

**مستوى الطموح وعلاقته بقلق الامتحان لدى طلبة سنة اولى جامعي
دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية والانسانية لجامعة الوادي**

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

إشراف الاستاذ(ة)

إعداد الطالبات:

-د.أ. إسعادي فارس

-نصري اسمهان

الاسم واللقب	المؤسسة	الصفة
شوقي قدارة	جامعة الشهيد حمه لخضر . الوادي	رئيسا
اسعادي فارس	جامعة الشهيد حمه لخضر . الوادي	مشرفا ومقررا
ايمان عزي	جامعة الشهيد حمه لخضر . الوادي	مناقشا



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية



**مستوى الطموح وعلاقته بقلق الامتحان لدى طلبة السنة اولى جامعي
دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية والانسانية لجامعة الوادي**

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

إشراف الاستاذ(ة)

–أ.د. اسعادي فارس

إعداد الطالبات:

–نصري اسمهان

السنة الجامعية : 2023/2022

شكر وتقدير

نحمد الله عز وجل حمدا يليق بجلال وجهه وعظيم سلطانه أن أنعم علينا بإنجاز هذا العمل

نتقدم بالشكر الجزيل والعرفان والامتنان إلى الأستاذ المشرف

" الدكتور اسعادي فارس "

على نصائحه وتوجيهاته.

كما نتقدم بالشكر إلى كل أساتذتنا بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الوادي والشكر

موصول إلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد

ملخص الدراسة

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق الامتحان ومستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين بجامعة الوادي ، وشملت عينة الدراسة الأساسية على (40) طالبا وطالبة، اعتمدنا على المنهج الوصفي الارتباطي ، في القيام بهاته الدراسة وتم التوصل الى أن الطموح هو الرغبة القوية في تحقيق النجاح والتفوق في مجال معين. قد يكون للطموح تأثير كبير على قلق الامتحان للأشخاص الذين يحملون مستوى عالٍ من الطموح.

.Study summary

The study aims to identify the relationship between exam anxiety and the level of ambition among undergraduate students at Al-Wadi University. Excellence in a particular field. Ambition may have a significant impact on test anxiety for people with a high level of ambition.

فهرس المحتويات

المحتويات

أ.....	مقدمة
2.....	1. إشكالية الدراسة:
3.....	2.الفرضية العامة:
3.....	3.الفرضيات الاجرائية :
14.....	الفصل الأول:
14.....	مستوى الطموح
17.....	تمهيد الفصل
18.....	1. مفهوم مستوى الطموح
18.....	1-1- تعريف الطموح لغة:
18.....	1-2- التعريف النفسي
19.....	2. طبيعة مستوى الطموح:
20.....	3. محددات مستوى الطموح
20.....	1.3. المحددات الشخصية
25.....	2.3. المحددات الاجتماعية:
27.....	4. أساليب قياس مستوى الطموح :
30.....	5. النظريات المفسرة لمستوى الطموح
33.....	6. العوامل المؤثرة في مستوى الطموح :
36.....	خلاصة الفصل
37.....	الفصل الثاني: قلق الامتحان
49.....	تمهيد:
50.....	1. مفهوم القلق :
50.....	2. مفهوم قلق الامتحان:
51.....	3. تصنيف قلق الامتحان

52	4. أسباب قلق الامتحان :
53	5. أساليب علاج قلق الامتحان:
55	6. نظريات قلق الامتحان :
58	7. أنواع قلق الامتحان
58	خلاصة الفصل
60	الفصل الثالث: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية الوادي
68	تمهيد:
69	أولا: طريقة وأدوات الدراسة
69	1. طريقة الدراسة
72	2. أدوات الدراسة
73	ثانيا: نتائج الدراسة الميدانية وتفسيرها
73	1. عرض وتحليل نتائج الدراسة
74	2. اختبار مناقشة فرضيات الدراسة
80	خلاصة
81	خاتمة
71	قائمة المصادر والمراجع
75	قائمة الملاحق

مقدمة

يعد مستوى الطموح مدى الرغبة والتطلع في تحقيق النجاح وتحقيق الأهداف المحددة. قد يكون للطموح تأثير على قلق الامتحان بطرق مختلفة.

وعلى الجانب الإيجابي، يمكن أن يكون للطموح دور محفز للطلاب في الاستعداد للامتحانات والعمل بجد لتحقيق النجاح. عندما يكون لديك طموح عالٍ، قد تكون متحمسًا للحصول على درجات جيدة وتحقيق أهدافك الأكاديمية. هذا الحماس والدافع قد يساعدك على التركيز والعمل بجد في الدراسة والاستعداد للامتحانات، مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق نتائج جيدة.

ومع ذلك، يمكن أن يكون للطموح أيضًا تأثير سلبي على قلق الامتحان. قد يشعر الطلاب الطموحون بضغط كبيرة لتحقيق النجاح والتفوق، وهذا الضغط قد يؤدي إلى زيادة مستويات القلق والتوتر قبل الامتحان. قد يصبحون مهووسين بالأداء العالي والخوف من عدم تحقيق التوقعات العالية التي وضعوها لأنفسهم، وهذا يمكن أن يؤدي إلى توتر زائد وعدم الثقة في القدرة على النجاح.

الفصل الأول:

الإجراءات المنهجية للدراسة

1. إشكالية الدراسة:

شهد التعليم الجامعي تطورات وتغيرات عديدة ارتبط بعضها بالتغيرات الدولية و العالمية المتعلقة بالعولمة و تأثير وسائل الإعلام الحديثة و تكنولوجيا الإتصال والمعلومات، وبعضها ارتبط بتغيرات مجتمعية متعلقة بصورة التعليم الجامعي و الجامعة لدى الرأي العام و أخرى اقتصادية و سياسية و التي تسيطر على المجتمع بصفة عامة و الطالب الجامعي بصورة خاصة، بحيث جعلت هذا الأخير قلقا بشأن مستقبله وما يعمل معه من تحديات و مفاجآت وتغيرات تتنافى مع قدراته و إمكانياته و استعداداته وطموحاته التي يطمح إليها وهذا ما قد يجعل الطالب في توتر دائم و قلق من الغد.

وتعتبر شخصية الإنسان بمثابة المحور الأساسي التي على أساسها يحدد مستواه الذي يرغب في الوصول اليه وهذا ما يسمى بمستوى الطموح الذي يعتبر الطموح أحد أهم أبعاد الشخصية التي يمكن أن تميز أي فرد عن الآخر، فهو بمثابة الدافع والمؤشر الذي يمثل سلوك التلميذ في مساره الدراسي وفي تعامله مع نفسه وما يريد الوصول إليه، ويعتمد حجم تحقيق الأهداف التي يضعها الفرد على مدى طموحه وإصراره للسعي لتحقيقها ومن هنا يكون إما النجاح أو الفشل هذا كله يعتمد على مدى كفاءة التلميذ في حد ذاته. ومن ثم فإن أهداف الفرد وطموحاته تؤثر في فكرته عن ذاته، ونجاح الفرد أو إخفاقه في تحقيق أهدافه وطموحاته مردود على توافقه وصحته النفسية بحيث يتوافق مع ما لديه من قدرات وإمكانيات إلا وأصبحت أهدافه ومطامحه مجرد نوايا وآمال خامدة تظل حبيسة في صدر صاحبها، ولذلك تنتسج الفجوة بين مطامح الفرد وقدراته مما قد يعرضه للشعور بالعجز والإحباط.

ف نجد تلاميذ سنة الأولى جامعي لديهم طموحات وآفاق مستقبلية جد عالية، يسعون ويطمحون لتحقيقها على أرض الواقع للوصول إلى أعلى المراتب لديهم، ولكن ينتابهم نوع من التوتر والقلق.

ويعتبر القلق من أهم السمات التي يمكن أن تميز فرد عن الآخر، فالقلق مشكلة نفسية تنتاب التلميذ المتهيء لاجتياز أحد الشهادات وبالأخص شهادة الليسانس، وهو عملية انفعالية مكونة من جانبين شعوري وجانب لاشعوري، فالجانب الشعوري للقلق يتمثل في شعور الطالب بالخوف والتهديد أما الجانب اللاشعوري فيشمل العمليات المعقدة والمتداخلة، يعمل الكثير منها دون وعي بها.

التساؤل الرئيسي:

- هل هناك علاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى الطالب الجامعي؟

2.الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية بين المستوى الطموح وقلق الامتحان لدى طلبة السنة الأولى جامعي

3.الفرضيات الاجرائية :

*توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين مستوى الطموح وقلق ما قبل الامتحان لدى طلبة سنة اولى جامعي

*توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين مستوى الطموح وقلق اثناء الامتحان لدى طلبة سنة اولى جامعي

*توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين مستوى الطموح وقلق ما بعد الامتحان

4. تحديد مصطلحات البحث:

*مستوى الطموح

عرفه (H00P) (انه توقعات الشخص واهدافه ومطالبه المرتبطة بانجازه
المستقبلي)

(Fronk 1998. p-416).

وعرفه الزبيدي (انه مستوى توقعات الفرد ورغباته المتميزة في تحقيق اهدافه
المستقبلية في ضوء خبراته السابقة واطاره المرجعي) (الزبيدي، 2006، ص 12).

تعريف الباحث النظري.

هو مستوى الجهد الذي يبذله الطالب من اجل تحقيق المستوى العلمي و
الاكاديمي الذي يطمح اليه في تحقيق مستقبله

*قلق الامتحان:

القلق من الامتحان هو حالة نفسية تسبب ضائقة شديدة وقلق يحدث أثناء
أوقات الامتحان. يعاني معظم الناس من درجة معينة من القلق والتوتر قبل أو أثناء
الاختبار ، ولكن هذا يؤثر سلبًا على التعلم والأداء في المواقف التي لا يمكن التغلب
عليها. القلق المفرط والخوف يجعل التركيز صعبًا ، ويبذل الشخص الكثير من
الجهد لتذكر الموضوع الذي درسه عليه.

- قلق ما قبل الامتحان

يُعرف توتر الامتحان على أنه نوع من القلق الناجم عن الضغط والإجهاد في الدراسة فهو بمثابة استجابة طبيعية للضغط الدراسي، حيثُ أنّ التوتر والقلق عبارة عن مفهوم مُجرّد مثله مثل أي عاطفة، فحالة التوتر قبل الامتحان هي شعور طبيعي وسلوك صحي يقع به الطلاب أثناء فترة الامتحان والاختبار، وذلك وفقاً لعدة أسباب تفودهم لأنماط التفكير السلبية مما يؤثر على الدافع والتركيز لديهم. (قدوري خليفة).

-تعريف قلق أثناء الامتحان:

هو حالة من التوتر التي تنتاب الطالب أثناء قراءته لأسئلة الامتحان.

-تعريف قلق بعد الامتحان:

هو حالة توتر تنتاب الطالب عند عدم تأكده من الإجابات التي قام بوضعها في الامتحان.

(اجتهاد نفسي)

5.اهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة كونها تتناول إحدى المشكلات النفسية التي يعاني منها الطالب الجامعي وبالأخص المقبل على نيل شهادة الليسانس ، والممثلة في قلق الامتحان الذي يعد من أكبر المشاكل العويصة التي تعيق أداء التلاميذ وتهدد مستقبلهم العلمي.

كما تكمن أهمية هذه الدراسة من خلال تركيزها على شريحة مهمة في المجتمع الجزائري هم طلاب الجامعة خاصة أن طلبة الجامعة هم عصب الحياة و الأمل المنشود في تجديد و بناء الأمة و ازدهارها.

كما تكمن كذلك في معرفة المشكلات التي يواجهها طلاب الجامعة و التي تقف حاجزا أمامهم للوصول إلى ما يطمحون إليه بحيث تناولت مشكلة مهمة تؤثر على الصحة النفسية للطلاب الجامعيين ألا و هي قلق المستقبل و الذي يمر عليه أغلب الطلبة خاصة عند اقترابهم من إنهاء الدراسة فيتخللهم الشعور دائما بالقلق حول ما يقومون به بعد التخرج لذلك عمدت الطالبة في دراستها للتعرف على العوامل المؤثرة في هذه الظاهرة و الحد من انتشارها و محاولة زيادة وعي الطلاب بالتفكير المنطقي في مواجهة الضغوط التي تعترضهم في المستقبل وتسبب لهم قلقا اتجاه المستقبل.

6.اهداف الدراسة

-نختبر من أن هناك علاقة ارتباطية بين مستوى الطموح وقلق الامتحان لدى الطالب الجامعي.

-التخفيف من هاجس الامتحانات لدى الطالب الجامعي وزيادة في رغبة مستوى الطموح.

• التعرف على مستوى الطموح لدى الطالب الجامعي.

فيعتبر مستوى الطموح عامل واقعي للأداء، كما يعتبر من خصائص الفرد الصلبة التي تتحمل الضغوط وتتصف بالتحدي و الضبط و الالتزام، وعليه فالطموح

يعتمد على نظرة الطالب للحياة من حيث التفاؤل و التشاؤم، فهذه النظرة تؤثر على مستقبله و ما يتوقع أن يحققه من أهداف في مستقبل حياته و على أهدافه الحاضرة.

7. الدراسات السابقة

الدراسة الأولى:

جدوالي صيفية .مهداوي سامية . دراسة الفروق في مستوى الطّموح لدى الطلبة الجامعيين -دراسة على عينة من طلبة السنة أولى جامعي، هدفت هذه الدراسة الى تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق الموجودة في مستوى الطّموح لدى عينة من طلبة السنة أولى جامعي، وفقا لمتغير الجنس (ذكور/إناث) والتخصص الدراسي (أدبي/علمي)، تتكون عينة الدراسة من 186 طالب وطالبة، تم اختيارهم بطريقة قصدية بجامعة " لونيبي علي" و " سعد دحلب" بولاية البليدة، تم استخدام مقياس مستوى الطّموح من إعداد كاميليا عبد الفتاح ، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أ :عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطّموح لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث) أ .وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطّموح لدى طلبة السنة أولى جامعي تعزى لمتغير التخصص (أدبي/علمي).

الدراسة الثانية:

د. سيسبان فاطيمة الزهراء، قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي - دراسة وصفية لتلاميذ السنة الأولى ثانوي بولاية مستغانم، مجلة التنمية البشرية مخبر التربية و التطور مجلد (6/)4 عدد 2019- هدفت هذه الدراسة الى:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي - دراسة وصفية - بمدينة مستغانم للسنة الدراسية (2014-2015)، (تكونت عينة الدراسة من 60 () تلميذا وتلميذة، ولتحقيق أهداف الدراسة فقد استخدمت الباحثة مقياس قلق الامتحان للأستاذ الدكتور بشير معمريّة، و بعد عرض ومناقشة نتائج الدراسة توصلت الباحثة الى ما يلي:

- هناك علاقة عكسية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

- هناك فرق دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الإناث.

- هناك فرق دال إحصائيا في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الذكور.

الدراسة الثالثة:

- دراسة حسانين، (2000) بعنوان: قلق المستقبل وقبل الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل وقلق الامتحان وكل من متغيرات الدافعية للإنجاز ومستوى الطموح ومفهوم الذات، وأيضا التعرف على العلاقة بين كل من قلق المستقبل وقلق الامتحان وتكونت عينة الدراسة من 300 طالب وطالبة من الصف الثاني الثانوي طبق على أفراد العينة مقياس قلق المستقبل إعداد زاليكسي، ومقياس قلق الاختيار إعداد سبيلبرجر، ومقياس الدافعية للإنجاز إعداد هيرمانز، ومقياس مستوى الطموح إعداد كاميليا عبد الفتاح أكدت نتائج الدراسة وجود

علاقة سالبة بين قلق المستقبل وبين الدافعية للإنجاز ومستوى الطموح مفهوم الذات. وأشارت الدراسة وجود ارتباط إيجابي بين قلق المستقبل وبين قلق الاختيار، وأشارت النتائج عدم وجود دالة إحصائية بين الذكور والإناث في قلق المستقبل.

الدراسة الرابعة:

-دراسة دياب (2001) بعنوان: فعالية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل. وهدفت الدراسة إلى معرفة فعالية البرنامج الإرشادي الديني المستخدم في تخفيف حدة قلق المستقبل. واشتملت أدوات الدراسة على برنامج إرشادي نفسي ديني، ومقياس قلق المستقبل وتكونت عينة الدراسة من 166 طالبا وطالبة من طلاب الجامعة وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في القياس القبلي ودرجاتهم في القياس البعدي في قلق المستقبل لصالح القياس البعدي واستمرارية التأثير الإرشادي الديني بعد مرور فترة المتابعة، وبذلك تتضح فعالية الإرشاد النفسي الديني.

الدراسة الخامسة:

- أ. تهناني محمد الحربي ، قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، هدفت الدراسة الحالية الى معرفة قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض وتمثلت فرضيات الدراسة فيما يلي:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وكل من تقدير الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض.

الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض .

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي/ منخفض ي تقدير الذات من قلق المستقبل.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي/ منخفض ي مستوى الطموح من قلق المستقبل.

واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وتكونت العينة من 520 طالبة ثانوية وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس مستوى الطموح لمحمد عبد التواب معوض و سيد عبد العظيم. ومقياس قلق المستقبل لزينب شقير ومقياس تقدير الذات لمجدي محمد الدسوقي. إن تحقق فرضيات دراستنا يشير الى صدق التصور النظري الذي قامت عليه.

الدراسة السادسة:

-أسعد فاخر، قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة البصرة، مجلة أبحاث البصرة (علوم إنسانية)، 2014.

هدفت الدراسة إلى:

التعرف على مستوى القلق لدى طلبة الجامعة.

التعرف على مستوى الطموح لدى طلبة الجامعة.

التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة. البنات البصرة (العلوم الإنسانية)

الدراسة السابعة:

- دراسة الربيعي (2003). هدفت الدراسة للتعرف على الاتجاهات المستقبلية وعلاقتها بموقع الضبط (الداخلي ، الخارجي) لدى طلبة جامعة الجديدة في اليمن ، واستخدمت الدراسة مقياس الاتجاه نحو المستقبل تبعاً للجنس وطبيعة العلاقة الاحصائية بين متغير موقع الضبط ، بلغت العينة (400) طالب وطالبة وأشارت إلى أن افراد العينة | يميلون إلى الاتجاه الايجابي نحو المستقبل، وانه لا توجد فروق دالة بين متغير الجنس والاتجاه نحو المستقبل .

الدراسة الثامنة:

-دراسة هليمان (١٩٨٠) .

هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي والمهني والقدرة الاستدلالية لدى تلاميذ الصفوف السادس والثامن والعاشر والثاني عشر ، بلغت العينة (194) تلميذ وتلميذه وأشارت النتائج الى انعدم العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي والمهني والقدرات الاستدلالية ، كما وجد أن . الذكور في الصف الثامن والعاشر لديهم مستوى طموح مرتفع عن الاناث .

الدراسة التاسعة:

-طيبار وفاء * علوي سهيلة، قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى الطالب الجامعي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، 2018.

تكمن أهمية هذه الدراسة من خلال تركيزها على شريحة مهمة في المجتمع الجزائري هم طلاب الجامعة خاصة أن طلبة الجامعة هم عصب الحياة و الأمل المنشود في تجديد و بناء الأمة و ازدهارها.

كما تكمن كذلك في معرفة المشكلات التي يواجهها طلاب الجامعة و التي تقف حاجزا أمامهم للوصول إلى ما يطمحون إليه بحيث تناولت مشكلة مهمة تؤثر على الصحة النفسية للطلاب الجامعيين ألا و هي قلق المستقبل و الذي يمر عليه أغلب الطلبة خاصة عند اقترابهم من إنهاء الدراسة فيتخللهم الشعور دائما بالقلق حول ما يقومون به بعد التخرج لذلك عمدت الطالبة في دراستها للتعرف على العوامل المؤثرة في هذه الظاهرة و الحد من انتشارها و محاولة زيادة وعي الطلاب بالتفكير المنطقي في مواجهة الضغوط التي تعترضهم في المستقبل و تسبب لهم قلقا اتجاه المستقبل.

وهدفت هذه الدراسة الى:

- الكشف عن العلاقات الموجودة بين قلق المستقبل و مستوى الطموح لدى طلبة الجامعة.
- الكشف عن الفروق الموجودة بين الجنسين في كل من قلق المستقبل و مستوى الطموح.
- الكشف عن الفروق بين الطلاب في كل من قلق المستقبل و مستوى الطموح و التي تعزى إلى التخصص.

الدراسة العاشرة:

- عمرو رمضان معوض أحمد، قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى
طلبة الجامعة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، وتوصلت هذه الدراسة الى:
- لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a ٠.٠٥) بين قلق المستقبل ومستوى الطموح.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات (مرتفعي منخفضي) قلق المستقبل ومتوسط درجاتهم على مقياس مستوى الطموح.
 - لا يسهم قلق المستقبل في التنبؤ بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة.

الفصل الأول: مستوى الطموح

تمهيد الفصل

يعد مستوى الطموح من أهم العوامل التي تميز شخصية الفرد، فكلما كان طموح الفرد مرتفع بقدر ما تكون شخصية الفرد متميزة وينعكس هذا على إيجابا على المجتمع. فالطموح يعتبر جوهر لنجاح الفرد حيث يحفز الشخص للقيام بسلوكيات معينة فلكل فرد طموح معينة ينصبها أمامه ليعمل على تحقيقها ونجاحه مرتبط بمدى كفاءته وقدراته، ويتفق الباحثون على تعريف مستوى الطموح لغة واصطلاحا لكننا نجد بعض الاتجاهات المختلفة في تعريفه وطبيعته باختلاف وجهات النظر.

1. مفهوم مستوى الطموح

إن مصطلح الطموح يدل على ذلك الأمر البعيد العالي الذي يسعى الإنسان للوصول إليه، فهو غير محقق له في الوقت الراهن، ولكنه يأمل أن يحققه في المستقبل.

1-1- تعريف الطموح لغة:

عرف الطموح في معجم لسان العرب لان منظور بأنه الارتفاع فيقال بحر طموح الموج أي موج مرتفع.

أما أبو حرب في المعجم فعرف الطموح بقوله: طمح بصره إليه طموحا يعني امتد وعلا صره الطامح كل مرتفع والطموح يعني السعي إلى المراتب العليا وصاحب الآمال الواسعة. (نيفين عبد الرحمن المصري - 2011).

1-2- التعريف النفسي

حيث يشير في معجم التربية 1973م إلى الهدف أو إلى نوعية الأداء المرغوب فيه بواسطة فرد أو مجموعة في نشاط محدد.

كما يعرف في معجم علم النفس 1997 بأنه التطلع للوصول إلى هدف أو إنجاز معين. (صالحى هناء ، 2013).

لقد تم تعريف مستوى الطموح في معجم علم السلوك 1973 على انه مستوى المتوقع للأداء الكلي والمقبل. وفي تعريفنا لمستوى الطموح فيعرفه معجم علم النفس والتحليل النفسي: "على أنه المستوى الذي يطمح الفرد أن يصل إليه أو يتوقعه لنفسه، سواء في تحصيله الدراسي أو إنجازه العلمي أو في مهنته ويعتمد على تقديره لذاته ولإمكانياته ولظروفه". (فرج عبد القادر طه وآخرون، ص414).

تعرفه آمال، أباظة 2004 بأنه الأهداف التي يتوقعها الفرد لذاته في مجالات قد تكون تعليمية أو مهنية أو أسرية أو اقتصادية ويسعى لتحقيقها، وهذه الأهداف تتأثر بالعديد من العوامل الخاصة بشخصية الفرد أو العوامل البيئية المحيطة به. (عزة حسن محمد رزق. 2010)

-هو الأهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية أو مهنية أو أسرية أو اقتصادية ويحاول تحقيقها ويتسم بالعديد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد أو القوى البيئية المحيطة به، وإذا تناسب مستوى الطموح مع إمكانيات الفرد وقدراته الحالية والمتوقعة كانت السوية وإذا لم يتناسب معها ظهرت التفكيرية والاضطراب، ودائما الفرد يحاول تخطي العقبات التي تحول دون تحقيق أهدافه أو تعرقلها وأحيانا أخرى يفشل ويحبط ويقل مستوى طموح الفرد، ويعتبر مستوى الطموح عامل واقعي للأداء كما يعتبر من خصائص الشخص الصلبة التي تتحمل الضغوط وتتصف بالتحدي والضبط والالتزام. (محدب رزيقة. 2014)

التحديد الإجرائي:

المعيار الذي يحكم به الشخص على أدائه الخاص كنجاح أو فشل على بلوغ ما يتوقعه هو لنفسه في تمايز عن التحصيل وعن التطلع، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس مستوى الطموح المستخدم في هذه الدراسة.

2. طبيعة مستوى الطموح:

لقد أخذ مستوى الطموح عدة اعتبارات أهمها: مستوى الطموح باعتباره استعدادا نفسيا والمقصود بالاستعداد النفسي لمستوى الطموح أن بعض الناس عندهم الميل إلى تقدير وتحديد أهدافهم في الحياة تقديرا يتسم إما بالطموح الزائد أو بالطموح

المنخفض، ومن ثم يمكننا القول أن مستوى الطموح الأكاديمي لدى الفرد يتأثر بالعوامل التكوينية وعوامل التدريب والتربية والتنشئة المختلفة.

مستوى الطموح باعتباره وصفا لإطار وتقدير وتقويم المواقف ويتكون من خلال عاملين أساسيين التجارب الشخصية من نجاح وفشل يمر بها الفرد، وأثر الظروف والقيم والتقاليد والعادات واتجاهات الجماعة في تكوين مستوى الطموح.

مستوى الطموح باعتباره سمة يمكن القول بأن وصف مستوى الطموح كما قال "فرانك" و "هوبي" يعتبر أقرب إلى قياس القدرة أكثر منه قياسا للسمة باعتباره استعدادا يعين على كيفية الاستجابة.

ويمكننا القول بأنه يتم تحديد طبيعة مستوى الطموح من خلال مجمل الاعتبارات الثلاثة. (نور الدين تاويريث. 2018)

3. محددات مستوى الطموح

لكل فرد مستوى طموح معين يضعه أمامه ويجتهد في تحقيقه، وقد ينجح أو يفشل في ذلك ولا شك أن هذا يعتمد على مجموعة من العوامل منها ما هي خاصة بالفرد نفسه، ومنها ما هي خاصة بمحيطه الخارجي، وتتمثل هذه العوامل في:

1.3. المحددات الشخصية

1.1.3. مستوى الطموح وخبرات النجاح والفشل

يعتبر النجاح والفشل من العوامل المهمة التي تؤثر في مستوى طموح الفرد، فالنجاح والفشل عبارة عن أشكال للمكافأة والعقاب، بمعنى أنها تشبع حاجات نفسية للأنا أو تحرمها من الإشباع، فالعملية السيكولوجية التي تحدد هل العمل يؤدي إلى النجاح المشبع أو الفشل المحبط، إنما هي عملية متعلقة بمستوى طموح الفرد، فصعوبة

الموقف من جهة، وقدرة الفرد من جهة أخرى، ينظمان مستوى طموحه إلى حد كبير، فيرفع النجاح من هذا المستوى ويخفض الفشل منه، وبذلك فإن مستوى الطموح يقوم بعمل المنظم، والمخفف لتأثير الفشل وحماية الأنا من الإحباط، إذا كان هذا المستوى من الطموح متناسبا مع قدرة الفرد .

وتكل الملاحظات الدارجة والتجارب المعملية على أن مستوى الطموح يتغير من أن لآخر تبعا لما يصادف الفرد من نجاح أو فشل في تحقيق أهدافه، فالنجاح من شأنه رفع هذا المستوى، والفشل من شأنه الهبوط به (مليكة برجي، 2018).

2.1.3. مستوى الطموح وفكرة الفرد عن نفسه:

تعتبر فكرة الفرد عن نفسه من العوامل المهمة التي تسهم في رسم مستوى الطموح، من حيث ما يتسم به من صفات وقدرات جسمية وعقلية وانفعالية هل يرى نفسه ضعيف الجسم أو قويا، رشيقا أم غليظا هل يحسب نفسه ذكيا أم غير ذكي، هل يرى نفسه طموحا أو مثابرا أو خجولا أو ودودا أو سريع ويتوقف قرار الفرد واختياره لمستوى طموحه على هذه الصورة التي يكونها حول نفسه، فإن كان يظن نفسه غير ذكي تجنب الأعمال التي تتطلب مستوى عاليا من التفكير والتقدير، وإن كان يشعر أنه مكروه يتحاشى الأعمال التي يختلط بها مع الناس، والمغرور المصاب بتضخم خبيث في شعوره بأهميته وتقديره الذات، تراه يصطنع لنفسه مستوى طموح أعلى بكثير من مستوى اقتداره، أما المصاب بضمور شديد في تقديره لذاته أو من كان شديد الحساسية لنقد المجتمع فيكون مستوى طموحه في العادة دون مستوى اقتداره بكثير لأنه يرى الفشل خطرا يهدد احترامه لنفسه .

3.1.3. مستوى الطموح والذكاء

يتأثر مستوى طموح الفرد بمدى ما يمتلكه من قدرة عقلية، فكلما كان الفرد أكثر قدرة استطاع القيام بتحقيق أهداف أكثر صعوبة والفرد الأكثر ذكاء قادر على فهم قدراته وإمكاناته ورسم مستوى الطموح لنفسه، بحيث يتناسب مع هذه القدرات، وذلك على عكس الأقل ذكاء، فهو غير قادر على تحقيق أهدافه حيث يضع لنفسه مستوى طموح يرتفع أو ينخفض كثيرا عما يستطيع تحقيقه بالفعل. (مليكه برجى. 2018)

4.3.1. مستوى الطموح والتحصيل الدراسي

يعتبر مستوى الطموح متغير مهم في التنبؤ بالتحصيل الدراسي وزيادة دافعية الفرد للإنجاز بحيث يركز على الرغبة في النجاح والعمل على تطوير هذه الأهداف من أجل الوصول إلى درجة معينة خاصة في المجالات التعليمية .

5.1.3. مستوى الطموح والنضج

بعد النضج كأحد العوامل المهمة التي لها أثر على مستوى الطموح، حيث يشمل هذا المفهوم في علم النفس على الجوانب المعرفية، الانفعالية والاجتماعية الخاصة بالفرد .

فكلما كان الفرد أكثر نضجا كلما كان في متناوله تحقيق أهدافه وطموحه، وكلما كان أقدر على التفكير في الوسائل والغايات التي تحقق له ذلك . وكل مرحلة من العمر تتميز بمستوى طموح معين، ففي مرحلة رياض الأطفال قد يكون الطموح غير واضح المعالم ولكن موجود بالفعل، إذ يكون في مرحلة التشكيل، ولذا تتحدد معالمه في مرحلة المراهق ويصل إلى الواقعية في مرحلة الرشد، إذ يسهم في ظهور مدى وعي

الفرد وزيادة نضجه، فالطموح يتباين من مرحلة لأخرى تبعا لنضج الفرد الجسمي والاجتماعي والنفسي.

6.1.3. مستوى الطموح والتوافق النفسي

يعتبر مستوى الطموح من العوامل الهامة التي تلعب دور في تحديد ملامح التوافق النفسي والصحة النفسية للفرد. فالتوافق النفسي هو عملية دينامية مستمرة، يحاول الفرد من خلالها تعديل ما يمكن تعديله في سلوكه وبيئته، وتقبل ما لا يمكن تعديله، حتى يحدث التوازن بينه وبين البيئة التي يعيش فيها. (مليكه برجى. 2018)

7.1.3. مستوى الطموح وجهة الضبط

ويقصد بوجهة الضبط الجهة التي يسند إليها الفرد نتائج سلوكه وقدراته واختياراته، وتعتبر مؤشرا للأسلوب التعامل مع الواقع الخارجي والتفاعل مع أحداث البيئة فهي تفسر سلوك الفرد أثناء تفاعله مع المواقف المختلفة وهناك وجهتين، وجهة الضبط الداخلي ووجهة الضبط الخارجي، وهناك علاقة بين مستوى الطموح ووجهة الضبط، حيث يتميز أصحاب الضبط الخارجي بمستوى طموح منخفض لأنهم يتصفون بعدم الثقة بالنفس ويفتقرون إلى الإحساس بوجود قدرة داخلية ويتقبلون ذواتهم على نحو منخفض، وغير قادرين على مقاومة الضغوط وتتحفض لديهم درجة الإحساس بالمسؤولية .

8.1.3. مستوى الطموح وعامل الجنس

يؤثر عامل الجنس (ذكر أو أنثى) في رسم مستوى الطموح، فمستوى طموح الذكور يختلف عن مستوى طموح الإناث، وتعددت الدراسات التي تناولت الفروق بين

الجنسين في مستوى الطموح، وتبين وجود فئتين منها، الفئة الأولى والتي توصلت إلى أن مستوى طموح الذكور أعلى من مستوى طموح الإناث.

9.1.3. مستوى الطموح والثواب والعقاب

بعد الثواب المادي أو المعنوي مثل (الأجور الحوافز الترقيات من العوامل الهامة التي تساعد على رفع مستوى الطموح، حيث تساعد الإنسان على تنظيم نشاطه وتوجهه نحو تحقيق الهدف ، وتعمل كباعث قوي على التعلم، وبالتالي رسم مستوى طموح معين، فعندما تقدم هذه الأشياء كتعزيزات فهي نتيجة مباشرة للنجاح نفسه، ومعنى هذا أن المكافآت يجب أن ترتبط ارتباطا مباشرا بالعمل ويبذل الجهد والنجاح. ومن المستحسن أن تكون الهدية أو المدح أو المكافأة لها معنى وقيمة خاصة في نظر الطالب، وإلا فلا يكون لها أي تأثير، وتختلف قيمة هذه الهدايا باختلاف شخصية الفرد، فالفرد الذي يفتقد الشعور بالانفاس يتحرك أكثر بكلمة ثناء أكثر من الفرد الذي يتمتع بشعور الثقة بالانفاس (مليقة برجى، 2018).

10.1.3. مستوى الطموح والشعور الكفاءة:

يعتبر شعور الفرد بكفاءته دور مهم في تحديد مستوى طموحه حيث يرى (1985) Ryan & Dici المذكورة في (al & Marcour-Moisane، 2010) أن الشعور بالكفاءة لديه تأثير على مستوى طموح الفرد، باعتبارها حاجة نفسية أساسية عند الفرد، تساعد على اختيار النشاطات التي يتوقع فيها النجاح والابتعاد عن النشاطات التي يتوقع فيها الفشل.

11.1.3. مستوى الطموح والتخصص الدراسي:

يؤثر نوع التخصص الدراسي في رسم مستوى طموح الطالب، حيث يظهر الطلبة اختلاف فيما بينهم من حيث تحقيق طموحاتهم نتيجة لنوع التخصص الذي وجهوا إليه سواء التخصص العلمي أو التخصص الأدبي، والذي له دور في رفع مستوى طموح الطالب، فهو عامل أساسي في نجاحه أو فشله الدراسي، وذلك كون التخصصات الجامعية من المفروض أن تتبع من حاجات المجتمع الرئيسية التي يتم إشباعها عن طريق إعداد الطالب الجامعي إعدادا أكاديميا، يساعده على التوافق والتكيف مع المجتمع المتطور بأقل جهد ممكن وبأحسن وسيلة ممكنة لتحقيق أعلى مستوى من الطموح، وخاصة إذا تم توجيه الطالب في دراسته الجامعية وفق مبادئ علمية تهدف إلى الكشف عن مدى قدراته واستعداداته، ونوع ميوله ورغباته في كلا التخصصين. (مليقة برجى، 2018).

2.3. المحددات الاجتماعية:

تؤثر بعض العوامل الاجتماعية في مستوى طموح الفرد، ومن بين هذه العوامل ما يلي:

1.2.3. مستوى الطموح والتنشئة الاجتماعية:

يختلف الأفراد في طبيعة نشأتهم الاجتماعية حيث يكتسبون من خبرات رهينة بتلك النشأة، لذا يختلفون فيما بينهم اختلافا بينا في تقدير ما يملكونه من إمكانيات أو قدرات، أي يختلفون في مستوى طموحهم، كما أن مستوى الطموح إذا ما ترجم إلى واقع سلوكي فإنه يلقي الضوء على طبيعة العلاقة القائمة بين الفرد وجماعته التي ينتمي إليها ويتفاعل معها، فمستوى الطموح قد يكون شكلا من أشكال الاتجاه النفسي الذي ينعكس في مجموع تصرفات الفرد العامة الشعورية واللاشعورية فمن مسلمات

علم النفس أن كل اتجاه نفسي يكتبه الفرد إنما يكتسبه من خبراته الماضية التي مر بها في حياته، فالفرد يكتسب اتجاه طموحه نوعا ومدى ومستوى بنفس الأسلوب الذي يكتسب فيه الاستجابات التكيفية الأخرى لما يحيط به من مواقف. (منسي. 2003)

2.2.3. مستوى الطموح والأسرة

إن شخصية الفرد تتشكل من خلال ما يتلقاه الطفل من خبرات أولية عبر أسرته التي تمثل الجماعة الأولية بالنسبة له، للأسرة وما يسود فيها من أساليب تنشئة مختلفة دور فعال في حياة الفرد وفي إكسابه خبراته الأولى، وتختلف تلك الأساليب من ثقافة إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر، ولهذه الأساليب المختلفة في تنشئة الطفل أثارها ودورها البارز في تكوين شخصية الطفل مستقبلا .

والأسرة أول مؤسسة اجتماعية يتلقى الطفل من خلالها العادات والتقاليد، القيم واللغة، وطريقة التفكير ولها دور محوري، لا سيما في السنوات الخمس الأولى من حياته، وكيفية معاملة الأسرة للطفل لأهمية كبيرة فإذا كانت الأسرة تشعر الطفل بالود والحب والحنان العاطفي، والراحة والسكينة.

3.2.3. مستوى الطموح وترتيب ولادة الطفل في الأسرة:

إن لترتيب الطفل في أسرته أثرا واضحا في تنشئته الاجتماعية، فالابن الوحيد في الأسرة يختلف في تنشئته عن تنشئة أبناء ينتمون إلى أسر كبيرة العدد، ذلك أن مركز الاهتمام يتحول من الطفل الأول إلى الطفل الثاني بمجرد ولادة الأخير. وقد أشارت الدراسات أن المولود الأول من الجنسين يكون أكثر طموحا وإنجازا كما أنه يتمثل بالآب، بينما يتمثل الطفل الأخير بالرفاق، وبالتالي يمكن القول أن عدد أفراد الأسرة وترتيب الابن فيها له أثر على مستوى الطموح. (مليكة برجى. 2018)

4.2.3. المستوى الاقتصادي والاجتماعي وأثره على مستوى الطموح

يلعب المستوى الاقتصادي والاجتماعي دورا بارزا في تشكيل شخصية الفرد، وفي تحديد طموحاته، فإذا ما كان هناك تحسن في المستوى الاقتصادي وتحسن في دخل الأسرة سيصبح هناك نوع من زيادة التطلع إلى مستوى أعلى، وشغل مراكز أفضل، وبالتالي قد يؤثر المستوى الاقتصادي والاجتماعي على مستويات، وأنماط الطموح بأن يكون ذوي المستويات الاقتصادية العليا على قدر عال من الطموح.

4. أساليب قياس مستوى الطموح :

يمكن تحديد مستوى الطموح من خلال الأساليب التي تساعدنا في التعرف إلى ما إذا كان لدى الفرد طموح أم لا وفيما يلي إيجاز لتلك الأساليب :

أ- الدراسات المعملية LABORATORY STUDIES :

تستخدم هذه الطريقة لقياس الأهداف القريبة فقط والتي يكون النجاح فيها ممكن التحقيق بأقصر وقت وفي مثل هذه التجارب يعطي الفرد مهام معينة ويعرف الدرجة التي حصل عليها أو بلغها في المحاولة الأولى ثم يسأل عن الدرجة التي يتوقع الحصول عليها في المحاولة الثانية وقد قام عدد من العلماء بعمل تجارب تتضمن تجارب تتعلق بمستوى الطموح ومنهم ليفين Levin ، وسيرز SEARS ، وفستنجر Festinger.

وقد أوضحت تجاربهم أن في التجارب المعملية تحدد المهام مستويات الفرد إذ يخبرنا الفرد عما يطمح في الوصول إليه والبعض يضعون أهدافهم أعلى مما عرفوه عن أدائهم السابق، في حين أن البعض الآخر يضع هذه الأهداف مناسبة لأدائهم السابق

وتلك الأهداف تكون مرتفعة بعد النجاح بينما تنخفض بعد الفشل. (بابكر الصادق

محمد. 2016)

وقد أشار راجح (1965) إلى أن البعض يبالغ في تقدير نفسه والبعض الآخر يكون تقديرهم لأنفسهم أكثر اعتدالاً أو انخفاضاً ، ويتغير مستوى الطموح من وقت الآخر تبعاً لما يصادفه الفرد من نجاح أو إخفاق من شأنه النزول به ، كما أن ميل مستوى الطموح إلى الارتفاع بعد النجاح أقوى من ميل مستوى الطموح إلى الارتفاع بعد النجاح أقوى من ميل مستوى الطموح نحو الانخفاض بعد الفشل.

ويؤخذ على هذا الأسلوب أن التجارب العملية توجب توافر شروط معينة لها وقد تختلف هذه الشروط في مواقف الحياة الواقعية عما هي عليه في المواقف التجريبية وبناء عليه فإن ردود الأفعال الشخصية قد لا تكون كما هي عليه في الحياة الواقعية .

ب- دراسات الآمال studies of wishes :

ذكر كوب COBB (1964) وسترانج STRANG (1954) أن قياس مستوى الطموح عند الأفراد نصل إليه من خلال سؤال مفتوح للمفحوصين و محدد وهو ما هي الآمال التي تريد أن تقبل عليها في المستقبل ؟

أن دراسات الآمال تعد مؤشراً هاماً لتحديد أهداف الشخصية البعيدة والقريبة التي يطمح لها الشخص وتكون هذه الأهداف مختلفة من مرحلة إلى أخرى من عمر الفرد ففي مرحلة الطفولة تكون مبنية على الإنجاز الشخصي والقبول الاجتماعي أما في مرحلة المراهقة فهي تركز على الأشياء ذات القيمة الثقافية والحضارية كالمكانة

والمنزلة الاجتماعية والشهرة والنجاح. (بابكر الصادق محمد. 2016)

ج- دراسات تناولت المثاليات : Studies of IDEALS

أشارت هيرلوك (1974) HERLOCK أن دراسة الشخصية المثالية ذات أهمية في تحديد مستويات الطموح لدى الأفراد ، وقد تمت دراسات على هذا المنوال بسؤال الفرد عن الشخصية المثالية التي يتمنى أن يكون على شاكلتها وأن معرفة مثالية الطفل تشير إلى ما يأمل أن يكون عليه عندما يكبر ولكن الضرر المتوقع حدوثه في هذه الحالة أن تكون فرص نجاح الفرد للوصول إلى الشخصية المثالية التي يتمناها قليلة وضئيلة فقد تكون سمات الشخصية وقدرات الفرد غير مؤهلة لهذا النجاح مما يترتب عليه وعدم واقعية مستوى الفرد وإصابته بالإحباط واليأس .

وأن الطموح يعتمد بدرجة كبيرة على المقدرة فنحن ربما نرغب في ان نكون شعراء أو علماء مشهورين ولكن إذا ما كانت إمكانياتنا قليلة فإننا نتخلى عن هذا الطموح مبكراً وغالباً ما نترك هذه الأهداف المستحيلة دون مبالاة وذلك لأننا لسنا مسئولين عن توافر تلك الامكانيات وفي حالات أخرى نتخلى عن طموحاتنا على الرغم من ميولنا الكبيرة وهذا يعني أنه لا يكفي أن يكون لدينا ميل أو رغبة في هدف ما دون توافر قدرات مناسبة لهذا الطموح.(بابكر الصادق محمد.2016)

5. النظريات المفسرة لمستوى الطموح

تعددت النظريات التي تناولت مستوى الطموح ومن هذه النظريات ما يلي:

1.5. نظرية الفريد أدلر Adler

يعتبر (ادار) من المدرسة التحليلية ومن تلاميذه (فرويد) ولكنه انشق عن فرويد بسبب آرائه في الجنس، وعدم انسجامه مع العديد من أفكاره وكونه هو مجموعة معه ما يعرف بالتحليلية الجديدة.

ويؤمن أدلر: بفكرة كفاح الفرد للوصول إلى السمو، والارتقاء، وذلك تعويضا عن مشاعر النقص، فقد أصبحت هذه الفكرة من نظريات الشخصية الجديدة، فكرة الكفاح أو السعي وراء الشعور بالأمان. كذلك فقد أكد أدلر على أهمية الذات كفكرة مضادة لفكرة فرويد المتمثلة في الأنا الدنيا والأنا الوسطى والأنا العليا. كذلك أكد أدلر على أهمية العلاقات الاجتماعية، وعلى أهمية الحاضر بدلا من توكيد أهمية الماضي كما فعل فرويد ويعتبر أدلر الإنسان كائنا اجتماعيا، تحركه أساسا الحوافز الاجتماعية، وأهدافه الحياتية، يشعر بأسباب سلوكه وبالأهداف التي يحاول بلوغها، ولديه القدرة على التخطيط لأعماله وتوجيهها. ومن المفاهيم الأساسية عنده الذات الخلافة الكفاح في سبيل التفوق أسلوب الحياة، الأهداف النهائية والوهمية، مشاعر النقص وتعويضها. وتمثل الذات الخلافة نظاما شخصيا وذاتيا للغاية، تبحث عن الخبرات التي تساعد على تحقيق أسلوبه الشخصي الفريد والمميز في حياته، وهي فر جوهرها: أن يصنع الفرد شخصيته، ويعتبر أدلر مبدأ الكفاح من أجل التفوق فطريا. فالفرد يسعى للكفاح من أجل التفوق وذلك منذ ميلاده وحتى وفاته، وهو الغاية التي ينزع جميع البشر لبلوغها، وتعتبر الغاية التي ينشط الشخص لتحقيقها عامل حاسم في توجيه سلوكه كما ويؤكد أدلر أن كل إنسان يتمتع بإرادة أساسية في القوة، ودافع

ملح نحو السيطرة والتفوق فإذا وجد إنسان انه ينقصه شيء فانه ينساق نحو جعل نفسه متفوقا بطريقة ما، أو على الأقل نحو الزعم لنفسه وللآخرين بأنه متفوق ومثل الدافع الجنسي قد يعوض نقصه بجهد صادق منظم. وذلك فان آذار يعتقد أن حافز توكيد الذات، وليس الدافع الجنسي، هو القوة السائدة الايجابية في الحياة، وهو الذي يجعل الفرد في اندفاع دائم الوجود نحو التفوق أو على الأقل ضد النقص.

2.5. نظرية القيمة الذاتية للهدف لاسكالونا : Escalona

قدمت اسكالونا هذه النظرية (1940) وترى أنه على أساس قيمة الشيء الذاتية، يتقرر الاختيار بالإضافة إلى احتمالات النجاح والفشل المتوقعة والفرد سيضع توقعاته في حدود قدراته، وتقوم النظرية على ثلاثة حقائق هي:

هناك ميل لدى الأفراد للبحث عن مستوى طموح مرتفع نسبيا.

كما لديهم ميلا لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه لحدود معينة. (جميلة دغيش. 2018)

أن هناك فروقا كبيرة بين الناس فيما يتعلق بالميل الذي يسيطر عليهم للبحث عن النجاح وتجنب الفشل، فبعض الناس يظهرون الخوف الشديد من الفشل فيسيطر عليهم احتمال الفشل، وهذا ينزل من مستوى القيمة الذاتية للهدف.

وترى اسكالونا أن هناك عوامل تقرر الاحتمالات الذاتية للنجاح أو الفشل في المستقبل أهمها: الخبرة الشخصية، وبناء هدف النشاط والرغبة والخوف والتوقع والمقاييس المرجعية التي تقوم عليها القيمة الذاتية للمستقبل، والواقعية والاستعداد للمخاطرة، ودخول الفرد داخل أو خارج منطقة الفشل ورد الفعل لتحصيل أو عدم تحصيل مستوى الطموح، وتؤكد اسكالونا على الآتي:

الفشل الحديث يميل إلى إنقاص مستوى الطموح، والحالات التي ترفع مستوى الطموح بعد الفشل تأتي إما نتيجة لإنقاص الشعور بالواقع، أو نتيجة لتقبل الفشل. مستوى الطموح يتناقص بشدة بعد الفشل القوي أكثر منه بعد الفشل الضعيف، ويزيد بعد النجاح.

الشخص المعتاد على الفشل، يكون لديه درجة اختلاف أقل من الشخص الذي ينجح دائما. البحث عن النجاح، والابتعاد عن الفشل هو الأساس في مستوى الطموح.

3.5. نظرية المجال لليفين: Kurt Lovin

يذكر ليفين عند كلامه عن أثر القوى الدافعة في التكوين المعرفي للمجال: أنا هناك عوامل متعددة من شأنها أن تعمل كدوافع للتعلم في المدرسة، وقد أجملها فيما سماه بمستوى الطموح، حيث يعمل هذا المستوى على خلق أهداف جديدة، بعد أن يشعر الفرد بحالة الرضا والاعتداد بالذات، فيسعى إلى الاستزادة بهذا الشعور المرضي، ويطمح في تحقيق أهداف أبعد، وإن كانت مترتبة على الأولى إلا أنها في العادة تكون أصعب وابتعد مثالا، وتسمى هذه الحالة العقلية بمستوى الطموح. (جميلة دغيش. 2018).

6. العوامل المؤثرة في مستوى الطموح :

1.6.العوامل الشخصية :

الذكاء :

مما لا شك فيه أن الذكاء علاقة رئيسيه بمدى نجاح الفرد لا يحيا من فراغ و إنما يعيش في مجتمع يتفاعل معه و يؤثر فيه ويتأثر به لذلك فالنجاح يحتاج إلى الذكاء .(السيد، 1994).

الخبرات السابقة :

للنجاح والفضل أثر قوي جداً في طموح الفرد فإذا ما نجح الفرد و تفوق زاد طموحه ويقتل الفرد مثابراً للمحافظة علي ما حصل عليه من تفوق دراسي ومعنى هذا أن النجاح يدفع بالطموح إلى التقدم والنمو أما الفشل فيؤدي إلى خفض مستوي الطموح و يصيب بالعجز و الاحباط .(محمود، 2001) .

مفهوم الذات :

ويرى (كرونباچ) أن الفرد الذي تكون قد اهتزت له صورته لذاته، يضع أحياناً مستوى مرتفعاً من الطموح وهو لا يتنازل عنه حتى لو تعرض لخبرات متكررة من الفشل . وتتفق في هذا (هير لوك) حيث ترى أن تصوير الفرد لذاته كلما كان سلماً أدى ذلك إلى تكوين مستوي طموح واقعي، ذلك لأن الفرد المتوافق مع نفسه و الراضي عن ذاته يضع أهدافاً واقعية في ضوء تقييمه المستمر لقدراته و امكانياته.(مرحاب، 1984) .

الصحة النفسية :

فالتوافق النفسي و الاتزان الانفعالي لدى الفرد لها دور كبير في التطلع ارتفاع الطموح لان القلق والخوف، و الانطواء و الاكتئاب وسوء التوافق النفسي سبب لتشتت فكر و عقل الفرد مما يسبب ضعفاً في الاداء و تراجعاً في الطموح، وعدم الاكتراث ببلوغ الأهداف. (الاسود، 2003) .

نمط الشخصية :

هناك علاقة بين نمط الشخصية للفرد و مستوى طموحه، وهو يؤكد عدد كبير من العلماء و إن كان كلا منهم قد أهتم بجانب من جوانب هذه العلاقة، فقد أهتم " ماكلياند و فريمان " بأثر أساليب الرضاعة على إكساب الاطفال في الكبير أنماط سلوكية معينة، وما يكون لها من دور أساسي في تحديد مستوى الطموح، ونجد " كورتباخ " قد أهتم بأثر مفهوم الذات عند الفرد، فالفرد الذي اهتزت له صورته عن نفسه، يضع أحياناً مستوي

مرتفعاً من الطموح وهو لا يتنازل عنه حتي لو تعرض لخبرات متكررة من الفشل وبهذا يتضح الفرق الاساسي بين نمط الشخصية الفرد الراضي عن نفسه، و التوافق معها، وبين الفرد سيء التوافق الراض لذاته في إن الأول عندما يفشل في تحقيق هدفه الذي يكون قد وضعة لنفسه ينزع على الفور على تعديل سلوكه، و بالتالي تعديل مستوي طموحه، بينما يندفع الثاني نحو أساليب تبريرية لعله يغطي بها فشلة. (شعبان، 2010) .

2.6. العوامل البيئية الاجتماعية :

إن البيئية الاجتماعية دور كبيراً في نمو مستوى الطموح لأن البيئة هي التي تمد الفرد بمفاهيمه و ثقافته وهي التي تشكل الإطار الموجعي، و لكن هذا التأثير يكون مختلفاً من فرد لآخر تبعا لقدراته الذاتية وتبعاً للمضمون، هذه القيم والمفاهيم التي تقدمها له اما أن تكون صالحة لنمو مستوى طموح واقعي، أو تؤدي إلى نمو مستوى طموح غير واقعي فمثلا : تلعب الأسرة دوراً في تحديد نمو مستوى الطموح لأن أفرادها المنتمين للأسر المستقرة اجتماعياً وبيئياً، هم أقدر على وضع مستويات طموح عالية و متناسبة مع إمكانياتهم. ويستطيعون بلوغها أفضل مما لو كانوا ينتمون إلى أسر غير مستقرة. (شبير . 2005) .

خلاصة الفصل

مستوى الطموح يعتبر أمرًا شخصيًا يختلف من شخص لآخر. ومستوى الطموح يمكن أن يتأثر بالعديد من العوامل، مثل الثقافة، والتعليم، والبيئة المحيطة، والتجارب الشخصية.

بعض الأشخاص يتميزون بمستوى طموح عالي، حيث يسعون جاهدين لتحقيق أهداف كبيرة ومتطلعة. يكون لديهم رغبة قوية في التفوق وتحقيق النجاح في مختلف جوانب الحياة، سواء كانت مهنية، أكاديمية، أو شخصية.

بالمقابل، يوجد أيضًا أشخاص لديهم مستوى طموح متوسط أو منخفض. قد يكون لديهم أهداف أكثر تواضعًا وتركيزهم يكون على الاستقرار والسعادة الشخصية بدلاً من تحقيق النجاح الكبير.

ومن المهم أن نلاحظ أن مستوى الطموح ليس مؤشرًا على القدرة الفردية أو قيمته. يمكن لكل شخص أن يحدد مستوى الطموح الذي يناسبه ويعمل نحو تحقيق أهدافه الشخصية.

الفصل الثاني: قلق الامتحان

تمهيد:

قلق الامتحان هو حالة من التوتر والقلق التي يشعر بها الأفراد قبل أو أثناء الاختبارات أو الامتحانات. وهو شعور طبيعي يمكن أن يصيب العديد من الطلاب والطالبات في مختلف المراحل التعليمية، سواء كانوا في المدرسة أو الجامعة أو أي نوع آخر من الامتحانات.

1. مفهوم القلق:

يعرف أحمد عزت راجح (1993) القلق على أنه الخوف من الخطر أو ألم أو عقاب، يحتمل أن يحدث لكنه غير مؤكد للحصول.

أما محمد أيوب الشحيمي (1997) يعرف القلق على أنه شعور غامض غير سار مقرون بال توقع والخوف والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية تأتي في نوبات تتكرر في نفس الفرد.

وحسب كارن هورني القلق عبارة عن استجابات انفعالية الخطر يكون موجها إلى المكونات الأساسية للشخصية.

أم ما سبلبرجر (1972) يرى أن القلق حالة انفعالية مؤقتة يشعر ما الإنسان عند إدراكه لموقف يهدد ذاته وينشط جهازه العصبي الإدراكي ويشعر بالتوتر. (ساعد وردية. 2003)

2. مفهوم قلق الامتحان:

هو حالة نفسية تتصف بالخوف والتوقع، أي أنه حالة انفعالية تصيب بعض الطلاب قبل وأثناء الامتحانات مصحوبة بتوتر وتحفز وحدة انفعال وانشغالات عقلية سالبة تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الامتحان، مما يؤثر سلبا على المهام العقلية في موقف الامتحان.

ويعرف قلق الامتحان إجرائيا بأنه قلق حالة في موقف الامتحان تنتاب التلاميذ، وتختلف أعراضا على النواحي النفسية والمعرفية والفيزيولوجية لهم، حيث تثبط العمليات المعرفية العقلية، وتغير في التركيبة العصبية وتؤثر سلبا على الجهاز النفسي، وهذا ما يعرف بقلق الامتحان المعشر لأداء التلاميذ والذي يكون في مستوى

قلق الامتحان المرتفع، أما قلق الامتحان الذي يحفز التلاميذ ولا يهدد كياناتهم ويؤثر على أدائهم تأثيرا إيجابيا يكون في مستوى القلق المتوسط، وهذا ما يعرف بقلق الامتحان الميسر للأداء. ويقاس إجرائيا من خلال الدرجات التي يحصل عليها التلاميذ من خلال إجاباتهم على بنود مقياس قلق الامتحان المستخدم في هذه الدراسة.

هو حالة مؤقتة من القلق مرتبطة بمواقف الامتحان يصل إليها التلميذ نتيجة الزيادة في التوتر والخوف أداء الاختبار، ويصاحب هذه الحالة اضطراب في النواحي الجسمية الفسيولوجية والمعرفية العقلية والنفسية الانفعالية، كما يؤثر قلق الامتحان على الأداء تأثيرا إيجابيا عندما يكون القلق معتدلا، وبالتالي يكون دافعا محفزا ومنشطا للأداء، وسلبيا عندما يكون قلق الامتحان مرتفعا، وبالتالي يكون مهددا ومثبطا للأداء وللموقف الاختباري الأدائي.

3. تصنيف قلق الامتحان

أ. القلق الميسر:

وهو قلق الامتحان الذي يبعث في التلاميذ الاجتهاد والحرص الشديد على الأداء، بينما المستوى المعتدل منه يعتبر أمرا طبيعيا فلا يؤثر كثيرا على أداء الفرد في الاختبار، ويسمى حينئذ بالقلق الميسر.

وقد يعجب البعض حين يعلم أن القلق هنا أمر إيجابي ومفيد للغاية، وهذا ما يعرف بالقلق الطبيعي الذي يحدث استجابة لمواجهة المواقف التي تتطلب استعدادا إضافيا وفائدة القلق في هذه الحالة المساعدة على تهيئة الفرد من الناحية البدنية والنفسية لبذل مزيد من الجهد فيجمع طاقاته، ويزيد من حالة اليقظة والانتباه والتركيز بما يساعده على إنجاز ما هو مطلوب.

ب. القلق المعشر :

وهو قلق الامتحان المرتفع ذو الأثر السلبي المعوق، حيث تتوتر الأعصاب ويزداد الخوف والانزعاج والرغبة، ويستثير استجابات غير مناسبة، مما يعوق قدرة الطالب على التذكر والفهم، ويربكه أثناء استعداده للامتحان ويعسر أداءه فيه.

وعليه، فإن قلق الامتحان المعشر ذو التأثير السلبي على التلاميذ من حيث النواحي النفسية والمعرفية والجسمية يستدعي معهم التدخل الإرشادي لخفض قلقهم إلى الحد المعقول، وأما التلاميذ ذوي القلق الميسر المعتدل فهو مشجع ومحفز على الاستعداد الجيد للامتحان. (فايزة بوترة. 2020)

4. أسباب قلق الامتحان :

يرى المهتمون في مجال الصحة النفسية والأخصائيون في المجال التربوي أن قلق الامتحان يعزى إلى العديد من الأسباب نل من أبرزها التالي:

- نقص الرغبة في النجاح والتفوق.
- وجود مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الامتحان، أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته.
- ارتباط الامتحان بخبرة الفشل في حياة الطالب، وتكرار مرات الفشل.
- قصور في الاستعداد للامتحان كما يجب، وقصور في مهارات اخذ الامتحان.
- التمرکز حول الذات، ونقص الثقة بالنفس .
- الاتجاهات السالبة لدى الطلاب والمعلمين والوالدين نحو الامتحان .
- صعوبة الامتحانات والشعور بأن المستقبل يتوقف على الامتحانات.

- الضغوط البيئية وخاصة الأسرية، لتحقيق مستوى طموح لا يتناسب مع قدرات الطالب.

- الضغوط المباشرة، حين يتعرض الطالب للتهديد أو يواجه الفشل.

- محاولة إرضاء الوالدين والمعلمين والمنافسة مع الرفاق.

- العجز المتعلم وتوقع الفشل ونقص السيطرة. (انتصار عبد القادر صالح محمد. 2016)

ويمكن القول أن الأسباب وراء قلق الامتحانات متنوعة منها ما يتعلق بالطالب أو بنظام التعليم الذي لا يأخذ في الاعتبار إعداد الطلاب نفسياً بطريقة متدرجة، والرغبة المصطنعة التي قد تسهم فيها دون قصد وسائل الإعلام حيث يتصور الطالب أنه في مواجهة نوع من التحدي المصيري ، وهذه المبالغة تسبب المزيد من الضغط النفسي والقلق. ونصيحة الطب النفسي في هذه الحالة هي التزام الهدوء والتخلي عن المخاوف واكتساب الثقة مع الابتعاد تماماً عن الأدوية المهدئة أو المنبهات التي تفوق أثارها الجانبية أي فوائد منتظرة من استخدامها.

5. أساليب علاج قلق الامتحان:

أسلوب التحصين المنظم وهو من أساليب المدرسة السلوكية الذي يقوم على تقديم المثيرات التي تسبب القلق بشكل متدرج وذلك بتعرضه لعدد من المواقف الشبيهة بموقف الامتحان.

العلاج المعرفي والذي بموجبه يتم تحديد الأفكار المخيفة الباعثة لقلق الامتحان وتعديلها على أساس أنها منطقية أو غير منطقية.

الإرشاد الجماعي الذي يقوم على مناقشة الطلاب في المشكلات المرتبط بقلق الامتحان حيث يستفيد الطلاب من خبرات بعضهم البعض في مواجهة موقف الامتحان. (أبو ملوحة محمد يوسف، 2004م).

مجموعة من الأفكار المفيدة التي يمكن للمدرسين إرشاد الطلاب على إتباعها يوم الامتحان:

- لا تكثر من شراب المثيرات قبل الامتحان لأنها تزيد الإجهاد.
 - تجنب الأكل على الأقل ساعتين قبل الامتحان ويفضل تناول وجبة خفيفة، لأنه حين تناول وجبة كاملة يندفع الدم من الدماغ إلى الجهاز الهضمي وهذا يبطل المقدر على استرجاع المعلومات.
 - ارتداء ملابس مريحة لأنها تشعر بالراحة أثناء عملية الامتحان.
 - تجهز للامتحان عندما تشعر بالتوتر، خذ قسطاً من الراحة، أغمض عينيك وتصور نفسك في مكان مريح تفضله وعندما تفتح عينيك ركز على الامتحان مرة أخرى.
 - اقرأ الإرشادات والأسئلة بدقة ، اقرأ الأسئلة كما هي وليس كما تريدها أن تكون.
 - أدر وقت الامتحان بحكمة ، أنظر إلى كل امتحان ثم أعد إستراتيجيات الهجومية وحدد أي الأسئلة التي ستبدأ بها.
 - أبحث عن مفتاح الأسئلة، دائماً يكون هناك لمحات عن الإجابة.
 - احترس بأن إجابة الأسئلة المقالية تكون صعبة إذا لم توضع خطأ للإجابة عليها.
 - التدريب على عينة من الامتحانات لأنها تساعدك على توقع ما يحتويه الامتحان.
- (أبو ملوج محمد، 2004)

6. نظريات قلق الامتحان :

1.6. النظرية الانفعالية:

قلق الامتحان لا يختلف عن الأشكال الأخرى للقلق والفوبيا، إلا أن موضوع الخوف واضح، فقلق الامتحان يظهر كرد فعل انفعالي أقل شدة من الخوف. وبالنسبة للنظرية الانفعالية، قلق الامتحان سببه نشاط كبير للجهاز العصبي الإنعاشي، فرد فعل الجسم والأعراض المذكورة سابقا هي نتاج نشاط الجهاز العصبي المستقل.

2.6. النظرية المعرفية :

حسب هذه النظرية، الجانب المعرفي هو المسؤول عن نقص الأداء عند التلاميذ القلقين في وضعية التقويم.

وبالرغم من أن الجانب الانفعالي يظهر عند التلاميذ القلقين وغير القلقين لكن بشكل مختلف، هذا يعني أن الانفعالات عند التلاميذ القلقين تكون أقوى وأشد مما هي عليه عند التلاميذ غير القلقين. (ساعد وردية. 2002)

والصعوبات التي يواجهها التلميذ في وضعية الامتحان والتي تعيق أداءه ناتجة عن عمليات معرفية مختلفة كالانزعاج بسبب الأفكار السلبية التي تدور في ذهن التلميذ وكذلك بسبب مشاكل في الانتباه والتركيز.

تندرج ضمن النظرية المعرفية:

-النظرية الانتباهية:

حب و اين (Wain 1971 1982) و سارسن (1980) أن التلاميذ القلقين يقضون قسطا كبيرا من وقت الامتحان في التركيز على مثيرات ليست لها علاقة بالمهمة المطلوب إنجازها (الامتحان)، فهؤلاء التلاميذ يقضون معظم وقت الامتحان في طرح

أفكار حدي بة نقد ذاتي، الإيمان بفرص ضئيلة للنجاح في الامتحان، فانتباه التلميذ إذن مقسم بين الأفكار الانتقادية والمهمة الواجب تأديتها والتي في الحقيقة تتطلب كل الانتباه والتركيز. (ساعد وردية. 2002)

يمكن تقديم النظرية المعرفية (الانتباهية) لقلق الامتحان في ثلاث محاور أساسية:

الوصف الذاتي السلبي: التلاميذ القلقون يكون لهم تقدير الذات سلبي ويشعرون بال نقص ولا يثقون في قدراتهم ومؤهلاتهم ودائماً يشعرون بعدم الرضى على ما يقدمون به، والى ثقة في النفس تكون م معدمة عالمي عكس التلاميذ غير القلقين.

تقليص الانتباه إن التلاميذ القلقين يوجهون انتباههم نحو أنفسهم عكس التلاميذ اهير القلقين الذين يوجهون انتباههم نحو المهمة للمطالبين بإنجازها (الإجابة على أسئلة الامتحان)، والتلاميذ القلقون يستغرقون وقتاً طويلاً في الامتحان لكن ليس في التركيز والإجابة على الأسئلة بل الانغماس في ملاحظة الذات ونقدها.

-ارتباط الانزعاج بالمهمة: إن دراسات شبير (Chabeer، 1984) ووالز (Walz، 1994)، بينت أن درجة كبيرة من التركيز حول الذات قد يؤدي إلى خلل وظيفي معرفي Dysfonctinnement cognitif الذي قد يسبب صعوبة في استعمال الموارد المعرفية واستخدام للمعلومات اللازمة للإجابة على أسئلة الامتحان.

3.6. نظرية مشنيوم ويولتر Polter & Meichenbaum

يرى أصحاب هذه النظرية أن التلاميذ القلقين يختلفون عن غيرهم من التلاميذ غير القلة بين في حديثهم الداخلي، سلوكهم، ردود أفعالهم، وكل الجانب المعرفي لهؤلاء مختلف عن غيرهم.

بالنسبة لمشنيوم الحديث الداخلي لتلاميذ القلقين يكون عبارة عن أفكار شعورية حديبة، وق لد يكون الحديث الداخلي لهؤلاء التلاميذ متشائماً؛ أي يمكن أن يعبروا عن عن شعورهم الداخلي بنفس الطريقة. أما عن الجانب السلوكي، فالتلميذ القلق يختلف عن غيره أسئلة في طريقة المذاكرة والمراجعة والتحضير للامتحان وحتى في طريقة الإجابة على الامتحان والتلميذ في هذه الحالة يتراجع عندما يفكر في عواقب الرسوب والفشل ويخشى فقدان التقدير من طرف الآخرين .

4.6. النظرية الانفعالية المعرفية:

يعد سارسن و ماندلر (١٩٥٢) من الأوائل الذين اقترحوا نظرية لقلق الامتحان، وذلك عندما بذلوا جهوداً عظيمة للتفرقة بين قلق الامتحان والقلق العام في نموذجهما النظري وقلق الامتحان ممثل بمركبات معرفية وأخرى فيزيولوجية فالمركبات المعرفية تضم انطباعات عدم القدرة، أما المركبات الفيزيولوجية ي ممثلة من طرف نشاط الجهاز العصبي .(ساعد وردية. 2002).

7. أنواع قلق الامتحان

1.7. القلق المعطل أو المعسر

كلما زاد القلق عن مستوى وعين من دافعية الفرد يقل الأداء و التحصيل و يصبح عدم هذا القلق معين لعملية التعلم. قلق مرتفع وأثر سلبي معين لانجاز العمل حين تتأثر الأعصاب ويزداد الخوف والانزعاج والرغبة وهنا يعسر والفهم ، ويركبه حيث يستعد للامتحان ، ويعسر أداء الامتحان وهكذا فان قلق الامتحان المعسر (الزائد أو المرتفع) ، قلق غير ضروري و يجب خفضه و ترشيده.

أداء الامتحان ويستثير استجابات غير مناسبة مما يعوق قدرة الطالب على التذكر

2.7. القلق الميسر:

يعتبر هذا النوع من القلق أمرا طبيعيا يؤثر على أداء الفرد وخاصة في مواقف الاختبار وهو قلق الامتحان المعتدل، ذو التأثير الايجابي المساعد والذي يعتبر قلعا دافعيًا يدفع الطالب للدراسة والاستذكار والتحصيل المرتفع وينشطه ويحفزه على الاستعداد للامتحانات وييسر أداء الامتحان. (عاصي آمال.2022)

خلاصة الفصل

يتسبب قلق الامتحان في العديد من الأعراض البدنية والعاطفية والسلوكية، مثل الارتباك، والقلق الشديد، وصعوبة التركيز، والنوم غير المريح، والتعرق الزائد، والصداع، والغثيان، والتقيؤ، وزيادة معدل ضربات القلب، والرجفة، والقلق المستمر.

تعود أسباب قلق الامتحان إلى عوامل متعددة، مثل الضغط النفسي لتحقيق النجاح والحصول على درجات عالية، والخوف من الفشل وعواقبه المحتملة، والشعور بعدم الاستعداد الكافي للامتحان، وضغط الوقت وتحمل المسؤولية.

**الفصل الثالث: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة
أولى جامعي بولاية الوادي**

تمهيد:

سنقدم في هذا الفصل دراسة تطبيقية اي اسقاط ما جاء في النظري على ارض الواقع وإعطاء تفاصيل أكثر وشرح دقيق حول مستوى الطموح وعلاقته بقلق الامتحان لطلبة أولى جامعي بولاية "الوادي"، سنقوم في هذا الفصل بدراسة ميدانية بهدف معرفة حول مستوى الطموح في الوسط الجامعي محل الدراسة، وعلاقته بقلق الامتحان، حيث نعتمد في هذا الفصل على المعطيات الإحصائية وتفرغها كمياً وكيفياً وذلك بالاستعانة ببرنامج EXEL وبرنامج الحزم الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS22 لتعزيز النتائج ومعرفتها بدقة.

أولاً: طريقة وأدوات الدراسة

يتوقف نجاح وانجاز الدراسة الميدانية على تحديد طريقة جمع البيانات المتعلقة بموضوع البحث، إضافة إلى تحديد مختلف الأدوات الإحصائية المستخدمة لتحليل هذه البيانات.

وذلك من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي، الذي يستخدم في المتابعة الدقيقة للظاهرة بطريقة كمية أو نوعية لفترة زمنية أو عدد من الفترات من أجل التعرف على الظاهرة من حيث المحتوى، والوصول إلى نتائج وتعليمات تساعد في فهم الواقع وتحسينه، وتهدف هذه الدراسة إلى تعرف على واقع مستوى الطموح وعلاقته بقلق الامتحان لدى طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي".

1. طريقة الدراسة

يعتمد تحديد طريقة الدراسة على جمع البيانات وعلى معرفة مجتمع الدراسة ومتغيراتها، وكيفية قياسها والتأكد من صدق وثبات أداة البحث.

1.1. عينة الدراسة

اختيرت عينة عشوائية بسيطة عددها (40) من طلبة جامعة بولاية "الوادي".

الجدول رقم (2-1): تحديد العينة المستهدفة

عدد الاستمارات الموزعة		عدد الاستمارات المسترجعة		عدد الاستمارات الملغاة		عدد الاستمارات القابلة للتحليل	
التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
40		36	84%	4	16%	36	100%

المصدر: من إعداد الطالبة بالاعتماد على معطيات الاستبيان

2.1. تحديد متغيرات الدراسة وكيفية قياسها

تمثلت متغيرات الدراسة في المتغير المستقل والمتغير التابع.

المتغير المستقل: وهو المتغير الذي نكون أحرارا في التعبير عنه بأي قيمة ضمن معادلة معينة، والذي تتحدد على أساسه القيمة التي يتخذها متغير آخر يسمى المتغير التابع. (عبد العزيز فهمي هيكل، 1985)

ويتمثل في دراستنا هذه في " مستوى الطموح "

المتغير التابع: هو المتغير الذي تتحدد قيمته تبعا للقيم التي تتخذها متغيرات أخرى تسمى بالمتغيرات المستقلة (عبد العزيز فهمي هيكل، 1985). ويتمثل في دراستنا هذه في "قلق الامتحان" من الأبعاد التالية: (قبل، اثناء، بعد) .

- كيفية قياس متغيرات الدراسة:

تم الاعتماد على مقياس ليكارت الثلاثي كما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم (2-2): مقياس ليكارت الثلاثي

الاستجابة	دائما	احيانا	نادرا
الدرجة	3	2	1
المجال	3 - 2.33	1.67 - أقل من 2.33	1 - أقل من 1.67

المصدر: عز عبد الفتاح، مقدمة في الإحصاء الوصفي والاستدلالي باستخدام SPSS، دار الوفاء، السعودية، ص17

3.1. طريقة جمع البيانات

تم الاعتماد في جمع البيانات اللازمة للبحث على نوعين من المصادر هما:

✓ المصادر الأولية

وتتمثل في كل ما يتوفر من كتب متعلقة بالموضوع وكذلك رسائل ماجستير وMASTER متعلقة معرفة مستوى الطموح وعلاقته بقلق الامتحان في الوسط الجامعي لدة طلبة اولى جامعي.

✓ المصادر الثانوية

وتتمثل في تصميم استبيان موجه لمجموعة من طلبة اولى جامعة الوادي. (أنظر الملحق رقم (01)) كأداة لجمع البيانات الأولية المتعلقة بمجتمع البحث وتطبيقها على عينة ممثلة له.

والجدول التالي يوضح توزيع عبارات الاستبيان الخاصة بعبارات مستوى الطموح

الجدول رقم (2-3): توزيع عبارات الاستبيان الخاصة قلق مستوى الطموح

العبارات	مستوى الطموح
من 01 إلى 28	مستوى الطموح

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على الاستبيان

والجدول التالي يوضح توزيع عبارات الاستبيان الخاصة بعبارات قلق الامتحان.

الجدول رقم (2-4): توزيع عبارات الاستبيان الخاصة قلق الامتحان

العبارات	فأف الامتحان
من 01 إلى 13	قبل الامتحان
من 14 إلى 18	اثناء الامتحان
من 18 إلى 29	بعد الامتحان

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على بيانات الاستبيان

✓ صدق وثبات أداة الاستبيان

يقصد بثبات الاستبانة أن تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيعها أكثر من مرة على نفس العينة وتحت نفس الظروف والشروط.

وقد تم التأكد من ثبات استبانة الدراسة من خلال طريقة معامل ألفا كرونباخ، وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول:

الجدول رقم (2-5): معامل الثبات للاتساق الداخلي للفقرات المتغير المستقل والمتغير

التابع

اسم المتغير	معامل ألفا كرونباخ
المتغير المستقل (مستوى لطموح)	0.819
المتغير التابع (قلق الامتحان)	0.823
معامل ألفا كرونباخ الكلي	0.892

المصدر: من إعداد الطالبة بناء على نتائج الدراسة ومخرجات نظام (SPSS22)

من أجل التأكد من ثبات واتساق أداة الدراسة تم استخدام اختبار ألفا كرونباخ Cronbach Alpha بينت نتائج القياس ارتفاع معامل ألفا للاستبانة ككل (0.892) وبالتالي تتمتع أداة الدراسة بصورة عامة بمعامل ثبات عال يتيح لها تحقيق أهداف الدراسة وإمكانية ثبات النتائج التي تسفر عنها.

2. أدوات الدراسة

قصد القيام بالتحليل الإحصائي للبيانات المتعلقة بموضوع البحث استخدمنا أدوات إحصائية وكذلك برامج إحصائية.

ثانيا: نتائج الدراسة الميدانية وتفسيرها

سنقوم من خلال هذا المبحث بعرض نتائج الدراسة في المطلب الأول، ثم تحليلها واختبارها من خلال المطلب الثاني.

1. عرض وتحليل نتائج الدراسة

1.1. المتغيرات الديموغرافية

من أجل تحديد عينة الدراسة قمنا بتمثيل القسم الأول الخاص بالبيانات الشخصية والتي تصف عينة الدراسة باستخدام برنامج SPSS22 وبرنامج EXCEL.

2.1. معاملات الارتباط:

في هذه الخطوة نستخدم معاملات الارتباط المتعدد والخطي ذلك لوجود المتغيرات التابعة التالية: (قبل الامتحان، اثناء الامتحان. بعد الامتحان)

الجدول رقم (2-12): معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة ومستوى الطموح

مستوى الطموح	Y	X
القيمة الاحتمالية (Sig)	ارتباط بيرسون	
0.004	%48.3	قبل الامتحان
0.000	%72.6	أثناء الامتحان
0.006	%36.5	بعد الامتحان

المصدر: إعداد الطالبة بناء على مخرجات البرنامج الإحصائي (SPSS.22).

من خلال استقراء قيم العلاقات الظاهرة في الجدول أعلاه نلاحظ وجود علاقة طردية بين المتغيرات التابعة والمتغير المستقل "مستوى الطموح"، وقد بلغت أكبر قيمة ارتباط طردية متوسطة بين مستوى الطموح وبين اثناء الامتحان حيث سجلت (%72.6) عند مستوى

(0.000)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد بعد اثناء الامتحان بقيمة واحدة تحسن متغير مستوى الطموح في المؤسسة بنسبة (27.4%)، ونفس التعليق بالنسبة لمتغيرات التابعة الأخرى.

الجدول رقم (2-13): الارتباط الخطي بين المتغير المستقل والمتغير التابع

النموذج	معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	معامل التصحیح	التحديد	الخطأ التقدير المعیاري
1	0.552	0.332	0.485		0.274

المصدر: إعداد الطالبة بناء على مخرجات البرنامج الإحصائي (SPSS.22).

نلاحظ أن معامل الارتباط ($R = 0.598$) و الذي يدل على وجود ارتباط إيجابي أي «علاقة طردية متوسطة» بنسبة (59.8%) بين قلق الامتحان لدى طلبة أولى جامعة ومستوى الطموح، كما نلاحظ أن معامل التحديد يساوي (0.332) أي أن المتغير المستقل يؤثر بنسبة (48.5%) في المتغير التابع لدى طلبة، والنسبة المتبقية (51.5%) تفسر انه يوجد عوامل أخرى تؤثر أيضا فيقلق الامتحان.

2. اختبار مناقشة فرضيات الدراسة

نقوم باختبار الفرضيات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha = 0,05$).

1.2. اختبار الفرضية الرئيسية

H0: لا يوجد أثر لمستوى الطموح على قلق الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

H1: يوجد أثر لمستوى الطموح على قلق الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

في هذه الخطوة نستخدم معامل الخط الانحدار الخطي لاختبار الفرضيات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha = 0.05$). اعتمادا على مخرجات برنامج SPSS22، حيث كانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (2-14): يمثل معاملات خط الانحدار البسيط

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	اختبار ستودنت T	قيمة الاحتمال Sig
	B	الخطأ المعياري			
1 الثابت	2.611	0.346		7.536	0.000
مستوى الطموح	0.383	0.085	0.598	4.480	0.000

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج الدراسة مخرجات نظام (SPSS22).

من الجدول أعلاه نلاحظ أن القيمة الاحتمالية للمتغير التابع (مستوى الطموح) هي ($\text{Sig}=0.000$) وهي أصغر من ($\alpha \leq 0.05$) أي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة للفرضية الرئيسية الأولى، أي يوجد أثر لمستوى الطموح على قلق الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" وهذا ما أكدته الفرضية الرئيسية الأولى.

2.2. اختبار الفرضيات الفرعية

في هذه الخطوة نستخدم معامل الخط الانحدار المتعدد لاختبار الفرضيات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha = 0,05$). اعتمادا على مخرجات برنامج SPSS22، كانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (2-15): معاملات خط الانحدار المتعدد

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	اختبار ستودنت T	قيمة الاحتمال Sig
	B	الخطأ المعياري			
			Beta		

0.000	7.087		0.554	3.923	الثابت
0.000	5.428	0.955	0.189	0.714	قبل الامتحان
0.002	2.951	0.321	0.145	0.624	أثناء الامتحان
0.006	3.215	0.941	0.152	0.574	بعد الامتحان

المصدر: إعداد الطالبة بناء على مخرجات البرنامج الإحصائي (SPSS.22).

✓ تحليل نتائج اختبار الفرضية الفرعية الأولى:

H0: لا يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد قبل الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.05$).

H1: يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد قبل الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.05$).

من الجدول أعلاه نلاحظ أن القيمة الاحتمالية للمتغير التابع (قبل الامتحان) هي ($Sig=0.000$) وهي أكبر من ($a \leq 0.05$) أي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي لا يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد قبل الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" وهذا ما أكدته الفرضية الفرعية الأولى.

✓ تحليل نتائج (اختبار الفرضية الفرعية الثانية):

H0: لا يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد أثناء الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.05$).

H1: يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد أثناء الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.05$).

من الجدول أعلاه نلاحظ أن القيمة الاحتمالية للمتغير التابع (اثناء الامتحان) هي (Sig=0.002) وهي أصغر من ($\alpha \leq 0.05$) أي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد اثناء الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" وهذا ما أكدته الفرضية الفرعية الثانية.

✓ تحليل نتائج (اختبار الفرضية الفرعية الثانية):

H0: لا يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد بعد الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

H1: يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد بعد الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

من الجدول أعلاه نلاحظ أن القيمة الاحتمالية للمتغير التابع (بعد الامتحان) هي (Sig=0.002) وهي أصغر من ($\alpha \leq 0.05$) أي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي يوجد أثر لمستوى الطموح على بعد بعد الامتحان لدى عينة من طلبة أولى جامعي بولاية "الوادي" وهذا ما أكدته الفرضية الفرعية الثانية.

✓ اختبار الفرضيتين الرئيسيتين الثانية

سنقوم في هذا باختبار الفرضية الرئيسية الثانية.

1- اختبار فرضية (الفروقات):

لا توجد فروقات تُعزى للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، العمر)
توجد فروقات تُعزى للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، العمر).

-اختبار الفرضية:

H0: لا توجد فروقات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha \leq 0.05$) لمتغيري الدراسة تعزى للجنس.

H1: توجد فروقات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha \leq 0.05$) لمتغيري الدراسة تعزى للجنس.

الجدول رقم (2-16): اختبار T للعينات المستقلة بالنسبة للجنس

Sig	F	T	العدد	الجنس	متغيري الدراسة
0.305	5.650	0.989	18	ذكر	قلق الامتحان
			18	أنثى	
0.504	0.456	1.270	18	ذكر	مستوى الطموح
			18	أنثى	

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج الدراسة ومخرجات نظام (SPSS22)

التعليق: نلاحظ من الجدول أعلاه أنه لا توجد فروق عند مستوى الدلالة المعنوية ($\alpha \leq 0.05$) لمتغيري الدراسة تعزى لمتغير الجنس حيث كان مستوى الدلالة المعنوية أكبر من ($\alpha > 0.05$) أي أن الاختلاف في الجنس لا يؤثر على متغيري الدراسة.

H0: لا توجد فروقات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha \leq 0.05$) لمتغيري الدراسة تعزى للعمر

H1: توجد فروقات عند مستوى دلالة معنوية ($\alpha \leq 0.05$) لمتغيري الدراسة تعزى للعمر.

الجدول رقم (2-17): اختبار التباين الأحادي (Anova) لمتغيرات الدراسة وفقا لمتغير

العمر

متغيري الدراسة	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	Sig
مستوى الطموح	بين المجموعات	0.332	5	0.294	0.730	0.541
	داخل المجموعات	14.626	31	0.402		
	المجموع	14.545	36			
قلق الامتحان	بين المجموعات	0.210	5	0.071	0.418	0.471
	داخل المجموعات	5.454	31	0.169		
	المجموع	5.999	36			

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج الدراسة ومخرجات نظام (SPSS22)

التعليق: نلاحظ من الجدول أعلاه أنه لا توجد فروق عند مستوى الدلالة المعنوية ($a \leq 0.05$) لمتغيري الدراسة تعزى لمتغير للعمر حيث كان مستوى الدلالة المعنوية أكبر من ($a > 0.05$) أي أن الاختلاف في العمر لا يؤثر على متغيري الدراسة.

خلاصة

ويعتبر قلق الامتحان وليد عملية التفاعل بين العوامل الشخصية للفرد، وبين عوامل الموقف الاختباري وتجتمع هذه العوامل لتدعم المكونات المعرفية التي بدورها تحفز المكونات الانفعالية، وتظهر بعض المظاهر النفسية، كنقص الثقة بالنفس والارتباك والخوف والعصبية الشديدة. وبعض المظاهر الفسيولوجية، كالغثيان والإغماء وتصيب العرق وارتعاش اليدين وكلها وسائل تكيف سلبية يلجأ إليها الفرد لتجنب موقف الامتحان كشفت نتائج الدراسة عن وجود أثر لمستوى الطموح على قلق الامتحان طلبة اولى جامعي وابعاد: (قبل الامتحان، اثناء الامتحان، بعد الامتحان) لدى طلاب جامعة محل الدراسة.

خاتمة

انبثقت الدراسة الحالية من دراسات سابقة وملاحظات ميدانية بينت أن قلق الامتحان وخاصة عند الطلبة الجامعيين يعد مشكلة يعاني منها كثير من الطلبة وبدرجات متفاوتة من هذا المنطلق هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق الامتحان وكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى تلاميذ السنة أولى جامعي بمختلف بجامعة الوادي، وشملت عينة الدراسة الأساسية (40) طالبا وطالبة مناصفة في العدد والتخصص.

ولغرض المعالجة الإحصائية استخدم الباحث مقياس قلق الامتحان الذي أعده حامد زهران ومقياس فاعلية الذات للعدل، ومقياس مستوى الطموح.

قائمة المصادر والمراجع

- ساعد وردية، علاقة قلق امتحان البكالوريا بالتحصيل الدراسي للتلميذ، جامعة الجزائر، 2002.
- فايزة بوترة، الزهرة الأسود، قلق الامتحان وعلاقته ببعض المتغيرات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي - دراسة ميدانية بمتقنة كركوبية خليفة-الرياح-الوادي - مجلة العلوم النفسية والتربوية، 2020
- انتصار عبد القادر صالح محمد، الذكاء الوجداني لدى طلاب المرحلة الثانوية، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، جامعة المنصورة، ع04، مج2، 2016.
- أبو ملوحة محمد يوسق، كيف تتحقق من قلق الامتحان، القاهرة، 2004.
- عاصي آمال، عديب عقيدة، قلق الامتحان وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ الطور الثانوي، رسالة ماستر، 2022.
- بابكر الصادق محمد، مستوى الطموح وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحلية بحري، رسالة ماجستير، جامعة السودان، 2016.
- جميلة دغيش، المسار الوظيفي وعلاقته بفعالية الذات ومستوى الطموح-دراسة ميدانية بمؤسسة الكهرباء والغاز لمدينة بسكرة-، رسالة دكتوراه، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2018.
- نيفين عبد الرحمان المصري، "قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة"، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة: جامعة الأزهر. 2011.
- صالحي هناء ، علاقة الضغط النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة المقيمين بجامعة ورقلة ،رسالة ماستر غير منشورة ،جامعة قاصدي مرباح ،ورقلة. 2013.
- فرج عبد القادر طه وأخرون ،(ب س) ،معجم علم النفس التحليلي ،بيروت: النهضة العربية فرحات يوسف شكري (2001) معجم الطالب لبنان: دار الكتب العلمية ط2.

- عزة حسن محمد رزق، اليقظة العقلية كمتغير وسيط في العلاقة بين مستوى الطموح وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، جامعة العريش.
- محدب، رزيقة. (2014). ..الذكاء الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى الطالب الجامعي : دراسة ميدانية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية-تيزي وزو. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، ع. 14، مارس 2014.
- نور الدين تاويريت، مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة علوم الانسان والمجتمع، جامعة بسكرة، 2018.
- مليكة برجى، علاقة مستوى الطموح بتقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الأولى جامعي-دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري بتيزي وزو-، رسالة دوكتوراه، 2018.
- منسي، حسن عمر شاكرا. (2003). مستوى الطموح لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي في مدينة إربد بالأردن وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة مركز البحوث التربوية.
- عبد العزيز فهمي هيكل، موسوعة المصطلحات الاقتصادية الإحصائية، دار النهضة العربية للنشر، بيروت- لبنان، 1985.
- بوشاشي بوعلام، فوائد الإحصاء، دروس و تمارين، دار هومة للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.
- أحمد مصطفى الأشقر، مقدمة في الإحصاء مفاهيم و طرائق، دار الثقافة للنشر و التوزيع، عمان 2009.
- إبراهيم سالم إبراهيم أبو عمرة، استخدام تحليل المسار في دراسة العوامل المناخية المؤثرة على كمية الأمطار في محافظة رام الله، أطروحة ماجستير في الإحصاء، جامعة الأزهر، غزة.
- محسن مجم المالكي، تعلم برنامج مايكروسوفت اكسل 2003، دار العلوم للنشر والتوزيع، بيروت، بدون سنة نشر .

قائمة الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة حمه لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم العلوم الاجتماعية

استبيان مستوى الطموح

عزيزي الطالب في اطار تحضير مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي نقدم
لكم هذا الاستبيان للاجابة على بنوده وذلك بوضع علامة (X) في الخانة التي تتوافق مع اتجاهكم نحوها.

مع العلم ان استجابتكم لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

تقبلوا منا فائق التقدير

العبارات

نادرا	أحيانا	دائما	البينود
			أعرف جيدا ما أريد أن أقوم به.
			أحدد أهدافي في ضوء إمكانياتي.
			أستطيع وضع أهداف واقعية في حياتي.
			لدي القدرة على تحديد أهدافي.
			يشغلني التفكير في المستقبل الحالي.
			أرى أن الحياة ستستمر مهما حدث.
			ينبغي الاستفادة من التجارب الفاشلة
			أشعر بالرغبة في الحياة.
			أتطلع إلى مستقبل أفضل
			أسعى لتحقيق ما هو أفضل.
			لدي القدرة على تعديل أهدافي حسب الظروف.
			أستطيع توجيه إمكانياتي و الاستفادة منها.
			أدرك أن الحياة متغيرة.
			لدي الرغبة في مواكبة التحولات لمواجهة المستقبل.
			ينبغي عدم الاستسلام للفشل.
			ينبغي أن يستعد التلميذ لمواجهة المستقبل بتحدياته.
			أجد صعوبة في تقبل كل ما هو جديد.
			أسعى وراء المعرفة الجديدة.
			أرغب في الاطلاع على كل ما هو جديد ومثير.
			من الأفضل أن يضع التلميذ أهدافا بديلة في حياته.
			أجد صعوبة في تخطيط ما أقوم به من نشاط.
			أؤمن أن كل ما هو جديد ناتج لمجهودات سابقة.
			أستطيع استبدال أهدافي التي لا تتحقق.
			أعتقد أن الفشل أول خطوات النجاح.
			أؤمن بأن تحقيق النجاح في الدراسة ليس بالأمر السهل.
			ينتابني الشعور باليأس.
			أؤمن بأن بعد العسر يسر.
			أعتقد أن إعاقتي تكون دافعا للإنجاز.

استبيان قلق الامتحان للدكتور (غربي عبد الناصر)

نادرا	أحيانا	دائما	البنود
			طريقة استعدادي للامتحان لا ترضي والدي
			ينتابني التوتر أمام أسئلة أصدقائي وقت ظهور نتيجة الامتحان
			أحس بأنني أقل كفاءة من زملائي أثناء أدائي للامتحانات
			أشعر بخطر حين أكون في انتظار نتيجة الامتحان
			طريقة شرح الأساتذة للدروس تساعدني على المراجعة
			أشعر بتوتر شديد أثناء الامتحان بسبب تصرفات الأساتذة الحراس.
			يزداد توترني في انتظار نتيجة الامتحان بسبب الكلام المتشائم لبعض أصدقائي.
			لا أتوقف عن تكرار المحاولة في مراجعة الدروس حتى أفهمها
			يزعجني أن أسئلة الامتحان لا تكون كما أتوقعها دائما
			أعتقد أنني سأترك الدراسة بسبب شعوري أنني لن أنجح هذه السنة
			ظروفي لا تسمح لي بالاستعداد الجيد للامتحان
			طريقة إجابتي عن الأسئلة الامتحانات لا تنفع أساتذتي
			يعود سبب توترني يوم الامتحان إلى الجو العام الذي يجري فيه
			يصعب النجاح في ظل ظروف المشاكل المدرسية كالإضرابات وغيرها
			أثناء المراجعة أحس أن الدروس سهلة
			أتوقع أن أنجح في امتحانات السنة الحالية ، وأنتقل بسهولة للسنة القادمة
			أعتمد كثيرا على مراجعة المواد السهلة ، وأتجنب الصعبة
			أجيب على الأسئلة السهلة في الامتحان، أما الأسئلة الصعبة فأتركها.
			أحب جو الامتحانات ، لما فيها من التشويق و الإثارة في انتظار النتيجة
			أستعين بزملائي المجتهدين لمساعدتي في تحضير الامتحانات
			أخاف يوم الامتحان من أن يحدث لي شيء يمنعني من إجرائه
			أفضل أن أكون وحدي يوم إعلان نتائج الامتحان مخوفي من الصدمة
			كلما فشلت في فهم درس أثناء المراجعة أغير طريقة المراجعة
			أشعر بالتمغص في المعدة بمجرد تذكر الامتحانات
			ينتابني شعور بالضيق الشديد، لو أنني أحصل على نتائج سلبية
			أشعر بالشفقة على أصدقائي حين لا يفهمون الدرس أثناء المراجعة
			تتزايد نبضات قلبي يوم الامتحان حين أرى التوتر والخوف في وجوه زملائي.
			لا أهتم كثيرا لنتائج زملائي السلبية في الامتحانات

			أسعى لأن أجد شخصا مناسباً يمكنه أن يبسط لي الدرس
			لا أجد الطريقة النموذجية للإجابة على كل الأسئلة في الامتحان
			لا أعرف طريقة مناسبة تجعلني في حالة هدوء وأنا أنتظر نتيجة الامتحان.

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	36	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	36	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.819	15

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.832	26

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.892	36

Descriptive Statistics			
	N	Mean	Std. Deviation
. أعرف جيدا ما أريد أن أقوم به	36	4,60	0,85
. أحدد أهدافي في ضوء إمكانياتي	36	2,61	0,80
. أستطيع وضع أهداف واقعية في حياتي	36	2,70	0,72
. لدي القدرة على تحديد أهدافي . المستقبل الحالي	36	3,62	0,74
. يشغلني التفكير في أرى أن الحياة ستستمر مهما حدث	36	4,19	0,89
ينبغي الاستفادة من التجارب الفاشلة	36	4,71	0,91
. أتطلع إلى مستقبل أفضل أسعى لتحقيق ما هو أفضل	36	3,41	0,81
. لدي القدرة على تعديل أهدافي حسب الظروف	36	3,20	0,79
. أستطيع توجيه إمكانياتي و الاستفادة منها	36	4,08	0,77
أدرك أن الحياة متغيرة	36	4,11	0,84
طريقة استعدادي للامتحان لا ترضي والدي	36	4	0,76
طريقة شرح الأساتذة للدروس تساعدني على المراجعة	36	3,74	0,83
لا أتوقف عن تكرار المحاولة في مراجعة الدروس حتى أفهمها	36	4,47	0,72
ظروفي لا تسمح لي بالاستعداد الجيد للامتحان	36	3,89	0,84
يصعب النجاح في ظل ظروف المشاكل المدرسية كالإضرابات وغيرها	36	4,32	0,85
أتوقع أن أنجح في امتحانات السنة الحالية ، وأنتقل بسهولة للسنة القادمة	36	4,05	0,80
أعتمد كثيرا على مراجعة المواد السهلة	36	3.22	0,72

أعتمد كثيرا على مراجعة المواد السهلة ، وأتجنب الصعبة	36	4,18	0,74
أتوقع أن أنجح في امتحانات السنة الحالية ، وأنتقل بسهولة للسنة القادمة	36	4,45	0,89
أستعين بزملائي المجتهدين لمساعدتي في تحضير الامتحانات	36	4,33	0,91
كلما فشلت في فهم درس أثناء المراجعة أغير طريقة المراجعة	36	4,40	0,81
أشعر بالمغص في المعدة بمجرد تذكر الامتحانات	36	3,61	0,79
أشعر بالشفقة على أصدقائي حين لا يفهمون الدرس أثناء المراجعة	36	3,55	0,77
اسعى لأن اجد شخصا مناسبيا يمكنه تبسيط لي الدروس	36	4,45	0,84
طريقة استعدادي للامتحان لا ترضي والدي	36	4,33	0,76
طريقة شرح الأساتذة للدروس تساعدني على المراجعة	36	4,40	0,83
لا أتوقف عن تكرار المحاولة في مراجعة الدروس حتى أفهمها	36	4,44	0,72
ظروفي لا تسمح لي بالاستعداد الجيد للامتحان	36	3,37	0,84
يصعب النجاح في ظل ظروف المشاكل المدرسية كالإضرابات وغيرها	36	3,55	0,85
أتوقع أن أنجح في امتحانات السنة الحالية ، وأنتقل بسهولة للسنة القادمة	36	4,54	0,80
أعتمد كثيرا على مراجعة المواد السهلة	36	3,92	0,72
أعتمد كثيرا على مراجعة المواد السهلة ، وأتجنب الصعبة	36	3,60	0,74
أحس بأنني أقل كفاءة من زملائي أثناء أدائي للامتحانات	36	4,20	0,83
أشعر بتوتر شديد أثناء الامتحان بسبب تصرفات الأساتذة الحراس	36	4,60	0,79
يزعجني أن أسئلة الامتحان لا تكون كما أتوقعها دائما	36	4,84	0,95
يعود سبب توترتي يوم الامتحان إلى الجو العام الذي يجري فيه	36	4,33	0,81
أثناء المراجعة أحس أن الدروس سهلة	36	3,70	0,83
وأتجنب الاسئلة الصعبة قبل أجيب على الأسئلة السهلة في الامتحان	36	3,64	0,83
أخاف يوم الامتحان من أن يحدث لي شيء يمنعني من إجرائه	36	4.14	0,54
يبتابني شعور بالضيق الشديد ، لو أنني أحصل على نتائج سلبية	36	4.50	0,78
لا اجد طريقة النموذجية للإجابة على كل الاسئلة في الامتحان	36	4.33	0,82
أحس بأنني أقل كفاءة من زملائي أثناء أدائي للامتحانات	36	4,44	0,82
أشعر بتوتر شديد أثناء الامتحان بسبب تصرفات الأساتذة الحراس	36	3,37	0,8
Valid N (listwise)	36	3,55	0,89

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
قبل الامتحان	4,3326	,48321	36
اثناء الامتحان	4,3356	,72658	36
بعد الامتحان	3,6932	,36584	36

ANOVA ^a						
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1.625	4	2.122	18.123	,000 ^b
	Residual	3.521	32	0.412		
	Total	3.600	36			

a. Dependent Variable: مستوى الطموح

b. Predictors: (Constant), قلق الامتحان

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	
1	(Constant)	2.611	,346		7,536	,000			
	قلق الامتحان	,383	,085	,652	4,953	,000	,953	,953	,953

Dependent Variable: مستوى الطموح

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
مستوى الطموح	Between Groups	0.152	5	.024	,436	,542
	Within Groups	14.434	31	,406		
	Total	14.335	36			
قلق الامتحان	Between Groups	0.107	5	,053	2,222	,542
	Within Groups	14.434	31	,053		
	Total	5.345	36			

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
مستوى الطموح	Between Groups	0.332	5	,294	,730	,860
	Within Groups	13.626	40	,402		
	Total	14.545	45			
قلق الامتحان	Between Groups	0.210	5	,071	,418	729
	Within Groups	5.454	40	,169		
	Total	5.999	45			