

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم : علم النفس وعلوم التربية

مذكرة بعنوان :

## الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لصفوفهم في الثلاثي الثاني للخامسة ابتدائي

- دراسة ميدانية على عينة من اساتذة التعليم الابتدائي ببلدية جامعة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة : علم النفس  
تخصص : علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذ :

د . محمد الأبشر بن محمد السعيد شيخة

إعداد الطلبة :

1- آمنة سليمان

2- كريمة سليمان

لجنة المناقشة :

الصفة	الرتبة العلمية	الإسم واللقب
رئيسا	محاضر - ب -	د . يونس بن حسين
مشرفا ومقررا	محاضر - أ -	د . محمد الأبشر شيخة
مناقشا	محاضر - ب -	د . دغمان بوبكر الصديق

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم : علم النفس وعلوم التربية

مذكرة بعنوان :

## الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لصفوفهم في الثلاثي الثاني للخامسة ابتدائي

- دراسة ميدانية بمدينة جامعة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة : علم النفس  
تخصص : علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذ :

د . محمد الأبشر بن محمد السعيد شيخة

إعداد الطلبة :

3- آمنة سليمان

4- كريمة سليمان

لجنة المناقشة :

الصفة	الرتبة العلمية	الإسم واللقب
رئيسا	محاضر - ب -	د . يونس بن حسين
مشرفا ومقررا	محاضر - أ -	د . محمد الأبشر شيخة
مناقشا	محاضر - ب -	د . دغمان بوبكر الصديق



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## الشكر و عرفان

نحمد الله عز وجل حمدا يليق بجلاله وعظمته الذي وفقنا في إتمام هذه المذكرة

إن بعد العسر يسر وفرج الهم فالحمد لله حمدا كثيرا.

نعترف بالجميل الشكر والتقدير وعظيم الامتتان إلى من منحني التوجيه والإرشاد من

اللحظة الأولى الأستاذ الفاضل "محمد الابشر شيخة" الذي تفضل بالإشراف على هذا

العمل فكان المنقذ من العثرة والباعث في النفس الهمة .

كما لانسى أن نشكر كل من ساهم في تقديم المساعدة من قريب أو بعيد فلكم منا

جزيل الشكرو جزاكم الله خيرا على تعبك وسعيكم معنا.

آمنة...

كريمة...



# إهداء

اهدي هذا العمل إلى روح والدي الطيبة (الله يرحمه) والى أمي الغالية وكل إخوتي وأقاربي وصديقاتي وزملائي في العمل .

وكما أتوجه بكامل الشكر والتحية والتقدير إلى أستاذي الفاضل والدكتور محمد الأبرش على مساعدتنا في انجاز هذا العمل حتى الوصول بيه إلى صورته الأخيرة .

سليماني آمنة

اهدي هذا العمل إلى روح والدي الطيبة (الله يرحمه ) والى أمي الغالية وكل إخوتي وأقاربي وصديقاتي وزملائنا في الدراسة.

والشكر موصول للأستاذ ودكتور محمد الأبرش شيخة على مساعدتنا في انجاز هذا العمل خطوة بخطوة حتى الخروج بيه حيز الوجود .

سليماني كريمة



## ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة إلى الكشف عن علاقة الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي. ولهذا اعتمدنا على مجموعة من المدارس للبلدية جامعة ولاية المغير، كما تم تطبيق مقياس الإجهاد النفسي ل: خويدي سليمان (2015) اعتمدنا في الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، ولجمع المعلومات في الميدان اعتمدنا على مقياس الإجهاد النفسي حيث طبق على مجموعة من أساتذة لسنة خامسة لتعليم الابتدائي كان عددهم 50 أستاذ وقد أوضحت هذه الدراسة نتائج نذكر منها:

- توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة تعزى إلى فروق في الخبرة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي تعزى إلى فروق في الحالة الاجتماعية.

وبعد ما توصلنا إلى هذه النتائج قمنا بمناقشتها في ظل الدراسات السابقة والجانب النظري.

## Summary Study :

The study aims to reveal the relationship between psychological stress among primary education teachers and academic achievement among fifth-year primary school students. For this reason, we relied on a group of municipal schools, Al-Muahayir State University, and the psychological stress scale was applied by: Khuwailidi Suleiman (2015).-In the study, we relied on the descriptive-contingent approach, and to collect information in the field, we relied on the psychological stress scale, which was applied to a group of 50 fifth-year primary school teachers. This study showed results, including:

-There is an inverse correlation with statistical significance between psychological stress among primary education teachers and academic achievement among fifth-year primary school students.

-There are no statistically significant differences between psychological stress among primary education teachers and academic achievement among fifth-year students due to differences in experience.

-There are statistically significant differences between the psychological stress of primary education teachers and attainment

-Academic studies among fifth-year primary school students are due to differences in marital status.

After we reached these results, we discussed them in light of previous studies and the theoretical aspect.

الصفحة	فهرس المحتويات
	البسمة
	شكر وعرافان
	إهداء
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
1	المقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل التمهيدي : لإطار العام للدراسة</b>	
03	1- الإشكالية
04	2- فرضيات الدراسة
05	3- أهمية الدراسة
05	4- أهداف الدراسة
05	5- التعاريف الإجرائية لمصطلحات الدراسة
06	6- الدراسات السابقة
<b>الفصل الثاني : الإجهاد النفسي</b>	
13	<b>تمهيد</b>
14	1- تعريف الإجهاد النفسي
15	2 - مكونات الإجهاد النفسي
15	3 - أنواع الإجهاد
16	4 - مظاهر الإجهاد النفسي
17	5 - أسباب الإجهاد النفسي
18	6 - النظريات المفسرة للإجهاد النفسي
20	<b>خلاصة الفصل الثاني</b>
<b>المطلب الثالث: التحصيل الدراسي</b>	
22	<b>تمهيد</b>
23	1 - تعريف التحصيل الدراسي

23	2 - خصائص التحصيل الدراسي
24	3 - أنواع التحصيل الدراسي
24	4 - أهداف وأهمية التحصيل الدراسي
25	5 - شروط التحصيل الدراسي
26	6 - العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي
29	خلاصة الفصل الثالث
	<b>الجانب التطبيقي</b>
	<b>الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية</b>
32	<b>تمهيد</b>
33	1- منهج الدراسة
34	2- الدراسة الاستطلاعية
34	3- عينة الدراسة
37	4- أدوات جمع البيانات
41	5- حدود الدراسة
42	6 - الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
43	<b>خلاصة الفصل الرابع</b>
	<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة</b>
45	<b>تمهيد</b>
46	<b>1- عرض وتحليل نتائج الدراسة</b>
46	1-1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى
47	1-2 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية
47	1-3 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة
48	<b>2- تفسير و مناقشة نتائج الدراسة</b>
48	1-2 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
49	2-2 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
49	2-3 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة
52	<b>خاتمة</b>
55	<b>قائمة المراجع</b>
59	<b>الملاحق</b>

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
35	أفراد العينة على مؤسسات التربوية .	01
35	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الجنس .	02
36	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الخبرة .	03
37	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الحالة الاجتماعية.	04
38	توزيع بنود على أبعاد المكونة لمقياس الإجهاد النفسي.	05
39	مفتاح تصحيح المقياس .	06
39	مستويات الإجهاد النفسي .	07
40	مستويات التحصيل الدراسي .	08
40	الصدق الاتساق الداخلي بين الفقرات والدرجة الكلية.	09
41	نتائج معامل ثبات مقياس الإجهاد النفسي بالفا كرونباخ .	10
46	قيمة ودلالة الارتباط بين الإجهاد النفسي والتحصيل الدراسي	11
47	قيمة ودلالة الفروق الإجهاد النفسي تعزى لمتغير الخبرة	12
47	قيمة ودلالة الفروق الإجهاد النفسي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.	13

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الأشكال	الرقم
36	يمثل نسبة توزيع أفراد العينة من حيث الجنس	01
36	يمثل نسبة توزيع أفراد العينة من حيث الخبرة	02
37	يمثل نسبة توزيع أفراد العينة من حيث الحالة الاجتماعية	03

# مقدمة

## مقدمة

يواجه الأفراد في حياتهم اليومية عموماً والمهنية خصوصاً العديد من المشكلات التي من شأنها أن تؤثر على حالتهم النفسية مثل القلق والتوتر ، كما أن المشكلات لها تأثير واضح على رفاهية الفرد وشخصيته ، وقد تكون فئة المعلمين وأساتذة هم أكثر الفئات المهنية عرضة للإصابة بهذه الحالات النفسية الناتجة عن ظروف العمل مما قد يؤدي هذا إلى انعكاسات تؤدي إلى ضغوط نفسية ، ويصبح الضغط أو الإجهاد النفسي عنصراً مؤثراً يرافق المدرسين في رحلتهم المهنية التعليمية والأكاديمية.

ويعد التعليم الابتدائي حجر الأساس في بناء .في مستقبل الأجيال حيث يكتسب الأطفال في هذه المرحلة الأساسية المعارف والمهارات التي تؤهلهم لموصلة مسارهـم التعليمي ، ويضطلع المعلمون في هذه المرحلة بدور حيوي ومحوري في تحقيق الأهداف التعليمية إلا أنهم يواجهون في بعض الأحيان العديد من تحديات والضغوطات التي قد تؤثر لى صحتهم النفسية ومن بين هذه الضغوطات يبرز الإجهاد النفسي كظاهرة متزايدة الانتشار ، حيث يتعرضون المعلمون لمستويات عالية من التوتر وإرهاق نتيجة عديد من العوامل .

وهذا الإجهاد النفسي لا يؤثر فقط في الصحة النفسية للمعلمين بل يمتد تأثيره إلى أدائهم المهني مما ينعكس سلبياً على جودة التعليم والتحصيل الدراسي للطلاب ، حيث أظهرت بعض الدراسات وجود علاقة وثيقة بين الإجهاد النفسي للمعلمين ومدى تأثيره على أدائهم المهني بما في ذلك جودة التدريس والتفاعل مع التلاميذ مما يسبب انخفاض في مستوى تحصيلهم الدراسي .

وعلى ضوء ما تم التطرق له سابقاً تأتي هذه الدراسة للبحث في موضوع الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم لابتدائي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لصفوفهم في الثلاثي الثاني لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي، وقد قسمت الدراسة إلى مابين ( النظري و التطبيقي ).

حيث تضمن الباب النظري ثلاثة فصول، فكان الفصل الأول تحت عنوان: إطار العام للدراسة وفيه تم التطرق آلية إشكالية الدراسة، فرضياتها، وأهدافها، أهميتها، تعريفات الإجرائية والدراسات السابقة.

أما الفصل الثاني بعنوان الإجهاد النفسي واشتمل على مفهوم الإجهاد النفسي، ومكونات الإجهاد النفسي، وأنواعه، وأعراضه، وأسبابه، النظرات المفسرة له.

وجاء الفصل الثالث بعنوان التحصيل الدراسي وفيه تم التطرق أولاً آلية مفهوم التحصيل الدراسي وخصائص التحصيل الدراسي، وأنواعه، و أهدافه وأهميته، وشروطه، والعوامل المؤثرة فيه.

فيما يتضمن الباب الميداني فصلين حيث جاء الفصل الرابع بعنوان : الإجراءات المنهجية للدراسة وفيها تطرقنا إلى منهج الدراسة ، الدراسة الاستطلاعية ، مجتمع الدراسة وأدوات جمع البيانات وحدود الدراسة ، والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة .

فيما يتضمن الفصل الخامس عرض ومناقشة نتائج الدراسة، حيث تطرقنا إلى عرض نتائج الدراسة وتحليل ومناقشة نتائجها، واختتمت الدراسة بجملة من الاقتراحات وخاتمة الدراسة، وقائمة المراجع والملاحق.

# الجانب النظري

# الفصل التمهيدي

الإطار العام للدراسة

## الإشكالية:

تعتبر الضغوطات من الاضطرابات المزمنة التي واكبت حياة الانسان التي يتعرض لها من كل الجوانب وخاصة في عصرنا الأني بكثرة التغيرات والتطورات الحياتية المستمرة وبكل هذه المعارك والتجارب تعد من اهم المراحل لنمو شخصية الفرد. وعند اقتناعنا ان الضغوطات النفسية هي من الاضطرابات المزمنة، التي تمس كل المجالات الحياة الإنسان، حيث ان الضغوط المهنية المختلفة هي من أصعبها ،حيث ترافق العامل إلى منزله وتؤثر على جل شخصيته وحياته اليومية، ومن المهن التي تظهر عليها الضغوطات النفسية او بما يعرف الإجهاد النفسي هي مهنة التعليم، بحيث الأستاذ هو المربي والمرافق للتلميذ باعتباره المثال الثاني لطفل والمسؤول على أخلاقه وتنمية أفكاره ومهارته وتعداد الجيل. وكل هذه المسؤوليات يظهر عليه في صحته النفسية.

والعبء الكبير لذي الأستاذ في جهوداته داخل الصف في تحضير الدرس وتقديمه ومحاولة التحكم وضبط سلوكيات التلاميذ مع مراعاة الفروق الفردية وكذلك اضطرابات، وارتباطاته مع زملائه في العمل والإدارة والمدير وأولياء التلاميذ، وكذلك التزامته الأسرية والاجتماعية، كل هذه العوامل تزيد في معاناة النفسية لقدسية هذه المهنة، حيث أول ما انزل في قرآن الكريم بعد "بسم الله الرحمن الرحيم" إقراء بسم ربك "صدق الله العظيم" وكذلك تعتبر المصدر الأساسي الذي يمهد للمهن الأخرى يمدّها بالعناصر البشرية المؤهلة علمياً، اجتماعياً، فنياً، أخلاقياً.

فالتحصيل الدراسي لتلميذ مرهون بمدى استقراره النفسي ونجاح الاستاذ في اىصال كافة المعلومات ، والذي يتبر معياراً لتحديد المستوى التعليمي لتلاميذ من خلال الملية التربوية لبناء الشخصية وحصول لى فرد ناجح ذو كفاءة علمية .

ولأهمية هذا الموضوع الذي حضي باهتمام كل الباحثين والأخصائيين من كل الجوانب ومن ضمنها دراسة ( سليمان خويلدي 2015 ) بعنوان "الإجهاد النفسي وانعكاساته على الدافعية على الإنجاز لدى الأستاذ الجامعي" كشفت نتائج دراسته انه لا توجد فروق في درجات الإجهاد النفسي لدى الأستاذ الجامعي تعزى للمتغيرات ، (وكذلك أشارت دراسة ديمير 2018) التي هدفت إلى تحديد العلاقة بين رأس المال النفسي وكل من الجهاد والقلق والاحترق والرضا الوظيفي والمشاركة في العمل، إذ تمثلت عينتها في 442 معلم واستخدمت الدراسة عدة أدوات لجمع البيانات منها مقياس الإجهاد النفسي، ومن نتائجها ان مع زيادة رأس المال النفسي للمدرس تتخفض مستويات الإجهاد لديه، ويؤثر رأس المال النفسي تأثيراً سلبياً على مستويات القلق ومستويات الاحترق لدى المعلمين من خلال تأثير الوساطة الكامل للإجهاد. وهذا ما أثار اهتمامنا وطرح الإشكالية التالية: ما علاقة الإجهاد النفسي لدى الأستاذ التعليم الابتدائي بتحصيل الدراسي لتلميذ الخامسة ابتدائي؟

## التساؤلات :

- هل توجد علاقة ارتباطية بين الإجهاد النفسي لدى أستاذ تعليم الابتدائي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي التحصيل تعزى لمتغير الخبرة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية ؟

## 2- الفرضيات:

**الفرضية العامة:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي و التحصيل الدراسي لتلاميذ الخامسة ابتدائي.

• توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاجهاد النفسي لدى اساتذة تعليم الابتدائي تعزى لمتغير للخبرة.

• توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاجهاد النفسي لدى اساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير للحال الاجتماعية .

### 3- اهمية الدراسة:

تتميز هذه الدراسة في تناولها انها اهم الموضوعات المتعلقة بالصحة النفسية إلا وهي الاجهاد النفسي لدى الاساتذة التعليم الابتدائي، حيث مهنة التدريس من المهن التي تسبب ضغط على المستويين الجسدي والنفسي، بحيث ان الاستاذ لديه عدد كبير من التلاميذ توجب عليه ان يلقنهم المنهاج التعليمي التي تطرا عليه تغيرات وكذلك يسعى جاهد إلى

تلبية حاجات التلاميذ المتكررة كما انه يواجه ضغط إداري والعديد من المشكلات التي تكون في المؤسسة ، بالإضافة إلى التفكير في طرق والخطة لتلقين الدرس مع مراعاة الفروق الفردية وكذلك تحضير موضوعات الامتحان ليكون تقيمه في مستوى .

### 4- الاهداف:

- التعرف على مستوى الاجهاد النفسي لاساتذة تعليم الابتدائي
- الكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين الاجهاد النفسي وبالتحصيل الدراسي.

### 5- المفاهيم الإجرائية:

**الإجهاد النفسي:** هو حالة من القلق والتوتر النفسي الناجم عن الضغط العمل.  
**أستاذ التعليم الابتدائي:** هو معلم وأستاذ المرحلة الأولى من التعليم وهو المرافق والمربي الثاني الأساسي الطفل.

**التحصيل الدراسي:** هي نتائج الفصل أو الفصول الدراسية وهي نتائج التقييم والامتحان المقدم من طرف الأستاذ حيث نتائجه تكون من 10.

## 6- الدراسات السابقة :

### دراسات سابقة حول الاجهاد النفسي

الدراسة الاولى : دراسة عتيقة ويامنة (2022) بعنوان الاجهاد النفسي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة النهائية من التليم الثانوي ، حيث هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى كل من الاجهاد النفسي والتوافق النفسي لدى عينة من تلاميذ السنة النهائية من التليم الثانوية فايد السعيد ببلدية حمام الضلعة ولاية مسيلة ، وكذا فحص الفروق في درجة الكلية لهما لدى عينة الدراسة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص (ادبي ، علمي ) ، كما هدفت أيضا الى تجديد العلاقة بين هذين المتغيرين لدى عينة الدراسة ولتحقيق هذه الأهداف تم استخدام مجموعة من الأساليب الاحصائية للتأكد من صحة الفرضيات واختبارها ، قد تم التوصيل الى النتائج التالية :

- مستوى الاجهاد النفسي لدي تلاميذ السنة النهائية من التعليم الثانوي مرتفع.
- مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة النهائية من التعليم الثانوي منخفض.
- لا توجد فروق دالة احصائيا بين أفراد عينة الدراسة في كل من الاجتهاد النفسي والتوافق الدراسي تبعا لمتغيري الجنس والتخصص.
- توجد علاقة عكسية ضعيفة دلالة احصائية بين الاجهاد النفسي والتوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة.

الدراسة الثانية : راسة يوسف قدوري (2022) بعنوان مستوى الاجهاد النفسي لدى معلمي الطور الابتدائي ، حيث تهدف هذه الدراسة الى مرفة مستوى الاجهاد النفسي لدى معلمي الطور الابتدائي بمدينة غرداية في فترة انتشار فيروس كورونا ، كذلك معرفة الفروق في مستوى الاجهاد النفسي بالنسبة لمتغيرين ( النوع ، الخبرة ) ولتحقيق هذه الاهداف اتمدنا على المنهج الوصفي كذا استبانة الاجهاد النفسي ،حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية

بسيطة ، شملت 62 معلما ومعلمة للعام الدراسة 2019 2020 ، وبعد معالجة البيانات احصائيا توصلنا الى جملة من النتائج أهمها :

- يدرك الملمون مستوى منخفض من الاجهاد النفسي .
- ترتيب أراض الاجهاد النفسي لدي أفراد العينة على الشكل التالي : أعراض نفسية ، ثم الاعراض سيكوسوماتية ، ثم أراض سلوكية ، وأخيرا أراض مرفية ، ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاجهاد النفسي تعزى لمتغير النوع .
- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في الاجهاد النفسي تعزى لمتغير الخبرة .

الدراسة الثالثة : دراسة سليمان خويدي (2015) بعنوان الاجهاد النفسي وانكاساته على الدافعية الى الانجاز لدى الاساتذ الجامعي ، حيث هدفت الدراسة الى معرفة هل يعاني الاستاذ الجامعي من الاجهاد النفسي وهل لهذا الاجهاد انعكاس على دافعيته الى الانجاز اضافة ما اذا كان هناك فروق في درجة الاجهاد النفسي ودرجات الدافعية الى الانجاز لدى استاذ الجامعي بجامعة قاصدي مرباح ورقلة وفق لمتغيرات ( الجنس ، الحالة العائلية ، الاقدمية في العمل ) ، حيث بلغة عينة الدراسة 122 استاذ ، حيث توصلت الدراسة الى نتائج التالية :

- لاتوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة بين الاجهاد النفسي والدافعية الى الانجاز لدى الاستاذ الجامعي.
- لاتوجد فروق في درجات الاجهاد النفسي لدي الاستاذ الجامعي تزي للمتغيرات التالية ( الجنس ، الحالة العائلية ، الاقدمية في العمل ).
- توجد فروق في درجات الدافعية الى انجاز لدى استاذ الجامعي تعزى للمتغيرات التالية

( الجنس ، الحالة العائلية ، الاقدمية في العمل ) .

**الدراسة الرابعة :** دراسة محمود عطا 1994 بعنوان الاجهاد النفسي ومصادره لدى الاساتذة والاساتذات حيث هدفت الدراسة الى معرفة مستوى الاجهاد النفسي ومصادره لدى الاساتذة والاساتذات في التعليم العام وأثر بض المتغيرات على الاجهاد حيث قام الباحث باخراج الدراسة لبيئة قوامها ( ن = 40 ) استاذ واستاذة من المراحل التعليمية الثلاث ( متوسط ، ابتدائي ، ثانوي ) بمختلف مدارس المملكة العربية السعودية بمدينة الرياض .

أكدت نتائج الدراسة لى وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاجهاد النفسي بين الاساتذة والاساتذات وأن المرأة العاملة أكثر عرضة للأمراض النفسية من الرجل . ومن خلال نتائج هذه الدراسة توصل الباحث الى أنه توجد فروق بين الأساتذة والاساتذات في التعرض الى الاجهاد النفسي .

**الدراسة الخامسة :** دراسة مروى عبد الرحيم (2019) بعنوان الاجهاد النفسي للمعلمين وعلاقته بأداية في مدينة جدة ، هم البيداغوجي في المدارس الابتدائية ، حيث هدفت الدراسة الى تحديد العلاقة بين الاجهاد النفسي و أداء المعلمين البيداغوجي في مدارس الابتدائية ، واعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الكمي والاحصائي كما استخدمت مقياس الاجهاد النفسي ومقياس الاداء البيداغوجي للمعلمين ، تكونت العينة المدروسة من 150 معلما وأسفرت النتائج الى ان هناك علاقة عكسية بين الاجهاد النفسي وأداء المعلمين البيداغوجي حيث أن المعلمين الذين يعانون من مستوى عال من الاجهاد النفسي مقارنة بالمعلمين ذوي من الاجهاد النفسي يحتمل أن يكون لديهم أداء بيداغوجي أسوء ، كما توصلت الدراسة الى ان المعلمين الذين لديهم خبرة أكبر ودورات تدريبية أكثر يعانون من مستوى أقل من الاجهاد النفسي مقارنة بالمعلمين ذوي الخبرة الاقل والذين لم يتلقوا الكثير من الدورات التدريبية .

## دراسات سابقة عن التحصيل الدراسي:

**الدراسة الاولى:** دراسة ابراهيم اميرة بشار محمد (2017) بعنوان القلق وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة الاساسي الصف الثامن ،حيث هدفت الدراسة الى معرفة السمة الامة للقلق والفروق الاحصائية للقلق والفروق الاحصائية في التحصيل الدراسي وايضا العلاقة بين التحصيل الدراسي والقلق تبعا لمتغير الجنس ( ذكر \ انثى ) ولقد استخدمت المنهج الوصفي التحليلي حيث تكونت العينة من 75 تلميذ وتلميذة ،39 من الذكور و36 اناث وقد قامت الباحثة باستخدام اختبارات الفروق وارتباط بيرسون وفي الاخير توصلت لنتائج وهي : القلق لدى تلاميذ هذه الينة يتسم بالارتفاع ، ايضا توجد علاقة موجبة بين القلق والتحصيل الدراسي ، ونسبة القلق عند الاناث أكثر ارتفاعا من الذكور .

**الدراسة الثانية :** دراسة كبري زكية (2020) بعنوان التربية التحضيرية وتأثيره على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر معلمي التعليم الابتدائي ، حيث هدفت الدراسة الى معرفة مستوى التربية التحضيرية على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر المعلمين ، ومعرفة خصائص النفسية المميزة لهذه الفئة في مجال الدراسي ، تكونت عينة الدراسة من (100) معلم ومعلمة ، تم اختيارهم بطريقة قصدية ، استخدام الباحثان استبانة مكونة من (32) بندا ، وبعد تحليل البيانات باستعمال النسب المئوية توصلنا الى النتائج التالية:

- التربية التحضيرية تؤثر ايجابا في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، وأن تلميذ الذي يمر بأقسام التعليم التحضيري يتصف بخصائص نفسية تميزه عن أقرانه .

**الدراسة الثالثة :** دراسة مهنا سناء الخير أحمد ( 2017 ) البيئة الاسرية وأثرها في التحصيل الدراسي لتلاميذ الحالقة الثالثة ، حيث هدفت الدراسة للترف على دور الاسرة في تهيئة البيئة الاسرية المناسبة لابناء في عملية التحصيل الدراسي ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي واستخدمت اسلوب التحليل الاحصائي (spss)، توصلت في دراستها الى دة نتائج أهمها : ضعف الدخل الاقتصادي يجعل الاب يستعين بأبنائه في بعض الاعمال الضرة للدخل ، وممارسة التحفيز بنوعيه المادي والمعنوي .

**الدراسة الرابعة :** دراسة بطاهر العربي (2013) بعنوان فعالية التعليم الافتراضي في تحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم ن بعد ، حيث هدفت الدراسة لمعرفة ما اذا كان للتعليم الافتراضي فعالية في تحصيل التلاميذ ، وتحديد الانعكاسات التي من شأنها أن تظهر في المستوى التحصيلي للتلاميذ الذي يدرس في التعليم الافتراضي عن طريق الفصل الافتراضي ، حيث تتدرج هذه الدراسة ضمن الدراسات الوصفية التي تقوم على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع واعتمد على دة وسائل وتقنيات منها الملاحظة والمقابلة وجمع وثائق وسجلات ، حيث تكون مجتمع الدراسة من المجموعة تلاميذ مسجلين بمركز جهوي للتعليم والتكوين عن بعد لولاية وهران في جمع مستويات واللذين حضرو في امتحان اثبات المستوى وتتكون العينة من 6063 تلميذا مسجلا بالمركز وكانت النتائج الدراسة كالتالي :

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تحصيل تلاميذ الصف الافتراضي والذكور والاناث.

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تحصيل تلاميذ الصف الافتراضي وفق متغير السن.

- لا توجد علاقة ارتباطية بين المواظبة على دروس المعلم وتحصيل في اختبار الثانوي للتلاميذ.

**الدراسة الخامسة :** دراسة الامين زيدي ويونس ريوح (2016) بعنوان علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ، حيث هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين التحصيل الدراسي ودافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ومعرفة الفروق بين الجنسين كما لفتت انتباه المدرسة الى ضرورة تنمية ورفع مستوى التحصيل لدى تلاميذ هذه المرحلة ، حيث اعتمد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وتكونت العينة من 124 تلميذ وتلميذة من متوسطات مختلفة من ولاية ورقلة ، كما استخدمت اداة من ادوات جم البيانات وهو مقياس ليوسف قطاوي ، وكشوف النقاط ، كما استخدمو معامل الارتباط بيرسون ، حيث توصلو الى النتائج التالية :

- وجوب توعية التلاميذ والاولياء عبر رسائل الاعلام .
  - أهمية التحصيل الدراسي ودافعية التعلم لتطوير الحياة الاجتماعية والاقتصادية والثقافة التلميذ.
  - دعم الاسرة للابناء وتوعيتهم من خلال تطوير المستوى التعليمي.
  - تحسين الظروف المعيشية المدرسية كتوفير النقل والاطعام المدرسي .
- التعقيب على الدراسات :**

- جميع البحوث السابقة استخدمت الاستبيان كأداة رئيسية لجميع المعلومات اللازمة عن أسئلتها .
- اختلفت الدراسات من حيث العينات ، حيث أن هناك دراسات اعتمدت على عينة كبيرة من أفراد كدراسة ( مروى عبد الرحيم 2019 ) ودراسة (بطاهر العربي 2013 ) وتشابهت بعض الدراسات في العينة كدراسة (ابراهيم أميرة بشار محمد 2017 ) .
- من حيث المنهج نلاحظ أن جميع البحوث اعتمدت على المنهج الوصفي ، وهو ما يتفق مع الدراسات الحالية .

- ولقد استفدنا من تلك البحوث في بناء الاطار النظري وكذلك باعتماد مقياس الاجهاد النفسي والتحصيل الدراسي .

-

## الفصل الثاني:

# الإجهاد النفسي

## تمهيد:

الإجهاد النفسي من أهم الظواهر لشدة تأثيرها على الفرد واستقراره ، ولا يتوقف تأثير الإجهاد على المستوى الشخصي فقط بل يرافق الفرد إلى حياته العامة والخاصة وينكس عليه سلبا في جوانب عدة من حياته ( الصحية ، النفسية ، الاجتماعية ، المهنية ) لذلك سنحاول من خلال هذا الفصل التعرف على مفهوم الإجهاد ومكوناته وأنواعه وفي ما يمثله أعراضه . وأسبابه وإضافتا إلى أهم النظريات المفسرة له .

## 1- مفهوم الاجهاد النفسي :

يمكن تعريف الإجهاد النفسي لغة واصطلاحا كالتالي :

**لغة :** جهد الطاقة ، يقول : أجهد ، جهدك ، وقيل الجهد المشتقة والجهد الطاقة والجهد هو الشيء القليل يعيش به المقل على جهد العيش (جمال الدين ، 2003 .ص 167 ).

**اصطلاحا :** تعدد واختلفت تعار يفالإجهاد النفسي نذكر منها :

**الإجهاد :** هو حالة إعياء بدني أو إرهاق يصيب الفرد كردة فعل لضغوط نفسية حقيقية أو متوقعة في الحياة ، وكثيرا مايعاني الناس من الإجهاد نتيجة لاحداف مفاجئة في حياتهم ، كما في حالات الوفاء أو الطلاق أو مشاكل في العمل أو الإصابة بالمرض . ( هلال . 2014 .ص10)

**الإجهاد :** هو أي حدث غير سار يجعل الإنسان غير قادر على التكيف .(عبد المنعم ، 2004 ، ص 20 )

ويعرف **الحجار والدخان 2006** “ الإجهاد أنه مجموعة من المواقف والإحداث أو الأفكار التي يقضي للشعور بالتوتر ويكتشف عادة من إدراك الفرد بأن المطالب المفروضة عليه تفوق قدراته وإمكانياته ( الحجار، الدخان ، 2006 ص 372 ).

كما يعرفه **جمعة سيد يوسف :** هو حالة من الإنهاك الجسدي والانفعالي والعقلي تحدث بسبب التورط طويل المدى في المواقف المشحونة انفعاليا والضاغطة بشدة والتي تتوافق مع التوقعات الشخصية المرتفعة من الأداء والانجاز ويرتبط الاحتراق النفسي بالعمل بشكل أساسي .(جمعة سيد ، 2007 ،ص46).

ويرفه **علي عسكر :** على انه الحالة من الإنهاك أو الاستنزافالبدني الانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية ويتمثل في مجموعة من المظاهر السلبية كالتعب والإرهاق.(علي ، 2000، ص122).

ويعرف سيلبي (Selye) أن الإجهاد هو استجابة الجسم غير محدد نحو اي مطلب يفرض عليه إذ يربط سيلبي بين استجابات الفسيولوجية وملية التكيف ، فالجسم يبذل مجهودا ليتكيف مع الظروف الخارجية والداخلية محدثا نمطا من الاستجابات غير نوعية التي تحت حالة من السرور أو الألم ( ابو الحصين ، 2010 ، ص 21 ).

مما سبق نلاحظ اختلاف الباحثين في مجال الاجهاد النفسي في تعريفهم لهذا المفهوم ، فمنهم من يقول تعريفه على اساس المثير ومنهم من يقوم على أساس استجابة لمواقف ضاغطة وهناك من يعرفه على اساس استجابة ايجابية أو سلبية لما يتعرض له الفرد من مؤثرات .

## 2-مكونات الإجهاد النفسي:

2-1 **عنصر المثير** : أي القوى الضاغطة التي تشمله ومثال ذلك : العمل الزائد ، الصراع ، المخاطرة ...الخ.

2-2 **عنصر التفاعل** : يكون بين المثير والفرد وتكسه عمليات كادراك الفرد وتقييمه لطبيعة المجهودات وديناميكيته وآثارها وقدرته على التكيف معها والسيطرة عليها أو مواجهتها .

2-3 **عنصر الاستجابة** : يتكون من ردود أفعال الفيزيولوجية والنفسية والسلوكية للمجهودات مثل الإحباط ، القلق الاكتئاب ، الانعزال. ( فتحية ، 2008 ، ص 64 ) .

## 3-أنواع الإجهاد النفسي :

3-1 **الإجهاد الأساسي** : يمكن أن يحدث بمجرد الوصول الى الميدان ، ويكون اما من المنزل أو نتيجة لخليط من العوامل المختلفة .

3-2 **الإجهاد التراكمي** : يتفاقم ببطء نتيجة لمجموعة متباينة من العوامل الداخلية والخارجية ويمكن إن يؤدي إلإنهاك ، الإفراط في الملل ، مشاكل صحية وسلوك الخطر .

**3-3 الإجهاد الحاد أو الرضخي :** ان الإجهاد الحاد أو ارضخي هو نتيجة حادث عنيف وغير متوقع أضر بالفرد أو هدهه شخصا أو أحد المقربين له ، سواء جسديا أو نفسيا أو يجلب صوراً للموت ويثير مشاعر الخوف والعجز (فتحية ، 2016 ، ص 71).

#### **4 - مظاهر الإجهاد النفسي :**

نذكر بعض هذه المظاهر :

#### **1-4 المظاهر الفيزيولوجية والبدنية :**

- الصداع المستمر ، والاضطرابات المعوية .
- انسداد الشرايين ، أمراض الرئة والسرطان .
- اضطرابات الأكل ، الاستخدام المفرط للعقاقير والكحوليات .
- اضطرابات الهضم ، الإمساك.
- حب الشباب ، التهابات الجلد . ( فهميم ، 2002 ، ص 176 ).

#### **2-4 المظاهر المعرفية:**

- البلادة الفكرية، فقدان القدرة على الابتكار.
- التشتت الإدراكي والشروذ الذهني.
- الوسوسة ، كثرة الشك .
- قلة المقدرة على مواجهة المشكلات بكفاءة . ( فهميم ، 2002 ، ص 180 ).

#### **3-4 المظاهر النفسية الاجتماعية :**

- الإحباط والقلق أمام الأزمات ، وكثرة الغضب .
- عدم الرضا الوظيفي.
- انخفاض تقدير الذات.

- كثرة البكاء والانفعال الزائد .
- التشاؤم وضعف القدرة لى التحمل . ( فهميم ، 2002 . ص 185 ) .

#### 4-4 المظاهر السلوكية:

- التغيب الطويل و الملل والتقاعد المبكر .
- النقد الدائم للآخرين والسخرية منهم .
- البعد ن الموضوعية في الحكم على الأداء الوظيفي .
- انتضار أيام العطلات والإجازات ليبعد عن عمله .
- أداء الملل بطريقة روتينية ومقاومة التطور .
- عدم الرغبة في التدريس ، وحدود الخلافات الزوجية . ( فهميم ، 2002 ، ص 190 ) .

#### 5 - أسباب الإجهاد النفسي: للإجهاد النفسي عدة أسباببذكر منها :

##### 5-1- أسباب تتعلق بالطالب:

- سوء السلوك في الصف .
- بطئ الفهم والتعلم .
- إهمال الواجبات .
- انخفاض الدافعية والرغبة في التعلم .

##### 5-2 - أسباب تتعلق بالمعلم:

- عدم وضوح المسؤوليات والتوقعات .
- متطلبات الوظيفة متعارضة .
- الصدمات النفسية .
- ضعف العلاقات المهنية والشعور بالعزلة في العمل .

- عدم الإلمام بالخصائص النفسية للتلميذ، فمن المعلمين من يجهل خصائص المرحلة التي يعلم فيها ، فلا يعلم بخصائص فترة المراهقة المبكرة مثلا وما يصاحبها من سلوكيات ، فيفسر تصرفات التلاميذ على أنها تصرفات راشدين .(ستيوار ، 1997 ، ص 53 ) .

### 3-5 - أسباب تتعلق بالجو المدرسي:

- عدم اهتمام المشرف التربوي والمدير بمشاكل الملم والتتبيه له لإعراضه .
- عدم توفير الجو المدرسي الأخوي وأنشطة المدرسة التي تدفع المعلم للمشاركة في الفصل أو المدرسة .
- عدم طرح الموضوعات التي تتعلق بالجانب النفسي للمعلم في المدرسة الأخرى ولى اللقاءات التربوية على مستوى المدرسة وعلى مستويات أعلى .
- عدم توفير متطلبات إنجاز التلميذ وتفعيل الإمكانيات كقاعات التدريس والوسائل ونحو ذلك ( ستيوار ، 1997 ، ص 55 ) .

### 6 - النظريات المفسرة للإجهاد النفسي:

#### 6-1- نظرية التحليل النفسي:

قام فرويد بالتركيز على مكونات ثلاثة للشخصية وهي (الهو ، الأنا ، الأنا الأعلى ) حيث حدد لكل مكون دوره في نمو الشخصية وتفاعلها ، لهذا فقد نظر لأي اضطراب يصيب الفرد على ضوء الصراع الذي يحدث بين مكونات الشخصية السابقة (جمعة ، 2023 ، ص 16 ) .

وطبقا لوجهة نظر فرويد فإن (الهو ) يسعى دائما وراء إشباع الغرائز ولكن (الأنا ) تدافع لسد ولا تسمح لل رغبات بالإشباع مادامت لتتماشى مع القيم والعرف ، ويتم ذلك عندما يكون ( الأنا ) قوية ، إما إذا كانت عكس ذلك والطاقة المستمرة لديها منخفضة ، فسرعان ما يقع

الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات ، ويفقد التوازن وينتج عن هذا الضغط النفسي ( نايف ، 2019 ، ص 98 ).

## 6-2- نظرية لازاروس :

حيث يرى لازاروس أن العملية المعرفية هي مسؤولة عن تقييم الموقف وتحديد طبيعة الاستجابة له ، أي عن طريق إدراك الموقف الضاغط (جمعة ، 2023 ، ص 17 ).

وقد أشار أيضا إلى ثلاثة مراحل بردود فعل المقابلة الضغوط وهي مرحلة الإنكار باعتبارها حيلة دفاعية تهدف إلى منع ظهور الأحداث الواعية ، ومرحلة التمثل ويتم فيها تمثيل المعلومات والصور المرتبطة بالحدث وتستغرق وقتا طويلا ، مما يؤدي إلى تأخر في رد فعل ، وقد يظهر في الأحلام المزعجة ومرحلة التكامل وهي التي تؤدي إلى تحقيق التكامل والتوافق ( معزي ، 2018 ، ص 660 ).

## 6-3- نظرية هانز سيللي :

حدد سيللي ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط، ويرى أن هذه مراحل التكيف العام:

**الفرع :** يظهر فيها تغيرات واستجابة الفرد للضاغط وقد تقل مقاومة الجسم اذا كان الضغط شديدا .

**المقاومة:** يحدث عندما يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف فتختفي التغيرات المرحلة الأولى وتظهر أخرى تدل على التكيف.

**الإجهاد :** بعد التكيف المستمر مع الضغوط ، تكون طاقة الفرد قد استنفدت خاصة اذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة أطول منها ينتج أمراض الإجهاد. (الفاروق ، 2001 ، ص 98) .

## خلاصة الفصل الثاني :

الإجهاد النفسي هو حالة من التعب والتوتر الناجم من ضغوطات الحياة والمتطلبات النفسية والاجتماعية ، إذ يعتبر الإجهاد النفسي ظاهرة منتشرة في عصرنا الآني ، وتؤثر على حياة الفرد من خلال هذا الفصل تطرقنا على مفهوم الإجهاد النفسي وكذلك مكونات الإجهاد أنواعه وكذلك الأعراض ، إضافة إلى أسبابه وأخيرا نظريات المفسرة له .

الفصل الثالث :

التحصيل الدراسي

## تمهيد:

التحصيل الدراسي من أهم المواضيع التي تثير تفكير الأولياء وكذلك مستشاري التوجيه وكل طاقم الإداري والوزاري ، لما فيه من تجهيز وتغيير البرتوكولات ، كذلك المناهج التربوية لتحسين مستوى التعليم للمجتمع ولهذا سنحاول من خلال هذا الفصل التعرف على ماهية التحصيل الدراسي وخصائصه وأنواعه وأهدافه وأهميته وشروطه وكذلك العوامل المؤثرة فيه .

## 1 - تعريف التحصيل الدراسي :

لغة :من فعل حصل الشيء ( تحصيلًا ) ،و(حاصل ) الشيء ومحصوله بقيته وتحصيل الكلام رده إلى محصول (محمد ،2004، ص 30).

**اصطلاحاً:** التحصيل الدراسي هو جهد علمي يتحقق للفرد من خلال الممارسات التعليمية و الدراسية والتدريبية في نطاق مجال تعليمي مما يحقق مدى الاستفادة التي جناها المتعلم من الدروس والتوجيهات التعليمية والتربوية والتدريبية المعطاة أو المقرر ليه (عبد الرحمان 1991، ص129).

ويعرفه القرني بأنه مجموعة الدرجات التي حصل عليها الطالب لجميع المواد المقررة (عماد ،2014،ص83).

ويعرفه عبد السلام عبد القادر التحصيل الدراسي بما يلي : كل التغيرات التي تطرأ على مستوى أداء الفرد نتيجة حدوث عمليات عقلية وممارسة عملا معيناً.(زكية ،2020،ص 14 8).

## 2 - خصائص التحصيل الدراسي :

يمتاز التحصيل الدراسي بعدة خصائص نذكر منها:

- يمتاز التحصيل الدراسي بأنه محتوى منهاج مادة معينة أو مجموعة مواد لكل واحدة معارف خاصة بها.

- يظهر التحصيل الدراسي عادة عبر الإجابات في الامتحانات الفصلية الدراسية الكتابية والشفهية والأدائية .

- التحصيل الدراسي يثني بالتحصيل السائد لدى أغلبية التلاميذ العاديين داخل الصف، ولا يهتم بالميزات الخاصة.

- التحصيل الدراسي أسلوب جامعي يقوم على توظيف امتحانات وأساليب ومعايير جماعية موحدة في إصدار الأحكام التقويمية (شاكر ،2014، ص50. 51).

### 3 - أنواع التحصيل الدراسي :

للتحصيل الدراسي نوعان وهما:

### 3-1 التحصيل الدراسي الجيد:

أثبتت دراسات من كني وفينيك والتي استخدمت فيها قياسات موضوعية للشخصية يصفان المرتفع للتحصيل بأنه الشخص الذي يستطيع بسرعة تبويب معلوماته أي يحللها الى مختصر منظم يسهل عليه تذكره وهو الذي لديه دافع قوي لتنظيم عاملة والربط باستمرار فيها بين المعلومات فهو الشخص الكفاء .(رشاد ، 2006 ، ص 89).

### 3-2 التحصيل الدراسي الضعيف:

هو التقصير الملحوظ عن البلوغ مستوى معين من التحصيل الذي تعمل المدرسة من اجله وهذا ما يعرفه نعيم الرفاعي بالتأخر الدراسي (نعيم ، 1972 ، ص 439).

### 4 - أهمية وأهداف التحصيل الدراسي:

### 4-1 أهمية التحصيل الدراسي:

للتحصيل الدراسي أهمية كبيرة تساد في نجاح العملية التعليمية نذكر منها :

- الاستفادة من نتائج التحصيل للانتقال من مدرسة إلى أخرى .
- التحصيل الدراسي من أهم المجالات التي حظيت باهتمام الإباء والمربين باعتباره أحد الأهداف التربوية التي تسعى الر تزويد الفرد بالعلوم والمعارف التي تنمي مدركاته وتفسح المجال لشخصيته لكي تنمو نموا صحيحا ( دغريري ، 2020 ، ص 66).

### 4 - 2 أهداف التحصيل الدراسي:

- **تقييم التلميذ**: ويقصد إعداد مقاييس محدودة ومستويات عملية من كل فصل من الفصول الدراسية ولكل مادة من المواد حيث لا يسمح لتلميذ بالانتقال من فصل إلى آخر إلا إذا كان قد وصل إلى مستوى المطلوب .

- **معرفة قدرة التلميذ**: تمكننا معرفة قدرة التلميذ من إمكانية توزيعه إلى مجموعات متجانسة حتى يسمح لكل تلميذ بان يعمل وفق مآلديه من مواهب واستعدادات تدفعه إلى التعليم (الرفاوي ، 2021 ، ص 194 ) .

### 5 شروط التحصيل الدراسي:

- **النشاط الذاتي** : هو السبيل الأمثل لاكتساب المهارات والخبرات والمعلومات والمعارف المختلفة فالتعلم الجيد الذي يحصل عليه بجهد يكون راسخا في ذهنه .

- **النضج** : يعد النضج شرط أساسي لكل متعلم والذي هو عملية نمو داخلي تتابع بشكل ضعيف منذ بدأ الحياة وتشمل هذه العمليات تغيرات فسيولوجية وعضوية و عقلية .

ولتحقيق تحصيل دراسي جيد ينبغي أن يتحقق جملة من الشروط ، وتختلف هذه الشروط من خارجية موضوعية إلى داخلية ، وفي وقت أسرع من غيرها ، حيث ان الفرد يحفظ الموضوعات والكلمات التي لها علاقة ببعضها البعض .

- التكرار القائم على الفهم والتركيز والانتباه والابتعاد عن التكرار الآلي الذي لا فائدة منه .  
- استعمال القارئ لنغمة أثناء قراءته للمادة المراد حفظها .

- تقسيم المادة المراد حفظها إلى أجزاء وحفظها وفي الأخير تكرارها بشكل كلي .

- استرجاع التلميذ بين الحين والآخر وما حفظه واكتسبه من خبرات ومهارات بعد عملية الحفظ بمدة قصيرة لمعرفة ماتم وما لم يتم حفظه .

أما بالنسبة للعوامل الداخلية نذكر منها :

- كل فرد له ميوله وكل مال إلى جانب معين أبدع فيه حيث أن اشخص ذو الميول الأدبية يبدع في الأدب على عكس الشخص ذو الميول لعلمي .

- كذلك نجدان الصحة النفسية والجسدية اثر في سرعة الحفظ فالقلق والاكتئاب يؤثران على الفرد بالسلب مما يجعله يحتاج إلى وقت طويل لحفظ موضوع ما على أساس الشخص المتفائل والطموح .

وهو ماينطبق أيضا على الصحة الدينية فكما كان الفرد سليما كلما كان مستعدا لتلقي المعلومات بسرعة الذكاء هو أيضا شرط مهم في التحصيل الدراسي الجيد ، فالشخص الذكي أسرع في الحفظ والإدراك من الشخص متوسط الذكاء والغبي .(كامل ، 1996، ص187-188).

## 6- عوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي :

للتحصيل الدراسي مجموعة من العوامل التي تأثر فيه ونذكر منها :

### 6-1- العوامل المدرسية:

- المنهاج الدراسي من حيث مناسبته لسيكولوجية التعلم ومستوى الطلاب المتعلمين وقدرته على إشباع حاجاتهم وميولهم .

- توفير معلم الكفاء، والإدارة المدرسية الواعية ، فبمقدار ما يكون المعلم مؤهلا و منميا للمهنة يكون عطاؤه ، ونتاجه التربوي ، أما إدارة المدرسة تقع على عاتقها ، تنفيذ السياسة التربوية السليمة ، واعمل بالتعاون مع أفراد الهيئة التعليمية على تحقيق الأهداف التعليمية .

- إيجاد الأنشطة المدرسة ، يؤدي خلو الجدول المدرسي من الأنشطة الرياضية ، أو الفنية ، أو العلمية ، أو الأدبية إلى الانخفاض الحافر إلى التعلم .

- أسلوب معاملة الأستاذ للتلميذ من خلال الفهم والتساؤل والمناقشة والحوار بين التلميذ و المعلم، لكي يتمكن من تحسين مستوى تحصيله الدراسي.
- استقرار النظام التربوي منذ بدأ العام الدراسي، من حيث توزيع الأساتذة على الأقسام، وعدم التنقل من قسم لآخر بالإضافة إلى ضبط البرنامج التعليمي، وتوفير الكتب المدرسة وحسن طباعتها .

## 6-2 العوامل العقلية :

- 6-2-1 الذكاء : حيث يكون هناك ارتباط بين الذكاء والتحصيل الدراسي كأى نشاط عقلي يتأثر بالقدرة العقلية العامة وإن كان هذا التأثير يختلف مداه بحسب المرحلة الدراسية و نوع الدراسة .

- 6-2-2 القدرات الخاصة : وجود علاقة بينها وبين التحصيل الدراسي والتي تتمثل في قدرة اللغوية وهي قدرة فهم المعاني الكلمات وكذلك القدرة على الاستدلال العام بالإضافة إلى القدرة المكانية .

- 6-2-3 الذاكرة : حيث تؤثر مباشرة في التحصيل الدراسي لان الطالب يتذكر عددا كبيرا من الألفاظ و الأفكار والمعلومات والصور الذهنية ،لذا يجب الاهتمام بما يقدم له من حقائق ومعارف علمية .

## 6-3 العوامل الشخصية :

- قوة الدافعية والرغبة القوية للتعلم والمثابرة في الدراسة فالدافع الذاتي يعمل كقوة محركة تدفع الطالب لتحقيق التفوق .

- الميل نحو مادة دراسية معينة .

- تكوين مفهوم ايجابي نحو الذات والثقة بالنفس .

## 4-6 العوامل الجسمية:

- البنية الجسمية للطالب إن يكون يتمتع بجسم سليم وقوى، لكي يكون عقله سليماً، ويستطيع مزاوله الدراسة، ومتابعتها بدون انقطاع.

تعتبر الحواس ذو أهمية للتحصيل الدراسي وذلك إذا ضعفت حاسة مثل البصر أو السمع فقد تؤدي إلى عرقلة، وعن متابعة دراسته بالإضافة إلى الأثر النفسي والشعور بالإحباط و ذلك يؤثر على التحصيل الدراسي .

- تسبب العاهات مثل صعوبة في الكلام أو النطق تشعره بالنقص ويسبب له مضايقات متعددة، فتعكس سلباً على تحصيله الدراسي. (يامنه ، 2011 ، ص41).

### خلاصة الفصل الثالث :

التحصيل الدراسي هو نتائج التفصيلية لقدرات التلميذ وهي تبيان لمدى إستعبابه وفهمه لما تطرق إليه خلال الفصول الدراسية ، كما أنها تعكس مدى جودات الأستاذ ومن خلال هذا الفصل تطرقنا إلى مفهوم التحصيل الدراسي انتقالاً إلى خصائصه وأنواعها وأهميتها وأهدافها بالإضافة إلى شروطه والعوامل المؤثرة فيه.

## الجانب التطبيقي

## الفصل الرابع:

### الإجراءات المنهجية للدراسة

## تمهيد :

وبعد ما تطرقنا في الجانب النظري إلى تحديد الإشكالية وما يتعلق بها من متغيرات خصص جزء من الدراسة للجانب التطبيقي الذي أحتوى على الجانب المنهجي، فتناولنا في هذا الفصل أهم الإجراءات التي تم إتباعها لتحقيق أهداف الدراسة ولقد تمثلت هذه الإجراءات في اختيار المنهج المناسب للدراسة، وعينة الدراسة ، ودراسة الاستطلاعية حدود الدراسة وأدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المستخدمة المستخدمة في استخراج نتائج الدراسة.

## 1 منهج الدراسة :

إن تعدد المناهج أدى إلى تعدد المواضيع واختلافها لكن لكل منهج وظيفته وخصائصه التي يستخدمها كل باحث في ميدان اختصاصه وبداية يمكننا تعريف المنهج العلمي : بأنه الطريقة والإجراءات التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة من أجل التوصل إلى الحقيقة .

و لا تخلو أي دراسة علمية من الاعتماد على منهج وذلك بغرض القيام بالدراسة وفق قواعد وأسس ، وعليه يعرف المنهج بأنه الطريق المؤدية إلى الكشف عن الحقيقة بواسطة مجموعة من القواعد للوصول إلى نتيجة المعلومات ، ولية المنهج المناسب والذي بلانم دراستنا هو المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعتبر أحد الأدوات المهمة في البحث الاجتماعي والنفسي حيث يهدف إلى فهم وتوضيح العلاقات بين متغيرين أو أكثر وقياس مدى الارتباط بينهما .

## 2- الدراسة الاستطلاعية :

تمثل الدراسة الاستطلاعية الخطوة التي تسبق الاستقرار نهائيا على خطة الدراسة ويفضل القيام الأفراد بها .لذا تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات التي يقوم بها الباحث وإهمال الكتابة فيها ينقص البحث احد العناصر الأساسية فيه, ويسقط عن الباحث جهدا كبيرا قد بذله فعال في المرحلة التمهيدية للبحث, والغرض من الدراسة الاستطلاعية ما يلي :

- التعرف على ميدان الدراسة .

-تجربة أدوات الدراسة في الميدان .

-معرفة مدى ملائمة أدوات الدراسة للبحث .

-اكتشاف صعوبات ميدان الدراسة لتجنبها في الدراسة الأساسية ( رجاء ، 2004 ، ص87 )

-التأكد من صلاحية أداة الاستبيان و ذلك من خلال التعرف للجوانب التالية :

\*وضوح البنود وكلائمتها لمستوى العينة وخصائصها .

\*التأكد من وضوح التعليمات المعرفة مسبقا لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية و

بالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها تواجهني وقد كانت أول دراسة

استطلاعية في 13 أبريل 2025 حيث وجدنا صعوبات كثيرة وهي:

- صعوبة في جمع تعداد المدارس الابتدائية على مستوى بلدية جامعة و عدد الأساتذة الذين يدرسون سنة خامسة ابتدائي مما يصعب علينا فرز منهم أساتذة اللغة العربية ولغة الفرنسية ولغة الانجليزية وعدد تلاميذ في ابتدائية .

- عدم استقبالنا وسماح لنا بدخول لبعض المدارس كابتدائية رحمانى أم الخير حيث طلب منا إحضار رخص من مدير مديرية التربية والتعليم بالمغیر .

- تم رفض بعض المدارس بتصريح عن نتائج تلاميذ في ثلاثي الثاني حيث طلب منا رخصة من مدير التربية والتعليم لولاية لمغیر .

كذلك وجدنا نسبة أساتذة الذكور في الابتدائيات اقل بكثير من نسبة الإناث مما يؤدي هذا إلى عدم توازن وتضخم في نتائج الدراسة من ناحية الجنس .

- تم دمج مجموعتين (متزوج ومطلق) في مجموعة واحدة بالنسبة للحالة الاجتماعية.

- تم دمج مجموعتين (اقل من 5 سنوات وأكثر من خمس سنوات ) في مجموعة واحدة بالنسبة للخبرة.

### 3- عينة الدراسة :

تم اختيار عينة دراستنا بطريقة قصديه والتي تمثلت في 50 أستاذا من أساتذة التعليم

الابتدائي موزعين عبر المؤسسات التربوية التالية :

جدول رقم (1) : يمثل أفراد العينة على المؤسسات التربوية

أفراد العينة	اسم المؤسسة	الرقم
07	بن مبروك محمد	1
05	قطار مسعود	2
06	بريالة بلقاسم	3
06	بوحنية أحمد	4
05	بن نونة الدراجي	5
04	18 فبراير	6
04	مقدم عبد القادر	7
05	بن عوالي عبد الرزاق	8
04	العراق 2	9
04	عماري محمد	10
50	المجموع	

خصائص العينة :

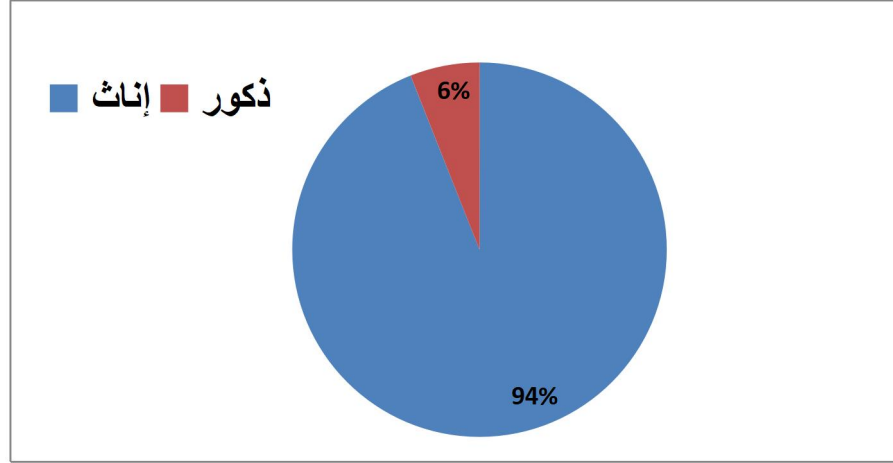
وفيما يلي وصف خصائص عينة الدراسة الأساسية حسب متغيرات الدراسة .

الجدول رقم (02) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الجنس.

النسبة المئوية	عدد الأساتذة	الجنس
%94	47	إناث
%06	03	ذكور
%100	50	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم ( 02 ) انه بلغت عدد الاساتذة الاناث 47 حيث قدرت نسبته المئوية 94% ، وبلغت عدد الاساتذة الذكور 03 حيث قدرت نسبة المئوية 06% .

الشكل رقم (01): يمثل توزيع أفراد الدراسة الأساسية من حيث الجنس

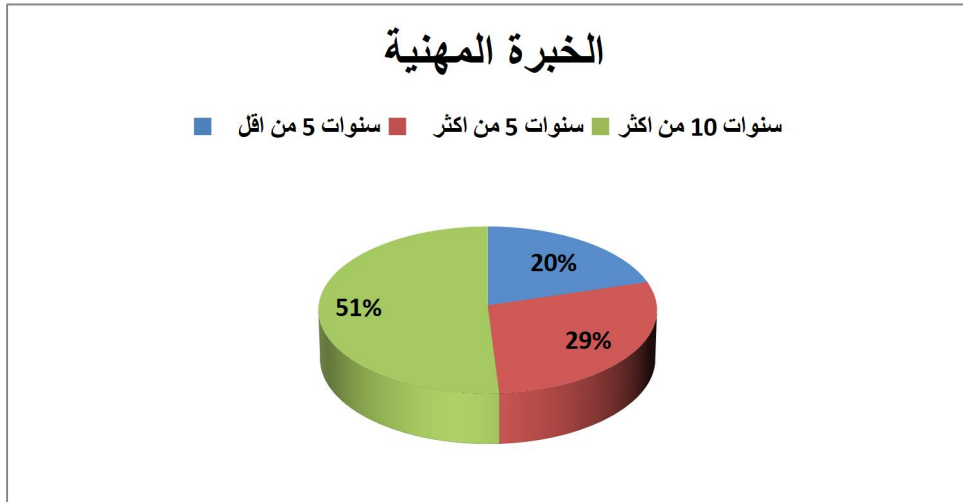


الجدول رقم ( 03 ) : يوضع توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الخبرة

الخبرة	عدد الأساتذة	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	10	20%
أكثر من 5 سنوات	14	28%
أكثر من 10 سنوات	26	52%
المجموع	50	100%

نلاحظ من خلال الجدول ( 03 ) أنه بلغت عدد الاساتذة من حيث الخبرة أقل من 5 سنوات بـ 10 استاذًا مما بلغت النسبة المئوية 20% ، وبلغت عدد الاساتذة من حيث الخبرة أكثر من 5 سنوات 14 استاذًا مما بلغت نسبته المئوية 28% ، وبلغت عدد الاساتذة من حيث الخبرة أكثر من 10 سنوات بـ 26 استاذًا حيث بلغت نسبته المئوية بـ 52% .

الشكل رقم (04) : يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الخبرة .



الجدول رقم (04) : يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الحالة الاجتماعية.

الحالة الاجتماعية	عدد الأساتذة	النسبة المئوية
أعزب	21	42%
متزوج	26	52%
مطلق	03	06%
المجموع	50	100%

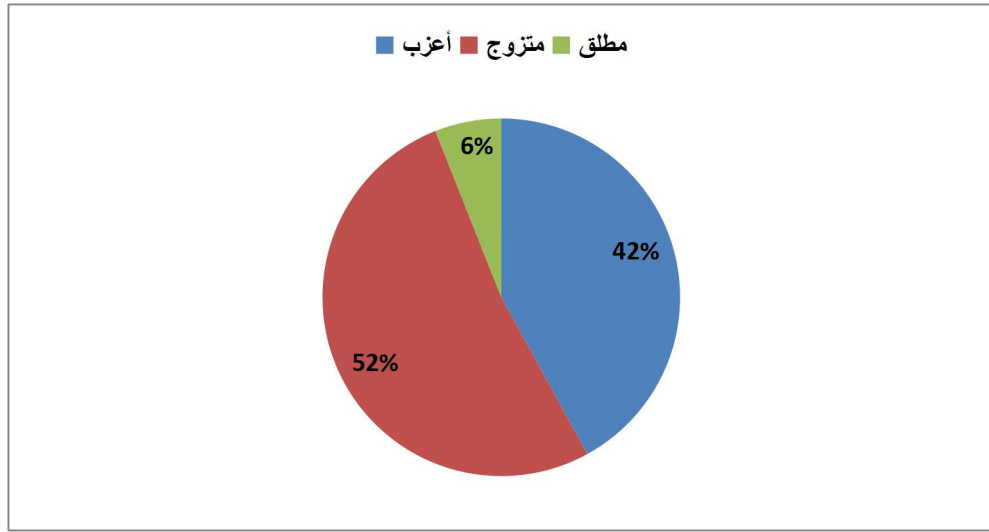
نلاحظ من خلال الجدول (04) أنه بلغت عدد الاساتذة من حيث الحالة الاجتماعية أعزب

ب 21 استاذًا مما بلغت النسبة المئوية 21% ، وبلغت عدد الاساتذة من حيث الحالة

الاجتماعية 26 استاذًا مما بلغت نسبته المئوية 26% ، وبلغت عدد الاساتذة من حيث الحالة

الاجتماعية ب 03 استاذًا حيث بلغت نسبته المئوية ب 06% .

### الشكل رقم (03) يمثل نسبة توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الحالة الاجتماعية



#### 4 أدوات جمع البيانات :

بناءا على المنهج المتبع في الدراسة، وطبيعة البيانات المراد جمعها، فإن الأداة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة هو (مقياس الجهاد النفسي ) لصاحبه "سليمان خويلدي"وقد تم تبنيه وتطبيقه إلى عينة الدراسة لملائمته طبيعة العينة .

**التعريف بمقياس الإجهاد النفسي:** تم إعداده من قبل "سليمان خويلدي 2015"اعتمادا على المقاييس الإجهاد النفسي، كمقياس (هولمز وراهي ) ومقياس (ماسلاش ) ومقياس (فتيحة بن زروال 2008).

ومقياس (نوال حمداش 2002) ويتكون المقياس من(34) بند مقسم على أبعاد هي: الإعراض الجسمية، الأعراض النفسية، الإعراض السلوكية، الأعراض الاجتماعية، المؤثرات الفيزيائية وبيئة العمل، وقد قام الباحث بعرض الاختبار على مجموعة من الأساتذة علم النفس، وبعد حساب صدق المحكمين بمعادلة كوبر، بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين ب 22,95 وهذه نسبة اتفاق مرتفعة .كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمعرفة مدى ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لاستبيان، وتبين انه يتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائيا عند

مستوى الدلالة (0,01) حيث تتراوح معاملات الارتباط بين (0,56) و (0,91) إضافة للصدق التمييزي والصدق الذاتي لأداة .

أما بالنسبة لثبات الأداة فقد اعتمد الباحث على ثبات الفا كرونباخ حيث تحصلت على نتائج تفيد بوجود معاملات ثبات مرتفعة بحيث بلغ معامل الثبات الكلي لأداة (0,89) ومن ثم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وكان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

الجدول رقم (05): يوضح توزيع البنود على الأبعاد المكونة لمقياس الإجهاد النفسي .

المجموع	فقرات البعد	أبعاد الاستبيان
07	7-6-5-4-3-2-1	الأعراض النفسية
07	14-13-12-11-10-9-8	الأعراض السلوكية
07	21-20-19-18-17-16-15	الأعراض السلوكية
06	27-26-25-24-23-22	المؤثرات الفيزيائية وبيئة العمل
07	34-33-32-31-30-29-28	الأعراض الاجتماعية
34	المجموع الكلي لبنود المقياس	

-بدائل الإجابة :

تم الاعتماد البدائل التالية (نعم، أحيانا، لا) .

مفتاح تصحيح المقياس: تقدير درجات في استبيان الجهاد النفسي، وفق نظام ليكرت وسلم التتقيط كما هو موضح في الجدول التالي :

**الجدول رقم (06) : يوضح مفتاح تصحيح المقياس.**

لا	أحيانا	نعم	العبارات
01	02	03	فقرات البعد

ومن خلال الجدول رقم : (06) يتبين أن الدرجة الكلية على مقياس الجهاد النفسي تتراوح بين 34 إلى 120 درجة وارتفاع الدرجة يشير إلى ارتفاع الإجهاد وانخفاضها يشير إلى انخفاض الإجهاد النفسي وكذلك نلاحظ أن عبارات الاستبيان في نفس الاتجاه وتصح بنفس الطريقة في مقياس الإجهاد النفسي والجدول رقم(07) يحدد مستويات الجهاد النفسي كمايلي:

**الجدول رقم (07) : يوضح مستويات الإجهاد النفسي.**

المستوى	
إجهاد نفسي منخفض	من 34 إلى 56
إجهاد نفسي متوسط	من 57 إلى 79
إجهاد نفسي مرتفع	من 80 إلى 102

**الجدول رقم (08) : يوضح مستويات تحصيل الدراسي**

المستوى	
تحصيل الدراسي منخفض	من 0 إلى 5
تحصيل الدراسي متوسط	من 5 إلى 7
تحصيل الدراسي مرتفع	من 7 إلى 10

الخصائص السيكو مترية :

-الصدق:

أولا :مقياس الإجهاد النفسي :

وللتحقق من صدق الأداة تم الاعتماد على طريقة صدق الاتساق الداخلي :

الجدول رقم (09) يمثل الصدق الاتساق الداخلي بين الفقرات والدرجة الكلية

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع		البعد الخامس	
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	**0.689	8	**0.601	15	0.557	22	0.44	28	0.80
2	**0.472	9	**0.640	16	0.569	23	0.69	29	0.72
3	**0.651	10	**0.830	17	0.607	24	0.57	30	0.69
4	**0.549	11	**0.820	18	0.699	25	0.61	31	0.73
5	**0.577	12	**0.447	19	0.664	26	0.50	32	0.73
6	**0.673	13	**0.706	20	0.712	27	0.34	33	0.48
7	**0.672	14	**0.719	21	0.748			34	0.83

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بلغت ما بين (0.47 و0.68) في البعد الأول، و(0.447 و0.830) في البعد الثاني، و(0.55 و0.74) في البعد الثالث و(0.34 و0.69) في البعد الرابع و(0.48 و0.83) في البعد الخامس وجاءت كل العبارات دالة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على وجود اتساق داخلي بين عبارات كل متغير مع الدرجة الكلية.

- الثبات:

- حساب الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ:

وقد تم حساب ثبات مقياس الإجهاد النفسي بهذه الطريقة وكانت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (10): يوضح نتائج معامل ثبات مقياس الإجهاد النفسي بألفا كرو نباخ.

الأداة	عدد الفقرات	معامل ألفا $\alpha$
مقياس الإجهاد النفسي	34	0.906

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن معامل ثبات مقياس الإجهاد النفسي وفق معادلة ألفا كرو نباخ كان متساويا ل  $= (0.90\alpha)$  وهي قيمة دالة مما يؤكد تمتع المقياس بمستوى ممتاز وعالي من الثبات.

**5 حدود الدراسة :** حددت الدراسة بالمحددات البشرية والمكانية والزمنية التالية :

**حدود البشرية :**

تقتصر الدراسة على أساتذة تعليم الابتدائي ( لغة عربية ، فرنسية ، انجليزية ) في بعض ابداءئان بلدية جامعة .

**حدود الزمنية:**

طبقت الدراسة خلال العام الأكاديمي 2024\2025 من 13 فيفري إلى 20 ماي .

**حدود المكانية:**

تم إجراء هذه الدراسة على مستوى ابتدائيان بلدية جامعة والمتمثلة في عشرة ( 10 ) ابتدائيان

: بن مبروك محمد ، قطار مسعود ، بريالة بالقاسم ، بوحنية أحمد بن الدراجي

18 فبراير ، مقدم عبد القادر ، بن عوالي عبد الرزاق ، العراق 2 ، عماري محمد .

## 7 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

### لحساب الصدق :

-معامل الارتباط بيرسون ( وفقا لما جاء به صاحب مقياس ، سليمان خويلد ).

### لحساب الثبات:

معامل ارتباط الفا كرونباخ ( وفقا لما جاء به صاحب مقياس ، سليمان خويلد ).

### للتحقق من الفرضيات :

- إختبار "ت" العينتين مستقلتين.

- معامل ارتباط بيرسون .

## خلاصة الفصل الرابع :

نستخلص مما سبق انه الدراسة علمية بدون منهج .وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة البد أن يتوفر لدى الباحث فيها أدوات البحث المختارة بدقة من عينة ومتغيرات واستبيان ...الخ تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث وللمجتمع ومنه فان العمل بالمنهجية تعد أمرا ضروريا في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى النتائج المؤكدة إضافة إلى أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمين واضحة في البحث وخالية من الغموض و التناقضات ولقد تم التطرق من خلال هذا الفصل إلى الدراسة الاستطلاعية ثم منهج الدراسة ثم عينة الدراسة ثم أدوات جمع البيانات بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية .

## الفصل الخامس :

عرض وتحليل ومناقشة وتفسير

نتائج الدراسة

## تمهيد :

بعد تناول الجانب المنهجي للدراسة من حيث النطاق الجغرافي والزمني والموضوعي ، كذلك المنهجية المستخدمة في الدراسة وعينتها وأدوات جمع المعلومات وخصائصها اليكومترية ، وفي المرحلة الثانية من الجانب التطبيقي ، قمنا بعرض تحليل نتائج الدراسة بناء على المعلومات التي تم الحصول عليها من خلال الاستبيانات التي تم توزيعها على أفراد العينة وتحليلها باستخدام برامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( spss ) باستخدام الأساليب الإحصائية (معامل برسون ، اختبار t. test لعينتين مستقلتين ) .

## 1 - عرض وتحليل نتائج الدراسة :

### 1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

جدول رقم ( 11 ) يوضح قيمة ودلالة الارتباط بين الإجهاد النفسي والتحصيل الدراسي

مستوى الدلالة	معامل ارتباط برسون	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المؤشرات
				المتغيرات
0.000	- 0.86	5.62	72.25	الاجهاد النفسي
		1.58	13.90	التحصيل الدراسي

من خلال الجدول رقم ( 11 ) نجد أن قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرين كانت قيمة المتوسط الحسابي للإجهاد النفسي 72.52 وانحراف المعياري 13.90 ، أما التحصيل الدراسي فالمتوسط الحسابي 5.62 وانحراف المعياري 1.58 وكانت قيمة الارتباط بين الإجهاد النفسي و التحصيل الدراسي تقدر ب ( - 0.86 ) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( 0.000 ) وهي أصغر من ( 0.01 ) دالة إحصائية وعليه نقبل الفرضية التي تنص على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الإجهاد النفسي والتحصيل الدراسي لدى استاذة الخامسة ابتدائي ، يعني هذا أنه كلما زادت درجة الإجهاد النفسي لدى استاذة الخامسة ابتدائي انخفضت درجة التحصيل الدراسي .

## 1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

جدول رقم ( 12 ) يوضح قيمة دلالة الفروق الإجهاد النفسي تعزى لمتغير الخبرة

مستوى الدلالة	قيمة T	مستوى الدلالة	قيمة F	أكثر من 10 سنوات			أقل 5 من 5 سنوات			الإجهاد النفسي
				S	X	N	S	X	N	
0.360	0.925	0.902	0.015	14.16	70.77	26	13.71	74.42	24	

من خلال الجدول رقم ( 12 ) نجد أن قيمة F تقدر بـ ( 0.015 ) وهي قيمة غير دالة حيث أن مستوى الدلالة ( 0.902 ) وعليه نأخذ قيمة T المناسبة والتي تقدر بـ ( 0.925 ) وهي قيمة غير دالة إحصائياً حيث أن مستوى الدلالة ( 0.360 ) وهو أكبر من ( 0.05 ) وعليه تقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي لدى أساتذة الخامسة ابتدائي تعزى لمتغير الخبرة.

## 1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

جدول ( 13 ) يوضح قيمة دلالة الفروق الإجهاد النفسي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

مستوى الدلالة	قيمة T	مستوى الدلالة	قيمة F	متزوج   مطلق			أعزب			الإجهاد النفسي
				S	X	N	S	X	N	
0.007	-2.814	0.631	0.233	13.69	76.67	30	12.09	66.30	20	

من خلال الجدول رقم ( 13 ) نجد أن قيمة F تقدر بـ ( 0.233 ) وهي قيمة غير دالة حيث أن مستوى الدلالة ( 0.631 ) وعليه نأخذ قيمة T المناسبة والتي تقدر بـ ( 2.814 ) - وهي قيمة دالة إحصائياً حيث أن مستوى الدلالة ( 0.007 ) وهو أصغر من ( 0.05 ) وعليه تقبل الفرضية الصفرية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي لدى أساتذة الخامسة ابتدائي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

وبمقارنة المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي للأعزب يقدر بـ ( 66.30 ) وبانحراف معياري ( 12.09 ) والمتوسط الحسابي للمتزوج ( 76.67 ) بانحراف معياري ( 13.69 ) وبعد المقارنة نجد أن الفروق لصالح المتزوجين يعني أن المتزوجين لديهم إجهاد أكثر من من الأعزب .

## 2 - تفسير ومناقشة نتائج الدراسة

### 2 - 1 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة .

ومن خلال النتائج أكدت عن صحة العلاقة العكسية انه كلما ازداد إجهاد ينخقص التحصيل الدراسي . وبعد تحليل والتماس الواقع المعاش للأستاذ تبين ان هناك عوامل أخرى تؤثر على الأستاذ كالتحضير اليومي مع مراعاة الفروق الفردية وكذلك عند اختيار إستراتيجية سير الحصة وهناك الضغوط اليومية من الإدارة والأسر لاتصالهم الشكل الدائم لاطمئنان عن سير العملية التعليمية وعلى مستوى أولادهم هو بشكل جيد أم لا ليتداركوا بأمر ليس على مايرام و كل هذه الضغوط تؤثر على الأستاذ وبالتالي تؤثر على التلميذ .

اتفقت هذه الدراسة مع دراسة عتيقة ويامنة (2022) على انه هناك علاقة ارتباطية بين الإجهاد النفسي والتوافق الدراسي .

## 2- 2 تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة تعزى الى فروق في الخبرة . ومن خلال النتائج اتضح انه عدم وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي تبعا لمتغير الخبرة . وهذا دليل على وجود إجهادات من طرف أساتذة لمصيره السنة الدراسية وكذلك لتوتر القلق من طرف التلاميذ وولييه، وكذلك لإبهام على كيفية سير العملية تقويم المكتسبات . التي شكلت جرد من مسؤوليات الأسر الجزائرية . وهذا يوضح على المجهودات المبذولة والسعي الدائم لتكوين وتطوير أساليب وطرق التدريس .

اتفقت هذه الدراسة مع دراسة يوسف قدوري (2022) بأنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي تعزى لمتغير الخبرة .

ولكن لم تتفق مع دراسة سعودية لمدينة جدة مروى عبد الرحيم ( 2019) للإجهاد النفسي للمعلمين وعلاقته بأداة .

## 2- 3 تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي تعزى إلى الحالة الاجتماعية

ومن خلال النتائج أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية . بحيث إن الوضعية الاجتماعية تؤثر على نفسية الأستاذ وكذلك على تفكيره وهذا ما يؤثر على التلميذ في تحصيله، لان الإجهاد النفسي لذي المتزوج أكثر من الأعزب، فالأول مسؤولياته مضاعفة بالنسبة لثاني .

لم تتفق هذه الدراسة مع دراسة سليمان خويدي (2015) بعنوان الإجهاد النفسي وانعكاسه على دافعية الانجاز لدى أستاذ الجامعي تعزى إلى الحالة العائلية .

حيث أن هذا ناتج عن مسؤولية الاسرية وبالإضافة الى جهوده المبدولة في تربية أولاده ومرافقتهم اكايميا واجتماعيا والسعي الدائم على توفير احتياجاتهم ، كل هذه الاعمال تشكل جهدا فكريا ونفسيا للاستاذ مما يؤدي الى زيادة نسبة الاجهاد النفسي لديه .

خاتمة

## خاتمة

ان الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي يؤثر على التحصيل الدراسي لتلميذ وكذلك على سير العملية التعليمية، هدفت دراستنا إلى التعرف على العلاقة بين مستوى الإجهاد النفسي ودرجات التحصيل الدراسي ببلدية جامعة مع استخدامنا استبيان (مقياس) الإجهاد النفسي لتحقيق ذلك. ظهرت نتائج تؤكد عن وجود علاقة ارتباطيه عكسية ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي. وكذلك أظهرت أهميه للمتغيرات أخرى تؤثر على العلاقة .

### الفائدة التيأضافتها الدراسة:

أضافت هذه الدراسة فهما أعمق للعلاقة بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي. حيث ان نتائج أكدت على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المتغيرين، كما أشارت الدراسة على متغيرات أخرى قد تؤثر على هذه العلاقة وهذا الذي يثير اهتمام الطالب.

كما سلطت الدراسة الضوء على مدى فهم المدراء والأساتذة أهمية التحصيل الدراسي وسعى الطاقم التربوي إلى تحسينه وهذا ما يتيح على التعرف على ايجابيات وسلبيات النظام التعليمي.

### تم توصلنا الى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الاجهاد النفسي لدى اساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي.

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاجهاد النفسي لدى اساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي تعزى الى فروق في الخبرة .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة خامسة ابتدائي تعزى الى فروق في الحالة الاجتماعية .  
**الاقتراحات وتوصيات :**

- إجراء المزيد من البحوث في المتغيرات التي تؤثر على التلاميذ أو الأساتذة مع اقتراحات خطط علاجية أو حصص إرشادية .

- تشجيع الأخصائيين والمسؤولين على إجراء ندوات وملتقيات تعالج بعض المشكلات الأسرية التي تنتقل إلى المؤسسات أو العكس .

- تعزيز الدعم النفسي .

- تزويد الدورات التكوينية للأسر والمؤسسات وتبيان مهام الوالدين اتجاه العملية التربوية التعليمية .

- إدراج برامج تسهل التعليم .

- تكوين المتواصل للأساتذة لتجديد الطاقة ومنح الأفضل .

# قائمة المراجع

## قائمة المراجع

أولاً : الكتب :

- أبو نايف على (2019) الضغوط النفسية ، دار المعرفة المعرفية الاسكندرية ، مصر .2-
- الهاشمي لطفي ، فتحية وآخرون (2016) الإجهاد الفردي والتنظيمي واستراتيجية المواجهة ، الطبعة اولى ، عمان ، الاردن .
- جمال الدين ابن الفصل محمد ابن مكرم ابن منظور (2003) لسان العرب الجزء الثالث ،دار الكتاب العالمية الطبعة 1 ، بيروت ، لبنان .
- جان بيجامان سيتوار (1997) الإجهادأسبابه وعلاجه ، الطبعة 1 ، منشورات عويدات ، لبنان
- جمعة سيد يوسف (2007) النظريات الحديثة في تفسيرالإمراض النفسية ، مراجعة نقدية ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة .
- يامنه بد القادر اسماعيلي (2011) أنماط التفكير ومستويات التحصيل الدراسي ، ط1 ، دار الباروري العلمية للنشر والتوزيع ، الأردن .
- كامل محمد عويضة (1996) علم النفس الصناعي ، ط1 ، دار الكتاب العلمية ، لبنان
- محمد جاسم محمد ( 2004 ) سيكولوجية الإدارة التعليمية ، طبعة 1 ، مكتبية ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان .
- نعيم الرفاعي (2004) الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف ، الطبعة الأولى ، جامعة دمشق ، سوريا .
- عثمان الفاروق ( 2001 ) القلق وإدارة الضغوط النفسية ،دار الفكر ، الطبعة الأولى ، القاهرة
- عماد بن عبد الرحمان ( 2014 ) آثار حلقات تحفيظ القرآن الكريم على التحصيل الدراسي والقيم والأخلاقية ، دار التفسير ، جدة ، المملكة العربية السعودية .

- عبد المنعم الميلادي (2004) الأمراض والاضطرابات النفسية ، مؤسسة شباب المصرية ، القاهرة .
- علي عسكر (2000) الضغوط وأساليب مواجهتها والصحة النفسية والبدنية في صر التوتر والقلق ، ط2 ، دار الفكر الحديث ، الكويت .
- فهيم كليز (2002) الصحة النفسية والزواج السعيد في مراحل المر المختلفة ، دار المعارف ، القاهرة .
- رشاد صالح دمنهوري ( 2006 ) التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي في لم النفس التربوي الاجتماعي ، ط1 ، دار المعرفة الجامعة ، الإسكندرية .
- رجاء محمود أبو علام ( 2004 ) مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات، القاهرة.
- ثانيا الرسائل والأطروحات الجامعية :**
- أحمد شاكر مزهر الكريطي ( 2014 ) المهارات التدريسية لمدرسي التاريخ في مرحلة الإعدادية وعلاقتها بتحصيل طلبتهم ،جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير ،تخصص طرائق تدريس التاريخ ، قسم العلوم التربوية ونفسية ، كلية التربية للعلوم الإنسانية ، جامعة ديالى العراق.
- أبو الحصين (2010) الضغوط النفسية لدى الممرضين والممرضات العاملين في مجال الحكومي وعلاقتها بكفاءة الذات ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة .
- بن زروال فتحية (2008) أنماط الشخصية وعلاقتها بالإجهاد (أطروحة دكتوراه ) كلية اللوم الإنسانية والاجتماعية جامعة الإخوة منتوري ، قسنطينة.
- هلال حسين أبو حمد (2014) .الإجهاد النفسي ولاقته بالتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات العاملات في مؤسسات الدولية لقطاع غزة ،مذكرة لنيل شهادة الماجستير في لم النفس كلية التربية في جامعة إسلامية بغزة فلسطين .

## ثالثا المجالات :

- العرفاوي ذهبية (2021) عسر القراءة عند الأطفال في مرحلة الابتدائي ولاقتها بالتحصيل الدراسي ،مجلة محكمة ،مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع العدد 14 ، تيزي وزو الجزائر .

- ابن عبد الرحمان (2019) مكونات الأداء البيداغوجي وعلاقته بالتحصيل الدراسي المجلة العربية للعلوم التربوية النفسية مجلد 1 عدد 9..

-دغريبي إبراهيم بن هادي بن إبراهيم (2020) الفهم القرائي وعلاقته بالتحصيل دراسي في مقرر الرياضيات للصفوف الأولية مجلة العلمية مجلد 36 ، عدد 12 مملكة عربية السعودية .

- حجاز نبيل والدخان بشير (2006) الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالطلبة النفسية لديهم ، مجلة الجامعة الإسلامية ، العدد 2.

- كبري زكية (2020) التربية التحضيرية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر معلمي التعليم الابتدائي ،مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية ، العدد 1 مجلد 8 ، جامعة محمد خيضر .

الملاحق

## الملحق رقم 1 : استبيان الدراسة

جامعة حمى لخصر الوادي

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

تخصص علم النفس المدرسي

### استبيان

#### التعليمات :

أستاذي المحترم، أستاذتي المحترمة تحية طيبة وبعد ...

يطيب لنا إن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان الذي تم تصميمه لإغراض البحث العلمي بهدف جمع المعلومات اللازمة حول "الإجهاد النفسي لدى أساتذة تعليم الابتدائي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لصفوفهم في الثلاثي الثاني لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي"

يرجى من حضرتكم التكرم بالإجابة على جميع العبارات الاستبيان المرفق بكل صدق وموضوعية بعد قراءة كل عبارة بعناية، ومن ثم وضع علامة (X) في العمود المناسب أمام الاختيار الذي ينطبق عليك، علما بان المعلومات التي ستدلون بها في موضع السرية التامة .

#### المثال التوضيحي :

لا	احيانا	نعم	العبارات
	x		1-أشعر بعدم الارتياح أثناء تواجدي في حجرة التدريس.

الب

#### بيانات الشخصية :

#### الجنس :

أنثي

ذكر

#### الخبرة:

أكثر من 10 سنوات

أكثر من 5 سنوات

أقل من 5 سنوات

#### الحالة الاجتماعية:

مطلق

متزوج

أعزب

لا	احيانا	نعم	العبارات
			1-أشعر بعدم الارتياح أثناء تواجدي في حجرة التدريس.
			2-ألوم نفسي بشدة على ابسط الأشياء المتعلقة بالعمل.
			3-أشعر بالإحباط لكثرة انشغالي بالعمل.
			4-ينتابني شعور بالكآبة دون مبرر أثناء العمل.
			5-أعاني من النسيان المتكرر بسبب أعباء التدريس.
			6-أشعر بعدم القدرة على التكيف في العمل.
			7-أشعر بالقلق عند حدوث أي تغيير في العمل.
			8-أواجه صعوبة عند الاستيقاظ في الصباح.
			9-أشعر بضيق الصدر دون سبب واضح.
			10-أشعر بالصداع معظم فترات العمل.
			11-أشعر بالتعب والإرهاق عقب أي نشاط ولو كان بسيط.
			12-أشعر بالألم أسفل ظهري أثناء العمل.
			13-أشعر بزيادة خفقان في القلب أثناء العمل.
			14-أعاني من الدوار في بعض أوقات العمل.
			15-أعاني من فقدان الثقة بالنفس.
			16-أشعر بالخمول معظم الوقت أثناء التحضير للعمل.
			17-أشعر بالتعب والانهك عند نهاية الدوام الرسمي.
			18-أجد صعوبة في التركيز في الأعمال التي سأقوم بها.
			19-أشعر باللامبالاة تجاه الأعمال التي أقوم بها.
			20-ينتابني شعور بعدم الرغبة في القدوم إلى العمل.

			21- ينشئت انتباهي في نهاية ساعات دوام العمل.
			22- تزعجني عدم ملائمة أجواء حجرة التدريس (حرارة عالية، برودة شديدة، إضاءة غير مناسبة).
			23- أعاني من كثرة الضوضاء والفوضى داخل قاعة الدرس.
			24- تتسم علاقتي بالتوتر مع بعض زملاء العمل.
			25- أشعر أنني في المكان غير المناسب.
			26- الأعمال التي أقوم بها اعتيادية و لا جديد فيها.
			27- ينتابني شعور بعدم الثقة في المسئول المباشر في كثير من الأحيان.
			28- تقل زيارتي العائلية بسبب الإجهاد في العمل.
			29- أقصر بواجباتي إتجاه العائلة لأنني مجهد من العمل.
			30- أجل الكثير من الأمور إلى العطل الرسمية.
			31- يراودني شعور بأنني لا أستطيع حل أبسط المشكلات بسبب انغماسي في العمل.
			32- الوقت غير كافي لترفيهه والهوايات اليومية لأنني أعود متعب من العمل.
			33- أشعر أن لدي تأثير سلبي على من يحيطون بي.
			34- أضطر إلى إلغاء بعض المواعيد لكثرة أعباء العمل.

## الملحق رقم 2 : نتائج التحليل الإحصائي لاستبيان الدراسة

1- جدول نتائج التحليل الإحصائي لاستبيان الدراسة بخصوص الاجهاد النفسي و

التحصيل الدراسي

### Correlations

		الاجهاد النفسي	التحصيل الدراسي
الاجهاد النفسي	Pearson Correlation	1	-.862**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
التحصيل الدراسي	Pearson Correlation	-.862**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2- جدول نتائج التحليل الإحصائي لاستبيان الدراسة بخصوص الخبرة .

### Group Statistics

		الخبرة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاجهاد النفسي	سنوات 5\ أكثر من سنوات 5 اقل من		24	74.42	13.717	2.800
	سنوات فما فوق 10 من		26	70.77	14.163	2.778

## Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الاجهاد النفسي	Equal variances assumed	.015	.902	.924	48	.360	3.647	3.949	-4.293-	11.588
	Equal variances not assumed			.925	47.881	.360	3.647	3.944	-4.283-	11.578

3- جدول نتائج التحليل الاحصائي لاستبيان الدراسة بخصوص الحالة الاجتماعية

### Group Statistics

	الحالة الاجتماعية	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاجهاد النفسي	أعزب	20	66.30	12.097	2.705
	مطلق /متزوج	30	76.67	13.695	2.500

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الاجهاد النفسي	Equal variances assumed	.233	.631	-2.744	48	.009	-10.367	3.777	-17.962	-2.772
	Equal variances not assumed			-2.814	44.199	.007	-10.367	3.683	-17.789	-2.944

4- جدول نتائج الاحصائيات لمتغيرات الدراسة :

Statistics			مستوى التحصيل 7الى5ضعيف، من 5الى0من) (جيد 10الى7متوسط، من الاجهاد النفسي
N	Valid	50	50
	Missing	13	13
	Mean	72.52	2.20
	Std. Deviation	13.930	.700