



جامعة وهران 2 محمد بن أحمد

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علوم التربية

نيل شهادة الماستر في إرشاد و توجيه

دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

دراسة ميدانية بثانوية الأمير عبدالقادر بمدينة وهران

تحت إشراف الأستاذ :

رريب الله محمد

من إعداد الطالبة :

بن كرليفة أنفال

أعضاء اللجنة المناقشة :

أ.د. بوقسارة منصور رئيسا جامعة وهران 2

أ.د. رريب الله محمد مشرفا جامعة وهران 2

أحشلافي أحمد مناقشا جامعة وهران 2

2023_2022

إهداء

أهدي ثمرة عملي المتواضع هذا
إلى من حملتني و التي جعل الله تحتها جنة تحت أقدامها
إلى مركز الحب و الاهتمام التي سهرت الليالي لأنام بأمان أُمي حبيبتني
إلى الذي لا يبخل لي بشيء مصدر الطمأنينة و الحنان أبي العزيز الذي كافح و ضحى و تحمل معي
أوقات العسر قبل اليسر أطال الله في عمرهما و حفظهما
الى من هم أنس عمري و مخزن ذكرياتي إخوتي " سمية ، عبدالإله، أنس "

أنفال

شكر و تقدير

أولاً و قبل كل شيء نشكر الله عز و جل الذي وفقني لإنجاز هذا العمل
كما أتقدم بالشكر الجزيل للأستاذ المشرف " ربيب الله محمد " لمساعدته و إشرافه على هذا البحث فله مني
الشكر كله و التقدير و العرفان

و جميع أساتذة تخصص إرشاد و توجيه و قسم علوم التربية

دون أن أنسى طاقم ثانوية الامير عبدالقادر الذين ساعدوني على تكملت بحثي من ناحية الميدانية

و أقدم جزيل الشكر لأعضاء اللجنة المناقشة الذين ناقشوا هذه الرسالة .

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الى التعرف على دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان من وجهة نظر التلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي و اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي باعتباره

المنهج المناسب لهذه الدراسة و من بين الاساليب الاحصائية المستخدمة هي قيمة ت ، الانحراف المعياري ، الفا كرونباخ و طبقنا مقياس خدمات التوجيه المدرسي على مجموعة من التلاميذ حيث تكونت العينة من 100 تلميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي في الدراسة الاستطلاعية 30 تلميذ و في الدراسة الاساسية 70 تلميذ مكونة من 22 تلميذ "ذكور" و 48 تلميذة "اناث" في ثانوية الامير عبدالقادر بطيوة ولاية وهران حيث توصلنا الى :

- أن خدمات التوجيه المدرسي تقوم بدور متوسط في التخفيف من قلق الامتحان.
- خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات التربوية الأكاديمية) لا تساهم في التخفيف من قلق الامتحان.
- هنا خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات النفسية) تساهم في التخفيف من قلق الامتحان.
- خدمات التوجيه المدرسي الاجتماعية تساهم في تخفيف من قلق الامتحان.
- لا توجد فروق بين الذكور والإناث في خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان.

الكلمات المفتاحية :

التوجيه المدرسي، خدمات التوجيه المدرسي، قلق الامتحان

Résumé l'étude.

L'étude visait le rôle des services d'orientation dans l'apaisement de l'anxiété liée aux examens du point de vue des élèves de troisième année du secondaire cette étude s'est appuyée sur l'approche descriptive comme approche appropriée pour cette étude et nous trouvons également parmi les méthodes statistique utilisée est la valeur de l'écart type t l'apha de cronbach et nous avons appliqué l'échelle des services d'orientation scolaire à un groupe de élèves dont l'échantillon était composé de 100 élèves composé de troisième année du secondaire en étude exploratoire 30 élèves et en étude fondamentale 70 élèves composée de 22 élèves garçons et 48 fille au lycée amir Abdelkader à bethioua wilaya d'Oran ou nous sommes arrivé sa ce qui suit :

- Les services d'orientation scolaires jouent un rôle médiateur dans l'atténuation de l'anxiété aux tests
- Les services d'orientation scolaires (services d'enseignement scolaire) ne contribuent pas à atténuer l'anxiété liée examens
- Les services d'orientation scolaires (services psychologiques) contribuent à atténuer l'anxiété liée examens
- Les services d'orientation scolaires sociale contribuent à atténuer

l'anxiété liée examens

Les services d'orientation scolaires sociale scolaire contribuent à

atténuer l'anxiété liée examens il n'y a pas de différences entre les

hommes et les filles dans d'orientation scolaires pour atténuer

l'anxiété liée aux examens

Mot clé :

Orientation scolaire, les services d'orientation scolaire, l'anxiété liée aux examens

قائمة المحتويات

الصفحة	فهرس المحتويات
أ	اهداء
ب	شكر و تقدير
ت	ملخص الدراسة بالعربية
ث	ملخص الدراسة باللغة أجنبية
ذ	قائمة الجداول
ز	قائمة الاشكال
1	مقدمة
الفصل الأول: المفاهيم العامة للدراسة	
3	اشكالية الدراسة
4	فرضيات الدراسة
4	أهداف الدراسة
4	أهمية الدراسة
5	المفاهيم الاجرائية
الفصل الثاني خدمات التوجيه المدرسي	
7	تمهيد
7	مفهوم التوجيه المدرسي
8	أغراض التوجيه المدرسي
9	وسائل و أساليب التوجيه المدرسي
11	أهمية التوجيه المدرسي
12	صعوبات التوجيه المدرسي
12	خدمات التوجيه المدرسي
15	أهداف الخدمات الارشادية و التوجيهية
17	خلاصة الفصل
الفصل الثالث قلق الامتحان	
19	تمهيد
19	مفهوم قلق الامتحان

19	أنواع قلق الامتحان
20	أعراض قلق الامتحان
21	أسباب قلق الامتحان
22	نظريات قلق الامتحان
23	مصادر قلق الامتحان
24	إجراءات العملية لتخفيف قلق الامتحان
27	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
29	تمهيد
29	الدراسة الاستطلاعية
29	أهداف الدراسة الاستطلاعية
29	حدود الدراسة الاستطلاعية
29	عينة الدراسة
30	أدوات الدراسة
31	الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة
35	الدراسة الأساسية
35	منهج الدراسة
35	حدود الدراسة الأساسية
36	مجتمع الدراسة
36	عينة الدراسة الأساسية
36	خصائص العينة الأساسية
36	خطوات توزيع الاستبيان النهائي على العينة الأساسية
36	أساليب الإحصائية
37	خلاصة
الفصل الخامس عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة	
40	تمهيد
40	عرض و مناقشة نتائج الفرضية العامة

40	عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولى
43	عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
46	عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
48	عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة
49	تفسير و مناقشة نتائج الفرضية العامة
49	تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الاولى
50	تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثانية
51	تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة
52	تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة
53	استنتاج عام
54	توصيات الدراسة
55	الخاتمة
57	قائمة المراجع
63	قائمة الملاحق

قائمة الجداول :

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	يبين النسبة المئوية لمتغير الجنس في الدراسة الاستطلاعية	30
2	يمثل مفتاح تصحيح المقياس	31
3	يمثل نسبة اتفاق المحكمين في بعد الخدمات التربوية حول مقياس خدمات التوجيه المدرسي	32
4	يمثل نسبة اتفاق المحكمين في بعد الخدمات النفسية	33
5	يمثل نسبة اتفاق المحكمين في بعد الخدمات الاجتماعية	33
6	يمثل الفقرات المعدلة للمقياس	34
7	الفرق بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة في درجات الاستبيان	34
8	معامل ثبات الاستبيان	35
9	يمثل نسبة المئوية للعينة الأساسية	36
10	دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي في استبيان خدمات التوجيه	40
11	يمثل الفقرة الأولى تساعد في وضع برنامج مناسب للمراجعة قبل الامتحان	41
12	يمثل الفقرة الثانية تقلل من قلقك من عدم كفاية الوقت للمراجعة	41
13	يمثل الفقرة الثالثة تخفف من قلقك من طبيعة الاسئلة التي تكون في الامتحان النهائي	41
14	يمثل الفقرة الرابعة تساعدك في زيادة التركيز اثناء الامتحان	42
15	يمثل الفقرة الخامسة تساعدك في توزيع الوقت على الاسئلة عند الامتحان	42
16	يمثل الفقرة السادسة تنصحك بعدم المراجعة عند اقتراب وقت الامتحان	42
17	يمثل نتائج البعد الأول للمقياس	43
18	يمثل الفقرة الأولى تساهم في رفع معنوياتك داخل غرفة الامتحان	43
19	يمثل الفقرة الثانية تخفف من قلقك عند اقتراب الامتحان	44
20	يمثل الفقرة الثالثة يقلل من ارتباكك عند استلامك لورقة الامتحان	44
21	يمثل الفقرة الرابعة تقلل من ضغطك النفسي الداخلي اثناء فترة الامتحان	44
22	يمثل الفقرة الخامسة تقلل من تفكيرك الدائم على مصيرك بعد الرسوب	45

45	يمثل الفقرة السادسة تدعوك الى التمتع بحالة نفسية هادئة مستقرة	23
45	يمثل نتائج البعد الثاني للمقياس	24
46	يبين الفقرة الأولى تتصل بأهلك لمساعدتك اثناء فترة الامتحان	25
46	يبين الفقرة الثانية تحاول التقليل من الضغوطات الاسرية التي تواجهك	26
46	يبين الفقرة الثالثة تنصحك بالتواصل مع زملائك لمراجعة الدروس	27
47	يبين الفقرة الرابعة تسهل عملية الاتصال بين اسرتك و المؤسسة التربوية	28
47	يبين الفقرة الخامسة تنصحك بعدم الانزعاج من تعليمات الاساتذة الحراس	29
47	يبين الفقرة السادسة تقدم لك جلسات ارشادية تخفف من قلقك اثناء الامتحان	30
47	يبين الفقرة السابعة تنصحك بتفادي مناقشة الاجوبة بعد الانتهاء من الامتحان مباشرة	31
48	نتائج البعد الثالث للمقياس	32
48	يوضح الفرق بين الذكور والإناث في خدمات التوجيه المدرسي	33
67	قائمة المحكمين	34

قائمة الأشكال :

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
30	يمثل نسبة المئوية للعينه الاستطلاعية	1
36	يمثل نسبة المئوية للعينه الأساسية	2

مقدمة :

يعتبر التوجيه العملية التي تساعد الفرد على تكيفه مع المواقف الراهنة منها المواقف الدراسية و ذلك من خلال الخدمات التي يقدمها للتلاميذ بالموازنة مع قدراتهم و المتطلبات التي يحتاجونها لهذا يأخذ أهمية و دور كبير في حياة التلميذ الدراسية .

و هذا ما جعل الباحثين يهتمون بهذا الموضوع خصوصا و أن تزيد الحاجة عند تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من أجل الالتحاق بالجامعة و تحديد المستقبل العلمي و العملي و لكن بحيث الكثيرون يعانون من قلق الامتحان بشكل كبير لان يعتبرونه امتحان مصيري مما يجعله مخيفا و مقلقا بحيث لا يعرفون كيف يتحكمون فيه او تخفيف منه، هنا يتجلى دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي من ناحية النفسية و التربوية و الاجتماعية فهي الوسيلة لنجاح التلميذ و تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي له .

و من خلال هذا العرض القصير لموضوع الدراسة أردنا الكشف عن دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

و من هذا المنطلق انقسم البحث الى جانبين الجانب النظري و الجانب التطبيقي و قد تضمن الجانب النظري ما يلي

الفصل الاول : مفاهيم عامة عن الدراسة خاص بالاطار العام للدراسة و قد تناولنا فيه كل من الاشكالية فرضيات الدراسة اهمية الدراسة اهداف الدراسة و المفاهيم الاجرائية .

الفصل الثاني : تطرقنا فيه مفهوم التوجيه المدرسي أغراض التوجيه المدرسي و اهدافه وسائل و أساليب التوجيه المدرسي أهمية التوجيه المدرسي صعوبات التوجيه المدرسي وخدمات التوجيه المدرسي أهداف خدمات التوجيه المدرسي .

الفصل الثالث : يتضمن مفهوم قلق الامتحان أسباب قلق الامتحان أنواع قلق الامتحان نظريات قلق الامتحان مصادر قلق الامتحان اعراض قلق الامتحان طرق التخفيف من قلق الامتحان .

أما الجانب التطبيقي تضمن

الفصل الرابع : الذي تناولنا فيه الاجراءات المنهجية للدراسة و التي تمثلت في الجوانب العملية بداية من تبني ادوات جمع المعلومات مرورا بالدراسة الاستطلاعية و اساسية و حدودها المكانية و الزمانية الى عينة و منهج الدراسة .

الفصل الخامس : حيث سنعرض فيه النتائج المتوصل اليها من خلال تحليل نتائج الاستبيان الموزع على العينة لنختم بتحليل و مناقشة كل الفرضيات المسطرة في بداية البحث .

الفصل الأول: المفاهيم العامة للدراسة

اشكالية: الدراسة :

يعتبر التوجيه مجموعة من الخدمات النفسية التي تقدم للأفراد في حياتهم العملية لمساعدة على الاختيار الانسب في كافة المجالات التي تهمهم، فقد عرف بأنه مجموعة الأساليب التي تقدم للفرد لفهم انفسهم و حل المشكلات التي يعانون منها و كيفية الاستفادة من قدراتهم و امكانياتهم في التغلب عليها بما يؤدي الى تحقيق توافقهم مع ذاتهم ثم البيئة التي يعيشون فيها كما نجد التوجيه في عدة ميادين منها المدرسي بما يعرف التوجيه المدرسي و الذي يكون في الميدان التربوي خاصة في الثانويات ، فقد سمي في بعض المدارس بالتربية الفردية لأنه يهدف الى مستعدة التلاميذ المتأخرين دراسيا بتوجيه العناية الفردية لهم كما أسمته بعض المدارس الاخرى بتوجيه التلاميذ المشكلين لأن هدفه عندهم كان مساعدة التلاميذ المنحرفين و ذوي المشاكل الخلفية و الاجتماعية و ما الى ذلك الا ان التوجيه المدرسي يهدف الى مساعدة التلاميذ المنحرفين منهم و العاديين فتنمية مواهب التلاميذ العاديين و قدراتهم و استعداداتهم و توجيههم حتى يظلوا أسوياء حيث رأى ووتزر (1959)يساعد التوجيه المدرسي الفرد في اي مرحلة من مراحلها و في دراسة اجراها رمضان محمد القذافي (1996)ان التوجيه المدرسي يساعدهم على الحلول لبعض القضايا او المسائل الدراسية أو الأكاديمية أو ذات العلاقة بها أما في دراسة بم محمد (2006) بعنوان حقيقة خدمات التوجيه و الارشاد بالجزائر و التي جاءت للكشف عن واقع التوجيه في بلادنا و قد أجريت الدراسة على طلبة السنة الاولى ثانوي بولاية وهران على عينة قدرت ب 229 تلميذ فأعتبر التوجيه المدرسي من اليات المساعدة للطالب و المؤثرة فيه ،فبإمكان ان يؤثر على قلق الامتحان الذي يواجه التلميذ حيث عرف القرعان (1992) قلق الامتحان بأنه حالة نفسية أو ظاهرة انفعالية تصيب الطالب قبل الامتحان و خلاله و في دراسة أخرى اجراها بنجمين (2001)يراه يمثل عجزا في معالجة المعلومات من قبل الطلبة ، و عليه التوجيه المدرسي من العمليات التربوية التي تركز عليها فعالية النشاطات كونه يساعد في تحسين المستوى الدراسي و قد كشفت لنا الدراسات السابق ذكرها عن بعض المشاكل التي تواجه التلميذ و كيف خدمات التوجيه المدرسي يخفف منه و في ضوء هذا طرح التساؤل التالي هل خدمات التوجيه المدرسي بدور فعال للتخفيف من قلق الامتحان للتلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟

التساؤلات الفرعية :

1. هل تقوم الخدمات التربوية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟
2. هل تقوم الخدمات النفسية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟
3. هل تقوم الخدمات الاجتماعية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ؟

4. هل فروق ذات دلالة إحصائية في دور خدمات التوجيه المدرسي للتخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وفق متغير الجنس (ذكور، إناث)؟

فرضيات الدراسة :

"الفرضية العامة " :

تقوم خدمات التوجيه المدرسي بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان

الفرضيات الجزئية :

1. تقوم الخدمات التربوية أكاديمية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان.
2. تقوم الخدمات النفسية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان.
3. تقوم الخدمات الاجتماعية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور خدمات التوجيه المدرسي للتخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وفق متغير الجنس (ذكور، إناث).

أهداف الدراسة :

1. الكشف عن دور خدمات التوجيه المدرسي للتخفيف من قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
2. الكشف عن دور الخدمات التربوية للتخفيف من قلق الامتحان.
3. الكشف عن دور الخدمات الاجتماعية للتخفيف من قلق الامتحان.
4. الكشف عن دور الخدمات النفسية للتخفيف من قلق الامتحان.
5. معرفة فروق في دور خدمات التوجيه المدرسي للتخفيف من قلق الامتحان.

أهمية الموضوع :

يعتبر هذا الموضوع من المواضيع المهمة في البيئة التربوية لمعرفة دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان و عرض خدمات التوجيه على التلاميذ من أجل التحقق و التخفيف من قلق الامتحانات.

المفاهيم الإجرائية

1. **خدمات التوجيه المدرسي** هي الخدمات التي يقدمها الموجه المدرسي للتلاميذ من أجل تحقيق الصحة النفسية و التكيف الدراسي و تحقيق الأهداف التربوية و التوافق الاجتماعي و المتمثلة

في الخدمات التربوية ، النفسية ، الاجتماعية و يقاس من خلال الدرجة المحصل عليها من خلال
نفس الاستبيان.

2. **قلق الامتحان** هو التوتر الذي يحدث لدى التلميذ عند الامتحان و قبل و يقاس بالدرجة المتحصل
عليها من خلال الاستبيان .

الفصل الثاني: خدمات التوجيه المدرسي

تمهيد :

يعتبر التوجيه المدرسي من أهم المفاهيم التي حظيت اهتمام كبير للباحثين من حيث أنه الخدمات المدرسية التي تهدف الى تنمية التلاميذ و ما يمكن ان يقدم لهم فقد انتقل من مجال اهتمام الباحثين الى اهتمام من طرف التلاميذ .

و في هذا الفصل سوف نتعرض لتوجيه المدرسي و خدماته بصورة اوسع .

1. مفهوم التوجيه المدرسي :

تشير كلمة التوجيه باللغة العربية guidance باللغة الانجليزية و orientation باللغة الفرنسية الى تلك المساعدة التي تقدم للفرد و انطلاقا من هذا المفهوم وجد عدة تعريفات عند عدة باحثين من بينهم تعريف تودجلاس 1957 يعرفه بأنه العملية التي بها نساعد التلميذ باعتباره فردا على أن يكيف حياته في المدرسة بحيث يحقق أقصى ما يستطيع ان يصل اليه من ناحية التحصيل الدراسي و النمو الشخصي و الاجتماعي تبعا لقدراته و مواهبه و مميزاته الشخصية و يتم ذلك بان يساعد المعلم القائم بالتوجيه التربوي او المختص بهذا العمل التلميذ على ان يختار الدراسة التي تتلاءم مع ميوله و قدراته العقلية و نوع النشاط الرياضي و الاجتماعي الذي يلائمه او يحتاج اليه و ان يساعده على معالجة مشكلاته في المدرسة من ناحية علاقاته بالمعلمين و بزملائه و ذلك من ناحية معالجة النقص الذي لدى بعض التلاميذ منة ناحية العادات اللازمة للنجاح في المواد الدراسية

تعريف محمود عطية هنا 1959 هو المساعدة التي تقدم الى التلاميذ او الطلبة في اختيار نوع الدراسة الملائمة لهم و التي يلتحقون بها و التكيف لها و التغلب على الصعوبات التي تعترضهم في دراستهم و الحياة المدرسية بوجه عام (برو محمد، 2010 : 52 53)

تعريف جليلود يعشكور التوجيه المدرسي هو إرشاد الفرد في دراسته وفق مبادئ عملية تهدف إلى كشف مدى قدراته و استعداداته و نوع ميوله و رغباته و بالتالي تحديد اولوية المجالات الممكن إتباعها (زروقي ، 2008 : 15)

تعريف أحمد زكي محمد التوجيه المدرسي هو العملية التي يتم بواسطتها توجيه كل فرد من الأفراد المجتمع نحو فروع التعليم الذي يتفق و قدراته العامة و استعداداته الخاصة و ميوله الرئيسية بحيث تعد الوسائل التي تساعده طبقا لإمكانياته المذكورة على النجاح في حياته و خدمة المجتمع الذي يعيش فيه (قريشي ، 1993 : 21)

و هناك من يرى أن التوجيه المدرسي هو مساعدة التلميذ و إرشاده الى نوع الدراسة التي تلائمهم و تبدوا الحاجة الشديدة اليه في مرحلة الدراسة الإعدادية لتوجيه التلاميذ الى المدارس الثانوية العامة أو التقنية و

ذلك حسب قدراتهم واستعداداتهم و ميولاتهم و في المدرسة الثانوية يساعد التوجيه التلاميذ و يرشدهم الى نوع الشعب التي تناسبهم سواء العلمية منها أ الأدبية (بدوي ، 1978 :136)

من خلال ما سبق نرى التوجيه المدرسي هو عملية تساعد التلميذ في اخيار ما يناسبه حسب قدراته و ميوله .

2. اغراض التوجيه المدرسي و أهدافه :

يسعى التوجيه المدرسي الى تحقيق أهداف عديدة في حياة الفرد و الجماعات و تتمثل في : (سعيد, عطوي ، 2004 : 14 12)

- تحقيق الذات : يأتي تحقيق الذات في أعلى هرم الحاجات الإنسانية لدى كل البشر الأسوياء و لا يمكن الوصول إليه إلا بعد أن يكون الفرد قد حقق أو أشبع بعض الحاجات الأساسية لبقائه مثل حاجته للطعام و الشراب و الملبس و المسكن و الأمن و السلامة و الحب و التقدير و الاحترام و الانتماء إلى أسرته و مجتمعه و بعد تحقيق هذه المتطلبات يبدأ البحث عن تكوين هوية ناجحة عن ذاته و يرغب أن يحتل مكانة اجتماعية و مهنية لائقة يحقق من خلالها سعادته و قيمته كإنسان يحب و ينظر إلى نفسه نظرة أمل و تفاؤل و سعادة و ثقة
- تحقيق الصحة النفسية للفرد :الصحة و سلامة الجسم و العقل متطلبات لا غنى عنها لكل فرد في المجتمع فإن صحة عقل الإنسان و جسمه ، استطاع أن يعيش مع بني جنسه في وئام و توافق و إذا اعتلت صحته النفسية اضطربت سلوكياته و ساءت أعماله للأمر الذي يفقده الرضا عن نفسه و رضا الآخرين عنه
- و يهدف التوجيه الى تحرير الفرد من مخاوفه و من قلقه و توتره النفسي و من الإحباط و الفشل و من الكبت و الاكتئاب و الحزن و من الأمراض النفسية التي قد يتعرض لها بسبب تعامله مع بيئته التي يعيش فيها و التوجيه المدرسي يساعد الفرد في حل مشكلاته و ذلك بالتعرف على أسبابها و طرق الوقاية منها و إزالة تلك الأسباب و إلى السيطرة عليها إذا حدثت مستقبلا
- تحسين العملية التعليمية : إن التوجيه المدرسي لا يمكن فصله عن العملية التربوية إذ أن هذه العملية هي في أمس الحاجة إلى خدمات التوجيه و ذلك بسبب الفروقات بين الطلاب و اختلاف المناهج و ازدياد أعداد الطلبة و ازدياد المشكلات الاجتماعية كما و كيفا و ضعف الروابط الأسرية و انتشار وسائل التربية الموازية كالسنيما و الاذاعة و التلفزيون و ذلك لإيجاد جو نفسي و صحي في المدرسة بين الطالب و المعلم و الإدارة و الأهل و تشجيع كل منهما على احترام الطالب كفرد له إنسانيته و له حقوقه و عليه واجبات ليتمكن من الإنجاز الناجح و الابتعاد عن الفشل و يعتمد التوجيه المدرسي لإنجاح العملية التربوية على عدة أمور منها :

- إثارة دافعية الطلبة نحو الدراسة و استخدام أساليب التعزيز .
- مراعاة مبدأ الفروقات الفردية بين الطلبة .
- إثراء الجانب المعرفي لدى الطلبة .
- توجيه و إرشاد الطلبة إلى طرق الدراسة الصحيحة.
- مساعدة الطلبة على التكيف.
- مساعدة الطالب على تغلب على مشكلات النمو العادي و الانفعالي و الاجتماعي.
- تقديم خدمات الإرشاد التربوي و المهني لمساعدة الطلبة على الاختيار المهني الملائم لقدراتهم .

كما يهدف التوجيه المدرسي إلى تكوين شخصية الطلاب و ذلك طريق إتاحة الفرصة لهم للنمو إلى أقصى حد ممكن و تعريفهم بإمكانياتهم و استعداداتهم ليستغلوها في نواحي النشاط الاجتماعي و الاقتصادي و المهني كما يهدف إلى مساعدة الطلاب على التكيف بوصفهم أعضاء المجتمع له مقوماته الاجتماعية و الاقتصادية و أماله المستقبلية . (زيدان،1951)

أيضا يهدف التوجيه المدرسي إلى : (مرسي،1991 : 141)

- 1) مساعدة التلميذ في تقييم استعداداته و ميوله للدراسة الملائمة له من ناحية اكتشاف حاجاته و قدراته و اهتماماته كفرد و من ثم توجيهه و مساعدته على النمو في جميع جوانب شخصيته .
- 2) مساعدة التلميذ على معرفة الإمكانيات التربوية المتاحة له هذا يعتبر طريقة لإعلام التلميذ بجميع ما توفره المدرسة من إمكانات و مستلزمات كل شعبة تمهيدا للاختيار المهني في المستقبل .
- 3) اختيار نوع الدراسة التي تتلاءم مع اهتماماته و اختياره .
- 4) تحديد نواحي النقص المؤدية إلى عدم النجاح في دراسته .

3. وسائل و أساليب التوجيه المدرسي :

لكي يتسنى لنا وضع الفرد المناسب في المكان المناسب و جب علينا أن نقوم بتحليل قدرات الفرد و فحص ميوله و استعداداته و لذلك لا بد أن نستعين بمجموعة من الوسائل نذكرها فيما يلي : (بركات،1968 : 35)

- إجراء الاختبارات النفسية بأنواعها المختلفة و استخدام مختلف الأدوات التشخيص الأخرى و تفسير نتائجها و الاستفادة منها في عملية التوجيه .
- توجيه البيانات و المعلومات عن مختلف التخصصات الدراسية و المهنية التي يحتاجها .
- إعداد البطاقات المدرسية الخاصة بالتلاميذ .
- المقابلات الشخصية و كذا دراسة حالة التلاميذ .

▪ توفير جميع الوسائل اللازمة في عملية التوجيه (منشورات ،ملصقات ،مطويات، تعليمات) و مناقشتها مع التلاميذ و الأساتذة .

▪ الاتصال بأولياء التلاميذ للتعرف على إمكانياتهم و إعلام التلاميذ بخدمات التوجيه و برامجه .

و من أهم الوسائل الموضوعية المستعملة شيوعا :

الملاحظة : تعتبر الملاحظة من أقدم و أكثر وسائل جمع المعلومات استخداما في التوجيه و الإرشاد و نظرا لصعوبة ملاحظة سلوك الفرد كلية تقتصر الملاحظة على جانب محدد من السلوك و لذلك يجب تحديد جوانب السلوك الذي يتم ملاحظته سواء كان اجتماعيا أو انفعاليا و تمتاز الملاحظة بأنها تتيح الفرصة لملاحظة السلوك التلقائي في المواقف الطبيعية و تعتبر الوسيلة الهامة للحصول على معلومات معينة يصعب الحصول عليها باستخدام أدوات أخرى (طه عبدالعظيم، 2004 : 174)

دراسة حالة : تعد من أكثر الوسائل استخداما في مجال التوجيه و الإرشاد النفسي و التربوي فهي تمد الأخصائي بمعلومات مهمة عن حياة التلميذ و تاريخه النمائي و الأسري و الاجتماعي و الصعوبات التي يمر بها فدراسة الحالة هي أسلوب منظم لتجميع المعلومات عن التلميذ من خلال وسائل جمع البيانات الأخرى كالملاحظة و المقابلة و الاختبارات و غيرها

ملف التلميذ : و هو من أهم الأدوات في مجال التوجيه المدرسي لأنه يحتوي جميع البيانات التي جمعت عن التلميذ طيلة مسيرته الدراسية و يستحسن أن يكون مرفوعا بالسجل المجمع و هو السجل يحوي و يلخص المعلومات التي جمعت عن التلميذ بواسطة وسائل أخرى في شكل تنبئي و تراكمي في ترتيب زمني و على مدى بضع سنوات قد تغطي حياة الفرد الدراسية و يتضمن أكبر قدر من المعلومات و البيانات عن التلميذ و بيئته كالنواحي الجسمية و الصحية و العقلية و التحصيلية و الصفات المزاجية و الخلقية و الميول و الهويات و البيانات الكافية عن ظروف حياته المنزلية و البيئية و المؤثرات المادية و الاجتماعية التي تلقي الضوء على إمكانيات و عوامل تقدمه أو تأخره الدراسي و هذا السجل يساعد على التعرف على المسترشد و التعرف عليه على المواد الدراسية التي يفضلها التلميذ عن بقية المواد الأخرى و هو وسيلة للكشف عن الموهوبين و المتوقفين و يعد وسيلة مهمة في توجيه التلاميذ الى نوع الدراسة التي تتناسب مع استعداداتهم و قدراتهم و ميولاتهم(الزعيبي، 2002 : 114)

السيرة الذاتية : و يقصد بالسيرة الذاتية السيرة الشخصية للفرد و تاريخ حياته الأسري و نظرته إلى مختلف المواضيع و اتجاهاته و خبراته و الحوادث المهمة التي مر بها في حياته كما يكشف عنها في كتاباته حيث تساعدنا هذه الأداة على فهم شخصية التلميذ و معرفة الكثير من المعلومات عن حياته التي يعتمد عليها في توجيهه و إرشاده نفسيا و تربويا و أنها تنبع من باطن الفرد (جلال، 1992 : 229)

اختبارات التحصيل :الاختبار التحصيلي هو طريقة منظمة لتحديد مقدار ما تعلمه التلميذ و الاختبارات التحصيلية تقوي العملية الدراسية و تدعمها و هي إذا أحسن بناؤها و استخدامها تكون عوناً للمعلم و الطالب على حد سواء بالإضافة إلى أن هذه الاختبارات تعمل على تحسين القرارات الخاصة بعملية التدريس و التعلم عموماً ،خاصة و أنه من أهداف العملية التدريسية مساعدة المتعلمين على فهم أنفسهم حتى يستطيعوا اتخاذ قرارات ذكية (عدس،1999: 488)

المقابلة :تعتبر المقابلة المحور الأساسي التي تدور حوله عمليات التوجيه و هي عبارة عن علاقة ديناميكية بين الموجه و التلميذ ،حيث يطمح التلميذ الوصول إلى حل لمشكلة ما يعاني منها في دراسته و يحاول الموجه تقديم المساعدة له ،و الحصول على بعض البيانات التي يراها مناسبة (إسماعيلي،1981 : 127)

4. أهمية التوجيه المدرسي :

تتجلى أهمية التوجيه المدرسي في عدة جوانب نذكر منها : (العرفاوي، 2020 : 120 121)

- المواهب و القدرات و العمل على صقلها و تنميتها .
- وسيلة من وسائل تفعيل العملية التربوية و جعلها تتجاوب مع التنمية الوطنية و عالم الشغل .
- الأخذ بأيدي الدارسين و مساعدتهم على تلبية حاجاتهم و مطامحهم التعليمية.
- وسيلة بحث الذي يخدم الفعل التربوي و يساعد على تطوير آلياته و أسسه .
- آلية لرفع المردود المدرسي و تحسين نتائج الامتحانات .
- المساعدة على تقليص ظاهرة التسرب المدرسي في الوسط المدرسي .
- التمكين من تكييف نشاط التربوي للقدرات الفردية و متطلبات التخطيط المدرسي و حاجات النشاط الوطني .
- تيسير سبل الاندماج في الحياة المهنية و العملية .
- اكتشاف مواطن القوة و الضعف في مردود التلاميذ و اقتراح الحلول الممكنة .
- الخروج من حقل التسيير الإداري للمسار الدراسي إلى مجال المتابعة النفسانية و التربوية و المساهمة الفعلية في رفع مستوى الأداء للمؤسسات و التلاميذ .
- تطوير قنوات التواصل الاجتماعي و التربوي داخل المؤسسة و خارجها .

و قد اعتبر التوجيه المدرسي وسيلة التي تساعد التلميذ على المكو و النضج و التكيف مع البيئة التي يعيش فيها و قيام بعملية تعاونية يمكن أن يقوم بها المرشد داخل المؤسسة و بين أعضاء المدرسة و كذلك استحداث برامج جديدة و متطورة لتنمية قدرات و مهارات المرشدين من خلال تقديم خدمات علاجية متنوعة لفئات مختلفة من المسترشدين. (أبوعباد،2000 : 17)

و حسب دراسة « زهران ، 1981 32 : «تمثلت أهميته في :

- مساعدة التلميذ في اتخاذ أهداف ذاتية حقيقية واقعية من أجل تفهمه لما لديه من امكانيات لتهيئة الظروف من أجل منع الانحرافات النفسية .
- البحث عن مشكلات التلاميذ و تشخيصها و مساعدتها على حلها داخل و خارج المدرسة عن طريق الوعي بمشكلته .
- مساعدة التلميذ على فهم فرص الحياة و أنواع الدراسة و العمل المتاحة في المجتمع .

5. صعوبات التوجيه المدرسي :

تعرض عملية التوجيه المدرسي العديد من الصعوبات التي تحول دون تحقيقه لأهداف المرجوة من الخدمات المقدمة تحقيقا تاما ، من هذه الصعاب تتمثل في : (براك، 2007 : 74)

- الارتفاع المتزايد لأعداد التلاميذ و كثافة البرامج الدراسية مما يول دون قدرة الموجه على تقديم خدماته على نحو مرضي لكل تلميذ و كذلك من استفادتهم منها جميعا .
- نقص الوسائل التي يعتمد عليها الموجه في التعرف على خصائص التلاميذ المختلفة و مشاكلهم علاوة على أن استخدامها يحتاج إلى القدرة و البراعة .
- اعتماده على النتائج التي يتحصل عليها التلميذ في الامتحانات أثناء مساعدته على اختيار نوع الدراسة خاصة و أنها لا تعكس المستوى للتلميذ .
- صعوبة الحصول على بعض المعلومات اللازمة للتشخيص بعض المشكلات التي يعاني منها التلميذ تشخيصا سليما بسبب عدم تعاون الأسرة خاصة الوالدين .

6. خدمات التوجيه المدرسي :

يتضمن التوجيه المدرسي عدة خدمات تتمثل في (رشدي، 2013 : 195, 196)

- مجال التأخر الدراسي يتضمن التأخر الدراسي انخفاض نسبة التحصيل عن المستوى العادي و قد يكون التأخر الدراسي عاما (في كل المواد) أو خاصا (في مواد معينة) و لا يوصف التلميذ المتأخر دراسيا بالغباء أو التخلف العقلي لأنه قد يكون من المتفوقين عقليا لكن مشكلات شخصية أو اجتماعية أثرت عليه و أخرته عن زملائه كما توجد حالات للتأخر الدراسي ترتبط بنقص الذكاء و ينجم عنها ضعف القدرة على التركيز و التذكر و الاختبارات اسهامها في التشخيص و العلاج .
- مجال التفوق الدراسي : هناك فئة من التلاميذ يتميزون بمواهب خاصة و ذكاء متميز و كذا ارتفاع في مستوى التحصيل الدراسي و هؤلاء بحاجة إلى رعاية خاصة لأنهم ذخيرة الأمة و عدة مستقبلها و إهمالها يؤدي إلى خنق مواهبهم و يقضي إلى مشكلات نفسية و اجتماعية

كالعزلة و الفلق و حالات الصرع مع المجتمع لذا وجب الاعتناء بهؤلاء المنفوقين ليس فقط في جانب النمو العقلي بل في الجوانب الشخصية ككل

- الصعوبات في اختيار نوع الدراسة : و التخصص يمتلك كل فرد استعدادات وقدرات خاصة تختلف في قليل أو كثير عما عند الآخرين و يوجد في المدارس عدد كبير من التلاميذ لا يعرفون لماذا يدرسون و كيف كما أنهم لا يحيطون إلا بالقليل من أنواع الدراسات التي يمكن الالتحاق بها كما أنهم لا يدركون أن بعض التخصصات تحتاج إلى قدرات و استعدادات خاصة فكثيرا منهم يدخل إلى أقسام و تخصصات لا دراية لهم بها من صعوبات و ضغوطات التي تفرضها الاستجابة لرغبات الأهل أو تحت الظروف الاقتصادية و الاجتماعية معينة لذلك لزم على الموجهين تكثيف جهودهم لتوجيه و إرشاد الطلبة إلى أنواع الدراسات المختلفة و القدرات و الاستعدادات اللازمة لذلك و الصعوبات التي تكثف كل تخصص و أفاق العمل أو المهن التي يحصل عليها المتخصص بعد تخرجه و غير ذلك من الارشادات التي تجنبه الوقوع في مشكلات كان بالإمكان تفاديها و توفير الجهد و المال عليهم و بذلك قد نكون أسهمنا بشكل كبير و غير مباشر في تغذية المجتمع بمواهب و كفاءات متخصصة .

و من الخدمات الأخرى تناولتها دراسة أخرى هي : (جلال، 1992: 109)

- دراسات الحالات الفردية :وهي عملية جمع و تسجيل المعلومات و البيانات الممكن جمعها عن كل تلميذ لاستخدامها للتوجيه و يشترك في هذه العملية جميع المهنيين المشتركين في دراسة حالة المعلم، الاخصائي الاجتماعي و الطبيب، الاخصائي النفسي و من إليهم .
- خدمات التشغيل : و نقصد بها مساعدة التلاميذ على إيجاد الأعمال المناسبة في أوقات الفراغ
- خدمات التقويم :و يطلق عليها أحيانا البحث العلمي أو التتبع لأنها تقوم على جمع المعلومات لتقويم الوظائف المختلفة التي تقوم بها المدرسة
- خدمات الارشاد : و تتضمن المساعدات الفردية لحل المشاكل الشخصية و تتطلب هذه العملية وجود متخصص للقيام بها له مكان خاص للمقابلات الفردية حتى يتمكن من مقابلة التلاميذ فرادى كل على حدا وتأخذ إما بعض الوقت أو وقت طويل .

و يكون من خلال أخصائي الإرشاد لمساعدة التلاميذ الذين يعانون سوء التكيف بمختلف أنواعه

و مختلف المشاكل التي يعاني منها التلميذ .(حناشي، 2011: 28)

- خدمات الاعلام : هو نشاط تربوي يقدم فيه للتلميذ و جميع المتعاملين مع المؤسسة التعليمية معلومات عن المسار الدراسي، المحيط الاجتماعي الاقتصادي و المهني مع شروطها

و متطلباتها كما ه موجودة في الواقع فعلا دون ممارسة أي وصاية أو دعاية و دون إصدار أحكام مسبقة على نمط الدراسي أو مهني معين بغرض إنضاج شخصيته و موافقه لتمكينه من حسن الاختيار و اتخاذ قرارات التي يراها أنسب لبناء مشاريعه المستقبلية. (دعس، 2010: 17) و هنا تختلف أنواع الخدمات الإرشادية :

الخدمات التربوية : و تشمل معلومات و خبرات تتضمنها خدمات التربية المهنية الزوجية و التربية الأسرية و التعريف بالإمكانات التربوية المختلفة و الخدمات المتعلقة بالاستشارة التربوية و حل المشكلات المرتبطة بالتخلف الدراسي و التفوق و العمل على تحقيق التوافق الدراسي و كذلك تهتم الخدمات التربوية بتوجيه التلاميذ الجدد و الخرجين و بالإسهام في تطوير و تحسين المناهج و المساعدة في تحسين العملية التربوية بصفة عامة. (بن دعيمة، 2007: 98)

توكل هذه الخدمات للمستشار بهدف مساعدة التلاميذ على التكيف مع البيئة التعليمية و إرشادهم لرفع مستواهم الدراسي، و من أهم الخدمات التي تتضمنها هي

- زيادة التفاعل بين المعلم و المتعلم و توعية المتعلم بفاعلية المادة الدراسية
- تقديم التعزيز المتكرر للطلبة وفقا لحاجياتهم و زيادة وعي الطالب للهدف من التعلم
- تشجيع التلميذ على توظيف استعداداته للمشاركة في الأنشطة التعليمية
- إرشاده للقيام بالمهام الموكلة له و اعتماد على نفسه في انجاز أعماله
- تقديم الوعي المعرفي لتلاميذ بمخارج الشعب (التخصصات التعليمية) و متطلباتها العلمية

(شعباني، 2022: 170)

الخدمات النفسية : هناك العديد من الخدمات الإرشادية النفسية التي من واجب مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي القيام بها اتجاه التلميذ و مؤسسته و العاملين بها منها :

- جمع المعلومات عن التلميذ و تنظيمها و تحليلها .
- الكشف عن قدراته و استعداداته و امكانياته و نواحي القصور.
- التعرف على وسائل التي تحقق توافقه الشخصي و الاجتماعي .
- إرشاد التلميذ و دراسة التغيرات التي تحدث في بيئته .
- تحويل التلميذ إلى عيادة نفسية أو طبيب نفسي عند الحاجة .
- المساعدة في تنفيذ برامج الترويح و وقت الفراغ لجماعات التلاميذ .

الخدمات الاجتماعية: تتضمن إجراء البحوث الاجتماعية و التعرف بالبيئة الاجتماعية و تنظيم العلاقة و الاتصال و التعاون بين المدرسة و الأسرة لصالح التلميذ و الاتصال بباقي المؤسسات الاجتماعية في البيئة المحلية و استخدام مصالح المجتمع بأفضل درجة ممكنة (رويبي، وبرو، 2016: 146) و هي أيضا الاهتمام موجهها لمشاكل التكيف و إيجاد التعاون لازم بين المدرسة و المنزل و المجتمع الخارجي و خاصة البيئة المحلية التي تعمل فيهما المدرسة لحل هذه المشاكل .
(مصباح، 2003: 125)

7. أهداف الخدمات الإرشادية و التوجيهية :

تحقيق الذات: الهدف الأساسي لهذه الخدمات هو مساعدة الفرد على تحقيق الذات و الوصول إلى الرضا و العمل معه سواء كان عاديا أو متفوقا أو متأخر دراسيا (زهران، 1980: 34)

يأتي تحقيق الذات في أعلى هرم الحاجات الانسانية لدى الأسوياء و لا يمكن الوصول إليه إلا بعد أن يكون الفرد قد حققه أو أشبع بعض الحاجات الأساسية لبقائه (جودت و سعيد، 2012: 20)

تحقيق التوافق النفسي: تهدف إلى مساعدة التلاميذ على تحقيق التوافق النفسي في الوسط التعليمي باعتباره عامل مهم في الحياة التعليمية يساعدهم على مواجهة المشكلات التي تواجههم من خلال تعزيز الثقة و إرشادهم للوعي بقدراتهم و تظهر معالم التوافق في الجوانب التالية :

ـ تحقيق التوافق الشخصي : و ذلك من خلال إشباع حاجاته حسب كل مرحلة عمرية ما يجعل التلميذ بعيدا عن الصراعات الداخلية.

ـ تحقيق التوافق الاجتماعي : و ذلك بمساعدته على التفاعل الجيد مع الآخرين و توعيته بأخلاقيات المجتمع.

ـ تحقيق التوافق التربوي. و هذا من خلال توعيته بالتخصص المناسب لقدراته و توعيته لتعرف على مضامين التخصصات الدراسية و ذلك في ضوء قدراته و ميوله.

(زهران، 2005: 27)

تحقيق الصحة النفسية للتلميذ: حسب شوبن يرتبط مفهوم الصحة النفسية بالتكيف المتكامل كالشعور بالمسؤولية الشخصية و الاجتماعية و الاهتمام بالقيم المختلفة و لتحقيق الصحة النفسية عن طريق برامج إرشادية و توجيهية التي تساعد التلميذ على التغلب على مخاوف و القلق و التوتر .

(الخالدي، 2009: 31)

تحسين العملية التربوية :ففي كل مرحلة من مراحل التعليمية يحتاج التلميذ إلى الإرشاد و التوجيه و ذلك بسبب الفروق الفردية و الروابط الأسرية لهذا يسعى مستشار التوجيه لتوفير مناخ النفسي الصحي للتلميذ و مساعدته على التوافق مع محتويات البرامج و المناهج و المواد التعليمية

(شعباني،2022: 173)

خلاصة الفصل:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل من خلال عرضنا لعناصره أن التوجيه المدرسي ككل و بخدماته قد أثر بصورة كبيرة على العالم و على المجتمع و على التلميذ بشكل خاص فقد اهتم به الباحثين كعملية تربوية لا تنفصل عن مثيلاتها من العمليات فهو يهدف على مساعدة التلميذ في كل الجوانب و حثه على العمل و على الدراسة .

الفصل الثالث: قلق الامتحان

تمهيد :

يعد قلق الامتحان من المشاكل التي يعاني منها التلميذ و تعيقه في مشواره الدراسي و خصوصا في الانتقال من مرحلة لأخرى و خصوصا تلك المرحلة هي التي تكون نقلة نوعية كبيرة و تحدد مستقبله كمرحلة الأخيرة من التعليم الثانوي و هنا سنتعرف أكثر على قلق الامتحان بشكل أكبر

1. مفهوم قلق الامتحان :

عرفه عبدالخالق و النيال بأنه مشاعر الضيق و الرهبة و الانزعاج و ردود الفعل الصادرة عن الجهاز العصبي اللاإرادي و التي تثيرها خبرة الامتحان و تقترن به (عبد الخالق،النيال،1990: 359) و في تعريف آخر بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال استجابته على فقرات مقياس قلق الامتحان (عليج،2007: 211)

و عرف بأنه حالة من القلق تعترى الأفراد قبل و أثناء ادائهم لاختبارات تحصيلية أو مقابلات الانتقاء الوظيفي أو الاختبارات النفسية أيضا حالة نفسية تتصف بالخوف و التوقع أي أنه حالة انفعالية و يمكن التعرف على المشكلة من خلال حدوث أعراض القلق الفيزيولوجية مثل دقات القلب ،جفاف الحلق ،سرعة التنفس و حدوث حالة من الانشغال العقلي حول الامتحان و نتائج المتوقعة ،

(أبو أسعد،2009: 283، 284)

يعرف الباحث قلق الامتحان بما يشير إلى وقوع المتعلم تحت ضغط و توتر كبيرين جراء تركيز الطاقة الذهنية لفعالية تعليمية على حساب الجوانب الشخصية الأخرى كما يعبر قلق الامتحان عن حالة نفسية يمر بها الطالب فيها من خلال الامتحان و تنشأ عن تخوفه من الفشل أو الرسوب في الامتحان أو تخوفه عن الحصول على علامة غير مرضية له بحسب توقعات الآخرين منه و قد تؤثر هذه الحالة النفسية على العمليات العقلية كالانتباه و التذكر و التفكير. (عواد،2011: 147)

قلق الامتحان حالة نفسية تتسم باضطراب يعترى الانسان أثناء و قبيل إجراء الامتحان حيث يعتبر شكل من أشكال المخاوف المرضية التي لها بالغ الأثر على سلوك الفرد و نفسيته و يرتبط هذا النوع من القلق بوقف الاختبار. (سالم المزوغي،2011: 95)

و من خلال ما تطرقنا إليه فإن قلق الامتحان هو حالة توتر تصيب التلميذ قبل و أثناء فترة الامتحانات خوفا من الرسوب و يؤثر على أدائه الدراسي ممكن بالإيجاب أو سلب .

2. أنواع قلق الامتحان :

قلق الامتحان الميسر :يقصد به قلق المعتدل ذو آثار إيجابية المساعد و الذي يعتبر قلق ايجابيا يدفع التلميذ للدراسة و الاستذكار و التحصيل المرتفع ينشطه و يحفزه على الاستعداد للامتحانات و يسير أداء

الامتحان أي كلما كانت درجة القلق متوسطة و في الحدود المعتدلة كان تأثيرها أقرب الى التيسير كلما كان قاق الامتحان معتدل مع قدرة التلميذ على التحكم في انفعالاته يؤدي إلى تحسين أدائه و تحصيله الدراسي. (خليفة، عمروني، 2015: 223)

في هذا النوع قلق الاختبار يكون متدنيا خصوصا عندما يكون الطالب متمكنا من الموضوعات الدراسية محفز لمزيد من العمل و التحصيل في الامتحان. (ربابعة، 2018: 9)

قلق الامتحان المعسر: و هو يكون مستوى القلق المرتبط بالاختبار مرتفعا عند الفرد بشكل كبير و غير طبيعي أو منطقي و يسبب الكثير من التوتر و الاضطراب و عدم الراحة كما يعيق من مقدرة الفرد على أداء مهماته الاكاديمية و العقلية و هذا المستوى من القلق الأكثر شيوعا و يطلق عليه قلق الامتحان غير المفيد. (أبو فودة، 2011: 28)

و هو ذو تأثير سلبي المعوق حيث تتوتر الأعصاب و يزداد الخوف و الانزعاج و الرهبة حين يستعد للامتحان، و يعسر أداء الامتحان يجب خفضه و ترشيده (زهرا، 2000: 98)

3. أعراض و مظاهر قلق الامتحان: (منذر، 2003: 221)

- التوتر و الأرق و فقدان الشهية و تسلط بعض الأفكار الوسواسية قبيل و أثناء الامتحان.
- كثرة التفكير في الامتحان و الانشغال بالنتائج المترتبة عليه.
- تسارع خفقان القلب مع جفاف الحلق و الشفتين.
- الشعور بالضيق النفسي الشديد.
- اضطراب العمليات العقلية كالانتباه و التركيز و التفكير.
- نسيان المذاكرة بمجرد الاطلاع على ورقة الامتحان .
- الارتباك و التوتر و نقص الثقة بالنفس.
- الخوف و الرهبة من الامتحان و التوتر قبل الأداء.

تتعدد مظاهر قلق الامتحان فنذكر منها :

المظاهر النفسية: تتمثل في زيادة الضغوطات و تراكم المسؤوليات و عدم القدرة على الاحتمال و سرعة الاستثارة العصبية و الانزعاج لأسباب بسيطة و أفكار سلبية حول الذات

المظاهر الجسمية: مثل الشعور بالتعب و الارهاق و الصداع و سرعة التنفس و اضطرابات في البطن و الرغبة في التبول مرات متعددة، زيادة إفراز العرق ، الاحساس بالبرودة أو السخونة الزائدة (بوترة، 2020: 246، 247)

المظاهر التحصيلية: و تتمثل في الدرجات التحصيلية المنخفضة للتلميذ مقارنة بأقرانه من ناحية مستوى التحصيلي أو الرسوب في الامتحان

المظاهر البدنية: ضعف أو وهن عام في الجسم ، اصفرار الوجه ، الحركة النمطية الثابتة

المظاهر الاجتماعية: الانسحاب من المواقف الاجتماعية التي تتناول مسائل الامتحانات ، صراعات

داخل الاسرة بشأن رغبة الأهل الدائمة بمواصلة الابن تحصيله و الاستمرار في الدراسة ،العزلة

(العاسمي،2008: 447)

4.أسباب قلق الامتحان

من أسباب قلق الامتحان نذكر منها (الطراونة،2012: 115)

- اهتمام الاسرة الزائد بالاختبارات .
- إجراءات الاختبارات التي تبعث الخوف و القلق .
- عدم مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب .
- عدم الاستعداد الكافي للاختبارات.
- ضعف الثقة بالنفس .
- تأخر الطالب في الدراسة .
- استغلال بعض المعلمين الاختبار كوسيلة انتقام من الطلاب .

و من دراسة إلى أخرى تختلف الأسباب فتتمثل في : (خليفة وعمروتي،2015: 225)

- نقص المعرفة بالموضوعات الدراسية.
- التمرکز حول الذات .
- الخوف من نسيان المعلومات أثناء تأدية الامتحان.
- محاولة ارضاء الوالدين و المعلمين و المنافسة مع الرفاق.
- نقص الرغبة في النجاح و التفوق.
- الاتجاهات السالبة لدى الطلاب و المعلمين و الوالدين نحو الامتحانات.
- صعوبة الامتحانات.
- شعور التلميذ المستقبل يتوقف على الامتحانات .
- ارتباط الامتحان بخبرة الفشل في حياة الطالب و تكرار مرات الفشل.

5.نظريات قلق الامتحان :

نظرية المعرفة: لقد حاولت كثير من النظريات الحديثة تفسير الإنجاز السيء المرتبط بالقلق العالي للامتحان و رأت أن التأثير النسبي للقلق في الموقف الاختباري هو دخول عوامل أخرى حيث ينتج القلق العالي من استجابات غير مرتبطة بالمهام المطلوبة مثل عدم التركيز أو الاستجابات المركزة حول الذات التي تنافس و تتداخل مع الاستجابات الضرورية المرتبطة بالمهام الأساسية ذاتها، و التي هي ضرورة للإنجاز الجيد في الموقف الاختباري و لعل هذا يتماشى مع وجهة واين wine حيث يرى أن الأفراد ذوي قلق العالي للامتحان يوزعون انتباههم على الأمور المرتبطة بالمهمة و الأمور المرتبطة بالذات في حين الأفراد ذوي القلق المنخفض غالبا ما يركزون على الأمور المرتبطة بالمهام المطلوبة فقط بدرجة أكبر، أما كولر و هولان قد وجد الباحثان أن الطلبة أصحاب القلق العالي في الامتحان قدرات منخفضة وعادات دراسية سيئة. (عبدالقادر، 2016: 98)

النظرية الجشطالتيّة: رأت النظرية الجشطالتيّة أن القلق يعبر عن عدم تطابق بين الذات و الخبرة أن المتعلم إذا تعرض لموقف ما فإنه يحاول أن يدمجه في ذاته و لكن ربما هذا الموقف لا يتفق مع شروط الأهمية عند المتعلم فإنه لا يستطيع أن يرمز له بدقة في وعيه و يحاول تجنبها أو يرمز لها بشكل مشوه فإن حيل الدفاع تكون وسيلة لتجنب القلق الذي ينشأ عن عدم تطابق الموقف مع الذات.

(أبو جحلة، 2007: 54)

النظرية السلوكية: تشير نظرية السلوكية إلى أن قلق الامتحان هو نوع من أنواع القلق مكتسب من خلال عمليات الإشارات المختلفة و هذا القلق يولد الخوف المكتسب و يؤدي إلى السلوك الهروبي أو التجنبي و بالتالي يعد النجاح في سلوك القلق من خلال القدرة على خفض مستواه و تنظر المدرسة السلوكية إلى قلق الامتحان على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش وسطها الفرد تحت شروط التدعيم الإيجابي و التدعيم السلبي. (العناني، 2005: 26)

نظرية تجهيز المعلومات: وفقا لهذه النظرية يعود قصور التلاميذ ذوي قلق العالي للامتحان حسب بنجماين و زملائه **benjamin and all (1981)** إلى مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته أي أنهم يرجعون الانخفاض في التحصيل عند التلاميذ ذوي قلق العالي في موقف الامتحان إلى قصور تنظيم المعلومات و استدعائها في موقف الامتحان حسب دراسة بنجماين أن التلاميذ ذوي القلق العالي في الامتحان لديهم قصور في تنظيم المواد الدراسية مقارنة بالتلاميذ ذوي القلق المنخفض. (سايجي، 2004: 93)

و النظرية الأقرب لموضوع بحثي تتمثل في :

نظرية قصور التعلم: حيث وضح كل من كوهلر و هولهان مدى تأثير القدرات العقلية و سلوك الاستذكار في الإنجاز الأكاديمي عند الطلاب ذوي قلق المرتفع و القلق المنخفض في الامتحان فالطلاب

ذوي القلق المرتفع في الامتحان لديهم قدرات عقلية منخفضة و عادات دراسة غير مناسبة و نتيجة لذلك فإن انجازهم الأكاديمي منخفض و هذا نتيجة للقلق المتزايد الذي يعود لمعرفة أقل بالمواد الدراسية بسبب القدرات المنخفضة أو عدم الإعداد المناسب للامتحان و يؤكد ذلك جابر عبدالحميد (1984) بأن الاهتمام بالعادات الدراسية يعتبر محور مهما لتحسين مستوى قدرات الطالب المعرفية و الإنجاز الفعلي لهم حتى يصبحوا قادرين على استرجاع المعلومات المعروفة لهم بسهولة في مواقف الامتحان التي يحيطها القلق. (سايجي، 2012: 84)

و هنا نستنتج العادات السيئة للمراجعة و المعرفة القليلة بالمواد الدراسية السبب الاكبر لقلق الامتحان العالي هنا يكون دور الموجه المدرسي في مساعدة التلاميذ الذين يعانون من هذه الأعراض من خلال التوجيهات التي يقدمها.

6. مصادر قلق الامتحان :

تعود جذور معظم حالات قلق الامتحان إلى الماضي وهو ليس بالأمر الشاذ أو المختلف فتتمثل مصادر قلق الامتحان فيما يلي : (ملحم: 63 ، 76)

- 1) **إفرازات الطفولة :** عندما يكون الأطفال صغاراً يستمعوا إلى الكبار و يصدقونهم خاصة لأنهم يبدون في غاية القوة و الاطلاع و لهذا من المهم جداً تحاشي التوبيخ و تجنب الذم أثناء التعامل مع الأطفال و ذلك لأن الطفل ينظر إلى أقوالك نظرة جدية و يصدقك
- 2) **المبالغة و التهويل :** كان ألبرت أليس مؤسس علم العلاج النفسي العقلي العاطفي أول من أكد أننا نزعج أنفسنا و نكدرها بما نهيئه لأنفسنا بأنفسنا فعندما نشعر بالخوف من أداء الامتحان أو الخوف من الفشل و الرسوب تكون على الأرجح تهية نفسك أنك إذا لم تنجح فستحل عليك مصيبة كبرى لأنك تشوه الحقائق في اللاوعي و تحرف العواقب التي ستنتج عن الامتحان
- 3) **المشكلات العامة لتقدير الذات :** يشكل افتقار المرء إلى تقدير ذاته سبباً جوهرياً لقلق الامتحان حيث يعتبر تقدير الذات أمر متلازم مع الأداء الممتاز في الامتحانات و الانجازات المميزة و هناك مصادر أخرى تنبعث من البيئة الخارجية تتمثل في :

الأسرة : إن الوسط الأسري للتلميذ يمكن أن يمثل مصدراً لقلقه و ذلك من خلال علاقته بأسرته و خاصة بوالديه حيث نمط الاتجاهات الوالدة و كيف يؤثر على الابن في مختلف الجوانب و خاصة الجانب الدراسي من خلال :

- الحماية الزائدة : إن هذا النوع من الحماية قوامها الاتصال المادي و هذا يمنع نمو التلميذ و على اعتماده على نفسه

- السيطرة : و هنا تكون من خلال رغبة الوالدين الزائدة في تحقيق مطامحهم من أبنائهم و حين لا يرقى إلى مستوى توقعهما يشعر بعدم الكفاية مما يوقعه في حالة قلق
- المبالغة في المبالاة : و هنا يكون عدم انشغال بسمات التلميذ و رفايته يتميز بعدم اللامبالاة

المدرسة :تتكون المدرسة من ثلاث فئات هم المعلمين، الإداريين، التلاميذ

و يتم التفاعل بين هذه الفئات عبر التواصل اليومي في القسم و المجالس أو النوادي و عندما يكون المناخ الاجتماعي للمدرسة يتسم بالتسلط و الديمقراطية فإنه يثير قلق التلاميذ و عندما تكون حواجز و مسافات اجتماعية بينه و بين الاساتذة فإن هؤلاء لا يقيمون علاقات بينهم و بين التلاميذ

(سامر، 2007: 33)

7. الإجراءات العملية لتخفيف قلق الامتحان :

جون شيود و مدير الخدمات الميدانية في جامعة كلاريون عدة قواعد تساهم في تخفيف من قلق

الامتحان و يمكن تلخيصها في : (القواسمة و الحوامدة، 2010: 129، 128)

- مراجعة الاطار العام للامتحان (قبل الامتحان) يتوقع من المدرس أن يخبر الصف عن موعد الامتحانات قبل فترة مناسبة من الاختبار و عن الموضوعات التي سيشملها الامتحان و أهمية كل موضوع و الموضوعات التي لا تدخل في الامتحان
- استخدام الاختبارات التجريبية و التدريبية يتوقع من المدرس اجراء الاختبار التجريبي أو تدريبي في ظروف مشابهة للامتحان ليجعل الطلبة يألفون المعلم و الأسلوب اللغوي للمعلم
- يكون المعلم واضحا حول الوقت المحدد و ذلك من خلال إعلام التلاميذ مسبقا عما إذا كان الامتحان سيأخذ كل وقت الحصة
- الإعلان عن المواد التي يحتاجها الطلبة و الوسائل المسموحة باستعمالها
- مراجعة طريقة التصحيح و ذلك من خلال شرح قيمة كل جزء من الامتحان و طريقة التصحيح كل من المقالات و المشروعات و اعطاء قيمة النسبية لكل امتحان و لكل سؤال فيه و جواب
- مراجعة السياسات المتعلقة بامتحانات "الاكمال و الإعادة" بين الأسباب المشروعة للغياب عن الامتحان
- تقديم المساعدة في الدراسة و ذلك من خلال مراجعة المقرر و الأعمال المنزلية قبل الامتحان بأيام و تطوير مهارات الدراسة و مهارات الاستعداد للامتحان و تقديم أدلة للدراسة

- إعطاء الفرصة لأسئلة آخر لحظة يأتي بعض الطلبة دائما بسؤال آخر لحظة قبل الامتحان لذلك يجب إعطاء وقت محدد قبيل البدء
- إرشاد الطلبة إلى طرق تناول الامتحان و ذلك من خلال مراجعة الأسئلة كلها قبل البدء بالإجابة ثم تخطيط الوقت لكل سؤال و التأكد و فهم التعليمات و بعد ذلك البدء بالأسئلة التي يتأكد بإمكانه الإجابة عليها أي من سهل إلى صعب
- إرشاد الطلبة إلى كيفية التعامل مع الأسئلة الاسترخاء أولا و التركيز و عدم التشتت في أثناء قراءة الأسئلة، التمعن في الأسئلة لأكثر من مرة .

و من طرق التخفيف من قلق الامتحان (صالح،2010: 56،57)

(1) دور المدرسة في تخفيف من قلق الامتحان :

- يقع على كاهل إدارة المدرسة مسؤولية إعلام الأهل عن الطرق التي يتبعها كل معلم في الاتصال معهم حول تقدم أبنائهم و يجب تشجيع الاولياء على تثبيت لسلوكيات و الاداءات الجيدة حتى يوفرنا مناخا تعليميا إيجابيا
- تحسين العلاقات التربوية و الانسانية ما بين التلاميذ و الأساتذة لإعادة الاعتبار و التقدير الايجابي للذات و رفع معنوياتهم و توفير المناخ المناسب لإنجاح العملية التعليمية عن طريق كسر الحاجز النفسي بينهم و خلق بيئة آمنة غير مهددة من قبل المعلمين أثناء تأدية الامتحان، تعزيز ثقة الطالب بنفسه و تدعيمه عن طريق تدريبه على آداب بعض الامتحانات التجريبية

(2) دور الأسرة :

- يساهم الوالدان في خفض مستوى القلق عند الأبناء من خلال مجموعة التوجيهات أهمها عدم المبالغة في التوقعات و النتائج المطلوبة من التلميذ و احترام قدراته كما هي
- توفير جو عائلي يسوده الحنان و المودة و الاستقرار و التنشئة الاجتماعية التي تبني الثقة بين أفراد الأسرة و عدم القسوة أو الحماية الزائدة.
- إرشاد التلميذ نحو الغذاء الصحي الغني بالفيتامينات و العدد من المنبهات.
- الاستذكار و الدراسة في مكان هادئ و مناسب و مريح للبصر و بعيدا عن أماكن النوم و الحصول على ساعات نوم كافية .

لـ عدم مقارنة بزميل أو أخ له متفوق لكي لا يحبطه أو يعيق تقدمه.

لـ تشجيع على تخصيص وقت للترفيه من حين لآخر.

(3) دور المرشد يلاحظ أن التلاميذ الذين تبذل معهم الجهود الإرشادية لتخفيف من قلق الامتحان

يصبحون متوافقين دراسيا، يشعرون بالثقة بالنفس و الاطمئنان و يكون أدائهم أفضل من مواقف

التقييم و يرتفع مستوى تحصيلهم الدراسي، يتم ترشيد قلق الامتحان بخفضه و يتم ذلك باستخدام برامج إرشادية تأخذ أشكالاً متنوعة منها :

- استخدام الإرشاد الجماعي.
- استخدام إرشاد مهارات الدراسة و الأخذ بالامتحان.
- استخدام تقنيات الاسترخاء.

خلاصة الفصل :

من خلال عرضنا لعناصر اتضح أن قلق الامتحان من أهم المشكلات و العوائق التي تواجه التلميذ و يمكن أن تؤثر بشكل كبير في العملية التعليمية له خصوصا تلاميذ السنة الثالثة ثانوي له جانبين فهناك من يعيق التلميذ للوصول إلى أهدافه و هناك من يكون له دافع يحفزه على تحقيق الأهداف المسطرة و تحقيق أداء أفضل.

الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد :

يعتبر هذا الفصل الوصل بين الجانب النظري و التطبيقي هو أهم خطوة و أساس الدراسة في البحث نتبع في هذا الفصل إجراءات منهجية معينة لأن لها مكانة كبيرة في البحث التربوي و فيها نقوم بتحديد مجالات الدراسة و كذلك نوع المنهج المستخدم مع تحديد العينة و طريقة اختيارها و تحديد البيانات و المعلومات ثم نتطرق إلى أساليب المعالجة الاحصائية.

1. الدراسة الاستطلاعية :

1.أهداف الدراسة الاستطلاعية :

- تحديد عينة الدراسة و خصائصها
- التأكد من امكانية إجراء الدراسة الميدانية
- التأكد من مناسبة أدوات البحث للدراسة و مدى صلاحيتها لاستعمالها
- التأكد من متغيرات البحث

2.حدود الدراسة الاستطلاعية :

- الحد المكاني تم إجراء هذه الدراسة بثانوية الأمير عبدالقادر ببلدية بطيوة ولاية وهران.
- الحد الزمني تم تطبيق هذه الدراسة في الفترة من 16 أبريل 2023 إلى 18 أبريل 2023

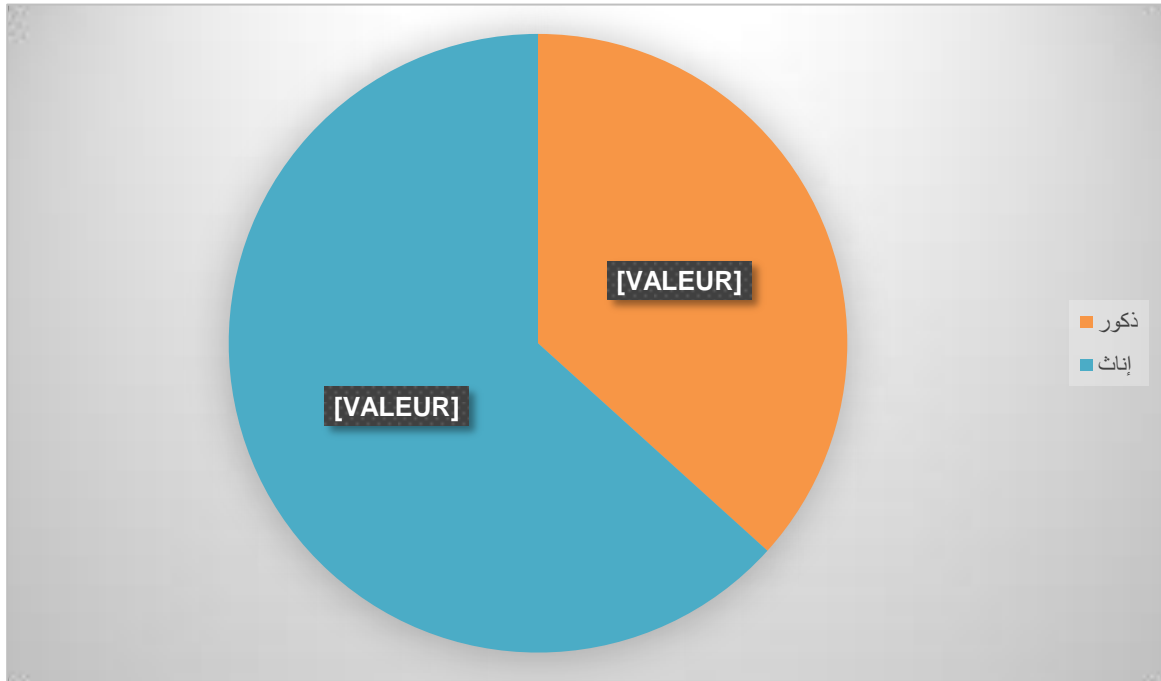
3.عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية غير منتظمة من تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي عددهم 30 تلميذ 11 من الذكور و 19 من الاناث

الجدول (1) يبين النسبة المئوية لمتغير الجنس في الدراسة الاستطلاعية

النسبة المئوية	التكرار	السن
36.7%	11	ذكور
63.3%	19	إناث
100%	30	المجموع

شكل (1) يبين النسبة المئوية لمتغير الجنس في الدراسة الاستطلاعية



المصدر من اعداد الباحثة

4. أدوات البحث :

وصف الاداة :

يعتمد الباحث في دراسته على أداة أو مجموعة من الأدوات حتى يتمكن من جمع المعلومات حول الظاهرة التي هو بصدد دراستها و في دراستنا هذه ارتأينا الاعتماد على أداة تمثلت في استبيان من إعداد الطالبتين ديب هدى و بوجريو نجاة يقيس دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان الذي باعتباره الأنسب الوصول إلى أهداف البحث حيث يتكون من 23 فقرة كلها ايجابية موزعة على بديلين نعم_ لا و له ثلاثة أبعاد هي البعد الاجتماعي, البعد التربوي و البعد النفسي

البعد التربوي و يقيس هذا البعد العبارات التي أرقامها (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7)

البعد النفسي و يقيس هذا البعد العبارات التي أرقامها (8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15)

البعد الاجتماعي يقيس العبارات رقمها (16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23)

جدول (2) يمثل مفتاح تصحيح المقياس :

لا	نعم	البدائل طبيعة البند
0	1	ايجابي

6. الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة :

على كل باحث قبل الشروع في دراسته الأساسية التأكد من صدق الأداة و ثباتها التي هو بصدد استخدامها في جميع البيانات و مدى صلاحيتها في الميدان لذلك قمنا بالتحقق من صدق و ثبات المقياس عن طريق استخدام الدليل الاحصائي .

*الصدق :

أ. صدق في بينته الأولية :

استخدمت الباحثة صدق المحكمين حيث تم توزيعها على ثلاث أساتذة حيث قامت بالتعديل الفقرات و التي تتمثل في :

تعديل	العبرة المعنية بالتعديل
تساهم الخدمات الاكاديمية للتوجيه بدرجة كبيرة في التخفيف من قلق الامتحان	البيانات الشخصية
تقلل من قلقك من عدم كفاية الوقت للمراجعة	تقلق من قلقك كم كفاية الوقت للمراجعة
تقلل من قلقك لما يكون لديك ضعف في بعض المواد الدراسية	توجهك إلى أخذ الدروس الخصوصية لتحسين مستواك
تساهم في رفع معنوياتك داخل غرفة الامتحان	تعمل على رفع معنوياتك داخل غرفة الامتحان
تقلل من تفكيرك الدائم على الحالة التي تؤول إليها	تقلل من تشتت انتباهك و تفكيرك الدائم على الحالة

التي تؤول إليها في حالة الرسوب	في حالة الرسوب
تنصحك بالمراجعة الجماعية	تنصحك بالتواصل مع زملائك لمراجعة الدروس
تقدم لك نصائح لاجتناب خوفك من الحراس في قاعة الامتحان	تقدم لك نصائح بعدم قلقك من تعليمات الاساتذة الحراس
تنصحك بعدم التفكير في ردة فعل أسرتك عند الرسوب في الامتحان	تنصحك بعدم القلق من ردة فعل أسرتك عند الرسوب في الامتحان
تنصك بعدم الانطواء عند الاقتراب وقت الامتحان	تقدم لك جلسات ارشادية تخفف من قلقك أثناء الامتحان

و استعملت الطالبة أيضا الصدق الذاتي تم حساب معامل الصدق الذاتي حيث يقصد به صدق نتائج الاستمارة و يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات بتطبيق المعادلة التالية

معامل الثبات = الصدق الذاتي

و بالتعويض وجدت $0.85=0.92$ و هي قيمة تدل على درجة عالية من الصدق.

صدق في بينته الحالية :

تم حساب صدق المقياس بطريق صدق المحكمين ذلك لمعرفة مدى صدق الاداة و صلاحيتها للاستعمال حيث تم عرض الاستبيان على 7 أساتذة مختصين في قسم علوم التربية بجامعة وهران 2 محمد بن أحمد و طلب منهم تحكيم المقياس و تم حساب صدق المحكمين كالتالي

صدق التحكيم = عدد الأساتذة / عدد المحكمين $100X$

انظر الى الملحق رقم (1) يلخص اسماء الأساتذة المحكمين .

جدول (3) يمثل نسبة اتفاق المحكمين في بعد الخدمات التربوية حول مقياس خدمات التوجيه المدرسي

الرقم	1	2	3	4	5	6	7
عدد المحكمين متفقين	6/7	7/7	7/7	5/7	7/7	6/7	6/7
نسبة الاتفاق	85.7%	100%	100%	71.4%	100%	85.7%	85.7%

من خلال الجدول أعلاه رقم (3) في بعد الخدمات التربوية أن أعلى نسبة مئوية اتفق عليها المحكمين كانت 100% في الفقرات التالية 2 3 5 و أقل نسبة مئوية 71.4% في الفقرة رقم 4 حيث نحذف فقرة لا تقبل لان لا نقبل تحت نسبة 75%

جدول (4) يمثل نسبة اتفاق المحكمين في بعد الخدمات النفسية

الرقم	8	9	10	11	12	13	14	15
عدد المحكمين المتفقين	5/7	7/7	7/7	6/7	7/7	6/7	3/7	6/7
نسبة الاتفاق	71.1%	100%	100%	75.7%	100%	85.7%	42.8%	85.7%

من خلال الجدول (4) في بعد الخدمات النفسية أعلى نسبة مئوية قدرت 100% في الفقرات الآتية 9، 10 و 12 أما أقل نسبة مئوية تتمثل في نسبتي 42.8% ، 71.1% في فقرات التالية 8، 14 بحيث نحذف فقراتها و لا تقبل

جدول (5) يمثل نسبة اتفاق المحكمين في بعد الخدمات الاجتماعية

الرقم	16	17	18	19	20	21	22	23
عدد المحكمين المتفقين	6/7	6/7	7/7	6/7	6/7	5/7	7/7	7/7
نسبة الاتفاق	85.7%	85.7%	100%	85.7%	85.7%	71.4%	100%	100%

من خلال الجدول أعلاه رقم (5) أعلى نسبة اتفاق المحكمين تمثلت في 100% في الفقرات التالية 18، 22، 23 و أقل نسبة اتفق عليها المحكمين كانت 71.4% في الفقرة رقم 21 نحذف فقرتها و بالتالي لا تقبل.

جدول (6) يمثل الفقرات المعدلة

رقم الفقرة	الفقرة الأصلية	الفقرة البديلة

تقلل من عصبيتك أثناء التأخر في تقديم الأسئلة	تقلل من تفكيرك الدائم على مصيرك بعد الرسوب	11
تقدم النصائح بعدم قلقك من تعليمات الاساتذة الحراس	تتصحك بعدم الانزعاج من تعليمات الاساتذة الحراس	17

صدق الاستبيان: صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

الجدول رقم (7): الفرق بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة في درجات الاستبيان

المجموعة (ن=30)	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
الاستبيان	9	8.67	2.44	9.19	0.00	دال عند 0.01
	9	17.33	1.41			

يوضح الجدول أعلاه الفرق بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة في درجات الاستبيان؛ حيث قدرت قيمة "T. Test" بـ 9.19 عند مستوى الدلالة 0.00، وبالتالي فهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة 0.01 تفيد بأن المقياس يميز بين المجموعات والأفراد وبالتالي فهو صادق.

*النتائج:

يعتبر النتائج أحد الشروط الأساسية التي يجب أن تتوفر في الأدوات

أ. النتائج في بيئته الأصلية:

استعملت كل من الطالبة بوجريو نجات و ديب هدى في بحثهم للتأكد من ثبات الاداة بحساب ألفا كرونباخ و كانت النتيجة المتحصل عليها تقدر بـ 0.85

ب. النتائج في بيئته المحلية:

بعد القيام بصدق المحكمين و تم تأكد من صدق المقياس تم بعدها حساب ثباته باعتماد معامل الثبات ألفا كرونباخ و الجدول الموالي يوضح ذلك

الجدول رقم (8): معامل ثبات الاستبيان

طريقة حساب الثبات	قيمة ر
معامل ألفا كرونباخ	0.77

ما يلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة الثبات قدرت بـ 0.77 وهي قيمة جيدة ومرتفعة، تدل على أن المقياس يتمتع بمستوى ثبات جيد و هو صالح للقياس و استخدامه في الدراسة الاساسية .

الدراسة الاساسية :

1. منهج الدراسة :

إن مناهج البحث العلمي يعتبر مجموعة من القواعد و الأنظمة العامة التي وضعت للوصول إلى الحقائق المقبولة حول ظواهر الموضوع و هذه المناهج تختلف باختلاف الموضوعات المطلوبة و دراسة البحث و نظرا لطبيعة دراستنا تم اختيار المنهج الوصفي الذي يصف الظاهرة وصفا دقيقا و ذلك بجمع الحقائق و البيانات و من ثم تصنيفها و تحليلها للوصول إلى نتائج و تعميمها و تم اخيار هذا المنهج لأن دراستنا تتدرج ضمن الدراسات الوصفية حيث عرف "بأنه أسلوب من الاساليب التحليل المتمركز على معلومات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية من أجل الحصول على نتائج عملية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية و بما ينسجك مع المعطيات الفعلية للظاهرة " (عبيدات، مبيضين، 1999 : 46)

2. حدود الدراسة الأساسية :

- ↳ الحد المكاني تم إجراء هذه الدراسة بثانوية الأمير عبدالقادر ببلدية بطيوة ولاية وهران
- ↳ الحد الزمني تم تطبيق هذه الدراسة في فترة ممتدة ما بين 14 ماي 2023 إلى 21 ماي 2023

3.مجتمع الدراسة :

يقدر مجتمع الدراسة الأساسية بـ 150 تلميذ الموجودين في الثانوية لسنة الدراسية 2023/2022

4. عينة الدراسة الأساسية :

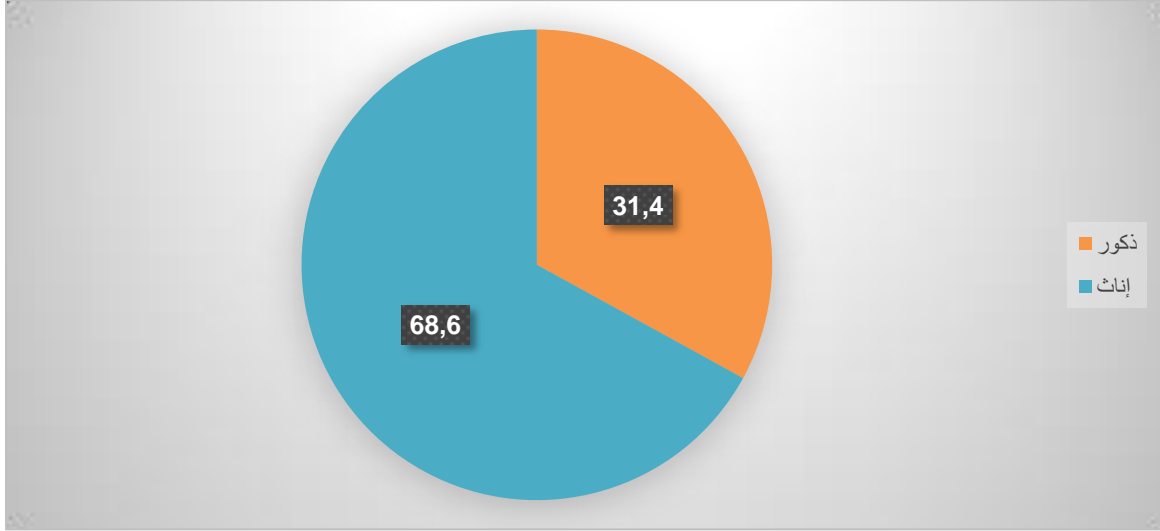
تم اختيار العينة بطريقة عشوائية غير منتظمة حيث قدرت ب 70 تلميذ من السنة الثالثة من التعليم الثانوي عدد الذكور 22 تلميذ و عدد الاناث 48 تلميذة .

خصائص العينة الأساسية:

جدول (9) يمثل نسبة المئوية للعينة الأساسية

النسبة المئوية	التكرار	السن
%31.4	22	ذكور
%68.6	48	إناث
%100	70	المجموع

شكل(2) يمثل نسبة المئوية للعينة الأساسية :



5. خطوات توزيع الاستبيان النهائي على العينة الاساسية :

الخطوة الأولى :

- الذهاب إلى الثانوية

الخطوة الثانية :

- التعرف على أقسام وتلاميذ الثالثة ثانوي

الخطوة الثالثة :

▪ تقسيم و توزيع الاستبيان بطريقة عشوائية للتلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي

حيث تم توزيع 75 استبيان على التلاميذ و تم استلام 70 استبيان من العينة الأساسية

تم حذف 5 استبيانات لعدم اكمال اجابة على الاستبيان

6. الاساليب الاحصائية

بعد إدخال البيانات في spss للتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات جمع البيانات و التحقق من

الفرضيات استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي لحساب المستويات

الانحراف المعياري

النسبة المئوية لحساب نسبة المئوية لذكور و اناث خصائص العينة

المتوسط الفرضي

قيمة ت T. Test لحساب فرضية الفرق

تكرارات

ألفا كرونباخ لحساب ثبات الاستمارة

خلاصة الفصل :

تطرقنا في هذا الفصل إلى التعرف على المنهج المتبع في هذه الدراسة و كذلك تناولنا في هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية و وصف أهم ما جاء فيها من العينة و أدوات المستخدمة للقياس و في الأخير إلى خصائصها السيكومترية ثم تطرقنا إلى الدراسة الأساسية و وصف ما جاء فيها و كيفية توزيع الاستبيان ثم ذكرنا أهم الاساليب الاحصائية المعتمدة التي استعملناها في الدراسة .

الفصل الخامس: عرض ومناقشة و تفسير نتائج الدراسة

تمهيد :

بعد أن تطرقنا في الفصل السابق إلى الجانب الميداني للدراسة في هذا الفصل سوف يتم عرض نتائج الدراسة الميدانية ومناقشتها

عرض نتائج الفرضيات و مناقشتها :

1. عرض و مناقشة نتائج الفرضية العامة:

-نصت الفرضية العامة على ما يلي: "تقوم خدمات التوجيه المدرسي بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان"

جدول (10) دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي في استبيان خدمات التوجيه

مستوى الدلالة	قيمة ت T. Test	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي*	/
غير دال	0.48	5.93	9.84	9.5	الاستبيان

*المتوسط النظري أو المتوسط الفرضي تم حسابه كالتالي: مجموع أوزان البدائل \times عدد الفقرات الكلية/عدد البدائل

**قيمة "T. Test" الجدولية عند درجة الحرية (69) ومستوى الدلالة $1.67=0.05 / 2.39=0.01$

يوضح الجدول أعلاه دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط النظري، وما يلاحظ أن المتوسط الحسابي بلغت قيمته 9.84 وهي قيمة قريبة جدا من قيمة المتوسط الفرضي الذي قدر ب 9.5، حيث أن الفرق جاء غير دال إذ قدرت قيمة ت T. Test بـ 0.48 وهي قيمة غير دالة عند 0.05 و 0.01، وهذا ما يدل على أن خدمات التوجيه المدرسي تقوم بدور متوسط في التخفيف من قلق الامتحان.

الفرضيات الجزئية :

عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

-تقوم الخدمات التربوية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان.

جدول (11) يمثل الفقرة الأولى تساعد في وضع برنامج مناسب للمراجعة قبل الامتحان

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	33	%48
نعم	37	%52
المجموع	70	%100

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 33 بنسبة مئوية قدرت بـ %48، فيما قدرت عدد الإجابات بـ "نعم" 37 بنسبة مئوية بلغت %52، يدل هذا على أن مستشارة التوجيه تهتم بوضع برنامج مناسب لمراجعة قبل الامتحان

جدول (12) يمثل الفقرة الثانية تقلل من قلقك من عدم كفاية الوقت للمراجعة

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	35	%50
نعم	35	%50
المجموع	70	%100

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 35 بنسبة مئوية قدرت بـ %50، فيما قدرت عدد الإجابات بـ "نعم" بنسبة مئوية بلغت %50 يدل هذا تعمل بشكل ضعيف على تقليل من ضغط وقلق التلميذ من عدم كفاية الوقت للمراجعة

جدول (13) يمثل الفقرة الثالثة تخفف من قلقك من طبيعة الاسئلة التي تكون في الامتحان النهائي

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	34	%48.6
نعم	36	%51.4
المجموع	70	%100

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 34 بنسبة مئوية قدرت بـ %48.6 و عدد الاجابات بـ "نعم" قدرت بـ 36 حيث نسبتها المئوية تتمثل في %51.4 يدل على تهتم بجانب القلق الذي ينتابهم من ناحية أسئلة الامتحان

جدول (14) يمثل الفقرة الرابعة تساعدك في زيادة التركيز اثناء الامتحان

النسبة المئوية	التكرارات	الفقرات
43%	30	لا
57%	40	نعم
100%	70	المجموع

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 30 بنسبة 43% أما الاجابات "نعم" قدرت بـ 40 بنسبة 57%، يدل ذلك على تساعد بنسبة كبيرة في اعطاء طرق و اساليب لزيادة التركيز أثناء الامتحان

جدول (15) يمثل الفقرة الخامسة تساعدك في توزيع الوقت على الاسئلة عند الامتحان

النسبة المئوية	التكرارات	الفقرات
57%	40	لا
43%	30	نعم
100%	70	المجموع

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 40 قدرت نسبة المئوية بـ 57% و عدد اجابات "نعم" قدرت بـ 30 بنسبة 43% ، يدل ذلك أنها لا تهتم و لا تساعد في توزيع الوقت ممكن بسبب قيامهم بامتحانات من قبل و يعرفون كيفية توزيع الوقت

جدول (16) يمثل الفقرة السادسة تنصحك بعدم المراجعة عند اقتراب وقت الامتحان

النسبة المئوية	التكرارات	الفقرات
61%	43	لا
39%	27	نعم
100%	70	المجموع

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 43 بنسبة 61% أما عدد اجابات "نعم" قدرت بـ 27 بنسبة 27%، يدل ذلك أن نسبة كبيرة من هذه الخدمة لا يقومون بها

■ جدول (17) يمثل نتائج البعد الأول

النسبة المئوية	التكرارات	/
51.19%	215	لا
48.80%	205	نعم
100%	420	المجموع

- هنا خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات التربوية الأكاديمية) لا تساهم في التخفيف من قلق الامتحان

- نسبة الإجابات بـ نعم كانت أصغر من نسبة الإجابات بـ لا بحيث قدرت عدد اجابات "لا" بـ 215 بنسبة 51.19% و عدد اجابات "نعم" 205 قدرت بنسبة 48.80%

عرض و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

-تقوم الخدمات النفسية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان

جدول (18) يمثل الفقرة الأولى تساهم في رفع معنوياتك داخل غرفة الامتحان

النسبة المئوية	التكرارات	ال فقرات
43%	30	لا
57%	40	نعم
100%	70	المجموع

- نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "نعم" قد بلغت 40 بنسبة 57% كبيرة مقارنة بعدد الاجابات "لا" قدرت نسبتها بـ 43% يدل على تهتم و تخدم التلاميذ و تحفيزهم حتى لا يخافوا من الامتحان

جدول (19) يمثل الفقرة الثانية تخفف من قلقك عند اقتراب الامتحان

النسبة المئوية	التكرارات	ال فقرات
----------------	-----------	----------

لا	27	39%
نعم	43	61%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 27 بنسبة 39% قليلة بالنسبة لعدد الاجابات "نعم" التي كانت حوال 61% كبيرة جدا مقارنة مع نسبة "لا"، يدل ذلك على تعمل على تخفيف القلق الذي ينتاب التلاميذ عند اقتراب الامتحان.

جدول (20) يمثل الفقرة الثالثة يقلل من ارتباكك عند استلامك لورقة الامتحان

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	41	58.6%
نعم	29	41.4%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 41 بنسبة 58.6% و نعم 41.4% في هذا الجدول كانت نسبة لا أكبر من نسبة نعم مقارنة مع الاجابات في الفقرات السابقة يدل ذلك أنها لا تعمل على تقليل الارتباك الذي يحدث للتلاميذ عند استلامه ورقة الامتحان.

جدول (21) يمثل الفقرة الرابعة تقلل من ضغطك النفسي الداخلي اثناء فترة الامتحان

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	30	43%
نعم	40	57%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 30 بنسبة 43% ضئيلة مقارنة بـ نعم التي بلغت نسبة الاجابات عليها بـ 57% بعدد بلغ 40 يدل ذلك على تعمل على تقليل الضغط النفسي أثناء فترة الامتحان

جدول (22) يمثل الفقرة الخامسة تقلل من تفكيرك الدائم على مصيرك بعد الرسوب

النسبة المئوية	التكرارات	الفقرات
%50	35	لا
%50	35	نعم
%100	70	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت بنسبة 50% متساوية مع نسبة الاجابة على نعم يدل ذلك تعمل عمل متساوي في تقليل من التفكير الدائم بعد الرسوب

جدول (23) يمثل الفقرة السادسة تدعوك الى التمتع بحالة نفسية هادئة مستقرة

النسبة المئوية	التكرارات	الفقرات
%41.4	29	لا
%58.6	41	نعم
%100	70	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "نعم" قد بلغت 41 اجابة بنسبة 58.6% كبيرة جدا مقارنة مع نسبة الاجابات "لا" تمثلت في 41.4%، يدل ذلك على تعمل بشكل كبير على الحالة النفسية للتلميذ لتكون مستقرة بعيدة عن القلق

جدول (24) يمثل نتائج البعد الثاني

النسبة المئوية	التكرارات	/
%45.71	192	لا
%54.29	228	نعم
%100	420	المجموع

- خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات النفسية) تساهم في التخفيف من قلق الامتحان
- نسبة الإجابات بـ نعم كانت أكبر من نسبة الإجابات بـ لا بحيث قدرت عدد اجابات "لا" بـ 192 بنسبة % 45.71 و عدد اجابات "نعم" 228 قدرت بنسبة % 54.29

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

-تقوم الخدمات الاجتماعية بدور فعال في التخفيف من قلق الامتحان

جدول (25) يبين الفقرة الأولى تتصل بأهلك لمساعدتك اثناء فترة الامتحان

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	46	65.7%
نعم	24	34.3%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات ب "لا" قد بلغت نسبتها 65.7% نسبة كبيرة مقارنة مع نسبة الاجابان نعم التي قدرت ب 34.3%، يدل ذلك أن ليس لها أي علاقة بعائلة الممتحن لتساعده في فترة الامتحان

جدول (26) يبين الفقرة الثانية تحاول التقليل من الضغوطات الاسرية التي تواجهك

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	43	61%
نعم	27	39%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات ب "لا" قد بلغت 43 بنسبة 61% و عدد الاجابات نعم 27 بنسبة 39% صغيرة ، يدل ذلك على أنها لا تعمل على المشاكل الأسرية التي تواجه التلميذ

جدول (27) يبين الفقرة الثالثة تنصحك بالتواصل مع زملائك لمراجعة الدروس

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	30	43%
نعم	40	57%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات ب "لا" قد بلغت 30 بنسبة 43% قليلة مع مقارنة بعدد الاجابات نعم 57%، يدل ذلك على تنصح بالمراجعة الجماعية مع زملاءهم حتى تخفف من قلق الامتحان

جدول (28) يبين الفقرة الرابعة تسهل عملية الاتصال بين اسرتك و المؤسسة التربوية

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	39	55.7%
نعم	31	44.3%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 39 و نعم 31 متقاربة ، يدل ذلك على لا تقوم بتدخل لاتصال بين الأسرة التلميذ و المؤسسة التربوية

جدول (29) يبين الفقرة الخامسة تنصحك بعدم الانزعاج من تعليمات الاساتذة الحراس

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	27	38.6%
نعم	43	61.4%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 27 و نعم 43 قليلة مقارنة ب نعم التي بلغت 61.4%، يدل ذلك على تعمل على تخفيف من قلق الامتحان داخل القسم من خلال عدم الانزعاج من تعليماتهم

جدول (30) يبين الفقرة السادسة تقدم لك جلسات ارشادية تخفف من قلقك اثناء الامتحان

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	23	33%
نعم	47	67%
المجموع	70	100%

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 23 و نعم 47 قليلة جدا مقارنة مع نعم التي كانت كبيرة بنسبة 67%، يدل ذلك على أنها تعمل على تقديم خدمات ارشادية نفسية لهدوء التلميذ

جدول (31) يبين الفقرة السابعة تنصحك بتفادي مناقشة الاجوبة بعد الانتهاء من الامتحان مباشرة

الفقرات	التكرارات	النسبة المئوية
لا	26	37%
نعم	44	63%

المجموع	70	%100
---------	----	------

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الإجابات بـ "لا" قد بلغت 37% و نعم 63% ، يدل ذلك على نصح التلاميذ بتفادي التصحيح ليستطيعوا انتهاء من الامتحانات بنفس الوتيرة و حتى لا يقلقوا من السابق

جدول (32) نتائج البعد الثالث

النسبة المئوية	التكرارات	/
%47.75	234	لا
%52.25	256	نعم
%100	490	المجموع

هنا خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات الاجتماعية) تساهم في التخفيف من قلق الامتحان نسبة الإجابات بـ نعم كانت أكبر.

عرض و مناقشة نتائج فرضية الرابعة:

"توجد فروق في دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس"

جدول (33) يوضح الفرق بين الذكور والإناث في خدمات التوجيه المدرسي

مستوى الدلالة	قيمة ت T. Test	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التكرار	المجموعة	/
غير دال	1.77	5.61	8.05	22	ذكور	خدمات التوجيه المدرسي
		5.95	10.67	48	إناث	

قيمة "ت T. Test" الجدولية عند درجة الحرية (43) ومستوى الدلالة $2.70=0.01$ وعند $2.42=0.05$

يوضح الجدول أعلاه الفرق بين الذكور والإناث في خدمات التوجيه المدرسي، حيث قدرت قيمة "ت T. Test" بـ 1.77 وهي أصغر من القيم الجدولية عند 0.01 و 0.05، وعليه نقول بأن الفرضية لم تتحقق، وبالتالي لا توجد فروق بين الذكور والإناث في خدمات التوجيه المدرسي

تفسير نتائج الفرضيات :

تفسير نتائج الفرضية العامة :

بناء على ما سبق و من خلال الجدول أعلاه تبين النتائج أن خدمات التوجيه المدرسي تقوم بدور متوسط في التخفيف من قلق الامتحان و لكن نلاحظ أن هناك تقوم بدور متوسط موجب يساعد التلاميذ

ففي دراسة الزهراني 1989 اشارت أن هناك انخفاض في ادراك مهام المرشد الطلابي في المدرسة و انخفاض مستوى المرشد في الخدمات و برامج النشاط المدرسي

من خلال دراسة صافية مقدم 2023 أشارت أن مستشار التوجيه المدرسي له دور كبير في التخفيف من قلق الامتحان لتلاميذ من خلال الخدمات التي يقدمها و ذلك من خلال تحقيق التوافق النفسي و الصحة النفسية التربوية و الاجتماعية من خلال العلاقة الارشادية الجيدة التي تعتبر أساس نجاح العملية الارشادية (مقدم، 2023: 710)

دراسة مبروكي بختة 2018 بعنوان دور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان من وجهة نظر تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من خلال خدمات توجيه المدرسي حيث توصلت لها دور كبير في تخفيف من قلق الامتحان من خلال التوعية و تحسين المتمدرسين بأهمية الارشاد و التوجيه في التحقق من قلق الامتحان و الحد منه (مبروكي، 2018: 154)

و في دراسة ادريس اسبيع و خالد أحاجي 2020 نصت أن خدمات التوجيه المدرسي له دور كبير في سيرورة التربية و التكوين و الحد من قلق الامتحان من خلال الخدمات التي تقدمها للمتعلمين و مدى استجابتهم لها

و يرجع ذلك لأسباب عديدة منها :

- يعود ربما لعدم اهتمام التلاميذ بدور و أهمية الخدمات التي يقدمها المستشار التوجيه المدرسي
- اتساع منطقة تدخل المستشار مما يصعب تغطية كل المؤسسات
- عدم قيام بالخدمات التوجيه المدرسي و الانشغال بأمر المهنية أكثر
- كثرة التلاميذ

تفسير نتائج الفرضية الجزئية الاولى :

بينت نتائج أن خدمات التوجيه المدرسي التربوية و الاكاديمية لا تساهم في تخفيف من قلق الامتحان حيث كانت نسبة الاجابة ب لا قدرت 51.19% لأن مستشارين التوجيه يقدمون خدمات كثيرة و عدد التلاميذ كبير و هناك أيضا العمل المكتبي بالإضافة إلى تقديم خدمات ارشادية و توجيهية للتلاميذ حسب ما

توصلت اليه دراستنا و التي تتوفق مع دراسة زهران 1989 بعنوان التوجيه و الارشاد الطلابي حيث
توصلت الى انخفاض مشاركة المرشد في الخدمات للتخفيف من قلق الامتحان

كما تتوافق دراسة ايدير عبدالرزاق 2021 مع دراستنا التي كانت دراسته بعنوان كيفية تعامل مستشاري
التوجيه و الارشاد المدرسي و المهني مع قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي التي كانت نتائجها
أن خدمات توجيه المدرسي لا تساهم و تنعدم في تخفيف من آثار قلق الامتحان و ذلك بسبب نقص
التدريب على المهارات الارشادية (ايدير، 2021: 206)

لكن هناك عدة دراسات اعترضت نتائجها مع النتائج أعلاه تتمثل :

في دراسة روزفلت و نيلسون 1996 بعنوان تقييم دور مستشار التوجيه في المدارس الثانوية حيث
توصلت الدراسة إلى أن مستشاري التوجيه المدرسي يقومون بتحقيق خدمات التربوية بدرجة كبيرة في
التخفيف من قلق الامتحان حيث نتائج كانت هذه الدراسة عكس ما توصلت اليه دراستي أي معارضة

(القواضي، 2020 : 110)

كما نجد دراسة أبو عطية و الرفاعي 1988 و التي توصلت إلى ان 90 % يحقق النشاطات و الخدمات
الأكاديمية بدرجة كبيرة في تخفيف و مساعدة التلميذ في الحد من قلق الامتحان لدى تلاميذ الثانوية
أيضا دراسة عمران 2005 نصت و أكدت على دور المرشد في معالجة المشكلات التربوية و قيام
بإجراءات التربوية المناسبة لاجتياز مرحلة الامتحان

تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

بينت نتائج أن خدمات التوجيه المدرسي النفسية تساهم في تخفيف من قلق الامتحان بنسبة 54.29% من
حيث نسبة الاجابات نعم مقارنة ب "لا" التي كانت ضئيلة بالنسبة ل "نعم" و هذا ما اتفقت عليه دراسة
كريمة فنتازي 2011 بعنوان العملية الارشادية في المرحلة الثانوية و دورها في معالجة مشكلات
المراهق المتمدرس حيث توصلت الخدمات التوجيه المدرسي لها دور فعال و ايجابي في تخفيف من
مشكلات و منها قلق الامتحان (فنتازي، 2011 : 58)

و في دراسة قدول حورية 2018 تناولت دور مستشار التوجيه المدرسي في معالجة قلق الامتحان لدى
تلاميذ السنة الثالثة من تعليم الثانوي من خلال الخدمات النفسية حيث توصلت الى مساهمة خدمات
النفسية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي جاءت بدرجة كبيرة

ايضا في دراسة عينو عبدالله و مبروكي 2019 بعنوان وجهة نظر تلاميذ الثالثة ثانوي حول اداء مستشار
التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان حيث جاءت بنتائج ان المتوسط الحسابي أعلى من

المتوسط النظري فالتلاميذ يرون أنه يوجد أنه يوجد دور لمستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان و عال لأن مستشارين يقدمون خدمات ارشادية كثيرة منها التخفيف الامتحان عن طريق نشر المطويات و تقديم نصائح في كيفية التعامل مع الامتحان و كيفية تجاوز التوتر و القلق التي تعترضهم أثناءها و تقديم محاضرات توعوية تنمية و تقديم المساعدة الارشادية و الدعم النفسي (عينو، مبروكي، 2019: 22)

حيث هناك دراسة عبدالكريم 2006 اختلفت مع نتائج دراستنا قام بدراسة تفويمية لواقع خدمات الارشادية الطلابية بسلطنة عمان حيث أظهرت الدراسة أن قصورا في تقديم الخدمات الارشادية النفسية للحد من مشكلة الخوف و القلق الامتحان و هذا راجع الى الملل الناتج عن الدراسة و وجود فجوة بين الطالبات و المدرسين (بوخص، 2006: 59)

اظهرت دراسة لو كيا الهاشمي خدمات التوجيه النفسية لا تقوم بتخفيف من قلق الامتحان من خلال النتائج التي توصل اليها بنسبة 83.01% (لو كيا ، 2010 : 28)

تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

بينت نتائج أن خدمات التوجيه المدرسي الاجتماعية تساهم في تخفيف من قلق الامتحان بنسبة 52.25% من حيث نسبة الاجابات نعم مقارنة ب "لا" التي كانت ضئيلة بالنسبة ل"نعم"

حيث جاءت دراسة الغولة 2010 ان خدمات التوجيه الاجتماعية لا ترتقي الى المستوى المطلوب في التخفيف من قلق الامتحان و هذا راجع الى

- غياب الضمير المهني
- الصعوبات التي يعاني منها مستشار التوجيه
- يتعامل مع المجتمع العريض من التلاميذ أي السنوات الاولى و الثانية و الثالثة و الرابعة متوسط دون أن ننسى الثانوية

(الغولة ، 2010 : 154)

ايضا دراسة بوميدي وسام 2019 أن لمستشار التوجيه المدرسي دور فعال في التخفيف من قلق الامتحان من خلال المتابعة الاجتماعية (بوميدي، 2019 : 55)

و دراسة قذول حورية 2018 حثت نتائجها درجت مساهمة خدمات التوجيه الاجتماعية في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من تعليم الثانوي جاءت بدرجة كبيرة (قذول، 2018 : 57)

و في دراسة بوبن و تومبسون 1988 توصلت أن كلما زادت نسبة التلاميذ ضعفت فعالية الخدمات الارشادية الاجتماعية و قلة تأثيرها (مقدم ، 2023 : 711)

و في راسة أخرى دلت أن خدمات التوجيه الاجتماعية تساهم في التخفيف من قلق الامتحان من خلال تأكيد الذات و توثيق العلاقات مع الزملاء و بين التلاميذ و هيئة التدريس و بين المدرسة و المنزل (بومهراس، 2016 :15)

تفسير نتائج الفرضية الرابعة

نصت نتائج الفرضية لا توجد فروق في دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس و هذا ما اتفقت عليه الدراسات الالية مع نتائج الدراسة

في دراسة صافية مقدم أنه لا توجد فروق في دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لدى عينة الدراسة لمتغير الجنس الذكور و الاناث فخدمات التوجيه المدرسي تكون للإناث و الذكور فيقوم مستشار التوجيه المدرسي باستدعاء سواء الذكور و الاناث في حين تراجع نتائجهم الدراسية فتقوم تنظيم دروس استدراك للذين يعانون من قلق الامتحان و استدعاء الاهل من اجل جمع عدد اكبر من معلومات التي تخدم هدفه (مقدم، 2023 : 711)

و في دراسة حبيبة رويبي 2016 كانت النتائج غير دالة احصائيا على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث في دور خدمات توجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

(رويبي، 2016 : 166)

و في دراسة نصت ان نتائج دراسة بلغت دلالة الاحصائية 0.10 و هي اكبر من مستوى الدلالة 0.05 فقيمة ت عندها ترفض و بالتالي لا توجد فروق دالة احصائيا بين الذكور و الاناث في دور الخدمات الارشادية لمستشار التوجيه (بوفارس ، 2029 : 338)

في دراسة نخلة ابتسام 2019 توصلت الى عدم وجود فروق بين الجنسين في دور خدمات توجيه المدرسي في تخفيف من قلق الامتحان (نخلة، 2019 : 50) و يرجع ذلك الى خدمات توجيه المدرسي تعمل مع كلا الجنسين بدرجة متساوية

استنتاج عام :

توصلنا من خلال نتائج الدراسة ان لخدمات التوجيه المدرسي دور كبير في التخفيف من قلق الامتحان لتلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي من خلال مساعدتهم على حل مشاكلهم و تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي و التربوي و توصلت دراستنا الى النتائج التالية

- أن خدمات التوجيه المدرسي تقوم بدور متوسط في التخفيف من قلق الامتحان
- هنا خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات التربوية الأكاديمية) لا تساهم في التخفيف من قلق الامتحان
- هنا خدمات التوجيه المدرسي (الخدمات النفسية) تساهم في التخفيف من قلق الامتحان
- خدمات التوجيه المدرسي الاجتماعية تساهم في تخفيف من قلق الامتحان
- لا توجد فروق بين الذكور والإناث في خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان

توصيات الدراسة :

1. ضرورة تكثيف حصص التوجيه و الارشاد لتلاميذ المرحلة الثانوية خصوصا المرحلة الاخيرة و بالأخص لتلاميذ الذين يعانون من قلق الامتحان
2. بناء برامج ارشادية حول الخدمات الارشادية النفسية و الاجتماعية و التربوية
3. ضرورة رفع من مستوى التأهيل الاكاديمي و التدريب الميداني للمختصين في مجال الارشاد و التوجيه المدرسي
4. تفعيل دور الخدمات الارشادية في الثانويات لتحقيق التوافق في جميع جوانب التلميذ
5. ضرورة التأكيد على عمل المستشار يكون مع التلاميذ اكثر على أن يكون مكتبي
6. متابعة التلاميذ الذين يعانون من قلق الامتحان
7. العمل على توعية التلاميذ على اهمية و دور الخدمات التوجيه المدرسي في حياتهم الدراسية
8. تخصيص مرشد مستقل في كل مؤسسة تعليمية من اجل زيادة الفاعلية في تقديم خدمات التوجيه و الارشاد

الخاتمة :

سعت هذه الدراسة لمعرفة دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان من وجهة نظر التلاميذ السنة الثالثة ثانوي لان قلق الامتحان يعد معيقا في الحياة الدراسية للتلميذ فمن خلال هذه الدراسة نلخص ان الخدمات التوجيه المدرسي تكون في شتى المجالات المذكورة فهي تعد خدمات متكاملة لا يمكن الفصل بين عناصرها فهذه الخدمات تعمل مع كل انواع التلاميذ او مع كل انواع المشكلات التي تعيقهم من هذه المشكلات قلق الامتحان و هنا يكون دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف منه من خلال الخدمات النفسية ،الاجتماعية ،التربوية .

قائمة المراجع

قائمة المراجع

ابتسام سالم المزوغي(2011)، استراتيجية خفض قلق الامتحان، المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد2، العدد6

أحمد زكي بدوي(1978)، معجم المصطلحات و العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان ، بيروت

أحمد عبداللطيف أبو أسعد، الارشاد المدرسي، ط1، حقوق الطبع محفوظة للناشر، عمان

أحمد محمد الزعبي(2002)، التوجيه و الارشاد النفسي، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، سوريا

أديب محمد الخالدي(2009)، المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة، ط1، دار وائل النشر، الأردن

أمل أحمد شريف أبو دجلة (2007)، أثر نموذج تسريع تعليم العلوم على التحصيل و دافع الانجاز و مفهوم الذات و قلق الاختبار لدى طلبة الصف السابع في محافظة تعليمية، رسالة ماجستير غير منشورة في أساليب تدريس العلوم، كلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين

انتصار عبدالقادر صالح محمد(2016)، الذكاء الوجداني لدى طلبة المرحلة الثانوية، المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال، المجلد2، العدد4، جامعة المنصورة

إياد ملحم، امتحانات بلا خوف، دار الحسام للطباعة و النشر و التوزيع، بيروت

براك صليحة(2008،2007)، الرضا عن التوجيه المدرسي و علاقته بالأداء الدراسي لدى تلاميذ الجذعين المشتركين في المرحلة الثانوية، كلية آداب و العلوم انسانية و اجتماعية، قسم علم النفس و علم التربية و اطفونيا، مذكرة نيل شهادة ماجستير

برو محمد (2010)، أثر التوجيه المدرسي على التحصيل المدرسي في المرحلة الثانوية، دار الأمل للطباعة و النشر ، الجزائر

بن دعيمة لبنى(2007)، حاجات التلاميذ في مرحلة التعليم الثانوي في خدمات الارشادية في ضوء متغيري الجنس و التخصص الدراسي، رسالة ماجستير، جامعة الحاج لخضر، باتنة

بن عبدالله محمد، المنظومة التعليمية و التطلع الى الاصلاح، دار الغرب، الجزائر

بو حفص عبدالكريم(2006)، الاحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية و الانسانية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر

بوميدي ابتسام(2019)، دور مستشار توجيه في الحد من قلق الامتحان، شهادة ماستر، يامنة جيجل محمد الصديق بن يحيى

توفيق زروقي(2008)،النظام التربوي في الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر

جودت عبدالهادي ، سعيد حسني العزة(2012)،مبادئ التوجيه و الارشاد النفسي،ط2، دار الثقافة

حامد عبدالسلام زهران(1980)،التوجيه و الارشاد النفسي، ط2، علم الكتب، مصر

حنان أحمد عبدالله أبو فودة(2011)،العلاقة بين قلق الاختبار و التحصيل الدراسي لدى الطلبة، رسالة ماجستير في التربية، كلية العلوم التربوية و النفسية، قسم علم النفس و الارشاد و التربية الخاصة، جامعة عمان

خناشي فضيلة(2011)،التوجيه و الإرشاد المدرسي و المهني من منظور اصلاحات التربية الحديثة، الجزائر

روبيحيبية، برو محمد(2016)، الخدمات الارشادية المقدمة من قبل مستشار التوجيه و الارشاد المدرسي و المهني و علاقتها بزيادة فعالية الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة الثانوي، مجلة العلوم النفسية و التربوية، جامعة المسلة الجزائر، العدد3 ص 138 147

رياض نايل العاسمي(2008)، برامج الارشاد النفسي، دار الملايين للطباعة و النشر و الترجمة و التوزيع، دمشق

زهران حامد السلام(2000)،ارشاد النفسي المصغر، ط1، عالم الكتب، القاهرة

زهران حامد السلام(2005)، الصحة النفسية و العلاج النفسي، عالم الكتب، مصر

الزهرة بومهراس(2016)، الخدمات الارشادية مدرسية و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ من مرحلة ثانوية، مشروع مذكرة مكملة لنيل شهادة دكتوراه، جامعة ورقلة

سامر جميل رضوان(2007)، الصحة النفسية،ط1، دار النشر للتوزيع و الطباعة ، عمان

سايجي سليمة(2012)، الكشف عن بعض الخصائص لدى تلاميذ ذوي مستوى قلق الامتحان المرتفع، رسالة لنيل دكتوراه العلوم في علم النفس، جامعة محمد خيضر، بسكرة

سعد جلال(1992)،التوجيه النفسي و التربوي مع مقدمة عن التربية للاستثمار،ط2،دار الفكر، مصر

سعيد عبدالعزيز، جودت عزت عطوي (2004)، التوجيه المدرسي مفاهيمه النظرية أساليبه الفنية تطبيقاته العلمية، ط1، دار الثقافة ، الأردن

سليمة سايجي(2004)، فاعلية برنامج ارشادي لخفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة ورقلة، كلية الآداب و العلوم الانسانية، قسم علم النفس و علوم التربية

صافية مقدم(2023)، دور مستشار التوجيه و الارشاد المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان، مجلة الرسالة الدراسات و البحوث انسانية، مجلد 8، العدد2 ص 701 713

صالح بن عبدالله أبو عباة(2000)، الارشاد النفسي و الاجتماعي، جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية، رياض

صالح نعيمة(2010،2009)، أثر تطبيق برنامج ارشادي جماعي في تخفيف قلق الامتحان و تغير عادات المذاكرة و المراجعة لدى تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة بكالوريا، جامعة وهران2، كلية العلوم الاجتماعية، تخصص ارشاد و توجيه

طه عبدالعظيم حسين(2004)، الارشاد النفسي النظرية التطبيق التكنولوجيا، ط1، دار الفكر، الاردن

عبد الخالق أحمد ، النيال مايسة(1990)، الفروق في قلق الامتحان بين طلاب الجامعة في السنتين الأولى و الأخيرة، مؤتمر التعليم العالي في الوطن العربي ،جامعة عين الشمس، كلية التربية، القاهرة

عبدالرحمان عدس(1999)، علم النفس التربوي نظرة معاصرة ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، الاردن

عبدالله عبدالرزاق الطراونة(2012)، مبادئ التوجيه و الارشاد التربوي، دار يافا العلمية للنشر و التوزيع، الاردن

عبدالله محمود سليمان(2006)، دراسات في علم النفس، دار الفكر، عمان

عثمان فريد رشدي(2013)، الارشاد و التوجيه المهني، دار الراية لنشر و التوزيع، عمان

عثمان فريد رشدي(2014)، الارشاد و التوجيه المهني بين النظرية و التطبيق، ط1، دار الراية لنشر و التوزيع، عمان

العرفاوي ذهبية(2020)، واقع التوجيه المدرسي في الجزائر، مجلة الحكمة للدراسات التربوية و النفسية، المجلد 7 :العدد3، تيزي وزو

علي عليج خضر أجميلي(2007)، أثر العلاج الواقعي في خفض قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية،
مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد5، العدد 2

العناني حنان(2005) ، الصحة النفسية، دار الفكر، عمان

الغولة سمر عبدالعزيز علي(2010)، تقييم و تطوير خدمات التوجيه و الارشاد المقدمة للطلبة الموهوبين
في الاردن، رسالة دكتوراه غير منشورة ،جامعة عمان العربية

فايزة بوترة، الزهرة الاسود(2020)،قلق الامتحان و علاقته ببعض المتغيرات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي
دراسة ميدانية ، مجلة العلوم النفسية و التربوية، العدد 1، الجزائر

قدوري خليفة ، حورية ترزولت(2015)،ظاهرة قلق الامتحان لمرحلة الثانوية، جامعة الوادي، العدد 18

قدوري خليفة، حورية تارزولت(2015)، ظاهرة قلق الامتحان بالمرحلة الثانوية أسبابها تناولاتها النظرية
الاجراءات العلمية التعليمية الارشادية، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية، العدد 18 الجزائر

قدول حورية(2018)، دور مستشار التوجيه المدرسي و المهني في معالجة قلق الامتحان، جامعة محمد
الصادق بن يحيى

قريشي عبدالكريم(1993)،التوجيه المدرسي في الجزائر ،مجلة الفكر ،جمعية الاول :العدد 1 ، الجزائر

قمطاري كريمة(2011)، العملية الارشادية في المرحلة الثانوية و دورها في معالجة المشكلات المراهق
المتدرس، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الأخوة منشوري، قسنطينة

قواضي سميرة، مرزوقي صفية(2020)،دور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان،
رسالة ماجستير، جامعة مولود معري ، كلية العلوم الاجتماعية، تخصص ارشاد و توجيه

لوكيب الهاشمي(2010)،خدمات ارشاد في المرحلة الثانوية حسب آراء تلاميذ و مستشار توجيه ،مداخلة

مبروكي بختة(2018)،دور مستشار التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان من وجهة نظر
تلاميذ ثالثة ثانوي ، مجلة ابراهيمية للدراسات النفسية و التربوية

محمد مصطفى زيدان، دراسة سيكولوجية و تربوية لتلميذ التعليم الثانوي العام، دار الشروق ، جدة

محمد منير مرسي(1991)، الادارة المدرسية الحديثة، ط2، عالم الكتب، القاهرة

مصباح عامر(2003)، التنشئة الاجتماعية و السلوك الانحرافي لتلاميذ المدرسة الثانوية ،دار الأمة

- مصطفى نمر دعس (2010)، الإعلام المدرسي، ط1، دار كنوز المعرفة العلمية للنشر و التوزيع، الأردن
- مليكة شعباني(2022)، دور الخدمات الارشادية و التوجيهية في تطوير المعرفي للتلميذ في المؤسسات التعليمية، جامعة قالمة للعلوم الاجتماعية و الانسانية المجلد16، العدد 1 جوان 2022
- منذر عبدالحميد الضامن(2003)، الارشاد النفسي، ط1، مكتبة الفلاح، الكويت
- هشام عبدالباسط ربابعة(2018،2017)، المرونة النفسية و علاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة الاردنية، رسالة ماجستير، تخصص علم النفس التربوي، جامعة برموك
- هشام عطية القواسمة ، صباح خليل الحوامدة(2010)، دليل المرشد التربوي في مجال التوجيه الجمعي في الصفوف، طبعة العربية، دار اليازوري العملية للنشر و التوزيع، عمان
- يامنة عبدالقادر اسماعيلي(1981)، التوجيه التربوي المعاصر، ط1، دار اليازوري العملية، عمان
- يوسف ذياب عواد(2011)، دليل المعلم دراسات نفسية و تربوية، دار المناهج للنشر، الاردن

قائمة الملاحق

ملحق (1) استمارة الأولوية

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

عزيزي التلميذ عزيزتي التلميذة

في اطار البحث العلمي نرجو مساهمتكم الفعالة لكشف عن ادوار التي تقدمها خدمات التوجيه المدرسي اتجاه التلاميذ اقسام النهائية يسرني ان اضع بين ايديكم هذا الاستبيان بعنوان ;

دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي

ارجو منكم وضع العلامة X في الخانة المناسبة مع العلم ان المعلومات المقدمة ستكون لغرض علمي

البيانات الشخصية :

الجنس : ذكر أنثى

المحور الاول : تساهم الخدمات الاكاديمية للتوجيه بدرجة كبيرة في التخفيف من قلق الامتحان :

1. تساعد في وضع برنامج مناسب للمراجعة قبل الامتحان :

نعم لا

2. تقلل من قلقك من عدم كفاية الوقت للمراجعة :

نعم لا

3. تخفف من قلقك من طبيعة الاسئلة التي تكون في الامتحان النهائي :

نعم لا

4. تقلل من قلقك لما يكون لديك ضعف في بعض المواد الدراسية :

نعم لا

5. تساعدك في زيادة التركيز اثناء الامتحان :

نعم لا

6. تساعدك في توزيع الوقت على الاسئلة عند الاجابة :

نعم لا

7. تنصحك بعدم المراجعة عند اقتراب وقت الامتحان :

نعم لا

المحور الثاني : تساهم الخدمات النفسية للتوجيه المدرسي بدرجة كبيرة في

تخفيف من قلق الامتحان :

1. تزيد من ثقتك بنفسك :

نعم لا

2. تساهم في رفع معنوياتك داخل غرفة الامتحان:

نعم لا

3. تخفف من قلقك عند اقتراب الامتحان :

نعم لا

4. يقلل من ارتباكك عند استلامك لورقة الامتحان :

نعم لا

5. تقلل من الضغط النفسي الداخلي اثناء فترة الامتحان :

نعم لا

6. تقلل تفكيرك الدائم على الحالة التي تؤول اليها في حالة الرسوب :

نعم لا

7. تقلل من عصبتيك اثناء التأخر في تقديم الاسئلة :

نعم لا

8. تدعوك الى التمتع بحالة نفسية هادئة مستقرة:

نعم لا

المحور الثالث : تساهم الخدمات الاجتماعية لتوجيه المدرسي بدرجة كبيرة في

تخفيف من قلق الامتحان :

1. تتصل باهلك لمساعدتك اثناء فترة الامتحان :

نعم لا

2. تحاول التقليل من الضغوطات الاسرية التي تواجهك :

نعم لا

3. تتصحك بالتواصل مع زملائك لمراجعة الدروس :

نعم لا

4. تسهل عملية الاتصال بين اسرتك و المؤسسة التربوية :

نعم لا

5. تقدم النصائح بعدم قلقك من تعليمات الاساتذة الحراس :

نعم لا

6. تتصحك بعدم القلق في ردت فعل اسرتك عند الرسوب في الامتحان :

نعم لا

7. تقدم لك جلسات ارشادية تخفف من قلقك اثناء الامتحان :

نعم لا

8. تتصحك بتفادي مناقشة الاجوبة بعد الانتهاء من الامتحان مباشرة :

نعم لا

ملحق (2) استمارة النهائية

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

عزيزي التلميذ عزيزتي التلميذة

في اطار البحث العلمي نرجو مساهمتكم الفعالة لكشف عن أدوار التي تقدمها خدمات التوجيه المدرسي اتجاه التلاميذ اقسام النهائية يسرني ان اضع بين ايديكم هذا الاستبيان بعنوان "دور خدمات التوجيه المدرسي في التخفيف من قلق الامتحان لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي"

ارجو منكم وضع العلامة (X) في الخانة المناسبة مع العلم ان المعلومات المقدمة ستكون لغرض علمي

البيانات الشخصية :

انثى

الجنس : ذكر

الرقم	العبارات	نعم	لا
1	تساعدك في وضع برنامج مناسب للمراجعة قبل الامتحان		
2	تقلل من قلقك من عدم كفاية الوقت للمراجعة		
3	تخفف من قلقك من طبيعة الاسئلة التي تكون في الامتحان النهائي		
4	تساعدك في زيادة التركيز اثناء الامتحان		
5	تساعدك في توزيع الوقت على الاسئلة عند الاجابة		
6	تنصحك بعدم المراجعة عند اقتراب وقت الامتحان		
7	تساهم في رفع معنوياتك داخل غرفة الامتحان		
8	تخفف من قلقك عند اقتراب الامتحان		
9	يقلل من ارتباكك عند استلامك لورقة الامتحان		
10	تقلل من ضغطك النفسي الداخلي اثناء فترة الامتحان		
11	تقلل من تفكيرك الدائم على مصيرك بعد الرسوب		

		تدعوك الى التمتع بحالة نفسية هادئة مستقرة	12
		تتصل بأهلك لمساعدتك اثناء فترة الامتحان	13
		تحاول التقليل من الضغوطات الأسرية التي تواجهك	14
		تنصحك بالتواصل مع زملائك لمراجعة الدروس	15
		تنصحك بعدم الانزعاج من تعليمات الاساتذة الحراس	17
		تقدم لك جلسات ارشادية تخفف من قلقك اثناء الامتحان	18
		تنصحك بتفادي مناقشة الأجوبة بعد الانتهاء من الامتحان مباشرة	19

ملحق (3) جدول (34) قائمة المحكمين

اسم الاستاذ	رتبة الأستاذ	مكان العمل
أ. بلقوميدي عباس	استاذ محاضر	جامعة وهران 2
أ. جورية بدر	استاذة محاضرة	جامعة وهران 2
أ. صالح نعيمة	استاذة محاضرة	جامعة وهران 2
أ. بشارف جميلة	استاذة محاضرة	جامعة وهران 2
أ. ياسين امنة	استاذة محاضرة	جامعة وهران 2
أ. حشلافي أحمد	استاذ محاضر	جامعة وهران 2
أ. جفال مريم	استاذة محاضرة	جامعة وهران 2

ملحق (4) حسابات نتائج spss

Statistiques de groupe

	TERTIB	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
ROTBA	1	9	8,67	2,449	,816
	2	9	17,33	1,414	,471

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
ROTBA	Hypothèse de variances égales	1,340	,264	-9,192	16	,000	-8,667	,943	-10,665	-6,668
	Hypothèse de variances inégales			-9,192	12,800	,000	-8,667	,943	-10,707	-6,627

Statistiques

sex

N	Valide	70
	Manquante	0
Moyenne		1,69
Ecart-type		,468

sex

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
BOY	22	31,4	31,4	31,4
Valide GIRL	48	68,6	68,6	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
GENERAL	70	9,84	5,938	,710

Test sur échantillon unique

Valeur du test = 9.5

	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
GENERAL	,483	69	,631	,343	-1,07	1,76

Statistiques de groupe

	sex	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
GENERAL	BOY	22	8,05	5,619	1,198
	GIRL	48	10,67	5,955	,860

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
GENERAL	Hypothèse de variances égales	,004	,950	-1,739	68	,086	-2,621	1,507	-5,628	,386
	Hypothèse de variances inégales			-1,778	43,087	,082	-2,621	1,474	-5,594	,352

Statistiques

	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16
N	Valide	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70
	Manquante	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Moyenne	,53	,50	,51	,57	,43	,39	,57	,61	,41	,57	,50	,59	,34	,39	,57	,44
Ecart-type	,503	,504	,503	,498	,498	,490	,498	,490	,496	,498	,504	,496	,478	,490	,498	,500

A1

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	33	47,1	47,1	47,1
1	37	52,9	52,9	100,0

Total	70	100,0	100,0
-------	----	-------	-------

A2

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	35	50,0	50,0	50,0
Valide 1	35	50,0	50,0	100,0
Total	70	100,0	100,0	

A3

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	34	48,6	48,6	48,6
Valide 1	36	51,4	51,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

A4

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	30	42,9	42,9	42,9
Valide 1	40	57,1	57,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

A5

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	40	57,1	57,1	57,1
Valide 1	30	42,9	42,9	100,0
Total	70	100,0	100,0	

A6

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
0	43	61,4	61,4	61,4
Valide 1	27	38,6	38,6	100,0
Total	70	100,0	100,0	

A7

	Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé

	0	30	42,9	42,9	42,9
Valide	1	40	57,1	57,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A8

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	27	38,6	38,6	38,6
Valide	1	43	61,4	61,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A9

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	41	58,6	58,6	58,6
Valide	1	29	41,4	41,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A10

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	30	42,9	42,9	42,9
Valide	1	40	57,1	57,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A11

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	35	50,0	50,0	50,0
Valide	1	35	50,0	50,0	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A12

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé

	0	29	41,4	41,4	41,4
Valide	1	41	58,6	58,6	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A13

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	46	65,7	65,7	65,7
Valide	1	24	34,3	34,3	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A14

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	43	61,4	61,4	61,4
Valide	1	27	38,6	38,6	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A15

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	30	42,9	42,9	42,9
Valide	1	40	57,1	57,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A16

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	39	55,7	55,7	55,7
Valide	1	31	44,3	44,3	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A17

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé

	0	27	38,6	38,6	38,6
Valide	1	43	61,4	61,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A18

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	23	32,9	32,9	32,9
Valide	1	47	67,1	67,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

A19

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
	0	26	37,1	37,1	37,1
Valide	1	44	62,9	62,9	100,0
	Total	70	100,0	100,0	