



جامعة وهران محمد بن أحمد رقم 2

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس و علوم التربية

مذكرة لنيل شهادة الماستر في تخصص ارشاد وتوجيه

الأسرة و علاقتها بقلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا

تحت إشراف الأستاذ:

من إعداد الطالبة :

بوقصاري منصور

بن سالم سهيلة

السنة الجامعية : 2014-2015

ملخص البحث :

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن علاقة العلاقات الأسرية بقلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

في الدراسة الميدانية التي طبقت مقياسين هما : مقياس العلاقات الأسرية لـHwse uds (1992) ومقياس قلق الامتحان لسيلبارجر بالاعتماد على نتائج التلاميذ للثلاثي الأول و الثاني على عينة عرضية قوامها 187 تلميذ، 100 ذكور و 87 إناث ،لدى طلاب البكالوريا و كذا بمختلف الشعب بثانوية مهجي محمد الحبيب بمدينة عين تموشنت، و في خضم هذه الدراسة توصلت الباحثة على ما يلي :

01. وجود علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقة الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب

البكالوريا.

02. عدم وجود علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث

03. وجود علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور.

04. عدم وجود فروق جنسية دال إحصائيا في العلاقات الأسرية لدى طلاب البكالوريا.

05. عدم وجود فروق جنسية في قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا.

إهداء

أهدي عملي المتواضع إلى الوالدين الكريمين مما مفتاح دربي و
نجاحي أبي و أمي.

كما أهدي إلى إخوتي محمد الأمين و بهري.

إلى كل عائلة بن سالم و سعد الله، كل واحد باسمه وخصوصاً جدتي

الغالية التي لم تبخل عليّ بدعائها المبارك و عمتي الغالية التي

كانت معي في السراء و الضراء.

إلى صديقاتي العمر و التي جمعتني بهن أجمل الذكريات: سميرة

، أميرة ، سامية ، نجاة ، أمال ، حفيظة.

إلى حبيبتي و صديقتي التي جمعتني بها الدراسة و كانت نعمة

الرفيقة و الصديقة سناء.

كلمة شكر

أتقدم بخالص شكري و تقديرى إلى الأستاذ المشرف
بوقطارة منصور على ما تقدمه لى من إرشادات و نوايح
، كما أشكر العينة التي قدمت بدراستها و مدير الثانوية و
مستشارة التربية بقبولهم تربيى فى المؤسسة.
كذلك أشكر أعضاء اللجنة التي تولت مناقشة هذا العمل.

محتويات البحث

أ.....	ملخص البحث
ب.....	إهداء
ج.....	شكر و تقدير
01.....	محتويات البحث
04.....	قائمة الجداول
05.....	مقدمة
الفصل الأول:مدخل إلى الدراسة	
07.....	01. تحديد الإشكالية
08.....	02. دواعي اختيار البحث
08.....	03. أهداف الدراسة
الفصل الثاني :القلق في الدراسات النفسية.	
14.....	01. تمهيد
14.....	02. تعريف القلق
15.....	03. مصادر القلق
16.....	04. أنواع القلق
18.....	05. أسباب القلق
18.....	06. أعراض القلق
20.....	07. آثار القلق
21.....	08. نتائج القلق
22.....	09. علاج القلق
24.....	10. النظريات المفسرة للقلق
29.....	11. العلاقة بين القلق و الاكتئاب
29.....	12. خلاصة الفصل
الفصل الثالث:قلق الامتحان.	
31.....	01. تمهيد

31.....	تعريف إمتحان البكالوريا.	02
32.....	تعريف قلق الإمتحان.	03
33.....	ضغوط الإمتحان.	04
35.....	أعراض قلق الامتحان.	05
36.....	خصائص قلق الامتحان.	06
37.....	أسباب قلق الامتحان.	07
38.....	القلق و تأثيره على التحصيل الدراسي.	08
39.....	الظروف التي تسبب للطلبة القلق المعيق.	09
40.....	أهم طرق علاج قلق الامتحان.	10
41.....	خلاصة الفصل.	11

الفصل الرابع :الأسرة

43.....	تمهيد.	01
44.....	مفهوم الأسرة.	02
44.....	آليات التنشئة الإجتماعية في الأسرة.	03
46.....	نظريات تطور الأسرة البشرية.	04
51.....	أنواع الأسر.	05
53.....	وظائف الأسر.	06
54.....	العوامل المؤثرة على الطفل.	07
56.....	العوامل الأسرية.	08
56.....	الأسرة و دورها في تدني التحصيل الدراسي.	09
57.....	الصحة النفسية للأسرة.	10
58.....	أهمية التعاونين للأسرة و المدرسة.	11
58.....	خلاصة الفصل.	58

الفصل الخامس: الدراسة الميدانية.

	أ. الدراسة الإستطلاعية	
73.....	ب. تمهيد.	
73.....	ت. المجال الزمني.	

73.....	ث. المجال الجغرافي للدراسة
74.....	ج. أدوات القياس
1. دراسة الأساسية	
75.....	أ. تمهيد
75.....	ب. المجال الزمني للدراسة
75.....	ت. المجال الجغرافي للدراسة
76.....	ث. عينة الدراسة وخصائصها
76.....	ج. أدوات القياس
76.....	ح. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
77.....	خ. عرض النتائج
79.....	د. تفسير النتائج
85.....	الخاتمة
86.....	إقتراحات
88.....	قائمة الملاحق
91.....	قائمة المراجع

قائمة الجداول:

77	جدول يوضح حساب معامل الارتباط بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا.	1
77	جدول يوضح حساب معامل الارتباط بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث	2
78	جدول يوضح حساب معامل ارتباط بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور	3
78	جدول يوضح الفروق الجنسية في العلاقات الأسرية لدى طلاب البكالوريا	4
79	جدول يوضح الفروق الجنسية في قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا	5

المقدمة :

اتفق الكثير من الباحثين في وضعهم لهذا العصر ، بأنه عصر قلق حيث أضحى القلق عنوانا للعديد من الدراسات النفسية ، تلك التي تهتم منها بالسلوك المضطرب لدى الانسان أو تلك التي تتصل لديه بالحاجة إلى الابتكار و الابداع و تطوير القيم .

و لقد تركزت أبحاث القلق و دراساته حول القلق العام ، إلا أنه بالرغم من الاهتمام الكبير الذي أبداه الباحثون بالقلق العام ، ظهر أيضا الاهتمام النسبي بدراسة أنواع أخرى من القلق مثل : قلق الامتحان كشكل محدود من القلق المرتبط بمواقف التقييم و التقدير .

و تظهر أهمية قلق الامتحان من أهمية المواقف التي يتعرض لها الفرد في المجتمع فالالتحاق بالجامعة و الحصول على الوظيفة المناسبة و الترقى في مجال العمل ما هي إلا نماذج من المواقف التي قد يمر بها الإنسان ، و التي يحصل عليها إلا بعد اجتيازه

الاختبارات الخاصة به . و قد يعني هذا بالضرورة تعرض الفرد لبعض من الاختبارات يتخذ على ضوء نتائجها بعض القرارات الهامة في حياته . و في وقت أصبحت نتائج و درجات الطلاب في الامتحانات هي الهدف الأساسي لتقييم التعليم و لتحديد المستقبل العلمي و العملي لهم لدرجة جعلت الأمر يبدو و كأنّ المستقبل و السعادة و رفاهية الأجيال تعتمد بطريقة مباشرة بالدرجات التي يحصلون عليها.

فأصبح تحصيل الطالب و ما يتأثر به من تغييرات هي الشغل الشاغل للباحثين في مجال علم النفس التربوي و غيرهم . و يعتبر قلق الامتحان و هو شكل من أشكال المخاوف المرضية

عاملا هاما من العوامل المعيقة للتحصيل الأكاديمي بين الطلبة في مختلف مستوياتهم الدراسية و الواقع انّ الكثير من الدراسات قد أشارت إلى هذا الأثر السلبي للقلق على التحصيل .

و قد تضمنت معالجة هذا الموضوع على خمسة فصول :

الفصل الأول الذي يمثل الإطار المنهجي للدراسة، و تضمن إشكالية البحث ثم صياغة الفرضيات ثم دواعي اختيار الموضوع ، أهداف الموضوع ، و المفاهيم الإجرائية .

أما الفصل الثاني خاص بالأسرة ، في البداية تضمن مفهوم الأسرة ثم تعريف الأسرة ، ثم آليات التنشئة الاجتماعية في الأسرة ، أنواع الأسرة و وظائفها ، الأسرة و دورها في تدني التحصيل الدراسي ، أهمية التعاون بين الأسرة و المدرسة.

والمفصل الثالث تناول القلق و مفهومه ، النظريات النفسية المفسرة للقلق ، أنواع القلق ، أعراض القلق ، مفهومه ، النظريات النفسية المفسرة للقلق ، أنواع القلق ، مصادر القلق ، أغراض القلق ثم نتائج القلق ، العلاقة بين القلق و الاكتئاب ، آثار القلق ، علاج القلق .

الفصل الرابع تضمن محتواه على قلق الامتحان ، أسباب قلق الامتحان ، القلق و تأثيره

على التحصيل الدراسي ، الظروف التي تسبب قلق المعيق ، أهم الطرق لعلاج قلق الامتحان.

أما الفصل الخامس اندرج ضمن إطار الدراسة الميدانية ، و الذي خصص للدراسة الاستطلاعية

و الآخر للدراسة الأساسية ، و جاء فيها المجال الجغرافي للدراسة و مدّة التطبيق ، عينة الدراسة

و مواصفاتها ، و الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة ، ثم عرض و تفسير النتائج

ثم خلاصة عامة ، ثم اقتراحات ، ثم قائمة الملاحق ، و في الاخير المراجع .

2 - الإشكالية :

يعيش الطالب المقبل على البكالوريا صراعات نفسية و فترات حاسمة و مخاضا عسيرا يتمثل في الاستعداد لامتحان شهادة البكالوريا و التي من شأنها تحديد مصيره و مستقبله المهني .
ففي هذه الفترة تتسم بالتوتر و القلق لأن الفرد يتأثر و يؤثر ، و هذا القلق يزداد أو ينقص تبعا للوسط العائلي الذي يعيش فيه الطالب ، حيث أن الأسرة تلعب دورا هاما في التأثير على الطالب فهي المحرك الرئيسي لدفعه نحو النجاح أو الفشل .

3 . تحديد الإشكالية:

1. هل هناك علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا ؟
2. هل هناك علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث؟
3. هل هناك علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور؟
4. هل هناك فروق جنسية دال إحصائيا في العلاقات الأسرية ؟
5. هل هناك فروق جنسية دال إحصائيا في قلق الامتحان ؟

4 - الفرضيات :

1. هناك علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

2. هناك علاقة ارتباطية دال إحصائياً بين العلاقات الأسرية وقلق الامتحان لدى الإناث.
3. هناك علاقة ارتباطية دال إحصائياً بين العلاقات الأسرية وقلق الامتحان لدى الذكور.
4. هناك فروق جنسية دال إحصائياً في العلاقات الأسرية.
5. هناك فروق جنسية دال إحصائياً في قلق الامتحان.

5 - دواعي اختيار الموضوع :

إنّ المنظومة التربوية الخاصة بمرحلة الثانوية ، لها من الأهمية ما يكثر عليها الحديث ، أنّها تحتوي على شهادة مصيرية و هي البكالوريا ، و لذا رأيت أن هذا الموضوع في ظل التغيرات النفسية و ما يحدث للمراهق من قلق لتحديد الاختلافات بين الجنسين و كذا الشغب التي تدفع إلى النجاح أو الفشل .

6 - أهداف الموضوع:

- لكل بحث أهداف يقوم عليها و غاية يسمو إليها، و تتمثل أهداف البحث في:
- الإلمام بمختلف الضغوطات التي تؤثر على التلميذ المقبل على الامتحان .
- دراسة نفسية للتلميذ، و إيصالها إلى المجتمع ليكون الاهتمام أكبر لهذه الفئة.

التعاريف الإجرائية :

تعريف الأسرة : هو درجة التلميذ على مقياس العلاقات الأسرية لهوسن .

تعريف قلق الامتحان : هو درجة التلميذ على مقياس قلق الامتحان لسبيلبارجر .

الفصل الثاني: القلق في الدراسات النفسية.

تمهيد :

يمكننا القول أننا نعيش عصر الخوف و القلق الذي يعتبر من المظاهر السلبية في الحياة العصرية ، يندر من لا يعنيه ، و قد تمثل القلق في الشعور بالخوف و الحذر و التوتر و عدم الارتياح ، لهذا احتل موضوع القلق موقعا ها في الدراسات النفسية و ذلك لما يسببه من ضغوط نفسية على الأفراد من مختلف مراحلهم النمائية ، سواء أكان ذلك في مراحلهم التعليمية أو المهنية ، أو الحياتية.

2 - تعريف القلق:

للقلق عدّة مفاهيم مختلفة، و التي تداولها العديد من الباحثين و من أبرز العلماء الذين عرّفوا القلق:

- يشير القلق إلى الحالة نفسية تحدث حين يشعر الفرد بوجود خطر يهدّده و هو ينطوي على توتر انفعال ، تصحبه اضطرابات فيزيولوجية مختلفة. و يرى "فرويد" أنّ القلق رد فعل لحالة خطر .

- و ترى هورني (Koi en horney) في تعريفها للقلق أنّه : استجابة انفعالية لخطر يكون موجها إلى المكونات الأساسية للشخصية.

- و يعرف (Massernam) القلق بأنه حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ من خلال

صراعات الدوافع و محاولات الفرد و راء التكيف(سامي محمد ملحم: سنة 2009ص261).

- كما يعرفه عبد المنعم حنفي (1994،ص 58) بأنه شعور بالخوف و الخشية من المستقبل دون

سبب معين يدعو للخوف ، أو هو الخوف المزمن ، فالخوف مرادف للحصر إلا أنّ الخوف

استجابة لخطر غير محدد ، و طالما أنّ المصدر الحقيقي للخطر غير معروف للشخص العصبي

فإنّ استخدام الحصر يقتصر عل المخوف العصبية . (سليمان عبد الواحد يوسف إبراهيم : 2010

،222).

و يعرف القلق بأنه شعور من التوجّس و الخوف أو التوتر الذي ربما يرتبط بشيء

أو يكون عاملا لا يرتبط بشيء معين، فالفرد القلق يحمل أفكارا مزعجة حول مخاطر.

3 - مصادر القلق :

حدّد جيروم وارنست(1986 ، 381) خمسة مصادر أساسية :

(1) الأذى أو الضرر الجسدي: فالعديد من الناس، حتى أولئك الذين يحترمون الرياضات الصعبة

كسباقات السيارات و تسلق الجبال يمتلكهم الشعور بالقلق عندما تهددهم مواقف تنذر بالأذى

و الإيلام الجسدي.

(2) الرفض و النبذ: فالخوف من رفض الآخر لنا، و من أنّه لا يبادلنا مشاعر المودّة

و المحبّة، يجعلنا غير مطمئنين أو مستريحين في المواقف الاجتماعية.

3) عدم الثقة : بحيث يعدّ نقص الثقة أو فقدانها سواء في انفسنا او في غيرنا عند خوض التجارب و المواقف و الخبرات الجديدة ، مصدر القلق لاسيما إذا كان الطرف الآخر غير واضح فيما يتوقع منا أن نفعله.

4) التنافر المعرفي : يؤدي تناقض الجوانب المعرفية كالإدراكات و الأفكار و المعلومات كل منها مع الآخر ، أو عدم اتساقها مع المعايير الاجتماعية إلى القلق و الشعور بعد الارتياح.

5) الاحباط و الصراع : فالتوتر و القلق يعدّان محصلة طبيعية لفشلنا سواء في إرضائنا لرغباتنا ودوافعنا و طموحنا ، أو في فضّ المواقف الصراعية (عبد المطب أمين القريطي: 122، 2003-123).

4 - أنواع القلق:

1. القلق العادي أو الموضوعي : إنّ هذا النوع من القلق يكون قريبا من الخوف لأنّه مصدره يكون في العادة للفرد ، و هذا النوع من القلق هو استجابة واقعية للخطر المدرك و النّاجم عن البيئة التي يعيش فيها الفرد ، فالطفل أو الفرد مثلا يشعر بالقلق عندما يقترب الامتحان و يبقى لفترة زمنية معيّنة ، و التي يزول بعدها الخوف و كأنّه لم يكن . أي أنّ قلق الامتحانات هو عبارة عن حالة من التّوتر الشامل التي تصب الفرد و تؤثر في العمليات العقلية مثل الانتباه و التفكير و التركيز و المحاكاة العقلية و التّدكر ، و التي تعدّ من متطلبات النّجاح في الامتحان حيث يستثير موقف الامتحانات مشاعر و أحاسيس فردية و ذاتية فمشاعر أي طالب تختلف عن مشاعر طالب آخر و أحاسيسه ، و قد تكون حافزة لطالب و محبطة لآخر.

2. القلق العصبيّ: هو قلق شديد لا يعرف باعثة و لا سببه ، و من أين جاء و كل الذي يعرفه الفرد أو المريض هو أنّه يشعر بالخوف و القلق حتى و لو كان الموقف عاديا ، لذلك يرجعه الفرد لأكثر من سبب ، و قد يكون حالة من الشعور بالتهديد ، ترافقه اضطرابات نفسية مثل الهستيريا أو أعراض نفسية جسدية ، و رغم أنّ القلق يكون في معظم الأحيان عرضا لبعض الاضطرابات النفسية ، إلاّ أنّه في هذه الحالة تغلب فتصبح هي نفسها اضطرابا.

3. القلق الاخلاقي : و هو شعور الفرد بالذنب أو الخزي عندما يخالف الأخلاقية أو بمجرد التفكير فيه ، و هو قلق داخلي لا يعكس خوفا من أيّ شيء مهدد في البيئة ، و لكن الفرد يشعر بوجوده ، فالإنسان لا يخاف فقط من القنابل أو المرض أو فقد عمله ، و لكن يخاف أيضا من ضميره ، إن أخطأ أو اعتزم القيام بعمل غير صالح ، و يخاف السيطرة على دوافعه المحيطة و المحظورة الجنسية و العدوانية حتى تصحّ بالإشباع ، لأنّ الانسان لا يستطيع بأي حال من الأحوال الهروب من نفسه ، لذلك يصاب بالقلق و التوتّر. (عمر عبد الرحيم نصر الله : 2004 ، 385-386).

و يمكن أن يكون القلق شاملا بحيث يتخلل جوانب عديدة من حياة الفرد ، و هائما طليق غير محدد الموضوع ، و يسمى القلق العام ، و لكنّه من ناحية أخرى يمكن أن يكون محدّدا بمجال معيّن أو موضوع خاص ، أو تثيره مواقف ذات قدر من التشابه كالاختام و الجنس ومواجهة النّاس و الموت(سليمان عبد الواحد:2010 ، 222)، لا يعرف مصدرها و عادة ما تكون مزيجا من الأعراض ضربات غلب سريعة ، ضيق تنفس ، أرق ، صعوبة في التّركيز ، شعور بالتعب و توتر.(علي عسكر: 2002 ، 129) .

5 - أسباب القلق :

1. ينتج القلق من كون الانسان كائنا مفكرا واعيا لوجوده و فنائه .
2. القلق النفسي ينشأ عندما الروائز القويّة عزيزتي الجنس و العدوان " نحو التحقيق و يعجز الفرد عند كبتها و المجتمع يمنع ظهورها.
3. من أسباب القلق تبني الفرد معتقدات ناقصة أو مخالفة للسلوك الظاهري.
4. الأفكار و المشاعر المكبوتة و الخيالات و التصورات الشاذة و الذكريات الأخلاقية كلها مصادر لنشوء القلق.
5. المواقف و الحالات التي يتوقع فيها المرء مكروها أو تغيرا مهما في حياته، و لكنه يجهل مصيره ولا يعرف الاتجاه الذي سيأخذه هذا التغير.

6 - أعراض القلق:

يمكن تقسيم أعراض القلق إلى ثلاثة فئات هي:

1. الاعراض الجسمية : شحوب الوجه ، و اتساع فتحة العين ، و تعبير الخوف على الوجه و برود الاطراف ، و سرعة ضربات القلب ، و ارتفاع ضغط الدّم ، و سرعة التنفس و الشعور بالاختناق و جفاف الحلق و صعوبة البلع ، و عسر الهضم ، و ألأم المعدة و الأمعاء و خاصة الأمعاء الغليظة ، و الشعور بالانتفاخ ، و كثرة الغازات و صعوبة التبول.

و من الاعراض الجسمية للقلق أيضا الضعف العام ، و نقص الطّاقة و الحيوية و النّشاط و المثابرة ، و توترات العضلات ، و النشاط الحركي الزائد ، و الأزمات العصبية مثل : اختلاج الفم ، و قتل الشارب ، و مص الإبهام ، و قضم الأظافر و رمش العين (غالب محمد المشيخي : 2003 ، 256).

2. الأعراض النفسيّة :

أ. الخوف: يعدّ الخوف من أهمّ المظاهر النفسيّة التي يعاني منها مرضى القلق، فهو يخاف من كل شيء من المرض العضوي أو الموت ، و لدى الكثير من المرضى لا يتركز الخوف حول موضوع بالذّات ، و لكنّه خوف غامض مجهول المصدر.

ب. التوترو التّهيج العصبي: حيث يصبح المريض حساسا لأي ضوضاء، و تبدو عليه سرعة التّهيج و الانزعاج أو الميل إلى القفز عند سماع الأصوات المزعجة.

ت. عدم القدرة على التركيز ، و سرعة النسيان و السرحان مع الشعور بالاختناق ، و الصدع و الاحساس بطوق يضغط على الرأس .

ث. اضطراب النوم و فقدان الشهية للطعام ، مع فقدان الوزن و الأرق الذي يتميز بالصعوبة في بداية النوم مع الاحلام والكوابيس المزعجة ، و الاستغراق في أحلام اليقظة .

ج. شرب الخمر أو تناول العقاقير المهلوسة أو المهدئة كمحاولة من المريض للتخفيف من أعراض القلق ، مما يؤدي أحيانا إلى حالات الإدمان .(سليمان عبد الواحد يوسني: 2010 ، 339-340) .

7- آثار القلق:

أولا _ التوهم : الذي يصدر من القلق و تردد المريض بمرض مزمن ، يجعله مشغولا في جميع الأحوال بالنظر إلى داخل نفسه بدلا من مواجهة العالم و محاولة التكيف معه بالأخذ و الرد فيتخيل إليه أن العالم قاعد لمحاربتة ، لإخفاق مسعاه ، فينتهي الامر بفشله في الاستمرار و يكون ذلك داعيا جديدا لحزنه ، و لتصديقه ذلك الوهم الذي استغرق في نفسه خطأ .

ثانيا - الوظائف الجسمية : يزداد نشاط الجهاز العصبي و خاصة إذا استمر طويلا و يؤدي إلى زيادة التوتر العضلي ، و إحساسه بالتوتر و عدم الاستقرار ، و زيادة في الحركة و اضطراب في النوم .

و في وظائف الجهاز التناسلي و ما إلى ذلك، قد يشكو الشخص القلق من أعراض عسر الهضم أو من ارتفاع ضغط الدم.

و غالبا ما يشعر المريض بعدم الاستقرار، و بإحساس التوتر قد يصل إلى درجة الرعب دون أن نجد لذلك سببا، و عدم رغبته في عمله، أو هوايته السابقة و صعوبة التركيز، إضافة إلى أمراض أخرى مرتبطة بالجهاز و التوتر.

ثالثا : الاستهتار بالحياة

فالأشخاص الذين يعانون من القلق الداخلي، و عدم الاطمئنان، و الشقاء مجهول الأسباب على السواء، حريصون بأن يكون ذهنهم مشتتا أثناء الحركة و العمل ، و بأن يكون لديهم ميل لا

شعوري ... و عدم الحرص عليها ، و ما أكثر الوسائل التي تتخلى بها عن حياتنا ، كي يستسلم للموت ، و من وسائل الانتحار :الادمان على الخمر ، البدانة الاندفاع في القلق ، أو عدم المبالاة في أي شيء من الحياة، هذه الوسائل مئات و مئات تلحق بها و تجرى في مجراها .

رابعا _ الجمود الذهني :

إن الجمود الذهني ما هو إلا بالإجراء السلوكي، و لكن بطريق غير صالح

و قد فرق بين نوعين من الجمود الذهني بالنسبة للمرضى المصابين بتلف في الدماغ:

النوع الأول: العون أو النقص في القدرة على التعبير، في ترتيب ذهني إلى آخر هو القاعدة

لتكوين الجمود الذهني.

النوع الثاني : هو تعطيل التفكير المجرد لغرض الهروب من حالات التوتر و نتيجة ذلك

أن يكون الجمود الذهني عنده : عبارة عن العجز في تغيير الاستجابة أو عدم القدرة على التغيير

الترتيب الذهني، أو هي حالة العجز في الحصول على المرونة الذهنية ، والصعوبة في تغيير

عادات الادراك النفسي و عادات التفكير.

8 - نتائج القلق:

1. يؤدي اضطرابات في السلوك ينتج عنها هدر للطاقة .

2. توتر مستمر، و عصبية عامة و قلة الصبر، و تحمله بسبب زيادة أنشطة الجهاز الهضمي.

3. القلق يرفع درجة الحساسية للألم و الاستجابة ، و يجعل المصاب سريع الهياج ، كثير الحركة يعاني من بعض الاضطرابات في النطق .

4. يتّصف سلوك الشخص القلق من عدم القدرة على التحمل و ضعف الذاكرة، لأنه غير قادر على التركيز نحو موضوع واحد.

5. يشكو الشخص القلق من عدم القدرة على التحمل و ضعف الذاكرة لأنه غير قادر على التركيز نحو موضوع واحد.

6. القلق يضيّق مجال وعي الانسان ، و يجعل صاحبه مفرطاً في التوضيح ، و تتسم ردود أفعاله بالمبالغة.(أنس شكشك:2008، 204-205).

9 - علاج القلق:

يختلف علاج القدر حسب الفرد ، و شدّة القلق و وسائل الاعجاز المتاحة للفرد ، و نوجز هنا الأسس الهامة لعلاج القلق النفسي :

1. العلاج النفسي : يتبع في معظم الاحيان العلاج النفسي المباشر ، المقصود به التفسير و التشجيع و الإيحاء و التوجيه و الاستماع إلى صراعات المريض .

2. العلاج الكيميائي : لا يفيد العلاج النفسي منفرداً في الحالات العادة مع الخوف و الرعب و الاعياء ، بل يجب إعطاء المريض كمّيّات من البدء في العلاج النفسي . أما في حالات القلق الشديدة فلا مانع من إعطاء المريض العصبي مثل : الفاليوم ، الليبرم . أما العلاج الكيميائي

الأصلي للقلق فيتخلص في إعطاء المريض العصبي بعض العقاقير الخاصة بالهرمونات العصبية في مراكز انفعال المخ .

3. العلاج البيئي و الاجتماعي: كثيرا ما يتم اللجوء إلى إبعاد المريض إذ كان الصراع النفسي أو الصدمة الانفعالية، و ينصح بتغيير الوضع الاجتماعي سواء العائلي أو في العمل عندما تحتم الضرورة ذلك.

4. العلاج السلوكي : و خصوصا في حالات خوف المريض ، و ذلك بأن نمرن المريض على الاسترخاء ، إما بتمرينات الاسترخاء الرياضية أو تحت تأثير عقاقير خاصة بالاسترخاء ثم إعطائه منبهات أقل من ان تصدر القلق أو تسبب ألما . و نزيد المنبه تدريجيا حتى يستطيع المريض مواجهة موقف الخوف ، و هو في حالة الاسترخاء و دون ظهور علامات القلق و هنا ينطفئ الفعل المنعكس الشرطي المرضي ، و يتكون عنده فعلا منعكسا سويا.

5. العلاج الكهربائي : لا تفيد الصدمات الكهربائية في علاج القلق النفسي إلا إذا كان يصاحبه أعراض اكتئابيه شديدة ، و هنا يستخفي الاكتئاب و لكن علاج القلق يحتاج لمعرفة الصراعات النفسية المختلفة من العلاجات السابق ذكرها . أمّا المنبه الكهربائي فأحيانا ما يفيد في بعض حالات القلق النفسي المصحوبة بأعراض جسمية(فهيمي علي: 200-201).

10 - النظريات النفسية المفسرة للقلق:

تعددت النظريات المفسرة للقلق بتعدد المدارس النفسية، و التي كانت تجمع تحت لوائها مجموعة من العلماء البارزين في علم النفس، و فيها ما يلي: تعدد بعض النظريات التي حاولت تفسير القلق، و ذلك بذكر بعض علمائها البارزين:

أ. الاتجاه التحليلي : تصف في التحليل النفسي أنواعا عديدة من القلق ، يقال إنها منطقية شائعة في الطفولة ، و أول هذه الأنواع يسمى " قلق النزعة" و يقال أنه حين تطغى على الرضيع الحاجات و المشاعر التي يعجز عن السيطرة عليها في حالته التي هو عليها من العجز و القصور و قد يؤدي النكوص أو الارتداد نحو هذا السلوك القلق التي تنشط المخاوف من فقدان السيطرة على الذات ، أما مرحلة القلق النمطية الثانية التي قد يخبرها الأطفال في عمر يتراوح بين ثمانية أشهر و ثلاثة سنوات فتسمى "" و النكوص أو الارتداد إلى هذه الاستجابة ، قد يتم تنشيطه ليتخذ صورة فوبيا أو مخلوق مرضية اجتماعية ، أما مرحلة القلق الثالثة و تشاهد بصورة نمطية في الأطفال فيما بين سنتين إلى أربع سنوات من العمر فتعرف بـ"قلق الانفصال و النكوص أو الارتداد إلى هذه الاستجابة ، يمكن أن ينشط المخاوف التي تميز المصابين بالمخاوف المرضية من الأماكن العامة ، حيث يخافون من البعد عن المنزل ، أو نقاط الأمان أو البعد عن العائلة أو من أن يتركوا لوحدهم ، و يفترض أن قلق الانفصال يضمحل في سن الرابعة أو الخامسة من العمر لتحل محله المخاوف أو الأمراض الجسمية ، و قد سمي " فرويد " هذا الخوف "قلق الحياء" و قد يبدو النكوص أو الارتداد إلى هذه المخاوف في صورة المخاوف المرضية أو توهم المرض ، و

قد ساهم الاتجاه التحليلي مساهمة كبيرة في توجيه الاهتمام إلى القلق و أهميته في حياة الانسان حيث اعتبره " فرويد " أساس العصاب و الظاهرة المحورية في جميع الصراعات العصابية(مصطفى نوري و خليل عبد الرحمن : 2007 ، 2015 ، 267-268).

ب.القلق في النظرية السلوكية : يركز السلوكيون الراديكاليون إجمالاً على عملية التعلم ، و يؤكدون بأنّ الإنسان يتعلم القلق و الخوف و السلوك المرضي كما يتعلم السلوك السوي .و يركز الأوائل السلوكيون من أمثال " واطسون" على أنّ عمليات التعلم تتم عن طريق اقتران بين المثير الشرطي دافعا مكتسبا ، و عن طريق مبدأ التعميم في تعلم الخوف أو القلق ، يلاحظ أنّ المثيرات الشبيهة لتلك التي تعلم الكائن الحي ، أن يخاف و يقلق ، و الأكثر تشابهاً بها هي الأكثر إثارة للقلق أو الخوف .

و قد استفاد الباحثون و خاصة في الولايات المتحدة الأمريكية من تجارب بافلوف و استنتاجاته في مجال التعليم ، حيث قام واطسون عام 1920 بتجربة على طفل صغير لم يكتمل سنته الأولى ، حيث جعله يخاف من الفئران البيضاء التي كان يحبها باستخدام الإشارات الإجرائي حيث ربط الفئران البيضاء و بين الصوت المزعج ، حيث اعتبر أنّ القلق سلوك متعلم عند الانسان مختلفين بذلك عن التحليلين ، غير أنّهم يتفقون معهم في أنّ القلق العصابي عرض رئيسي في جميع الاضطرابات النفسية و العقلية و الانحرافات السلوكية (عبد الطيف حسن فرج : 2009 ، 138)

ت.القلق في النظرية الوجودية :بدأ الحديث عن القلق مع بداية ظهور الفلسفة الوجودية ، يقول " كيركيارد" أحد مؤسسي هذه الفلسفة(إنّ الاختبار يجري إلى المخاطرة ، و المخاطرة بطبيعتها

تؤدي إلى القلق ، قلق على الامكانيات العامة ، و قلق من الوجه الذي اختاره الانسان ، فهذا قلق من ، و هذا قلق على، و هذا شبيه بالدوار الذي يصب الانسان حينما ينظر في هاوية).

و لقد بقي القلق موضوعا أساسيا لدى جميع الفلاسفة الوجوديين على اعتبار أنه جزء من الحياة ، كما استمر هذا الاهتمام لدى علماء النفس الوجودي من أمثال " رولو" أحدهم رواد هذا الاتجاه في الولايات المتحدة ، و يعتقد " مي" أن الاضطرابات وسيلة غير سوية يسعى الفرد من خلالها للحفاظ على إحساسه بوجوده في ظروف يكون الإحساس بالوجود فيها بالشكل السوي معاقا ، و يرى أن القلق جزء من وجود الانسان ، و القلق ليس خوفا من شيء موضوعه بل يعبر عن شعورا غامضا ، و خوفا عاما من مهددات الوجود (عبد الطيف حسن فرج : 2009 ، 139).

القلق في النظرية الانسانية : تمثل المدرسة الانسانية امتدادا للفكر الوجودي ، و لذا يرى الإنسانيون القلق هو الخوف من المستقبل ، و ما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان أن تهدده إنسانيته ، و لهذا فإنّ المثير الأساسي للقلق ، كما يرون هو فشل الفرد في تحقيق أهدافه وفشله ، و في اختيار أسلوب حياته ، و خوفه ، من احتمال حدوث الفشل في أن يحيا الحياة التي يريدتها ، و أنّه هو الكائن الوحيد الذي يدرك أنّه سوف يموت يوما ، و في لحظة ما ، يزداد قلق الانسان ، إذ ما فقد بعض من طاقاته و قدراته لاختلال في الصحة ، أو إصابة بمرض لا شفاء منه أو إصابة بمرض لا شفاء منه ، أو إذا تقدم به السن ، حيث يعني ذلك انخفاض عدد الفرص المتاحة له (عبد الطيف حسن فرج : 2009 ، 141).

القلق في النظرية المعرفية : يمثل علم النفس المعرفي اتجاهًا قويًا في علم النفس المعاصر حيث أثر على العديد من المنظرين من مدارس مختلفة ، و من ذلك " سوليفان " من المدرسة التحليلية و " باندورا " في المدرسة السلوكية كما تعددت الاتجاهات المعرفية ، و تعددت أغراضها و لعل ما يهمننا في هذا المجال هو القلق و الاضطرابات النفسية ، و يعتبر " جورج كيلبي من علماء النفس الذين أعطوا المعرفة الانسانية وزنا في تفسير الشخصية في حالتها السواء و المرضى ، حيث يرى أنّ أي حدث قابل لمختلف التفسيرات ، و هذا يعني أنّ تعرض الإنسان للقلق يمكن تفسيره بأكثر من طريقة حتى للحالة الواحدة ، كما يرى أنّ العمليات التي يقوم بها الشخص توجه نفسيا بالطرق التي يتوقع فيها الأحداث على اعتبار أنّ عملية القلق ليست إلاّ عملية توقع و خوف من المستقبل (عبد الطيف حسن فرج : 2009 ، 139).

ث. القلق في النظرية النفسية الدينية : ترى هذه النظرية أنّ القلق يرجع إلى الخطيئة (ذنب - إثم) أي إلى الشعور بارتكاب خطأ انتهك الشخص فيه ، مبادئ الخلق و الدين ، إنّ هذا الشعور يبدو في صورة فقد الشعور بالقيمة و الاستحقاق هذا الشعور يهدد (الأنا الخلقية) الأمر الذي يجعل صاحبها يعيش في قلق دائم مستمر .

و تعرف هذه النظرية بنظرية " الخطيئة في العصاب " إنّ القلق حسب هذا المفهوم يحدث على النحو التالي : عندما يقوم الفرد بأعمال كان يتمنى ألاّ يقوم بها ، يشعر بالندم على أعمال مارسها الفرد فعلا، وهذا ما يذهب إليه " كيركيجارد " في تعريفه للقلق حيث ذكر أنّه (انفعالا فطري مغروس في الانسان منذ بدء الخليقة) كما ذهب إلى أنّ القلق يؤدي إلى الخطيئة ، و أن الخطيئة

تؤدي إلى القلق ، و لا يمكن التغلب على ذلك إلا عن طريق الإيمان بالله(عبد الطيف حسن فرج :

(2009 139).

ج. نظرية الدافع : أعطى بعض الباحثين للقلق خاصية الدافع الذي يدفع الشخص للعمل و النشاط

و التّعلم ، و افترضوا أنّ الإنسان عندما يؤدي عملا يشعر بالقلق الذي يحفزه إلى إنجاز هذا

العمل حتى يخفف هذا الشعور ، و أشار إلى أنّ وجود القلق دليل على وجود الدافع و بالتالي

تحسن الأداء ، و يعمل القلق في كثير من المواقف ، و كأنّه جهاز إنذار مبكر ، و ينشط الكائن

لكي يبذل جهدا لينجز ما أمامه ، أو ليجد حلا لما يواجه . فالقلق باعتباره خوفا مرتبطا بعقوبة أو

بخبرة غير سارة ، يجعل الكائن الحي أكثر تنبها ، و يقظة حتى يتجنب هذه الخبرة المؤلمة كما

أنّ القلق يحمي الكائن من الألم بزيادة وعيه حتى يتجنب هذه الخبرة المؤلمة ، كما أنّ القلق يحمي

الكائن من الألم بزيادة وعيه حتى لا يتنبه إلى ما يكدره ، و على هذا فإن للقلق آثاره المتمثلة في

التيقظ الإدراكي ، و آثاره المتمثلة في الدفاع الإدراكي(غالب محمد المنسفي : 236).

ح. نظرية الحالة - السمة - : لقد توصل كاتل (Kattel) وسبيلبيرجر (Spielberger) إلى التمييز بين

جانبين للقلق ، جانب القلق الذي تشعر به في موقف معين ، و يزول بزواله ، و جانب الاستعداد

للقلق أو الاستهداف للقلق في المواقف المختلفة ، و أطلقا على الجانب الأول " حالة القلق " ، و

على جانب الثاني " سمة القلق " لقد عرّف سبيلبيرجر "حالة القلق" بأنها عبارة عن حالة انفعالية

مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يدرك تهديدا في الموقف فينشط جهازه العصبي اللاإرادي ، وتتوتر

عضلاته ، و يستعد لمواجهة هذا التهديد.(غالب محمد المنسفي : 264).

11 - العلاقة بين القلق و الاكتئاب :

اختلفت الآراء حول العلاقة بين القلق و الاكتئاب حيث ذهب بعض الباحثين إلى أن الاكتئاب يعتبر اضطراباً محدداً ، و ذهب البعض الآخر إلى أن الوجدان الاكتئابي مرتبط بحالات وجدانية أخرى ، و اقترحت فئة أخرى ثالثة من الباحثين أن الاكتئاب و القلق ، اضطرابان مختلفان يتقاسمان بعض الأعراض العامة ، كما اقترحت فئة رابعة من الباحثين أن القلق هو الاستجابة المبدئية لموقف ضاغط ، و إذ حدث أن تعقد الموقف لدرجة لا يمكن التحكم فيه ، فإن القلق يتم استبداله بالاكتئاب ، و حديثاً اقترح علماء النفس الإكلنكيين أن الاكتئاب و القلق يتقاسمان عامل أسي عام ، و هذا العاقل يفسر الكثير من التداخل بين الاكتئاب و القلق ، و يتكون هذا الأسي العام من المستويات مرتفعة من الوجدان السلبي (حسين فايد : 2004،221).

خلاصة :

لقد اهتم الباحثون و العلماء بدراسة ظاهرة القلق لمعرفة أسبابها و دوافعها ، لأن خطورتها أخذت تمتد إلى حالة من المرض النفسي الذي يصعب على الفرد المصاب به أن يقوم بإنجاز ما يطلب منه بصورة مناسبة ، هذا بالإضافة إلى عدم قدرته على التفاعل مع الآخرين التفاعل السليم الذي يؤدي إلى مكانة اجتماعية مقبولة.

الفصل الثاني: قلق الامتحان.

تعتبر الامتحانات أداة التقويم التربوي و التي تمكن من توجيه المدرسة لمعرفة مستوى التحصيل و قدراته ، و خصوصا امتحان البكالوريا و الذي يعتبر الامتحان المصيري و الجسر الواصل بين المرحلة الثانوية و المرحلة الجامعية ، إذ يعتبره الطالب مفتاح المستقبل من ما يشكل له حالة نفسية أو ظاهرة انفعالية تولد له الشعور بالخوف من الفشل أو الرسوب ، و هي ما يسميه بقلق الامتحان ، ما يترتب على هذه الحالة من نتائج تكون في أغلب الأحيان وخيمة بحيث تؤدي إلى تدني التحصيل ، و عدم الحصول على ما يحقق فيه غاياته .

02 . تعريف امتحان البكالوريا : يعتبر امتحان البكالوريا من الامتحانات الرسمية التي يقوم بها الهيئة المختصة بالشؤون التربوية المتمثلة في وزارة التربية ، و تهدف إلى نقل المعلمين من مرحلة دراسية معينة إلى أخرى مثلما تهدف إلى إعطاء الناجحين شهادة تدل على انتقالهم من مرحلة التعليم الثانوي إلى مرحلة التعليم العالي ، وهو الامتحان بذلك الطلبة الثانويين ، و هذا استنادا للمرسوم 195/63 الصادر بنفس التاريخ الذي يحدث بكالوريا جزائرية يمتحن فيها التلميذ مرة واحدة في السنة النهائية وهو الامتحان الذي يشهد له بقيمة عالية في الجزائر(عبدالرحمن سالم: 377)

3 - تعريف قلق الامتحان:

لقلق الامتحان تعريفات عديدة ، عرفها الباحثون فيما يلي :

- يحدّد كل من (ماندلروسارسون1952) قلق الامتحان بأنّه حالة إحساس الفرد ، بانعدام الراحة النفسية ، و توقع حدوث العقاب يصاحبه الشعور بفقدان الفائدة و رغبته في الهروب من الموقف الامتحاني مع زيادة في ردود الأفعال الجسمية.

- وينظر إليه (واين1971) بأنّه نوع من الاستجابات المتداخلة مع النشاط المعرفي اتجاه الهواتف التقويمية باعتباره هذه المواقف مهدد للذات.

و في حين يراه(علي محمود شعيب: سنة 1988) بأنّه 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 الفيزيولوجية.

- و تحدد (لمعان الجلالة1989) مفهوم قلق الامتحان على أنّه حالة شعور طالب بالتوتر و عدم الارتياح نتيجة حصول اضطراب في الجوانب المعرفية و الانفعالية ، و يكون مصحوبا بأعراض فيسيولوجية و نفسية معيّنة ، قد تظهر عليه أو يحس بها عند مواجهته لموقف الامتحان أو تذكره له ، أو استشارة خبراته للمواقف الامتحانية .(لمعان مصطفى الجلاي : 2011 ، 291) .

يشير القلق الامتحان إلى ردود الفعل الانفعالية حيال الامتحانات التي يجريها الطلبة وقلق الامتحان يعدّ شيئا عاديا و محفزا إذا كان بقدر معقول ، و لكنّه إذا زاد عن حدّ معيّن فإنّه

يؤثر على أداء الطالب و نجاحه ، مثل حالات الارتباك التي يمرّ بها الطالب أو عندما يسلم ورقته البيضاء دون إجابة .

و القلق حالة نفسية تحدث حين يشعر الفرد بوجود خطر يهدّده ، و ينطوي على توتر انفعالي تصاحبه اضطرابات فيسيولوجية مختلفة ، أمّا مكونات القلق فهي :

1. المكون الجسمي: و ينتج عن هذا القلق آلام المعدة و ارتعاش اليدين، و جفاف الفم و آلام الظهر و الرغبة و سرعة دقات القلب.

2. المكون الانفعالي: و الذي يتضمن الخوف و الارتباك.

3. المكون العقلي و يتضمن هذا النوع من قلق المشكلات التي تتعلق بالانتباه و الذاكرة ، و يتكون قلق الامتحان من عاملين أساسيين هما : عامل القلق ، و الآخر عامل الوجدانية و النفسية المصاحبة و الناتجة على الإثارة التلقائية ، و التي هي عبارة عن الاحساس بالتوتر (منذر الضامن : 2003 ، 229) .

4 - ضغوط الامتحانات: تحتل الامتحانات مركزا مهما و جوهريا في العملية التربوية و

التعليمية فهي تكتسب مكانة هامة لدى التلاميذ و الأسر على السواء باعتبارها تمثل منعطفا مصيريا في الحياة الدراسة للتلميذ.

و تظهر هذه العملية في التركيز على التلميذ و الاعتناء به من طرف كل أفراد الأسرة من خلال تجنيد كل الامكانيات المادية و المعنوية للنجاح في الامتحانات .

و رغم أنّ الامتحانات موقف عادي إلا أنّ التركيز عليه يزيد من الضغوط على التلاميذ مما يؤثر على معنوياتهم و على نتائجهم الدراسية .(غياث بوفلجة : 2004 ، 02).

إنّ الضغوط النفسية و الاجتماعية و الفيزيولوجية تتزايد مع اقتراب مواعيد الامتحان وهي ترافق التلميذ طيلة الامتحان، و تتجلى مظاهرها في أشكال متعددة كارتفاع القلق و الخوف و الارتباك و فقدان الثقة بالنفس و غيرها من الانفعالات التي تسبب له الاحباط و فقدان القدرة على اجتياز الامتحان بنجاح ، و يعتبر قلق الامتحان من أكبر و أشدّ الضغوط التي يتعرض لها التلميذ ، كما يعدّ من أكثر السمات انتشارا لدى التلاميذ خصوصا في التعليم الثانوي ، حيث تتغير حياتهم الانفعالية و معاشهم النفسي ، و يعرف قلق الامتحان أنّه نوع من القلق مرتبط بمواقف الامتحان ، حيث تشير هذه المواقف في الفرد شعورا بالانزعاج و الانفعالية. (زهران : 2000 ، 96) .

5 - أعراض قلق الامتحان:

يعدّ قلق الامتحان من نوع قلق الحالة تميزا له عن قلق السمة و من الأعراض التي تتتاب الفرد أثناء تعرضه لقلق الامتحان ما يلي:

1. التوتر و الأرق و فقدان الشهية، و تسلط بعض الأفكار الو سواسية قبيل و أثناء تأدية الامتحان.

2. تسارع خفقات القلب ، مع جفاف الحلق و الشفتين ، و سرعة التنفس ، و تصبب العرق و ألم البطن و الغثيان .

3. كثرة التفكير في الامتحانات ، و الانشغال قليل و أثناء الامتحان في النتائج المترتبة عليها إنّ هذه الأعراض و السلوكيات الفيزيولوجية و الانفعالية و العقلية تترك الطالب ، و تعيقه عند أداء الامتحانات بشكل جيّد ، و تحدّ من قدرته على فهم الأسئلة و تنظيم أفكاره ، أو استعداد الكلمات و المفاهيم .

العوامل المساعدة على ظهور أعراض الحالة :

1. الشخصية القلقة(أي الشخصية التي تحمل سمة القلق).
2. عدم استعداد الطالب للامتحانات بشكل جيّد .
3. الأفكار و التّصورات الخاطئة عن الامتحانات ، و ما يترتب عنها من نتائج .
4. طريقة الامتحانات و إجراءاتها بطريقة تبعث الرهبة و الخوف.
5. تعزيز الأسرة للخوف من الامتحانات باستخدام أسلوب العقاب و المتطلبات الكبرى للأسرة.
6. ما يثبته بعض المعلمين من خوف لدى الطلبة، و استخدامها كوسيلة للعقاب أحياناً.
7. مواقف التقويم إذ يزداد القلق عند الطالب عندما يشعر أنّه موضع تقييم و اختبار.

8. التعليم الاجتماعي، أي أنّ الطالب يكتسب سلوك القلق من الطلبة القلقين (مدر ضامن : 2003

. (222)

6 - خصائص قلق الامتحان:

1. يدرك الطلبة ان الامتحان صعب و محدّد .
 2. يرى الطلبة أنفسهم بأنهم غير فاعلين و لا مستعدين لأحد الامتحانات.
 3. يركز الطلبة على توابع غير مرغوبة للقلق، أي أنّهم يركزون على مظهرهم الشخصي و ينسون أداء المهمة.
 4. يسيطر الشعور بالنقص الذاتي، و يكون هذا الشعور قويا، بحيث يتداخل مع النشاط المعرفي للمهمة.
 5. يتوقع الطلبة الفشل و فقدان الاحترام من الآخرين.
- تشير الدراسات أنّ قلق الامتحان يظهر في مرحلة مبكرة من العمر، ربما في سنّ السابعة و يستمر حتى مرحلة الثانوية من المدرسة (Hebree1988)، و تشير التقديرات إلى أنّ حوالي 30% من طلبة المدارس يعانون من قلق الامتحان (نائر أحمد غباري: 2007، 97).

7 - أسباب قلق الامتحان : الخوف من الرسوب المدرسي ، و التزيد من حدّة تلك

الضغوطات العائلية يولد الحاجة لدى الفرد الهروب من الآثار المؤلمة للفشل ، و أحيانا يكون لهذا تأثير عكسي ، و هذا ما أكده جون فالزن سنة 1967 بقوله : (إنّ موقف الأطفال في

عملهم الدراسي يتأثر تأثيرا عميقا بدرجة التشجيع الذي يلقونه من آبائهم ، و بمستوى استمرارهم العاطفي).

المنهج غير المرن الذي يتبعه معظم المدرسين في إلقاء المادة، مما يصادف الطالب صعوبة في الفهم و الاستنكار .

طبيعة المدرس حيث تركيز المدرس على المادة الدراسية و عدم اهتمامه بالجانب النفسي للمتعلمين ، و يجعل العلاقة بينه و بين الطلبة خالية من الجو العاطفي ، و هذا يدفع في الكثير من الأحيان الطلبة إلى مقاطعة الدراسة ، فالمدرس في هذه الحالة يكون مصدر القلق ، و خاصة في فترة الامتحانات (مصطفى غالب : 1986 ، 153) .

8 - القلق و تأثيره على التحصيل الدراسي :

إنّ العلاقة المتشابهة بين القلق و الخوف مصدرها كون الخوف أنواعا متعدّدة ، و من بين هذه الانواع يوجد شيء يطلق عليه "الخوف الغامض المستمر " ، و الذي يعني القلق لأنّه يتضمن شعورا دائما بتوقع الارتباك ، و عدم الراحة ، لأننا نتوقع بصورة دائمة حدوث أشياء مزعجة أو أن نحسّ و نشعر بالخيبة و اليأس ، أو بنوع من الاهتمام الملح بالرّفص و الفشل و عدم التقوى .

إنّ جميع هذه الصفات تؤثر على حياة الطالب في الحاضر و المستقبل و تجعله إنسانا وحيدا منعزلا مشغولا بنفسه ، و بما يحدث له من أحداث ، و لا يعرف ما يدور من حوله ، أي أنّه يعيش و ينسى أنّ عليه أن يكون ملتزما ، و يقوم بكلّ الأعمال و الأدوار التي يجب أن يقوم بها

لأنها ضرورة بالنسبة له .و إنسان كهذا يواجه الصعوبات التي تمر عليه ، فينسى التعليم و لا يقوم به كما يجب ، مما يؤدي إلى انخفاض في مستوى تحصيله المدرسي ، الأمر الذي يصل به إلى درجة الوسواس ، و التي تمنعه من السيطرة على نفسه و افتقاده القدرة على التفاعل و التوازن و و استرجاع نشاطه التعليمي كما كان عليه في البداية (عبد الرحيم نصر الله : 2004 388).

المقدار القليل من القلق غالبا ما يحسّن الأداء الاكاديمي ، و يسمى في هذه الحالة "القلق الميسر" فالمقدار القليل من القلق يحرك المتعلمين باتجاه النّجاح في المهمات ، و هذا المقدار من القلق يدفع الطلبة للذهاب إلى المدرسة ، و قراءة المقررات و أداء الواجبات و الإعداد لامتحانات و يجعلهم كذلك يؤدون أعمالهم بعناية و يفكرون بالإجابات بطريقة متأنية و تأملية

القلق الميسر : هو ذلك النوع من القلق الذي يسهل الاداء ، و يكون مقداره بسيط جدا من جهة أخرى المقدار الكبير من القلق يعيق الأداء الفعّال ، و يسمى "القلق المعيق" فالقلق الكبير يشنت الانتباه و يشوش أدائه و يربكه .

القلق المعيق : هو ذلك المقدار الكبير من القلق الذي يشوش الأداء و يعيقه.

أثبتت الدراسات أن المهمات السهلة التي ينجزها الناس بدون تفكير مثل الركض ، يتم تسهيلها من خلال مستويات عالية من القلق ، و لكن المهمات الصعبة و التي يحتاج الناس إلى التفكير بها من أجل إنجازها بنجاح تتطلب مقدار من القلق ، و لكن المقدار الكبير جدًا من القلق في المهمات الصعبة يعيق أداء المهمات و النجاح الاكاديمي منها

(ثائر غباري و آخرون : 2008، 239).

9 - الظروف التي تسبب للطلبة القلق المعيق :

ترى نظرية الإشراف الكلاسيكي لـ "بافولف" بأن القلق من مثير معين يأتي ارتباطاً سياق بين ذلك المثير و حدث آخر مثير للقلق ، فالطالب يشعر بالقلق اتجاه مادة الرياضيات إذ ارتبطت مادة الرياضيات بالفشل و الاحباط ، و قد يشعر بالقلق من الامتحانات الصعبة إذا ارتبطت مواقف الامتحان السابقة بالخجل و الخوف ، و على المعلم أن يبذل مزيداً من الجهد لعرض مراده الدراسية في ظروف مريحة ، و غير مثيرة للقلق .

و قد يكون مصدر القلق الظروف غير عادية معرفية ، فعندما تكون نواتج سلوك ما غير معروفة فإنّ هذا الوضع يثير القلق لدى المتعلمين ، و هنا لابد من التمييز بين التهديد و التحدي فالتحديد هو الموقف الذي يظن فيه الافراد أن غرضهم بالنجاح قليلة ، فيظنون أن الفشل هو النتيجة الحتمية بينما التحدي هو الموقف الذي يؤمن فيه الافراد بإمكانية النجاح مع القليل من الجهد ، مع أنّ هناك احتمالية للفشل ، إلا أنّ النّجاح ممكن إذا بذل الأفراد جهداً من مستوى معين ، فالطلبة يشعرون بالقلق المعيق إذا أدركوا الموقف التعليمي بأنّه مهدد ، و فرصة النّجاح فيه قليلة (نائر غباري و آخرون : 2008 ، 239).

10 - أهم الطرق لعلاج قلق الامتحان:

يستطيع الطالب ان يخفف عن نفسه مشاعر القلق و التوتر عن طريق اتباع الشرط السليمة في التحصيل الجيد ، و هي :

1. يجب أن يحصل الطالب على المعلومات ، و أن يكتشف الحقائق عن طريق جهده الذاتي و قراءته و سعيه عن طريق العمل و النشاط الذاتي ، و معنى ذلك أنه لابد أن يقوم بدور إيجابي في جمع المادة و ترتيبها و فهمها ، أما المواد التي يتلقاها جاهزة فإنها سريعة الزوال و النسيان .
 2. استخدام الطريقة الكلية في التحصيل أن يبدأ الطالب بأخذ بعض ذلك في دراسته التفاصيل و الجزئيات و الحقائق ، و يشبه ذلك تمثال عندما يبدأ صناعة تمثاله بعمل شكل عام غير دقيق ثم يأخذ أبرزها سمات شخصية (عبد الرحمن عيسوي : بدون سنة ، 432) .
 3. توزيع الجهد المطلوب لتعلم المادة .
 4. ضرورة التكرار و الممارسة، و هذا يعتمد على طبيعة المادة المراد تعلمها.
 5. أن يكافأ الطالب نفسه بعد قيامه بشيء معين .
 6. حفظ المادة التي لها معنى.
 7. تسميع الطالب نفسه على استذكرة، يساعد في تثبيت المعلومات في ذهنه.
 8. ترتيب المادة و تنسيقها ووصفها في ترتيب منطقي، يساعد الطالب على تذكرها.
- (منذر الضامن: 2003، 226-227).

الخلاصة : لقد اتضح من خلال عرضنا لعناصر الفصل ، أن القلق يعدّ من بين المشكلات التي تحتل مكان الصدارة في قائمة المشكلات الدراسية التي يواجهها الطلاب ، و يعدّ قلق الامتحان وليد عملية التفاعل بين العوامل الشخصية للفرد ، و بين عوامل الموقف الاختباري و تجتمع هذه العوامل لتدعم المكونات المعرفية التي بدورها تحفّز العوامل الانفعالية ، و تظهر بعض المظاهر النفسية ، كنقص الثقة بالنفس ، و الخوف و العصبية الشديدة ، و بعض المظاهر الفيزيولوجية كالغثيان و تصبب العرق و الاغماء و ارتعاش اليدين و كلها وسائل تكيف سلبية يلجأ إليها الفرد لتجنب موقف الامتحان .

تمهيد :

تعتبر الأسرة القاعدة الأساسية في تربية الطفل و تنشئته لأنها الماكن الاول الذي يحتضنه ، فيكسب منه قيمة و معايير و مفاهيمه الخلقية و أنماطه السلوكية .

فالأسرة تحتل مكان اجتماعية و تربوية كونها جماعة أولية تتشكل من منطلقا أوليا للحياة الاجتماعية من جهة كونها مسرحا يتلقى فيه أفرادها أصول العلاقات الانسانية و التنشئة الاجتماعية من جهة أخرى ، لذلك يستمد الافراد أدوارهم الأولية من خلال وجودهم ضمن أسر معينة.

2 - مفهوم الأسرة:

الأسرة هي أهم و أقدم النظم و المؤسسات الاجتماعية باعتبار أنّ لكل عضو فيها له مركز ، و له دوره ، و هي في كل المجتمعات الانسانية في العالم و عبر التاريخ و لا يخلو منها أي مجتمع من المجتمعات ، و هي تعكس صفات المجتمع و قد جددت من أجل استمرار حياة الانسان في الجماعة و تنظيمها ، بل وهي الجماعة الانسانية الاولى يتعامل معها الفرد ، و يحتك بها احتكاكا مستمرا ، ففيها يعيش الإنسان السنوات التشكيلية الأولى من عمره ، و فيها تنمو أنماط الشخصية الاجتماعية و هي المركز الأساسي لحياة الفرد و المكان الطبيعي للنشأة العقائد الدينية و استمرارها و فيها يتعلم الطفل لغته القومية (حسين عبد الحميد أحمد رشوات، بدون سنة ، 180).

2 - تعريف الأسرة:

الأسرة هي الخلية الأولى التي يحتك الطفل بها و هي المكان الأول الذي تبدأ فيه معالم التنشئة الاجتماعية للطفل ابتداء من عامه الثاني. وتتكون معظم الأسر في مجتمعاتنا الحديثة من الاب و الأم و الإخوة و الأخوات (زكريا الشربيني ، 90) .

و تختلف الأسر باختلاف المجتمع الذي توجد فيه ، فالأسرة الاسلامية تختلف عن الأسر في المجتمعات الأخرى ، و يختلف حجم الأسرة اتساعا ليشمل أفراد العشيرة كما هو الحال في الأسرة الحديثة ، و تعرف هذه الأسرة الصغيرة باسم الأسرة الذرية و هناك الأسرة الأمومية و فيها ينتسب الأولاد للأم ، و هناك الأسرة الأبوية حيث ينتسب الأولاد للأب وحده ، و فيها تتركز السلطة في يد الرجل ، و عندما نزلت المرأة لميدان العمل حديثا ، ظهرت الأسرة الثنائية و فيها يتقاسم الرجل و المرأة المسؤولية الأسرية و تربية الأبناء.

3 - آليات التنشئة الاجتماعية في الأسرة :

من أهم الأساليب التي تمارسها الأسرة في التنشئة الاجتماعية للطفل:

أ. الاستجابة لأفعال الطفل : إنّ مجرد استجابة أعضاء الأسرة ، و الاشتغال لأفعال الطفل يؤدّي إلى إحداث تغيير في هذه الأفعال ، و في المشاعر المتصلة بها ، فالطفل في شهوره الأولى عندما يصدر عنه صوت ما يستجيب له عضو من أعضاء الأسرة ، فإنّ

الطّفّل يميل تكراره و كأنّه يطلب تكرار الاستجابة مع تكرار الفعل ، و هكذا في مستويات التفاعلي الأعلى و الأعتد.

ب. الثواب و العقاب :إنّ آليّة الثواب و العقاب تستخدم على نطاق واسع في مجال الأسرة و في غيرها من مؤسسات التنشئة ، كما سنرى فيما بعد ، و هذه الاستجابة كثيرا ما تكون استجابة ثواب أو موافقة أو تشجيع ، كما أنّها قد تكون استجابة عقاب أو معارضة أو تضبيب (عبد الله زاهي الرشدان ، 2005،308).

المشاركة في المواقف الاجتماعية المختلفة : قد يدعو الوالدين الطّفّل للمشاركة في موقف اجتماعي معين يقصد اكتسابه السلوك و القيم و الاتجاهات المصاحبة لهذا الموقف و قد تكون المشاركة بلا دعوة و لا قصد في مناسبات الحياة المختلفة ممّا يمكّن الطّفّل من تعلم المناسبة لهذا الموقف ، بالإضافة إلى تعلم السلوك و القيم و الاتجاهات المرغوبة (عبدالله الزاهي راشدان ، بدون طبعة ، 309).

ت. التوجيه الصريح : قد تلجأ الأسرة إلى توجيه سلوك الطّفّل بصورة مباشرة و صريحة تعلمه ما ينبغي و ما لا ينبغي ، أو تدريبه مباشرة على السلوك المناسب مهياً الظروف و المواقف مستغلة مواقف معينة لهذا التوجيه و التّدريب (عبدالله الزاهي راشدان ، بدون سنة 309).

4 - نظريات تطور الأسرة البشرية:

هناك نظريات عديدة و متنوعة ، و هي المحاولات التي هدفت لدراسة و تفسير أصل العائلة و طبيعتها و تطورها ، و لقد بدت متباينة و مختلفة من نظرية بنانية تعتقد مثلا بأهمية الترابط المنطقي بين المؤسسة العائلية و بقية المؤسسات الاجتماعية الأخرى كالمؤسسات الاقتصادية و السياسية و الدينية و الثقافية ، و بأهمية الترابط المنطقي بين الأدوار الاجتماعية الأساسية التي تتكون منها الأسرة كدور الأب و الأم و الابن و الابنة. و هي تركز بشكل خاص على دراسة الأسرة خلال فترة زمنية محددة ، إلى نظرية وظيفة تركز على دراسة أثر وظائف الأسرة في ديمومة الكيان الاجتماعي ، و بقائه محاولة توضيح الترابط الوظيفي القائم بين المؤسسة الأسرية و باقي المؤسسات الاجتماعية على دور دراسة أهمية الوظائف الأسرية لاستمرار و تطور الأسرة و الجماعة و المجتمع إلى نظرية مادية .

1) نظرية البروفيسور فريد لوبلاي : تأثرت أفكار لوبلاي بالظروف السياسية و العسكرية غير الهادفة التي رافقت عصره ، و قد ارتكزت نظريته على الاعتقاد بأن الأسر في المجتمع البشري تمر بثلاث مراحل تاريخية و حضارية تختلف الواحدة منها عن الأخرى (كريستين نصار : بدون سنة، 26).

من حيث نوع العلاقات الاجتماعية و التركيب و الوظائف و المهنة و الإيديولوجية و هي:

1.1. مرحلة الأسرة المستقرة : أي الأسرة القديمة ، العشائرية التقليدية المميزة لمجتمعات ما قبل التصنيع المتميز بترابط و تماسك أعضائها ، بحيث تبدو شخصية الابن شبيهة بل مطابقة لشخصية أبيه لاعتقاد أفرادها بالقيم الإيديولوجية و الاجتماعية و الدينية و الأخلاقية و بمشاركتهم في أداء المهنة نفسها .

1.2. مرحلة الأسرة الفرعية: أو الانتقالية التي تمر بها الأسرة لدى تحولها من إلى أسرة غير مستقرة ، لذا تتميز ببعض صفات كل من العائلتين .

1.3. مرحلة الأسرة غير المستمرة : أي المرحلة الحضارية الثالثة و تتميز باختلاف المهن و المعتقدات و الإيديولوجيا و القيم و الممارسات عند كل من الأب و الابن من هنا سمة عدم الاستقرار ، أي عدم وجود علاقات اجتماعية قوية متماسكة تربط بين مختلف أفراد العائلة . و تتميز هذه العائلة بضعف العلاقات القرابية (الزيارات بين الأقارب مثلا تنحصر في المناسبات) صغر حجم الأسرة(السكن في منزل يضم الأب و الأم و الأطفال) مسؤولية القيام بالوظائف الأساسية(إنجاب الأطفال ، تربيهم و تنشئتهم...)بينما تلقي مسؤولية الوظائف الثانوية على مؤسسات تكون عامة تحت إشراف الأسرة .

2) نظرية فريدريك إنجلز وماركس: تعتمد على نظام الزواج الذي لا يمكن و حسب إنجلز استيعاب مضمونه الحضاري دون دراسته دراسة تاريخية ، يقسم إنجلز هذا النظام إلى ثلاثة أقسام هي :

أ. نظام الزواج الجماعي: الذي رافق مرحلة التوحش التي مر بها المجتمع البشري.

ب. نظام الزواج الثنائي: الذي رافق المرحلة البربرية التي مرّ بها المجتمع البشري.

ت. نظام الزواج الاحادي : الذي رافق المرحلة المدنية ، خصوصا المرحلة الإقطاعية و المرحلة الرأسمالية .

و خلال تحول الزواج من ثنائي إلى أحادي ، نظام شهد المجتمع البشري شيوع نظام تعدد الزوجات في مجتمعات العبودية و الإقطاع ، و قد اختلفت الاعتبارات التي اعتمد عليها النظام الاحادي للزواج ، فبعد شيوع نظام الملكية و استقراره أصبح الزواج يعتمد لا على الصفات الشخصية ، بل على المصلحة و العوامل المادية التي يتمتع بها الرجل بحيث كانت المرأة تفتقر بحرية الاختيار ، ثم مع تحول نظام الزواج خلال مرحلة مجتمع نظام الرأسمالي ، إلى نظام تعاقدية ينبغي أن تتساوى فيه منزلة الرجل مع منزلة المرأة ، و اعتماد الصفات الشخصية التي يتمتع بها الزوجات الداخليات في العلاقات الزوجية ، لذا يختم إنجلز دراسته عن أصل الأسرة بقوله إن الأسرة الإنسانية لا تبلغ درجة الكمال و الفضيلة ما لم تبلغ الفوارق الطبقيّة الاجتماعية في المجتمع و ما لم تتحقق المساواة بين المرأة و الرجل

في الحقوق و الواجبات بحيث يعتمد الزواج عند ذلك لا على الاعتبارات المادية و الاقتصادية بل على الحب و التضحية و الإخلاص .

03. نظرية إدوارد وسترمارك :اشتهر باهتمامه بدراسة الأسرة دراسة تاريخية اجتماعية بانتقاده لنظرية النسب الأخي انتقادا علميا ، لأنّ النسب الأولي بنظره يتقدم تاريخيا ، و قد اتبع في دراسته منهج الاسلوب المقارن و التطوري ، و هو يرى في الزواج الذي يعده علاقة جنسية بين شخصين مختلفي الجنس يشرعها المجتمع أسس التكوين العائلي لأنه يستمر طويلا من الزمن ، ينبج الزوجات خلالها أطفال ، و يتعهدان برعايتهم و تربيتهم تربية اجتماعية و أخلاقية ، و دينية .

هذا و يعتقد وستر مارك أن الانسان منذ بدأ الخليقة يميل نحو الزواج بامرأة واحدة و أما المرحلة التاريخية الثلاث التي يتكلم عنها إنجليز و مرغان سوى نتاج لظروف استثنائية تدعو إلى ظهور نظام تعدد الزوجات أو تعدد الأزواج ، و تفسير مثلا بقلة عدد الرجال أو عدد النساء ، أو عدد السكان في المجتمع ، من هنا كان تركيزه على أشكال الأسرة التي صنفها في ثلاث فئات :

أ. العائلة البسيطة : و تتكون من الاب و الام و الأطفال في بيت واحد ، و لا تدع المجال للأقارب للسكن معها ، و توجد في المجتمعات الصناعية و الحضارات الراقية .

ب. العائلة المركبة: و تضم إلى جاني الأب و الأم و الأطفال و الأقارب كالجود و الأعمام و الأخوال، يسكنون جميعا في بيت الأسرة البسيطة، و توجد هذه الأسرة في المجتمعات الصناعية و الزراعية على حدّ سواء.

ت. العائلة المعقدة : و تتكون من عائلتين أو أكثر ، تعيش في بيت واحد ، توجد هذه الأسرة في المجتمعات القبلية و القروية .

لكن الأسرة البشرية تتحول غالبا من بسيطة إلى مركبة إلى معقدة حسب وستمارك و ذلك لتأثر عوامل متعددة : التحضر و التضيق ، و التنمية الاقتصادية .

4 - نظرية ماكافر : أدخل مكافير التحليل السيكولوجي إلى تفسيراته الاجتماعية للعلاقات و التفاعلات و السلوك الاجتماعية ، و قد اشتهر بكتابه العلمية الدقيقة عن موضوع العائلة و تركيبها و تحوله التاريخي . قسم ميكافر العائلي البشرية في كتابه(المجتمع) إلى قسمين أساسيين هما : العائلة الممتدة و العائلة النواتية ، تكون العائلة الممتدة كبيرة الحجم و تضم الوالدين و الأطفال ، بينما تكون الأسرة النواتية صغيرة الحجم و تقتصر على الزوجين و الأطفال. (كرستين نصار : بدون سنة ، 30).

5 - أنواع الأسر:

من خلال الدراسات يمكننا أن نميز بين أنواع الأسر:

1) من خلال الحجم :

- الأسرة النووية: و هي تنتمي كذلك للنواة و الأسرة المركزية، و تتكون من الزوج و الزوجة و طفل واحد، أو أكثر، و في حالة وفاة الأفراد مثلا أو حدوث طلاق أو ذهاب الأب و الأم من البيت، تبقى الأسرة كذلك نووية.

2) الأسرة الممتدة: و ترجع الأقارب على شكل أسري، أي أنها تضم أكثر من زوج و أبناء متزوجين.

من خلال التربية: و نتناول في هذا العنصر تقييم الأسرة من المنظور التربوي:

أ. الأسرة المستبدة: سيطرتها تكون عسيرة على الطفل، وفي جميع الأوقات، و في مختلف مراحل نموه، و ذلك بالسيطرة على جميع أعماله، و هذا يعني المنع و الرفض لرغبات الطفل و منعه بالقيام بما يرغب، و القسوة في معاملته.

ب. الأسرة القابلة الراضية: تشمل الأسرة الراضية عن الطفل و الراغبة في إعطائه منزلة و مكانة هامة، و ينمو جو من العواطف الحارة، و غالبا ما نجدها في بيوت يسودها العطف و الحب و المعاملة الحسنة.

ت. الأسرة النابذة :هي الأسرة التي تنبذ الابن غير المرغوب فيه ، حيث يكون الاهتمام به قليلا و العناية قليلة ، و هذا ما يعكس سيطرة الأبوين على الطفل و الضغط الموجه له قد يكون كذلك في إهمال الوالدين لنظافة الطفل ، و عدم إشباع حاجاته الضرورية .

ث. الأسرة المسرفة :تتميز هذه الأسرة بالمبالغة في معاملة الابن ، فهم يدلونه و يتساهلون معه و لا يتركونه يحتاج إلى شيء ، و هذا ما يجعله لا يملك مجالاً لحريته ، و هناك أدلة كثيرة تثبت أنّ الأطفال الذين يسرف آباؤهم في المحافظة عليهم يصعب عليهم التّجّاح في المستقبل و تكون نتيجة ذلك خطيرة عل ثقته بنفسه ، و ضبط انفعاله ، و يميل إلى الخجل و الانطواء و عدم القدرة على تحميل المسؤولية ، و الخوف من التقدم في تطوره و رشده.

ج. الأسرة العادلة : الآباء يعترفون بأنّ أشخاص يختلفون عن بعضهم البعض ، و كل منهم يتطور ، و يتوجه نحو النضج و الرشد، خلالها يتمكن من تحمل المسؤولية ، و غالبا ما يسود نظام مضبوط ليتمكنوا من المحافظة على النظام الذاتي ، و التفكير السليم في الأعمال و للطفل خطر أوفر حيث يساعده على التكيف تكيفا حسنا و الوالدين يقومان بإزاء ذلك بدور أساسي لبناء مواطن صالح قادر على تحمل المسؤولية.

و هكذا يتجلى بأن دور الأسرة مهم و خطير، و كلّما أدركنا هذه الأنواع من الأسر استطعنا تنشئة الطفل تنشئة سليمة يستطيع من خلالها تقبل الحاضر و التطلّع إلى المستقبل بتقاؤل (رمزية غريب،12،1979-14).

6 - وظائف الأسرة :

للأسرة وظائف تقوم بها ،نذكر منها ما يلي :

1. وظيفة الحماية : إنّ مسؤولية تقديم الحماية و الأمن و الدّعم للعضو في الأسرة تقع على عاتق الأسرة كاملة ، فهُم كيان واحد متكامل و متكافل .
2. الوظيفة البيولوجية: و هي أن الأسرة يقع على عاتقها تأمين حاجات أفرادها من طعام و شراب و ملابس و مسكن ، لكي تستطيع العيش و البقاء و الاستمرار.
3. الوظيفة التربوية : تقع على عاتق الأسرة تربية أبنائها ، و تعليمهم الأخلاق ، و السلوكيات الحميدة ، و تقد لهم التعليم ، حيث تلحقهم بالمدارس و الكليات و الجامعات.
4. وظيفة الانجاب : الأسرة هي التي تنجب الأطفال و يكبرون ليصبحوا أرباب أسر ينجبون وهكذا ، فهي التي ترغد المجتمع بالقوى البشرية التي تبنى و تنشأ و تعمر...إلخ.
5. وظيفة المكانة: يستمد أفراد الأسرة مكانتهم الاجتماعية المرموقة من موقع و مكانة أسرتهم التي تحتله في المجتمع ، الأمر الذي يرفع ن مفهومهم على أنفسهم ، و يشجّعهم لكي يكونوا أفراد صالحين ليشعروا بالرضى و السعادة و الاقبال عل الحياة الاجتماعية و احترام أنظمتها.
6. الوظيفة الاقتصادية : ما تزال الأسرة في الريف تعتبر عصب الانتاج الزراعي الذي يرغد المجتمع بحاجاته من السلع الزراعية ، حيث تعمل الأسرة بزراعة الحقول ، و تباع المحاصيل المختلفة لكسب قوتها ، و سدّ حاجاتها المختلفة.(سعيد حسيني العزة، 97،2005-98).

7. الوظيفة النفسية : تلعب الأسرة دوراً رئيسياً في تشكيل ، و تكوين شخصية الفرد و في نمو

ذاته و إذا ما تعرض أحد أقطاب الأسرة الرئيسيين للموت ، فقد يؤدي ذلك الحدث إلى

انهيار كامل لعملية التنشئة الاجتماعية في أطفال أسرته.

إنّ الجو المريح يمكّن الأطفال من النمو النفسي و الاجتماعي و الثقافي و الدّين السليم

الأمر الذي يساعدهم على أن يتكيفوا مع الصعوبات الحياتية القائمة، و التي سوف

تواجههم في المستقبل، و يخلق منهم أعضاء منتجين و نافعين في المجتمع(سعيد حسيني العزة

.931،2000).

7- العوامل الأسرية المؤثرة على الطفل :

هناك عوامل عديدة في الأسرة تؤثر على تربية أطفالنا ، و منها :

1.7. حجم الأسرة : فحجم الأسرة له اثر كثير على تربية الطفل ، فالطفل الوحيد على سبيل

المثال غالبا ما يحاط برعاية تزيد عن الحاجة ، و هكذا تصبح علاقات هذا الطفل لغيره على

أساس أهمية مصالحه و تظهر عنده الأنانية و حب السيطرة ، بخلاف الطفل الذي ينشأ في

أسرة كثيرة الأطفال ، فهذا غالبا ما يميل إلى النموذج السوي ، باعتباره أنّه يتعامل مع خليط

و مع عديد من الأطفال ، و باعتبار أنّ الحيز المتاح له من اهتمام والديه به يبقى محدودا

فالاهتمام قد توزع بين هذا العدد من الأطفال .

2.7. تركيب الأسرة : يعدّ تركيب الأسرة من حيث الأبوين وجودها ، أو وجود الأب لوحده

أو الأم لوحدها أو كونه يعيش عند زوجة والده ، أو عند زوج والدته ، يعدّ ذلك من العوامل

المهمة في التنشئة الاجتماعية ، و كذلك نسبة الذكور إلى الإناث ، و ترتيب الطفل بينهم و بهذا نجد النشأة الاجتماعية و كذلك نسبة الذكور الى الإناث ، و ترتيب الطفل بينهم و بهذا نجد هذه المعلومات بما يهتم به المرشد في المدرسة .

3.7. انسجام أفراد الأسرة :انسجام أفراد الأسرة له أثر كبير على تنشئة الطفل ، فإذا كان الأطفال يعيشون في أسرة يسود فيها جو تعاوني ، بعيد عن الخلافات و المشاحنات فهذا أجدر أن يكون أكثر استقرارا و أبعد عن الانحراف و التأثير ، و هذا فقد دلت بعض الدراسات على ان 75 من الحالات الجنوح تحصل أو تتجم من أسر ضعيفة أو منعدمة التماسك .

4.7. العلاقات الأسرية : يتفاعل الطفل داخل الأسرة مع مجموعة من الأفراد ، و تتكون لديه عواطف و اتجاهات بينه و بين والديه و إخوته ، و أول علاقة يربطها الطفل في أسرته هي نحو أمه ثم مع أبيه ، و قد تكون علاقة أساسها المحبة و التفاعل ، فيتأثر بها الطفل تأثيرا إيجابيا يحدث له سرور و الاستقرار النفسي ، و يرتفع بسببه في عالم رحب و تسوده المحبة و السعادة النفسية ، و قد تكون علاقة أساسها النفور و سوء التفاهم فيتأثر بها الطفل تأثيرا سيئا ينعكس في القلق النفسي و حركته العصبية ، و ميوله للعدائية .(عبد المنعم المليجي ، حلمي مليجي : بدون سنة ، 255).

8 - الأسرة و دورها في تدني التحصيل الدراسي :

الأسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي يعيش فيها الفرد و تهتم به و بتطوره و تعلمه و بقدراته التحصيلية المختلفة ، و المستوى التي تكون عليه القدرات العلمية ، و القدرة على

العطاء تؤثر بصورة مباشرة وواضحة في الانجاز التحصيلي المدرسي ارتفاعه أو تدنيه كما أنّ مكانتها و أهميتها ضرورية و هامة لكل طفل و مراهق و تؤثر بشكل واضح على تطور شخصيته ، و استعداداته المتنوعة حتى تمر هذه المراحل بهدوء و تفهم و سلام.

و الأسرة على هذا الأساس تقوم بالوظائف الأساسية التي تعمل من خلالها على توفير مطالب الفرد الخاصة ، إلى أن يبلغ الجيل الذي يستطيع معه الاعتناء و الاهتمام و يكون مسؤولاً عمّا يقوم به من أعمال و أفعال خلال تفاعله الاجتماعي .

و بالرغم من قيام الأهل بهذه الوظائف بصورة مقبولة عن معظم الحالات ، إلاّ أنّه ينتابهم القلق و التوتر و عدم الراحة النفسية و هم يقومون بمراقبة أبنائهم ، و ما يقومون به من أعمال و التقدم الذي يحصل لديهم أو التأثيرات السلبية التي تؤثر على مجرى حياتهم لأنّ الأهل يعتقدون على الأبناء الآمال الكبيرة من اللحظة الأولى التي يولدون فيها و في من الحالات من الحالات قبلها ، أي في فترة الحمل ، حيث يقومون برسم الصورة الخاصة و المميزة لهم و لمستقبلهم و نجاحاتهم و تفوقاتهم...و قيامهم بتطبيق أحدث نظريات يتوقع الأهل و في معظم الحالات يشعر الأهل بالراحة و السعادة من تفوق أبنائهم، و من الممكن أن يصل ذلك إلى حدّ المغامرة بالأبناء عندما يحصلون على المرتبة الأولى في تعليمهم أو إذا حصلوا على معدّلات تفوق 90% ، و تستمر الأيام ، و تمشي بصورة متواترة و متتالية حيث يلجأ الأهل و يصابون بالذهول إذا حصل أحد الأبناء على

علامات متدنّية أي أنّ أجراس الخطر تدق عند الأهل و يشعرون نصيبهم من الألم و الحزن لحدوث هذا التدنّي في العملية التعليمية و التحصيل.

و نتساءل كيف مان ذلك؟ و لماذا؟ و متى؟، أي أنّ الأهل يستعملون جميع أدوات الاستفهام لعلمهم يصلون إلى جواب مقنّع(عبد الرحمن نصر الله،40،2004-43).

9. أهمية التعاون بين الأسرة و المدرسة : إنّ التعاون الذي يجب ان يكون بين الأسرة و المدرسة يعتبر من المواضيع الهامة التي تؤثر بصورة إيجابية على الطّالب في معظم الحالات ، و تؤدي إلى رفع المستوى التحصيلي و التقيمي .و تكمن أهمية هذا التعاون في أنّ الطّالب يقضي معظم وقته في البيت ، و بين أفراد الأسرة يُؤثر و يتأثر بهم و ينعكس ما يكتسبه من إحدى هاتين البيئتين على سلوكه في البيئة الاخرى ، و عليه فإنّ التعاون بين الأسرة و المدرسة ترجع أهميته إلى الأسباب التالية :

أ. إنّ الأسرة في تعاملها مع الطفل تميل في التسامح أكثر من المدرسة ، لذا فإنّ إهمال الأسرة متابعة استمرار مداومة ابنها في المدرسة يؤدي إلى كثرة تغيبهم ، و هذا يعني في نهاية الأمر ترسبهم ، و عد الالتزام في المدرسة ، مما يفقد الطّالب الصلة و العلاقة مع المدرسة ، و هذا بعد إدانته يخفض من فائدة التعلم لعدم تواصله هو أساس العملية التعليمية في جميع مراحلها.

ب. إنَّ التعاون بين الأسرة و المدرسة يؤدي إلى جعل خطة العمل التربوي و التعليمي مشتركة بينهما ، حيث يعمل كل طرف مع الآخرين على إنجازها ، و ذلك على أساس اعتماد أهداف مشتركة توجه عمليات التربية في المؤسستين.

إنَّ التعاون بين الأسرة و المدرسة يؤدي إلى توضيح المواقف المختلفة بشكل أفضل و يساعد الطرفين على فهم ما يجب عمله بأفضل الطرق و الأساليب ، و يؤدي إلى عدم تشديد الآباء و على أطفالهم في قضاء كل وقتهم في الدراسة ، الأمر الذي يؤدي بدوره إلى عرقلة و نمو و تطور الأبناء انفعاليا و جسديا و نفسيا و اجتماعيا ، و هذه هي الجوانب الأساسية التي تعتمد عليها شخصية الطفل و تكاملها ، و عليها يتوقف مدى تكيف الطفل مع الآخرين من حوله و من المجتمع بصورة عامة(عبد الرحمن نصر الله،98،2004-100).

الخلاصة :

تبين لنا ممّا سبق أن الأسرة هي نواة المجتمع و ركيزته الأساسية التي تقوم عليها و تشمل الوالدين و الأبناء الذين يعيشون عيشة مشتركة ترتمي إلى تحقيق أهداف نبيلة و هذه الأخيرة لا تخلوا من الصراعات و التفاعلات و المشاكل المختلفة ، و لما كان المجتمع يسير بشكل متغيّر و سريع فرض عليها أعباء حياة خرى ، زيادة على تربية الأبناء و تنشئتهم حتى يتمكنوا من الاندماج داخل المؤسسات و القطاعات ، فهو يحملها المسؤولية الكبرى أمام أي خلل يحدث في شخصية الطفل ، لذا الأسرة لها علاقة وطيدة مع التكيف المدرسي للطفل ، بحيث تكون لها انعكاسات إيجابية و سلبية عليه.

01 - الدراسة الاستطلاعية:

تمهيد :

للتأكد من صلاحية أدوات الدراسة و التقرب من العيّنة المراد دراستها لابدّ للباحثة أن تقوم بدراسة استطلاعية .

أولاً: المجال الزمني للدراسة:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية لمدة 03 أيام من (04أفريل إلى 16 أبريل).

ثانياً: المجال الجغرافي للدراسة :

تمت الدراسة الاستطلاعية بثانوية مهاجى محمد الحبيب بمدينة عين تموشنت و هذا راجع للتسهيلات التي صادفتها في الثانوية ، و لأنها قريبة من إقامة الباحثة ، إضافة إلى الدعم المعنوي من الطاقم التربوي الموجود هناك .

تتكون عيّنة الدراسة من ثلاثين تلميذاً 15 ذكور و 15 إناث من مختلف الأعمار ، 17،18 ، 19 ، 20 ، 21 سنة ، كذلك باختلاف الشعب ، مستوى السنة الثالثة ثانوي ، و كانت الشعب

كالآتي :

01. آداب و فلسفة.

02. آداب و لغات .

03. تسيير و اقتصاد .

04. علوم تجريبية .

ثالثا: أدوات القياس.

أ. مقياس العلاقات الأسرية لـ hudson W.walter (1992) : و الذي يشتمل على 25

بند ب 06 بدائل إجابة هي كالتالي : و لا مرة ، نادرا جدًا ، بعض الأوقات في كثير من

الأوقات ، أغلب الأوقات ، دائما .

و تشير الدرجة العليا فيه إلى العلاقات الأسرية السيئة بينما تشير الدرجة الدنيا فيه إلى

العلاقات الأسرية الجيدة ، و تكون أدنى درجة فيه 25 بينما تكون أعلى درجة فيه 130 .

وبحساب ثبات المقياس بطريقة التناسق الداخلي ألفا كرونباخ وجد أنه يساوي 0.87 ، أما

الصدق الذاتي فوجد أنه يساوي 0.93 .

ب. مقياس قلق الامتحان لسبيلبارجر : و الذي يشتمل على 20 بندا ب 04 بدائل إجابة هي

كالتالي : نادرا ، أحيانا ، غالبا ، دائما .

و تشير الدرجة العليا فيه لقلق الامتحان المرتفع الى 80 درجة بينما تشير الدرجة الدنيا فيه

لقلق الامتحان المنخفض الى 20 درجة.

و بحساب ثبات المقياس بطريقة التناسق الداخلي ألفا كرونباخ وجد أنه يساوي 0.93 أما

الصدق الذاتي فوجد أنه يساوي 0.96 .

02 - الدراسة الأساسية:

تمهيد :

بعد القيام بالدراسة الاستطلاعية و بعد التعرف على العينة و التعامل معها ، و ذكر الخصائص السيكومترية للمقياسين (العلاقات الأسرية ، قلق الامتحان) قامت الباحثة بالدراسة الأساسية بثانوية مهجي محمد الحبيب ، و هذا بتطبيق أدوات القياس المتمثلة في مقياس العلاقات الأسرية ، و مقياس قلق الامتحان .

أولا - المجال الزمني للدراسة:

بدأت الباحثة دراستها الميدانية لمدة شهر ماي 2015م ، و هذا بتوزيع مقياس خاص بالعلاقات الأسرية ، و مقياس خاص بقلق الامتحان على عينة عرضية قوامها 187 تلميذ 87 إناث 100 ذكور من مختلف الشعب لدى طلاب البكالوريا .

ثانيا-المجال الجغرافي للدراسة الأساسية : قامت الباحثة بدراستها الأساسية بثانوية مهجي محمد الحبيب لدى طلاب البكالوريا من مختلف الشعب المتمثلة في :

01. شعبة آداب و فلسفة.

02. شعبة آداب و لغات.

03. شعبة تسيير و اقتصاد .

04. شعبة علوم تجريبية .

ثالثا- عينة الدراسة الأساسية و خصائصها :

كما سبق و أن ذكرت أنّ عينة الدراسة العربية ، بثانوية مهاجى محمد الحبيب بعين تموشنت من مختلف الشعب ، لدى طلاب البكالوريا ، تضمنت 187 تلميذ ، 87 إناث ، 100 ذكور .

رابعا - أدوات القياس:

أ. مقياس العلاقات الأسرية لهودسن(1992).

ب. مقياس قلق الامتحان لسيلبارجر .

خامسا - الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

01. المتوسط الحسابي.

02. الانحراف المعياري.

03. معامل ارتباط بيرسون .

04. اختبار " ت " .

03 - عرض نتائج الدراسة :

01. تتصّ الفرضية الأولى على وجود علاقة ارتباطية دال إحصائياً بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

2. جدول رقم(01) يوضح حساب معامل الارتباط بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا.

العينة	" ر "	مستوى الدلالة
188	- 0.155	دالة عند المستوى 0.05

يتّضح من خلال الجدول السابق رقم(01) وجود علاقة إرتباطية دال احصائياً عند مستوى دلالة 0.05 بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

02. تتصّ الفرضية الثانية على : هناك علاقة إرتباطية دال احصائياً بين العلاقات الأسرية و قلقل الامتحان لدى الإناث .

3. جدول رقم (02) يوضح حساب معامل الارتباط بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث .

العينة	" ر "	مستوى الدلالة
87	- 0.116	غير دال

يتضح من خلال الجدول السابق رقم (02) عدم وجود علاقة إرتباطية دال إحصائياً بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث.

3. تتصّ الفرضية الثالثة على : هناك علاقة ارتباطية دال إحصائياً بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور .

4. جدول رقم(03) يوضح حساب معامل ارتباط بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور .

مستوى الدلالة	" ر "	العينة
دال على مستوى 0.05	- 0.219	100

يتضح من خلال الجدول السابق رقم (03) وجود علاقة إرتباطية عند مستوى الدلالة 0.05 بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور.

5. تتص الفرضية الرابعة على : هناك فروق جنسية دال إحصائيا في العلاقات الأسرية لدى طلاب البكالوريا .

ث. جدول رقم(04) يوضح الفروق الجنسية في العلاقات الأسرية .

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	" ت "	مستوى الدلالة
إناث	87	112.1034	15.82979	1.488	غير دال
ذكور	100	108.4400	17.5943		

يتّضح من خلال الجدول السابق رقم(04) عدم وجود فروق جنسية غيردال إحصائيا

في العلاقات الأسرية لدى طلاب البكالوريا.

05. تتص الفرضية الخامسة على : هناك فروق جنسية غير دال إحصائيا في قلق الامتحان

لدى طلاب البكالوريا .

ج. جدول رقم(05) يوضح الفروق الجنسية في قلق الامتحان .

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	" ت "	مستوى الدلالة
إناث	87	46.4253	12.9967	0.898	غير دال
ذكور	100	44.7600	12.32483		

يتضح من خلال الجدول السابق رقم (05) على وجود فروق جنسية غير دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

04 - تفسير نتائج الدراسة:

أ. تنص الفرضية على : هناك علاقة إرتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

و قد توصلت نتيجة هذه الفرضية على وجود علاقة إرتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

و عليه قد تحققت هذه الفرضية من خلال الجدول السابق رقم 01 و قد تشابهت هذه النتيجة مع دراسة كامبل (Campbeel) أنّ النظريات المعرفية السلوكية ترى أنّ كلا من الأساليب التربوية للطفل ،توقعات الأولياء ،التجارب السلبية في مجال التقييم تساعد على تطوير الاستعداد للقلق و إدراك المواقف الدراسية كمواقف مهددة لتقدير الذات ، الاستجابة لها باستجابات سلبية. (كمال إبراهيم مرسي : 1971).

كذلك دراسة بانغ (Pang-1991) حول التربية الأسيوية ، و خلصت أنّ التربية التي تمتد بالانتقاد بدل التشجيع تعمل على تطوير القلق عند الأبناء ، و تكون عاملا سلبيا في إنجازهم .

دراسة سامويل و آخرون (Samuell 1996) الذين أبرزوا من خلالها الأصل الاجتماعي لاضطرابات القلق و الكف السلبي .

كما بيّن إبراهيم مرسى(1971) في دراسة خاصة بالبيئة العربية أنّ المراهقين ذوي الخبرات

المؤلمة(خبرات الحرمان، عدم الانسجام مع الوالدين)يتميّزون بارتفاع سمة القلق و بتأخر في

الدراسة.

إنّ نموذج سراسن يندرج ضمن تناولات النظرية التي اهتمت بالعوامل الوسيطة للأداء لأنّه

افترض استعدادات مقاومة تتوسط بين القلق و الأداء متمثلة ، إمّا باجتتاب المهمة أو الانجذاب

إنّ نموذج سراسن يندرج ضمن تنازلات النظرية التي اهتمت بالعوامل الوسيطة للأداء لأنّه

افترض استعدادات مقاومة تتوسط بين القلق و الأداء متمثلة إمّا باجتتاب المهمة أو الانجذاب

إلى إتمامها و القلق المستشار في هذه الحالة يخفض بأحد ، إلى جانب هذا اعتبر سراسون هذه

الاستجابات في مواقف تهديد لتقدير الذات ، و قد تعزى الفروقات الفردية في هذا القلق إلى

أنماط المعاملة الوالدية .

و عليه تعود تأثير علاقة العلاقات الأسرية بقلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا إلى عدّة

عوامل من بينها حجم الأسرة ، العوامل الاجتماعية كالطلاق ، ممّا يؤثر سلبا على مستوى

التحصيل الدراسي ، كذلك العوامل الاقتصادية و الاجتماعية كانخفاض المستوى المعيشي

وسوء المعاملة الوالدية.

ب.تنص الفرضية الثانية على : هناك علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق

الامتحان لدى الذكور .

و قد توصلت نتيجة هذه الفرضية إلى عدم وجود علاقة إرتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث .

و عليه لم تتحقق هذه الفرضية من خلال الجدول السابق رقم 02 ، حيث ترى الباحثة هناك علاقة إيجابية بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الإناث ، ففي هذه الحالة كانت الأسرة و قلق الامتحان دافعا للإنجاز عند الإناث ، و ذلك بتجاوز كل العقبات من أجل النجاح في الامتحان ، يكون بمثابة عامل تكيف في وضعية الامتحان ، إذ يجعل التلميذ ينهمك في الإجابة دون التشتت ، و الضياع بين الأفكار السلبية التي تعرقل في تقديم حلول صحيحة .

و يمكن تفسير هذه العلاقة الإيجابية إلى أنّ الإناث أحسن مقارنة مع الذكور في التحصيل الدراسي من حيث الطموح الزائد و الرغبة الكبيرة في النجاح ، حيث يتميزن بالرضى نحو أنفسهنّ و نحو ما قدّموه من إنجاز ، لذلك نجدهنّ يبذلن قصارى جهدهنّ لإرضاء أسرهنّ ، فمهما حققن من نجاح فإنهنّ يطمحن إلى درجة أعلى من التفوق ، كذلك يمكن إرجاع السبب إلى الاهتمام للواجبات المدرسية و المواظبة في العمل و المراجعة المستمرة للدروس ، و استعمال قويّ للكتب الخارجية المختلفة ، فهنّ يسعين جاهدين للمحافظة على تفوقهنّ ، فينتابهنّ الخوف أن يضيعن من هنّ لقب " التفوق " لذلك يصبحن في حالة قلق من الفشل ممّا يكون دافعا قويّا للتحصيل الجيد .

ت.تنص الفرضية الثالثة على : هناك علاقة إرتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية وقلق الامتحان لدى الذكور .

و قد توصلت نتيجة هذه الفرضية إلى : وجود علاقة إرتباطية دال إحصائيا بين العلاقات الأسرية و قلق الامتحان لدى الذكور.

و عليه تحققت هذه الفرضية من خلال الجدول السابق رقم 03 و يمكن تفسير ذلك بأن الذكور لم يعودوا يرون في النجاح الدراسي الوسيلة الناجحة لتحقيق الاستقرار على المستوى الاجتماعي و الاقتصادي ، و يفضلون استثمار جهودهم في مجالات أخرى كمجال الدراسة كذلك عدم تمسك الذكور بأسرهم و التفاعل معهم .

حيث يقول سوليفان أنّ أهم مصدر للقلق هو الفشل في العلاقات الإنسانية ، فالأطفال الذين يعانون من الرفض أو الحرمان في علاقاتهم مع الأبوين و مع أشخاص مهمين في حياتهم معرضون للإصابة بالقلق أكثر من غيرهم ، أمّا كارل روجرز فيعتقد أن رغبة النمو كامنة في كل إنسان و يصاب الفرد بالقلق عندما لا تتوفر لديه فرص النمو و الارتقاء.(الأزرق بوعلو : 1998 :54).

ث. تنص الفرضية الرابعة على: هناك فروق جنسية دال إحصائيا في العلاقات الأسرية.

و توصلت نتيجة هذه الفرضية إلى : عدم وجود فروق جنسية دال إحصائيا في العلاقات الأسرية لدى طلاب البكالوريا .

و عليه لم تتحقق هذه الفرضية من خلال الجدول السابق رقم 04 ، و قد تشابهت هذه النتيجة مع دراسة جروتيفانت و كوبر بعنوان أنماط التفاعل في العلاقات الأسرية و تطور اكتشاف

الذات فهدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين الفروق الفردية للمراهقين في اكتشافهم لذواتهم و أنماط التفاعل في أسرهم ، و قد توصلا الباحثان الى التفاعل داخل الأسرة يدعم و ينمي احساس المراهقين بالميل الاجتماعي ، و الضبط الاجتماعي الانفعالي ، و أن تأثيرا بأنماط التفاعل و التماسك الأسري من الذكور .

و ترجع الباحثة النتيجة المتحصلة عليها ذلك الى عدة عوامل من بينها قد يكون عامل فطري و الى طبيعة مرحلة المراهقة و ما ينجم عنها من متغيرات تظهر في النمو الانفعالي و الاجتماعي لدى الذكور أكثر منها لدى الإناث ، و إلى ميل جنس الإناث إلى المساعدة و روح المبادرة ، و كذلك إلى المستوى المعيشي و الاقتصادي و الثقافي ، و قد يرجع ذلك إلى الأساليب المتبعة في التنشئة الاجتماعية .

ج. تنص الفرضية الخامسة على : هناك فروق جنسية دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

و قد توصلت نتيجة هذه الفرضية إلى : عدم وجود فروق جنسية دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا .

و عليه لم تتحقق هذه الفرضية ، و قد تشابهت هذه النتيجة مع دراسة عبد الرحمن العيسوي في البيئة المصرية على عينة من التلاميذ الذين تقدّموا لامتحان البكالوريا ، إذ وجد أنّ ليس هناك فرق بين الجنسين في القلق و التحصيل .(محمد عودة الريموي : 1994).

و قد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة علي محمود علي شعيب (1977) و الذي فسر ارتفاع قلق الامتحان عند الفتيات بكونها أكثر إحساسا بالمسؤولية التي يقتادها موقف الامتحان و الرغبة في النجاح ، هذا يظهر تحدي الفتاة و محاولة إثبات ذاتها من خلال المجال الدراسي مثل هذا الأمر يفسر نتائج الدراسات التي توصلت إلى فروق في متغير القلق مثل دراسة بوتا (Botha 1989) و دراسة سيد محمد الطوّاب .

خاتمة :

يهدف هذا البحث إلى دراسة علاقة العلاقات الأسرية بقلق الامتحان لدى طلاب البكالوريا و قد أسفرت نتائج البحث الحالي على تحقق فرضيتين ، و عدم تحقق ثلاث فرضيات.

و من هنا نرى أنّ للأسرة دور هام في التأثير على الطالب خصوصا في مرحلة اجتياز شهادة البكالوريا ،و ذلك لما لها من دور فعال يكون إما بالإيجاب أو السلب في التأثير على مستوى تحصيل الطالب و كذلك في زيادة أو خفض درجة القلق في الامتحانات.

و هنا يظهر دور المرشد النفسي في الاهتمام بإعداد الطالب و أسرته بتقديم لهم الارشادات لكلا الطرفين في كيفية تعامل الأسر مع أبنائهم ،و في التعامل مع الطالب لمحاولة التخفيف من درجة القلق ،وتخفيض ضغط الامتحان عليه .

إقتراحات:

تقترح الباحثة بعض البحوث المكملة لدراستها:

1.دراسة أثر الإرشاد العقلائي الانفعالي في تعديل الأفكار اللاعقلانية عن الامتحانات لدى التلاميذ في مختلف المراحل العمرية .

2.دراسة برامج ،مهارات الامتحان في علاج قلق الامتحان لدى عيّنات من المرحلة الابتدائية و الإكمالية و الجامعية .

3.دراسة فاعليّة الإرشاد السلوكي المعرفي في خفض قلق الامتحان لدى التلاميذ.

4.دراسة عن أثر الإرشاد الديني في خفض قلق الامتحان عند.

قائمة المراجع :

01. أنس شكشك (2008): علم النفس العام القوى النفسية المعرفية و القوى النفسية المحركة للسلوك دار النهج للدراسات، حلب، سوريا.
02. برو محمد (2010): أثر التوجيه المدرسي على التحصيل في مرحلة الثانوية دار الأمل .
03. بو علو الأزرق(1992):الإنسان و القلق ، سنا للنشر ،مصر .
04. ثائر غباري، خالد أبو شعيرة، صفية جبالي(2008) :علم النفس العام ،مكتب المجتمع العربي .
05. حسين عبد الحميد أحمد رشوان: دراسة علم الاجتماع التربوية ،المكتب العربي الحديث الاسكندرية.
06. حسين فايد(2005) :علم النفس العام ،مؤسسة طيبة للنشر و التوزيع ،القاهرة مصر .
07. رمزية غريب(1979):العلاقات الانسانية في حياة الصغير و مشكلاتها اليومية مكتبة أنجلو المصرية .
08. زكريا الشربيني(2003):تنشئة الطفل و سبل الوالدين في معاملة و مواجهة مشكلاته، دار الفكر العربي .
09. زهران محمد حامد(2000): الإرشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات المدرسية عالم الكتب القاهرة .
10. سامي ملحم(2003) : أساسيات علم النفس .
11. سعيد الحسني العزة(2000):الإرشاد الأسري(نظرياته و أساليبه العلاجية)،مكتبة الثقافة .
12. سعيد حسيني العزة: دليل المرشد التربوي في المدرسة ،دار الثقافة ,2005.
13. سليمان عبد الواحد يوسف إبراهيم(2010) : صعوبات التعلم الاجتماعية و الانفعالية بين الفهم و الانفعالية ،إيتراك للنشر و التوزيع ، القاهرة .
14. السيد فهمي علي(2005):علم النفس المرضي، دار الجامعة الجديدة، كلية الآداب جامعة المنصورة .
15. عبد الرحمن العيساوي(1999):سيكولوجية نمو الانسان ،دار المعرفة الجامعية جامعة بيروت .

16. عبد الرحمن العيسوي(1974):قياس و التجريب في علم النفس ،دار النهضة العربية بيروت .
17. عبد الرحمن زاهي رشدان : التربية و التنشئة الاجتماعية ،دار وائل للنشر و التوزيع.
18. عبد الرحيم نصر الله(2004): تدني مستوى التحصيل و الإنجاز المدرسي، دار وائل.
19. عبد اللطيف حسين فرج :الاضطرابات النفسية –الخوف القلق التوتر الفصام الأمراض النفسية للأطفال.
20. عبد المطلب أمين القريطي (2003): في الصحة النفسية ،دار الفكر العربي ،ط3 القاهرة .
21. عبد المنعم المليجي(1971):النمو النفسي ،دار النهضة .
22. عبد الواحد سالم :المرجع في التشريع المدرسي ،عمار القريني ،باتنة،ط2.
23. علي عسكر(2002): ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها،ط 3 ،الكويت .
24. غالب محمد المشيخي(2012) :أساسيات علم النفس ،دار المسيرة للنشر و التوزيع .
25. غياث بوفلجة(2004):كيفية الاستعداد للامتحان، دار الغرب ، الجزائر.
26. كمال إبراهيم مرسى(1981): علاقة سمة القلق في المراهقة و الرشد بإدراك الخبرات .
27. كريستين نصار(1993): مواقف الأسرة العربية من اضطرابات الطفل ، بيروت
28. لمعان مصطفى الجلالي(2011):التحصيل الدراسي ،دار المسيرة.
29. مجدي أحمد محمد عبدالله(2006) : الطفولة بين السواء و المرض ، دار المعرفة الاسكندرية.
30. محمد إبراهيم القيومي(1976):القلق الانساني ،درا الفكر العربي ،القاهرة .
31. مصطفى غالب(1974):في سبيل موسوعة نفسية ،دار مكتبة الهلال بيروت،1974.
32. مصطفى نوري القمش ،خليل عبد الرحمن المعاينة(2011) : الاضطرابات السلوكية و الانفعالية دار النشر ،ط3، عمان ، الأردن .
33. منذر الضامن (2003):الأسس الفنية و النظرية،مكتبة الفلاح للنشر.

