الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشهيد حمه لخضر- الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: العلوم الاجتماعية

الضغوط النفسية وعلاقتها بالاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا

دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المتفوقين دراسيا بالسنة الأولى ثانوي ببعض ثانويات الوادي

مذكرة مكملة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر
في علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبة:
حنان عبد السلام

إشراف:
د/ عاتكة غرغوط

أعضاء لجنة المناقشة

الاستاذ	الرتبة	الصفة	المؤسسة الأصلية
سامية عدائكة	استاذ محاضر - أ	رئيسا	جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي
عاتكة غرغوط	استاذ محاضر - أ	مشرفا ومقررا	جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي
محمد السعيد قيسي	استاذ محاضر - أ	عضو مناقشا	جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي

السنة الجامعية: 2019/2018 * 1440/1439

شكر وعرفان

{{ **ربي أوزعني أن أشكر نعمتك عليا و على والدي** }}

فالحمد لله ... والشكر لله حمدا يليق بسمو عليائه وجميل أسمائه حمدا كثيرا طيبا مباركا أن من علي ووفقني بإتمام هذا العمل.

أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذة المشرفة على ما قدمته من حسن تأطير وتوجيه سعيا منها لإتمام هذا العمل على أكمل وجه الدكتورة **غرغوط عاتكة**.

أشكر عائلتي الكريمة فردا فردا على ما منحته لي من مساندة ودعم كل هذا الوقت.

أتقدم بالشكر والامتنان للأستاذ الدكتور الفاضل **السعيد محمد قيسي** على كل ما قدمه من مساعدة ودعم معنوي جعلها الله في ميزان حسناته .

والشكر موصول للأساتذة الدكتورة **عزي ايمان** على كل النصائح والتوجيهات جزاها الله عني كل خير.

كما أتقدم بجزيل الشكر للأستاذة الدكتورة **عدايكة سامية** على مساعدتها لي في هذا العمل.

كما لا أنسى كل من قدم لي الدعم من قريب أو من بعيد. دعاء صادق بأن يجعله الله في ميزان حسناتهم.

إلى كل هؤلاء شكر خاص

الطالبة

حنان عبد السلام

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة التي تربط الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا ببعض ثانويات ولاية الوادي.

اختيرت عينة الدراسة بطريقة قصدية، وشملت 55 طالب وطالبة، ولتحقيق أهداف الدراسة قمنا باتباع المنهج الوصفي، واستخدمنا مقياسين لقياس متغيرات الدراسة، كما اعتمدنا على الرزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية spss في تحليل البيانات.

وقد خلصت الدراسة الى النتائج التالية:

1- توجد علاقة ارتباطيه سلبية بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس.

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختيار الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

Study Summary

The study aimed to uncovering the nature of the relationship between psychological stress and academic choice among the students who excelled at some of the secondary levels of the valley.

The sample of the study was chosen in a deliberate manner, and included 55 students. To achieve the objectives of the study, we followed the descriptive approach. We used two measures to measure the variables of the study. We also relied on the statistical package of social sciences.

The study found the following results:

1 -There is a negative correlation between psychological stress and academic choice among students who excel academically.

2 -There are differences of statistical significance in psychological stress due to gender variable.

3 -There are no statistically significant differences in the academic choice due to gender variable.

فهرس المحتويات

المحتويات	الصفحة
شكر وعرفان	أ
ملخص الدراسة بالعربية	ب
ملخص الدراسة بالأجنبية	ج
فهرس المحتويات	د–و
فهرس الجداول	ز
مقدمة	3-1
الجانب النظري	
الفصل التمهيدي: تقديم موضوع الدراسة	
1–اشكالية الدراسة	6
2–فرضيات الدراسة	9
3–اهداف الدراسة	10
4–اهمية الدراسة	10
5–تحديد المفاهيم الاساسية	11
6–الدراسات السابقة	13
7–التعقيب على الدراسات السابقة	19
الفصل الثاني: الضغوط النفسية	
تمهيد	24
1–لمحة تاريخية عن الضغوط	25
2–مفهوم الضغط النفسي	25
3–انواع الضغط النفسي	27

4-مصادر الضغوط النفسية	**29**
5-مصادر الضغوط التي يتعرض لها تلاميذ الثانوية	**30**
6-النظريات المفسرة للضغوط النفسية	**30**
7-آثار الضغوط النفسية	**34**
خلاصة الفصل	**36**
الفصل الثالث: الاختيار الدراسي	
تمهيد	**38**
1-تعريف الاختيار	**39**
2-تعريف الاختيار الدراسي	**39**
3-تعريف الاختيار كعملية اتخاذ القرار	**40**
4-تصنيف القرارات الدراسية واستراتيجياتها	**41**
5-العوامل المؤثرة على اتخاذ القرار الدراسي	**42**
6-التفسيرات النظرية لاتخاذ القرار الدراسي	**49**
7-الخطوات العملية لاتخاذ القرار الدراسي	**55**
8-أهمية عملية الاختيار	**57**
9-شروط الاختيار الدراسي	**57**
10-أخطاء يقع فيها بعض التلاميذ اثناء اختيار الشعبة	**58**
خلاصة الفصل	**59**
الجانب النظري	
الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة	
1-منهج الدراسة	**62**
2-الدراسة الاستطلاعية	**62**

2-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية	**63**
2-2-عينة التقنين	**63**
2-3-صلاحية أدوات الدراسة	**64**
3-الدراسة الاساسية	**70**
3-1- حدود الدراسة	**70**
3-2- عينة الدراسة وخصائصها	**70**
3-3- الاساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة	**71**
الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج	
تمهيد	**74**
1-عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى	**75**
2-عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية	**78**
3-عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة	**80**
خلاصة عامة	**83**
اقتراحات وتوصيات	**84**
قائمة المراجع	**92-86**
الملاحق	**93**

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية	64
02	يوضح إرتباط درجة البند بالدرجة الكلية للمقياس	65
03	أرقام بنود أبعاد مقياس الاختيار الدراسي.	66
04	معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية	67
05	يوضح ارتباط درجة البند بدرجة البعد الذي ينتمي إليه	68
06	يوضح ارتباط درجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس	69
07	خصائص عينة الدراسة من حيث الجنس.	71
08	يوضح قيمة ودلالة معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والاختيار	75
09	يوضح قيمة ودلالة الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس	78
10	يوضح قيمة ودلالة الفروق في الاختيار الدراسي تبعاً لمتغير الجنس	80

مقدمة:

لقد أصبح موضوع الضغوط النفسية لدى التلاميذ مجال اهتمام المختصين في علم النفس على وجه العموم وعلوم التربية على وجه الخصوص، وذلك لإدراكهم المعاناة التي يعيشونها من إحباط وتوتر نتيجة الأعباء الدراسية التي تفوق قدراتهم.

حيث يعيش التلاميذ داخل المؤسسة التربوية عبر المراحل الدراسية، المختلفة تغيرات عديدة على الصعيد النفسي والجسدي، وخاصة منها المرحلة الثانوية نتيجة لارتباطها بفترة المراهقة، التي يعتبرها المختصون مرحلة التغيرات الجسمية، المعرفية، الاجتماعية، الانفعالية والأكاديمية التي ترافق مرحلة دراسية إلى أخرى. (عبدي، 2011، 26) والى جانب ما يصاحب هذه المرحلة من تغيرات جسمية وانفعالية وغيرها يكون لها مطالب وحاجات يتطلع المراهق إلى تحقيقها وإشباعها؛ لكن نجد في المقابل أن التعقيد الذي تتميز به المجتمعات الحديثة على أكثر من صعيد: اجتماعي، اقتصادي سياسي ...إلخ قد يقف ضد تحقيق تلك المطالب، وبالتالي يجعل مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالمشكلات. وعلى هذا الأساس يرى كثير من الباحثين أن مرحلة المراهقة هي مرحلة الضغوط النفسية ومن بينهم (هول)Hall " الذي يعتبر أول من أشار إلى أن مرحلة المراهقة تعتبر مرحلة الضغوط والعواصف". (غريب، 1993،ص 53)

ولهذا الشأن فإن شعور بعض المتفوقين و الموهوبين بالحيرة وعدم القدرة على الاختيار الصائب لمجال دراسة أو تخصص معين أو مهنة مرغوبة يخلق له نوعا من الضغوط، وقد أكد كل من بيرلي وجنشفت (Birely & Genshaft،1991) أن هؤلاء المتفوقين والموهوبين من أشد الناس حاجة إلى عملية الإرشاد والتوجيه الأكاديمي أو المهني، حيث إن صعوبة الاختيار للمتفوق لمجال الدراسة أو المهنة هو راجع لتعدد مواهبه وقدراته. فهو متميز الأداء في مختلف المجالات التي يدرسها نتيجة لارتفاع مستوى ذكائه أو نتيجة لتعدد مواهبه فالمتفوق والموهوب لديه قدرات متنوعة للنجاح في المجالات المتعددة. ولو تم إجراء قياس لقدرات هؤلاء المتفوقين والموهوبين، نجد أن البعض منهم يحقق درجات عالية في مختلف المجالات، مما يزيد الأمور تعقيداً في عملية الاختيار للدراسة واختيار مجال محدد. فالنجاح والحصول على تقديرات عالية ليس

معياراً كافياً للتوجيه الأكاديمي والمهني ولكن يجب مراعاة الميول والرغبات والاهتمامات للطالب. وقد يساهم الأهالي في الضغط على الأبناء في الاختيار الأكاديمي أو الالتحاق بالمهنة التي قد لا يرغبها أبنائهم (Maxey،1991) (Moon،2003) فمن الممكن أن يحقق هؤلاء المتفوقون والموهوبون نتائج عالية ويتفوقون في تلك المجالات التي تم اختيارها من قبل المحيطين بهم ولكن قد لا تشبع ميولهم ورغباتهم وتحقق طموحهم، إذا هم بحاجة إلى إرشاد وتوجيه أكاديمي ومهني يساعدهم في التغلب على المعيقات الداخلية والخارجية وتحقيق النجاح والانسجام والتوافق في المستقبل.

تمت الدراسة في جانبين نظري وتطبيقي، وقد تم تفصيل الجانب النظري من الدراسة إلى مجموعة من الفصول، في الفصل التمهيدي تم تناول تقديم موضوع الدراسة التي أوضحت أهداف وأسباب اختيار الموضوع التي خلصت إلى إشكالية الدراسة النابعة من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة الا وهي الضغوط النفسية والاختيار الدراسي، والتي طرحت اشكالية الارتباط بينهم لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي المتفوقين دراسيا، ولهذا وضعت تساؤلات للدراسة تم الإجابة عليها مؤقتا من خلال فرضيات تم التحقق من صحتها في نهاية الدراسة، كذلك شمل هذا الفصل تحديد المفاهيم الأساسية التي كانت موضع اهتمام الدراسة ككل، وأخيرا تم عرض بعض الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع ، فيها دراسات خاصة بمتغيرات الدراسة، واخرى في العلاقة بينهم، ثم قمنا بنظرة تحليلية عامة حول هذه الدراسات.

وفي الفصل النظري الثاني سنتناول متغير الضغوط النفسية، حيث سنقوم بتعريفها من خلال تعريفات مجموعة من العلماء والباحثين، اضافة الى ذكر انواعها ومصادرها، وسنتطرق في هذا الفصل كذلك إلى النظريات المفسرة للضغوط النفسية، وأخيرا سنتحدث عن اثارها .

أما الفصل الثالث، سنقدم من خلاله عرضا مفصلا لمتغير الاختيار الدراسي، حيث سنفصل في تعريف الاختيار ثم الاختيار الدراسي من خلال مجموعة من العلماء والباحثين، ثم تصنيف القرارات الدراسية واستراتيجياتها، ومن ثم سنتطرق الى ذكر العوامل المؤثرة على اتخاذ القرار الدراسي، وكالعادة سنقوم بتناول النظريات المفسرة

لهذا المتغير والخطوات العلمية لاتخاذه، ثم سنتناول اهمية وشروط الاختيار الدراسي، وفي الأخير سنذكر الاخطاء التي يقع فيها بعض التلاميذ اثناء اختيار الشعبة.

هذا بالنسبة للجانب النظري أما الجانب التطبيقي للدراسة فقد تم تقسيمه إلى فصلين أحدهما سنقوم فيه بتوضيح الإجراءات المنهجية للدراسة ، حيث سنتطرق من خلاله إلى منهج الدراسة، مع عرض للدراسة الاستطلاعية بما فيها أهدافها وعينة التقنين، والخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة ، أما في الدراسة الأساسية فسنقوم بعرض لحدود وعينة الدراسة وخصائصها، بحيث سنختارها بطريقة قصدية، وأخيرا سنبين أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة للتحقق من فرضيات الدراسة، والتي تنوعت وتعددت نظرا لأهمية هذه الفرضيات.

أما الفصل الثاني من هذا الجانب فسنقوم فيه بمحاولة التحقق من فرضيات الدراسة، وذلك من خلال تحليل النتائج المتحصل عليها ومحاولة مناقشتها ، وفي الاخير تم عرض خلاصة للبحث.

وفي النهاية، أرفق البحث بقائمة المراجع التي تم الاعتماد عليها، وبعض الملاحق لزيادة التوضيح.

الجانب النظري

الفصل التمهيدي: تقديم موضوع الدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- أهمـية الدراســة

5- تحديد المفاهيم الأساسية في الدراسة

6- الدراسات السابقة

7- التعقيب على الدراسات السابقة

1- إشكالية الدراسة:

يعيش الإنسان المعاصر في ضل حركة التقدم العلمي والاكتشافات التكنولوجية، وفي زمن تعددت فيه روافد الضغوط النفسية، أدى إلى تسارع وتيرة الحياة وهو ما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات حتى سمي بعصر الضغوط، إذ تعتبر كافة الضغوط النفسية من الظواهر الإنسانية المعقدة، في شتى المجالات النفسية والاجتماعية والمهنية وخاصة الدراسية بحيث أنها تكون متجسدة في الوسط الذي يعيش فيه الفرد.

حيث تعد الضغوط بمثابة انعكاس للتغيرات السريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة، وإن كان الفرد بطبيعته يسعى دائما إلى تحقيق الرضا والسعادة والاستقرار ولكن تعقد الحياة وتزايد أعبائها وصراعاتها هذا يجعل من الفرد في مواجهة العديد من المواقف والأحداث الضاغطة (حساني،2015)، حيث يرى الحواجري (2004) أن الضغط النفسي يحدث نتيجة شعور الفرد بوجود مواقف تشكل له خطرا أو تهدد، أو تعيق إشباع حاجاته، أو تحقيق أهدافه، أو وجود أعباء يجد الفرد نفسه معها غير قادر على تحملها، أو التغلب عليها لأنها تفوق قدرته بوصفه فردا، يشعر بحالة عدم الارتياح، والوطأة والعبء الذي يقع على كاهله (عربيات، 2006، 49).

وفي هذا السياق، يعتبر(Sayiner،2006) أن الضغط النفسي مرض العصر الحديث، وله أثار على سلوكيات الأفراد، إذ أنه أصبح عاملا مشتركا في مختلف البيئات التي يتواجد فيها الفرد، ومنها البيئة التعليمية التي تواجه التلميذ، فهذا الأخير يتعرض للعديد من الضغوط الأكاديمية، والأسرية والنفسية والاجتماعية، وهي تختلف باختلاف خصائصهم وسماتهم التي يتميزون بها عن غيرهم؛ حيث أكدت بعض الدراسات على أن الضغوط النفسية المدركة لدى التلاميذ تنشأ من التغيرات السريعة التي عرفتها المنظومة، والتي تشمل المقررات الدراسية الكثيرة، ونظم الامتحانات والتقويم التربوي الجديد، وطبيعة العلاقات بين التلاميذ بعضهم البعض من جهة وبين معلميهم والإداريين من جهة أخرى، وزيادة المسؤوليات الملقاة على عاتق التلاميذ سواء داخل أو خارج المدرسة.

(لطفي إبراهيم ،2009، 02)

ويعد التلاميذ المتفوقون أكثر من غيرهم عرضة للمواقف الضاغطة، لأنهم يتميزون بمجموعة من السمات والخصائص المعرفية والانفعالية والجسمية والاجتماعية التي تميزهم عن غيرهم من أقرانهم العاديين، لاسيما الضغوط الخارجية الناجمة عن البيئة الأسرية والمدرسية والاجتماعية المحيطة بهم حيث المشكلات المالية، الحرمان، والطلاق وضعف العلاقات الاجتماعية والتي وقد تؤدي إلى استمرار الضغط، وكذلك المطالب والحاجات الكثيرة التي تفرضها عليهم المرحلة النمائية وخاصة المرحلة الثانوية، وكذلك التعامل مع متطلبات التفوق التي تتطلب منهم المزيد من الاستجابة لتلك المصادر المختلفة من الضغوط والتكيف معها .(الزغلول والحمدان، 2015، 71–72) وهو ما يؤكده عبيس عماد (2007) بأن المهارات والقدرات العالية التي يتميز بها المتفوقون دراسيا عن العاديين ما يجعلهم يتأثرون بدرجة عالية بالضغوط التي تنشأ من بيئتهم المحيطة بهم والتي تعبر عن الكثير من الخبرات المؤلمة منها: القلق، والإحباط، والتوتر، وعليه فاستمرار تعرضهم لتلك الضغوط يؤثر على مستوى أدائهم ويعيق مهارات التفكير لديهم وتضعف القدرة على اتخاذ القرار وحل المشكلات وبالتالي تضعف قدرتهم على الاختيار الدراسي، وهو ما يجعلهم في حالة حيرة و تردد مستمرين حول مدى صحة اختيارهم، ومدى ملائمة نوع الدراسة التي وجهوا إليها لما لديهم من إمكانات وميول.

(عبيس عماد حميد،2007، 02)

وباعتبار أن الاختيار الدراسي من العمليات الأساسية التي تشكل جزءا هاما من حياة التلميذ فهو يعتبر اللبنة الأولى التي تبنى عليها المهنة المستقبلية التي تتجسد من خلال الالتحاق بشعبة دراسية معينة، ومن هذا المنظور يعتبر اختيار التلميذ لإحدى الشعب قرارا مصيريا حاسما يحدد مستقبله ويرسم له معالم النجاح أو الفشل فالاختيار الصحيح يحقق الإنتاجية والتوافق ويحقق منافع نفسية واجتماعية واقتصادية والاختيار الخاطئ قد يؤدي إلى سوء التكيف مع مجال دراسته أو مجال مهنته المختارة، فالتلميذ المتفوق يتعرض لتغيرات نمائية نفسية واجتماعية وفيزيولوجية ينتج عنها مطالب وحاجات تستدعي إشباعا وطموحات وأهداف تستدعي تحقيقا، ورغبة ملحة لتحقيق الاستقلالية والتفرد، والبحث عن ذات مستقلة متميزة، وكل هذا لايتم إلا بموجب تحصيل دراسي جيد

فهو يعتبر كمحك للتفوق الدراسي لأن التحصيل هو أحد المظاهر الأساسية للنشاط العقلي الوظيفي عند الفرد حيث أشار مارلاند (1972، Marylad) إلى التفوق الدراسي على أنه الأداء المتميز في التحصيل الأكاديمي، كما عرفه عبد الرحمان سيد سليمان وآخرون على أنه امتياز في التحصيل الدراسي بحيث يؤهل الفرد بمجموع درجات إلى التميز عن باقي أقرانه وهو حصيلة الفرد في أدائه أثناء الامتحان (سليمان،2001، 1)

وهو ما أكدته نتائج دراسة نورة إبراهيم السليمان (2011) إلى وجود فروق في أسلوب التخطيط لمواجهة الضغوط الحياتية اليومية لصالح الطالبات المتفوقات.

إلى جانب ذلك فقد أشار إبراهيم وجيه (1981) إلى أن الأفراد الذين يمتلكون قدرات عالية يزداد لديهم الأمر صعوبة وتعقيدا إذا ما نظرنا إلى الحساسية الزائدة التي يواجه بها الموهوب موضوع الاختيار فهو لا يريد أي مستقبل، وإنما يريد مستقبلا من نوع معين، وهو ينظر إلى المهن والتخصصات الدراسية المختلفة بغير العين التي ينظر إليها الفرد العادي. (**زواري**، 2011، 131)، وتضيف تارزولت (2008، 12) إلى أن المتفوق دراسيا لا يستطيع أن يحدد المجال الذي يميل إليه حقيقة، هذه الوضعية تجعل من الاختيار الذي يصيغه التلميذ في ظل هذه المعطيات اختيارا غير موضوعي، وتجعله تحت وطأة ضغوطات وحيرة في اختياره وفي هذه الحالة تصبح اختيارات التلميذ ليست آنية فرضتها وضعية الاختيار مما يجعلها عرضة لتأثير مختلف العوامل المحيطية (كتأثير الوالدين، الأصدقاء، قيم المجتمع وتقاليده...إلخ) أو الشخصية (كالجنس، السن، ...إلخ) والتي قد لا تساعده على صياغة قراره الدراسي أو المهني، وإنما يكون اختياره على أساس مشروع مهني مستقبلي ويعتبر طرفا نشطا فيه و مسئولا عن اختياراته.

ونظرا لأن الإجراءات المعتمدة في عملية التوجيه لا تعتمد بأي شكل من الأشكال على تزويد التلميذ بمعلومات حول ميوله وقدراته فالاعتماد فيها على نتائج التحصيل فقط، أي أنه لا يتم استخدام أي أسلوب أو وسيلة للحصول على معلومات دقيقة حول الطالب تخص مختلف جوانب شخصيته، وبالتالي لم تتم عملية تحليل الفرد التي تعتبر أحد أهم خطوات التوجيه حسب المنحى التشخيصي، وهذا ما يجعل الطالب في حالة حيرة وتردد

مستمرة حول مدى صحة اختياره، ومدى ملائمة الفرع الذي وجه إليه لما لديه من إمكانات وميول. (مشري ،2012، 256)

وبناء على كل ما سبق وفي ضوء استقراء نتائج الدراسات السابقة، وباعتبار أن الطالبة مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني وحسب أراء بعض التلاميذ وأساتذتهم، لاحظت وجود حيرة التلاميذ والضغوط النفسية التي يمرون بها أثناء ملء بطاقة الرغبات لاختيار الشعبة المناسبة، وعليه فموضوع الضغوط النفسية وعلاقتها بالاختيار الدراسي يعد من أهم المواضيع في الميدان التربوي خاصة لدى فئة المتفوقين دراسيا، ومن هنا جاءت هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين هاذين المتغيرين لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا، وفي ضوء ما تقدم يمكننا صياغة إشكالية الدراسة الحالية من خلال الإجابة على:

التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى المتفوقين دراسيا؟

- **هل** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختيار الدراسي تعزى لمتغير الجنس لدى المتفوقين دراسيا؟

2- فرضيات الدراسة:

سعت هذه الدراسة إلى فحص الفرضيات التالية:

- توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى المتفوقين دراسيا.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختيار الدراسي تعزى لمتغير الجنس لدى المتفوقين دراسيا.

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على:

- التعرف عن العلاقة بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا.

- التحقق من وجود فروق او عدمها بين الجنسين في متغيري الدراسة.

4- أهمـية الدراســة:

يعتبر موضوع الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا من المواضيع ذات الأهمية الكبيرة في المجال التربوي والنفسي و ذلك نظرا لارتباطهما بالمرحلة العمرية ذات خصائص متميزة والتي يتعرض خلالها الطالب للعديد من الضغوط الأكاديمية، والأسرية، والنفسية، والاجتماعية، حيث أن هذه المرحلة التي يمر بها تلاميذ المرحلة الثانوية تفتقر للأبحاث والدراسات فيما يتعلق بالموضوع الحالي، وخاصة فئة المتفوقين دراسيا، كما تناولت الدراسة موضوع الضغوط النفسية والاختيار الدراسي كأحد المواضيع النفسية والتربوية التي تحتاج إلى المزيد من الدراسات والبحوث في الفترة الحالية.

وتكتسب هذه الدراسة أهميتها في نظرتها إلى الاختيار الدراسي باعتباره عملية اتخاذ قرار قصد الوقوف على العناصر تلك العملية، وكل ما يتعلق بها من أجل الوصول إلى فهم عميق لنفسية التلميذ وبالتالي اقتراح خدمات مناسبة تتوافق معه.

وأيضا استثمار التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي من الناحية العملية في تصميم برامج تربوية ونفسية يمكن أن تسهم في توجيه وإرشاد التلاميذ نحو أساليب التصدي التي تتوافق مع قدراتهم الشخصية ومع بيئتهم الاجتماعية،

تعتبر هذه الدراسة إضافة للتراث النظري الذي قد يثير الكثير من التساؤلات لدى الباحثين لمواصلة البحث في هذا المجال.

5- تحديد المفاهيم الأساسية في الدراسة:

5-1 – تعريف الضغوط النفسية:

عرف (لازاروس) وآخرون Lazarus al.1966 " الضغوط بأنها "حالة من التوتر الانفعالي تنشأ عن المواقف التي يحدث فيها اضطراب في الوظائف الفسيولوجية وعدم كفاية الوظائف المعرفية اللازمة للموقف". (إبراهيم، 1994، 551)

التعريف الإجرائي للضغوط النفسية:

ويتعرف الضغوط النفسية إجرائياً في الدراسة الحالية بأنها: مجموع الدرجات التي يحصل عليها تلميذ المرحلة الثانوية في مقياس الضغوط هي مثيرات (ظروف، أو أحداث، أو وقائع، أو قوى خارجية أو منبهات داخلية) تحدث استجابات أو سلوكات نفسية معينة لدى الطلبة المتفوقين، وبالتالي تشكل لديهم نوعا من عدم الرضا، أو عدم الارتياح من هذا الموقف وفق إجابات المبحوثين عن الفقرات التي تقيسها أداة البحث المستخدمة، إذ عرض الباحثان لثمان و ثلاثين فقرة تؤلف كل منهما شكلا من أشكال الضغوط، التي قيس بمجموعها درجة تعرض الطلبة المتفوقين عينة البحث للضغوط النفسية . (عربيات والخرابشة، 2007، 52)

5-2- تعريف الاختيار الدراسي:

يعرف سيلامي Sillamy الاختيار على أنه يعني "القرار الذي من خلاله نقبل إمكانية ضمن الإمكانيات المتوفرة، سواء كان هذا الاختيار يتعلق بمهنة أو صديق أو نشاط معين مع العلم أنه يتطلب مشاركة كل جوانب شخصية الفرد". (تارزولت، 1997، 10)

التعريف الإجرائي للاختيار الدراسي:

ويعرف الاختيار الدراسي إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه: قدرة التلميذ سنة أولى ثانوي جذع مشترك علوم وتكنولوجيا على اختيار أنسب الشعب الدراسية المفتوحة في السنة ثانية ثانوي من خلال التصريح بالرغبة في ذلك الاختيار ضمن بطاقة الرغبات في المرتبة الأولى، وبعبر عن تلك القدرة كميا بالدرجة التي يحصل عليها في مقياس القدرة على اتخاذ القرار الدراسي ويعبر التلميذ:

قادرا على اتخاذ قراره الدراسي: إذا حصل على أقل من الدرجة 180 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

غبر قادر على اتخاذ الدراسي: إذا حصل على الدرجة 170 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

الاستقلالية: وهي درجة استقلال التلميذ بنفسه في اتخاذ القرار الدراسي دون الاعتماد على الأهل أو الزملاء أو الأساتذة .....ويعتبر التلميذ:

مستقلا: إذا حصل على أكثر من درجة 45 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

غير مستقل: إذا حصل على أقل من درجة 43 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

الواقعية: وتعني تقييم التلاميذ لإمكانية النجاح في الشعبة الدراسية التي اختارها وملائمة ذلك الاختيار لميوله وقدراته وقيمه وتتناسب مع تصوراته، مع الأخذ بعين الاعتبار ظروفه الاجتماعية والاقتصادية، ويعتبر التلميذ :

واقعيا: إذا حصل على أكثر من الدرجة 48 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

غير واقعي: إذا حصل على أقل من الدرجة 46 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

التحكم في المعلومات: ونقصد بها معرفة التلميذ الشاملة حول: ذاته (قدراته، ميوله، قيمه...) وحول الشعب الدراسية المفتوحة في السنة ثانية ثانوي، الفروع الجامعية المختلفة وعالم الشغل، ويعتبر التلميذ:

متحكما في المعلومات: إذا حصل على أقل من الدرجة 40 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

التحكم في المنظور الزمني: بمعنى أخذ التلميذ بعين الاعتبار مفهوم الزمن بأبعاده الثلاثة(الماضي، الحاضر، المستقبل) عند صياغة اختياره الدراسي مع التركيز على البعد الزمني المستقبلي، ويعتبر التلميذ:

متحكما في المنظور الزمني: إذا حصل على أكثر من الدرجة 45 كدرجة خام في الدراسة الحالية.

غير متحكما في المنظور الزمني: إذا حصل على أقل من الدرجة 43 كدرجة خام في الدراسة الحالية. (زواري، 2011، 23-24)

5-3- التفوق الدراسي:

عرف عدد من الباحثين التفوق الدراسي على أنه: " الامتياز في التحصيل الدراسي، بحيث يؤهل بمجموع درجات الفرد لأن يكون أفضل من زملائه"

عرف باسو "passow" التفوق الدراسي بأنه: القدرة على الامتياز والتحصيل". (جميل عبد الله، 2010، 32)

التعريف الإجرائي للتفوق الدراسي: هم التلاميذ سنة أولى ثانوي شعبة علوم و الحاصلين على درجة التحصيل الدراسي خمسة عشر و نصف فما أكثر.

6- الدراسات السابقة:

ويقوم الباحث بالتعقيب على الدراسات التي تناولها، ثم يختتم هذا الفصل بالتعقيب عليها في ضوء ما توصلت إليه الدراسات السابقة.

- دراسة محمد بلقاسم، حاج شتوان (2016) بعنوان: " الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي"

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة الموجودة بين الضغوط النفسية وأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي، استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وشملت الدراسة على (120) تلميذا وتلميذة من التخصصين العلمي والأدبي ، كما تم اختيار عينة الدراسة عن طريق العينة العشوائية واستخدم الباحثان استبيانا خاصا بأسباب الغياب المدرسي، واستبيان الضغط النفسي، وتوصلت نتائج الدراسة الى:

– عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي وأسباب الغياب المدرسي.

– توجد فروق ذات دلالة في الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الاناث.

–لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير أسباب الغياب المدرسي تعزى لمتغير (الجنس).

– دراسة خالد بن محمد بن عبد الله، العبدلي (2012):"الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين والعاديين بمدينة مكة المكرمة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، كما هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية وكذلك التحقق من وجود فروق بين الطلاب المتفوقين والعاديين في الصلابة النفسية وفي أساليب مواجهة الضغوط النفسية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ألارتباطي المقارن، كما اعتمد على مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر،2006) ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية من إعداد (الهلالي،2009)، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالبا من التعليم الثانوي، تم اختيارهم عشوائيا طبقيا. وكانت نتائج الدراسة كالتالي:

أظهرت أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين.

– وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها من جهة أخرى لدى الطلاب المتفوقين والعاديين .

– وجود فوق بين المتفوقين والعاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية باستثناء (التحليل المنطقي، تحمل المسؤولية، الاستسلام، التنفيس الانفعالي)

– دراسة سلاف مشري وآخرون (2012) بعنوان:" الاختيار الدراسي كمصدر للضغط النفسي لدى الطلبة الحاصلين على شهادة البكالوريا في ظل التوجيه الجامعي في الجزائر"

تهدف هذه الدراسة الى توضيح كيف أن عملية اختيار الطلبة الحاصلين على شهادة البكالوريا لفروعهم الجامعية قد يكون بمثابة مصدر للضغط النفسي لديهم في ظروف وإجراءات عملية التوجيه الجامعي في الجزائر.

– دراسة نورة إبراهيم السليمان (2011) بعنوان:" أساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بالمرحلة الجامعية"

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على طبيعة الفروق في أساليب مواجهة الضغوط الحياتية اليومية لدى عينة من الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بالمرحلة الجامعية، واعتمدت الباحثة المنهج المقارن، حيث تكونت العينة من (172) طالبة قسم التربية الخاصة بجامعة الرياض، و(83) من المستوى السادس والسابع من المتفوقات و(89) طالبة من غير الطالبات غير المتفوقات. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى:

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أسلوب التخطيط لمواجهة الضغوط الحياتية اليومية لصالح الطالبات المتفوقات.

–وجود فروف ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أساليب المواجهة (الاستسلام، القبول، الانكار، عدم المبالاة، صرف الانتباه) لصالح الطالبات غير متفوقات.

- دراسة خليفة زواري أحمد(2011) بعنوان:"العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال/ الاعتماد على المجال الإدراكي) والاختيار الدراسي باعتباره عملية اتخاذ قرار لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي بولاية الوادي"

تهدف هذه الدراسة على التعرف على العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال/ الاعتماد على المجال الإدراكي) والاختيار الدراسي باعتباره عملية اتخاذ قرار، وذلك على عينة تكونت من 102 تلميذ منهم 41ذكور و61اناث من تلاميذ السنة الأولى ثانوي، حيث استخدم الباحث مقياس القدرة على اتخاذ القرار الدراسي الذي يحتوي على 44 بند موزعة بالتساوي على 4 أبعاد الاستقلالية، الواقعية، التحكم في المعلومات، والتحكم في المنظور الزمني، واختبار الأشكال المتضمنة لقياس الأسلوب المعرفي، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى:

- أن نسبة متميزة بأغلبية أفراد عينة الدراسة لهم القدرة على اتخاذ قرارهم الدراسي.

- كذلك نجد نسبة معتبرة من أفراد العينة تعاني عجزا في اتخاذ القرار الدراسي مستقل وواقعي بناء على المعلومات صحيحة وتصورات مستقبلية مدروسة.

- عدم وجود فروق بين الجنسين فيما يخص القدرة على اتخاذ القرار الدراسي.

- دراسة آمنة عبد العزيز صالح أبا الخيل(2011) بعنوان "إستراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية لدى عينة من الموهوبات والموهوبات ذوات الصعوبات التعلم بالمرحلة المتوسطة "

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية الأكثر شيوعا لدى الطالبات ذوات صعوبات التعلم والمتفوقات عقليا ،وكذلك التحقق من وجود فروق في أساليب المواجهة بين عينات الدراسة، واستخدمت الباحثة مقياس استراتيجيات المواجهة، ودرجات تحصيل الطالبات، ومقياس (رافن)، ومقياس السمات الشخصية، تكونت عينة الدراسة من (1396) طالبة من الصف الثاني متوسط، وتوصلت الدراسة إلى أنه هناك فروق دالة إحصائيا بين عينات الدراسة في استخدام استراتيجيات المواجهة

لصالح الموهوبات، حيث كانت الطالبات الموهوبات لديهن توجيه ذاتي وتركيز على التميز في الأداء والتركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الانفعال.

- دراسة ساعد شفيق (2010) بعنوان مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى المراهقين"

وتهدف هذه الدراسة إلى الكشف على العوامل التي تشكل بالنسبة للمراهقين مصدرا للضغط أو التي يستشعرون من خلالها صعوبة في التكيف ومن ثم التعرف على خصائص المواجهة لدى هذه الفئة وأهم أساليب المواجهة ،كما تهدف إلى دراسة الفروق بين الجنسين فيما يتعلق بمصادر الضغط النفسي، تم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من 80 تلميذا وتلميذة من الرحلة الثانوية، وتم إعداد أداة البحث المتمثلة في استبيان مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: فيما يتعلق بمصادر الضغط النفسي فقد توصل الى أن أفراد عينة الدراسة يعانون من الضغوط النفسية الناتجة عن مصادر متعددة وبدرجات متفاوتة.

كما أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يتعلق بالعوامل الاجتماعية والدراسية، حيث كان الذكور أكثر تأثرا بالعوامل الاجتماعية فيما كان تأثير العوامل الدراسية أكبر عند الإناث فيما لم يتوصل الباحث الى وجود فروق بالنسبة للمصادر الأخرى.

- دراسة عماد حميد عبيس (2007) بعنوان:" الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقليا"

وتهدف هذه الدراسة إلى قياس درجة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقليا والى الطلبة العاديين كما تهدف إلى التعرف على دلالة الفروق في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين عقليا وأقرانهم من الطلبة العاديين، وأجريت الدراسة في المدارس الثانوية في مدينة بغداد ،إذ تألفت عينة البحث من (400) طالب وطالبة منهم (200) من الطلبة المتفوقين، و(200) من الطلبة العاديين اختيروا بطريقة عشوائية، وقام الباحث

بتطبيق اختبار رآفن للمصفوفات المتتابعة الذي أعده للبيئة العراقية من قبل الدكتور فخري الدباغ وآخرون، وبناء مقياس للضغوط النفسية، وبعد تطبيق الأداتين على عينة البحث تم التوصل الى النتائج التالية:

– متوسط درجات الطلبة المتفوقين على مقياس الضغوط أعلى من المتوسط النظري وبفرق غير دال إحصائيا.

– متوسط درجات الطلبة الاعتياديين على مقياس الضغوط النفسية أعلى من المتوسط النظري وبفرق دال احصائيا.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين واقرأنهم الاعتياديين بالنسبة إلى الدرجة الكلية للمقياس والمجالات كافة.

– دراسة محسن محمود أحمد الكيكي (2007) بعنوان:" الضغوط النفسية التي تواجه طلبة ثانويتي المتميزين و المتميزات في مركز محافظة نينوي"

هدفت الدراسة الى التعرف على الضغوط النفسية التي تواجه طلبة ثانويتي المتميزين والمتميزات والتعرف على الفروق في الضغوط النفسية بين طلبة الثانويتين وفقا لمتغير الجنس، وقد اختيرت العينة عشوائيا حيث بلغت (130) طالبا وطالبة من الصف الاول ثانوي، وقد أعد الباحث أداة الدراسة (مقياس الضغوط النفسية)، وقد أظهرت نتائج الدراسة الى:

– أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة وفقا لمتغير الجنس(ذكور واناث)

– دراسة القيار (2002) بعنوان" الضغوط النفسية التي يواجهها الطبة المسرعين وأقرانهم الغير مسرعين في مرحلتي الدراسة الثانوية والجامعية

وتهدف الدراسة الى التعرف على الضغوط النفسية التي يواجهها الطلبة المسرعين وأقرانهم الغير مسرعين في مرحلتي الدراسة الثانوية والجامعية والتعرف على دلالة الفروق في الضغوط النفسية لدى الطلبة المسرعين أنفسهم بحسب متغير الجنس، وقد بلغ عدد

أفراد العينة (216) طالبا وطالبة، تم إعداد مقياس أداة للبحث، وقد أظهرت النتائج هي كالآتي: يعاني عموم الطلبة من المسرعين من كلا الجنسين، وكلا المرحلتين من ضغوط نفسية بدرجة أكبر من أقرانهم غير المسرعين، ويعاني الذكور المسرعين والإناث المسرعات من ضغوط نفسية على حد سواء (محسن الكيكي،2007،ص265)

7- التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد أن تم عرض الدراسات السابقة سيتم مناقشتها من حيث الأهداف التي حددت لها، والعينات التي اعتمدتها والمنهج، والأدوات المستخدمة وأهم ما توصلت إليه من نتائج.

1- من حيث الهدف:

اختلفت الأهداف من حيث طبيعة المتغيرات المراد معرفة علاقتها بالضغوط النفسية من جهة والاختيار الدراسي من جهة أخرى، حيث هدفت دراسة بلقاسم وشتوان (2016)الى معرفة العلاقة الموجودة بين الضغوط النفسية وأسباب الغياب المدرسي، وهدفت دراسة العبدلي(2012)، الى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، في حين هدفت دراسة سلاف مشري وآخرون (2012) الى توضيح كيف أن عملية اختيار الطلبة الحاصلين على شهادة البكالوريا لفروعهم الجامعية قد يكون بمثابة مصدر للضغط النفسي لديهم في ظروف وإجراءات عملية التوجيه الجامعي في الجزائر، أما دراسة نورة إبراهيم السليمان (2011) فقد هدفت إلى التعرف على طبيعة الفروق في أساليب مواجهة الضغوط الحياتية اليومية، أما دراسة خليفة زواري أحمد(2011) فهدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد على المجال الإدراكي) والاختيار الدراسي باعتباره عملية اتخاذ قرار، أما دراسة عماد حميد عبيس (2007) فقد هدفت إلى قياس درجة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقليا والى الطلبة العاديين، والى التعرف على دلالة الفروق في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين عقليا وأقرانهم من الطلبة العاديين، أما دراسة ساعد شفيق (2010) فقد هدفت الى الكشف مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات

المواجهة لدى المراهقين، ودراسة محسن محمود أحمد الكيكي (2007) التي هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية التي تواجه طلبة ثانويتي المتميزين والمتميزات والتعرف على الفروق في الضغوط النفسية بين طلبة الثانويتين وفقا لمتغير الجنس، في حين هدفت دراسة القيار (2002) إلى التعرف على الضغوط النفسية التي يواجهها الطلبة المسرعين وأقرانهم الغير مسرعين في مرحلتي الدراسة الثانوية والجامعية، ودراسة آمنة عبد العزيز صالح أبا الخيل(2011) التي هدفت إلى التعرف على إستراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية لدى عينة من الموهوبات والموهوبات ذوات الصعوبات التعلم بالمرحلة المتوسطة

أما الدراسة الحالية فتهدف إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والقدرة على الاختيار الدراسي.

2- من حيث العينة:

أما فيما يتعلق بالعينات التي اعتمدت في الدراسات السابقة فإننا نلاحظ اختلاف في العينات المستخدمة، ففي دراسة بلقاسم وشتوان (2016) استخدمت عينتها من تلاميذ الطور الثانوي، في حين دراسة العبدلي (2012)شملت طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، وأيضا شملت دراسة سلاف مشري وآخرون (2012) على طلبة الجامعة، أما دراسة نورة إبراهيم السليمان (2011) فشملت الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بالمرحلة الجامعية، ودراسة زواري أحمد (2011) فشملت تلاميذ السنة الأولى ثانوي، في حين شملت عينة دراسة عماد حميد عبيس (2007) الطلبة المتفوقين عقليا والى الطلبة أما فيما يخص الحجم فان الدراسات السابقة التي تم تناولها اعتمدت على أحجام متوسطة وكبيرة ما بين (102-1396)، أما دراسة ساعد شفيق (2010) فقد شملت على عينة من المراهقين، ودراسة محسن محمود أحمد الكيكي(2007) التي شملت طلبة ثانويتي المتميزين والمتميزات، في حين شملت دراسة القيار (2002) على الطلبة المسرعين وأقرانهم الغير مسرعين في مرحلتي الدراسة الثانوية والجامعية، و دراسة آمنة عبد العزيز صالح أبا الخيل(2011) التي شملت على عينة من الموهوبات والموهوبات ذوات الصعوبات التعلم بالمرحلة المتوسطة

وما نلاحظه هو أن دراستنا الحالية تتشابه مع العديد من الدراسات السابقة من حيث التلاميذ المتفوقين في المرحلة الثانوية سنة أولى علوم.

3- من حيث المنهج:

ما يلاحظ أن أغلب الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي، المقارن والارتباط وتتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في اعتمادها على المنهج الوصفي.

4- من حيث الأدوات:

ما يلاحظ أن هناك اختلاف في استخدام الأدوات قياس المتغيرات فهناك من الدراسات من اعتمد على مقاييس جاهزة معدة من طرف باحثين آخرين، وهناك من اعتمد على بناء استبيانات تقيس متغيرات دراستهم، وتشترك دراستنا الحالية مع العديد من الدراسات في استخدام مقاييس جاهزة لقياس متغيرات الدراسة.

5- من حيث النتائج:

نلاحظ من خلال عرض نتائج الدراسات السابقة أنها تختلف حسب أهدافها ففي دراسة محمد بلقاسم، حاج شتوان (2016) فقد توصلت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة في الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، والى عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الضغط النفسي وأسباب الغياب المدرسي.

كما توصلت دراسة العبدلي (2012) إلى وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها من جهة أخرى لدى الطلاب المتفوقين والعاديين. والى وجود فوق بين المتفوقين والعاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية باستثناء (التحليل المنطقي، تحمل المسؤولية، الاستسلام، التنفيس الانفعالي)، كما توصلت دراسة نورة إبراهيم السليمان (2011) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أسلوب التخطيط لمواجهة الضغوط الحياتية اليومية لصالح الطالبات المتفوقات، والى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أساليب المواجهة (الاستسلام، القبول، الإنكار،

عدم المبالاة، صرف الانتباه) لصالح الطالبات غير متفوقات. أما دراسة خليفة زواري أحمد (2011) فقد توصلت إلى أن نسبة متميزة بأغلبية أفراد عينة الدراسة لهم القدرة على اتخاذ قرارهم الدراسي، في حين توصلت دراسة عماد حميد عبيس (2007) الى أن متوسط درجات الطلبة المتفوقين على مقياس الضغوط أعلى من المتوسط النظري وبفرق غير دال إحصائيا، والى عدم وجود فروق في درجة الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين وأقرانهم الاعتياديين بالنسبة إلى الدرجة الكلية للمقياس والمجالات كافة، أما دراسة ساعد شفيق (2010) فقد توصلت الى أن أفراد عينة الدراسة يعانون من الضغوط النفسية الناتجة عن مصادر متعددة وبدرجات متفاوتة، ودراسة محسن محمود أحمد الكيكي(2007) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة وفقا لمتغير الجنس(ذكور وإناث)، في حين توصلت دراسة القيار (2002) الى يعاني عموم الطلبة من المسرعين من كلا الجنسين، وكلا المرحلتين من ضغوط نفسية بدرجة أكبر من أقرانهم غير المسرعين، ويعاني الذكور المسرعين والإناث المسرعات من ضغوط نفسية على حد سواء، ودراسة آمنة عبد العزيز صالح أبا الخيل(2011) التي توصلت إلى أنه هناك فروق دالة إحصائيا بين عينات الدراسة في استخدام استراتيجيات المواجهة لصالح الموهوبات، حيث كانت الطالبات الموهوبات لديهن توجيه ذاتي وتركيز على التميز في الأداء والتركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الانفعال.

خلاصة الفصل:

لقد تضمن هذا الفصل الإطار العام الدراسة، والمتمثلة في طرح الإشكالية وتساؤلاتها، وصياغة فرضيات الدراسة ثم تحديد أهداف الدراسة وأهميتها النظرية والتطبيقية، ليتم بعدها تحديد مفاهيم الدراسة إجرائياً ثم عرض الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيري الدراسة، وقد تم مناقشة كل الدراسات من حيث الأهداف والعينة والمنهج والأدوات والنتائج التي توصلت إليها وصولا إلى تعقيب عام على الدراسات وأوجه استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: الضغوط النفسية

تمهيد

1- لمحة تاريخية عن الضغوط

2- مفهوم الضغط النفسي

3 – أنواع الضغط النفسي

4- مصادر الضغوط النفسية

5- النظريات المفسرة للضغوط

6- آثار الضغوط على التلاميذ

خلاصة الفصل

تمهيد

لقد أصبحت الضغوط النفسية جزء لا يتجزأ من حياة الإنسان، حيث أنه لا يمكن تحاشيها، مما أدت إلى لفت انتباه معظم الباحثين في هذا المجال، لما لها آثار نفسية على حياة الإنسان في مختلف جوانب حياته، و استقراره النفسي.

أصبح الإنسان يتسم بالقلق والصراع ويعيش هذه الضغوطات في الأسرة الشارع مكان العمل وخاصة في المدرسة. ولمعرفة أكثر حول هذا الموضوع سوف نتطرق لشيء من التفصيل على النحو التالي.

وقد تناولنا في هذا الفصل أولا الضغط النفسي كمفهوم والتطرق لتعريفاته من الناحية اللغوية والاصطلاحية وكذلك التركيز على مكوناته، أنواعه، ومصادره ومن ثم التعرف على أهم النظريات المفسرة لهذا المفهوم وتبيان الآثار الناجمة عن الضغط على التلاميذ.

1- لمحة تاريخية عن الضغوط:

إن أصل كلمة ضغوط **STRESS** ليست كلمة نفسية، بل تم استعارتها من مجال العلوم الفيزيائية.

وفي عام **1676** وصف قانون **هوكس** ظاهرة أن لكل جهاز درجة معينة من التحمل وأن زيادة هذا العبئ قد يقود إلى إحداث العديد من الأضرار، أو على أسوء الفروض يسبب إجهادا.

إلا أن **هانز سيلي (1950)** استخدم هذا المصطلح و نقله من مجال العلوم الفيزيائية إلى العلوم الإنسانية على أساس إبراز حقيقة مؤداها أن الجسم البشري حين يتعرض لأحد المواقف المؤثرة أي الضاغطة، فإن استجابة الجسم (أي ردة فعله الفسيولوجي) سوف تكون مرهقة.

ولم يكتفي **سيلي** بهذا بل أنه ألف مصطلح "الضاغط" **STRESSOR** ليشير به إلى كافة المثيرات التي يمكن أن تثير استجابات الجسم كرد فعل متوقع تجاه ضغوط.

ومع الأيام وكثرة الاستخدامّ أصبح لمن لا يعرف التاريخ يضن وكأن هذا المصطلح ابن شرعي (وغير مقحم) على مجال علم النفس. (غانم، ب س، 10-11)

2- مفهوم الضغط النفسي:

2-1- المعنى اللغوي لكلمة ضغط:

ورد بعدة أشكال في المعاجم وذلك حسب الاستخدام والموقف الذي اقترن به فالأصل اللغوي لكلمة ضغط هو "ضغطه" ضغطا": عصره و زحمه والكلام بالغ في إيجازه وعليه شدد وضيق، والضغط في الطب "هو ضغط الدم" أي ارتفاعه، وفي الهندسة القوة الواقعة على وحدة المساحات. وفي الطبيعة الضغط الذي يرتكز على نقطة معينة بفعل الثقل. (حسن، حسن،2006، 20-21)

2-2- التعريف الإصطلاحي:

يعرف الضغط بأنه حالة من التوتر النفسي الشديد أو هو الصراع. أما الضغوط النفسية فتعرف على أنها عوامل خارجية ضاغطة على الفرد بكله أو جزء منه، وهي توجد لديه إحساسا بالتوتر بدرجة ما، أو تحدث تشويها في تكامل شخصيته. (شحاتة والنجار، 2003، 208)

وقد ورد تعريف الضغط النفسي PSYCHOLOGY STRESS في موسوعة ماك ميلان 2003، حيث وصف الضغط بأنه: حالة الأفراد تحت الضغوط الفسيولوجية أو الانفعالية التي يمكن مواجهتها وقد أصبحت الضغوط قضية جديرة بالاعتبار في المجتمعات الصناعية الحديثة، ومن الأسباب الشائعة التي تسبب الضغط هي المطالب الزائدة أو القلق في كل من بيئة العمل (والتي تشمل المدارس، الجامعات، حيث يؤثر الضغط على الأفراد في جميع الأعمار)، والأسرة حيث المشكلات المالية، الحرمان، والطلاق وضعف العلاقات الاجتماعية، وقد يؤدي استمرار الضغط إلى حدوث تلف، والذي يؤدي بدوره الى الاضطرابات السيكوسوماتية. (دردير، 2010، 51)

وهنا نستطيع القول أن هذا التعريف كان شاملا حيث أشار إلى الضغط النفسي بأنه استجابة فسيولوجية تحدث للإنسان كما تطرق إلى أسبابه، وبين الآثار الناجمة عنه.

ويعرفه عثمان بأنه رد فعل لتأثيرات مختلفة بالغة القوة، وتحدث الضغوط نتيجة العوامل الخارجية مثل كثرة المعلومات التي تؤدي إلى إجهاد انفعالي.

(عثمان، 200، 17)

وفي قاموس علم النفس نجد حالة من التهديد تمس العضوية بسبب مواقف الخطر التي تتعرض لها. (Sillamy Norbert، 2003،365)

وعرف سيلي (Selye 1980) الضغط النفسي بأنه استجابة غير محددة نحو أي مطلب يفرض على الفرد. (عربيات و الخرابشة، 2007، 53)

ويمكننا القول هنا أن بعض التعريفات تتفق مع سيلي على أن الضغط استجابة لمثيرات وعوامل خارجية تولد لدى الفرد حالة من الصراع و التوتر النفسي.

ويغرف الضغط النفسي لدى التلاميذ بأنه: تلك الصعوبات والعقبات المادية و المعنوية التي تواجه التلميذ في بيئته تقف عائقا.

وفي تعريف chrisky للضغط حيثي قول أولا: يفضل بعضهم استخدام كلمة الضغط للدلالة على الضغوطات و المتطلبات التي تواجه الإنسان، واستخدام كلمة قيود للدلالة على رد فعله اتجاه ذلك الوضع.

ثانيا: يستخدم بعض الكتاَب كلمة ضغط للإشارة إلى مستوى التحدي الذي يواجه الفرد سواء كان هذا التحدي سلبيا أو ايجابيا. (العمري، 2008، 24)

وقد أشار شيفر 1984 بأن الأفراد يستجيبون للضغط النفسي بناءا على اعتقاداتهم نحو ذاتهم والعالم المحيط بهم. (الرويشدي ،1423، 10)

ومن خلال هذه التعاريف نستنتج أن الضغط النفسي هو تلك المواقف والصعوبات التي يتعرض لها الإنسان، فتؤدي إلى استجابات بيولوجية نفسية سلوكية، فكرية كل حسب اعتقاداتهم إما بالسلب أو الإيجاب.

3- أنواع الضغط النفسي:

يعتبر الضغط ظاهرة طبيعية كرد فعل اتجاه المواقف المهددة ألتي يواجهاها الفرد إلا أنه يعد أيضا أداة دمار لهذا الفرد وهذا نظرا للآثار السلبية التي تنتج عليه سواء كانت جسمية أو نفسية.

وهنا نميز نوعين من الضغط النفسي:

3-1- الضغط السلبي:

وهو الذي يشعر فيه الفرد أنه يحمل شيئا فوق طاقته و أن المصاعب التي يوجهها أكبر من قدرته على ويشعر أنه يعمل تحت ضغط مما يؤدي إلى ضعف الأداء وعدم القدرة على التعامل مع المواقف وبالتالي عدم التوافق النفسي والانفعالي.

(زيدان،2003، 127)

3-2- الضغط الايجابي:

حيث يشير عكاشة (1999) الى أن هناك بعض من المعتقدات الخاطئة حول حول مفهوم الضغوط النفسية، بأن الضغوط ضارة بجميع أحوالها، بل يمكن القول أن هناك ما يمكن تسميته بالضغوط الايجابية تساهم في تحسن الأداء، وتفيد في الاستعداد للتحمل، وتوجه الانتباه نحو الحاجة إلى إعادة تقدير ومواجهة الموقف بما لا يتعارض مع الآخرين، بل إن الضغوط من هذا النوع يمكن أن تضيف متعة إلى الحياة.
(عكاشة،1999 ،87-88)

ويعتبر الضغط محدد لطاقة الفرد وبدونه تصبح الحياة بدون معنى وقد يكون للضغط تأثيرا إيجابيا عندما يوفر النقيض الذي نحتاج إليه عند مواجهة حالات التهديد وكذلك تكون للضغوط النفسية ايجابية عندما يكون الفرد محفزا ولديه الدافعية لتصحيح عدم توافق و التوازن. (شيحاني،2003، 14)

ويمكن الإشارة إلى أنواع أخرى من الضغوط و هي:

3-3- ضغوط نفسية حادة:

وهي استجابات شديدة القوة، لدرجة أنها تتجاوز قدرة الفرد على المواجهة، وتختلف هذه الاستجابات من فرد لأخر، هي استجابات عادية، لأنها تحتاج إلى التدخل الإرشادي والعلاجي المناسب، للحد من آثارها ومنع انتشارها.

3-4- ضغوط نفسية غبر حادة:

هي استجابات بسيطة، مع ظهور بعض المؤثرات و الأعراض التي ليس من السهولة ملاحظتها، بمعنى أن صاحبها يشعر بها، دون أن يظهر للآخرين منها شيئا. (السفاسفة واخرون،260،2014)

ومن هنا يمكن أن نستخلص أن للضغوط النفسية عدة أنواع، منها ما هو حالة طبيعية يظهر نتيجة لظروف تحدث للفرد دون ملاحظتها من طرف الآخرين، ومنها ما هو حاد ويؤثر سلبا على صاحبه تظهر في شكل أعراض واضحة للأشخاص تؤدي به إلى عدم التوافق النفسي، وتستدعي بالفرد إلى تدخل إرشادي علاجي.

4- مصادر الضغوط النفسية:

تتعدد مصادر الضغوط النفسية بتعدد البيئات التي يتعامل معها الأفراد لأن الموقف الضاغط ما هو إلا عبارة عن مجموعة من المتغيرات الموقفية التي تتفاعل مع مجموعة من المتغيرات الأخرى لتحدث استجابة الضغط، وهذه المتغيرات ما هي إلا مجموعة من المتغيرات الموجودة في البيئة ومن ثم فإن الضغوط ظاهرة متعددة الأسباب كما أن أسبابها تختلف من شخص لآخر وتختلف عند نفس الفرد من مرحلة إلى أخرى عبر المراحل النمائية التي يمر بها في حياته وتتغير من وقت لآخر ومن بيئة لأخرى.
(سمية، 2012، 66)

وفي دراستنا هذه حاولنا أن نركز على مصدرين أساسيين وهما:

4-1- مصادر داخلية:

- انخفاض المهارة الاجتماعية.
- انخفاض الطموح و غموض الدور.
- الضغوط العاطفية.
- الصراع الأخلاقي
- وعدم القدرة على المواجهة
- الضغوط الصحية والأمراض المزمنة
- التنافس والعدوان.
- الخجل والانطواء

- فقدان الأمن والشعور بالخوف - عدم القدرة على الاجتماعية

4-2- مصادر خارجية:

والتي تأتي من البيئة الخارجية مثل الضوضاء، والزلازل والأعاصير، وضغوط القيم و المعتقدات والصراع بين العادات و التقاليد. (شتوان واخرون، 2016، 118)

ويضيف بيلز beals مصادر أخرى للضغوط وهي:

- **الأحداث اليومية:** فالأحداث غير المألوفة و الأحداث غير المتوقعة والتي يصعب التنبؤ بها والأحداث الخارجة عن نطاق التحكم هي أحداث تسهم في الشعور بالضغط النفسي.

- **نمط الشخصية:** يتميز بارتفاع الطموح والرغبة المستمرة في تحقيق النجاح، كما يتميز هذا النمط بالرغبة في تنفيذ أشياء عديدة في نفس الوقت لذلك فهم يضعون أنفسهم في حالة من الشعور بالضغط.

- **الحالة الاقتصادية:** مما لا يسمح في توفير الحاجات الفردية في حياة الفرد.

- **الظروف الاجتماعية:** وتتمثل في القواعد والقوانين والعادات والأنظمة التي تسنها المجتمعات واتجاهات التحيز والتعصب عند الناس. (حساني، 2015، 20-21)

5- مصادر الضغوط التي يتعرض لها تلاميذ الثانوية:

يرى عبد الله(2001) أن الضغوط النفسية التي يتعرض لها تلاميذ المرحلة الثانوية تشتمل على مايلي:

5-1- ضغوط بيئية: تتمثل في اكتظاظ الأقسام حيث تعد معوقا من معوقات الأساسية للمدرس عن أداء دوره التربوي، حيث لا يتمكن من إيصال وتحقيق أهدافه المطلوبة إلى كل التلاميذ ، وارتفاع درجة الحرارة و انخفاضها، وسوء الإضاءة، وسوء التهوية وكذلك ضيق السكن والضجة وغيرها.

5-2- ضغوط نفسية اجتماعية: تتمثل في سوء العلاقات الأسرية وتعطيل بعض قنوات الاتصال داخل الأسرة، وضعف التفاعل الاجتماعي داخل الأسرة أيضا وصراع الأجيال، والصراع واختلاف وجهات النظر مع الأقران والافتقار إلى تقدير الأقران والمدرسين.

وهنا يمكن أن نشير إلى العلاقة البيداغوجية حيث يعتبر المعلم شخصية مهمة بالنسبة للمتعلم، يؤثر فيه ويتأثر عليه. فلا شك أن العلاقات السيئة بين المعلم والتلاميذ هي في حد ذاتها موقف ضاغط.

5-3- ضغوط تنظيمية: تشمل الافتقار إلى سياسات واضحة في اتخاذ القرارات

5-4- ضغوط شخصية: وتتمثل في الشعور بالذنب والقلق حول المستقبل والمبالغة في التوقعات عن النفس وغيرها.

فقدان المشاركة في اتخاذ القرار أو فقدان المشاركة في التأييد والدعم الاجتماعي في اتخاذ القرارات حول القرارات المتخذة.(السفاسفة واخرون، 2014، 262 ؛عكاشة،1999، 90 وسميرة،2011، 70- 72)

6- النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

6-1- نظرية الجهد هانز سيلي (HANS SELY):

كان هانز يسيل بحكم تخصصه كطبيب متأثرا بتفسير الضغط النفسي تفسيرا فزيولوجيا. وتنطلق نظرة سيلي من مسلمة أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويضعه على أساس استجابة للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص وقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر سيلي أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية هدفها المحافظة على الكيان و الحياة، وحدد سيلي ثلاث مرحل للدفاع ضد الضغط. ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

- **الفزع:** وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم، وقد تحدث الوفاة عندما تنهار مقاومة الجسم ويكون الضاغط شديدا.

- **المقاومة:** تحدث عندما يكون التعرض للضغط متلازما مع التكيف فتنخفض التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف.

- **الإجهاد:** مرحلة تعقب المقاومة، يكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفدت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فقد ينتج عنها أمراض التكيف. (عثمان،2001، 98)

6-2- نظرية العلاج المعرفي أرون بيك (Aaron Beck)

يؤكد صاحب هذه النظرية أن الأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب والضغوط النفسية لديهم أفكار مشوشة وأخطاء في أفكارهم وآراءهم التي تعبر عن اتجاهاتهم ومعتقداتهم حول أنفسهم وحول الأحداث الضاغطة التي تعد في الحقيقة اقل خطرا مما يدركه الأشخاص.

وترى هذه النظرية أن الضغوط النفسية لا يمكن عزلها عما يتعلمه الفرد من البيئة أو المجال المحيط به، وأن الضغوط النفسية تحدث اضطرابا في التنظيم العقلي وفي الوظائف العقلية وتحدث عددا من التشوهات من بينها:

- **كل شيء أو لا شيء:** هذا النوع من التفكير هو تشوه معرفي لأنه يقوم على أساس وجود حالتين متطرفتين، أي الحصول على كل شيء أو ترك كل شيء مع عدم التفكير في باقي الاحتمالات التي تقع بينهما.

- **التعميم:** أي الميل إلى التعميمات المطلقة والأحكام المتطرفة.

- **التقليل من شأن الأحداث الإيجابية:** الميل إلى خفض الحوادث الايجابية التي يمر بها الفرد أو تحويلها إلى سلبية.

- **الشخصنة:** يعد هذا الفرد سببا للأحداث الخارجية من دون ما يوجد ما يبرز ذلك. (قبلان واخرون، 2009، 80-81)

6-3- نظرية التقدير العقلي المعرفي لازاروس (LAZARUS):

نشأت هذه النظرية كاهتمام كبير بعملية الإدراك والعلاج والحسي الإدراكي، حيث أن التقدير المعرفي مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد وتعرف هذه النظرية الضغوط بأنها تنشأ عند وجود تناقض بين متطلبات شخصية الفرد إذ يؤدي ذلك إلى وجود تقييم التهديد وإدراكه ويتم ذلك عبر مرحلتين هما:

المرحلة الأولى: وهي تحديد و معرفة أن بعض الأحداث مسببة للضغوط.

المرحلة الثانية: يتحدد فيها الطرق الصالحة للمشكلات التي تظهر في الموقف.

(عثمان، 2001، 100)

ويرى لازاروس أن الأحداث والمواقف قد تكون ضاغطة لدى شخص وغير ضاغطة لدى شخص لآخر، وذلك من خلال إدراك الفرد للحدث. ويوضح لازاروس أن هناك ثلاث مكونات للضغوط تتمثل في المثيرات وتشمل الشخص والبيئة والعالم الخارجي، والمكون الثاني هو الاستجابات وهي ردود الأفعال اتجاه الضغط، و المكون الثالث هو التفاعلات بين العوامل المثيرة والمسببة للضغط. (السفاسفة واخرون، 2014، 265 - 266)

6-4- نظرية المقاومة أو الهروب كانون (CANON):

اعتمد كانون (وهو العلم الفسيولوجي) على الجوانب البيولوجية في تفسير ودراسة الضغوط النفسية، وهو من الأوائل الذين استخدموا مصطلح الضغوط النفسية وعرفه برد الفعل في حالة الطوارئ، ففي بحوثه على الحيوانات استخدم عبارة (الضغط لانفعالي) ليصف عملية رد الفعل النفسي الفسيولوجي التي كانت تؤثر في انفعالاتها. وتأكد هذه النظرية أن الحياة البشرية تجلب معها العديد من الأحداث، أو الهروب عنها بعيدا، وهناك بعض التغيرات التي قد تظهر على الأشخاص الذين يتعرضون لمواقف ضاغطة وهي في

الغالب تغيرات فسيولوجية طارئة، وتعمل على هذه التغيرات على تهيئة الجسم لمقاومة الخطر أو الهروب منه. (السفاسفة واخرون، 2014، 267؛ الدعدي،2009، 23)

6-4-نظرية النسق النظري النفسي سبيلبرجر (Spielberger):

يعتبر فهم نظرية سبيلبرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط حيث أقام نظريته في التمييز على نوعين من القلق هما قلق الحالة و قلق السمة. فالقلق كسمة يعتمد على الخبرة الماضية والقلق كحالة يعتمد على الظروف الضاغطة وفي هذا الصدد يشير سبيلبرجر نفسه إلى أن القلق شقين يشملان ما يشار إليه على أنه سمة القلق أو القلق العصابي أو القلق المزمن. كما يوضح سبيلبرجر أن طبيعة الظروف المحيطة التي تسبب الضغوط، فضلا عن قدرته في استخدام الوسائل المناسبة لتخفيف الضغوط النفسية. وتفرق هذه النظرية بين مفهومي الضغط والتهديد، حيث يشير الضغط إلى الأحداث والظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما مفهوم التهديد فيشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف، بمعنى توقع خطر أو إدراك ذاتي للخطر.

(الرشيدي، 1999، 53؛ السفاسفة وعربيات،2014، 267)

7- آثار الضغوط النفسية:

يقلل الضغط من فاعلية جهاز المناعة، وهو أحد الأجهزة الجسمية المكلفة بالدفاع عن الجسم ضد الفيروسات والبكتيريا والجسيمات الغريبة، ولعل دور الضغط في نقص جهاز المناعة وبالتالي الإصابة بالأمراض.

يرجع إلى أن الضغط يؤثر على الجهاز العصبي المركزي وجهاز الغدد بما يضعف من جهاز المناعة و بالتالي التعرض للإصابة بالأمراض، كما أن الضغط يدفع الشخص للقيام بممارسات سيئة (كالتدخين ، تعاطي المخدرات) و بالتالي زيادة السموم في الجسم، مما يؤدي بالإصابة بالأمراض. (تفاحة واخرون، 2002، 267)

ويمكن تصنيف الآثار الناجمة عن الضغط النفسي في دراستنا هذه إلى:

7-1- الآثار الفزيولوجية:

تؤثر الضغوط سلبا على النواحي الفزيولوجية للفرد، فالأحداث والظروف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد، إذ تحدث تغيرات في وظائف الأعضاء وخلل في إفراز الغدد والجهاز العصبي، كارتفاع نسبة الكولسترول في الدم، وزيادة إفراز الكولسترول من الدم، وإفراز كمية الادرينالين واضطراب الهضم. (سميرة، 2011، 72 -73)

- **الآثار النفسية:** وتشمل التعب، والإرهاق، والملل، وانخفاض الميل للعمل، والاكتئاب، والأرق، وانخفاض تقدير الذات.

- **الآثار الاجتماعية:** وتشمل إنهاء العلاقات، والعزلة، والانسحاب، وانعدام القدرة على تحمل المسؤولية، والفشل في أداء الواجبات اليومية المعتادة.

- **الآثار السلوكية:** وتشمل الارتجاف، وزيادة التقلصات العضلية، واللعثمة في الكلام، والتغيير في تعبيرات الوجه، واضطراب عادات النوم، والنسيان، الإهمال، وعدم تحمل المسؤولية، وإلقاء اللوم على الآخرين.

- **الآثار المعرفية:** وتشمل اضطرابات وتدهورا في الانتباه والتركيز والذاكرة، وصعوبة في التنبؤ بالأحداث المستقبلية وسوء التنظيم والتخطيط.

(الدعدي،2009، 30؛ العمري، 2012، 17)

خلاصة الفصل

أشرنا في هذا الفصل إلى لمحة تاريخية عن الضغوط النفسية ومن ثم التطرق الى مفهوم الضغط النفسي وأنواعه، ثم مصادر الضغط، ثم انتقلنا إلى عرض بعض النظريات التي فسرت الضغوط النفسية وأخيرا الآثار الناتجة عن الضغوط النفسية.

الفصل الثاني: الاختيار الدراسي

تمهيد

1- تعريف الاختيار

2- تعريف الاختيار الدراسي

3- تعريف الاختيار كعملية اتخاذ قرار

4- تصنيف القرارات الدراسية واستراتيجياتها

5- العوامل المؤثرة في اتخاذ القرار

6- التفسيرات النظرية لاتخاذ القرار

7- الخطوات العملية لاتخاذ القرار الدراسي

8- أهمية عملية الاختيار الدراسي

9- شروط الاختيار الدراسي

10- أخطاء يقع فيها التلاميذ أثناء اختيار الشعبة

خلاصة الفصل

تمهيد:

منذ ظهور التوجيه المدرسي والمهني وتبلوره كخدمة متخصصة، وعملية اختيار التلاميذ والطلاب لمساراتهم الدراسية والمهنية تستقطب اهتمام العديد من العلماء والباحثين الذين اختلفت رؤيتهم لتلك العملية تبعا لاختلاف التصورات النظرية التي انطلقوا منها ففي الوقت نجد فيه سوبر super 1969 مثلا يعتقد أن الاختيار الدراسي ما هو إلا صورة للذات و يرى آخرون أن الاختيار هو موقف حل مشكلة،

وتعتبر الأطر المرجعية من المؤثرات الهامة في عملية اتخاذ القرار فالجماعة أو الجماعات التي يعيش فيها الفرد ويحتك بها تؤثر في اتخاذ القرار في تكوين أنساقه القيمية، فالطالب له إطاره المرجعي الذي يضعه نصب عينيه عند اختيار التخصص الدراسي واختيار المهنة. أي أن إطاره المرجعي مشارك له في هذا القرار بل أحيانا ما يصبح الإطار المرجعي نفسه هو متخذ القرار.

لذلك لا ينبغي أن لا يكون هذا الاختيار عشوائيا أو محض الصدفة حتى لا يؤذي بالإنسان إلى الفشل وهناك الكثير من العوامل التي تتدخل في اختيارات الفرد منها الأسرة والمدرسة، وإمكانيات الفرد في حد ذاته...الخ و هذا ما سنتطرق له في هذا الفصل.

1- تعريف الاختيار:

لغة: مأخوذ من الفعل اختار، يختار، اختيارا، فنقول اختار الشيء بمعنى انتقاه واصطفاه.

اصطلاحا: يعتبر مصطلح الاختيار مصطلحا كثير الاستعمال في شتى المجالات كما انه قريب وله نفس المدلول مع العديد من المصطلحات، كالتفضيل واتخاذ القرار.

(المغربي، 1999، 18)

ويعرفه سيد احمد عثمان عام (1996) الاختيار نشاط عقلي وجداني مفاضل، مرجح، مقرر، او نشاط تقويمي يقوم به الفرد في مواقف توجب عليه ان يختتم المفاضلة ويصل الى ترجيح ما". (بوسنة، د.س،175)

وهناك من الباحثين من يفرق بين الاختيار وفكرة المشروع حيث ان بيمارتن وليجر (1988) يعرفون " الاختيار بأنه قرار آني غير مدروس يتأثر بالكثير من العوامل الاجتماعية والاقتصادية المحيطة بالفرد بينما المشروع انه عبارة عن سيرورة تمتد لسنوات وعليه فالمشروع اوسع" كما يشير تحديد الهدف والمعبر عنها بالاختيار الى غاية تحقيق الهدف، وعليه فالمشروع عكس الاختيار يتضمن تحديد الهدف، الوسائل والامكانيات اللازمة لتحقيقه. (كوجك،1997، 3)

2- تعريف الاختيار الدراسي:

هو انتقاء التلميذ لأحد التخصصات المعروضة عليه في بطاقة الرغبات المتمثلة في الشعب التالية: جذع مشترك آداب بفروعه، الجذع المشترك علوم بفروعه، الجذع المشترك تكنولوجيا بفروعه. (بن فليس،2001، 41)

ويقصد به كذلك انتقاء التلميذ لمسار تعليمي معين يفضي إلى أفق مهني مصيري يسمح له بتأكيد ذاته ومكانته في المجتمع، وهو أيضا عملية الارتقاء بالتلميذ إلى مرتبة المسؤولية لإعانته على صياغة مشروعه الدراسي والتكويني ثم المهني.

(المغربي، 1999، 18)

ويتصل موضوع الاختيار الدراسي اتصالا مباشرا بمشكلة المعلومات والنصائح والتلاميذ في الواقع يبحثون عن المساعدة عندما تواجههم مشكلات يجدون بصعوبة في حلها بأنفسهم فهم يحتاجون الى التحرر من التوتر الذي يقف حائلا بينهم وبين استغلال امكانياتهم.

فبدلا من أن يدل الموجه التلميذ الذي واجهته مشكلة اختيار فرع تخصصه الحائر بين الهندسة والتاريخ أو الآداب والعلوم على ما يفعله يجب عليه إن يستجيب لما يجول في نفس التلميذ من صراع بأن يعطيه الفرصة لأن يتحدث عن سبب عجزه في اتخاذ قراره بشأن اختيار التخصص الذي يناسبه وعن المعلومات التي يحتاج اليها قبل اتخاذ ذلك القرار. (ميرل أولسن،1964، 33)

وفي تعريف sillamy حيث يرى أن الاختيار هو القرار الذي من خلاله تقبل إمكانية أو نشاط معين مع العلم انه يتطلب مشاركة جوانب شخصية الفرد.

(تارزولت،2008 ،185)

ويعرف الاختيار أيضا بأنه عملية مساعدة الفرد في اختيار المهنة او الدراسة المناسبة له ولإمكانياته واستعداده، وذلك من خلال فهمه لشخصيته وقدراته واختيار المهنة التي تناسبه والتأهيل لها وضمان التقدم والترقي فيها، وهو ايضا انتقاء اصلح الافراد واكفئهم من المتقدمين لعمل من الاعمال او تخصص من التخصصات.

(عبد الصبور،2010، 175)

من خلال هذه التعاريف وباختلاف وجهة نظرها إلا أنها تتفق في أن الاختيار الدراسي أو المهني هو انعكاس لشخصية الفرد وميوله وإمكانياته لتلبية حاجاته، وكذا قدرة الفرد وحريته في التعبير عن اختيار المسار المناسب الذي يلبي رغباته ويحقق أهدافه.

3- تعريف الاختيار كعملية اتخاذ القرار:

ان جميع الأعمال التي نقوم بها في حياتنا اليومية ما هي الا قرارات نتخذها فرديا او بمشاركة الآخرين، لأن اتخاذ القرار يعني الإقدام على عمل ما لبلوغ الاهداف المنشودة

فالنجاح في الاعمال يقاس في معظم الاحيان بالقرارات الصائبة التي اتخذها.

(داهري ،2004 ، 65)

وظهرت مدرسة اتخاذ القرارات على يد برنارد الذي يرى بأن القرار هو التصرف او السلوك الذي يأتي نتيجة التدبير والحساب والتفكير أي ان اتخاذ القرار عمل شعوري متعمد ومقصود(مدخلات ومخرجات). (زواري،2011، 65)

عرف عبدون (1978) اتخاذ القرار بأنه "القدرة التي تصل بالفرد إلى حل مشكلة اعتراضية أو موقف محير، وذلك باختيار حل من بين البدائل الموجودة أو المبتكرة، وهذا الاختيار يعتمد على المعلومات التي جمعها الفرد حول المشكلة، وعلى القيم، والعادات، والخبرة، والتعليم، والمهارات الفردية. (الزهراني،1431، 21)

ويعرف اتخاذ القرار بأنه اختيار قائم على أساس بعض المعايير لبديل واحد من بين بديلين أو أكثر. (مراد، 2007 ،30)

تتفق هذه التعاريف في أن اتخاذ القرار عبارة عن اختيار، ومن خلالها نستنتج أن الاختيار عملية ليست عشوائية، بل تتم وفق عدة معايير بعد جمع المعلومات المحيطة بالمشكلة، وعليه يتم اختيار بديل من بين البدائل.

4- تصنيف القرارات الدراسية واستراتيجياتها:

يتباين الافراد في الطرق التي يتعاملون بها في اتخاذ القرار نظرا لتنوع البيئات والمواقف وانماط الشخصيات وقد صنف سيمون(1989) القرارات الى نوعين:

4-1- القرارات المبرمجة:

وهي قرارات يتخذها الفرد لمواجهة اوضاع ومشكلات روتينية متكررة، وهذا النوع من القرارات يساعد الفرد على مواجهة اهداف حياته اليومية والتكيف معها، ومن هذه القرارات كاختيار نوع الطعام، او شراء حاجيات ويتميز هذا النوع من القرارات بالتلقائية اذ لا يحتاج الى وقت طويل ولا الى نشاط ذهني كبير.

4-2- القرارات غير المبرمجة:

وهي التي يتم اتخاذها بهدف مواجهة مشكلات غير روتينية وغير متكررة، او اتخاذ قرارات ضرورية لحل مشكلات قليلة الحدوث او جديدة من نوعها او مشكلات معقدة ومتفرغة او ذات اهمية بالغة. كعملية اتخاذ دراسي ومهني او زواجي ويتميز هذا النوع من القرارات بالجهد الفكري والخبرة الوافرة من خلال استغلال المعلومات ودراستها ويستغرق هذا الاخير وقتا طويلا في التفكير. (زغلول واخرون،2003، 328- 329)

ويترتب على هذا التصنيف وجود اربعة استراتيجيات لاتخاذ القرار في ضوء الاهداف والمعلومات المتوفرة والقيم الشخصية ودرجة المخاطرة وهي:

- **استراتيجية الرغبة:** ويقصد بها التوجه لاختيار ما هو مرغوب فيه اكثر من غيره.

- **الاستراتيجية الآمنة:** وذلك باختيار المسار الاكثر احتمالا للنجاح.

- **استراتيجية الهروب:** أي اختيار ما يبعد الفرد عن الوقوع في أسوا النتائج.

- **الاستراتيجية المركبة:** ويقصد بها اختيار ما هو مرغوب والاكثر احتمالا للنجاح وهي اصعب الاستراتيجيات عند التطبيق لاشتمالها على متغيرات عديدة لابد ان تدرس بعناية قبل اتخاذ القرار.

وعلى ضوء ما سبق تتضح الفروق بين التلاميذ في الاستراتيجيات التي يتبعونها في اتخاذ قرارتهم، ففي الوقت الذي نجد بعضهم مدفوعا بالرغبة في النجاح والتفوق عند صياغة اختيارهم الدراسي، نجد آخرين يحركهم دافع تجنب الفشل بغض النظر عن مدى رغبتهم في ذلك الاختيار. (عبد العزيز،2007، 153)

5- العوامل المؤثرة على اتخاذ القرار الدراسي:

بالرغم من التأكيد على ضرورة توفر الحرية للفرد عند اتخاذ قراره الدراسي او المهني الا ان مفهوم الحرية يظل مفهوما نسبيا، ولا يمكن اخذه على سبيل الاطلاق نظرا لوجود العديد من العوامل التي تمارس ضغطها على مشاريع الافراد وتعمل بالتالي على توجيه قراراتهم فالتصريح باختيار معين يظل مرتبطا بشكل أو بآخر بمجموعة من عوامل

المحيط الاجتماعية والاقتصادية، اضافة الى العوامل الذاتية المتعلقة بالفرد نفسه مما يؤثر على موضوعية القرار المتخذ، وفي هذا السياق اكد سيمون 1989 عندما اشار الى ان هناك حدودا او معوقات تقلل من درجة العقلانية او الرشد في اتخاذ القرار، وهذه المعوقات ليست ساكنه وانما تتميز بالحركة لأنها تتبع مع البيئة التي يتخذ فيها القرار. (داود،139،2007)

ومن هذه العوامل:

5-1- العوامل الاجتماعية:

يلعب العامل الاجتماعي دورا فعالا في تأثيره على القرارات الدراسية والمهنية للأفراد ذلك ان التصورات المستقبلية تتأثر بطبيعة المحيط الذي نشأ فيه الفرد، ويمكن ابراز اهم تأثيرات العامل الاجتماعي على اختيارات الافراد في النقاط التالية:

5-1-1- تأثير الاسرة:

يقول ليفي لوبوير(1971): لا ريب في وجود علاقة بين نوعية التربية التي يتلقاها الفرد والمهنة التي يتصورها لنفسه، وهذه النوعية تختلف باختلاف الطبقة الاجتماعية التي تنتمي إليها كل أسرة، فالقيم الثقافية والأخلاقية كالانضباط والنزاهة وحب التسلط وحب العمل وغيرها كل هذه السلوكات التي يتلقاها من الاسرة تساعد في تنمية الميل أو الميولات المهنية عند المراهق وتؤثر في تصوراته تجاه المهنة.

فكثيرا ما يتعلق الاختيار الدراسي والمهني للأفراد بمحددات اجتماعية مصدرها الاساسي الاتجاهات العائلية تجاه الدراسة او المهنة، وغالبا ما يكون التأثير من طرف الأولياء الذين كثيرا ما يرسمون لأبنائهم مسارات دراسية ومهنية معينة ظنا منهم انها ستكون مصدر نجاح اجتماعي لهم مستقبلا فالتاجر الذي يرى ان دخله من مهنته لا يمكن ان يتحصل عليه ابنه هو ان يقف بجواره ويساعده ويرث مهنته وتجارته.

(محمود،1981، 122)

5-1-2- تأثير الأصل الاجتماعي:

يمارس الاصل الاجتماعي للفرد دورا مؤثرا على اختياره نوع الدراسة او المهنة ولهذا نجد تباينا واضحا في مشاريع الافراد تبعا لمستوياتهم الاجتماعية والثقافية، وهو ما تؤكده العديد من الدراسات منها دراسة فيشار 1985 حيث توصل من خلال دراسة اختيارات الطلبة بفرنسا الى ان نظام التعليم ادى الى خلق مجتمعات مختلفة بين شعب البكالوريا، وحيث وجد بأن هناك فروقا بين تلك الشعب باختلاف نوع مهنة الاب اذ يعتبر ابناء العمال البسطاء اقل حظا في الحصول على البكالوريا العلمي والرياضي مقارنة مع ابناء المسؤولين وذوي المهن الحرة الذين يملكون ايضا اوفر الحظوظ لمتابعة الدراسات العليا. (بصلي،2006، 31)

5-2- العوامل الاقتصادية:

يشكل العامل الاقتصادي بصفة عامة والدخل الاسري بصفة خاصة احد اهم عوامل توجيه اختيارات التلميذ الدراسية والمهنية، اذ ان الدخل المنخفض يعتبر من الاسباب الرئيسية التي تجعل المراهق يتنازل عن دراسته فإما ان يقتصر على دراسات قصيرة المدى او ينقطع تماما عن الدراسة، مما يشكل عقبة للوصول الى المهن المرموقة التي تتطلب دراسات عليا مطولة ذلك ان الحالة الاقتصادية لها اثار سلبية على فرص الانخراط في مختلف فروع التعليم وعلى فرص النجاح فيها فالتلاميذ الفقراء في بعض الاقطار مضطرون للانقطاع عن المدرسة قبل الاوان بحثا عن العمل، ومن الطلبة من تضطره ظروف الحياة للجميع بين العمل والدراسة. (بصلي،2006، 31)

ثم ان تأثير العوامل الاقتصادية على اختيارات الفرد يمتد ليصل الى المدينة والدولة التي يعيش بها، ذلك ان الوضع الاقتصادي في بلد يحدد نوع المهن التي يعمل فيها الانسان.

ويؤثر على فتح البدائل او تقليصها مما يجعل أي قرار مهني او دراسي يتخذه الطالب خاضعا للبدائل المتوفرة. (حجازي،2002، 74)

ويضيف قيشار بعض العوامل الاقتصادية المؤثرة على قرارات الفرد الدراسية والمهنية منها:

- القوانين المنظمة للعمل والقواعد النقابية.
- العوارض الطبيعية مثل الزلازل التي تؤثر كليا على الاقتصاد.
- التطور التكنولوجي الذي يؤدي الى استحداث مهن جديدة.
- قانون العرض والطلب للموارد الطبيعية (Guichard. J،1993 ، p3)

ويمكن القول بأن الوضع الاقتصادي يعد احد ابرز العوامل التي يمكن ان تلعب دورا سلبيا بإرغام الفرد على اختيارات لا يرغب فيها، كما يمكن ان يكون حافزا يبعث الفرد الى احداث التغيير بالخروج من وضعيته الحالية والتطلع إلى مستقبل أفضل.
(زواري، 2011، 69)

5-3- العوامل المدرسية:

يقضي التلميذ داخل المدرسة اغلب ساعات يقظته، ويمارس داخلها مختلف اوجه النشاط الثقافي والاجتماعي من خلال التعامل اليومي مع الاقران والراشدين، الامر الذي يعكس اهمية العوامل المدرسية في تشكيل شخصية الفرد وفي كيفية استغلال الجوانب الايجابية فيه والتي تؤثر بدورها على اختياراته الدراسية والمهنية.

فالنشاطات التربوية والمتمثلة خاصة في البرامج الدراسية من شأنها ان تطلع التلميذ على مختلف المواضيع المرتبطة بحياته، وتعمل على تنمية خبراته، كما توقظ داخله الرغبة في البحث والاكتشاف، إلى جانب الأنشطة اللاصفية التي ترغب التلاميذ في العمل المدرسي وتتيح لهم فرصة ممارسة ادوار ثقافية ومهنية مختلفة.

كما تشير نتائج بعض الدراسات الى ان التنظيم المدرسي يلعب دورا هاما في النمو الاجتماعي للتلميذ، والذي يؤثر بدوره على بقية جوانب النمو ومنها النمو المهني.

بالإضافة الى ذلك يؤثر المنتسبون الى المجال المدرسي من معلمين واساتذة وموجهين وحتى التلاميذ، على الاختيار الدراسي من خلال التعامل المباشر، فكثيرا ما يحدد التلميذ مساره الدراسي بناء على نصائح معلميه أو مجاراة لزملائه.

(ابو جادو،2004، 228)

5-4- العوامل الشخصية:

للعوامل الشخصية في نظر الكثير من الباحثين الاثر البالغ على قرارات الفرد الدراسية والمهنية والتي تؤدي الى وجود فروق فردية بين الافراد، منها:

5-4-1- عامل الجنس:

يلعب الجنس دورا هاما في تحديد نوع التصورات الدراسية والمهنية للأفراد ويرتبط ذلك بنمطية اجتماعية سائدة حول المهن ومدى ملاء متها لكل جنس، ومن هنا تصبح الاختيارات الاكثر تكرارا وشعبية عند الإناث اقل اختيارا عند الذكور والعكس، فقد توصل لرسبيو إلى أن الرجال يميلون اكثر الى اختيار النشاطات الرياضية العلمية والتقنية، أي التوجيه نحو الاشياء، على عكس النساء اللاتي يملن اكثر الى اختيار النشاطات الاجتماعية والانسانية، أي التوجيه نحو الافراد، يترجم هذا الاختلاف نمطين للشخصية، نمط اكثر عاطفية وحساسية واكثر تفتح للاتصال بالآخرين ونمط اكثر صلابة ونشاط واكثر تفتح نحو الاكتشافات والعالم الفيزيائي.

5-4-2- صورة الذات:

تعتبر التصورات المكتسبة حول الذات عامل مؤثر في اختيارات الفرد، اذ من خلال هذه التصورات يقيم الفرد امكانياته الفعلية وقدراته الكامنة في علاقتها ببعض المتطلبات الاجتماعية ففي حالة ما اذا كانت التصورات المكتسبة غير صحيحة من خلال التقييم السلبي لإمكانات وقدرات الفرد، يصبح القرار المتخذ بالنسبة لاختياراته قرارا غير سليما.

في هذا الإطار يرى كريمبتز أن الانجازات المحققة من طرف الفرد ما هي الا قاعدة للتعزيزات الايجابية او السلبية، فالفرد يصرح باتجاهات ايجابية نحو بعض التخصصات والعمل من خلال تلقيه تعزيزات ايجابية والعكس فإنه يصرح باتجاهات سلبية نحو بعض منها من خلال التعزيزات السلبية ككرهه لبعض التخصصات على مستوى المدرسة نتيجة الحصول على نتائج ضعيفة فيها، يمكن اعتبار تكوين المشروع من خلال هذا الطرح ذا تأثير كبير بمدى التعزيز الايجابي او السلبي لبعض العوامل المتصلة به، كما ندرك مدى تأثير التصور الخاطئ لذات الفرد على اختياراته ومشاريعه المستقبلية، يتطلب هذا الاستنتاج التدخل المبكر لمختصي التوجيه لهدف تزويد الفرد بالمعلومات التي تساعد على معرفة سليمة لذاته. (تارزولت،2008، 41- 42)

5-4-3- الاسلوب المعرفي الاستقلال مقابل الاعتماد على المجال الادراكي:

تعتبر الاساليب المعرفية من الخصائص السيكولوجية التي اثارت اهتمام الكثير من الباحثين في علم النفس في مجال التوجيه المدرسي والمهني، ونخص بالذكر والاهتمام في هذه الدراسة الاستقلال/الاعتماد على المجال وما له من تأثير كبير في مجال تمايز وتطور الحياة الدراسية والمهنية للأفراد، حيث دلت نتائج العديد من الدراسات اصحاب الاسلوب المعرفي المعتمد على المجال الادراكي يفضلون الاعمال التي تتطلب قدرا من الاندماج والتفاعل مع الاخرين، كالانضمام الى الجمعيات الخيرية واعمال الارشاد والتوجيه وغيرها، وهم ميالون الى دراسة العلوم الانسانية بصفة عامة، اما اصحاب الاسلوب المعرفي المستقل على المجال

الادراكي فلا يولون اهتماما كبيرا بالاندماج او التفاعل مع الاخرين، وهم ميالون الى التحليل والتدقيق ويميلون مهنيا الى تفضيل المجالات التقنية والعلمية بشكل عام.

(تارزولت،2008، 43)

5-5- العوامل النفسية:

يعد العامل النفسي احد اهم العوامل تأثيرا على القرارات الدراسية والمهنية، وعلى هذا الاساس يرتبط اختيار المراهق بالدوافع، القدرات والامكانيات الخاصة التي يملكها بالإضافة الى ميوله المهنية ونظامه القيمي.

- **الدوافع:** يجمع معظم المختصين بالدراسات النفسية على ان أي نشاط انساني الا وله دوافع تحركه، وتعرف الدافعية على انها حالة تحدث عند الكائن البشري بفعل عوامل داخلية او خارجية تثير لديه سلوكا معنيا وتوجهه نحو تحقيق هدف ما.

(الزغلول،2002، 229)

وتختلف الدوافع التي تقف وراء اختيار الشخص الدراسي او المهني، ففي الوقت الذي نجد البعض مدفوعا الى العمل الذي يدر عليه المنفعة المادية ويخطط لتعليمه ومستقبله على هذا الاساس، نجد آخرين يفضلون المكانة الاجتماعية او ما تتمتع به المهنة المختارة من شهرة وبريق، ويشتد ضغط هذه الدوافع بوضوح كلما اقترب وقت اتخاذ القرار بشأن الدراسة او المهنة، بحيث يصبح لزاما على الفرد الالتحاق بمهنة المستقبل او على اقل تقدير الاعداد لها. (زواري، 2011 ،73)

- **القدرات والاستعدادات:** تعتبر القدرات والاستعداد من اهم الجوانب التي يقوم بها على اساسها الاختيار الصحيح، حيث تعبر القدرة عن القوة الفعلية على الاداء التي يصل اليها الانسان عن طريق التدريب او بدونه، اما الاستعداد فيشير الى السرعة المتوقعة للتعلم في ناحية من النواحي. (مرسي،1976، 168)

ومن هنا يمكننا القول أنه على الفرد أ ن يكون مدركا لذاته وقدراته واستعداداته ومهاراته اللازمة لاتخاذ أي قرار أو اختيار دراسي بشأن أي شعبة من الشعب التي سيتوجه إليها.

- **الميول:** الميل عبارة عن استعداد لدى الفرد يدفعه الى الانتباه باستمرار الى اشياء او اوجه نشاط معينة تستثير وجدانه. (جلال،2007، 235)

كما ترى هدى جعفر صادق بأن الميول من العوامل الاساسية في التنبؤ باختيار الفرد لدراسته وبنجاحه فيها، ذلك ان اكثر التلاميذ تحمسا هم اولئك الاكثر ميلا وتوجها للدراسة فتحصيل التلميذ الجيد في مادة معينة يعكس ميله الواضح لها ولا علمها ولكل ما يتصل بها. (ابو النيل،2005، 391)

6- التفسيرات النظرية لاتخاذ القرار الدراسي:

تتعدد النظريات التي حاولت تفسير عملية اتخاذ القرار الدراسي والمهني رغم اختلافها الى وجود اتجاهين، يستند الاتجاه الاول على المنحى التشخيصي (التحديدي) الذي يرى ان الاختيار سلوك آني، كما يركز على الملائمة بين خصائص الفرد ومتطلبات المحيط، في حين نجد الاتجاه الثاني الذي يستند على المنحى التربوي (التطوري) الذي يهتم بسيرورة نمو الاختيار الدراسي والمهني الذي من خلاله يبني الفرد مشروعه المستقبلي.

6-1- نظريات المنحى التشخيصي:

تميل النظرية التحليلية الى اسناد تلك العملية الى مدى قدرة الفرد على التنظيم والمبادرة والمثابرة بالتوقعات الاجتماعية المحيطة به وشعوره بالالتزام والمسؤولية في تحدي تلك التوقعات يرجع السلوكيون ذلك الى العلاقة التي تعلمها الفرد في حياته فيما يتعلق باتخاذ قراراته سواء كانت ايجابية ام سلبية من خلال التجربة الذاتية أو من خلال النمذجة المجتمعية. (حجازي، 2002، 74)

أما هولند (1966) قد افترض أن اختيار الفرد لمهنته يكون نتاج الوراثة وعدد غير قليل من عوامل البيئة والثقافة والقوى الشخصية، حيث يرى انه يمكن تصنيف الأشخاص على أساس مدى تشابه سماتهم الشخصية إلى ستة أنماط تقابلها ستة أنماط للبيئة تتوافق معها وهذه الأنماط الستة هي: الواقعي، المفكر، الاجتماعي، المثالي المقدام، الفنان. (Pelletier D et al،1974، 12)

ويعتبر هولند أن المزاوجة بين انماط الشخصية وانماط البيئة التي تشبهها يؤدي الى الاستقرار المهني والتحصيل والانجاز والابداع، فالشخص يختار عادة المهنة التي

تتفق مع سماته الشخصية وميوله وقدراته مما يؤدي به الى الشعور بالسعادة ويحقق له الرضا النفسي. (زواري،2011، 60)

6-2- نظريات المنحى التربوي:

يهتم هذا الاتجاه بسيرورة الاختيار الذي يبني على أساسه الفرد مشاريعه، وسنحاول التطرق إلى بعض نظريات هذا الاتجاه والتي تركز على تفسير الاختيار المهني أو الدراسي وأهمها نظرية (يجنزبرغ)، نظرية (سوبر) ونظرية (ميشال أوتو).

6-2-1- نظرية (جينزبرغ):

يعد جنزبرغ (1951) أول من تناول مفهوم الاختيار المهني من منظور تطوري واعتبره سيرورة نمو متعاقبة تتم عبر مراحل للوصول الى اختيار او قرار مقنع.

وقد حدد (جنزبرغ) ثلاث مراحل لنمو الاختيار المهني:

- مرحلة الاختيارات الخيالية: (من 5الى10سنوات)

وفيها يستغل الطفل خياله الواسع في اشباع رغباته من خلال التقليد ولعب الادوار حيث يقلد الكبار كان يتخيل نفسه طبيبا، معلما او فلاحا ... وذلك دون مراعاة لقدراته وواقعه في اختياره لهذه المهنة او تلك. وما هو خيالي هنا الاستمرار في نفس الاختيار وليست المهنة المختارة في حد ذاتها.

- مرحلة الاختيارات الوقتية: (من 11الى17سنوات)

تصادف هذه الفترة مرحلة البلوغ واوائل المراهقة، حيث يصبح اختيار المهنة من ضمن اهتمامات المراهق الذي يزداد احساسه بهذه المشكلة "نتيجة اكتساب المنظور الزمني الذي يساعد على الربط بين الافعال الحاضرة والنتائج المستقبلية لكن رغم هذا النمو تبقى اختيارات الفرد غير مستقرة ومؤقتة وترتبط اكثر ببعض العوامل"

وتشتمل هذه المرحلة على عدة فترات:

* **فترة الميول** (من 11الى12سنة) : وفيها يختار الفرد المهنة التي يميل اليها ويحبها.

* **فترة القدرات** (من 13الى14سنة) :تتحول اهتمامات الفرد نحو الموضوعية بناء على قدراته وامكاناته من جهة وامكانات بيئته من جهة اخرى.

* **فترة القيم** (من 15الى16سنة) : اضافة الى واقعية الفرد في اختياراته، ينمو لديه مفهوم القيم حيث يختار المهنة وفق القيم والمعايير التي تتطلبها المهنة من جهة اخرى والتي تنص عليها تقاليد المجتمع وعاداته من جهة ثانية.

كما وجد جنزبرغ أيضا إن المراهقين في هذه الفترة يبدؤون في طرح الاسئلة حول اختياراتهم بشكل مخالف، فيكتشفون ان هناك عدد من العوامل التي يحاولون تقويمها في ضوء اهدافهم الخاصة التي يرغبون في تحقيقها، ومن هذه الاسئلة ما يتعلق بما يريدون فعله وما يعرفون فعله، وما تسمح لهم وضعيتهم بفعله وايضا ما يمكنهم انتظاره من كل سيرورة مهنية.

* **فترة انتقالية** (في سن 17سنة) : وتمثل مرحلة التجريب والتنفيذ من خلال اعتماده على قدراته وواقعية اختياراته التي يتناسب مع قيمه وميوله.

- مرحلة الاختيارات الواقعية: (من سن 18-21 سنة فما فوق)

مع اكتمال النضج الذي يوافق هذه الفترة يصبح بقدور الفرد استعمال كل الميكانزمات التي تمكنه من صياغة اختيار مستقبل فعلي واقعي ومستقر.

وقد قسم جنزبرغ هذه المرحلة إلى ثلاث فترات جزئية:

* **فترة الاكتشاف:** تتميز هذه الفترة بسعي الفرد للحصول على المعلومات الضرورية حول أي مهرة نظرا للضغط الذي يمارسه المجتمع عليه حول ضرورة حول أي مهنة نظرا للضغط الذي يمارسه المجتمع عليه حول ضرورة الالتحاق بمهنة ما لذا يلجأ الفرد لاختيار أي مهنة من اجل استكشافها وذلك حتى يتخلص من التوتر والقلق الممارس عليه.

* **فترة التبلور**: تمثل هذه الفترة " السيرورة التي تستقر فيها الميول والقيم ويوفق فيها الفرد بين ذاته والواقع، ليتمكن خلال هذه السيرورة من تحديد اهدافه واتخاذ القرار باختيار مجال محدد".

* **فترة التخصص:** يستقر اختيار الفرد في هذه الفترة على مجال محدد بصفة نهائية وعدم تقبل أي توجيه لأي مجال مخالف.

وتتلخص نظرية جنزبرغ كما يشير إليها بيمارتانولوقري(1988)على أربع مبادئ هي:

- الاختيار المهني سيرورة تمتد طول فترة المراهقة.

- تعتبر هذه الى حد كبير غير ارتدادية ويتحدد اختيار مهنة ما بالقرارات السابقة.

- تهدف هذه السيرورة الى التوفيق بين حاجيات الفرد و إرغامات المحيط الخارجي.

- الاختيار المهني ناتج عن ميكانزمات شعورية.

ويخالف جنزبرغ في هذا المبدأ الاخير ما توصل اليه وغيرهم من الباحثين الذين اعتمدوا على نظرية التحليل النفسي في تفسيرهم لسلوك الاختيار، اذ يرون ان الميول والتفضيلات المهنية ترجع الى عوامل لا شعورية. (تارزولت،1997، 13، 15)

6-2-2- نظرية سوبر (1955) :

يرى كل بيمارتان ولوقري (1988) ان الفضل يعود الى سوبر وآخرون (1969) في اخضاع جنزبرغ في النمو المهني التي صاغها من خلال ملاحظاته الى التجريب وذلك بصياغة فرضيات قابلة للقياP66 alPemartin D et Legres ، 1988 تتلخص أهم مبادئ نظرية سوبر فيما يلي:

- النمو المهني عبارة عن سيرورة تمد من الطفولة الى الشيخوخة. تتطور هذه السيرورة مع الزمن نتيجة لعوامل النمو والتعليم والتي تعتبر دليل لسلوكات الفرد.

- تمر سيرورة النمو المهني بمراحل متعاقبة تزداد فاعليتها بتقدم هذه المراحل.

– يقوم الفرد من خلال هذه السيرورة بإنجاز بعض المهام التي عبارة عن نشاطات تعلم تفرض الفرد من طرف المجتمع، وتسمح له بتحقيق مستوى معين من الرضا بعد انجازها. ان النجاح في اداء هذه المهام التطورية هم الذي يسمح باكتساب دليل سلوكي كاف. ويمكن حصر هذه المهام كما لخصها بليتي وآخرون (1974) فيما يلي:

– **مهمة الاستكشاف:** وتعني التعرف على مختلف الامكانيات المتاحة من طرف المحيط عندما تفرض وضعية الاختيار، بحيث يقوم الفرد بالبحث والاستقصاء الشامل عن المعلومات الضرورية لتكوين صورة الذات وتصور مهني ومحاولة تجريب هذه الادراكات في الواقع.

– **مهمة التبلور:** وتعني ازالة الغموض وتوضيح كل الوضعيات وذلك بترتيب كل المعلومات المهنية المكتسبة وتنظيم ادراكات الفرد لمختلف الادوار المهنية ومعرفة ولو بصفة عامة ميدان التوجيه بحيث يكون تحديد الفرد لمشروعه الدراسي والمهني غير نهائي.

– **مهمة التخصص:** وتعني التحقيق المنطقي والبرغماتي للمهام السابقة وتحديد بصفة ادق مجال التوجيه وبداية الالتزام امام اختيار ما والذي يعبر عن مشروع دقيق.

– **مهمة التحقيق:** وتعني الاخذ بعين الاعتبار الواقع والقيام ببعض الاستراتيجيات، بمعنى اتباع خطوات وبذل مجهودات وتجاوز بعض الصعوبات لتحقيق المشروع في الواقع.

لا تختلف نظرية سوبر كثيرا على نظرية جنزبرغ خاصة في تأكيدها على أن:
– النضج المهني قابل للتعلم، يمكن التعرف على درجة النضج المهني للفرد من خلال معرفة مدى ادائه للمهام التطورية.

– ان اختيار مهنة ما هو الا ترجمة لصورة الذات لتصورات مهنية.

– يمر الفرد خلال حياته بستة ادوار تتمثل في: دور الطفل، الطالب، العامل العضو في العائلة، العضو في المجتمع، العضة في الجمعيات النشاطية، ويدرك الفرد خلال مراحل

النمو الدور الذي يقوم به، فمثلا يعطي الفرد لدور العامل اهمية في مرحلة المراهقة على الرغم من انه لا يكون مرتبطا بمهنة معينة. (تارزولت، 2008، 32، 33)

6-2-3- نظرية ميشال اوتو:

أما اوتو (1982) فيرى أننا نستطيع فهم عملية الاختيار كعملية صراع أو مقارنة بين تمثيلات التخصصات والمهن، وبين دوافع ذلك الاختيار (رغبات حاجات..) والتي تظهر في شكل صورة الذات المرغوبة، تلك الصورة تتميز ببعض متعلقات المهن والتخصصات والتي تتجسد في شخصية نوعية، كما ان الاستقرار النسبي لصورة الذات شرط ضروري لبناء المشاريع. (HuteauHuteau M، 1982 ، 39)

فحسب اوتو فإن كل تلميذ او شاب يملك تمثلا ذهنيا خاصا به ازاء نوع الدراسة او المهنة، وهو عبارة عن مجموعة منظمة من المعلومات والافكار والمواصفات التي تهم المسلك الدراسي والمهني، هذا التراكم الكمي تكفيه احاسيس ومواقف شخصية وقناعات ذاتية في مواجهة المستقبل المهني المستشرق.

سيرورة الاختيار حسب اوتوتتدرج تحت ثلاث مراحل زمنية وهي:

- **مرحلة الاستكشاف:** في هذه المرحلة يقوم الفرد بتجريب كل ما هو ممكن بمعنى الربط بين قدراته وما هو قابل للفعل، أي الفصل بين كل الاختيارات المقدمة اليه.

- **مرحلة اخذ القرار:** وهي مرحلة تلي مرحلة الاستكشاف، بحيث يقرر هنا الفرد الاختيار الملائم والمناسب له ثم يصنفه وينظمه.

- **مرحلة التخطيط:** هنا يركز الفرد على التخطيط بحيث يبدأ في بناء استراتيجية يحصر فيها ذهنيا الامكانيات التي تسمح له بالوصول الى ما سطره.

وهنا يركز اوتو(1999)على مؤداها أن مرحلة الاكتشاف تقع عندما تكون صيغة الاختيار غير عاجلة، وإذا كانت عكس ذلك (أي عاجلة) فيتم التركيز على القرار والتخطيط فقط، كما يرى أن كل سيرورة توجيهية تهدف من الناحية النفسية الى بناء مشروع معين، وفي هذه المرحلة هناك مراحل تكيفية يقوم فيها الفرد بإعادة ترتيب

مشاريعه، وهذا حسب الضغط الاجتماعي، كما يرى أن كلمة " مشروع "تؤكد الدور النشط للفرد في التوجيه كما تبين قيم اجتماعية عالية كالذاتية والاستقلالية وتفرض ديناميكية تتطلب او تسمح بالتطابق مع الواقع. (الاعور، 2005، 90)

7- الخطوات العملية لاتخاذ القرار الدراسي:

تعتبر عملية اتخاذ القرار كنشاط ذهني فكري موضوعي من الطرق المعرفية التي يعتمدها المختصون في مجال التوجيه الدراسي والمهني لمساعدة الطلاب في المواقف التي يحتاجوا فيها ذلك، كاختيار الشعب واختيار التخصصات الجامعية او اختيار مهنة.

كثيرا ما نجد التلاميذ امام مشكلة التردد او الحيرة وما اكثرها في الوسط المدرسي في الارساء على اختيار معين ونهائي على شعبة تتوافق مع قدراتهم وإمكانياتهم وميولاتهم تجعلهم يطلبون المساعدة من مستشار التوجيه، وذلك بتزويدهم بأكبر قدر ممكن من المعلومات حول انفسهم والبدائل المتاحة المتمثلة في الشعب الدراسية المفتوحة، حتى يستقروا فعلا على قرار بناء على ما تعلمونه.

وفي هذا الإطار يرى هانسن وستيفيكووارنر (1977)، ان عملية اتخاذ القرارات تشتمل الخطوات التالية:

- تحديد المشكلة وتوليد البدائل.
- الحصول على المعلومات وتحليلها والاستفادة.
- اعداد الخطط واختيار الهدف.
- تنفيذ الخطط وتقويمها.

وعلى هذا الاساس تبدأ الخطو الاولى لاتخاذ القرار الدراسي عندما يدرك الطالب انه بحاجة الى اتخاذ ذلك القرار والاستعداد للتفكير في الموضوع بشكل عقلاني، وفيها تحدد مشكلة القرار الذي يريد اتخاذه وتوليد البدائل مثل:

- ماهي الشعبة التي يرغب فيها ؟

- هل يريد موصلة الدراسة في الجامعة أو الالتحاق بالعمل ؟

- ما الذي يريد فعله بعد التخرج من الجامعة ؟

وفي الخطوة الثانية يقوم الطالب بجمع المعلومات الدقيقة والمناسبة وتحليلها والاستفادة منها، فيما يتعلق بالشعب الدراسية المتاحة والآفاق المستقبلية التي فتحتها بالإضافة الى التعرف على الذات وتقييمها إذ ينبغي على الفرد أن يطور فهما صحيحا حول نفسه، قدراته نمطه في العمل، ميوله وخصائصه الشخصية واهتماماته.

وفي نفس خطوة يقترح هير وكرامر (محروس الشناوي 1996) أربعة عوامل تدخل في تحديد المعلومات وهي:

1) العوامل الداخلية المقيدة: مثل القدرات والمهارات وغيرها.

2) العوامل الداخلية الموجهة: مثل القيم والميول وغيرها.

3) العوامل الخارجية المقيدة: مثل توافق الفرص التعليمية والمهنية.

4) العوامل الخارجية الموجهة: مثل توقعات الطبقة الاجتماعية والتطلعات الاسرية.

أما الخطوة الثالثة المتمثلة في إعداد الخطط واختيار الهدف وتعتبر هذه الخطوة من أصعب وأهم الخطوات، لأنها ترجمة لما تم سابقا من عملية إدماج (مكاملة) بين المعلومات الخارجية حول الشعب وتطلعات الطبقة الاجتماعية والاسرة، مع خصائص الطالب الداخلية المتمثلة في القدرات والميول والقيم.

وفي الخطوة الاخيرة يقوم متخذ القرار بتنفيذ الخطط وتقويمها وينبغي أن تكون هذه الخطوة مرنة الى الدرجة التي تسمح بإجراء بعض التعديلات عليها إذا لزم الامر ولو بعد مضي فترة زمنية ليست ببعيدة بتقويم عملية القرار أكثر من مرة ،وتنتهي عملية الاختيار باعتبارها عملية اتخاذ قرار بالوصول للقرار النهائي. (الشناوي،1996، 407-411)

8- أهمية عملية الاختيار:

يلعب الاختيار دور مهم في خلق نوع من التوافق النفسي لدى الفرد حيث يساعده على اشباع جملة من الحاجات النفسية والاجتماعية والاقتصادية وهو الشيء الذي يجعل الفرد يعيش حالة من الاستقرار والتوافق النفسي وهذا ما اكنته دراسة فواز بن محمد الصويط ومن بين الحاجات التي يساهم الاختيار في تلبيتها واشباعها للفرد نذكر منها:

- **الحاجات النفسية:** تقدير الذات- الشعور بالرضا- تحقيق الهوية.

- **الحاجات الاجتماعية:** الشعور بالمسؤولية والاحساس بالأشياء والقيمة الاجتماعية، خلق فرص التنافس وبناء علاقات اجتماعية انسانية.

- **الحاجات الاقتصادية:** توفير مستلزمات الرفاهية، زيادة الكفاءة واستغلال اوقات الفراغ، خلق فرص تبادل الخدمات (الداهري،2004، 75)

9- شروط الاختيار الدراسي:

حتى يكون الاختيار الدراسي موفقا لا بد من توفر شروط عدة منها:

- **الاستقلالية:** ان اختيار نوع الدراسة المناسب هو اختيار يتعلق بحياة الطلب لذا يجب ان يعتمد على نفسه اثناء عملية الاختيار فمن الطبيعي ان يسأل الوالدين عن ايهما افضل وان يستفيد من آرائهم لكن في النهاية يجب ان يبني الاختيار على اساس منطقي ومعقول أي تتاح للطالب حرية الاختيار وتقرير مصيره.

- **المرونة:** وتعني البحث عن فرصة للدراسة في المجال الذي يقع فيه اختيارنا او نريد الولوج اليه وقد يكون على الطالب هنا ان يضع مجموعة من البدائل والاختيارات بدلا من ان يضع اختيار واحد ويمكننا ان نرتب هذه الاختيارات حسب الاولوية بالنسبة الينا حيث

ان المجالات الدراسية تقع ضمن مجموعات قد يشعر الطالب بأنها تتقارب فيما بينها.

(الداهري،2004، 75)

10- أخطاء يقع فيها بعض التلاميذ أثناء اختيار الشُّعبة:

هناك أخطاء قد يقع فيها بعض التلاميذ أثناء اختياره للشعبة التي سيتوجه إليها، ومن بين هذه الأخطاء:

- الاقتداء ببعض الأصدقاء والزملاء الذين كان يرافقهم التلميذ خلال سنوات التعليم الابتدائي والمتوسط والثانوي، متناسيا أنه كان من ذي قبل في مرحلة التأسيس والإعداد، وأصبح في مرحلة أخرى حاسمة ومصيرية، ألا وهي مرحلة التوجه المرتبطة بكل شخص على حدة، من خلال ميوله وقدراته، وهذا مما لا يصح وقوعه، بل يجب الاعتماد على النفس واتخاذ قراره بنفسه؛ عملا بقول الشاعر: ما حك جلدك مثل ظفرك: فتول أنت جميع أمرك

- تأثر بعض التلاميذ بالمجتمع والوسط الذي يعيش فيه، وهذا فيه كذلك مِن الخطأ ما فيه؛ لأن الله خص كل إنسان بخصائص تميزه عن الآخر.

الخضوع لرغبة الآباء أو أحد الأقارب، والذي يتحمل المسؤولية في هذه النقطة هم الآباء أنفسهم؛ لأنهم يفرضون توجهاتهم على أبناءهم، ولا يتركون لهم حيزا مِن الحرية الشخصية في الاختيار.

- الأخذ ببعض الأفكار الجاهزة التي يروج لها البعض، فيتأثر بها التلميذ ويبني اختياره بالاعتماد عليها، وغالبا ما تكون عارية من الصدق، مخالفة للواقع.

(عبد الكريم،2012https://www.alukah.net/social)

خلاصة الفصل:

تم التطرق خلال هذا الفصل بداية بتعريف الاختيار تم الذهاب إلى تعريف الاختيار الدراسي فتعريف الاختيار كعملية اتخاذ قرار، ومن ثم تطرقنا إلى تصنيف القرارات الدراسية واستراتيجياتها ومن ثم معرفة العوامل المؤثرة على اتخاذ القرار الدراسي، مرورا بالتفسيرات النظرية لاتخاذ القرار الدراسي ومن ثم الخطوات العملية لاتخاذ القرار الدراسي، كما تم التطرق أيضا إلى أهمية عملية الاختيار الدراسي ومن ثم شروط الاختيار الدراسي وأخيرا الأخطاء التي يقع فيها بعض التلاميذ أثناء اختيار الشعبة.

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية

2-2- عينة التقنين

2-3- صلاحية أدوات الدراسة

3- الدراسة الأساسية

3-1- حدود الدراسة

3-2- عينة الدراسة وخصائصها

3-3- الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة

1- منهج الدراسة:

إن طبيعة المشكلة المطروحة للدراسة تفرض على الباحث تبني منهج معين دون غيره تبعا لأهدافه التي يسعى لتحقيقها من هذه الدراسة.

ويتوقف نجاح المنهج الذي يختاره الباحث على مدى توافقه مع طبيعة الموضوع المدروس، وعلى مدى تحكم الباحث في تقنيات هذا المنهج، ويعرف المنهج بأنه:"مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه". (زرواتي،2007 ،119)

ولما كانت الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة طبيعة العلاقة بين متغيراتها (الضغط النفسي والاختيار الدراسي) فان المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لهذه الدراسة، حيث أنه يسمح بمقارنة المتغيرات الأساسية للدراسة (الضغط النفسي والاختيار الدراسي) لدى أفراد عينة الدراسة (التلاميذ المتفوقين دراسيا) والمتغيرات الوسيطية المتمثلة في الجنس.

والمنهج الوصفي يهدف الى اكتشاف الوقائع و وصف الظواهر وصفا دقيقا، فهو يهتم بماضي الظواهر وحاضرها و مستقبلها. (إبراهيم عبد المجيد،2000)

وعلى هذا الأساس يمكننا هذا المنهج من التعرف على وجود العلاقة أو عدمها بين متغيرات الدراسة ومؤشراتها وكذا معرفة الفروق بين أفراد مجتمع الدراسة في هاته المتغيرات تبعا لمتغير الجنس.

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية نقطة البداية التي ينطلق منها الباحث من خلالها يستطيع تحديد ما يتطلبه البحث نظريا وميدانيا، فهي مرحلة جد مهمة وذلك لارتباطها بالميدان الذي يجرى فيه البحث.

والبحث الاستطلاعي هو بحث يهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها، والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها

وإخضاعها للبحث العلمي صياغة دقيقة تيسر التعمق في بحثها في مرحلة لاحقة.

(عبد المجيد إبراهيم،2000، 38)

2-1 – أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تعتمد الدراسة الاستطلاعية لأجل التعرف على المشكلات التي تحدثها الأداة المعتمدة في البحث لأفراد الدراسة، وكذا مدى تغطية الموضوع للجوانب التي وضع لأجل تغطيتها وبذلك يمكن أن تصبح الأداة جاهزة ومضبوطة، وبالتالي اعتمادها في الدراسة الأساسية. (هاشمي،2004، 80)

وقد تمثلت أهداف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في النقاط التالية:

- استكشاف إجراءات التطبيق من المجتمع الأصلي.
- التعرف على صعوبات الميدان.
- التعرف على خصائص العينة.
- فحص الخصائص السيكومترية لأدوات البحث ومعرفة مدى ملاءمتها للدراسة.
- التدرب على استخدام أدوات جمع البيانات.
- الوقوف على الصعوبات التي تعترضنا وذلك لتفاديها في الدراسة الأساسية.

2-2- عينة التقنين:

وقد قمنا بالدراسة الاستطلاعية للدراسة الحالية بعد الانتهاء من الجانب النظري والاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة و متغيراتها، حيث امتدت الدراسة الاستطلاعية من 20أكتوبر إلى 03 ديسمبر 2018، على عينة قوامها (30) تلميذ وتلميذة اختيروا بالطريقة القصدية من فئة المتفوقين

2-3- صلاحية أدوات الدراسة:

قمنا في هذه الدراسة بالتحقق من صلاحية المقاييس التي استخدمناها لجمع البيانات الخاصة بمتغيرات الدراسة، والتي تم تطبيقها على عينة تقنين تقدر بـ 30 تلميذ من المتفوقين دراسيا.

2-3-1- مقياس الضغوط النفسية:

أعد هذا المقياس احمد عبد الحليم عربيات، وعمر محمد الخرابشة بالأردن، وذلك لقياس الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون، ويتكون هذا المقياس من(38) بند يجاب عليها باختيار واحد من الخيارات الثلاثة المقدمة له، وكانت الخيارات وأوزانها على الشكل التالي:

درجة الانطباق	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة
الوزن	3	2	1

وفيما يلي سنعرض خطوات تقنينه على بيئة الدراسة الحالية:

- ثبات المقياس:

تم استخراج معاملات ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة جيتمان وسبرمان براون، والاتساق الداخلي باستخدام معادلة α لكرونباخ، وفيما يلي عرض للنتائج:

الجدول رقم(01): معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية

ألفا كرومباخ	التجزئة النصفية	
	سبيرمان وبراون	جيتمان
0.92	0.82	0.81

يتضح من الجدول رقم(01) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس الضغط النفسي لدى التلاميذ المتفوقين المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين 0.92 و 0.81 بعد الاعتماد على معامل جيتمان وسبيرمان براون في طريقة التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها واعتبار المقياس ثابت.

- صدق المقياس:

تم حساب معامل الصدق بطريقة الاتساق الداخلي.

جدول رقم (02): يوضح إرتباط درجة البند بالدرجة الكلية للمقياس

رقم	معامل	مستوى الدلالة	رقم	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
01	-0.22	غير دال	**20**	0.63	0.01
02	0.33	غير دال	**21**	0.62	0.01
03	0.36	0.05	**22**	0.70	0.01
04	0.43	0.05	**23**	0.57	0.01
05	0.54	0.01	**24**	0.52	0.01
06	0.39	0.05	**25**	0.53	0.01
07	0.41	0.01	**26**	0.22	غير دال
08	0.64	0.01	**27**	0.70	0.01
09	0.60	0.01	**28**	0.58	0.01
10	0.44	0.05	**29**	0.63	0.01
11	0.71	0.01	**30**	0.63	0.01
12	0.18	غير دال	**31**	0.69	0.01
13	0.60	0.01	**32**	0.54	0.01

14	0.56	0.01	**33**	0.66	0.01
15	0.52	0.01	**34**	0.41	0.05
16	0.69	0.01	**35**	0.68	0.01
17	0.24	غير دال	**36**	0.48	0.01
18	0.50	0.01	**37**	0.59	0.01
19	0.66	0.01	**38**	0.20	غير دال

من خلال الجدول رقم (02) نجد أن قيم معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس حيث تراوحت ما بين (0.71 و0.36) وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01 و 0.05). أما البنود 1-2-12-17-22-38 فهي غير دالة وبالتالي يتم حذفها.

2-3-2- مقياس الاختيار الدراسي:

أعد هذا المقياس زواري أحمد خليفة (2001) بجامعة الجزائر، ويتكون من 44 بندا، (26)عبارة ايجابية مقابل (18)عبارة ايجابية تقيس الاختيار الدراسي موزعة على أربعة أبعاد، وفيما يلي الأبعاد وأرقام البنود التي تقيسها وهي:

جدول رقم(03): أرقام بنود أبعاد مقياس الاختيار الدراسي.

أرقام البنود	أرقام البنود الايجابية	أرقام البنود السلبية	عدد
الاستقلالية	1-8-16-29-43	5-12-20-26-36-39	11
الواقعية	3-10-14-18-24-31-37-44	22-34-41	11
التحكم في المعلومات	7-15-28-32-35-38-42	4-11-19-25	11

التحكم في المنظور	40-33-27-21-13-6	30-23-17-9-2	11
المجموع	26	18	44

وكانت بدائل أجوبة المقياس وفق سلم ليكرت (1932) likert : (موافق تماما- موافق- لا أدري-معارض- معارض تماما) .

وفيما يلي سنعرض خطوات تقنينية على بيئة الدراسة الحالية:

- ثبات المقياس:

تم استخراج معاملات ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة جيتمان وسبرمان براون، والاتساق الداخلي باستخدام معادلة α لكرونباخ، وفيما يلي عرض للنتائج:

الجدول رقم(04): معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية

ألفا كرومباخ	**التجزئة النصفية**	
	سبيرمان وبراون	**جيتمان**
0.82	0.79	0.79

يتضح من الجدول رقم(04) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس الاختيار الدراسي المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين 0.82 0.79 بعد الاعتماد على معامل جيتمان و سبيرمان براون في طريقة التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

- صدق المقياس:

تم حساب معامل الصدق بطريقة الاتساق الداخلي.

حيث تم حساب الارتباطات بين بنود المقياس ودرجات الابعاد، وبين البنود بعضها ببعض، وكذلك الابعاد والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وقد استخدم هذا الإجراء للدلالة على صدق الاتساق الداخلي للمقياس، إذ أنّ الارتباطات الداخلية بالرغم من استخدامها كدلالة على الاتساق الداخلي إلا أنها يمكن أن تستخدم كدلالة على الصدق البنائي وذلك لأنّ الأساس النظري الذي تقوم عليه الدراسة هو وحدانية موضوع القياس

جدول رقم (05): يوضح ارتباط درجة البند بدرجة البعد الذي ينتمي إليه

الاستقلالية			الواقعية		
رقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	0.15	غير دال	**03**	0.61	0.01
05	0.51	0.01	**10**	0.60	0.01
08	0.53	0.01	**14**	0.71	0.01
12	0.42	0.05	**18**	0.45	0.05
16	0.27	غير دال	**22**	0.70	0.01
20	0.47	0.01	**24**	0.87	0.01
26	0.18	غير دال	**31**	0.56	0.01
29	-0.03	غير دال	**34**	0.56	0.01
36	0.39	0.05	**37**	0.59	0.01
39	-0.09	غير دال	**41**	0.43	0.05
43	0.51	0.01	**44**	0.39	0.05
التحكم في المعلومات			**التحكم في المنظور الزمني**		
04	0.48	0.01	**02**	0.58	0.01
07	0.19	غير دال	**06**	0.43	0.05
11	0.10	غير دال	**09**	0.23	غير دال
15	0.57	0.01	**13**	0.025	غير دال

0.01	0.66	**17**	0.01	0.61	**19**
0.01	0.48	**21**	0.01	0.57	**25**
0.01	0.57	**23**	0.01	0.69	**28**
0.05	0.45	**27**	0.01	0.53	**32**
غير دال	0.33	**30**	0.05	0.44	**35**
غير دال	0.22	**33**	غير دال	0.28	**38**
0.01	0.58	**40**	0.01	0.59	**42**

من خلال الجدول رقم (05) نجد أن قيم معاملات الارتباط بين درجة البند ودرجة البعد الذي ينتمي إليه حيث تراوحت ما بين (0.87 و0.39) وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01 و 0.05). أما البنود 1-7-9-11-13-16-26-29- 30- 33- 38- 39 فهي غير دالة وبالتالي يتم حذفها.

جدول رقم (06): يوضح ارتباط درجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس

اسم البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاستقلالية	0.65	0.01
الواقعية	0.80	0.01
التحكم في المعلومات	0.88	0.01
التحكم في المنظور الزمني	0.81	0.01

يتضح من الجدول رقم(06) أن معاملات الارتباط تتراوح ما بين (0.88 و0.65) وهي قيم دالة عند مستوى الدلالة 0.01 أي أن هناك ارتباط قوي بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على صدق المقياس في اتساقه الداخلي.

ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها واعتبار المقياس صادق.

3- الدراسة الأساسية:

3-1- حدود الدراسة:

3-1-1- الحدود المكانية: أجريت الدراسة الحالية ببعض ثانويات ولاية الوادي (بوصبيع صالح عبد المجيد – تكسبت، عيدة عبد الرزاق – 8 ماي – حميداتو احمد).

3-1-2- الحدود الزمانية: تم تطبيق هذه الدراسة خلال شهري فيفري – مارس 2019.

3-1-3- الحدود البشرية: اعتمدنا في دراستنا على عينة من المتفوقين مقدرة بـ 55 طالبا وطالبة من أقسام السنة الأولى ثانوي جذع مشترك علوم، الوادي.

3-2- عينة الدراسة وخصائصها:

تمثل مجتمع البحث في التلاميذ المتفوقين حيث قمنا بزيارة لبعض ثانويات ولاية الوادي، وتحصلنا على المعلومات والإحصائيات الخاصة بتلاميذ المتفوقين في السنة أولى علوم.

ودراسة أي مجتمع تعتمد أساسا على العينة المأخوذة منه، بشرط أن تكون ممثلة لمجتمع الدراسة الكلي، حيث تعرف العينة بأنها: "جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث". (زرواتي،2007، 334)

وبما أن مجتمع البحث خاص بفئة معينة فقد تم اختيار عينة البحث بطريقة قصدية (عمدية)، "حيث أن اللجوء إلى هذا الصنف من المعاينة عندما لا يكون أمامنا أي اختيار، وهي الطريقة التي تستخدم عندما لا نستطيع اختيار العناصر بطريقة عشوائية". (أنجرس، 2013 ،311)

وقد اخترنا عينة الدراسة من المجتمع المذكور بطريقة قصدية، بلغ حجمها: 55 تلميذا وتلميذة، والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

الجدول رقم(07): خصائص عينة الدراسة من حيث الجنس.

الجنس	العدد	النسبة المؤية
ذكر	14	%25.46
أنثى	41	%74.54
المجموع	55	%100

يتضح من الجدول رقم (07) أن عينة الدراسة تتكون من 55طالب وطالبة من المتفوقين بمختلف ثانويات ولاية الوادي، حيث أن نسبة الإناث بلغت 74.54 % أكبر من نسبة الذكور بنسبة 25.46%.

3-3- الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة:

تتأكد أهمية الإحصاء كأداة من خلالها يتمكن الباحث من الوصول إلى نتائج علمية سليمة، هذا على خلاف بعض الوسائط والأساليب الأخرى المختلفة، وفي مقدمتها الملاحظة الشخصية التي قد لا تقود الباحث إلى نتائج تنطبق على الحقائق العلمية.

وتأسيسا على هذا، فقد تم إدخال البيانات لعينة الدراسة في الحاسب الآلي وذلك باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروف بـSPSS حسب متغيرات الدراسة استعدادا للقيام بالتحليلات الإحصائية للإجابة على تساؤلات الدراسة:

1- التعرف على خصائص التوزيع الإحصائي لدرجات عينة الدراسة وهي:

النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري.

2- معامل ارتباط بيرسون.

3- اختبار -ت-.

4- معامل α لكرونباخ.

5- معادلة جيتمان.

6- معادلة سبيرمان وبراون.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى

2- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية

3- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة

خلاصة عامة

تمهيد

نعرض في هذا الفصل النتائج التي تم التوصل إليها بعد تطبيق إجراءات الدراسة الأساسية بناءا على المعالجات الإحصائية التي استخدمت على ما تم جمعه وتحليله من البيانات التي قمنا بجمعها، ومن خلال عرض وتحليل التساؤلات والفرضيات، سنحاول تفسير هذه النتائج ومناقشتها، وتعد هذه المرحلة من أهم مراحل البحث العلمي باعتبارها المرحلة التي يقوم فيها الباحث باستخراج الأدلة والمؤشرات العلمية والكمية والكيفية التي تبرهن على إجابة أسئلة البحث أو تؤكد قبول فروضه أو عدم قبولها.

1- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه: توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا، قمنا بحساب معامل ارتباط بيرسون والجدول الموالي يوضح ذلك:

الجدول رقم(08) يوضح قيمة ودلالة معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي

المؤشرات / المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	-0.45	0.01
الاختيار الدراسي		

من خلال الجدول رقم (08) يتضح أن قيمة معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي مقدرة بـ (0.45-): وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى، ومنه نستطيع القول أنه توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية والاختيار الدراسي لدى المتفوقين دراسيا.

حيث نستطيع القول هنا أنه كلما زادت الضغوط النفسية عند التلاميذ المتفوقون كلما قلت القدرة على الاختيار الدراسي.

وانطلاقا من أن الضغوط النفسية في ابسط تعريفها كما تعرف في قاموس (stedman1982) ستيدمان الطبي على أن: الضغط في علم النفس هو المثير الجسدي أو النفسي و الذي يؤدي عند تأثيره على الفرد إلى التوتر واختلال التوازن"

(حنصالي، 2014، 81)

كما أشارت الطالبة أن الضغط النفسي هو استجابة لمثيرات وعوامل خارجية تولد لدى الفرد حالة من الصراع والتوتر النفسي. حيث أن التلميذ أثناء ملئ بطاقة الرغبات يتعرض إلى قلق وتوتر، ويشعر التلميذ هنا بوجود عوائق و حوادث، أو خطر يعيق إشباع حاجاته، تحول بينه و بين تحقيق أهدافه، فيجد نفسه أمام أعباء غير قادر على تحملها وفي هذه الحالة يتولد لديه ضغط نفسي حيث يصبح غير قادر على اختيار مساره الدراسي بشكل سلس.

ونجد أن هذا الأمر يكون أكثر صعوبة وتعقيدا لدى فئة التلاميذ المتفوقين، عكس ما يعتقد البعض، أن الضغط يلازم التلاميذ الأقل تحصيلا فقط دونا المتفوقين و الموهوبين، وهذا ما أشير إليه في دراسة زواري (2011) إلى أن الأفراد الذين يمتلكون قدرات عالية يزداد لديهم الأمر صعوبة وتعقيدا إذا ما نظرنا إلى الحساسية الزائدة التي يواجه بها الموهوب موضوع الاختيار فهو لا يريد أي مستقبل، وإنما يريد مستقبلا من نوع معين، وهو ينظر إلى المهن والتخصصات الدراسية المختلفة بغير العين التي ينظر إليها الفرد العادي. **(زواري ،2011،**131)

وبما أن الاختيار الدراسي عبارة عن اتخاذ قرار يعتمد على جمع المعلومات حول المشكلة وحول ذاته لأنه كلما كان التلميذ مدركا لخصائصه الشخصية، و قدراته العقلية، وقادر على فهم ذاته وإمكاناته، ومتحليا بالواقعية ومستقل في قراراته، فهذا يساعده على القدرة على الاختيار الدراسي المناسب واتخاذ القرار السليم دون التعرض إلى ضغوط نفسية.

فالتلميذ أثناء اختياره لشعبة معينة يتعرض لعدة ضغوط خارجية تؤثر على اختياره، فالأساتذة بحكم خبرتهم واحتكاكهم بالتلميذ، وجماعة الرفاق التي لها اثر كبير في نفسية التلميذ، والضغوط البيئية داخل المدرسة كاكتضاض الأقسام كما اشرنا إليها في الجانب النظري، وهذا ما أثبتته دراسة عربيات (1993) بعنوان: مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين كما يدركها المراهقون و المعلمون و المرشدون" حيث توصلت الباحثة إلى أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت أولوية لدى المراهقين، على التوالي حسب شدتها وفاة

أحد الوالدين، انفصال الوالدين، الفشل في الامتحانات المدرسية، فالخلافات بين الوالدين، وأخيرا وفاة أحد الإخوة.

ولا ننسى أيضا أنه من بين المصادر التي جعلت التلميذ المتفوق يتعرض لمجموعة من الضغوط هي، أسرة التلميذ في حد ذاته، فضعف التفاعل الاجتماعي واختلاف وجهات النظر تؤثر على نفسية التلميذ وتزيد من قلقة وتوتره.

كما أشير في دراسة (عربيات وخرابشة، 2007) بعنوان: الضغوط النفسية التي يتعرض لها التلاميذ المتفوقين و استراتيجيات التعامل معها حيث أنه: يتوقع الأهل من أبنائهم المتفوقين أداء متميزا وسلوكات ذات مستوى عالي من الدقة والحرفية، وقد ينسى الأهل أو يتناسوا أن أبنائهم في مستوى عمري له حاجاته، وان هؤلاء الأبناء لهم شخصياتهم المستقلة، وظروفهم الخاصة. وقد يجد الأبناء أنهم ملزمون من الأهل على اتخاذ أو إتباع أسلوب معين، بغض النظر عن درجة إقناعهم وأن هؤلاء الأبناء يتمتعون بقدر من التفوق يجعلهم محط آمال وتوقعات عالية من الأهل الأمر الذي يكون لديهم نوع من الضغوط النفسية يمكن أن تؤدي إلى نتائج عكسية إذا ما انعكست على شخصياتهم و سلوكاتهم و تعاملهم. (عربيات واخرون، 2007، 01)

وفي هذا الجانب يشير (دوروا وفيميان) Fimian&D'Aurora إلى أن المتغيرات والعلاقات السارية تلعب دورا بارزا في الضغط المدرك بجانب العوامل المدرسية وقد تؤثر عوامل أخرى كذلك كالمرض الجسمي ومتطلبات البيئة الاجتماعية، إلى جانب كل ذلك في زيادة مستوى هذا الضغط في الموقف الواحد. (مشري وآخرون، 2012 ،266)

ومن خلال كل هذه العوامل المؤدية إلى الضغوط النفسية على التلميذ التي تولد لديه حالة من الصراع والقلق والتوتر النفسي فتؤدي إلى ظهور أثار جسمية، و نفسية، تحول بينه وبين قدرته على الاختيار الدراسي. ووفقا لدراسة (اغولا 2009) Agola ودراسة (روزا هيكرت ونايبلنجو 1999) Rosa Heckert et Niebling فإن الضغوط النفسية تؤدي إلى نقص الطاقة وارتفاع الضغط و الشعور بالإحباط والاكتئاب، وزيادة الشهية وصعوبة التركيز، والتململ والقلق والنسيان المبكر.

(مشري وآخرون، 2012 ،265)

بالإضافة إلى عامل الخوف من القرار حيث يشعر التلميذ بأنه سيكون له نتائج خطيرة وعواقب، فعندما يفكر التلاميذ بالاختيار الدراسي في شعبة من الشعب فإنهم يصبحون مترددون حيث يتولد لديهم نوع من الخوف يؤدي بهم الى القلق وضعف الثقة بالنفس وبالتالي يصبح تحت ضغط نفسي خوفا من هذا القرار أو الاختيار الدراسي.

وفي هذا الصدد أيضا توصلت ألفت إمام زادة (1982) أن الضغط النفسي يؤثر على أداء التلميذ المعرفي، حيث تتحول إمكاناته العقلية إلى قوة سلبية لا إلى ابتكار معها ولا تحصيل يرجى من ورائها. ومن هنا نستطيع القول أنه مثلما أثرت الضغوط على التحصيل الدراسي والابتكار فإنها تؤثر سلبا على قدرة التلميذ على اختياره الدراسي. (مشري وآخرون، 2012 ،265)

2- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى المتفوقين دراسيا، وقد قمنا بحساب اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول الموالي يوضح ذلك:

الجدول رقم(09): يوضح قيمة ودلالة الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس

المؤشرات / المتغير	ذكور			إناث			قيمة T	مستوى
	ن	م	ع	ن	م	ع		
الضغوط النفسية	14	54.28	12.36	41	63.63	14.18	-2.19	0.05

من النتائج الموضحة في الجدول رقم(....) نجد أن قيمة T تقدر بـ: 2.19- وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا مما يسمح لنا القول بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس وهذا يرجع للفروق بين الذكور والإناث، حيث نرى المتوسط الحسابي لدى الإناث يقدر بـ:63.63، والانحراف

المعياري يقدر بـ: 14.18، بينما نرى المتوسط الحسابي لدى الذكور يقدر بـ: 54.28، والانحراف المعياري يقدر بـ: 12.36 ، بعد المقارنة وجدنا أن الفروق لصالح الإناث وهذا ما أكدته الفرضية الثانية.

قد تعزو الطالبة نتيجة هذه الفرضية إلى خصوصيات طبيعة المجتمع الجزائري بصفة عامة، والمجتمع السوفي على وجه التحديد، فالعادات والتقاليد التي يتميز بها هذا المجتمع ناهيك عن الثقافة السائدة فيه، حيث يعطي للذكور الحرية المطلقة في التصرف، بينما الإناث قد يكون هامش الحرية والتصرف لديهن محدودا هذا ما يولد لديهن قلق وتوتر وخوف يؤدي إلى ضعف الثقة في النفس ينتج عنها ضغطا نفسيا.

فالظروف الاجتماعية والأسرية خاصة، تعد مصدرا مهما من المصادر التي تتسبب في الضغوط النفسية، في المجتمع فالقواعد والقوانين والأنظمة التي تسنها المجتمعات وخاصة بعض الأسر التي لها اتجاهات التحيز والتعصب عن الفتاة حيث أشارت حدة يوسفي(2016) أن الأسرة هي الأكثر تأثيرا على الطالب بكل عواملها ومتغيراتها إذ أن المشكلات التي تعانيها الأسرة تسهم بدورها في نشأة الضغوط لدى الأبناء. ومن بين أهم العوامل المسببة للضغوط النفسية، المعاملة الوالدية غير السوية اتجاه الأبناء، توتر العلاقات و الصراعات الوالدية، التباين بين توقعات الآباء وقدرات الأبناء، ضيق المسكن، وانخفاض الدخل. (يوسفي، 2016، 67)

ومن بين العوامل المؤدية للضغط عند الإناث أيضا تدخل الأسرة في خصوصياتهم الشخصية والدراسية. فقد يتميز الإناث بطموح مرتفع، وتكون لديهن دافعية ورغبة مستمرة وإلحاح في تحقيق النجاح والوصول إلى مستوى دراسي ومهني معين، هذا الأمر الذي يجعلهن محط ضغط نفسي ويؤدي إلى قلق وتوتر.

بالإضافة إلى عامل الأسرة فان هناك عدة عوامل أخرى لا تقل أهمية عنها فجماعة الرفاق والمعلمين، والمحيط المدرسي، والبرنامج الدراسي، وكل هذا قد يؤدي إلى وجود ضغوط لدى الإناث.

وهذا ما اتفق مع دراسة محمد بلقاسم حاج شتوان(2016) بعنوان الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي، ودراسة أحمد عربيات وعمر الخرابشة بعنوان الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون، كل هذا أسفرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث مما يؤكد أن الإناث أكثر عرضة للضغوط من الذكور

3- عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختيار الدراسي تعزى لمتغير الجنس لدى المتفوقين دراسيا، وقد قمنا بحساب اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول الموالي يوضح ذلك:

الجدول رقم(10): يوضح قيمة ودلالة الفروق في الاختيار الدراسي تبعاً لمتغير الجنس

المؤشرات	ذكور			إناث			قيمة T	مستوى
	ن	م	ع	ن	م	ع		
الاختيار الدراسي	14	182.57	14.44	41	176.85	16.80	1.13	غير دالة

من النتائج الموضحة في الجدول رقم(10) نجد أن قيمة T تقدر بـ: 1.13 وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا مما يسمح لنا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختيار الدراسي تعزى لمتغير الجنس، وهذا ما نفى الفرضية.

وقد تعتقد الطالبة أن نتيجة هذه الفرضية فإن دلت على شيء فأنها تدل على مستوى الوعي والنضج الفكري الذي وصل إليه تلاميذنا وأوليائهم في ضل العولمة وانتشار الوعي و مواكبة التطورات التكنولوجية الحاصلة والمستجدات على عالم المهن والتخصصات، حيث أصبحت الفتاة تحضى بنفس الفرصة التي يحضى بها الذكور، فقد أصبح لها الحرية عن التعبير عن رأيها وتقرير مصيرها واختيار تخصصها الدراسي

والتخطيط لمشروعها المستقبلي المهني دون أي عوائق وضغوط نفسية تحول بينها وبين تحقيق هدفها بما يتوافق وقدراتها وإمكانياتها واستعداداتها في ضل معرفتها ورغبتها بنفسها.

فالتلميذ أصبح متحكما في المعلومات حول الفروع و الشعب من عدة جوانب، حيث أصبحت له نظرة مستقبلية على المدى البعيد للتخطيط لمشروعه المهني المستقبلي، ومنه أصبحت له القدرة والاستقلالية في اتخاذ قراراته واختياره الدراسي المناسب له بما يشبع حاجاته ويحقق أهدافه.

بالإضافة إلى عامل الإعلام حيث أصبح يلعب دورا مهما في تبليغ الرسالة وتقريب المعلومة قدر المستطاع إلى التلميذ. فالتدخلات البيداغوجية الهادفة لتهيئة التلميذ لوضعية الاختيار و التي من أهمها الإعلام المدرسي، نجد أنه أصبح هناك مستشار توجيه على مستوى كل ثانوية يغطي كل نشاطات التوجيه و منها الإعلام، وخاصة تلاميذ سنة أولى ثانوي لما لهذه المرحلة من خصوصيات سواء على المستوى الشخصي فالتلاميذ في هذه المرحلة يمرون بفترة مراهقة، أو على المستوى البيداغوجي بما أنها مرحلة اختيار التخصص وتفرع الشعب.

حيث اتفقت دراسة زواري (2011) بعنوان: "العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد على المجال الإدراكي) والاختيار الدراسي باعتباره عملية اتخاذ قرار لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي بولاية الوادي" مع دراستنا الحالية في عدم و جود فروق بين الجنسين فيما يخص القدرة على اتخاذ القرار الدراسي.

وتنافت نتيجة فرضيتنا مع ما ركزت عليه دراسة الخطيب بعنوان " حاجة الطلاب إلى التوجيه التربوي لاختيار التخصص الدراسي الجامعي المناسب" حيث أسفرت النتائج على أن (40.5 %) من الإناث يخضعن لرغبة الوالدين في اختيار التخصص مقابل (26.5 %) من الذكور يخضعون لرغبة أولياء الأمور فيما يخضع (6.6 %) من الإناث (6.8 %) من الذكور لنصيحة الأقارب و المدرسين ويلاحظ من النتائج أن نسبة الذين

التحقوا بالتخصص الدراسي بناءا على ميولهم لا تتجاوز (12.5 %) عند الإناث (13.3 %) من الذكور.

خلاصة عامة:

جاء هذا البحث ليلقي الضوء على معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية و الاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا.

ولقد شملت الدراسة مختلف الجوانب الخاصة بالموضوع ،الضغوط النفسية و الاختيار الدراسي وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين الذكور و الإناث وكانت النتائج المتوصل إليها أن هناك علاقة سلبية بين الضغوط النفسية و الاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا.

وكذلك توصلت نتائج بحثنا هذا إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الاناث.

وأيضا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختيار الدراسي تعزى لمتغير الجنس.

الاقتراحات و التوصيات:

- الاهتمام بوضع برامج إرشادية للتلاميذ المتفوقين ومساعدتهم على اختيار مسارهم الدراسي و المهني بمرونة دون تعرضهم لضغوط نفسية.

- يجب أن يقوم جهاز التوجيه المدرسي و المهني من خلال عمل مستشار التوجيه بمساعدة و رعاية التلاميذ المتفوقين في كل النواحي وتشجيعهم على اختيار تخصصهم الدراسي وتحقيق أفضل مستويات التوافق النفسي و الاجتماعي.

- تنظيم لقاءات مع الأولياء والأساتذة والتلاميذ وتعريفهم بكافة التخصصات المتاحة بمعاملاتها و موادها الأساسية والآفاق المستقبلية لها.

- إجراء دراسات أخرى حول الضغوط النفسية وعلاقتها بالاختيار الدراسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا وفق متغيرات أخرى غير مذكورة في هذا البحث.

- إعادة طرح البحث ومعالجته بأدوات بحثية أخرى.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- ابراهيم وجيه محمود (1981)، **المراهقة خصائصها ومشاكلها**، دار المعارف، مصر.
- أبو العلام رجاء محمود(2013)،**مناهج البحث في العلوم الإنسانية و التربوية**، ط6، دار النشر للجامعات، القاهرة، مصر.
- احمد عريبات وعمر الخرابشة (2007)، **الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقين واستراتيجية التعلم معها**، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد الخامس، العدد الثاني.
- الاعور اسماعيل (2005) ، **واقع الاعلام التربوي في مؤسسات التعليم الثانوي بالجزائر من منظور مستشار والتوجيه المدرسي والمهني والتلاميذ**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ورقلة.
- الجوهرة عبد الله داود الداود (2007)، **الاعتماد– الاستقلال عن المجال الادراكي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى عينة عضوات هيئة التدريس ذوات المناصب الادارية**، المملكة العربية السعودية، دراسات نفسية، مجلد17، العدد1، جدة.
- بلحسيني وردة (2002)،**علاقة الرضا عن التوجيه المدرسي بالإحباط** ، رسالة ماجستير منشورة، قسم علم النفس وعلوم التربية، كليةالأداب والعلوم الإنسانية، جامعة ورقلة، الجزائر.
- بن فليس خديجة (2001)، **دور اخصائي التوجيه في تنمية الميول المهنية**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة باتنة.
- بوسنة محمود، د.س ، **التوجيه المدرسي والمهني الخلفية النظرية لمفهوم المشروع مجلةالعلوم الانسانية**، عدد10.

- تارزولت حورية (1997)، **مشاريع التكوين المهني المتبعة من طرف المتربصين دراسة المؤشرات السيكولوجية واهميتها في بناء وتحقيق هذه المشاريع**، رسالة ماجيستير غير منشورة، جامعة الجزائر. (1997/1996)

- تارزولت عمروني حورية (2008)، **أثر برنامج تربية الاختيارات على الخاصيات السيكولوجية الدالة على بناء وتحقيق المشاريع الدراسية والمهنية** (دراسة تجريبية على تلاميذ الطور الثالث من التعليم الأساسي بمدينة ورقلة). رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة الجزائر.

- جمال السيد تفاحة وعبد المنعم عبد الله حسيب(2002)، **الالتزام الشخصي واستراتيجيات التعامل مع الضغوط دراسة سيكومترية مقارنة بين البدو والحضر**، مجلة الإرشاد النفسي،جامعة ام القرى، العدد15.

- حاج شتوان و محمد بلقاسم (سبتمبر2016)، **الضغوط النفسية و علاقتها باسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي**، مجلة العلوم النفسية و التربوية،3 العدد1جامعة وهران.

- حدة يوسفي (2016)، **الاستراتيجيات الإرشادية لتخفيف الضغوط النفسية و تنمية الصحة النفسية**، عمان، الأردن.

- حجازي يحي (2002)، صعوبات اتخاذ القرار المهني،

https://www.pcc-jer.org/ar/content

- حسن شحاتة، وزينب النجار (2003)، **معجم المصطلحات التربوية والنفسية**، الدار المصرية البنانية، القاهرة.

- خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي (2012)، **الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين**

والعاديين بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجيستير في علم النفس (ارشاد نفسي)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

- خليفة زواري أحمد(2011) ،**العلاقة بين الأسلوب المعرفي (الاستقلال / الاعتماد على المجال الادراكي) والاختيار الدراسي باعتباره عملية اتخاذ قرار لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي بولاية الوادي**، رسالة ماجيستير في علم النفس المدرسي، جامعة الجزائر 2.

- رافع النصير الزغلول وعماد عبد الرحمان الزغلول 2003 ، **علم النفس المعرفي**، ط1، دار الشروق، الاردن.

- سامي بن صالح الرويشدي (1423)، **الضغط النفسي كاستجابة كاستجابة لأحداث الحياة الضاغطة دراسة مسحية ميدانية على ضباط مكافحة المخدرات و ضباط الدوريات**، الرياض.

- سعيد عبد العزيز (2007)، **تعليم التفكير ومهاراته**، ط1، دار الثقافة، الاردن.

- سلاف مشري وتارزولت حورية (2012): **الاختيار الدراسي كمصدر للضغط النفسي لدى الطلبة الحاصلين على شهادة البكالوريا في ظل التوجيه الجامعي في الجزائر**، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية العدد الثامن ، جوان ، الجزائر

- سمير شيحاني (2003)، **الضغط النفسي وطبيعته، أسبابه والمساعدة الذاتية**، الطبعة 1.دار الفكر العربي، لبنان.

- صالح محمد ابو جادو (2004) ، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**، ط4، دار المسيرة، الاردن.

- صبحي أحمد، القبلان ورضا العبادي(2009)، **اثر برنامج إرشادي معرفي على خفض الضغوط النفسية لدى أسر الأطفال المصابين بالشلل الدماغي في محافظة جرش**، مجلة البحوث التربية الرياضية ،جامعة الزقازيق، المجلد 43، العدد 80، افريل 2009.

- طسمية شانبي(2012)،**الضغوط النفسية لدى المدرسين**، ط2 ، رسالة ماجيستير، جامعة الجزائر.

- عبد الحميد عبد الفتاح المغربي (1999)، **الادارة الاستراتيجية لمواجهة تحديات القرن الواحد والعشرين**، مجموعة النيل العربية، ط1، القاهرة.

- عبد الرحيم جلال (2007)، **محددات الرضا الوظيفي لدى اساتذة التعليم الثانوي بالجزائر**، رسالة ماجيستير، جامعة سطيف.

- عبدي سميرة (2011)، **الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكات العنف والتحصيل الدراسي**، رسالة ماجيستير في علم النفس المدرسي، جامعة مولود معمري تيزي وزو.

- عبدي سميرة (2011)، **الضغط المدرسي و علاقته بسلوكات العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس(15 17 سنة)**،مذكرة مجستير، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

- عماد عبد الرحمان زغلول (2002) ، **مبادئ علم النفس التربوي**، ط2، دار الكتاب الجامعي، الامارات العربية المتحدة.

- غريب عبد الفتاح غريب (1993)، **القلق لدى الشباب في دولة الإمارات العربية المتحدة**، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات مجلد 8 (09).

- غزلان شمسي الدعدي (2009). **الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء و أمهات الأطفال المعاقين تبعا لنوع ودرجة الإعاقة و بعض المتغيرات الديمغرافية و الاجتماعية**، متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير، جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية.

- فاروق السيد عثمان (2001)، **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، دار الفكر العربي، القاهرة.

- فاطمة حساني(2015)، **إستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى المراهقين المتمدرسين(13-14-15 سنة)**، مذكرة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح ،ورقلة.

- فضة عباس بصلي (2006)، **ديمقراطية التعليم في الجزائر بين منطق الحصص ومبدأ تكافؤ الفرص**، مجلة علوم انسانية، السنة الرابعة، العدد31.

- كريسكي رياغو وليد العمري(2008)، **الضغط والقلق لدى المعلمين**، ط 2 . دار الكتاب الجامعي، غزة، فلسطين.

- كوثر كوجك (1997)، **اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس**، ط1، عالم الكتب، القاهرة.

- محسن محمود أحمد الكيكي (2007)، **الضغوط النفسية التي تواجه طلبة ثانويتي المتميزين في محافظة نينوي**، مجلة التربية والعلم – المجلد 14 العدد4

- محمد إبراهيم السفاسفة وأحمد عبد الحلم عربيات (2014)، **مبادئ الصحة النفسية والمدرسية** ، دار الإعصار العالمي، عمان.

- محمد السيد ابو النيل(2005)، **علم النفس الصناعي والتنظيمي عربيا وعالميا**، ط1، دار الفكر العربي، مصر.

- محمد بلقاسم حاج شتوان (2016)، **الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي عند تلاميذ الطور الثانوي**، مجلة العلوم النفسية والتربوية، العدد 3، وهران، الجزائر.

- محمد حسن غانم (ب س)، **كيف تواجه الضغوط النفسية.**

- محمد محروس الشناوي (1996)، **العملية الارشادية**، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

- محمود فتحي عكاشة (1999)،**علم النفس الصناعي**، مطبعة الجمهورية، الإسكندرية.

- مرزوق العمري(2012)، **الضغوط النفسية المدرسية و علاقتها بالإنجاز الاكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية**، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى.

- مرسي سيد عبد الحميد (1976)، **الارشاد والتوجيه التربوي والمهني**، ط1، مكتبة الخانجي، القاهرة.

- مريامة الحنصالي (2014)، **إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية (الصلابة النفسية والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي**، رسالة دكتوراه، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

- ممدوح زيدان(2003). **تقييم الأداء ومواجهة الأزمات**، مجموعة النيل العربية، القاهرة.

- منصور عبد الصبور (2010)، **مقدمة في التربية الخاصة**، مكتبة الزهراء الشرق، القاهرة.

- موريس أنجرس ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون (2013)، **منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية**، ، دار القصبة للنشر والتوزيع، الجزائر.

- ميرل اولسن ترجمة عثمان لبيب فراح واخرون (1964)،**التوجيه فلسفته واسسه ووسائله**، ، دار النهضة العربية، بيروت.

- نشوة كرم دردير(2010)، **فاعلية برنامج إرشادي انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة**، رسالة دكتوراه، القاهرة.

- نورة إبراهيم السليمان (2011)، **أساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من المتفوقات وغير المتفوقات المرحلة الجامعية**، مؤتمر في الصحة النفسية، نحو حياة أفضل للجميع (العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة)، بتاريخ:18 _19 يوليو، الرياض.

- هارون توفيق الرشيدي(1999)، **الضغوط النفسية** ،مكتبة انجلو المصرية.

- هاشمي أحمد(2004)، **علاقة الأنماط السلوكية للطفل بالأنماط التربوية**،ط1،دار قرطبة للنشر والتوزيع، الجزائر.

ـ عماد حميد عبيس (2007)، **الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين عقليا**، رسالة ماجستير في التربية الخاصة، كلية التربية، بغداد .

-عياش زيتون(1988)،**الاتجاهات والميول العلمية في تدريس العلوم**، دار عمار للنشر، ط1، الأردن.

- Guichrd,john (1993)، **L'Ecoleet les Repésentationd'Avenir des Adolescets**،P.U.F.

- Huteau، Michel (1982), **Les projets d'orientation des jeunes Approche psychologique**، Le projet L'Hamartin Logique sociales.

- Pelletier ، D et al (1974), **Développement vocationnel et Croissance Personnelle** Bibliothéque National du Quebec، Canada.

- Pemartin، Danial et Legres، Jacques (1988),**Les Projets Chez les Jeune** ، EditionMaulineaux France.

- Sillamy، Norbert (2003) ، **Dictionnaire de psychologies** ، Montréal QUEBEC.

الملاحق