الإمتحان	34
3- مكونات قلق الإمتحان	36
4- أسباب قلق الإمتحان	37
5- أعراض قلق الإمتحان	38
6- نظريات قلق الإمتحان	39
7- قياس قلق الإمتحان	41

العنوان	الصفحة
- كيفية مواجهة قلق الإمتحان	42
خلاصة الفصل	43
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	44-49
1- مجتمع الدراسة	45
2- مجالات الدراسة	45
2-1- المجال المكاني	45
2-2- المجال الزماني	46
2-3- المجال البشري	46
3- أدوات الدراسة	46
4- أساليب التحليل الإحصائي	49
الفصل الخامس: عرض و تحليل البيانات ومناقشة النتائج	50-88
أولا-عرض وتحليل البيانات الأولية	51
ثانيا-عرض وتحليل الفرضية الأولى	54
ثالثا-عرض وتحليل الفرضية الثانية	67
رابعا- إختبار الفرضيات	82
خامسا-النتائج العامة للدراسة	85
سادسا- الإقتراحات	88
خاتمة	89
قائمة المصادر و المراجع	90
الملاحق	91

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح مستوى صدق الاستمارة	48
02	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس	51
03	يوضح توزيع أفراد العينة حسب العمر	52
04	يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي	53
05	يوضح نوع علاقة التلميذ مع زملائه وقت الامتحانات	54
06	يوضح ما إذا كانت علاقة التلميذ مع زملائه تقلل من التوتر أثناء الامتحانات	55
07	يوضح إذا كان التلميذ له رغبة في التواصل مع زملائه في الاختبار	56
08	يوضح ما إذا كان يعمل أسلوب النقاش مع الزملاء قبل الامتحان يقلل من الخوف من الامتحان	57
09	يوضح نوع أسلوب التعامل المتبع من قبل الأستاذ	58
10	يوضح .تأثير أسلوب الأستاذ في تقليل نسبة القلق من الامتحانات	59
11	يوضح تأثير التفاعل بين التلميذ والأستاذ في تقليل نسبة الارتباك أثناء الامتحانات	60
12	يوضح إذا كان مستشار التوجيه يقوم بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات	61
13	يوضح مساهمة جلسات مستشار التوجيه مع التلاميذ قبل الامتحان من خفض نسبة القلق	63
14	يوضح مساهمة غموض البرنامج الدراسي في توليد الخوف من الامتحانات لدى التلاميذ	64
15	يوضح إذا كانت صعوبة إستيعاب الدروس وقت الإمتحانات تشعر التلميذ بعدم الراحة النفسية	65
16	يوضح الخوف من فكرة الرسوب تجعل التلميذ يرتبك أثناء الإمتحانات	66
17	يوضح عدم توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة وتأثيرها على التلاميذ أثناء الإمتحان	67
18	يوضح تأثير الإكتظاظ داخل القسم على الراحة النفسية للتلميذ	69
19	يوضح كيف تزيد الضوضاء من نسبة إنفعال التلميذ في الإختبار	70

20	يوضح كيف تؤثر التهوية على توتر التلميذ خلال الإمتحان	71
21	يوضح كيف يساهم نقص الإضاءة في زيادة قلق التلميذ من الإمتحان	72
22	يوضح كيف يؤثر نقص التجهيزات المدرسية على الراحة النفسية للتلميذ أثناء الإختبار	73
23	يوضح مساهمة نظافة القسم في نقص توتر التلميذ في فترة الإمتحانات	75
24	يوضح تأثير موقع المدرسة البعيد على خوف التلميذ من الإمتحانات	76
25	يوضح إذا كان توفر ملعب رياضي مجهز يقلل من نسبة إنفعال التلميذ من الإمتحانات.	77
26	يوضح إذا كان يزيد صغر حجرة الدراسة من نسبة توتر التلميذ في الإمتحان	78
27	يوضح إذا كان توقيت إستعمال الزمن للإمتحانات يزيد من نسبة قلق التلميذ في الإمتحان	79
28	يوضح اختبار الفرضية الأولى	80
30	يوضح اختبار الفرضية الثانية	82

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس	51
02	يوضح توزيع أفراد العينة حسب العمر	52
03	يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي	53
04	يوضح نوع علاقة التلميذ مع زملائه وقت الامتحانات	54
05	يوضح ما إذا كانت علاقة التلميذ مع زملائه تقلل من التوتر أثناء الامتحانات	55
06	يوضح إذا كان التلميذ له رغبة في التواصل مع زملائه في الاختبار	56
07	يوضح ما إذا كان يعمل أسلوب النقاش مع الزملاء قبل الامتحان يقلل من الخوف من الامتحان	57
08	يوضح نوع أسلوب التعامل المتبع من قبل الأستاذ	58
09	يوضح .تأثير أسلوب الأستاذ في تقليل نسبة القلق من الامتحانات	59
10	يوضح تأثير التفاعل بين التلميذ والأستاذ في تقليل نسبة الارتباك أثناء الامتحانات	61
11	يوضح إذا كان مستشار التوجيه يقوم بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات	62
12	يوضح مساهمة جلسات مستشار التوجيه مع التلاميذ قبل الامتحان من خفض نسبة القلق	63
13	يوضح مساهمة غموض البرنامج الدراسي في توليد الخوف من الامتحانات لدى التلاميذ	64
14	يوضح إذا كانت صعوبة إستيعاب الدروس وقت الإمتحانات تشعر التلميذ بعدم الراحة النفسية	65
15	يوضح الخوف من فكرة الرسوب تجعل التلميذ يرتبك أثناء الإمتحانات	66
16	يوضح عدم توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة وتأثيرها على التلاميذ أثناء الإمتحان	68

17	يوضح تأثير الإكتظاظ داخل القسم على الراحة النفسية للتلميذ	69
18	يوضح كيف تزيد الضوضاء من نسبة إنفعال التلميذ في الإختبار	70
19	يوضح كيف تؤثر التهوية على توتر التلميذ خلال الإمتحان	71
20	يوضح كيف يساهم نقص الإضاءة في زيادة قلق التلميذ من الإمتحان	72
21	يوضح كيف يؤثر نقص التجهيزات المدرسية على الراحة النفسية للتلميذ أثناء الإختبار	74
22	يوضح مساهمة نظافة القسم في نقص توتر التلميذ في فترة الإمتحانات	75
23	يوضح تأثير موقع المدرسة البعيد على خوف التلميذ من الإمتحانات	76
24	يوضح إذا كان توفر ملعب رياضي مجهز يقلل من نسبة إنفعال التلميذ من الإمتحانات.	77
25	يوضح إذا كان يزيد صغر حجرة الدراسة من نسبة توتر التلميذ في الإمتحان	78
26	يوضح إذا كان توقيت إستعمال الزمن للإمتحانات يزيد من نسبة قلق التلميذ في الإمتحان	79

مقدمة

للتعليم دور حاسم في تطور وتقدم المجتمعات البشرية، حيث يحظى التعليم والتربية أهمية بالغة في تغيير سلوك الأفراد وتنشئتهم وإكسابهم القيم الملائمة للمجتمع الذي ينتمون إليه.

وللتربية عدة مؤسسات اجتماعية يعد كل منها وسطا تربويا يسهم بطريقة مباشرة، وغير مباشرة في تكوين وتربية النشئ، وتعد المدرسة من أهم المؤسسات الإجتماعية التي تقوم بتكوين وتنشئة الأجيال وإعدادهم للحياة المستقبلية، وذلك من خلال تنمية شخصياتهم تنمية متكاملة ليسهموا إيجابيا في تقدم مجتمعهم وتطوره.

ومن خلال أهمية دور المدرسة في تطور وتقدم المجتمع، فإنه من أولى الامور التي يجب الاهتمام بها هو التلميذ الذي يعد عنصر فعال في العملية التربوية، ولهذا وجب الحرص على إعداده وتكوينه في المجتمع الجوانب سواء الجانب العلمي أو التربوي أو النفسي، يعتبر الجانب النفسي المحرك الأساسي الذي يؤثر في تكوين شخصيته وتنمية قدراته العقلية، كما أنه يؤثر وبشكل كبير في أدائه وتحصيله الدراسي.

ومع اقتراب فترة الامتحانات يعيش الطلبة حالة من القلق والخوف مما يولد الغالبية منهم فترة عصيبة من التركيز وعدم الثقة والخوف من الإخفاق أو عدم تحقيق نتيجة مرضية لهم.

وفي وقت أصبحت نتائج درجات الطلاب في الامتحانات هي الهدف لأساسي لتقييم التعليم وتحديد المستقبل العلمي والعملي لهم لدرجة جعلت الأمر يبدو وكأن مستقبل وسعادة ورفاهية الأجيال تعتمد بطريقة مباشرة على الدرجات التي يحصلون عليها فأصبح تحصيل الطالب وما يتأثر به من متغيرات هي الشغل الشاغل للباحثين في مجال علم النفس التربوي وغيرهم.

ويتوقف نجاح المدرسة في أنجاز رسالتها على نوعية بيئتها ومستوى أدائها وقدرتها على تحفيز التلاميذ إلى التعلم الفعال وهذا ما يظهر جليا عند انتقال التلاميذ من مؤسسة إلى أخرى فقد يتحسن أو ينخفض مستوى أدائهم وتحصليهم الدراسي، وهذا ما يبرز التفاضل الموجود بين نوعية مخرجات المدارس أي بين أنماط المناخ السائد فيها ومدى تأثيره على التحصيل الدراسي للتلاميذ.

ولقد جاءت هذه الدراسة لتسليط الضوء على دور البيئة المدرسية في قلق الامتحانات لدى تلميذ المرحلة المتوسطة، لنحاول من خلالها إبراز مساهمة العلاقات الاجتماعية الجيدة في تقليل الخوف من الامتحانات

لدى تلاميذ المتوسط، وكذلك مساهمة البيئة الفيزيقية للمدرسة في قلق التلميذ أثناء الامتحان. وللإلمام بجوانب هذا الموضوع قسمنا البحث إلى جانبين:

جانب نظري ويتضمن الجانب المعرفي لموضوع الدراسة، وجانب تطبيقي يتضمن الدراسة الميدانية.

ذلك أن الفصل الأول خصص للإطار المنهجي لدراسة، من إشكالية وفرضيات وأهداف الدراسة وأهميتها وأسباب اختيار الموضوع، والمنهج المستخدم في الدراسة، وتحديد وضبط مفاهيم الدراسة والدراسات السابقة والتعقيب عليها.

أما الفصل الثاني فيتضمن المتغير الأول لدراسة، والمتمثل في البيئة المدرسية حيث تعرضنا فيه لمختلف العناصر التي تخدم موضوع دراستنا، ذلك أننا بداية مررنا بتعريف البيئة المدرسية ثم مكوناتها والعوامل المؤثرة فيها والشق الثاني تطرقنا فيه إلى المناخ المدرسي من مفهومه، أنواعه، محدداته، عوامله، وأهميته، خصائص البيئة التعليمية الجيدة، أساليب تحسين المناخ المدرسي، ونظريات المفسرة للمناخ المدرسي.

وفي الفصل الثالث تم التعرض للمتغير الثاني، آلا وهو قلق الامتحانات والذي بدوره قسمناه إلى جزئين، حيث خصص الجزء الأول لقلق من تعريفه، أنواعه، مستوياته، والجزء الثاني إلى قلق الامتحانات من مفهوم قلق الامتحانات، أنواعه، مكوناته، أسبابه، أعراض قلق الامتحان، النظريات المفسرة لقلق الامتحان، قياس قلق الامتحان وكيفية مواجهته.

وفي الفصل الرابع تمت الإشارة إلى الإجراءات المنهجية لدراسة مختلف المراحل التي مر بها البحث للحصول على المعطيات، وذلك من خلال التطرق إلى مجتمع الدراسة، مجالات الدراسة، أدوات الدراسة، أساليب التحليل الاحصائي.

كما تطرقنا في الفصل الخامس والأخير إلى عرض النتائج ومناقشتها لتأكد من صحة الفرضيات التي صيغت في البحث، وقد أنهينا الدراسة ببعض المقترحات وخاتمة.

وأخيرا أدرجنا قائمة المراجع المعتمد عليها في إجراء الدراسة والملاحق المتضمنة في البحث.

الفصل الأول: الإطار المنهجي للدراسة

1 – إشكالية الدراسة

2 – فرضيات الدراسة

3 – أهداف الدراسة

4 – أهمية الدراسة

5 – أسباب اختيار الموضوع

6 – المنهج المستخدم في الدراسة

7– تحديد مفاهيم الدراسة

8 – الدراسات السابقة

9– التعقيب على الدراسات

1- الإشكالية:

تعتبر المدرسة من ابرز المؤسسات التي يعتمد عليها المجتمع لتنشئة الأجيال، وتربيتهم بهدف تكوين أفراد فاعلة داخل المجتمع والعمل على رفع قدراتهم ومهاراتهم في شتى المجالات بهدف تربيتهم تربية متزنة ومتكاملة، وذلك من خلال غرس القيم الإنسانية والأخلاقية التي تعد أساس قيامها وازدهارها وتساهم في بناء امة قادرة على تسيير ذاتها وترقية وجودها وتنمية وعي أفرادها سعيا لتحقيق الرقي المادي والاجتماعي، لذلك تحرص كل امة على جعل العناية الفائقة بالتعليم وجعله محور كل اهتماماتها. وإعطاء المدرسة قيمة عالية واعتبارها البيئة الشرعية لنشر المعرفة، وبناء العقول للمكانة الرفيعة التي تستحقها لتبقى باستمرار القوة الفاعلة والقادرة على قيادة المجتمع وسيرا به في الاتجاه الذي يضمن له القوة ويقيه عوامل الضعف والتخلف.

ولذا وجب الحرص على توفير بيئة مدرسية ملائمة التي تعد جزء هام في العملية التربوية بحيث تساعد التلميذ على التكيف والاندماج في الوسط المدرسي دون إحساسه بأي ضغوطات تعرقل مساره الدراسي.

كما تعد المدرسة من المؤسسات ذات النشاط الاجتماعي الذي تسوده شبكة معقدة من العلاقات والتفاعلات الاجتماعية، فهناك علاقة بين المدرسة والمعلمين، وبين المعلم والطلاب وهناك علاقة المعلمين بعضهم ببعض، وهناك علاقة الطلاب بعضهم ببعض.

ويجمع الباحثون على تسمية الجو الناجم من تلك التفاعلات بين الأفراد داخل المدرسة بالمناخ المدرسي، كما أن العلاقات والتفاعلات التي تتم بين أفراد المجتمع المدرسي تحدد نوع المناخ المدرسي وتميزه عن غيره من المدارس الأخرى.[1]

ومن الصعب الفصل بين البيئة المدرسية والمنهج والطالب وبات تطوير هذه البيئة وتكييف شروطها كي تلائم توجهات التربية الحديثة ومجالاتها المعاصرة وتخص هنا التربية البيئية على أنها مجال تربوي واعد بات أمرا لابد منه.

لكن رغم كل المجهودات التي تبذلها المدرسة من اجل نجاح العملية التعليمية تبقى هناك صعوبات تعترض المسار التعليمي للتلاميذ مما يضعف دافعيتهم نحو الانجاز ويزيد من نسبة القلق الذي يعتبر عملية انفعالية مكونة من جانب شعوري وجانب آخر لاشعوري، فالجانب الشعوري للقلق يتمثل في الخوف والعجز والتهديد، أما الجانب اللاشعوري فيشمل عمليات معقدة متداخلة يعمل الكثير منها دون وعي الفرد بها حيث أصبح مشكلة

[1] - متولي مصطفى محمد وآخرون: **المدرسة والمجتمع**، دار الخريجي للنشر والتوزيع، الرياض، 1993، ص 104.

حقيقية لدى التلاميذ و عائلاتهم لأنها لا تعيق التلميذ فحسب بل أسرته أيضا فالضغوط النفسية التي تقع على عائق التلاميذ يكون سببها في كثير من الأحيان معاناة التلاميذ، وقد تكون الأسرة هي من تدفع وتجبر التلميذ للحصول على مستوى يفوق قدراته العقلية.

وتعتبر البيئة المدرسية عنصرا هاما في توفير مناخ يعمل على الحد من الضغوطات النفسية التي تكون بمثابة هاجس لدى التلاميذ رغم اكتساب البعض منهم مهارات عالية، إلا أن القلق والخوف من الامتحانات يؤدي إلى تشويش أفكارهم وضعف ثقتهم بأنفسهم مما يؤدي بهم إلى ضعف التحصيل الدراسي.

وتوفير الجو المدرسي الملائم يسهم بقسطه في تنمية اتجاهات ايجابية نحو المدرسة وزيادة الرغبة في تحسينها، عندئذ ستغدو المدرسة مسرحا للأنشطة العديدة والمتنوعة نظرية وعملية يشترك فيها الأستاذ والطالب بهدف اكتساب المعارف والمهارات والسلوكات والمواقف التي تعد للحياة وتصبح المدرسة البيت الثاني للطلاب.

وعلى ضوء ما سبق نطرح الإشكال الآتي:

هل للبيئة المدرسية دور في قلق الامتحانات لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط؟

ويندرج تحته الأسئلة الفرعية الأتية:

1- هل تساهم العلاقات الاجتماعية الجيدة في تقليل الخوف من الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط؟
2- هل تساهم البيئة الفيزيقية للمدرسة في قلق التلميذ أثناء الامتحانات؟

2- فرضيات الدراسة:

1- تساهم العلاقات الاجتماعية الجيدة في تقليل الخوف من الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط؟

2- تساهم البيئة الفيزيقية للمدرسة في قلق التلميذ أثناء الامتحانات؟

3- أهداف الدراسة:

- تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق ما يلي:
- التعرف على البيئة المدرسية الملائمة التي توفر الراحة النفسية للتلاميذ في فترة الامتحانات.
- التعرف على تأثير العلاقات الاجتماعية في تقليل الخوف من الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط.
- تحديد وتشخيص العناصر المشكلة للبيئة المدرسية ومدى تأثيرها على قلق الامتحانات.

- إظهار الأسباب الحقيقية الكامنة وراء خوف التلاميذ وراء من الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط.
- تحديد أهم المعوقات التي تحول دون توفر مناخ مدرسي مناسب في مراحل التعليم المتوسط.
- تقديم بعض المقترحات والتوصيات التي تساعد في تحسين البيئة المدرسية من اجل التقليل من توتر الامتحانات لدى التلاميذ.

4- أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية دراستنا للموضوع في تنمية المعرفة النظرية ودعمها بحقائق الممارسة الميدانية تماشيا مع متطلبات التخصص.
- وتبرز أهمية الدراسة في تناولها موضوعا جديرا بالاهتمام وهو قلق الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط والذي يعرقل مسارهم الدراسي والتعرف على طريقة مواجهة هذه الظاهرة والخفض من حدتها.
- معرفة الجو الدراسي المناسب الذي يقلل من قلق الامتحانات لدى التلاميذ.
- إبراز أهمية البيئة المدرسية كركيزة هامة من تقليل قلق الامتحانات لدى التلاميذ.
- التقليل من العوامل التي تؤدي إلى زيادة التوتر والخوف من الامتحانات لدى التلاميذ

5- أسباب اختيار الموضوع:

لابد لأي بحث أن يراعي عددا من المعايير والأسس التي يتم من خلالها اختيار وصياغة مشكلة البحث وبناؤها، وقد جاء اختيارنا لموضوع البيئة المدرسية وعلاقتها بقلق الامتحان لدى تلاميذ المتوسط لعدة أسباب من أهمها:

- موضوع الدراسة يدخل ضمن اهتمامات تختصص علم اجتماع التربية.
- القيمة العلمية والعملية للموضوع في البنية التعليمية.
- الدور الهام الذي تلعبها البيئة المدرسية في العملية التعليمية.
- محاولة الكشف ما إذا كان هناك دور للبيئة المدرسية في قلق الامتحان.
- ضرورة الاهتمام بالبيئة المدرسية كعنصر فعال يساهم في نجاح العملية التعليمية.
- اكتساب معرفة وخبرة حول العوامل المؤثرة في قلق الامتحان لدى تلاميذ المتوسط.
- الميل الشخصي لدراسة هذا الموضوع باعتباره يتناول شريحة عمرية مهمة في ميدان التربية والتعليم وهؤلاء هم أجيال المستقبل لذا واجب تربيتهم على أحسن وجه.

6- المنهج المستخدم في الدراسة:

المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة الحقيقية والإجابة على الأسئلة والاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث وهو البرنامج الذي يحدد لنا السبيل للوصول إلى تلك الحقائق وطرق اكتشافها، وعليه فان الموضوع هو الذي يفرض على الباحث استخدام منهج معين دون غيره، ولذلك اعتمدت في بحثي هذا على المنهج الوصفي التحليلي الذي يتيح لنا القدرة على وصف الظاهرة وتحليلها وتفسيرها.[1]

بحيث يعرف المنهج الوصفي: على انه أسلوب من أساليب التحليل المركز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد أو فترات زمنية معينة، وذلك من اجل الحصول على نتائج علمية، ثم تفسيرها بطريقة موضوعية، بما ينسجم عن المعطيات الفعلية للظاهرة. [2]

كما يعرف المنهج الوصفي: على انه جملة من الإجراءات والخطوات المنظمة التي يتبعها الباحث أثناء معالجته للموضوع المبحوث بغرض الإجابة على أسئلة البحث، فالمنهج يمثل نصف المعرفة ولا يستطيع العلم أن يستغني عنه لأنه بمثابة البوصلة العلمية التي يهتدي بها الباحث كي يلتمس هدفه الرامي إلى اكتشاف الحقيقة العلمية النابعة من قراءة موضوعية لطبيعة وخصائص الواقع المدروس حتى تكون نتائجه معبرة بصدق عن هذا الواقع ولذلك يقول كلود برنارد "إن المناهج الجيدة تستطيع أن تعلمنا كيف ننمي ملكاتنا ونستخدمها لأغراض أفضل بينما قد تعوقنا المناهج الفاسدة عن الاستفادة لصالحنا".[3]

---

[1] – رشيد زروالي: **تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، دار هومة للطباعة والنشر، د.ط،2002، ص 119.

[2] – محمد إحسان حسن: **الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي**، دار الطليعة، ط2، بيروت، ص17.

[3] – بلغيث سلطان: **مفاتيح مفاهيمية في العلوم الاجتماعية**، دار قرطبة، الجزائر، 2006، ص 6.

7- تحديد المفاهيم:

1-البيئة المدرسية: هي نوع من التفاعل الذي يحدث بين المدرسين والتلاميذ وبين التلاميذ أنفسهم وبين الإدارة المدرسية والمدرسين وبين الإدارة والتلاميذ.[1]

التعريف الإجرائي للبيئة المدرسية:

كل ما يحيط بالتلاميذ داخل المدرسة من إدارة ومعلمين ومنهج وتعامل مع التلاميذ وأي من المكونات التي يتفاعل معها التلاميذ. وذلك لتوفير المناخ المناسب الذي تتم في إطاره عملية التربية على أفضل ما يكون.

2- قلق الامتحان:

تعريف سبيلبرجSpielberger(1980): قلق الامتحان بأنه سمة شخصية في موقف محدد يتكون من الانزعاج والانفعال. يطلق عليه في بعض الأحيان قلق التحصيل، وهو نوع من قلق الحالة المرتبطة بمواقف الامتحان بحيث تثير هذه المواقف في الفرد شعورا بالخوف عند مواجهتها، وإذا زادت درجته لدى فرد ما أدت إلى إعاقته من أداء الامتحان وكانت استجابته غير متزنة.[2]

تعريف دوسيكDusek(1980): بأنه شعور غير سار، أو حالة انفعالية تلازمها مظاهر فسيولوجية وسلوكية معينة. وتلك الحالة الانفعالية يحس بها الفرد في الامتحانات الرسمية ومواقف التقييم الأخرى.[3]

التعريف الإجرائي لقلق الامتحان:

هو حالة نفسية تظهر بصفة مؤقتة لدى الفرد (التلميذ) في مواقف الاختبار والتقييم وتزول بزوال الموقف، تتميز هذه الحالة بأعراض جسمية ومعرفية وانفعاله وسلوكية محددة.

---

[1] – ياسر فتحي الهنداوي: **إدارة المدرسية إدارة الفصل، أصول نظرية وقضايا معاصرة**، المجموعة العربية لتدريب والنشر،القاهرة، مصر،2009، ص13.

[2] – عباس الشوربجي وعفاف دانيال: **العلوم السلوكية**، مكتبة النهضة المصرية، ط1، الجيزة، 2001، ص209.

[3] – مغاوري مرزوق: **الفروق بين الجنسين في قلق الاختبار**، مجلة التربية المعاصرة، مركز الكتاب للنشر بمصر الجديدة، العدد 19،1991، ص95.

3- التلميذ:

تعريف احمد سيشوب: يرى أن التلميذ هو العنصر الأساسي والمهم والمشكل لإطار العلاقة المدرسية المكونة أساسا من المعلم والتلميذ لذلك على المعلم أن يكون ملما لخصائص التلميذ حتى يضمن النجاح في عمله اليومي.[1]

تعريف احمد برغوثي: يعرفه على أنه أساس العملية التعليمية إذ تنصب باتجاهه جميع الطرائق والأساليب والتقنيات التعليمية بهدف تزويده بما يحتاج إليه من معرفة وثقافة ومعلومات حول مادة اختصاصه وتعلمه.[2]

التعريف الإجرائي للتلميذ: هو فرد يتم تزويده بكم معين من المعرفة والمعلومات مع ضرورة جعله مركز الاهتمام أثناء القيام بأي عمل تعليمي، ومراعاة طبيعة شخصيته واحترام ميوله لتحقيق تنمية شخصية من جميع جوانبها.

4- مفهوم التعليم المتوسط:

يعتبر التعليم المتوسط: ذلك التعليم الذي يضمن تعليما مشتركا لكل التلاميذ، ويسمح لهم باكتساب المعارف والكفاءات الأساسية الضرورية لمواصلة الدراسة في المستوى اللاحق أو الالتحاق بالتعليم أو التكوين المهني أو المشاركة في حياة المجتمع.[3]

وتعرفه وزارة التربية الوطنية: بأنه المرحلة الأخيرة في التعليم الإلزامي، وهو يهدف إلى جعل التلميذ يتحكم في قاعدة أساسية من الكفاءات التربوية والثقافية والتأهيلية تمكنه من مواصلة الدراسة والتكوين بعد الإلزام، أو الاندماج في الحياة العملية.[4]

---

[1] – احمد سيشوب: **العلوم التربوية**، دار التونسية للنشر والتوزيع، تونس، 1991، ص166.

[2] – احمد برغوثي: **دراسة الوضع المدرسي لطلاب الثانويات**، مذكرة تخرج غير منشورة، جامعة قسنطينة،1985، ص7.

[3] – وزارة التربية الوطنية، المسار الدراسي للتعليم الأساسي، 2009.

[4] – وزارة التربية الوطنية: **النشرة الرسمية للتربية الوطنية**، المديرية الفرعية للتوثيق، العدد 522، الجزائر–،2009، ص10.

8- الدراسات السابقة

ان المراجعة التي يقوم بها الطالب للدراسات تهدف الى التعرف على الادبيات التي سوف تساعده على ان يستفيد مما قدمته تلك الدراسات في هذا المجال ,و من خلالها يحاول تصميم دراسته لتكون اضافة جديدة لهذا التراكم المعرفي.

و فيما يلي سنعرض بعض الدراسات السابقة التي تطرقت الى بعض الموضوعات ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية و التي يمكن ان تخدم الدراسة الحالية سواء بصورة مباشرة او غير مباشرة.

الدراسة الاولى: لسليمة سايحي

بعنوان: فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بورقلة [1] 2004.

المنهج المستخدم في الدراسة: المنهج التجريبي.

العينة: تكونت عينة الدراسة من 28 تلميذة بواقع 14 تلميذة في المجموعة الضابطة و 14 تلميذة في المجموعة التجريبية.

نتائج الدراسة: وقد توصلت إلى النتائج التالية:

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي و البعدي على أبعاد مقياس قلق الامتحان.

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس قلق الامتحان.

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات تحصيل أفراد المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج و بعده.

- توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على أبعاد مقياس قلق الامتحان لصالح القياس البعدي.

[1] – سليمة سايحي: **فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي**، مذكرة ماجستير، جامعة ورقلة، 2004.

– لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي على أبعاد مقياس قلق الامتحان.

– لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات تحصل أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج و بعده لصالح بعد البرنامج.

– توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في القياس البعدي على أبعاد مقياس قلق الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.

– توجد فروق دلالة إحصائية عند مستوى (0,01)بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في القياس التتبعي على أبعاد مقياس قلق الامتحان و الفروق لصالح المجموعة التجريبية

الدراسة الثانية: لنائل ابراهيم ابو عزب

بعنوان: فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظات غزة, 2008[1].

المنهج المستخدم في الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي و المنهج التجريبي .

العينة: تكونت عينة الدراسة من 30طالب بواقع 15طالب في المجموعة الضابطة و 15طالب في المجموعة التجريبية.

نتائج الدراسة: وقد توصلت الى النتائج التالية.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01)في متوسطات من درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظات غزة تعزي لمتغير الجيش و لصالح الإناث.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظات غزة تعزي لمتغير التخصص العلمي للطلبة.

[1] – نائل إبراهيم أبو عزب: **فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظات غزة،** الجامعة الاسلامية، كلية التربية، قسم علم النفس، رسالة ماجيستير، غزة، 2008.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى الطلبة الثانوية العامة بمحافظات غزة تعزي لمتغير المستوى التعليمي للأب.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة تعزي لمتغير المستوى التعليمي للام.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في متوسطات درجات قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة تعزي لمتغير مكان السكن.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى الثانوية العامة بمحافظة غزة تعزي لمتغير الترتيب الولادي للطالب.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة تعزي لمتغير حجم أفراد العائلة.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05= ∞)في مستوى قلق الامتحان بين القياس القبلي و القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05= ∞)في مستوى قلق الامتحان بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05= ∞)في مستوى قلق الامتحان بين القياس البعدي للمجموعة الضابطة و القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

9- التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة التي تم عرضها يمكن ملاحظة ما يلي:

من خلال عرض الدراسات فان الباحث يلاحظ جوانب عدة من تلك الدراسات، و ما تناولته من موضوعات و ما استخدمته من أدوات مختلفة، و عينات، و ما توصلت إليه من نتائج، و التي يمكن إيجازها في:

1- تشابهت الدراستين من حيث الموضوع و المراحل الدراسية و أنواع العينة و مجتمعات الدراسة.

2- أظهرت الدراستين على ضرورة خفض من نسبة التوتر و قلق الامتحانات.

3- و كما أكدنا على وضع برنامج إرشادي من اجل خفض حدة القلق، و أيضا أكدت على الحد من الضغوط النفسية للتلاميذ.

4- الغرض و الهدف: تناولت الدراستين السابقتين خفض قلق الامتحان لدى التلاميذ و كذا وضع برنامج إرشادي مدرسي من اجل الحد من نسبة الخوف و التوتر لدى التلاميذ.

5- المنهج المستخدم و الأداة: استخدمت الدراستين المنهج التجريبي لاعتباره الأنسب لموضوع الدراستين كما استخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات.

6- المجتمع و العينة: إشتركت الدراستين في اختيار التلاميذ لمجتمع العينة في متغير قلق الامتحانات.

- أما الدراسة الحالية فتعطي نظرة متخصصة ودقيقة وموسعة عن البيئة وعلاقتها بقلق الامتحانات لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، وذلك بدراسة وصفية تحليلية واعتمدت الاستبانة كأداة لجمع البيانات

الفصل الثاني: البيئة المدرسية.

تمهيد

أولا- البيئة المدرسية.

1-تعريف البيئة المدرسية.

2-مكونات البيئة المدرسية.

3-العوامل المؤثرة في جودة البيئة المدرسية.

ثانيا- المناخ المدرسي.

1-مفهوم المناخ المدرسي.

2-أنواع المناخ المدرسي.

3-محددات المناخ المدرسي.

4-عوامل المناخ المدرسي.

5-أهمية المناخ المدرسي.

6-خصائص البيئة التعليمية الجيدة.

7-أساليب تحسين المناخ المدرسي.

8-النظريات المفسرة للمناخ المدرسي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

تعتبر البيئة المدرسية عاملا رئيسيا لهدوره المهم والفعال في العملية التعليمية والتربوية من خلال التأثير على شخصية التلميذ وتحصيله العلمي، حيث أن حب التلميذ للمدرسة وانتماؤه إليها يزيد في تحصيله العلمي ويجعله يستفيد من برامجها التربوية، والعكس صحيح فمتى قل انتماء الطالب للمدرسة صعب عليه التكيف مع برامجها وضعفت استفادته العلمية والتربوية، ويعتبر مصطلح المناخ المدرسي مرادف لمصطلح البيئة المدرسية ولذا قمت بعرض أهم العناصر للمناخ المدرسي والمتمثلة في: مفهومه، أنواعه، محدداته، عوامله وأهميته وخصائص البيئة التعليمية وكذا أساليب تحسينه ونظرياته.

أولا-البيئة المدرسية.

1-تعريف البيئة المدرسية: لا يقتصر مفهوم البيئة المدرسية على المكان الذي يتلقى فيه الطلبة العلوم المختلفة فقطة، بل على مجموع العوامل والشروط النفسية، والتعليمية، والاجتماعية التي تشكل سويا البيئة التعليمية، فالمكان أول عناصر تلك البيئة،فيما يشكل الأسلوب التعليمي، والنظم التربوية والتعليمية الشق الآخر من تلك البيئة، ولايقتصر الأمر عند هذا الحد وحسب، بل إن نتيجة تفاعل الطلبة مع المعلم أو المدرب، وطريقة فهمهم للدروس من أكثر من منظور، تعد جزءا مهما من مفهوم البيئة المدرسية أيضا.

ومن هنا نجد عدة تعريفات للبيئة المدرسية:

- مجموع العوامل المادية والبشرية التي تؤثر في تعلم الطالب ومستوى تحصيله.
- المحيط التعليمي القائم على البيئة المادية كمباني المدرسة،والعوامل البشرية منها:

الأستاذ او ناقل العلم، الطالب أو المتلقي، إلى جانب المادة الدراسية ومستوى التفاعل بين الطالب والمعلم، والنتيجة التي تخرج بها حلقات العلم (التغذية الراجعة).

- المناخ التعليمي الذ يشمل المواقف التعليمية المتعددة التي تؤسس المهارات والمفاهيم لدى الطالب، سواء في مراحله التعليمية الأولى أو مراحله التعليمية الأكثر نضجا واتساعا.[1]

2- مكونات البيئة المدرسية:تتكون البيئة المدرسة من:

أ. **عناصر بشرية:** وتتمثل في: تلاميذ، معلمون، مشرفون، والموجهون الإداريون ...

ب. **عناصر غير بشرية:** وتتمثل في: موقع المدرسة، المباني، التجهيزات، المعامل، المناهج، الوسائل التعليمية وغير ذلك.

ج. **العلاقات الاجتماعية:** وهي التفاعلات التي تنشأ بين الأفراد والجماعات داخل المدرسة وتتأثر بالمكونات البيئية الطبيعية والجغرافية والاقتصادية والسياسية.[2]

---

[1]-الموضوع (**مفهوم البيئة التعليمية**): mawdoo3.com , 14.02.2017

2- قرساس الحسين: **مقياس خصائص المتعلم، البيئة المدرسية للمتعلم**، 2013/02/15 https://psyeduc.wordpress.com

3- العوامل المؤثرة في جودة البيئة المدرسية:

أ-جاهزية العوامل البشرية: فهل المعلم والطالب على استعداد للسير بالعملية التعليمية قدما، أم أن كل طرف منهما يوكل المهمة للآخر، ويحمله المسؤولية الكاملة عن أي تقصير.

ب- العوامل المادية: من حيث توفر المكان الملائم للتعلم، والمرافق الضرورية لذلك والمحتويات المادية المهمة مثل: المقاعد الدراسية، السبورة، والوسائل التعليمية والنماذج والخرائط ودورات المياه، والساحة العامة، والملاعب ومختلف المرافق خاصة في موسم البرد والشتاء[1].

ومن بين العوامل المادية (الظروف الفيزيقية) نذكر: الضوضاء والضوء والحرارة والبرودة والتهوية، وكلها ترتبط بالمباني المدرسية.

- **الضوضاء:** إن الضوضاء ليست في صلب العمل المدرسي، لكن يمكن أن تأتي من المحيط الخارجي وفقا لموقع المدرسة ولبنائها، ومما لا شك فيه أن هناك الأدلة التي تثبت لنا كل يوم مدى الضرر النفسي والجسمي الذي يصيب نتيجة من يتعرض للضجيج.

ولقد بينت العديد من الدراسات تأثير الضوضاء على العديد من الوظائف العصبية والهرمونية وتؤدي تلك الوظائف بدورها إلى استجابات ثانوية في عدد كبير من الأعضاء والأجهزة العضوية.

وإعتبر الكثير من المهتمين بالصحة المدرسية من أمثال تايلور والخزامي أن الضوضاء سبب من أسباب الضغوط النفسية، حيث يتسبب في رفع درجة التوتر وعدم التوازن النفسي[2].

-**الإضاءة:** إن تحديد مستوى الإضاءة المطلوب لإنجاز أي عمل من الأعمال هو نقطة البداية في تصميم الإضاءة، وشدة الإضاءة ليستإلا عاملا واحدا من عوامل الإضاءة ككل، فمنذ 1960 بدأ التركيز على عوامل أخرى خاصة في اختبارات البصر كإضاءة المحيط وحجم الشيء وسرعة الإدراك مما أدى إلى ظهور معايير للإضاءة.

---

[1]- الموقع السابق: **mawdoo3.com**

[2]- عبد الله عامر الشهراني، وسعيد محمد رفاع: **الاجهاد النفسي، مصادره وطرق مقاومته لدى معلمي ومعلمات العلوم بالمنطقةالجنوبية الغربية من المملكة العربية السعودية**، أبها، اصدار مركز البحوث التربوية، 1995، ص 8.

إن الإضاءة داخل حجرات الدراسة يجب أن تكون أن تكون كافية، وموزعة توزيعا عادلا، بحيث ألا تكون ضعيفة على مجموعة من المتعلمين وساطعة على مجوعة أخرى، كما يجب أن تتزاوج الإضاءة الطبيعية مع الإضاءة الاصطناعية، وقد أكد مصباح عيسى آخرون أن الإضاءة داخل المباني المدرسية يجب أن تساعد على الرؤية وتوفر الراحة للعين وتمنع التحديق.

– **الحرارة:** إن تنظيم الحرارة أمر يجعل الإنسان يعيش في توازن حراري مع بيئته ويجعله أكثر ارتياحا وأكثر كفاءة في الأداء ذهنيا وبدنيا، ويعتبر الجو المريح داخل حجرات الدراسة ضروري من أجل راحة المتعلم، إذ يوصي المهندسون البشريون على ألا تزيد درجة الحرارة فوق 24° داخل الفصول الدراسية.[1]

– **الوسائل التعليمية:**إذا كان اختيار الأثاث المدرسي والوسائل التعليمية المادية يعتبره القائمون على شؤون التربية والتعليم في أقطارنا العربية غير أساسي، فإن إهماله وعدم تكييفه مع متطلبات الطلاب والمعلمين يؤثر في النتائج النهائية للعملية التعليمية، كما يؤثر على راحتهم النفسية، فمن خلال الدراسات المسحية التي قام بها **ماك برايد** 1983 (Mc bride) والتي استعرض فيها العديد من الدراسات التي تعرضت للضغوط في مجال التعليم منذ الثلاثينيات حتى 1983، وجدها جميعا تندرج تحت مصادر بيئة العمل مثل الظروف السيئة التي يعمل فيها المعلم وعدم توفر الأدوات اللازمة للتعليم.[2]

ثانيا– المناخ المدرسي:

1–مفهوم المناخ المدرسي:

يتفرد المناخ المدرسي عن غيره من سائر النظم الإدارية بخصوصية تفرضها طبيعة العمليات التي يؤديها، ونوع العلاقات التي ينبغي أن تحكم بيئته الداخلية.

ويعرفه القريوتي (2000): إلى أن المناخ التنظيمي لأي مؤسسة ينظر إليه من خلال ثقافتها، ففي المؤسسات عموما يكون المناخ التنظيمي فيها متمثلا في خصائص البيئة الداخلية من هيكل تنظيمي ونمط القيادة والإشراف،

[1] – علي عسكر: **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، دمشق، 2000 ،ص ص7–8.

[2] – عبد الله عامر الشهراني، سعيد محمد رفاع: المرجع السابق، ص 9.

ونمط الاتصالات، ونوعية العمل، ومدى المشاركة في اتخاذ القرارات مما ينعكس على سلوك العاملين بشكل إيجابي أو سلبي.

كما أشار إبراهيم (1998): إلى أن المناخ التنظيمي في المدرسة هو مجموعة الاتجاهات والقيم والمشاعر السائدة بين العاملين في المدرسة.

ويعرفه رمزي هارون (2002): أن المناخ المدرسي يتضمن نوع المشاعر السائدة في المدرسة والتي يمكن من خلالها وصف أجواء العمل والتفاعل بين أعضاء المجتمع المدرسي وهذا بدوره يتكون من اتجاهات وقيم وعلاقات اجتماعية بين الأفراد.

تعريف حجي (2002): أن مصطلح المناخ المدرسي يشير إلى إدراك المعلمين لبيئة العمل في المدرسة، وهو يتأثر بالتنظيم الرسمي والغير رسمي وشخصيات المشاركين والقيادة الإدارية وأنه في المنظمة التعليمية يتضمن جو العلاقات الاجتماعية والنفسية والإنسانية والمدرسية.[1]

و بناءا عليه فالمناخ المدرسي هو ذلك المصطلح الذي يشير إلى طبيعة المهمات المستهدفة والمخطط لها بموجب البناء التنظيمي للمدرسة، ولأنماط الإدارة المدرسية والصفية السائدة فيه وإلى طبيعة الاتصالات وقيم العمل والعلاقات السائدة وإلى مشاعر الأمن والرضى الوظيفي كما يحس بها ويتأثر بها المجتمع المدرسي،بما يحقق تعاون وتضامن وانتماء أفراد هذا المجتمع وإثارة دافعيتهم كي يعملوا بتناغم وفاعلية ورضى لتحقيق المقاصد التربوية التي تسعى المدرسة إلى تحقيقها.

2-أنواع المناخ المدرسي:

أ - المناخ المفتوح: يكون مناخ المدرسة مناخا مفتوحا متى تمتع أعضائها بروح معنوية عالية، حيق نجد المعلمين يعملون معا دون شكوى كما يسعى مدير المدرسة غلى تسهيل إنجاز المعلمين للأعمال الموكلة إليهم بلا تعقيدات، كما تسود المدرسة علاقات اجتماعية قوية وتسعى إدارة المدرسة إلى إشباع الحاجات الاجتماعية للعاملين فيها.

[1] - بشير محمد عربيات: **إدارة الصفوف وتنظيم بيئة التعليم**، ط1، دار الثقافة، عمان، 2006، ص ص98-99.

ب- مناخ الحكم الذاتي:ويسود المدرسة التي تتسم بهذا المناخ حرية شبه كاملة يتيحها مديرها للعاملين بها في آداء واجباتهم، ويساعد هذا المناخ على ظهور قيادات من أعضاء الأسرة المدرسية، ويتسم الآداء والإنجاز بالانسيابية وعدم التعقيد, حيث يتعاون الجميع, وحيث تسود روح معنوية عالية بينهم، وإن كانت بدرجة أقل من المناخ المفتوح وإذا كان المناخ المفتوح يتسم بالروح المعنوية العالية كنتيجة لما يتحقق من إشباع نتيجة إنجاز العمل وإشباع الحاجات الاجتماعية في ذات الوقت، فإنه في مناخ الحكم الذاتي نجد اهتماما رئيسيا بإشباع الحاجات الاجتماعية يليها جانب الإنجاز والأداء.

ج- المناخ المراقب: يسود هذا المناخ مؤسسات التعليم متى تركز الاهتمام في أداء العمل وإنجازه بالدرجة الأولى، ولو على حساب إشباع حاجات العاملين، ذلك أن الاهتمام بالعمل وإنجاز الواجبات لا يتيح فرصة للاهتمام بالعلاقات بين العاملين.

ويقوم مدير المؤسسة في هذا المناخ بالرقابة والمتابعة والتوجيه المباشر، ولا يسمح بأي خروج على القواعد الموضوعة دون اهتمام بمشاعر العاملين، ومن هنا فإن الروح المعنوية لا تكون عالية كما هي الحال بالنسبة للمناخ المفتوح، وإن كانت قريبة منه بالقياس إلى المناخ المغلق.[1]

د - المناخ المألوف (مناخ الألفة):وتسود المدرسة التي تتسم بهذا المناخ الروح الأسرية أو العائلية، حيث يكون هناك بين أعضائها، فالعلاقات الاجتماعية والاهتمام بالحاجات الاجتماعية يفضل الاهتمام بالعمل والإنجاز وتحقيق الأهداف.

ويقل في ظل هذا المناخ الدور التوجيهي لمدير المدرسة، وهو لا يعقد الأمور، بل يسيرها إلى حد كبير يشعر الجميع بجو الأسرة، وتكون النتيجة بروز قيادات جديدة.

وانخفاض الرضا عن الأداء وتحقيق الأهداف. ولما كان الإهتمام منصبا على إشباع الحاجات الإجتماعية وحدها فإن الروح المعنوية يكون متوسطا.

هـ- المناخ الوالدي:وتتميز المدرسة في ظل هذا المناخ بإنعدام تفويض السلطة، إذ تتركز السلطة في مدير المدرسة، مما يحول دون ظهور قيادات من بين أعضاء المدرسة وينجم عن ذلك أن سلطة الرقابة تكون أعلى من

[1] -أحمد إسماعيل حجي: **إدارة بيئة التعليم والتعلم**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000، ص ص 264-265.

سلطة التوجيه والإشراف. فهناك إهتمام ضعيف بتوجيه أعضاء المدرسة في عملهم وأدائهم وكذلك بالنسبة إلى إشباع حاجاتهم الإجتماعية، ويسود الإنقسام والتحزب صفوف أعضاء المدرسة مما يؤدي إلى إنخفاض الروح المعنوية نتيجة لإنخفاض الأداء وإهمال إشباع الحاجات.

و- المناخ المغلق:وهو نقيض المناخ المفتوح، إذ لايتاح للمجتمع المدرسي فرص تنمية علاقات إجتماعية، فضلا عن أن أداء العمل وإنجازه يكون منخفضا، ويتصف المدير بعدم قدرته على القيادة والتوجيه، وإهتمامه بالشكليات والروتين، كما يتناسى دوره الريادي كنموذج وقدوة مما يؤدي إلى إنخفاض شديد في الروح المعنوية للعاملين في المدرسة.[1]

3- محددات المناخ المدرسي:

لعل أبرز المتغيرات ذات العلاقة بتحديد شكل المناخ المدرسي يمكن إيجازها فيما يلي:

أ- البناء التنظيمي: وهو الوعاء الذي يجسد الدوائر والأقسام وتنتشر فيه مكونات المدرسة وتتحدد فيه ارتباطاتها الإدارية ولجان التنسيق، متضمنا وصف الوظائف ومشتملا على مواصفاتها وشبكات الاتصال النزلة والصاعدة الأفقية، ثم بما يشتمل عليه من مسؤوليات وصلاحيات. إنه على قدر ما يكون هذا البناء قائما على أسس علمية سليمة يشتمل على تحديد دقيق للوضائف والمسؤوليات والصلاحيات ووضع الشخص المناسب في المكان المناسب، فإن ذلك من شأنه أن يقلل من احتمال ظهور المناخ السلبي، وبعبارة أخرى فإنه يصل بالمناخ الإيجابي إلى (نقطة الصفر النظري) إضافة إلى أنه كلما زادت مركزية البناء التنظيمي توقعنا مناخا تنظيميا سلبيا، كما ويلعب حجم التنظيم دورا مهما في تحديد خصائص المناخ التنظيمي، إذ ان التنظيمات الصغيرة هي أقرب ما تكون إلى المناخ العائلي وتكون العلاقات بين أفرادها حميمية منفتحة.

ب- نمط الإدارة:إن نمط الإدارة الذي يستخدمه المدير وما يترتب عليه من ممارسات سواء أكانت قائمة على المشاركة والديمقراطية أو انها متسمة بالأوتوقراطية والتسلط إزاء العاملين أو على ما بينهما من أنماط لها الأثر في تحديد نوع المناخ المدرسي داخل ذهنية الأفراد العاملين في المؤسسة، مثلما أن لهذا النمط تداعياته على مختلف المستويات الإدارية داخل المدرسة من حيث الشعور الذي يحمله العاملون في المدرسة وعلى شعورهم بالرضى الوظيفي وبما ينعكس على نمط الإدارة المطبق داخل المدرسة وبالتالي تأثيره على المناخ الصفي ذاته.

[1]- المرجع نفسه، ص ص265-266.

ج- تكنولوجيا العمل:كلما كانت التكنولوجيا المستخدمة في المدرسة ذات طبيعة ثابتة غير متجددة، فإنه ستسود الأجواء التقليدية إلى حد كبير، وبالتالي يكون المناخ المدرسي فيها متجها نحو السلبية في نظر المرؤوسين، إلى جانب قلة الإبداعات وعدم تقبل الأفراد لتحمل المسؤولية في إنجاز المهمات.

د- البيئة الخارجية: إن العوامل البيئية الخارجية المتعلقة بالسياسات التربوية العامة على مستوى المناطق التعليمية والأنظمة والتعليمات المطبقة والحوافز والعقوبات المعمول بها ونظام الرعاية والتأمينات المطبقة مما يتأثر به العاملون في المؤسسات التربوية له أثره على المناخ التربوي عموما وما يليه من مستويات تعليمية.[1]

إن تدني التخصصات المالية للمدارس، وسياسات خفض النفقات من قبل الجهات الممولة أو في حالة أن تعيش بعض المدارس ظروفا إقتصادية سيئة، لربما تضطر الإدارة إلى الإستغناء عن بعض العاملين فيها، فإن تصور المناخ المدرسي سيدرك أنه غير مستقر وقلق ومنذر بالخطر، لذا فالمناخ المدرسي هو سلسلة متصلة تمتد من المناخ السائد على مستوى النظام التربوي بجملتهاإلى مستوى المدرسة والصف.

وبناء عليه يمكن القول ان نمط الادارة المدرسية ،وأسلوب الادارة ان كان مركزيا أو غير مركزي، وطبيعة ومستوى المهام التي يتطلبها العمل، ومدى تأكيد التميز والابداع، والروح المعنوية السائدة بين العاملين، ومستوى ونوعية العلاقات السائدة بينهم ،ومدى الشفافية والوضوح، وتأكيد الانجاز ودعم جهود التدريب والتطوير وأسلوب المكافأة والعقاب، ودرجة الأمن والمخاطرة وكفاءة ومرونة التنظيم ،وإشباع الحاجات الاجتماعية والعاطفية والنفسية كلها عوامل مسؤولة عن تحديد نوع ومستوى المناخ المدرسي، والذي يرتبط ارتباطا عاليا بإنتاجية المدرسة وتحقيقها لأهدافها وأهداف العاملين فيها والمنتفعين من خدماتها.

4- عوامل المناخ المدرسي:

يقصد بعوامل المناخ المدرسي تلك العوامل التي إذا ما توفر إشباعها في البيئة المدرسية تحقق المناخ الملائم الذي يضمن النجاح المدرسي المطلوب وهذا ما أكده "روبرت"(Robert1977) وتتمثل هذه العوامل في:

[1]- بشير محمد عربيات:**إدارة الصفوف وتنظيم بيئة التعليم**، ط1، دار الثقافة، عمان، 2006، ص ص101-102.

أ – الاحترام:ويقصد به شعور الأفراد داخل المؤسسة التعليمية بأن أراءهم ومقترحاتهم تحظى بالعناية والتقدير، فالمناخ المدرسي الايجابي لا يشعر الأفراد فيه بالقمع وإنما يشعرون بالرعاية والاهتمام وهذا ما يبعث بالاستقرار النفسي والشعور بالتقدير للفرد داخل المؤسسة التعليمية.

ب – الثقة:وتتمثل في مدى إيمان الطالب بأن الأفراد داخل المؤسسة التعليمية يتصرفون معه بطريقة صادقة تخلو من مظاهر الرياء والخداع، فتوفر مثل هذا الجو يشعرهم بالأمان داخل البيئة الدراسية مما يولد الشعور بالانتماء للمدرسة وشعور العاملين فيها بالحماس وعدم الرغبة في الغياب عنها.[1]

ج – فرص للمشاركة: حيث وجب على القائمين بالعملية التربوية اتاحة الفرصة لجميع الطلاب بما فيهم الطلاب المتأخرين دراسيا في صنع القرار وطرح الأفكار وابداء المقترحات فشعور الطلاب بفقدان حق المشاركة يؤثر سلبيا على مفهوم الذات لديهم كما يحرم المؤسسة التعليمية من الاستفادة من أفكارهم وآرائهم في تطوير العملية التربوية.

د –التمسك:ويقصد به ارتباط مشاعر الأفراد بالمؤسسة التعليمية ومدة ولائهم لها ودفاعهم عنها ومن مظاهر السلوكية لهذا العمل شعور الأفراد بداخلها بروح الجماعة وميلهم للبقاء فيها والمحافظة عليها.

هـ – التجديد:فالمناخ المدرسي الايجابي هو المناخ الذي يقاوم الروتين ويتطلع للتجديد ولكي يتحقق النمو السليم في المؤسسة التعليمية لابد لها أن تعدل وبشكل مستمر من خططها الدراسية وبرامجها التعليمية وأن تكون قادرة على تنظيم مشاريع تنموية مرتبطة بحاجات المجتمع وأهدافه فالتجديد يثير اهتمام الافراد ويشبع دوافعهم ويزيد من طموحاتهم.[2]

فمن المهم توفر مثل هذه العوامل من أجل خلق بيئة مدرسية ملائمة وآمنة تقوم على الاحترام والثقة والمشاركة المؤسسة وزيادتها، كما يؤثر وبشكل مباشر على التحصيل الأكاديمي للتلاميذ فالبيئة النفسية والاجتماعية الايجابية من شأنها رفع مستوى الصحة النفسية لديهم وبالتالي التغلب على الصعوبات التي تواجههم والحد من ظهور المشكلات النفسية.

---

[1] – سامية محمد بن لادن : **المناخ المدرسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي وعلاقاته بالتحصيل الدراسي والطمأنينة النفسية لدىطالبات كلية التربية للبنات**، مجلة كلية التربية،العدد25،ج1، الرياض، 2001، ص ص212–213.

[2] – المرجع السابق: ص 213

5 – أهمية المناخ المدرسي:

يمكن ابراز أهمية المناخ المدرسي في النقاط التالية:

أ– المناخ المدرسي الايجابي له تأثير واضح على أداء الافراد ورضاهم واتجاهاتهم ودافعيتهم للعمل.

ب – يساهم في تحسين مستوى المعلمين وجميع أفراد الطاقم التربوي وشعورهم بالالتزام والثقة ورفع الروح المعنوية لديهم.

ج –يعزز النمو والتعلم الضروريين لحياة منتجة ومشبعة ومساهمة في مجتمع ديمقراطي.

د –يشمل المناخ المدرسي الايجابي المعايير والقيم والتوقعات التي تدعم شعور جميع أفراد المؤسسة التربوية بالأمن اجتماعيا وعاطفيا وجسديا، كما يساهم في شعورهم بروح المشاركة والاحترام حيث يساهم كل فرد ينتمي إلى المدرسة في العمليات التعليمية ورعاية البيئة المادية. يعمل المعلمون بشكل خاص على نمذجة وتعزيز المواقف التي تؤكد على الفوائد والرضا والتعلم وبالتالي يؤثر وبقوة في دافع الطالب للتعلم.

هـ –يتيح المناخ المدرسي الايجابي للطلاب والأسر وجميع الأفراد العاملين بالمدرسة فرص العمل معا للتطوير والمساهمة في رؤية مدرسة مشتركة.

و – يساهم في زيادة التحصيل الأكاديمي للطلاب والتقليل من أثر المشكلات النفسية التي يوجهونها وذلك من خلال فتح مجال الحوار وتقديم المساعدات اللازمة والتدخل المبكر إن أمكن.[1]

6– خصائص البيئة التعليمية الجيدة:

- أن تكون البيئة المادية مريحة وجذابة ومجهزة بالأجهزة والتقنيات والمصادر والمواد التعليمية اللازمة، ومنظمة على نحو يتيح للطلاب فرص التعليم الفردي والتعليم في مجموعات.

[1] – صولي إيمان: **المناخ المدرسي وعلاقته بصحة المدرسية لدى عينة من تعليم المتوسط والثانوي**، شهادة ماجستير، جامعة ورقلة ، 2014، ص 15

- وجود رسالة واضحة للبيئة تظهر بجلاء ما تركز عليه المدرسة وما تسعى إلى إنجازه وما تهتم به وتقدره، فيكون للعاملين فيها من إداريين ومعلمين ولطلبتها ولمجتمعها توقعات واضحة عن الأدوار التي عليهم تأديتها.
- أن تكون بيئة آمنة لا يحس فيها المتعلم بالخوف أو القلق أو التهديد.
- أن تكون بيئة ترعى المتعلم وتحرص على تعلمه ونمائه، وتستحثه على بذل كل جهد مستطاع في التعلم، وتحاول إشغاله بالتعلم وانهماكه فيه وصبره عليه، وبذل أقصى طاقته لتحصيل العلم والمعرفة.
- أن تتسم البيئة بالتشاركية ويقصد بذلك أن تكون عملية التعلم فيها عملية تشاركية يساهم فيها المعلمون والطلبة معا، ويكون دور المعلم فيها دور المرشد وليس دور المصدر للمعلومات.
- أن تقوم البيئة على الضبط او التسيير الذاتي، ومعنى ذلك أن الطلبة في هذه البيئة يتعلمون أن يضبطوا سلوكهم وتصرفاتهم بأنفسهم، على نحو يسهل تعلمهم ونمائهم.
- أن يتسم صنع القرار بالمشاركة ولا ينفرد به مدير المؤسسة او المعلم او المتعلم.
- إيجابية التفاعل بين المتعلمين أنفسهم وبينهم وبين معلميهم داخل الصفوف وخارجها.

وباعتبار برنامج تحسين البيئة التعليمية يهدف إلى زيادة فاعلية البيئة التعليمية داخل الفصل وخارجه من خلال توفير المتطلبات التقنية من أجهزة حاسب وسبورات تفاعلية وأجهزة عرض.

وشبكات اتصال محلية داخل المدرسة وشبكات خارجية من خلال الأنترنيت فإن البيئة التعليمية التي تساعد على دمج التقنيات التعليمية يجب أن تتسم بما يلي:

- **أن تكون بيئة نشطة:** بمعنى أن يشارك الطلبة في عمليات عقلية مختلفة وأن يكونوا مسؤولين عن النتائج التي يحصلون عليها، كما يمكنهم استخدام التقنية لإيجاد مصادر متعددة للخبرات واستخدام الحاسب لإجراء العمليات الحسابية والمنطقية.
- أن تكون بيئة بنائية: وفي هذه البيئة يقوم المتعلمون بإدخال الأفكار الجديدة على المعرفة السابقة لفهم المعنى ويبنون معارفهم بأنفسهم مستخدمين المصادر المتعددة للمعرفة والمهارات المتاحة عن طريق استخدام شبكات الحاسب والانترنيت.[1]

[1]- أحلام فوزي محمد: **البيئة الصفية وأثرها على التحصيل لدى الطلاب**، مجلس أبو ظبي للتعليم،مكتب العين التعليمي، 2014، ص 12

- **ان تكون بيئة تعاونية:** في هذه البيئة يعمل الطلاب على شكل مجموعات تعلم صغيرة حيث يساعد كل منهم الاخر لتحقيق التعلم الافضل، وفي هذه الحالة يمكنهم استخدام البرمجيات المختلفة لتعزيز التعلم التعاوني واستخدام شبكات الحاسب وادوات التعليم الالكتروني كأدوات الاتصال فيما بينهم لتبادل المعرفة.
- **ان تكون بيئة مقصودة ومنظمة:** وفيما يكون لدى المتعلمين مسبقا اهداف معرفية وغير معرفية سيعون لتحقيقها.
- **ان تكون بيئة محادثة واتصال:** وذلك عن طريق استخدام ادوات التقنية المختلفة لتخطي البعد المكاني والاتصال مع مجموعات اخرى.
- **ان تكون مرتبطة بالبيئة الحقيقية:** يقدم الى المتعلمين واجبات (مشكلات) من البيئة الحقيقية ويمكن استخدام المحاكاة لمساعدة المتعلمين على فهم وحل هذه المشكلات.
- **ان تكون بيئة تفكر:** يمكن للمتعلمين التفكر في العمليات المعرفية التي حصلت في بيئة التعلم وكذلك القرارات التي تم اتخاذها للوصول للحل المطلوب، ويمكن استخدام الحاسب وادوات التعلم الإلكتروني المختلفة كأدوات انتاج لعرض ذلك او كأدوات للقيام بالعمليات المعرفية المختلفة. [1]

7-أساليب تحسين المناخ المدرسي:

إن تحسين المناخ المدرسي هو وظيفة أساسية لكل مؤسسة تربوية وذلك بهدف خلق بيئة ملائمة لجميع أفراد الطاقم التربوي وبالتالي تحقيق مستوى جيد من الصحة النفسية لهم، وتحسين المناخ المدرسي يكون عن طريق اساليب يمكن حصرها في:

ا-تعزيز بيئة أمنة ومنظمة:وذلك بـ:

- المحافظة على جودة المباني بصيانتها صيانة مستمرة والحفاظ على نظافتها.
- مكافئة التلاميذ على السلوك المناسب وفرض العقاب على السلوك الغير اللائق.
- استخدام عقود مع الطلاب لتعزيز السلوكيات المتوقعة.
- تحفيز الطلاب واولياء الامور والموظفين في مخطط انشطة السلامة المدرسية.

[1] – المرجع نفسه: ص 13

– زيادة عدد المستشارين والاخصائيين الاجتماعيين والمرشدين وسهولة الوصول إليهم[1]

– انشاء صناديق اقتراح للإبلاغ عن حالات خطيرة او تقديم الافكار المحتملة لتحسين مناخ المدرسة.

– وضع استراتيجيات لضمان السلامة اثناء فترات الغداء وبين الفصول الدراسية، وتوفير انشطة اكثر تنظيما خلال ساعة الغداء.

ب– تسهيل التفاعل والعلاقات:

- بناء اعداديات وثانويات صغيرة من حيث المساحة.
- توفير فرص متعددة ومتنوعة للمشاركة في الانشطة اللامنهجية
- التقليل من عدد التلاميذ في القسم.
- توفير انشطة المجموعات الصغيرة.

ج–تعزيز بيئة وجدانية ايجابية:

- تعزيز التعاون بدل التنافس وتجنب مصطلح الفائزين والخاسرين.
- التأكد من ان كل طالب لديه اتصال نشط واحد على الاقل مع الكبار في المدرسة.
- توفير التطور المختص في قضايا مثل الاختلافات الثقافية والطبقية والاحتياجات العاطفية للأطفال الاخرين، تدخل الاهل، التسلط والتحرش.
- زيادة مشاركة اولياء الامور والمجتمع.

8–النظريات المفسرة للمناخ المدرسي:

1 – نظرية النظم الاجتماعية:

يسميها البعض امثال "**اندرسون**" بنظرية المدخلات والمخرجات وهي من النماذج التي حظيت باهتمام الباحثين في مجال التفاعل النشط داخل المؤسسات التعليمية وفيها ينظر الى المدرسة عل انها مصنع يحول المدخلات (المتمثلة في النماذج والمقرر الدراسي ، الوقت، المدرس، العلاقات، الوسائل التعليمية، المواد التعليمية وكل ما

1– Betty tableman : « schoolclimate and learning, best paraciticebriel, N31 , michigan ,2004 ,pag 6

يتعلق بالبيئة المدرسية) الى مخرجات (والمخرجات في النظام التعليمي هي احداث التعلم لدى المتعلم ونمو شخصيته واكتساب مفاهيم والاتجاهات والقيم المرغوب فيها)، ويستند هذا التحول الى افتراض مؤداه ان هناك علاقة خطية بين المدخلات و المخرجات وبناء على ذلك فان قصور في المخرجات يمكن إرجاعه إلى قصور في المدخلات ،وفي ضوء هذا يفترض أن تكامل بعض المدخلات المدرسية يخلق مناخا تعطي فيه المدرسة مخرجات موجبة.

2-نظرية الاتجاه التبادلي (التفاعلي):

وفيه ينظر إلى المدرسة على أنها نظام من العلاقات الاجتماعية بين أسرة المعلمين الطلاب والرفاق، وتؤثر هذه العلاقات على درجة انجاز الأهداف التربوية، وفيه أيضا ينظر إلى سلوك الطلاب بأنه دلالة للعمليات الاجتماعية المدرسية ومعاييرها وتوقعاتها، وبالدرجة التي تختلف فيها المدرسة في بيئتها الاجتماعية فانه تختلف في النتائج التعليمية التي تحققها، ومن هذا الاتجاه التبادلي التفاعلي بين الفرد والبيئة يمكن الحصول على أفضل وصف للمدرسة ومناخها كما يتصوره ويدركه كل من الطالب والمعلم وكذلك أفضل وصف لمناخ الفصل الدراسي

3- النظرية البيئية:

وتجمع بين الوجهين السابقين فهي تشترك مع توجه المدخلات والمخرجات في الاهتمام بخلق وصيانة وتوزيع المصادر والأبعاد الفيزيائية والطارئة للبيئة، وتشترك مع التوجه الاجتماعي في الاهتمام بالعمليات الاجتماعية وثقافة البيئة ونوعية السلوك الممارس وهذا التوجه يحاول بقدر الإمكان الكشف عن وظيفة النظام ككل عضوي متفاعل.[1]

[1] – محمود سعيد إبراهيم الخلوي: **دراسة تعليمات خاصة بمقاييس المناخ المدرسي للمرحلة الثانوية كما يدره المعلمون**، جامعة الزقازيق، مصر، 2011، ص ص4-6.

خلاصة الفصل:

انه من خلال وجود بيئة مدرسية أمنة وملائمة للعملية التربوية ولكافة الأفراد العاملين بالمدرسة بما فيها التلميذ من شانها أن تؤدي إلى تطور المدرسة من جهة والى الرضا الو ضيفي لكل الطاقم التربوي والتحصيل الجيد للتلاميذ من جهة أخرى، كما تساهم هذه البيئة الايجابية في رفع مستوى الصحة النفسية وبالتالي التقليل من ظهور الاضطرابات النفسية بشتى أنواعها أو حتى التقليل من حدتها وخاصة على التلاميذ.

الفصل الثالث: قلق الامتحان

تمهيد:

أولا- القلق

1-تعريف القلق

2-أنواع القلق

3-مستويات القلق

ثانيا- قلق الامتحانات

1- مفهوم قلق الامتحانات

2- أنواع قلق الامتحان

3- مكونات قلق الامتحان

4- أسباب قلق الامتحان

5- أعراض قلق الامتحان

6- النظريات المفسرة لقلق الامتحان

7- قياس قلق الامتحان

8- كيفية مواجهة قلق الامتحان

خلاصة الفصل

تمهيد:

يتعرض بعض الطلاب أثناء فترة الإمتحانات إلى حالة انفعالية مؤقتة، وقد تسبب وحدة إنفعالية وإنشغالات عقلية سلبية تؤثر على عقل التلميذ أثناء الاستعداد للإمتحانات، وكذلك عند آداء الإمتحان، مما يؤدي إلى إضعاف القدرات العقلية والمعرفية، وكذلك يضعف التركيز والقدرة على التفكير الجيد وتسمى هذه الحالة بقلق الإمتحانات. ولقد قمت بعرض أهم المفاهيم المتعلقة بقلق الإمتحان، في هذا الفصل والمتمثلة في: مفهومه وأنواعه، مكوناته، أعراضه، نظرياته وقياسه وكيفية مواجهته.

أولا- القلق

1- تعريف القلق:

تعريف" بارجوري" Berjert.j:

القلق عاطفة مؤلمة في العلاقة سواء مع وضع صدمة حالية أو في إنتظار خطر مرتبط بموضوع غير محدد.

تعريف "آدلر" Adler: القلق النفسي ترجع نشأته إلى طفولة الإنسان الأولى حيث أن الفرد يشعر بالقصور الذي ينتج عنه عدم الشعور بالأمن، إذ يرجع **آدلر** القلق إلى شعور الفرد بالنقص في طفولته الأولى وكل المواقف اللاحقة التي تسبب للفرد القلق ما هي إلا إمتداد لتلك اللحظة وهكذا نرى أن **آدلر** قد ربط بين القلق ومشاعر العجز والنقص عند الإنسان كما أكد أهمية العوامل الإجتماعية والثقافية.

تعريف "ريشترRichter": بأنه إنفعال يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعتبر تفكيرا معبرا عن تقويم أو تقرير لخطر محتمل. فنلاحظ أن" بك" " **Bek**" عرفه من الناحية المعرفية فاعتبر أن الفرد يسبق المواقف بأنماط من التفكير الخاطئ أو المشوه السلب.[1]

تعريف "فرويد": إنه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الإنسان، ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق والشخص يتوقع الشر دائما، ويبدو متشائم ويتشكك في كل أمر يحيط به ويخشى أن يصيبه منه ضرر، فالقلق يتربص الفرص ليتعلق بأي فكرة أو أمر من أمور الحياة اليومية، ويبدو الشخص القلق مضطربا فاقدا الثقة في نفسه مترددا وعاجزا عن البث في الأمور.

إذ عرف **فرويد** من وجهة النظر التحليلية وأعتبر القلق نوعا من الانفعال المؤلم يكتسبه الفرد وبكونه خلال المواقف التي يصادفها أي عن الإنفعالات الغير سارة كالشعور بالإحباط والغضب.

تعريف "Spilberger": بأنه مجموعة أعراض تتراوح في شدتها في إبداء علامات الدهشة والإستغراب والإستنكار والذعر والتوتر والضيق.

نلاحظ أن هذا التعريف يركز على مظاهر القلق دون التطرق إلى مفهومه وحصره انه شعور غامض غير سار.

1- – مصطفى منصوري: **الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها**، المحمدية، الجزائر، 2010، ص32

تعريف" Horney": هو عبارة عن خبرات مهددة لأمن الفرد ناشئة عن مواقف أو أحداث مؤلمة تبدأ من المراحل الأولى لنشأة الطفل ومنها تضارب مشاعر الوالدين نحوه وتفضيل أحد إخوته عليه أو رفضهم[1]

تعريف "شافرودوركس": القلق هو إستجابة مكتسبة تحدث تحت ظروف أو مواقف معينة، ثم تعمم الإستجابة بعد ذلك.

نلاحظ أن هذا التعريف يعرف القلق تعريفا سلوكيا وهذا يعني أنه يركز على القلق الموضعي متجاهلا القلق العصبي.[2]

2- أنواع القلق:

2-1- حسب طبيعة الإضطراب:

أ- **القلق الطبيعي:** هو أحد المشاعر التي تساعد على بقاء الإنسان وتدفعه إلى القيام ببعض الأعمال وتشحن همته في المواقف الصعبة ذلك أن القلق من الامتحان مثلا يدفع الطالب للدراسة والجد والعمل والسهر ولإجتهاد حتى يحصل على أفضل النتائج وكذلك بالنسبة إلى أي مهمة يتصدى بها الإنسان في حياته.

ب- **القلق المرضي:** حالة مرضية غير طبيعية تؤثر في التوازن النفسي للإنسان ويكون فيها مجموعة من الأعراض النفسية والسلوكية بالسبب أو السبب يكون بسيطا لا يتطلب درجة القلق الظاهرة أو أن الأعراض تبقى ظاهرة مع زوال السبب ويصبح الإنسان غير قادر على التعامل مع المواقف التي تسبب له القلق.[3]

ج- **قلق الأطفال:** ينشأ هذا النوع من القلق والمخاوف كإستجابة لمراحل التطور المختلفة ويرى **Stainer** أنه ينشأ لدى الأطفال عندما يبدؤون في تعلم مهارات جديدة وقدرات جديدة وأهم هذه الأنواع قلق الإنفصال وهو أحد المخاوف المهمة التي يعاني منها الأطفال وفي الغالب يظهر الخوف كجزء من النمو وبشكل نمطي حوالي الشهر الثامن ويبلغ أوجه منتصف السنة الثانية ويختفي عادة في السنة الثالثة من العمر وفي بعض الحالات يتطور إلى مخاوف مرضية مثل الخوف من الغرباء أو الحيوانات أو الظلمة.[4]

1- محمد أديب الخالدي: **الصحة النفسية**، ط1، عمان، الاردن،2009، ص26.

2 - عبد اللطيف حسين فرج: **إضطرابات نفسية**، ط1، دار حامد، عمان، 2008، ص ص127-128.

3 - وليد يوسف سرحان : **الصحة النفسية**، ط1، مصر الجديدة ،القارة،2013، ص244.

4 - محمد جاسم العبيدي: **علم النفس الإكلينيكي**، ط1، دار الثقافة، عمان، 2009، ص56.

د –القلق الموضعي: هو ردة فعل مقبولة لخطر خارجي هدفه هو حماية الإنسان من الأخطار الحقيقية وينشأ عن غريزة حفظ الذات والقلق الموضعي عبارة عن خوف عادي مفيد يجعل الشخص يشعر بمواجهة الخطر الذي يهدده أو الهروب منه أو الإستسلام والخضوع له ومصدر القلق يكون واضحا في هذا النوع.

هـ – القلق العصابي: هو نوع من القلق لا يدرك المصاب به مصدر عليه وكل ماهناك لأنه بحالة من الخوف الغامض المنتشر غير المحدد، وتعتبر أعراضه النفسية والفيزيولوجية عن إضطراب داخلي يكون أشد بكثير مما يظهر في حالة القلق الموضعي والقلق العصبي يمكن أن يكون حالة عامة تتكرر على شكل نوبات يسميها فرويد بحالة القلق الطاغي.

و –القلق الخارجي المنشأ: إذ يهدد أمن الفرد بشيء ما كالضغط النفسي والخطر ويمكن تمييزه بوضوح عند حدوثه مثل سماع عن وفاة أحد الأصدقاء.

ز– **القلق الداخلي المنشأ:** هو إضطراب يكون الفرد فيه ذو إستعداد وراثي للإصابة به وهو ينبع من مصدر داخلي ويبدأ بنوبات من القلق والمصاب بهذا النوع من القلق يشعر بزيادة دقات القلب أو يحس بالدوار والاختناق أو قد يحدث التنميل.[1]

2-2- حسب مدة القلق:

أ– **حالة القلق:** وهي إستجابة إنفعالية غير سارة تتسم بالمشاعر الذاتية تتضمن التوتر والخشية والعصبية والإنزعاج، كما تتصف بتنشيط الجهاز العصبي الذاتي وزيادة تنبيهه وتحدث حالة القلق عندما يدرك الشخص أن منبعا ما قد يؤدي إلى إبدائه وهي عبارة عن حالة إنفعالية مؤقتة لدى الفرد وتختلف من حيث الشدة والتذبذب من وقت لأخر.

ب– **سمة القلق:** ويشير إلى القلق كسمة ثابتة نسبيا للشخصية تشير إلى إختلافات فردية في قابلية القلق التي ترجع إلى الإختلافات الموجودة بين الأفراد في إستعداداتهم لإستجابة المواقف المدركة لمواقف تهديديه لإرتفاع مستوى القلق ووفقا لما اكتسبه كل فرد في طفولته من خبرات سابقة.[2]

---

[1] – حامد بن احمد ضيف الله: **فعالية العلاج المعرفي السلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق**، دار الوفاء، ط1، الإسكندرية، د.س، ص 56.

[2] – مصطفى منصوري: مرجع سابق، ص 34.

ج- قلق الامتحان: أشار علماء النفس إلى أن الامتحانات وخاصة الصعبة منها تثير القلق لدى بعض الطلبة فيقومون بإستجابات غير مناسبة مثل التوتر والإنزعاج والخوف من الفشل أو الإحساس بعدم الكفاءة وتوقع العقاب كما يتزايد قلق الامتحان من التنافس الشديد بين الطلبة والتأكيد على أهمية النجاح كما أن العقوبات المترتبة على الفشل هي العوامل التي تثير قلق الطلبة ومخاوفهم. [1]

3 - مستويات القلق: يرى بعض علماء النفس إن أداء وسلوك الإنسان وخاصة في المواقف التي لها علاقة بمستقبله يتأثر على حد كبير بمستوى القلق الذي يتميز به الفرد هناك مستويات للقلق.

أ- المستوى المنخفض: وهذا المستوى من القلق يحدث التنبيه العام للفرد من إرتفاع درجي الحساسية نحو الأحداث الخارجية كلما تزداد درجة إستعداده وتأهبه لمواجهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها ويشار إلى هذا المستوى بأنه علاقة إنذار لخطر على وشك الوقوع.

ب- المستوى المتوسط: في المستويات المتوسطة للقلق يصبح أقل قدرة على السيطرة حيث يفقد السلوك مرونته ويستولي الجمود بوجه عام على إستجابات الفرد في المواقف المختلفة ويحتاج الفرد إلى مزيد من بذل الجهد للمحافظة على السلوك الملائم في مواقف الحياة المتعددة.

ج- المستوى العالي: يؤثر المستوى العالي على التنظيم السلوكي للفرد بصورة سلبية أو يقوم بأساليب سلوكية غير ملائمة للمواقف المختلفة ولا يستطيع التمييز بين المؤثرات و التنبيهات الضارة وغير الضارة أو يرتبط ذلك بعدم القدرة على التركيز والإنتباه وسرعة التهيج والسلوك العشوائي[2]

ثانيا: قلق الامتحان

1- مفهوم قلق الامتحان:

يحدد كل من **(ماندلر Mandler وساراسون Sarson. S ،1952)** قلق الامتحان بأنه حالة إحساس الفرد بانعدام الراحة النفسية وتوقع حدوث العقاب يصاحبه الشعور بفقدان الفائدة ورغبته في الهروب من الموقف الامتحاني مع زيادة في ردود الأفعال الجسمية.

---

[1] – ماجدة بهاء الدين السيد عبيد: **الضغط النفسي ومشكلاته وأثاره على الصحة النفسية**، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2008، ص195 .

[2] –فوي محمد جبل: **الصحة النفسية والسيكولوجية الشخصية**، ط1، الإسكندرية، 2008، ص131.

وينظر إليه (**واين WINE, 1971**) بأنه نوع من الاستجابات المتداخلة مع النشاط المعرفي اتجاه المواقف التقويمية باعتبار هذه المواقف مهددة للذات.

في حين يراه (**سبيلبرجر 1976,SPIELBERGER**) على انه حالة انفعالية تجاه الضغوط النفسية الناتجة من المواقف التقويمية.

أما **(ساراسون./1975,SARASON)** فيعبر عنه في استجابات متداخلة حينما يواجه الفرد المواقف التقويمية و الناتجة من تراكم خبرات معرفية أثرت على الفرد وعلى عالمه.

و يقصد **علي محمود شعيب (1988)**: بقلق الامتحان بأنه تلك الحالة التي يصل إليها الطالب نتيجة الزيادة في درجة التوتر أو الخوف من أداء الاختبار, و ما يصاحب هذه الحالة من اضطرابات لديه في النواحي العاطفية و المعرفية و الفيسيولوجية.

وتحدد **لمعان الجيلالي (1989)**: مفهوم قلق الامتحان على انه حالة شعور الطالب بالتوتر و عدم الارتياح, نتيجة حصول اضطراب في الجوانب المعرفية و الانفعالية, و يكون مصحوبا بأعراض فيسيولوجية ونفسية معينة قد تظهر عليه أو يحس بها عند مواجهته لموقف الامتحان أو تذكره له واستثارة خبراته للمواقف الامتحانية.[1]

ومما سبق يمكن تعريف قلق الامتحان: بأنه حالة انفعالية نفسية تصيب التلميذ عند اقتراب موعد الامتحان ويمكن مصاحب تخوف وارتباك مما يؤدي الى انزعاجه مما فينجز عنه توتر في الأداء بنقص مهارته كمهارة الاستذكار وبالتالي يؤثر على مردوده وتحصيله الدراسي .

2- أنواع قلق الامتحان:

يمكن تصنيف قلق الامتحان من حيث تأثيره على مستوى أداء الفرد لواجباته ومهامه في الامتحان إلى نوعين من القلق الاختباري وقد صنفها محمد حامد زهران إلى قلق امتحان مسير وقلق الامتحان معسر.

أ- **قلق الامتحان الميسر**: هو قلق الامتحان المعتدل ذو الأثر الايجابي المساعد والذي يعتبر قلق دافعيا يدفع التلميذ للدراسة والاستذكار والتحصيل المرتفع وينشطه ويحفزه على الاستعداد للامتحانات ويسير أداء الامتحان أي كلما كانت درجة القلق متوسطة وفي الحدود المعتدلة كانت تأثيرها اقرب التيسر.

[1] - لمعان مصطفى الجلالي: **التحصيل الدراسي**, ط1, دار الميسرة للنشر و التوزيع, عمان, 2011, ص ص291-292.

وحسب **جين ارميندايز (1991)** فان قلق الامتحان المعتدل مع القدرة على التحكم في الإنفعالات السالبة يؤديان إلى تحسن الأداء في الامتحان.[1]

ب- قلق **الامتحان المعسر**: هو الامتحان المرتفع ذو التأثير السلبي المعوق حيث تتوتر الأعصاب ويزيد الخوف والانزعاج والرهبة ويشير استجابات غير مناسبة مما يعوق قدرة التلميذ التذكر والفهم ويربكه حين يستعد للامتحان ويعسر أداء الامتحان وهكذا فان قلق الامتحان المعسر (الزائد والمرتفع) والقلق غير ضروري ويجب خفضه وترشيده.[2]

حيث يؤثر قلق الامتحان على العماليات العقلية للتلميذ في تجسيد هذا التأثير بثلاث مظاهر أساسية وهي:

1- التأثير على الذاكرة: تنقسم الذاكرة كما هو معروف إلى ثلاث عمليات رئيسية وهي الاستقبال، والتخزين، والاسترجاع والقلق يؤثر على كفاءة العماليات الثلاثة هذه، لذلك حين يكون التلميذ قلقا يشعر بأنه لا يستطيع التركيز ولا يستطيع الاحتفاظ بالمعلومات الواردة للمنح، ولا يستطيع بالتالي استعادة المعلومات المخزونة.

2- التأثير على التفكير: بما أن التفكير عملية معقدة تحتاج لقدرات عقلية متعددة فإن القلق يؤثر كثيرا في قدرة الطالب على التفكير السليم، لذلك يمكن أن تحدث حالة تسارع للتفكير دون سيطرة، وتحدث حالة انغلاق وتوقف.

3- ظاهرة فراغ العقل: بعض التلاميذ يبذلون جهدا كافيا في المذاكرة، ولكنهم في بعض الأوقات وخاصة قبل الامتحان بأيام قليلة، أو أثناء الامتحان يشعرون وكأن عقلهم أصبح فارغا تماما من المعلومات، وهذا يؤدي إلى حالة من الإنزعاج وأحيانا تصل إلى درجة الهلع، وبعضهم ينظر إلى ورقة الأسئلة وكأنها مكتوبة بلغة لا يفهمها أو أنها بيضاء تماما أو سوداء تماما، وتحدث حالة من فقد الذاكرة المؤقت وانغلاق التفكير، وهذه الحالة هي نتيجة لدرجة عالية من القلق وهي شعور كاذب بفقدان الذاكرة وفقدان القدرة على التفكير، ويكفي الشخص أن يجلس لبعض الوقت ويحاول استعادة هدوئه وسوف يجد أن باب الذاكرة ينفتح بالتدريج، وأنه أصبح قادرا على قراءة بعض الأسئلة، وأصبح قادرا على إسترجاع المعلومات الخاصة بها شيئا فشيئا فالأسئلة تعتبر نفسها مفاتيح للذاكرة المختزنة.[3]

---

[1] – كفافي علاء الدين: **بناء قياس القلق الرياضي** ، مجلة حولية ، كلية التربية ،1990 ،العدد 7، ص581.

[2] – زهران محمد حامد : **الارشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات المدرسية** ، ط1 ،دار مالم الكتب، القاهرة، 2000، ص 98.

[3] – السباعي وعبد الرحيم: **القلق وكيف نتخلص منه**، د ط، دار العالم للنشر، دمشق، 1991، ص 58.

3- مكونات قلق الامتحان:

يشير المهتمين في هذا المجال إلى قلق الامتحان يتضمن مكونين أساسيين هما الاضطرابية أو ما يسمى بالانشغالية أو الانزعاج، والانفعالية أو ما يسمى بالعاطفة.

بالإضافة إلى هذين المكونين ظهرت بعض المكونات الأخرى لقلق الامتحان، مثل المكون الفسيولوجي.

و تتمثل هذه المكونات في ما يلي:

أ- مكون الإنشغالية: يعرفه سبيلبرجر (1980): بأنه اهتمام معرفي بالخوف من الفشل و الانشغال المعرفي حول نتائج الإخفاق (الرسوب).
و يتمثل في التأثيرات السلبية لهذه المشاعر على مقدرة الشخص على الإدراك السليم للموقف الاختياري و التفكير الموضوعي و الانتباه و التركيز و التذكر و حل المشكلة، فيستغرقه الانشغال بالذات و الشك في مقدرته على الأداء الجيد و الشعور بالعجز و عدم الكفاءة و التفكير في عواقب الفشل، مثل فقدان المكانة و التقدير.[14]

و تلعب العوامل المعرفية دورا هاما في عملية القلق، لأن القلق يثار عندما يدرك الفرد موضوعا باعتباره مثيرا للخطر، فالإدراك هنا عملية وسيطة بين المثير و القلق.[25]

ب- مكون الانفعالية (العاطفة): يذكر سبيلبرجر (1980): بأنه ردود الفعل التي تصدر عن الجهاز العصبي الذاتي لضغط تقويمي.
فيشير مكون الانفعالية إلى الحالة الوجدانية و النفسية المصاحبة و الناتجة عن الإثارة التلقائية و التي هي عبارة عن الإحساس و التوتر و الضيق التي يشعر بها الفرد في مواقف التقويم.

و الجانب الانفعالي يؤثر في جميع الجوانب، لاسيما الجانب المعرفي، حيث أكدت دراسة كلاين سميث وكلان (1963)، أن المعلومات التي يتلقاها الفرد في أثناء الإنفعال يكون تذكرها الفوري ضعيف، و هذا يرجع إلى ما أثاره الانفعال من اضطراب و تشتيت للانتباه.[36]

---

[1] - كفافي علاء الدين: **بناء مقياس القلق الرياضي**، مجلة دولية، العدد 7، كلية التربية، 1990، ص 583.

[2] - الهواري ماهر محمود الشناوي محمد محروس: مقياس الاتجاه نحو الاختبارات "معايير ودراسات ارتباطية"، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد 22، 1987، ص 179.

[3] - عبد المطلب أمين القرطي: **الصحة النفسية**، ط1 دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص 121.

و هذا يعني أن الحالة الانفعالية التي يمر بها التلاميذ تؤثر على الناحية المعرفية لهم حيث تتداخل في تركيزهم فتؤدي إلى تشتيت انتباهه أثناء موقف الامتحان، مما ينعكس على عملية أدائهم للامتحان.

ج- المكون الفسيولوجي: يتمثل فيما يترتب على حالة القلق من استشارة و تنشيط للجهاز العصبي المستقل (اللاإرادي) مما يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية عديدة منها:

ارتفاع ضغط الدم، وانقباض الشرايين الدموية، وزيادة معدل ضربات القلب و سرعة التنفس والعرق، ويصاحب هذه التغيرات ردود فعل جسدية مثل: ارتعاش الأيدي. الغثيان: ألام في الأكتاف و الظهر و الرقبة، الإغماء، جفاف الفم، ارتباك المعدة .....الخ

و للإشارة أن هذه المكونات متداخلة مع بعضها، و يؤثر كل واحد على الأخر بإدراك الفرد للامتحان كموقف مهدد له، و تكوين تصورات و اعتقادات الغير عقلانية عن الامتحانات من شأنها أن تستشير الجهاز العصبي اللاإرادي الذي يحركه الهيبوثالاموس المتصل بمراكز الانفعال، و يؤدي هذا الانفعال إلى نتيجة هذا الجهاز، و تظهر أعراض عضوية، مثل: الارتعاش، الغثيان، الآلام، الصداع ...الخ.[1]

4- أسباب قلق الامتحان: و تتمثل في:

1- الشخصية القلقة.
2- ضغط الأسرة الزائد على الطالب لتحقيق التفوق.
3- مواقف التقييم ذاتها.
4- عدم استعداد الطالب للامتحان و ارتفاع مستوى طموحه
5- تعزيز الخوف من الامتحانات من قبل الأسرة وفق أساليب التنشئة التقليدية التي تستخدم العقاب.
6- رغبة الطالب القوية في التفوق على الآخرين، و أحيانا الشعور بالغيرة من زملائه المتفوقين.
7- ضعف الثقة بالنفس.
8- شعور الطالب بالدونية إزاء رفاقه و عدم مجاراتهم.
9- معوقات صحية.
10- أنظمة الامتحانات السائدة.

[1] - القريطي عبد المطلب أمين: **الصحة النفسية**، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص 122 .

11- ما يبثه بعض المعلمين من خوف في نفوس الطلاب من الامتحانات واستخدامها كوسيلة للعقاب أحيانا.

12- الخوف من النسيان.

13- الخوف من عدم القدرة على إنهاء الامتحان في الموعد المحدد.[1]

5- أعراض قلق الامتحان:

أ- أعراض نفسية:

* توتر وخوف وترقب وشعور بالضيق وعدم الارتياح.
* أفكار سلبية بالفشل وعدم النجاح وسرعة الاستثارة والغضب.
* قلة التركيز بسبب الأفكار السلبية المتسارعة مما يؤثر على الذاكرة استقبالا وتسجيلا واستعادة.
* جهود العقل وتوقف التفكير مما يسبب القلق الزائد.
* فقدان الشهية للأكل واضطراب النوم.

ب- أعراض جسمية:

* تسارع نبضات القلب وسرعة التنفس.
* جفاف الحلق وزيادة التعرق.
* ارتعاش الأطراف وبرودتها.
* ألام البطن، الغثيان والتقيؤ وهو يلاحظ أكثر لدى الطالبات.
* كثرة التبول وأحيانا الإسهال.

هذه الأعراض الجسمية هي أعراض فيزيولوجية طبيعية ناتجة عن زيادة تنبه الجهاز العصبي اللاإرادي وزيادة مستوى هرمون الأدرينالين في الدم.

ج- أعراض تجنبية:

وهي سلوكيات تقلل في مستوى القلق مثل عدم الذهاب للمدرسة والتغيب عن الامتحانات أو الانشغال بالتلفاز والألعاب وقراءة القصص والمجالات.[2]

---

[1]- دراسة عن قلق الامتحان: Ciuoanen- kurdistani . com/ar/ind السبت 17 آيار 2014، 22:20.

[2] - نفس الموقع السابق

6- النظريات المفسرة لقلق الامتحان:

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

1- **نظرية التدخل:** تفترض هذه النظرية أن القلق أثناء الاختبارات يتداخل مع قدرة التلميذ على الاسترجاع واستخدام المعلومات التي يعرفونها جيدا, بالإضافة إلى ذلك يمكن أن يتداخل القلق أيضا مع التعلم والاستذكار بصفة خاصة.

ونتيجة لبحوث ماندل روساراسون(1952) وآخرون و واين (1980- 1972): قامت نظرية القلق الامتحان بصفة أساسية على نموذج التداخل, ورأت أن التأثير الرئيسي للقلق في موقف الامتحان وهو دخول وتأثير عوامل أخرى, حيث ينتج القلق العالي استجابات غير مرتبطة بالمهام المطلوبة مثل: عدم التركيز, والميل نحو الأخطاء أو الاستجابات المركز حول الذات التي تتنافس وتتداخل مع الاستجابات الضرورية المرتبطة بالمهام الأساسية ذاتها والتي هي ضرورية للانجاز الجيد في موقف الامتحان, ولعل هذا ما يتماشى مع وجهة نظر وأين الذي يرى أن الآثار السيئة لقلق الامتحان بالنسبة للأداء لها تفسير يتصل بالانتباه, فالتلاميذ ذوي القلق العالي للامتحان يصبون انتباههم بين الأمور المرتبطة بالمهمة المطلوبة في موقف الامتحان أو الاستجابات غير مرتبطة بالمهمة وهي استجابات القلق, في حين أن الأفراد المنخفضين في قلق الامتحان غالبا ما يركزون على الأمور المرتبطة بالمهام المطلوبة فقط بدرجة اكبر.

ثانيا: نظرية تجهيز المعلومات: وفقا لهذه النظرية يعود قصور التلاميذ ذوي القلق العالي للامتحان حسب بنجامين وزملائه (1981) إلى مشكلات في تعلم المعلومات آو تنظيمها آو مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته, أي أن هؤلاء التلاميذ ليس لديهم القدرة على تنظيم مفاهيم المواد الدراسية حتى في المواقف غير التعليمية مقارنة بالتلاميذ الآخرين ذوي القلق المنخفض, ولهذا يبدو أن احد أسباب هذا الانجاز السيء.[1]

عند التلاميذ في قلق الامتحان يعود إلى عادات دراسية سيئة وقصور في تعلم وتنظيم المواد التي سبقت دراستها.

[1] – فوزية داهم: **جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي**، شهادة ماستر في علوم التربية، جامعة حمة لخضر الوادي، دفعة 2015، ص 107.

3- نظرية القلق الدافع (الحافز): تفسر هذه النظرية قلق الامتحان على أساس أن الدوافع المرتبطة بموقف الامتحان تعمل على حث وإثارة الاستجابات المناسبة للموقف وقد تؤدي في النهاية إلى أداء مرتفع، وبهذا يعمل القلق كدافع لوظيفة مثيرة للاستجابات المناسبة لموقف الامتحان.

وأكد r**Taylor et spence** في نظريتهما: "القلق الدافع" أن شعور التلميذ بالقلق بالامتحان صفة حسنة تدفعه إلى تحسين أدائه، فيحصل على درجات وهذا يعني أن هناك رابط بين الدافع الذي يدفع الشخص للعمل والنشاط وبين القلق، أي إن الإنسان عندما يكون في موقف الامتحان يشعر بالقلق الذي يحفز مهامه بنجاح.

ونلاحظ مما سبق إن هذه النظرية تقوم على أساس أن الفرد عند قيامه بعمل أو تعلم يشعر بالقلق الذي يحفزه ويدفعه إلى انجاز ذلك العمل حتى يهدا شعوره بالقلق.

4- **نظرية القلق المعوق:** تفسر هذه النظرية قلق الامتحان على أساس أن شعور التلميذ بالقلق يعمل كمعوق لسلوكه، حيث انه قد يثير استجابات مناسبة أو غير مناسبة لموقف الامتحان، ويستند هذا النموذج إلى وجهة نظر (Child) التي تقوم على إن القلق كحافز في موقف العمل قد يثير استجابات لا علاقة لها بالعمل.

بعد عرض هذه النظريات يتضح لنا وجود تباين في تفسيرها لظاهرة قلق الامتحان فكل نظرية تركز على جانب معين وتمهل جوانب أخرى.

والحقيقة أن هذه النظريات مكملة لبعضها البعض في تفسير قلق الامتحان، الذي يعتبر تكيف مع مواقف التقييم يؤدي إلى تشتت الانتباه وعدم التركيز ويحدث الفشل في أداء المهمة، بالإضافة إلى العادات السيئة والتي تؤدي بدورها إلى قصور في تعلم المعلومات وتنظيمها ومراجعتها واستدعائها أثناء الامتحان، وقد يكون هذا القلق دافع إذا كان معتدلا أو متوسطا ويؤدي إلى النشاط والأداء الجيد.[1]

7- قياس قلق الامتحان:

نشطت البحوث التجريبية حول قلق الامتحان منذ منتصف القرن العشرين بعد أن نشرت **جانيت تيلور**(1951) مقياس القلق الصريح، وتركز الاهتمام في تلك الفترة على قياس القلق العام وخاصة في مرحلة الطفولة، إلا أن **نايزوندر** 1971، أوضح انه رغم الاهتمام الكبير الذي أبداه العلماء بالقلق العام ظهر أيضا الاهتمام النسبي بدراسة أنواع أخرى مثل: قلق الامتحان كشكل محدد من القلق المرتبط بمواقف التقويم والتقدير.

[1]- المرجع نفسه، ص 108

وقد أعدت **ليلى عبد الحميد** مقاييس عديدة لقياس قلق الامتحان، وفي معظمها ذاتية التقرير، ومن أشهر هذه المقاييس مايلي:

- تقرير ذاتي عن قلق الامتحان.
- استبيان ماندلرساسون لقلق الامتحان.
- مقياس قلق الامتحان من إعداد علي شعيب ويتكون من خمسة عوامل وهي:

الخوف والرهبة من الامتحان, الضغط النفسي للامتحان, الخوف من الامتحانات الشفوية والصراع النفسي المصاحب للامتحان والاضطرابات النفسية والجسمية المصاحبة للامتحان.

- مقياس قلق الامتحان وضعه إبراهيم يعقوب(1994).
- مقياس مثيرات قلق الامتحان من المواد الدراسية وضعه صالح مرسي (1997).
- مقياس قلق الامتحان وضعه رشاد منصوري ومدحت عبد اللطيف (1990).
- مقياس قلق الامتحان الذي وضعه حامد زهران (1999).[1]

ومن خلال ما سبق نلاحظ أن المقاييس كثرت وتنوعت كما أنها شملت أبعاد عديدة لظاهرة القلق بصفة عامة وقلق الامتحان بصفة خاصة.

8- كيفية مواجهة قلق الامتحان:

1- من خلال طرق الدراسة الصحية:

أ – الطريقة الكلية: وهي أن يقرأ الطالب الموضوع بشكل عام لتتضح له الفكرة العامة ثم يعيد قراءة الموضوع للاستيعاب بقية الأفكار وهذه الطريقة تفيد في المواضيع القصيرة مترابطة الأفكار

ب – الطريقة الفقرية: أي تقسيم المواضيع إلى فقرات حسب ترابط الأفكار وتقبل المتعلم لهذا الترابط، فالطلب هنا هو الذي يتحكم بطريقة التقسيم حسب مايو افقه ثم ربط هذه الأفكار معا، وهذه الطريقة تفيد المواضيع الطويلة والتي يعتبر من سلبياتها عدم تسلسل الأفكار فيها.

[1]- شعيب علي محمد: **قلق الاختبار وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بطلاب الثانوية العامة بمدينة مكة المكرمة**، مجلة دراسات تربوية، المجلد2، ج8، ص ص 297-305.

ج – الطريقة المختلطة: وهي تجمع بين الطريقتين السابقتين، بحيث يأخذ المتعلم الفكرة العامة ثم يقسم الموضوع إلى فقرات.

2- توفير بيئة مناسبة في المنزل:

هناك مجموعة من القواعد التي لا بد من مراعاتها أثناء الدراسة وعلى الطالب الالتزام بها قدر الإمكان.

أ- تنظيم الوقت ووضع برنامج دراسي يتناسب مع كافة المواد.

ب- أخذ قسط من الراحة عند الشعور بالتعب.

ج- اختيار مكان هادئ لدراسة بعيدا عن الضجيج، إضاءة مناسبة، تهوية جيدة للغرفة وترتيبها لأن الترتيب يشعر بالراحة.

د- عدم الدراسة في غرفة النوم أو على الأقل الابتعاد عن السرير أثناء المذاكرة لأنه يبعث على الشعور بالنعاس.

هـ- دراسة المواد العلمية مثل الرياضيات والكيمياء والفيزياء وحتى الأحياء باستخدام الورقة والقلم فذلك يثبت المعلومات فيها.

و- الاهتمام بالغذاء.

ز- أخذ القسط الكافي من النوم دون نقصان أو زيادة فكلاهما ضار.[1]

[1] – دراسات و أبحاث: دراسة عن القلق الامتحان: kurdistabni.com/AR/inde –Cananéen ،17 أيار،2014، 22:19.

خلاصة الفصل:

ومن خلال دراستنا لقلق الامتحان تبين لنا أن لهذه الظاهرة التربوية تأثيرا على أداء الطالب وتحصيله ولهذا يجب وضع حلول للحد والقضاء على هذه الظاهرة التي قد تكون عائقا لإستعداد التلميذ للامتحان فهي تشتت أفكاره وبتالي يقل أدائه.

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

1-مجتمع الدراسة

2-مجالات الدراسة:

2-1- المجال المكاني

2-2- المجال الزماني

2-3- المجال البشري

3-أدوات الدراسة

4-أساليب التحليل الإحصائي

1- مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في جميع تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمتوسطة رزايقية الحبيب بئر العاتر، والذي بلغ عددهم70 تلميذ منهم 26 ذكور و 44 اناث.

و بما أن مجتمع الدراسة محدود كانت التقنية الأنسب هو المسح الشامل: الذي يدرس جميع أفراد المجتمع أو يشمل جميع مفردات المجتمع موضوع المسح و ذلك عن طريق الحصر الشامل الذي لا يترك مفردة منه.[1]

*مزايا الحصر الشامل :

- عندما يكون المجتمع صغير نسبيا كدراسة طلبة تخصص علم اجتماع التربية.

- الرغبة في الحصول على نتائج دقيقة خالية من الأخطاء العشوائية الناتجة عن استخدام المعاينة.

- اذا كان الغرض هو جمع بيانات عن مفردات المجتمع بصورة شخصية.

- في حالة عدم توفر إطارات أو كشوف و خرائط تساعد على سحب عينة سليمة بفضل الحصر الشامل. [2]

2- مجالات الدراسة :

و تتمثل مجالات الدراسة في: المجال المكاني و الزماني و البشري للدراسة.

ا- **المجال المكاني:** و المتمثل في متوسطة رزايقية الحبيب المتواجدة بدائرة بئر العاتر، و هي تعمل بنظام خارجي تقع وسط المدينة.

- محادية للطريق الوطني رقم 16 تم إنشائها 1979، و تم فتحها سنة 1982، و تتراوح مساحتها 15912 م2 ، و يوجد بها 18 حجرة للدراسة و مخبرين و ورشة.

[1] -عمار بوحوش: **مناهج البحث العلمي و طرق اعداد البحوث**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006، ص 52.

[2]- محمد منير حجاب: **الأسس العلمية لكتاب الرسائل الجامعية** ، دار الفجر للنشر و التوزيع، ط3، القاهرة، 2000، ص.30

ب- المجال الزماني: أجريت الدراسة الميدانية يوم 2018/04/08 حيث قامت الطالبة بتوزيع الاستمارات على المبحوثين و في نفس اليوم جمعت الطالبة استماراتها من المبحوثين.

ج- المجال البشري: و تمثل المجال البشري في مجتمع الدراسة و المتمثل في تلاميذ الرابعة متوسط بمتوسطة رزايقية الحبيب المتواجدة بدائرة بئر العاتر الذي بلغ عددهم 70 تلميذ.

3- أدوات الدراسة:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على أداتين هما : الملاحظة و الاستبانة.

ا/الملاحظة: و تعتبر الأدوات المنهجية الهامة في جمع البيانات .

وتعرف الملاحظة : على أنها المشاهدة الدقيقة لظاهرة ما مع الاستعانة بأساليب البحث و الدراسة التي تتلائم مع طبيعة الظاهرة.[1]

ب/الاستبانة: هي عبارة عن مجموعة من الأسئلة المكتوبة التي تعد بقصد الحصول على معلومات او أراء المبحوثين حول ظاهرة او موقف معين، و تعد الاستبانة من أكثر الأدوات المستخدمة في جميع البيانات الخاصة بالعلوم الاجتماعية التي تتطلب الحصول على معلومات او معتقدات او تصورات او أراء الأفراد و من أهم ما تتميز به الاستبانة هو توفير الكثير من الجهد و الوقت على الباحث.[2]

- ولقد تضمنت استمارة البحث 26 سوال مقسمين على 3 محاور حيث:
  - تضمن المحور الأول على :3 أسئلة متمثلة في البيانات الأولية.
  - والمحور الثاني على:12 سؤال يحدد متغيرات الفرضية الأولى.
  - والمحور الثالث على:11 سؤال يحدد متغيرات الفرضية الثانية.
- ولقد تم حساب صدق الاستبانة بطريقة الصدق الظاهري.

[1] -ابراهيم ابرش: **المنهج العلمي و تطبيقاته في العلوم الاجتماعية** ، دار الشروق، ط1، عمان ،2008، ص 261 .

[2] -محمد عبيدات و اخرون: **منهجية البحث العلمي**، دار وائل للطباعة و النشر، ط2، عمان ،1999، ص 63.

***الصدق الظاهري:** هذه الطريقة أصبحت أكثر استخداما خصوصا في الاختبار التي يراد منها معرفة صدق المضمون و مفادها أن هذه الطريقة يعرف الاختبار او المقياس على مجموعة من المحكمين من لهم سابق الخبرة في المجال الذي و ضع له المقياس او الاختبار ، و تؤخذ أرائهم في المقياس و يعدل واضع المقياس او الاختبار في مقياس حسب ما يراه المختصون فإذا تم له ذلك مع موافقتهم على صدق ما جاء في مفردات الاختبار او المقياس اعتبر الباحث أقوالهم دليلا على صدق المقياس الذي استخدمه.[1]

و لقد وزعت الاستبانة على (05) أساتذة جامعيين مختصين من اجل تحكيمها.

*جدول يوضح أسماء الأساتذة المحكمين:

اسم الأستاذ	الدرجة العلمية	مكان العمل
بوطورة كمال	محاضر –ا–	جامعة العربي التبسي
شتوح فاطمة	محاضر –ب–	جامعة العربي التبسي
حاتي كريمة	أستاذ مساعد	جامعة العربي التبسي
شبايكي حاتم	أستاذ مساعد	جامعة العربي التبسي
لعموري اسماء	محاضر –ب–	جامعة العربي التبسي

وبعد تفريغ آراء المحكمين تم حساب صدق القياس حسب معادلة لاوشي من خلال المعادلة التالية :

$$Cvr=\frac{n.N/2}{N/2}$$

حيث ان: CVR هو معامل صدق المحكمين.

N: هو العدد الكلي للمحكمين.

n: عد المحكمين الذين قالو بان البعد يقيس.

[1] – احمد محمد الطيب: **التقويم النفسي التربوي**، المكتب الجامعي الحديث، االاسكندرية، 1999، ص.212

الجدول رقم (01) يوضح مستوى صدق الاستبانة:

رقم العبارة	n	N	Cvr	رقم العبارة	n	N	Cvr
01	5	5	1	14	5	5	1
02	5	5	1	15	5	5	1
03	5	5	1	16	5	5	1
04	5	5	1	17	5	5	1
05	5	5	1	18	5	5	1
06	3	5	0.2	19	5	5	1
07	5	5	1	20	5	5	1
08	4	5	0.6	21	5	5	1
09	5	5	1	22	5	5	1
10	5	5	1	23	5	5	1
11	3	5	0.2	24	5	5	1
12	5	5	1	25	5	5	1
13	5	5	1	26	5	5	1

صدق الأداة= (مجموع cvn / عدد العبارات) 100x

$$\frac{24}{26} \times 100 = 92{,}30\ \%$$

و بما أن نسبة صدق الاستمارة 92.30 % حسب الأساتذة المحكمين فان الأداة صادقة و قابلة للتطبيق الميداني خاصة بعد التعديلات من قبل الأساتذة المحكمين و المتمثلة في:

-إعادة صيغ بعض العبارات كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول يبين عبارات الاستمارة قبل التعديل و بعد التعديل :

رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
06	-هل تشعر برغبة التحدث مع زملائك وقت الاختبار	-هل تشعر بالرغبة في التواصل مع زملائك أثناء الاختبار
08	-ما نوع الأسلوب المتبع من قبل أساتذتكم	-ما نوع التعامل المتبع من قبل أساتذتكم
11	-هل يقوم مستشار التوجيه بزيارات للتلاميذ أثناء فترة الامتحانات	-هل يقوم مستشار التوجيه بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات

4- أساليب التحليل الإحصائي:

تم معالجة بيانات الدراسة وفقا لبرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) حيث استخدم في هذا البحث أساليب المعالجة الإحصائية التالية:

أ- التكرار والنسب المئوية.

ب-المتوسطات الحسابية.

ج- الانحراف المعياري.

د- كاي تربيع (chi-square)K2.

الفصل الخامس: عرض وتحليل البيانات والنتائج

أولا- عرض وتحليل البيانات الأولية

ثانيا- عرض وتحليل الفرضية الأولى

ثالثا- عرض وتحليل الفرضية الثانية

رابعا-إختبار الفرضيات

خامسا- النتائج العامة للدراسة

سادسا- الإقتراحات

*

أولا- عرض وتحليل البيانات الأولية:

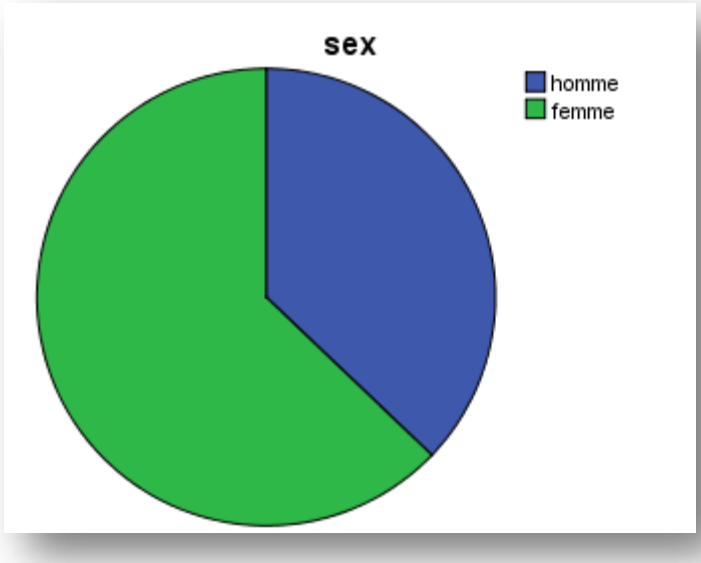
1- الجنس:

الجدول رقم (2) : يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	26	37.1%
أنثى	44	62.9%
المجموع	70	100%

المصدر:الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (1) : يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال نتائج الجدول رقم (02) يتضح لنا أن عدد الإناث يفوق عدد الذكور، حيث بلغ عدد الإناث 44 مفردة بنسبة 62.9 %، أما عدد الذكور فبلغ 26 مفردة بنسبة 37.1 %، وهذا ما يدل على اختلاف في نسب الجنس.

ومنه نستنتج أن نسبة نجاح الإناث ومزاولتهم للدراسة اكبر من نسبة الذكور، وهذا راجع لعزوف الذكور عن الدراسة.

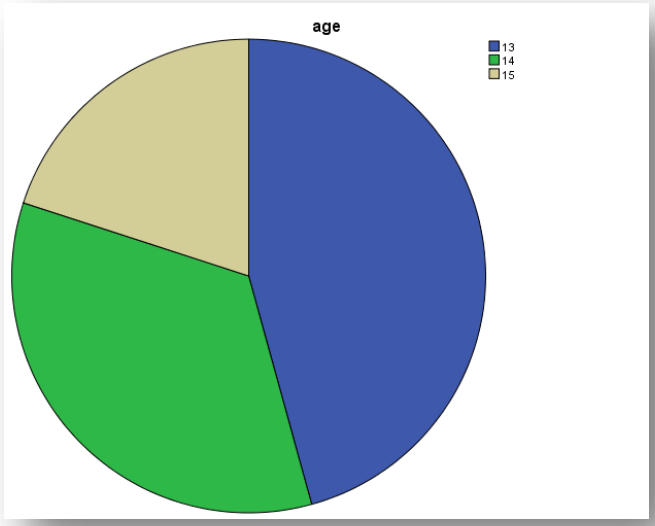
2- العمر:

جدول رقم (03): يوضح توزيع أفراد العينة حسب العمر

العمر	التكرار	النسبة المئوية
13 سنة	32	%45.7
14 سنة	24	%34.3
15 سنة	10	%20
المجموع	70	%100

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

شكل رقم (2): يوضح توزيع أفراد العينة حسب العمر



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال النسب المتحصل عليها من الجدول رقم (03) يتضح لنا أن أفراد المجتمع المدروس يتراوح سنهم مابين 13سنة، 14 سنة، 15سنة، حيث أن الذين سنهم 13 سنة بلغت نسبتهم 45.7 % بتكرار32 مفردة، في حين أن الذين سنهم 14 سنة بلغت نسبتهم 34.3 % بتكرار 24 مفردة، والباقي بلغ سنهم 15 سنة بنسبة 20 % بتكرار 14 مفردة، ومنه نستنتج أن أعمار التلاميذ تتناسب مع مستواهم الدراسي.

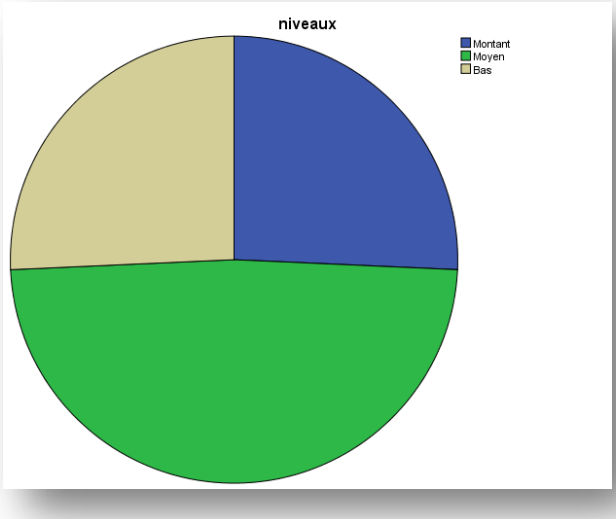
3-المستوى الدراسي :

جدول رقم (04): يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
عالي	18	%25.7
متوسط	34	%48.6
منخفض	18	%25.7
المجموع	70	%100

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

شكل رقم (03): يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPSS

من خلال نتائج الجدول رقم (03) يتضح لنا أن أغلبية التلاميذ مستواهم الدراسي متوسط، حيث وصل عددهم إلى 34 تلميذ بنسبة48.6 % وهذا راجع إلى صعوبة المواد المدروسة، في حين نرى بان الذين مستواهم منخفض يتساوى مع الذين مستواهم عالي حيث قدرت نسبتهم بـ 25.7 % لكل مستوى، فالبنسبة للمستوى المنخفض وهذا راجع إلى خوفهم وارتباكهم من الامتحانات وعدم ثقتهم بأنفسهم وهذا يؤدي بهم إلى عدم التركيز والأداء الجيد في الامتحان، أما المستوى العالي يدل على ثقتهم بأنفسهم وثقتهم بالمعلومات المخزنة لديهم واستعدادهم الجيد للامتحانات.

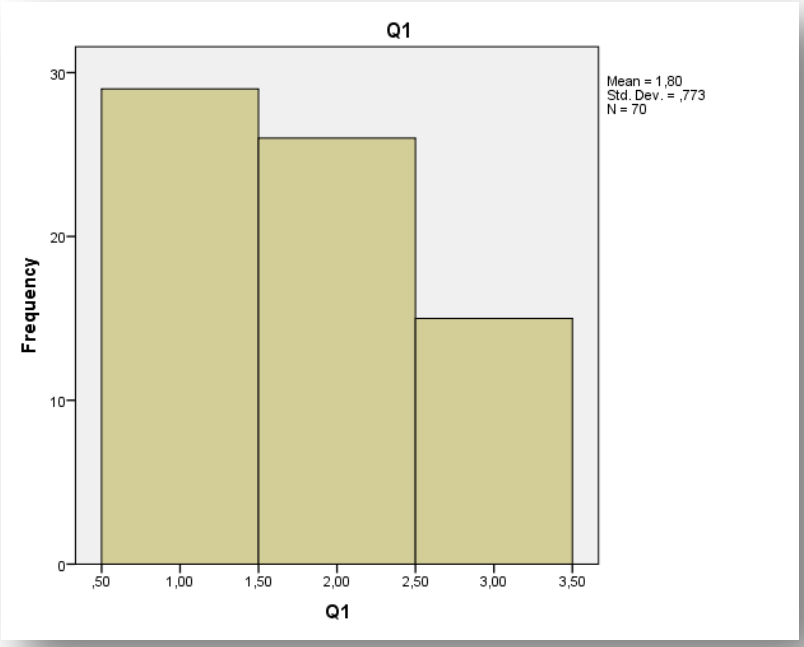
ثانيا – عرض وتحليل الفرضية الأولى:

جدول رقم(05): يوضح نوع علاقة التلميذ مع زملائه وقت الامتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
جيدة	29	41.4%	1.80	0.77
سيئة	26	37.1%		
منعدمة	15	21.4%		
المجموع	70	100%		

المصدر :الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

شكل رقم(4): يوضح نوع علاقة التلميذ مع زملائه وقت الامتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

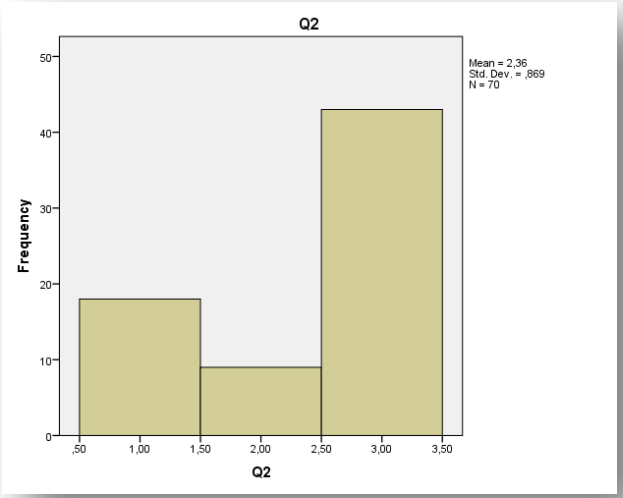
من خلال بيانات الجدول أعلاه يتبين لنا أن معظم إجابات التلاميذ حول نوع العلاقة مع زملائهم هي علاقة جيدة وذلك بتكرار 29 مفردة وبنسبة 41.4 % وهذا ما يدل على حسن التعامل مع التلاميذ، بينما نجد البعض كانت إجابتهم بسيئة وذلك بتكرار 26 مفردة وبنسبة 37.1%، وكما نجد إن الباقي كانت إجابتهم بمنعدمة وذلك بتكرار 15 مفردة وبنسبة 21.4 %، وهذا راجع إلى الفترة الحساسة التي يمر بها التلاميذ في هذا السن وهي مرحلة المراهقة التي تضفي عليهم المزاج المتقلب، وهذا ما يجعل علاقتهم بالآخرين تكون منعدمة أو سيئة، بينما كان المتوسط الحسابي لهذا البند هو1.80 والانحراف المعياري 0.77، وهذا ما يدل على أن نوع العلاقة مع الزملاء لها دور مهم في العملية التعليمية.

الجدول رقم(06): يوضح ما إذا كانت علاقة التلميذ مع زملائه تقلل من التوتر أثناء الامتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	18	25.7%	2.35	0.86
لا	9	12.9%		
احيانا	43	61.4%		
المجموع	70	100%		

المصدر:الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPss

شكل رقم(05): يوضح ما إذا كانت علاقة التلميذ مع زملائه تقلل من التوتر أثناء الامتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPSS.

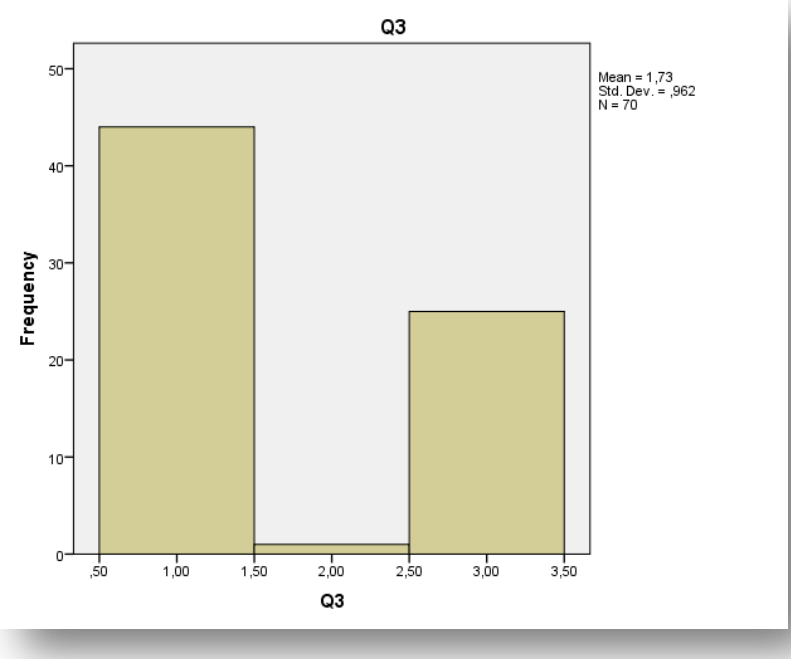
من خلال بيانات الجدول رقم (06) يتضح لنا أن إجابات المبحوثين كانت اغلبهم إجابتهم أحيانا حيث كانت نسبتهم 61.4%، والذين أجابوا بنعم كانت نسبتهم 25.7% في حين الذين أجابوا بـ لا فكانت نسبتهم 12.9% ومنه نستنتج أن العلاقة مع الزملاء في اغلب الأحيان تريح من التوتر في الامتحانات، بينما كان المتوسط الحسابي لهذا البند 2.30 والانحراف المعياري 0.86 ومن خلال هذه النسب يتضح بان العلاقة مع الزملاء لها تأثير على خفض نسبة التوتر من الامتحانات، فالعلاقة الجيدة مع الزملاء تجلب الراحة النفسية للتلميذ.

جدول رقم (07): يوضح إذا كان التلميذ له رغبة في التواصل مع زملائه في الاختبار

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	44	62.9%	1.72	0.96
لا	1	1.4%		
أحيانا	25	35.7%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPSS.

شكل رقم (06):يوضح إذا كان التلميذ له رغبة في التواصل مع زملائه في الاختبار



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPSS.

من خلال المعطيات الإحصائية في الجدول رقم(07) يتبين لنا أن اكبر نسبة هي الإجابة بنعم حيث قدرت بـ 62.9%، والذين كانت إجابتهم أحيانا بنسبة35.7 %، أما الذين كانت إجابتهم لا فكانت نسبتهم 1.4 % في حين أن المتوسط الحسابي للبند قدر بـ 1.72 والانحراف المعياري 0.96.

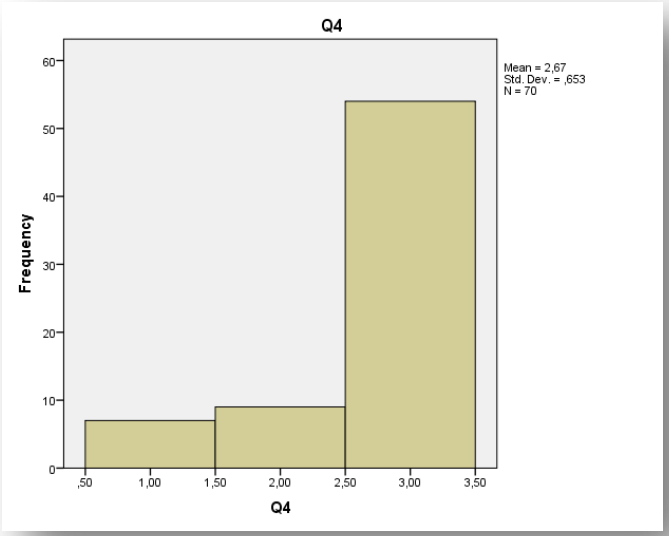
ومنه نستنتج أن التلاميذ يحبون التواصل مع زملائهم أثناء فترة الامتحانات وذلك من اجل تبادل المعلومات وتوضيح الغموض من اجل استيعاب والاستعداد الجيد للامتحان .

جدول رقم(08): يوضح ما إذا كان يعمل أسلوب النقاش مع الزملاء قبل الامتحان يقلل من الخوف من الامتحان

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	7	10%	2.67	0.65
لا	9	12.9%		
أحيانا	54	77.1%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات

شكل رقم(07): يوضح ما إذا كان يعمل أسلوب النقاش مع الزملاء قبل الامتحان يقلل من الخوف من الامتحان



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات

من خلال الجدول أعلاه نرى بأن أعلى نسبة من الإجابات كانت بأحيانا حيث قدرت بنسبة 77.1%، أما الذين أجابوا بنعم فكانت نسبتهم 10%، في حين أن الذين أجابوا بـ لا فقدرت نسبتهم12.9 %، أما المتوسط الحسابي للبند فكان 2.67 و الانحراف المعياري 0.65.

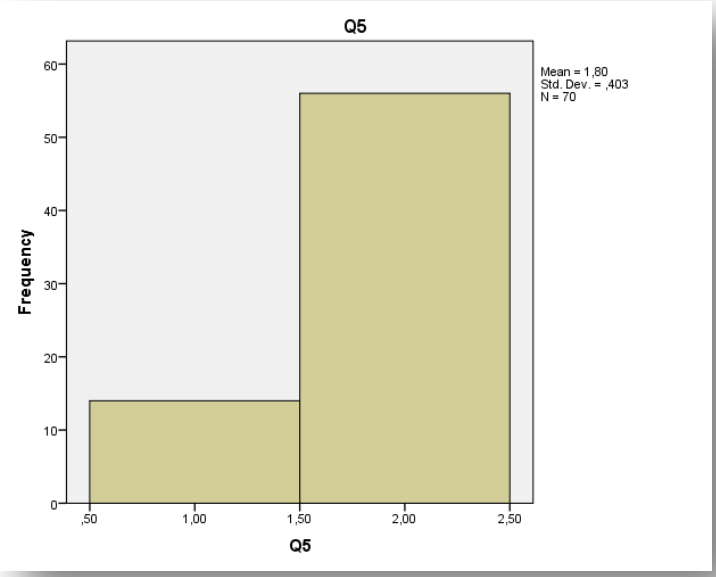
ومن خلال ذلك نستنتج أن أسلوب النقاش مع الزملاء يقلل من نسبة الخوف من الامتحان، وذلك من خلال التحاور واستظهار الحفظ ومراجعة الأمور الصعبة، وهذا ما يريح التلميذ و يقلل من القلق والخوف قبل الامتحان مما يشجعه على التركيز ويرفع الثقة بالنفس.

جدول رقم(09): يوضح نوع أسلوب التعامل المتبع من قبل الأستاذ

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ديمقراطي	56	% 80	1.80	0.40
متشدد	14	% 20		
المجموع	70	% 100		

المصدر:الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPSS

شكل رقم (08): يوضح نوع أسلوب التعامل المتبع من قبل الأستاذ



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات SPSS

يتضح من البيانات الواردة في الجدول أعلاه أن نوع أسلوب التعامل المتبع من قبل الأستاذ هو أسلوب ديمقراطي، حيث كانت إجابات التلاميذ حول الأسلوب الديمقراطي بنسبة 80%، أما الذين أجابوا بأن الأسلوب متشدد فقدرت نسبتهم بـ 20 %، في حين أن المتوسط الحسابي للبند هو 1.80 والانحراف المعياري 0.40.

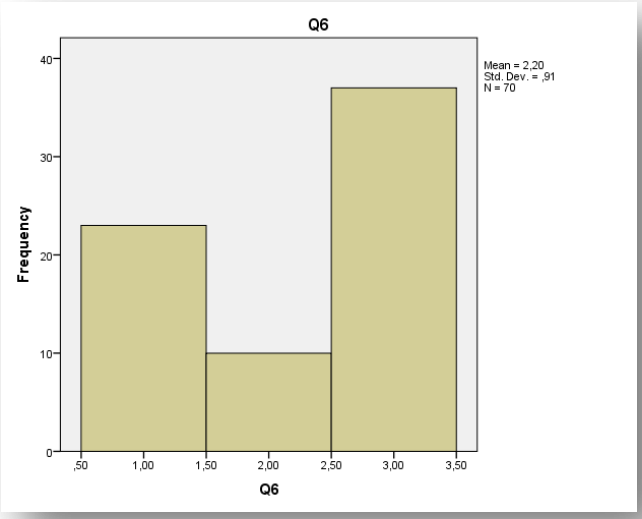
ومنه نستنتج أن الأسلوب المتبع من قبل الأستاذ هو أسلوب ديمقراطي، وهذا ما يجعل التلميذ يحب المادة ومتحمسا لها، وبالتالي يدخل للامتحان وهو مرتاح البال وفي مزاج يجعل أدائه جيد، لأن أسلوب الأستاذ يزيد من دافعية التلميذ للتعلم ويجعله يسعى للتفوق.

جدول رقم(10):يوضح .تأثير أسلوب الأستاذ في تقليل نسبة القلق من الامتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	23	32.9%	2.20	0.91
لا	10	14.3%		
احيانا	37	52.9%		
المجموع	70	100%		

المصدر : الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (09): يوضح تأثير أسلوب الأستاذ في تقليل نسبة القلق من الإمتحانات



المصدر : الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال البيانات الإحصائية في الجدول أعلاه يتبين لنا أن معظم إجابات التلاميذ كانت بأحيانا بنسبة 52.9%، وتليها الإجابة بنعم بنسبة 32.9%، في حين أن الذين أجابوا بـ لا فكانت نسبتهم 14.3 %، أما المتوسط الحسابي للبند فقدر بـ 2.20 والانحراف المعياري 0.91.

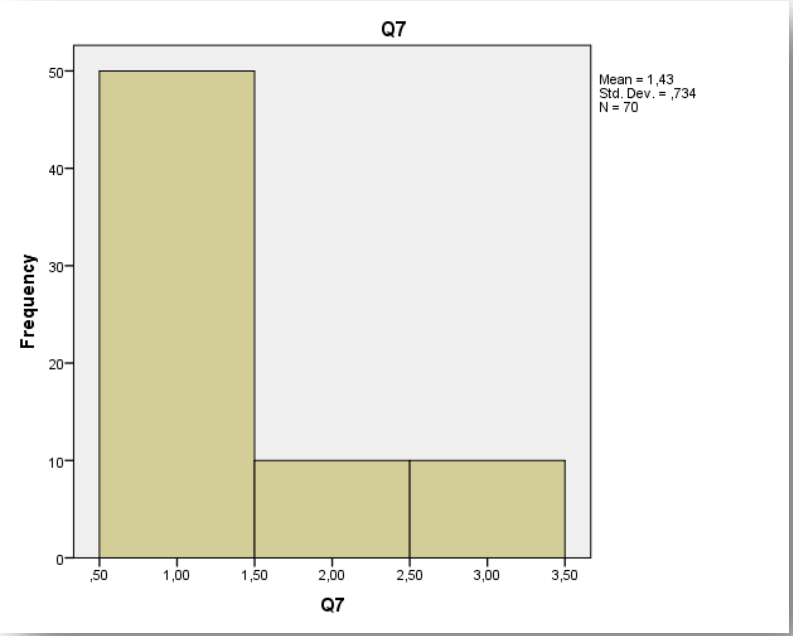
ومنه نستنتج بأن أسلو الأستاذ له دور فعال في تقليل الخوف من الإمتحان، حيث كلما كان الأسلوب مرن كلما زاد دافعية التلميذ للتفوق وتحسين أدائه، لان العلاقة الجيدة مع الأستاذ تؤثر على نفسية التلميذ وهي عامل أساسي في البيئة المدرسية وهذا ما تطرقنا اليه في الجانب النظري حول العلاقات الإجتماعية في المدرسة.

جدول رقم (11): يوضح تأثير التفاعل بين التلميذ والأستاذ في تقليل نسبة الارتباك أثناء الامتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	50	71.4%	1.42	0.73
لا	10	14.3%		
احيانا	10	14.3%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(10): يوضح تأثير التفاعل بين التلميذ و الأستاذ في تقليل نسبة الارتباك أثناء الامتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال البيانات الإحصائية في الجدول أعلاه يتضح لنا أن أعلى نسبة في إجابات المبحوثين كانت بنعم وبنسبة 17.4%، في حين تساوت نسبة إجابة المبحوثين بـ لا و أحيانا حيث بلغت نسبة كل واحد بـ 14.3%، أما المتوسط الحسابي للبند قدر بـ 1.42 والانحراف المعياري 0.73.

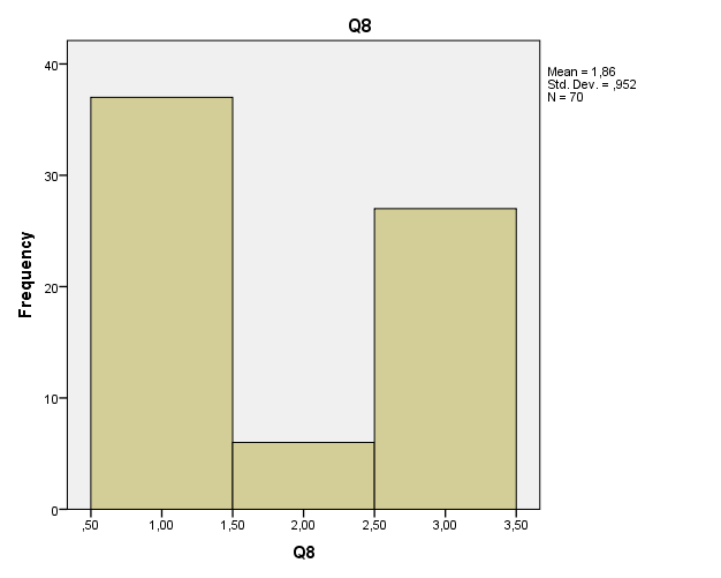
ومنه نستنتج أن التفاعل و التواصل الدائم مع الأستاذ يقلل نسبة الارتباك أثناء الامتحانات، ويجعل التلميذ يزيد في تركيزه مع الأسئلة، ويسهل عليه الحفظ و المراجعة للامتحان، وبالتالي يزيد في نسبة تحصيله الدراسي.

جدول رقم(12): يوضح إذا كان مستشار التوجيه يقوم بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	37	52.9%	1.85	0.95
لا	6	8.6%		
أحيانا	27	38.6%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(11): يوضح إذا كان مستشار التوجيه يقوم بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

نرى من خلال البيانات الإحصائية الموجودة في الجدول أعلاه أن إجابات المبحوثين كانت نسبهم على التوالي :

بنعم بلغت نسبتهم 52.9%، أما الذين أجابوا بـ لا بنسبة 8.6%، في حين أن الذين أجابوا أحيانا فكانت نسبتهم 38.6%، والمتوسط الحسابي للبند قدر بـ 1.85 والانحراف المعياري 0.95.

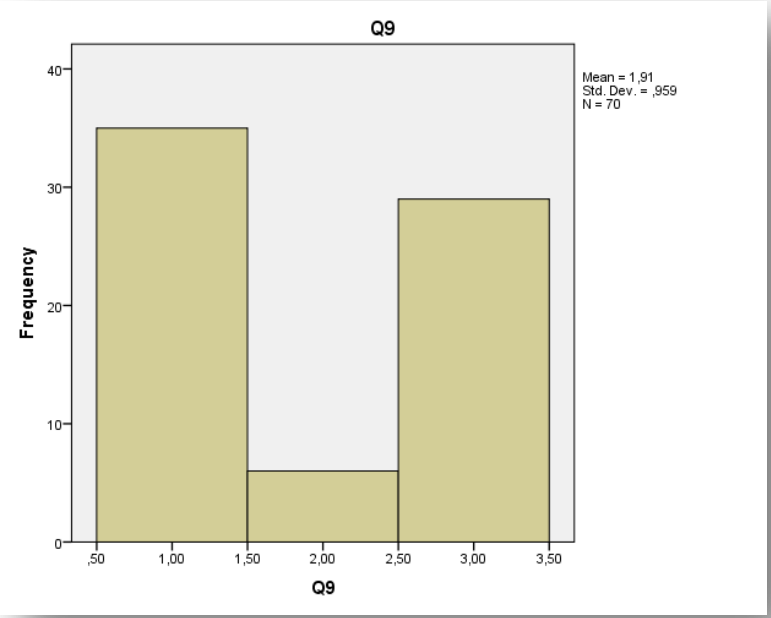
ومنه نستنتج أن مستشار التوجيه يقوم بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات من أجل توجيههم وإعطائهم النصائح حول عدم الخوف والقلق من الامتحانات، وكيفية الإستعداد والتحضير له، وبالتالي فهو يمنحهم الإرشادات اللازمة لكيفية التخلص من المخاوف والتوتر والقلق من الإمتحان، فهو يبعث فيهم روح التفاؤل والتحدي والوصول إلى النجاح.

جدول رقم (13): يوضح مساهمة جلسات مستشار التوجيه مع التلاميذ قبل الامتحان من خفض نسبة القلق

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	35	50%	1.91	0.95
لا	6	8.6%		
أحيانا	29	14.4%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات

شكل رقم (12): يوضح مساهمة جلسات مستشار التوجيه مع التلاميذ قبل الامتحانات في خفض نسبة القلق



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال الجدول يتبين لنا أن أغلبية إجابات المبحوثين كانت بنعم بنسبة 50%، أما الذين أجابوا بلا فكانت نسبتهم 8.6%، في حين أن الذين أجابوا أحيانا فبلغت نسبتهم 14.4%، أما المتوسط الحسابي للبند فقدر بـ 1.91 والانحراف المعياري 0.95.

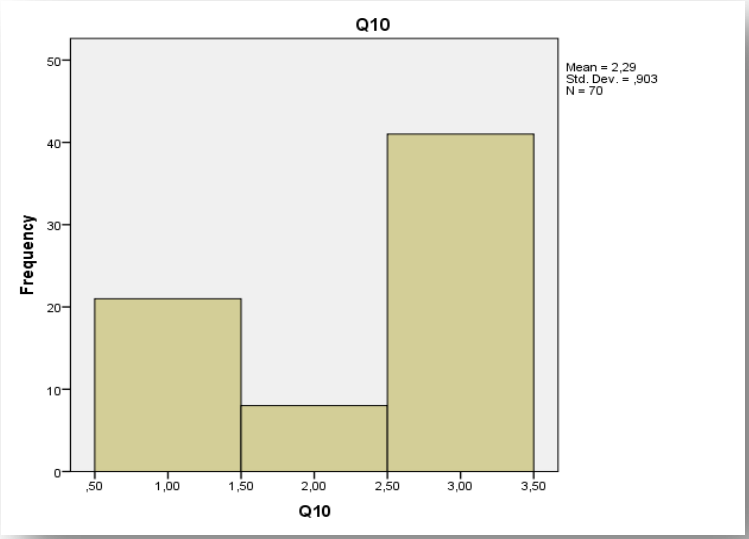
وحسب إجابات المبحوثين يتضح لنا أن الجلسات مع مستشار التوجيه تلعب دورا هاما في خفض نسبة القلق من الامتحان، وذلك من خلال التوجيهات والإرشادات التي يزودها للتلاميذ، والتي بدورها تعتبر حافزا لهم من أجل المثابرة و الاجتهاد.

جدول رقم(14): يوضح مساهمة غموض البرنامج الدراسي في توليد الخوف من الامتحانات لدى التلاميذ

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	21	30%	2.28	0.90
لا	8	11.4%		
أحيانا	41	58.6%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(13): يوضح مساهمة غموض البرنامج الدراسي في توليد الخوف من الامتحانات لدى التلاميذ



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن أغلب إجابات المبحوثين كانت أحيانا حيث بلغت نسبتهم 58.6%، تليها الإجابة بنعم بنسبة 30%، في حين الذين أجابوا بـ لا فكانت نسبتهم 11.4%، والمتوسط الحسابي للبند 2.29 و الانحراف المعياري 0.90.

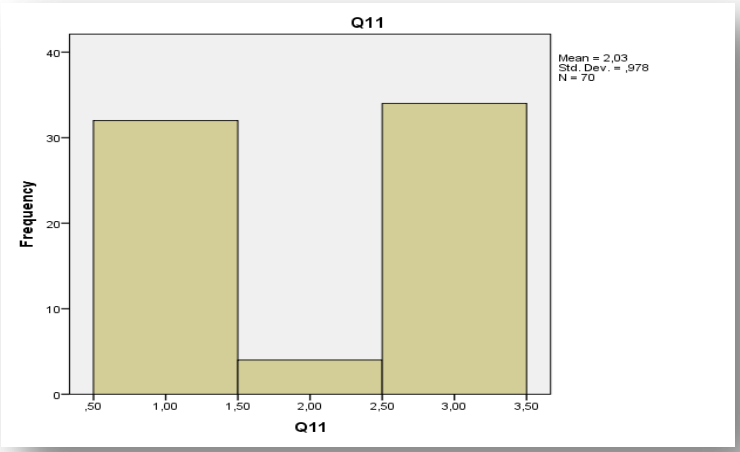
ومن هنا نستنتج انه في أغلب الأحيان يولد غموض البرنامج الدراسي الخوف و القلق من الإمتحانات، وذلك لعدم قدرة التلاميذ على الإستيعاب، وعدم فهمهم لبعض المواد، وبالتالي تظهر عليهم علامات الخوف والقلق قبل إجتياز الإمتحان، وتتولد لديهم فكرة عدم النجاح والإخفاق

جدول رقم(15): يوضح إذا كانت صعوبة إستيعاب الدروس وقت الإمتحانات تشعر التلميذ بعدم الراحة النفسية

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	32	45.7%	2.02	0.97
لا	4	5.7%		
احيانا	34	48.6%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(14): يوضح إذا كانت صعوبة إستيعاب الدروس وقت الإمتحانات تشعر التلميذ بعدم الراحة النفسية



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال البيانات الإحصائية في الجدول أعلاه نلاحظ أن هناك تقارب بين نسب الذين أجابوا أحيانا وبنعم، حيث نجد أن نسبة الذين أجابوا بنعم هي 45.7%، والذين أجابوا أحيانا كانت نسبتهم 48.6%، في حين الذين أجابوا بـ لا كانت نسبتهم 5.7، أما المتوسط الحسابي للبند قدر بـ 2.02 والانحراف المعياري 0.97.

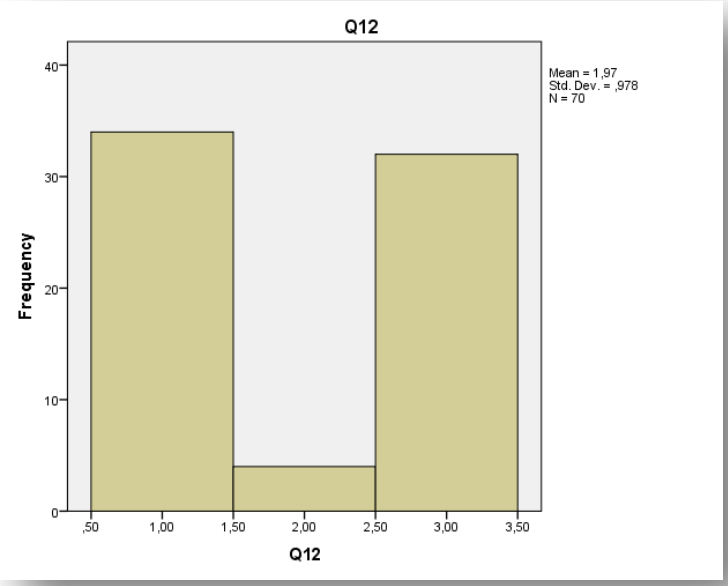
ومنه نستنتج أن صعوبة إستيعاب الدروس في فترة الإمتحانات تؤثر على الراحة النفسية للتلميذ، وتجعله غير قادر على الحفظ وتشتت ذهنه، وبالتالي تضعف إرادته ويحس بالفشل.

جدول رقم(16): يوضح الخوف من فكرة الرسوب تجعل التلميذ يرتبك أثناء الإمتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	34	68.6%	1.97	0.97
لا	4	5.7%		
احيانا	32	45.7%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (15) : يوضح الخوف من فكرة الرسوب تجعل التلميذ يرتبك أثناء الإمتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

من خلال معطيات الجدول يتبين لنا أن فكرة الرسوب تجعل التلميذ مرتبك أثناء الإمتحانات، حيث نجد أن نسبة التلاميذ الذين أجابوا بنعم 48.6%، والذين أجابوا بـ لا بلغت نسبتهم 5.7%، أما الذين أجابوا بأحيانا فكانت نسبتهم 45.7%، في حين نجد أن المتوسط الحسابي للبند قدر بـ 1.97 والإنحراف المعياري 0.97.

ومنه نستنتج أن خوف التلاميذ من الرسوب يجعلهم مرتبكين وقلقين أثناء الإمتحانات ، بإعتبارهم في مرحلة حساسة ومقبلين على إجتياز إمتحان مصيري والإنتقال من المرحلة المتوسطة إلى المرحلة الثانوية، وهذا ما يولد فيهم الشعور بالخوف والرهبة في إجتياز الإمتحانات.

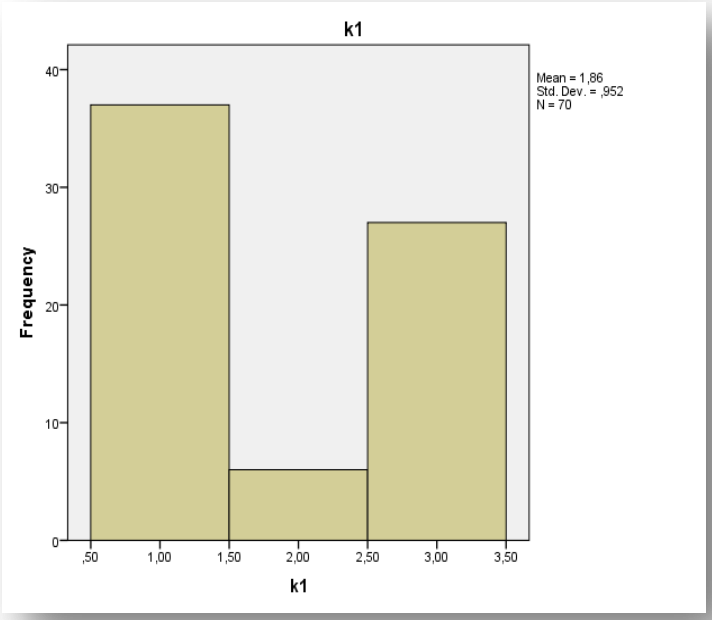
ثالثا- عرض وتحليل الفرضية الثانية:

جدول رقم(17): يوضح عدم توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة و تأثيرها على التلاميذ أثناء الإمتحان

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	37	52.9%	1.85	0.95
لا	6	8.6%		
أحيانا	27	38.6%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (16): يوضح عدم توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة وتأثيرها على التلاميذ أثناء الإمتحان



المصدر:الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال معطيات الجدول نلاحظ أن نسبة المبحوثين الذين أجابوا بنعم كانت نسبتهم 52.9%، وتليها نسبة الذين أجابوا بأحيانا بقيمة 38.6%، أما الذين أجابوا ب لا بلغت نسبتهم 8.6%، في حين أن المتوسط الحسابي للبند قدر بـ 1.85 والإنحراف المعياري 0.95.

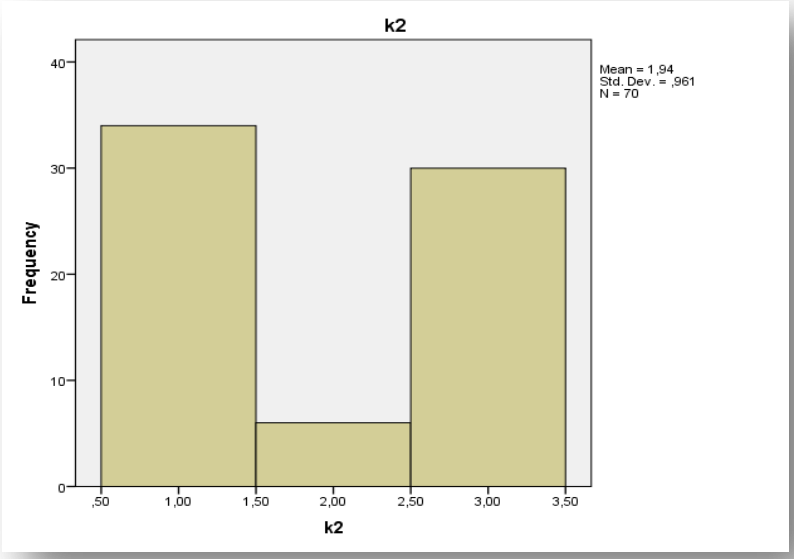
ومنه نستنتج أن التدفئة داخل حجرة الدراسة تعتبر عامل مهم وله تأثير على مزاج التلاميذ أثناء الإمتحانات، لأن عدم توفرها وخصوصا في فصل الشتاء يربك التلميذ ويعكر مزاجه، وبالتالي يتشتت ذهنه ويضعف تركيزه وهذا ما يؤدي به إلى الإخفاق. و هذا ماتطرقنا اليه في الجانب النظري، حيث يوصي المهندسون البشريون على أن لا تزيد درجة الحرارة فوق 24 داخل الفصول الدراسية.

جدول رقم(18): يوضح تأثير الإكتظاظ داخل القسم على الراحة النفسية للتلميذ

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	34	48.6 %	1.94	0.96
لا	6	8.6%		
احيانا	30	42.9 %		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(17): يوضح تأثير الإكتظاظ داخل القسم على الراحة النفسية للتلميذ



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال البيانات الإحصائية المدونة في الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك تقارب بين نسب الذين أجابوا بنعم وأحيانا، حيث بلغت نسبة الذين أجابوا بنعم 48.6%، وبأحيانا بنسبة 42.9%، في حين كانت نسبة الذين أجابوا بـ لا 8.6%، وقدر المتوسط الحسابي للبند بـ 1.94 و الإنحراف المعياري بـ 0.96.

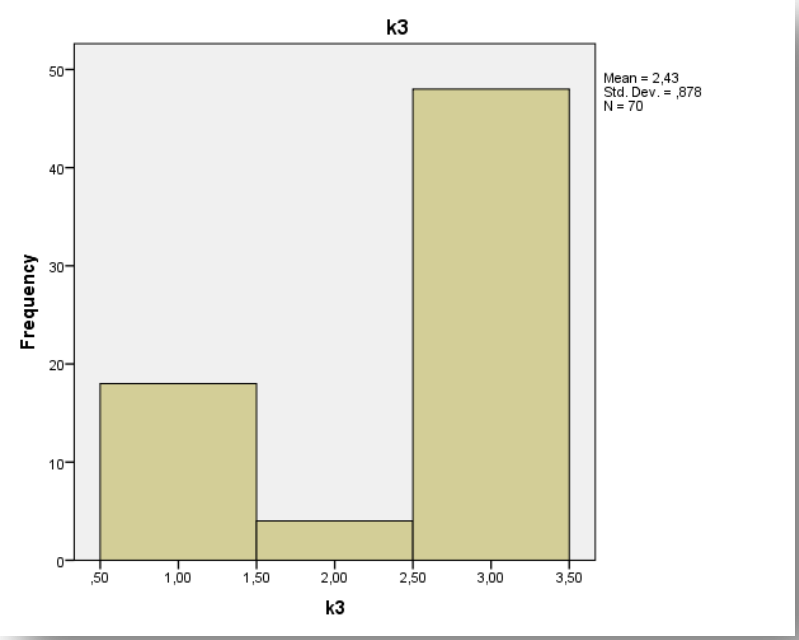
ومن هنا يتبين لنا أن الإكتظاظ داخل القسم يؤثر على راحة التلميذ وخاصة في فترة الإمتحانات، لأن الضغط داخل القسم يجعل التلميذ قلق ومتوتر، ويحس بضغط نفسي و يفقد تركيزه أثناء الإمتحان.

جدول رقم(19): يوضح كيف تزيد الضوضاء من نسبة إنفعال التلميذ في الإختبار

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	18	25.7%	2.42	0.87
لا	4	5.7 %		
احيانا	48	68.6%		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(18): يوضح كيف تزيد الضوصاء من نسبة إنفعال التلميذ في الإختبار



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن نسبة المبحوثين الذين أقروا بأن الضوضاء تزيد في نسبة الإنفعال أحيانا تقدر ب 68.6%،أما الذين أجابوا بنعم فنسبتهم 25.7%، في حين كانت نسبة الإجابة بـ لا 5.7%، وقدر المتوسط الحسابي للبند بـ 2.42 والإنحراف المعياري بـ 0.87.

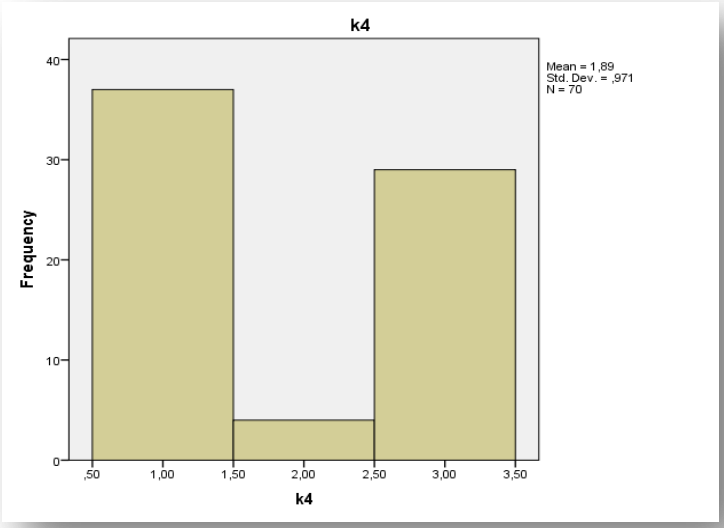
ومنه نستنتج أن الضوضاء تعتبر من العوامل البيئية التي تؤثر على قلق الامتحان لدى التلميذ، فهي تزيد في توتر التلميذ وتضعف قدرته على الإنتباه والتركيز، وهذا مايؤدي به إلى نسيان بعض الأمور المهمة ، وبالتالي يقع في الأخطاء. حيث تعتبر الضوضاء من بين العوامل المؤثرة في جودة البيئة المدرسية، وهذا ماتطرقنا إليه في الجانب النظري ، حيث يعتبرها العديد من المهتمين بالصحة المدرسية أمثال تايلور و الخزامي على أنها سبب من أسباب الضغوط النفسية، فهي تعمل على رفع درجة التوتر وعدم التوازن النفسي.

جدول رقم (20): يوضح كيف تؤثر التهوية على توتر التلميذ خلال الامتحان

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	37	% 52.9	1.88	0.971
لا	4	% 5.7		
احيانا	29	% 14.4		
المجموع	70	% 100		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(19): يوضح كيف تؤثر التهوية على توتر التلميذ خلال الإمتحان



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

نلاحظ من خلال الجدول السابق بأن عدم توفر التهوية الكافية داخل الحجرة الدراسية يجعل التلميذ ينزعج ويتوتر خلال الإمتحانات، وهذا ما أكدته النسب الإحصائية الواردة في الجدول، حيث نجد أن أكبر نسبة كانت الإجابة بنعم وبنسبة 52.9%، وتليها الإجابة بأحيانا بنسبة 14.4%، أما الباقي فكانت إجابتهم بـ لا بنسبة 5.7%، وقدر المتوسط الحسابي للبند بـ 1.88 والإنحراف المعياري 0.97.

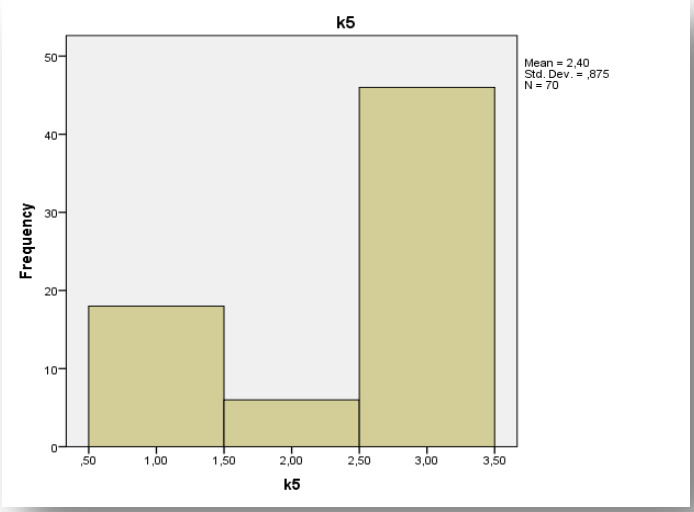
ومنه يجب التأكيد على ضرورة توفير التهوية الكافية داخل حجرة الدراسة، كونها تعد من المرافق الضرورية لأنها تجلب الراحة والإسترخاء للتلاميذ وخاصة في فصل الصيف، وخلال إجتياز التلاميذ للإمتحانات تزيد من نسبة توترهم وقلقهم.

جدول رقم (21): يوضح كيف يساهم نقص الإضاءة في زيادة قلق التلميذ من الإمتحان

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	18	% 25.7	2.40	0.87
لا	6	% 8.6		
احيانا	46	% 65.7		
المجموع	70	% 100		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم(20): يوضح كيف يساهم نقص الإضاءة في زيادة قلق التلميذ من الإمتحان



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

نرى من خلال الجدول السابق والذي يمثل مساهمة الإضاءة في زيادة قلق التلميذ من الإمتحانات، أن البيانات الإحصائية جاءت كالتالي: نسبة الذين أجابوا بنعم كانت 25.7%، وتليها الإجابة بأحيانا بنسبة 65.7%، أما الذين أجابوا بـ لا بنسبة 8.6%، والمتوسط الحسابي للبند قدر بـ 2.40 والإنحراف المعياري 0.87.

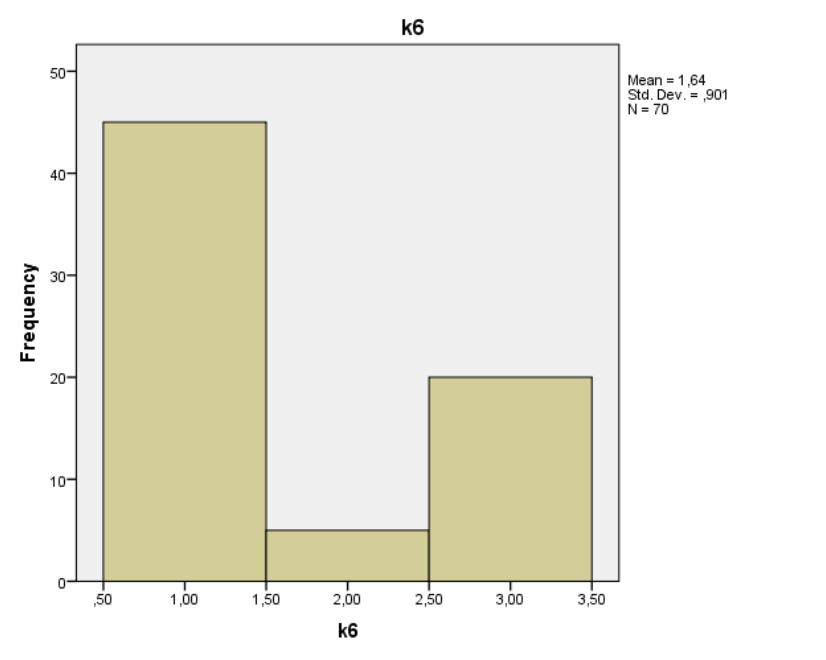
من خلال ما سبق نستنتج أن نقص الإضاءة يعمل على زيادة قلق التلاميذ أثناء الإمتحان، حيث تعتبر من بين عناصر البيئة المدرسية التي تعمل على الإستقرار النفسي والإنفعالي للمراهق، وهذا ما تعرضنا إليه في الجانب النظري، حيث أوصت كل البحوث التي أجريت على سلامة البيئة المدرسية على أن تكون الإضاءة ملائمة لما تتطلبه حجرة الدراسة، حيث أكد مصباح عيسى و أخرون أن الإضاء داخل المباني المدرسية يجب أن تساعد على الرؤية وتوفر الراحة للعين و تمنع التحديق، ونقص مثل هذه المرافق يعيق عملية التعلم للتلميذ.

جدول رقم(22)يوضح كيف يؤثر نقص التجهيزات المدرسية على الراحة النفسية للتلميذ أثناء الإختبار

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	45	64.3 %	1.64	0.90
لا	5	7.1 %		
احيانا	20	28.6 %		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (21): يوضح كيف يؤثر نقص التجهيزات المدرسية على الراحة النفسية للتلميذ أثناء الإختبار



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

يتبين لنا من خلال بيانات الجدول أعلاه يتبين لنا أن أغلبية إجابات المبحوثين حول تأثير التجهيزات المدرسية على راحتهم النفسية أثناء الإمتحانات كانت بنعم وبنسبة 64.3%، وتليها الإجابة بأحيانا بنسبة 28.6%، أما البقية فكانت إجابتهم بـ لا بنسبة 7.1%، وقدر المتوسط الحسابي للبند بـ 1.64 والإنحراف المعياري بـ 0.90.

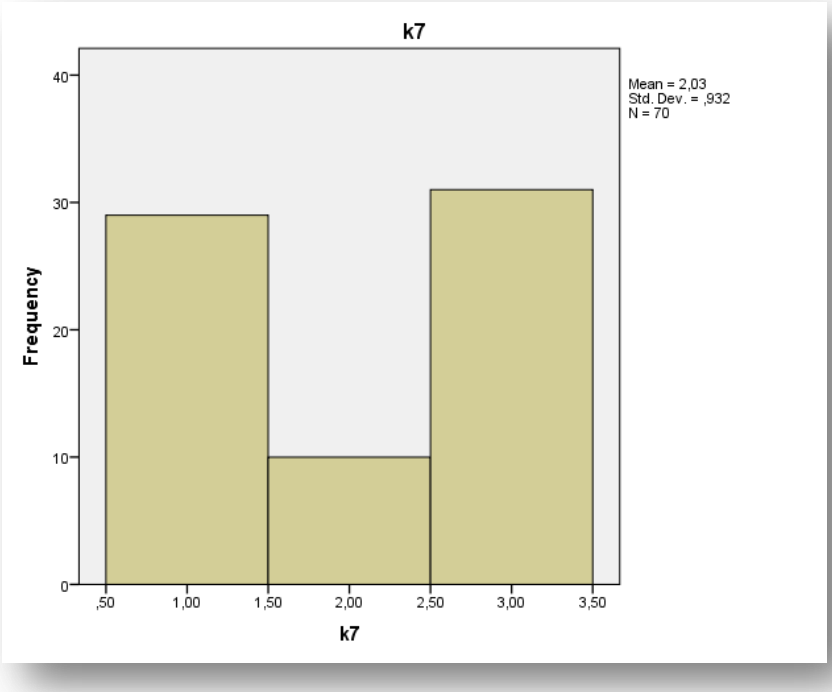
ومن هنا نستنتج بأن نقص التجهيزات المدرسية يؤثر وبشكل كبير على الراحة النفسية للتلاميذ أثناء الإختبار، حيث تعد فترة الإمتحانات فترة حساسة وعصيبة، وفيها تزيد نسبة التأثير لدى التلاميذ من جميع المؤثرات الخارجية، ولهذا فنقص أو فساد التجهيزات المدرسية يصبح عائق للتلميذ ويجعله يرتبك وينزعج خصوصا في فترة الإمتحان.حيث تعتبر الوسائل التعليمية من العوامل المؤثرة على جودة البيئة المدرسية وهذا ما تطرقنا إليه في الجانب النظري، حيث أكدت دراسة ماك براید على أن التجهيزات المدرسية هي العامل الأساسي في ظهور للضغوط النفسية.

جدول رقم (23): يوضح مساهمة نظافة القسم في نقص توتر التلميذ في فترة الإمتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	29	% 41.4	2.02	0.93
لا	10	% 13.3		
احيانا	31	% 44.3		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss.

شكل رقم (22): يوضح مساهمة نظافة القسم في نقص توتر التلميذ في فترة الإمتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن إجابة المبحوثين بنعم كانت نسبتهم 41.4%، والذين أجابوا بأحيانا قدرت نسبتهم بـ 44.3%، أما الذين أجابوا بـ لا فكانت نسبتهم 13.3. وقدر المتوسط الحسابي بـ 2.02 والإنحراف المعياري 0.93.

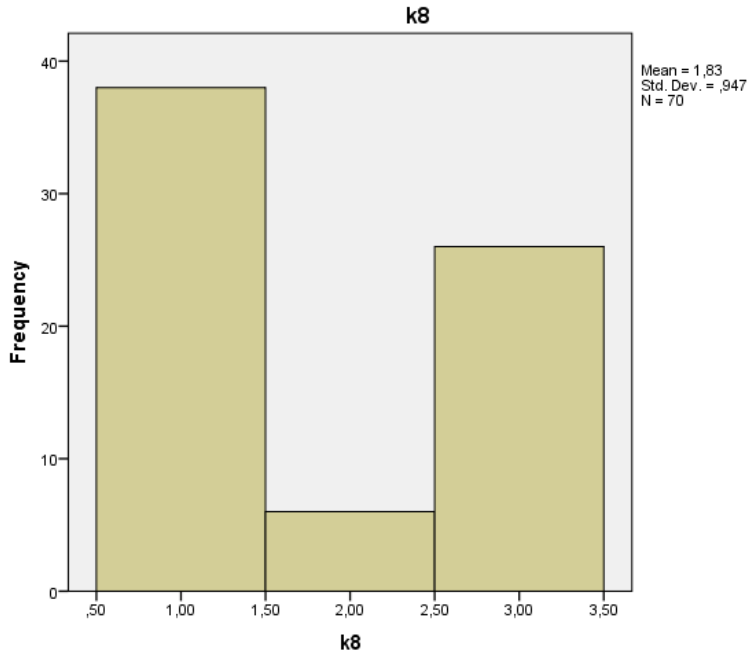
ومنه نستنتج أن نظافة القسم تعمل على الراحة النفسية للتلميذ، وتوفر الجو الملائم للتعلم، فتوفير الجو المريح و الملائم داخل القسم وخصوصا أثناء الإمتحانات يعطي للتلميذ الدافعية و الرغبة في التعلم.

جدول رقم (24): يوضح تأثير موقع المدرسة البعيد على خوف التلميذ من الإمتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	38	% 54.3	1.82	0.94
لا	6	% 8.6		
احيانا	26	% 37.1		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (23): يوضح تأثير موقع المدرسة البعيد على خوف التلميذ من الإمتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال معطيات الجدول أعلاه يتضح لنا أن إجابات المبحوثين جاءت كالتوالي: الإجابة بنعم وبنسبة 54.3%، وتليها الإجابة بأحيانا وبنسبة 37.1%، في حين الذين أجابوا بـ لا كانت نسبتهم 8.6%، وقدر المتوسط الحسابي للبند بـ 1.82 و الإنحراف المعياري بـ 0.94.

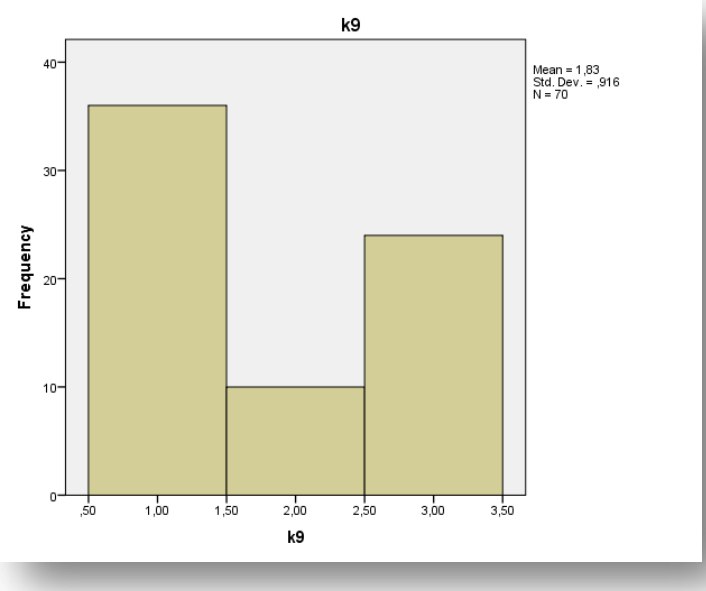
ومنه نستنتج أن الموقع البعيد للمدرسة يؤثر على خوف التلاميذ من الإمتحانات، حيث يتمثل خوفهم في التأخر و التغيب عن الإمتحانات، وهذا ما يجعلهم قلقين وتزيد نسبة خوفهم في حالة ما إذا كان الوقت سيكفيهم للوصول قبل بدأ الإمتحانات، أما إذا كانت المدرسة قريبة فهذا يجلب لهم الراحة والطمأنينة إيزاء الوصول قبل بدأ الإمتحان.

جدول رقم (25): يوضح إذا كان توفر ملعب رياضي مجهز يقلل من نسبة إنفعال التلميذ من الإمتحانات

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	36	% 51.4	1.82	0.91
لا	10	% 14.3		
احيانا	24	% 34.3		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات |spss

شكل رقم (24): يوضح إذا كان توفر ملعب رياضي مجهز يقلل من نسبة إنفعال التلميذ من الإمتحانات



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن إجابات المبحوثين المبحوثين جاءت على التوالي: نسبة الإجابة بنعم قدرت بـ 15.4%، تليها الإجابة بأحيانا بنسبة 34.3%، في حين كانت نسبة الذين أجابوا بـ لا 14.3، وقدر المتوسط الحسابي للبند بـ 1.82 والإنحراف المعياري بـ 0.91.

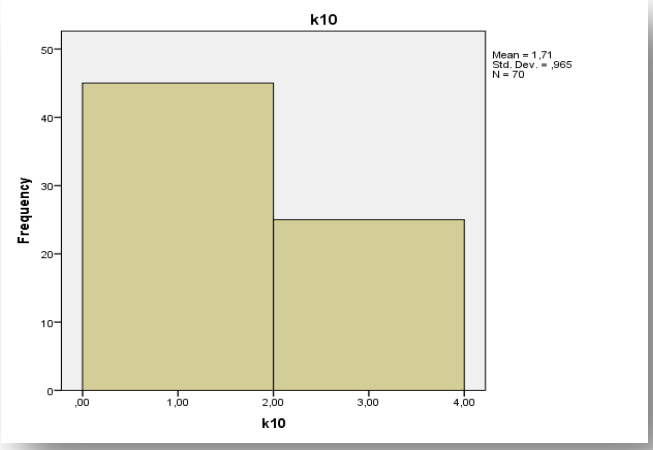
ومن خلال هذه البيانات الإحصائية نقول بأن توفر ملعب رياضي مجهز يعتبر من الأمور المهمة التي يجب توفرها داخل المدرسة، بإعتباره من المرافق الضرورية ضمن البيئة المدرسية، لأن وجوده يوفر الراحة والهدوء النفسي للتلاميذ، حيث تعمل الحصة الرياضية على خفض نسبة التوتر والقلق التي يمر به التلميذ في فترة الإمتحان، وكذلك توفر الملعب الرياضي يساعد التلاميذ على إجتياز إمتحان مادة التربية البدنية في جو مريح، وفي حين يكون الملعب غير مناسب يتسبب في عرقلة التلاميذ وهذا مايزيد من نسبة إنفعالهم.

جدول رقم (26): يوضح إذا كان يزيد صغر حجرة الدراسة من نسبة توتر التلميذ في الإمتحان

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	45	% 64.3	1.71	0.96
لا	0	% 0		
احيانا	25	% 35.7		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على spss

شكل رقم (25): يوضح إذا كان صغر حجرة الدراسة من نسبة توتر التلميذ في الإمتحان



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال معطيات الجدول أعلاه يتضح لنا أن اغلب اجابات المبحوثين كانت بنعم وبنسبة 64.3 % وتليها الاجابة باحيانا بنسبة35.7 %، اما المتوسط الحسابي للبند فقدر بـ 1.71 والانحراف المعياري بـ 0.96.

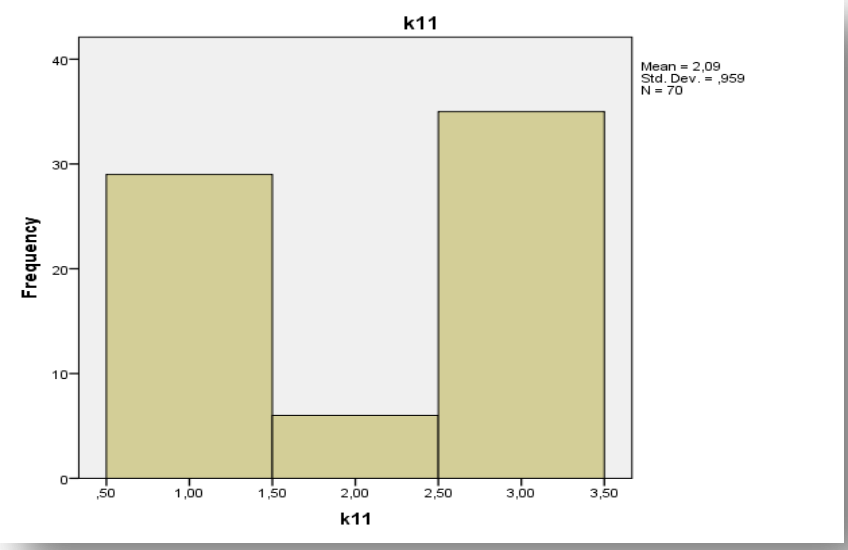
ومنه نستنتج ان صغر حجم حجرة الدراسة يؤدي الى اكتظاظ التلاميذ وهذا مايجعلهم متوترين في الامتحان، حيث ان كثرة التلاميذ تؤدي الى عدم التركيز والانتباه، وهذا مايصبح عائق للتلميذ ويشتت تركيزه ويصبح غير مرتاح أثناء الإمتحان.

جدول رقم (27): يوضح إذا كان توقيت إستعمال الزمن للإمتحانات يزيد من نسبة قلق التلميذ في الإمتحان

درجة الموافقة	التكرار	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نعم	29	%41.4	2.08	0.95
لا	6	% 8.6		
احيانا	35	% 50		
المجموع	70	100%		

المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

شكل رقم (26): يوضح إذا كان توقيت إستعمال الزمن للإمتحانات يزيد من نسبة قلق التلميذ في الإمتحان



المصدر: الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

من خلال المعطيات الإحصائية للجدول يتضح لنا أن إجابات المبحوثين جاءت على التوالي:

الإجابة بنعم قدرت نسبتها بـ: 41.4%، والإجابة بأحيانا نسبتهم 50%، أما البقية فكانت إجابتهم بـ لا وبنسبة 8.6%، والمتوسط الحسابي للبند قدر بـ 2.08 والإنحراف المعياري بـ 0.95.

ومن هنا يتبين لنا أنه من شأن التوقيت الزمني زيادة قلق التلميذ في فترة الإمتحانات، ذلك أنه في بعض الأحيان يكون جدول غير مناسب للتلميذ ويفوق قدراته من أجل حفظ المواد، حيث أنه في أغلب الأحيان يفضل التلميذ البدأ بالمواد السهلة ثم الإنتقال إلى المواد الصعبة، لكن في حين وضع الإستعمال الزمني والبداية تكون بالمواد الصعبة هذا مايجعل التلميذ يتوتر وتزيد نسبة قلقه من الإمتحان.

رابعا- اختبار فرضيات الدراسة بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(spss) :

اختبار الفرضية الأولى :

صياغة الفرضية الصفرية H0 والفرضية البديلة H1.

H0: لا تساهم العلاقات الاجتماعية الجيدة في تقليل الخوف من الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط

H1: تساهم العلاقات الاجتماعية الجيدة في تقليل الخوف من الامتحانات لدى تلاميذ المتوسط

عن طريق الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية و جدول توزيع t-students وبإتباع الخطوات التالية تتحصل على جدول Chi-Square test

عندما نفتح ال spss بعد تفريغ كل البيانات المتحصل عليها من الميدان نذهب إلى مصفوفة البيانات ونضغط على:

Analyse→ Nonparametric test→ Chi-square

ننقر فيظهر لنا إطار **Chi-square test** ننقل البند إلى خانة **test variable List** ثم **ok**

جدول رقم(28): يوضح اختبار الفرضية الأولى

رقم البند	البند	كا² المحسوبية	كا² الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
4	**كيف تكون علاقتك مع زملائك وقت الامتحانات**	9.957	**5.991**	**2**	**0.05**

5	**هل تساعدك علاقتك مع زملائك من تقليل توترك أثناء الامتحانات**	26.600	**5.991**	**2**	**0.05**
6	**هل تشعر بالرغبة في التواصل مع زملائك أثناء الاختبار**	39.800	**5.991**	**2**	**0.05**
7	**هل يعمل أسلوب النقاش مع زملائك قبل الامتحان من تقليل خوفك**	60.543	**5.991**	**2**	**0.05**
8	**ما نوع أسلوب التعامل المتبع من قبل اساتذكتم**	25.200	**3.841**	**1**	**0.05**
9	**هل يؤثر أسلوب الأستاذ على تقليل نسبة القلق من الامتحانات**	15.629	**5.991**	**2**	**0.05**
10	**هل ترى أن التفاعل الذي يحدث بين التلميذ والأستاذ يقلل من نسبة الارتباك أثناء الامتحانات**	45.714	**5.991**	**2**	**0.05**
11	**هل يقوم مستشار التوجيه بزيارات للتلاميذ قبل فترة الامتحانات**	21.475	**5.991**	**2**	**0.05**
12	**هل تساهم جلساتك مع مستشار التوجيه قبل الامتحانات من خفض نسبة قلقك**	20.086	**5.991**	**2**	**0.05**
13	**هل غموض البرنامج الدراسي يولد الخوف من الامتحانات**	24.114	**5.991**	**2**	**0.05**
14	**هل صعوبة استيعاب الدروس وقت الامتحانات تشعرك بعدم الراحة النفسية**	24.114	**5.991**	**2**	**0.05**
15	**هل خوفك من فكرة الرسوب تجعلك ترتبك أثناء الامتحانات**	24.114	**5.991**	**2**	**0.05**

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المتحصل عليه في الجدول (32) لكاى المحسوبية و كاي الجد ولية عند درجة الحرية 1،2 ومستوى الثقة 0,05 نستنتج أن كاي المحسوبية أكبر من كاي الجدولية .

وعليه ترفض الفرضية الصفرية H0 ونقبل الفرضية البديلة H1.

ومن هنا نستنتج أن العلاقات الإجتماعية الجيدة داخل المدرسة لها دور فعال ومهم بالنسبة للتلميذ، فهي تؤثر وبشكل كبير على نفسية التلميذ، فمن خلالها يستطيع التلميذ حل المشكلات النفسية التي تواجهه في مساره الدراسي كمشكلة الخوف من الإمتحانات، التي تعتبر بمثابة عائق في نجاح التلميذ وتفوقه، لكن كلما كانت علاقة التلميذ بزملائه وبالأستاذ جيدة فهي تساهم في تعزيز ثقته بنفسه، وتزيد في دافعيته للتعليم وهذا ماجاء به نص الفرضية.

اختبار الفرضية الثانية :

H0: لا تساهم البيئة الفيزيقية للمدرسة في قلق التلميذ أثناء الامتحانات

H1: تساهم البيئة الفيزيقية للمدرسة في قلق التلميذ أثناء الامتحانات

جدول رقم (29): يوضح اختبار الفرضية الثانية

رقم البند	البند	$كا^2$ المحسوبية	$كا^2$ الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
16	**هل عدم توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة تجعلك مرتبك اثناء الامتحانات**	21.457	**5.991**	**2**	**0.05**
17	**هل يؤثر الاكتظاظ داخل القسم على الراحة النفسية**	19.657	**5.991**	**2**	**0.05**
18	**هل تزيد الضوضاء من نسبة انفعالك في الاختبار**	43.314	**5.991**	**2**	**0.05**
19	**هل عدم توفر التهوية الكافية داخل الفصول الدراسية تجعلك تتوتر خلال الامتحانات**	25.400	**5.991**	**2**	**0.05**
20	**هل يساهم نقص الاضاءة في زيادة قلقك من الامتحانات**	36.114	**5.991**	**2**	**0.05**
21	**هل يؤثر نقص التجهيزات المدرسية على رتحتك النفسية اثناء الاختبار**	35.000	**5.991**	**2**	**0.05**
22	**هل نظافة القسم تساعد على نقص توترك**	11.514	**5.991**	**2**	**0.05**

	في فترة الامتحانات				
23	**هل يؤثر موقع المدرسة البعيد على خوفك من الامتحانات**	22.400	**5.991**	**2**	**0.05**
24	**هل توفر ملعب رياضي مجهز يقلل من نسبة انفعالك في الامتحانات**	14.514	**5.991**	**2**	**0.05**
25	**هل يزيد صغر حجرة الدراسة من نسبة توترك**	5.714	**3.841**	**1**	**0.05**
26	**هل توقيت استعمال الزمن للامتحانات يزيد من قلقك**	20.086	**5.991**	**2**	**0.05**

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المتحصل عليه في الجدول (34) لكاى المحسوبية وكاي الجدولية عند درجة الحرية 1،3،4، ومستوى الثقة 0,05 نستنتج أن كاي المحسوبية أكبر من كاي الجدولية .

وعليه ترفض الفرضية الصفرية H0 ونقبل الفرضية البديلةH1

ومن هنا نستنتج أن البيئة الفيزيقية للمدرسة تساهم في قلق التلميذ أثناء الإمتحان، فهي من أهم العناصر المشكلة للبيئة المدرسية، وتعمل كل إدارة صفية على توفيرها من أجل سير العملية التربوية، حيث تلعب دورا مهما في توفير الراحة النفسية للتلميذ، وعدم توفر يحدث ضغوطات ومشاكل نفسية كمشكلة قلق الإمتحان، حيث تعمل على زيادة نسبة التوتر والخوف من الإمتحان.

خامسا- النتائج العامة للدراسة:

1- نتائج الفرضية الأولى:

تبين من خلال البيانات الواردة في الدراسة الميدانية، على أن العلاقات الإجتماعية الجيدة تساهم في تقليل الخوف من الإمتحانات لدى التلاميذ، حيث تعمل هذه العلاقة على منح التلميذ الطمأنينة والراحة النفسية وخاصة في فترة الإمتحان.

وفي مايلي ستتم الإشارة إلى أهم النتائج ذات العلاقة بالبيانات الأساسية، وذلك على النحو التالي:

– يعمل أسلوب النقاش مع الزملاء قبل الإمتحان على تقليل خوف التلميذ من الإمتحان، وذلك حسب إستجابات التلاميذ إزاء هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي (2.67)، والإنحراف المعياري(0.65)، وهذا مايدل على أن أسلوب النقاش يقلل من نسبة خوف التلميذ من الإمتحان.

– تساعد العلاقة الجيدة لتلميذ مع زملائه من تقليل توتره أثناء الإمتحان، وهذا حسب إستجابات التلاميذ حول هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.35)، والإنحراف المعياري(0.86)، وهذا مايؤكد على أن العلاقة الجيدة مع الزملاء تعتبر عامل في خفض نسبة قلق التلميذ من الإمتحان.

– يعمل غموض البرنامج الدراسي على توليد الخوف من الإمتحان لدى التلميذ، وهذا ماجاءت به إستجابات التلاميذ حول هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.28)، والإنحراف المعياري(0.90)، وهذا مايؤكد على أن غموض البرنامج الدراسي عامل أساسي في زيادة نسبة قلق التلميذ من الإمتحان.

– يؤثر أسلوب الأستاذ على تقليل نسبة قلق التلميذ من الإمتحان، وذلك حسب إستجابات التلاميذ حول هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.20)، والإنحراف المعياري(0.91)، وهذا مايدل على أن أسلوب الأستاذ له تأثير كبير في تقليل نسبة قلق التلميذ من الإمتحان.

– تشعر صعوبة إستيعاب الدروس وقت الإمتحان التلميذ بعدم الراحة النفسية، وذلك حسب إستجابات التلاميذ إيزاء هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.02)، والإنحراف المعياري(0.97)، وهذا مايدل على أن إستيعاب الدروس وقت الإمتحان أمر مهم، فعدم الفهم يشعر التلميذ بالخوف من الإمتحان.

– خوف التلميذ من فكرة الرسوب تجعله مرتبك أثناء الإمتحانات، وهذا حسب إستجابات التلاميذ حول البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.97)، والإنحراف المعياري(0.97)، وهذا مايؤكد على أن خوف التلميذ من الفشل وإعادة السنة يجعله متوتر ومرتبك أثناء الإمتحانات.

– تسهم الجلسات التي يقوم بها مستشار التوجيه مع التلاميذ قبل الإمتحانات من خفض نسبة قلقهم من الإمتحان، وذلك حسب إستجابات التلاميذ حول البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.91)، والإنحراف المعياري(0.95)، وهذا مايدل على أن توجيهات وإرشادات مستشار التوجيه تقلل من نسبة قلق التلميذ من الإمتحان.

– يعمل التفاعل مع الأستاذ في تقليل نسبة ارتباك التلميذ أثناء الإمتحانات، وهذا حسب إستجابات التلاميذ حول البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.42)، والإنحراف المعياري(0.73)، وهذا مايؤكد على أن التفاعل مع الأستاذ له دور مهم في تقليل نسبة إرتباك التلميذ وخوفه أثناء الإمتحان.

2 – نتائج الفرضية الثانية:

تبين من خلال البيانات الواردة في الدراسة الميدانية، على أن البيئة الفيزيقية للمدرسة تساهم وبشكل كبير في زيادة نسبة قلق التلميذ من الإمتحانات، ذلك لأن عوامل البيئة المدرسية تعتبر أمرا ضروريا، لأنها تساهم في راحة التلميذ وتوفير الجو الملائم للدراسة.

وفيما يلي ستتم الإشارة إلى أهم النتائج ذات العلاقة بالبيانات الأساسية للدراسة وذلك على النحو التالي:

– تعتبر الضوضاء من أكثر العوامل التي تزيد من نسبة إنفعال التلميذ في الإختبار، وذلك حسب إستجابات التلاميذ إيزاء هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.42)، والإنحراف المعياري(0.87)، مما يدل على أن الضوضاء تعمل على زيادة نسبة قلق التلميذ خلال فترة الإمتحان.

– يساهم نقص الإضاءة في زيادة قلق التلميذ من الإمتحان، وذلك حسب إستجابات التلاميذ إيزاء هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.40)، والإنحراف المعياري(0.87)، مما يدل على أن الإضاءة داخل حجرة الدراسة تساهم في زيادة قلق التلميذ من الإمتحان.

– يزيد توقيت إستعمال الزمن للإمتحانات من نسبة قلق التلميذ أثناء الإمتحان، وذلك حسب إستجابات التلاميذ إيزاء هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.08)، والإنحراف المعياري(0.95)، وهذا مايدل على أن توقيت الإمتحانات يؤثر على قلق التلميذ.

–تساعد نظافة القسم على نقص توتر التلميذ في فترة الإمتحان، وذلك حسب إستجابات التلاميذ إيزاء البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(2.02)، والإنحراف المعياري(0.93)، وهذا ما يؤكد على الإهتمام بالنظافة داخل المدرسة، لأنها تساعد على جلب الراحة النفسية للتلميذ في فترة الإمتحان.

– يؤثر الإكتظاظ داخل القسم على الراحة النفسية للتلميذ، وذلك حسب إستجابات التلاميذ حول البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.94)، والإنحراف المعياري(0.96)، وهذا مايدل على أن الإكتظاظ عامل مهم، حيث يزيد من نسبة قلق التلميذ أثناء الإمتحان.

– عدم توفر التهوية الكافية داخل القسم يجعل التلميذ يتوتر خلال الإمتحانات، وذلك حسب إستجابات التلاميذ حول هذا البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.88)، والإنحراف المعياري(0.97)، وهذا مايؤكد على أن التهوية تعتبر من العوامل التي تؤثر على التلميذ خلال الإمتحان.

– عدم توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة يجعل التلميذ مرتبك أثناء الإمتحانات، وهذا حسب إستجابات التلاميذ إيزاء البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.85)، والإنحراف المعياري(0.95)، وهذا مايؤكد ضرورة توفر التدفئة داخل حجرة الدراسة، لأنها من العوامل المؤثرة على التلميذ وخاصة أثناء الأمتحان.

– يؤثر موقع المدرسة البعيد على خوف التلميذ من الإمتحان، وهذا حسب إستجابات التلاميذ للبند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.82)، والإنحراف المعياري(0.91)، وهذا ما يدل على أن موقع المدرسة البعيد يعمل على زيادة خوف التلميذ من الإمتحانات.

– توفر ملعب رياضي مجهز يقلل من نسبة إنفعال التلميذ، وذلك حسب إستجابات التلاميذ للبند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.82)، والإنحراف المعياري(0.91)، وهذا مايؤكد على توفير ملعب رياضي مجهز من أجل بث الراحة النفسية للتلميذ في فترة الإمتحان.

– يعمل صغر حجرة الدراسة على زيادة نسبة قلق التلميذ، وذلك حسب إستجابات التلاميذ حول البند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.71)، والإنحراف المعياري(0.96)، وهذا مايدل على أن صغر حجم حجرة الدراسة تجعل التلميذ متوتر وقلق أثناء الإمتحان.

– يؤثر نقص التجهيزات المدرسية على الراحة النفسية للتلميذ أثناء الإمتحانات، وذلك حسب إستجابات التلاميذ للبند، حيث قدر المتوسط الحسابي(1.64)، والإنحراف المعياري(0.90)، وهذا مايؤكد على ضرورة توفر التجهيزات المدرسية وصيانتها، لأنها تعتبر من العوامل التي تؤثر على راحة التلميذ.

– إستنتاج عام:

يتبين من خلال نتائج الدراسة الراهنة، والتي أثبتت صحة الفرضيات، على أن للبيئة المدرسية دور في قلق الإمتحانات لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، لأن البيئة المدرسية تمثل قلب المدرسة وروحها وجوهرها، ذلك أنها مرتبطة بنمط العلاقات التي تسود الأجواء المدرسية، والتي من شأنها أن تسهم في تحقيق الأهداف المسطرة مسبقا، حيث أنه كلما كانت البيئة المدرسية آمنة ومناسبة لإتمام عملية التعلم، كلما كان هناك تحسين ورفع في مستوى تحصيل التلميذ، وذلك من خلال التقليل من المشاكل النفسية التي تعترض المسار الدراسي للتلميذ.

سادسا– الإقتراحات :

بناءا على النتائج المتحصل عليها من خلال البحث يمكن تقديم جملة من الإقتراحات فيمايلي:

– إهتمام الإدارة المدرسية بتوفير الإمكانات والتجهيزات المدرسية اللازمة، بصفة دائمة ومستمرة وصيانتها الدورية، والعمل على تطويرها.

–الإهتمام بالمناخ المدرسي من خلال فتح المجال للتلاميذ، للتعبير عن آرائهم وأفكارهم دون خوف، وتعزيز العلاقات الإنسانية السليمة بين أفراد الطاقم التربوي، من خلال تبني سياسات تقوم على الإحترام و المشاركة والثقة المتبادلة.

– مساعدة التلاميذ على علاج قلق الإمتحان، والذي يعاني منه الكثير من اليلاميذ، خاصة في الأقسام النهائية.

- أن يتسع دور المرشد الأكاديمي عما هو عليه الآن، ليسهم في إرشاد التلميذ نحو طرق المراجعة، وأيضا مساعدة التلاميذ على التخلص من مشكلة قلق الإمتحان.
- يجب على الأستاذ أن يتفهم جيدا المشكلات النفسية للتلاميذ مثل مشكلة قلق الإختبار و الخوف من الفشل.
- إعداد برامج لعلاج قلق الإمتحان لدى التلاميذ وقياس مدى فاعليتها.
- إجراء المزيد من الدراسات حول العلاقة بين قلق الإمتحان وبعض المتغيرات الأخرى.

I- المراجع باللغة العربية

اولا: الكتب

1- أحلام فوزي محمد: **البيئة الصفية وأثرها على التحصيل لدى الطلاب**، مجلس أبو ظبي لتعليم، مكتب العين التعلمي، 2014.

2- أحمد إسماعيل ياحجي: **إدارة بيئة التعليم والتعلم**، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة،2000.

3- أحمد سيشوب: **العلوم التربوية**، دار التونسية للنشر والتوزيع، تونس، 1991.

4- بشير محمد عربيات: **إدارة الصفوف وتنظيم بيئة العلوم**، دار الثقافة، عمان، 2006.

5- بلغيث سلطان: **مفاتيح مفاهيمية في الغلوم الاجتماعية**، دار قرطبة، الجزائر، 2006.

6- حامد بن أحمد ضيف الله: **فعالية العلاج المعرفي السلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق**، دار الوفاء، ط1، الإسكندرية، د.س.

7- رشيد زروالي: **تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، دار هومة للطباعة والنشر، 2002.

8-زهران محمد حامد: **الإرشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات المدرسية**، دار عالم للكتب، ط1، القاهرة، 2000.

9-السبايعي وعبد الرحيم: **القلق وكيف نتخلص منه**، دار العالم لنشر ، دمشق، 1991

10-عباس الشوربجي وعفاف دانيال: **العلوم السلوكية**، مكتبة النهضة المصرية، ط1، الجيزة، 2001.

11-عبد اللطيف حسين فرج: **إضطرابات نفسية**، دار حامد، ط1، عمان، 2008.

12- عبد الله عامر الشهراني، وسعيد محمد رفاع: **الإجهاد النفسي مصادره وطرق مقاومته لدى معلمي ومعلمات العلوم بالمنطقة الجنوبية الغربية من المملكة العربية السعودية**، أبها، إصدار مركز البحوث التربوية ،1995.

13-عبد المطلب القرطي: **الصحة النفسية**، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998.

14- علي عسكر: **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، دمشق،2000.

15- فوزي محمد جبل: **الصحة النفسية والسيكولوجية الشخصية**،ط1، الإسكندرية، 2000.

16- القريطي عبد المطلب: **الصحة النفسية**، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998.

17- لمعان مصطفى الجلالي: **التحصيل الدراسي**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، 2010.

18- ماجدة بهاء الدين السيد عبيد: **الضغط النفسي ومشكلاته وآثاره على الصحة النفسية**، دار الصفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2008.

19- متولي مصطفى محمد وآخرون: **المدرسة والمجتمع**، دار الخريجي للنشر والتوزيع، الرياض، 1993.

20- محمد إحسان حسن: **الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي**، دار طليعة، ط2، بيروت، د.س.

21- محمد أديب الخالدي: **الصحة النفسية**، ط1، عمان، الأردن،2009.

22- محمد جاسم العبيدي: **علم النفس الإكلينيكي**، دار الثقافة، ط1، عمان، 2009.

23- محمود سعيد إبراهيم الخولي: **دراسة تعليمات خاصة بمقياس المناخ المدرسي للمرحلة الثانوية كما يدركه المعلمون**، جامعة الزقازيق، د.ط، مصر،2011.

24- مصطفى منصوري : **الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها**، المحمدية،الجزائر،2010.

25- مصطفى منصوري: **الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها**، المحمدية، الجزائر، 2010.

26- وليد يوسف سرحان: **الصحة النفسية**، مصر الجديدة، القاهرة، 2013.

27- ياسر فتحي الهنداوي: **إدارة المدرسة وإدارة الفصل أصول نظرية وقضايا معاصرة**، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة، مصر،2009.

ثانيا: المجلات والدوريات

28- سامية محمد بلادن: **المناخ المدرسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي والطمأنينة النفسية لدى طالبات كلية التربية للبنات**، مجلة كلية التربية، العدد 25، ج1، الرياض، 2001.

29- شعيب علي محمد: **قلق الاختبار وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بطلاب الثانوية العامة بمدينة مكة المكرمة**، مجلة دراسات تربوية، المجلد2،ج8.

30- كفافي علاء الدين: **بناء مقياس القلق الرياضي**، مجلة حولية، كلية التربية، العدد 07، 1990.

31- مغاوري مرزوق: **الفروق بين الجنسين في قلق الاختبار**، مجلة التربية المعاصرة، مركز الكتاب لنشر بمصر الجديدة العدد 19، 1991.

32- الهواري ماهر محمود الشناوي محمد محرس: **مقياس الاتجاه نحو الاختبارات " معايير ودراسات ارتباطية "**، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد 22، 1987

33- وزارة التربية الوطنية: **المسار الدراسي لتعليم الأساسي**،2009.

34- وزارة التربية الوطنية: **النشرة الرسمية لتربية الوطنية**، المديرية الفرعية لتوثيق، العدد522، الجزائر2009.

ثالثا: الرسائل والاطروحات الجامعية

35- أحمد برغوثي: **دراسة الوضع المدرسي لطلاب ثانويات**، مذكرة تخرج غير منشورة، جامعة قسنطينة، 1985.

36- سليمة سايحي: **فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق الإمتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي**، مذكرة ماجستير، جامعة ورقلة، 2004.

37- صولي إيمان: **المناخ المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ المتوسط والثانوي**، شهادة ماجستير، جامعة ورقلة، 2014.

38- فوزية داهم : **جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار العقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي**، شهادة ماستر في علوم التربية، جامعة محمد لخضر الوادي، 2015.

39- نائل إبراهيم أبو عزب: **فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى الطلاب المرحلة الثانوية بمحافظات غزة**، الجامعة الإسلامية كلية التربية، قسم علم النفس، رسالة ماجستير، غزة، 2008.

رابعا: المواقع الالكترونية:

40- mawdoo3 .com 2017/02/14:الموضوع (مفهوم البيئة التعليمية)

41 - 2013/02/15 : قرساس الحسين : مقياس خصائص المتعلم، البيئة المدرسية للمتعلم

psyoduc://https .Wordpress.com

42- 2014/05/ 17 ar/com/ind/.kurdistani- cwwwamen:دراسة عن قلق الامتحان

II- الكتب باللغة الأجنبية:

43- Betty tableman : « school climate and learning, best paracitice briel, N31 , michigan ,2004.

خاتمة:

تندرج الدراسة الحالية ضمن الدراسات الاجتماعية التربوية، حيث عالجت موضوع البيئة المدرسة وعلاقتها بقلق الامتحانات لدى تلميذ مرحلة التعليم المتوسط، إذ تعتبر البيئة المدرسية أحد العناصر المهمة في العملية التربوية و بالتالي تلعب دورا مهما في نجاحها، باعتبارها المحيط الذي يشمل جميع مكونات المؤسسة التربوية، ولذلك تسعى كل مؤسسة تعليمية على توفير الجو المدرسي الملائم الذي يسمح بسيرورة العمل ورفع آداء التلاميذ وتحفيزهم وزيادة دافعيتهم نحو طلب العلم، و السعي من أجل تحقيق نتائج مرضية، لكن الوصول لتحقيق هذه الغاية لن يأتي إلا بخلق و إعداد بيئة مدرسية متكاملة، تمنح التلميذ الراحة النفسية وتبعده عن جميع الضغوط وخاصة في فترة الإمتحانات، التي تعتبر بمثابة الكابوس بالنسبة للتلاميذ، وفيها تكثر المشاكل النفسية كالقلق و الخوف، ولذا وجب على كل إدارة مدرسية العمل من أجل الحد من هذه المشاكل النفسية التي تعترض التلاميذ، وذلك من خلال توعيتهم أن فترة الامتحانات هي فترة كباقي الفترات الأخرى، ويجب الحرص والمثابرة وعدم الخوف والقلق والتحلي بالصبر والسعي وبذل مجهودات من أجل الظفر بالنجاح.

وفي الأخير يمكن القول أن الوسط التربوي يشهد الكثير من المتغيرات التي لها علاقة بالبيئة المدرسية، والتي بدورها تبقى عنصر هام في النظام التربوي والتي تتطلب مراعاة كل من مدخلات ومخرجات العملية التعليمية.

ملخص الدراسة (باللغة العربية واللغة الفرنسية)

عنوان المذكرة: البيئة المدرسية وعلاقتها بقلق الإمتحان لدى تلميذ مرحلة التعليم المتوسط

إعداد الطالبة: سالمي كريمة **إشراف الأستاذ: بلخيري سليمة**

الكلمات المفتاحية: البيئة المدرسية، قلق الإمتحان.

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على البيئة المدرسية الملائمة التي توفر الراحة النفسية للتلاميذ في فترة الإمتحانات، وكذلك معرفة دورها في قلق الإمتحان لدى تلميذ المرحلة المتوسطة، وإظهار الأسباب الحقيقية الكامنة وراء خوف التلاميذ من الإمتحانات، فاعتمدت في ذلك على المنهج الوصفي التحليلي وإخترت أسلوب المسح الشامل لتلاميذ الرابعة متوسط بمتوسطة رزايقية لحبيب بدائرة بئر العاتر، وبلغ عددهم 70 تلميذ، فاعتمدت في جمع البيانات على الإستبانة، وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت النتائج على أن البيئة المدرسية تؤثر في قلق الإمتحان لدى التلاميذ، وذلك من خلال أن العلاقات الإجتماعية الجيدة تساهم في تقليل الخوف من الإمتحانات لدى تلاميذ المتوسط، وأن البيئة الفيزيقية للمدرسة تساهم في قلق التلميذ أثناء الامتحانات.

Titer de mémoir : l'environnment scolaire et sa relation avec l'examen d'anxiété l'étudiant au collége

Préparé par : salmi karima sous intendance : Belkhiri salima

Mote clés: Milieu scolaire ; le stress et l'angoisse durant la période des examas

La présente étude visait à connaitre lenvironnement scolaire approprié qui offre aux étudiants une aire psigchologique pendant la période des examens, ainsi que connaitre son role dan l' angoisoe de l examen chez les etudiants au cycle moyen et elle permet d' identifier les causes reelles des étudiants qui ont peur pendans les examens, la méthode déscriptive analytiqué, on a pris comme tést. En utilsant, les ilenes de HAM.CEM. REZAIGUIA LAHBIB rombre d'éléves 70, Les résultats étaient basés sur le fait de l'environement qui a une grande influence sur l'amieté des étudiants, Les bonnes relations scociale contri bient à reduviré la peur et l'angoisse des étudiants devant les examens sans oublier aussi l'influence de l'environnement physique.