المجلة السعودية للدراسات التربوية
والنفسية
الإصدار الثالث عشر
المجلد (٥) العدد (٢)
(١-١٧) ٢٠٢٤

العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

احسان مرتضى شويكي
جامعة النجاح الوطنية

نشر إلكترونياً بتاريخ: ٣٠ يوليو ٢٠٢٤م

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الضغط النفسي ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة ببناء استبانة لجمع البيانات من عينة الدراسة بواسطة العينة العشوائية البسيطة اعتمادا على الأدب التربوي والدراسات السابقة. واشتملت أداة الدراسة عل (٣٤) فقرة. وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٠٣) معلم ومعلمة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة الأصلي.

ومن تحليل أسئلة الدراسة وفرضياتها توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: -

١- أن مستوى الضغط النفسي لدى المرحلة الإعدادية في مدينة القدس كان مرتفع.

٢- هناك علاقة ارتباط إيجابية بين مستوى الضغط النفسي ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٦٤) وهذا يؤكد على وجود علاقة ارتباط إيجابية قوية.

بناء على النتائج السابقة خرجت الدراسة بعدة توصيات منها: -

١- توعية الأولياء والمعلمين والمختصين التربويين بضرورة الاهتمام بموضوع قلق الامتحان لدى الطلاب لأنها أحد العوامل الهامة التي تؤثر سلبا على النجاح الدراسي.

٢- ضرورة تظافر الجهود المدرسية من معلمين ومرشدين ومدراء المدارس في التعامل مع المشكلات المدرسية التي يعاني منها الطلاب.

ومن اقتراحات الدراسة إجرائها على عينات أخرى منها طلاب المرحلة الثانوية كونها أكثر المراحل التعليمية تعرضا للضغط النفسي.

*** التصور الفكري (المقدمة)**

يحتل موضوع الضغوط النفسية جانبا مهما في الدراسات والبحوث النفسية والتربوية الحديثة بشكل عام، وقد عرف قلق الاختبار على انه حالة نفسية أو ظاهرة انفعالية تصيب الطالب قبل الاختبار وخلاله، وتنشأ من تخوفه من الفشل أو الرسوب في الاختبار، أو التخوف من عدم حصوله على نتائج تنال الرضى من الآخرين وتوقعاتهم منه، وقد تؤثر هذه الحالة على العمليات العقلية كالانتباه والتركيز والتذكر والتفكير.

وتعد الضغوط النفسية من الظواهر العامة في هذا العصر وتظهر لدى الأفراد نتيجة لظروف الحياة المحيطة، والمفاجآت والأحداث التي يتعرض لها الفرد بحيث تختلف شدة القلق ودرجته من شخص إلى أخر، كل حسب أهدافه وطموحاته وأوضاعه العامة، كما أنها من أهم العوامل المؤدية إلى وجود الضغط النفسي، كما أن الفرد لديه استعداد للقلق ليستطيع التكيف مع نفسه ومع البيئة المحيطة ولكن التطرف أثناء الشعور بالقلق يشعر الفرد باضطرابات تؤثر على حياته.(أبو صايمة، ٢٠١٦)

ولقد أوضحت دراسات كل من الطيب (٢٠١٧) وصالح (٢٠١٤)، التي أجريت في هذا المجال على حقيقة وجود علاقة إيجابية بين الدرجات المرتفعة في التحصيل الدراسي وقلق الاختبار الذي يكون في مستوى منخفض، وأوضحت كذلك، بأن الأفراد الذين يعانون من القلق المرتفع يتسمون بالميل الى العزلة والانطواء على ذواتهم مقارنة مع أفراد يتميزون بقلق منخفض مما يوضح التأثير السلبي لقلق الفرد على مستوى تحصيله في مراحل التعليم المختلفة .

ويرى نصر الله (٢٠١٨) أن الضغط يعتبر عاملا إيجابيا يؤدي الى رفع مستوى التحصيل الدراسي لدى عدد كبير من الطلبة في حين قد يكون له تأثير سلبي على طلبة آخرين مما يؤدي الى تدني مستوى التحصيل الدراسي والمعرفي والخبرة والتكيف الاجتماعي لديهم وبخاصة في المرحلة الأساسية التي يجد فيها الطلبة صعوبة في التعبير عما يشعرون به من شعور بالقلق واذا ما تمت معرفة درجة القلق لدى الطلبة فإنه يمكن التخطيط لخفضها وذلك من خلال العمل على الحد من أسبابها والعوامل التي تؤدي الى الوقوع فيها وزيادته.

مما سبق يتضح أن التحصيل الدراسي للطلبة يتأثر بشكل واضح بعدة عوامل، لعل من أبرزها: مفهوم الذات الاكاديمي، وقلق الاختبار كما أثبتت بعض الدراسات مثل (القرعان، ٢٠١٦)، ودراسة (يعقوب، ٢٠١٥)، ودراسة (صالح، ٢٠١٤).

ويشير القمش والمعايطة (٢٠١٧) الى أن الاختبارات وخاصة الصعبة منها، تثير القلق لدى الطلبة، فيقومون باستجابات غير مناسبة نتيجة الخوف والتوتر من الفشل، أو الإحساس بعدم الكفاءة وتوقع العقاب، الأمر الذي يؤدي بدوره إلى التحصيل المتدني لهم.

إن ضغوط الطلبة يبدأ بالخوف وتزداد شدة الخوف باقتراب موعد الاختبار مما يؤدي إلى اضطرابات سلوكيه نتيجة لخوفه من الاختبار، وهذا يشعر الطالب بالقلق من

النتيجـــة المدرسية، ومن فشل وما ينتج عنه من ردة فعل الوالدين والمدرسين (الزواهرة، ٢٠١٦)، ويشير كايا (Kaya, 2018) الى أن قلق الاختبار قد يتطور ليصبح احد أشكال المخـــاوف المرضـــية وعاملاً هاماً من العوامل المعيقة للتفوق والتحصيل الأكاديمي والتمييز بين الطلبة على اختلاف المراحل الدراسية.

الأمر الذي دفع الى اختيار البحث أن هناك العديد من الطلبة الذين يواجهون فشلا في دراس تهم بسبب عـــدم القـــدرة علـــى مواجهة مواقف الاختبارات وتحديها أثناء التقدم لها، وما يصاحب هذه المواقف من اضـــطراب وتوتر وقلق يؤثر في قدرة الطالب على التكيف المناسب مـــع موقـــف الاختبـــار.

ويذكر (فرح، ٢٠١٣) أن الأفراد المتصف ين بدرجات مرتفعة مـــن القلق يقضون كثيرا من وقت الاختبار وقبله وهم في حالة من الانزعاج حول أدائهم ويفكرون في أداء الآخرين، كما يفكرون في البدائل التي يمكن اللجوء إليها في حالة فشلهم في الاختبـــار، ويتكرر لديهم شعور العجز، ويتوقعون العقاب وفقدان الاحترام والتقدير وينتـــابهم ردود أفعـــال سلبية كالاضطرابات الفسيولوجية المختلفة تنتج عن هذا كله نوبات من الهيجان الانفعالي ممـــا يعيق الانتباه والتركيز على إجابات أسئلة الاختبار مما يؤدي إلى ضعف الأداء في مهمة الإجابة عن أسئلة الاختبار.

كما وتهدف الدراسة الى التعرف على تأثير الضغوط النفسية على التحصيل الدراسي لدى الطلاب في المرحلة الإعدادية، وكيف يمكن أن ينعكس الضغط النفسي على التحصيل الدراسي لدى الطلاب في المرحلة الإعدادية.

إن للضغوط النفسية أثرا على التحصيل الدراسي لدى الطلبة مما دفـــع الباحثة إلى إجراء مثل هذه الدراسة نظرا لتباين نتائج الدراسات ذات الصلة في العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي، فمن الدراسات ما أثبت الارتباط الـــسالب بـــين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي، ومن الدراسات ما أثبت العلاقة الإيجابية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي حيث دلـــت نتائج الدراسات بأن الأطفال ذوي الضغط المرتفع كان أداؤهم أفضل من أقرانهم من الاطفال ذوي الضغط المنخفض في الموقف التعليمي السهل. وأن إحساس الباحثة من خلال خبرتها التربوية في ميدان التربية والتعليم، ومشاهداتها المتكررة لحالات الطلبة في مواقـــف الاختبـــارات بوجـــود العلاقة القوية بين القلق والضغط والتحصيل الدراسي قد أسهم في إجراء هذه الدراسة مـــن اجـــل الكشف عن نوع تلك العلاقة بين هذين المتغيرين وتأثيرهما على الطلبة من النـــاحيتين النفـــسية والأكاديمية وبناء على ذلك جاءت لتجيب على السؤال الرئيس التالي:

ما علاقة الضغوط النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس من وجهة نظر المعلمين؟

*** خلفية نظرية ودراسات سابقة**

أولاً: الإطار النظري للدراسة

*** الضغوط النفسية**

الضغط النفسي يشير الى الانزعاج والانفعالية وعرفا الانزعاج بأنه اهتمام معرفي للخوف من الفشل والانفعالية بأنها ردود أفعال للجهـــاز العصبي، وأن الضغط النفسي يمثل حالة لا تظهر ولا يتم استثارتها إلا إذا صادف الفرد نوعا من المواقف الاختبارية التقويمية فقط. (الطيب، ٢٠١٧)

واعتبره (زهران، ٢٠١٥) حالة تتأثر بردود الفعل العاطفيـــة والتي تنتج عن الاستجابات غير المناسبة للمواقف المتصلة بها وغالبا ما يعبر الضغط النفسي عن حالة موقفية مؤقتة رهينة مثير وهو الاختبار.

وأشار (عثمان، ٢٠٢٠) إلى مفهوم الضغط النفسي، باعتباره حالة نفسية يمر بها الطالب، وتصاحبها ردود فعل نفسية وجسمية غير معتادة نتيجة لتوقعه الفشل في الاختبار أو سوء الأداء فيه أو الخوف من الرسوب ومن ردود فعل الأهل، أو لضعف ثقته بنفسه، أو لرغبته في التفوق على الآخرين، وأن الضغط النفسي هو نوع من التوتر الذي ينتـــاب الطالـــب بـــسبب الموقـــف الاختباري.

بينما أشار إليه (شعيب، ٢٠١٠) بأنه تلك الحالة التي يصل اليها الطالب نتيجة الزيـــادة في درجة التوتر أو الخوف من أداء الاختبار، وما يصاحب هذه الحالة من اضطراب لديه فـــي النواحي العاطفية والمعرفية والفسيولوجية، وفرق (فرج، ٢٠١٦) بين الضغط النفسي والقلق كسمة باعتبار الأخير سمة من سمات الشخصية أكثر استقرارا والضغط النفسي ينشأ في موقف الاختبار.

وعرف (حبيب، ٢٠١٩) الضغط النفسي بأنه نوع من القلق مرتبط بموقف الاختبار بحيث تثير هذه المواقف في الأفراد شعورا بالخوف والهم الكبير عن مواجهة الاختبارات ويتولد الضغط النفسي في عمر مبكر نتيجة لاتجاهات المعلمين والوالدين والأطفال والآخرين وهو شائع لدى جميع الطلبة.

*** نظرية الضغط النفسي**

أورد (الوحش، ٢٠١٧) في معرض حديثه عن الضغط النفسي ان عالم الفسيولوجيا الروسي الكسندر لوريا كان أول من تنبه الى ظاهرة الفروق الفردية في الضغط النفسي عـــام ١٩٣٢ . وصنف الطلبة الى فئتين هما: –

١– طلبة مستقرون: وهم الطلبة الذين يبقون على هدوء نسبي ولا يتأثرون بمواقف الاختبار.

٢– طلبة غير مستقرين: وهم الطلبة الذين لا يبقون على هدوء نـــسبي بـــل يبـــدون انزعاجـــا ويصبحون مهاجمين ومشوشي الأفكار قبل الاختبار وإثناءه.

وتؤكد العديد من الدراسات (عبد الخالق والنيال، ٢٠١٩) انه في الوقت الذي يبتعد فيه الطلبة عن موقف الاختبار، فإنهم يستطيعون استرجاع معلوماتهم بسهولة ويسر وإن انخفـــاض تحصيلهم الدراسي يرجع الى تأثير التداخل المعرفي مما يصيب العمليات العقلية لهؤلاء الطلبـــة ببعض التشويش والاضطراب ولهذا، قامت نظرية الضغط النفسي بصفة أساسية علـــى نمـــوذج التداخل حيث ينظر هذا النموذج الى أن الضغط النفسي يؤدي الى استجابات غير

متصلة بالمهمـــة داخل موقف الاختبار حيث يتركز تفكير الطالب على الانشغال الذاتي كالتفكير فـــي النجـــاح أو الفشل وما يتبعه من مواقف أو التفكير في ترك الدراسة.

*** الأسباب المؤدية إلى الضغط النفسي**

أشار الباحثان (عبد الغفار، ٢٠١٤؛ ومسيحة، ٢٠١٧) الى عدد من الأسباب التي تؤدي الى الضغط النفسي من أبرزها : –

١– عجز الطالب عن فهمه لدروسه واستيعابها وضرورة نجاحه تحـــت رحمـــة مدرســـية لتخليصه من توتره.

٢– رفض أو تهديد أو عقاب المدرس للطالب عند إفـــصاحه عـــن عـــدم فهمـــه لدروســـه واستيعابها.

٣– إجبار الطالب قسرا على ان يتم الاختيار في وقت لا يكون فيه الطالب مستعدا للاختبار من حيث فهمه واستيعابه وتمكنه من الدروس.

٤– توقع الفرد الفشل في الاختبار أو سوء الأداء فيه أو الخوف من الرسوب ومن ردود فعل الأهل أو لضعف ثقته بنفسه أو لرغبته في التفوق على الآخـــرين أو ربمـــا لمعوقـــات صحية.

٥– تعزيز الخوف من الاختبارات من قبل الأسر وفق أساليب التنشئة التقليدية التي تستخدم العقاب مما يؤدي إلى خوف الطالب من النتائج السلبية.

٦– الشعور بان الاختبار موقف صعب يتحدى الإمكانات والقدرات وأن الطفل غيـــر قـــادر على اجتيازه أو مواجهته وتنبؤه المسبق بمستوى تقييمه من قبل الآخرين والـــذي قـــد يتوقعه (التقدير السلبي لقدراته).

٧– تدني مفهوم الذات الأكاديمي لدى الطلبة.

٨– عدم الاستعداد الجيد للامتحان.

٩– انخفاض المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة.

١٠– انخفاض دافعية الطالب.

١١– تذكير الطالب بعدد مرات الفشل التي تعرض لها من قبل.

١٢– الأفكار والتصورات الخطأ عن الاختبار وما يترتب عليه من نتائج.

١٣– الخبرات السيئة السابقة المتعلقة بمواقف مماثلة من موقف الاختبارات.

١٤– أهمية التفوق التحصيلي بالنسبة للطالب بالإضافة إلى ضغط الأسر الزائد على الطالب.

١٥– استخدام المعلمين الاختبارات كوسيلة للعقاب في بعض الأحيان.

وتحدث زهران (٢٠١٥) عن أثر العوامل الوراثية التي تختلط بالعوامل البيئيـــة فـــي الإسهام في ارتفاع مستوى الضغط النفسي، حيث الشعور بالتهديد الـــداخلي أو الخـــارج ي الـــذي تفرضه بعض الظروف البيئية والتوتر النفسي الشديد، والمخاوف الشديدة في الطفولة المبكـــرة والتي تعود الكبت بدلا من التقدير الواعي لظروف الحياة والإحباط إلى جانب المشكلات التـــي حدثت له في مراحل عمره المتتابعة ومشكلات الحاضر التي تنشط ذكريات الـــصراعات فـــي الماضي والطرق الخطأ في تنشئة الأطفال مثل القسوة والتسلط والحماية الزائـــدة والحرمـــان والتعرض إلى الحوادث والخبرات الحادة.

*** مستويات الضغط النفسي**

عـــدة مـــستويات مـــن الضغط النفسي، تبدأ هذه المستويات من الضغط النفسي الطبيعي الذي يصيب كـــل فـــرد يمـــر بخبـــرة الاختبار، ويعد مظهراً من مظاهر الصحة النفسية للفرد، وينتهي بالضغط النفسي المرضي الـــذي يعد تهديداً لحصة الفرد النفسية ويؤثر على سلوكه الدراسي وتحصيله العام وأدائه في الاختبار، مما يؤدي إلى الإخفاق في الاختبار، والتأثير على التحصيل العام للطالب، وأحياناً كثيرة تتعدى هذه الظاهرة المرضية لتؤثر على سلوك الفرد الاجتماعي وصحته الجسمية، وهذه المـــستويات كما يأتي: -

١- الضغط النفسي الطبيعي (المفيد): يكون فيه مستوى القلق منخفضا ويعد دافعا إيجابيا مطلوباً لتحقيق الدافعية نحو الإنجاز والتحصيل، وهو المستوى الشائع عند معظم الطلبة.

٢- الضغط النفسي غير المفيد: وفيه يكون مستوى القلق المرتبط بالاختبار مرتفعا عنـــد الفـــرد بشكل غير طبيعي أو منطقي ويسبب الكثير من التوتر والاضطراب وعدم الراحة كما يعيق من مقدرة الفرد على أداء مهماته الأكاديمية والعقلية وهذا المستوى من القلق الأكثر شيوعا.

٣- الضغط النفسي الضار: وهو مستوى متقدم من الضغط النفسي لا يؤثر فقط على إنجـــاز نـــشاط معين كالاختبار مثلا، وإنما يتعدى تأثيره الجوانب الأكاديمية في الحياة ليـــشمل الجوانـــب الأخرى، وهذا النوع يحتاج إلى معالجة من قبل الأطباء ومعالجين نفسيين ربما تستغرق وقتا طويل.(مصطفى، ٢٠١٤)

وفي هذا الصدد فقد بين مصطفى (٢٠١٤) مستويين للضغط النفسي، وحالة الفـــرد في كل مستوى وهما: -

١- القلق الطبيعي (السوي): وهو الذي يكون إيجابيا للفرد، ويعد حدوثه ضرورياً فـــي حيـــاة الإنسان، ويعتبر بمثابة الحصانة وخط الدفاع الذي لا يمكن أن يتخلى عنه الفرد ولا يعـــيش بدونه، ولولا هذا القلق لكان الإنسان متبلد الإحساس، ويعد أساس تقدم حياة الفرد الشخصية وإبداعه في العملية التعليمية وهذا النوع من القلق يدفع الإنسان بشكل إيجابي نحو الأمام في اتجاه الإبداع والتفكير، لذا تكون المعاناة دافعا نحو المتعة والراحة.

٢- القلق المرضي (غير السوي): وعلى الصعيد الآخر يكون القلق سلبيا ويعود على صـــاحب به بالمرض والاضطرابات النفسية، حيث يلاحظ على الفرد الانفعالات غير السارة والـــشعور بالتهديد وعدم الاستقرار والإحساس بالتوتر والشد وخوف دائم لا مبرر له، مع الخوف من المستقبل والمجهول، وكذلك الاستجابة المسرفة في الخوف للمواقف العادية في الحياة.

*** أعراض الضغط النفسي**

تشمل هذه الأعراض أربعة مظاهر تصيب الفرد المعرض إلى خبرة الضغط النفسي، وهي كمـــا يأتي: -

١- الأعراض الجسدية: والتي تبدو في تعرق اليدين وتوتر العضلات وتسارع دقات القلـــب وتورد الخدين والدوار في الرأس بعض الأحيان.

٢- الأعراض المعرفية: كالمبالغة في تقدير الخطورة، والمبالغة في الخوف من قلة المساعدة المتاحة وهموم وأفكار تتعلق بتوقع الكوارث.

٣- الأعراض السلوكية: وهي المتمثلة بتجنب الظروف التي يمكن أن يحدث فيها القلق، ومغادرة الأماكن التي يبدأ فيها ظهور القلق، ومحاولة القيام بالأعمال بشكل كامل لا خطراً فيها أو محاولة السيطرة على الأحداث لمنع الخطر.

٤- الأعراض الانفعالية: والتي تظهر في العصبية، والنزق، والقلق، والذعر، وهذه الأعراض الجسدية والسلوكية والمعرفية التي يشعر بها الإنسان تعتبر شكلا من أشكال الاستجابات المتعلقة بالقلق والتي تسمى الهجوم أو الفرار أو الجمود ويمكن لهذه الاستجابات أن تكون صحيحة تكيفيا عندما نواجه خطرا ما، إلا أنها قد تكون غير مساعدة عندما تكون مبالغاً فيها وغير متناسبة مع المثير. (إسماعيل، ٢٠١١)

*** التحصيل الدراسي**

يعد التحصيل الدراسي معيارا أساسيا يمكن في ضوئه ومن خلاله تحديد المستوى الأكاديمي للطلاب، والحكم على النتائج كما وكيفا للعملية التربوية بالإضافة إلى ما تحدثه هذه العملية من آثار في تكوين وتشكيل شخصية التلاميذ.

ومما لاشك فيه أن التحصيل الدراسي يجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته، وإمكاناته، فوصوله إلى مستوى تحصيلي مناسب، يبث الثقة في نفسه ويعزز مفهومه عن ذاته، ويبعد عنه القلق والتوتر، مما يقوي صحته النفسية، أما فشله في التحصيل الدراسي، فإنه يؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس والإحساس بالإحباط والنقص، كما يؤدي إلى التوتر والقلق، وهذا من دعائم سوء الصحة النفسية للطالب. (الهابط، ٢٠١٧)

ويرى (عبد المنعم، ٢٠١٨) أن التحصيل الدراسي يساعد على رسم صورة نفسية لقدرات التلاميذ العقلية والمعرفية، فبما أن الاختبارات التحصيلية المدرسية تهدف إلى تحديد المستوى المعرفي للتلميذ بالنسبة لمجموعته الدراسية فإن هذا يعطي للتحصيل الدراسي قيمة تشخيصية وتنبؤية.

ويعد تقويم التحصيل الدراسي للطالب من أبرز أساسيات عمل المؤسسات التعليمية، حيث يتم عن طريقها معرفة فعالية المؤسسات التعليمية بجانبيها الكمي والنوعي، فهو عمل مستمر يستخدمه المدرس لتقدير مدى تحقيق الأهداف التربوية عند الطلبة، فضلاً عن أنه يؤدي دوراً هاماً للتربية باعتباره العملية التي تصدر عنها أحكام تستخدم كأساس للتخطيط وتقدير خصائص المدرسة من حيث النظام والمناهج والطرائق والنتائج. (الداهري، ٢٠١٠)

وقد تناول الكثير من علماء النفس والباحثين موضوع التحصيل الدراسي من وجهات نظر متعددة ومداخل كثيرة، فهناك من عرف التحصيل الدراسي بأنه الحصول على معلومات وصفية تبين مدى ما حصله التلاميذ بطريقة مباشرة من محتوى المادة الدراسية، وذلك من خلال الاختبارات التي يطبقها المعلم على طلابه على مدار العام الدراسي، لقياس مدى استيعاب الطلاب للمعارف

والمفاهيم والمهارات التي لها علاقة بالمادة الدراسية في وقت معين أو في نهاية مدة تعليمية معينة. (العناني، ٢٠١٥)

ويرى أبو حطب وصادق (٢٠٠٠) أن مفهوم التحصيل الدراسي يرتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم التعلم المدرسي، وإن مفهوم التعلم المدرسي أكثر شمولا فهو يشير إلى التغيرات في الأداء تحت ظروف التدريب والممارسة في المدرسة، كما يتمثل في اكتساب المعلومات والمهارات وطرق التفكير وتغيير الاتجاهات والقيم وتعديل أساليب التوافق، ويشمل النواتج المرغوبة وغير المرغوبة، أما التحصيل الدراس ي فهو أكثر اتصالا بالنواتج المرغوبة للتعليم والأهداف التعليمية.

ويعرف (إبراهيم، ٢٠١٥) التحصيل الدراسي بأنه مدى استيعاب الطلبة لما تعلموه من خبرات معرفية أو مهارية في المقررات الدراسية، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في اختبارات آخر العام، كما يرى (عبد المنعم، ٢٠١٨) أن التحصيل الدراسي هو القدرة على الاستدعاء للاستيعاب والمقدر كميا بالدرجات الكلية لجميع المواد المدروسة، ويتضح من خلال الاختبارات المدرسية المقننة أو غير ذلك من الوسائل التقويمية.

*** علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي**

أشار عدد من المنظرين الى العديد من العوامل التي تتوقف عليها العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي والتي يعود بعضها الى الطالب نفسه، أو أسرته أو المعلم، أو المادة الدراسية، أو طريقة التدريس أو ظروف الموقف المدرسي كما تمت الإشارة الى الحالات الانفعالية التي يخبر بها الطلبة تحت تأثير التوتر والضيق في تطبيق الاختبارات الأمر الذي يؤدي بدوره الى الإنجاز السيء، وإن الضغط النفسي ينمو من خلال عمليات التنشئة الاجتماعية في المواقف الأسرية خاصة في السنوات الأولى من حياة الطفل.

وفسر الباحثون هذه العلاقة بين القلق والتحصيل على أساس أن القلق يشكل حالة من التوتر الشامل التي تصيب الفرد وتؤثر في عملياته العقلية كالانتباه والتفكير والتركيز والمحاكمة العقلية والتذكر، والتي تعتبر من متطلبات النجاح في الاختبار، وبالتالي فإن حالة التوتر هذه تؤثر في تحصيل الطالب تأثيراً سلبياً.

أن الضغط النفسي يؤدي إلى استجابات غير مناسبة مثل التوتر والانزعاج والخوف من الفشل، أو الإحساس بعدم الكفاءة وهذا يؤدي بدوره إلى تدني مستوى التحصيل لدى الطلبة.

ثانياً: الدراسات السابقة

تناولت الباحثتان مجموعة من الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الضغط النفسي والتحصيل الدراسي وذلك كما يلي: -

١- دراسة (أبو فودة، ٢٠١١): هدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس الضغط النفسي الذي تكون من (٣٢) فقرة توزعت على أربعة أبعاد هي: البعد الانفعالي، والبعد الجسمي، وبعد التقبل الدراسي، وبعد الثقة بالذات، وتكونت عينة الدراسة من (٣١٧) طالباً وطالبة من طلاب الصف العاشر

الأساسي في لواء وادي السير في مديرية التعليم الخاص في محافظة العاصمة عمان.

وقد أظهرت النتائج أن مستوى الضغط النفسي ومظاهره لدى الطلبة كان بدرجة متوسطة، وقد جاء البعد الانفعالي في المرتبة الأولى، بينما جاء البعد الجسمي في المرتبة الأخيرة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للضغط النفسي تعزى إلى متغير الجنس، بينما أظهرت فروقا ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير التحصيل، لصالح الطلبة من ذوي التحصيل المنخفض.

٢- دراسة (سالم، ٢٠١٦): هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغط النفسي وعلاقته بموضع الضبط والضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية. استخدم البحث المنهج الوصفي التحليلي. وتكونت مجموعة البحث من (٢٩٢) طالبة من طالبات كلية التربية بنات جامعة حائل.

كما تمثلت أدوات البحث في إعداد مقياس سارسونل الضغط النفسي، ومقياس موضع الضبط، كذلك مقياس الضغوط النفسية، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين الضغط النفسي وموضع الضبط الخارجي، كذلك تبين وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والضغوط النفسية.

وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي. وأخيراً عدم وجود تفاعل دال إحصائياً بين مستويات الدرجة الكلية للضغط النفسي ومستويات موضع الضبط الخارجي ومستويات الدرجة الكلية للضغوط النفسية على التحصيل الدراسي.

وقدم البحث مجموعة من المقترحات، وهما: دراسة مقارنة عن مستويات الضغط النفسي لدى الطلبة والطالبات الجامعيين، ودراسة مقارنة عن مستويات موضع الضبط لدى الطلبة والطالبات الجامعيين. ودراسة مقارنة عن مستويات الضغوط النفسية لدى الطلبة والطالبات الجامعيين. وأخيراً دراسة مقارنة عن تأثير موضع الضبط على الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى الطلاب والطالبات الجامعيين.

٣- دراسة (الزهراء، ٢٠١٩): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي – دراسة وصفية – بمدينة مستغانم للسنة الدراسية (٢٠١٥-٢٠١٤)، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) تلميذا وتلميذة، ولتحقيق أهداف الدراسة فقد استخدمت الباحثة مقياس قلق الامتحان للأستاذ الدكتور بشير معمرية، وبعد عرض ومناقشة نتائج الدراسة توصلت الباحثة إلى هناك علاقة عكسية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي، وهناك فرق دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الإناث، وهناك فرق دال إحصائيا في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الذكور.

٤- دراسة (بادي، ٢٠١٨): هدفت هذه الدراسة للتعرف على العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لطلاب

المرحلة الثانوية بمحلية الدبة بالولاية الشمالية–الصف الثالث. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، بلغ حجم عينة الدراسة (٢٠٩) طالب وطالبة، منهم (١٠٧) طالباً و(١٠٢) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة، تمثلت أدوات الدراسة في استمارة معلومات أولية تصميم الباحثة ومقياس قلق الامتحان (ساراسون) واستمارة التحصيل الدراسي، استخدمت الباحثة عدداً من الأساليب الإحصائية تمثلت في معادلة ألفاكرونباخ، معامل ارتباط بيرسون للفقرات، اختبار (ت) للعينتين المستقلتين، اختبار سبيرمان الرتبي، اختبار التباين الأحادي، اختبار توكي، وبعد تحليل البيانات حاسوبياً باستخدام برنامج (SPSS) توصلت الباحثة للنتائج التالية: يتسم قلق الامتحان لدى طلاب المرحلة الثانوية بالولاية الشمالية محلية الدبة الصف الثالث بالانخفاض، كما توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب الصف الثالث تعزى للنوع (ذكور، إناث) وذلك لصالح الإناث، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب الصف الثالث تعزى للتخصص (علمي، أدبي) وتوجد فروق في قلق الامتحان لدى طلاب الصف الثالث تعزى للتحصيل الدراسي، وذلك لصالح تقدير جيد ومقبول، واختتمت الباحثة الدراسة بعدد من التوصيات و المقترحات لأبحاث مستقبلية، ومن التوصيات:-

١- الاهتمام بضرورة وجود الباحث الاجتماعي والمرشد النفسي في كل المدارس بالولاية الشمالية حتى يقف هؤلاء على أي عوائق تقف أمام الطلاب للرفع من المستوى أكثر.

٢- الاهتمام باستمرارية الاختبارات المبوبة الموحدة شهرياً ليخلق روح التنافس بين المدارس.

٥- دراسة (حجة، ٢٠٢١): هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغط النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي لدي طلبة الجامعات السودانية، ولتحقيق ذلك تم استخدام المنهج الوصفي، إذ تم اختيار عينة عشوائية من طلبة الجامعات السودانية بلغ عددها (٥٠٢) طالب وطالبة وقد تم استخدام مقياسي الضغط النفسي وأساليب مواجهه الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي.

وبعد التأكد من صلاحيتهما (حساب الصدق والثبات) تم تطبيقهما على طلبة الجامعات السودانية، وأخضعت البيانات المستخرجة من الدراسة للتحليل الإحصائي اذ استخدمت عدد من المعادلات الإحصائية (اختبار ت وتحليل التباين ومعادلة الانحدار إضافة الى بعض البيانات الوصفية) مستخدمين في ذلك الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) . ومن أهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين الضغط النفسي وأساليب مواجهه الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي لدي طلاب الجامعات السودانية.

من خلال نتائج الدراسة يمكن التنبؤ بالضغط النفسي من خلال أساليب مواجهة الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي لدي طلبة الجامعات السودانية، توجد فروق في

الضغط النفسي تعزي لمستويات أساليب مواجهه الضغوط. المرتبطة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعات السودانية، يميل مستوي انتشار الضغط النفسي لدي طلاب الجامعات السودانية الى مستوى الوسط (٦٨.٧٪).

وأوصي الباحثان بالآتي (تدريب الطلبة على أساليب مواجهة الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي لخفض مستوى الضغط النفسي لديهم وخصوصا الاسترخاء والتخطيط للتغلب على الضغوط، رفع وعي الطلاب بالأضرار النفسية والجسمية الدرجات المرتفعة من الضغط النفسي).

ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة

تمثل الدراسة الحالية امتداداً لتوصيات الدراسات السابقة بضرورة قياس الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الطلبة على اختلاف مراحلهم الدراسية، وتمتاز هذه الدراســـة عن الدراسات السابقة باختلاف البيئة والعينة.

وبناء على اختلاف بيئات الدراسات السابقة وتنوع طبيعة مقاييسها، وظروف التطبيق، وتوقيتها، واختلاف البيئات الاجتماعية والاقتصادية بين عينات تلك الدراسات، فإنه من الممكن القول انه لا يمكن اعتماد نتائج أية دراسة وتعميمها على جميع البيئات، وفي مختلف الأزمنة؛ لذا فإن الدراسة الحالية تعد الدراسة الرائدة في بيئتها التي تناولت العلاقة الارتباطيـــة بـــين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي.

*** منهجية الدراسة**

*** أهداف البحث**

يهدف البحث الى التعرف على: -

١- مظاهر الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

٢- العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس.

*** أسئلة البحث**

تسعى الدراسة الى الإجابة على السؤال التالي: -

١- ما علاقة الضغط النفسي وبين التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس؟

٢- ما مظاهر الضغط النفسي الأكثر انتشار لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس؟

*** وصف حقل البحث (مجتمع البحث)**

يتكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي المرحلة الإعدادية في مدينة القدس خلال العام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤).

*** عينة البحث**

شملت عينة الدراسة على (١٠٣) معلم ومعلمة تم اختيارهم بالطريقة العينة العشوائية البسيطة وقد تم الاعتماد على العينة العشوائية البسيطة لأنها عينة غير احتمالية لا يكون فيها أي تحيز في اختيار العينة العشوائية خلال العام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)، وقد شملت خصائص العينة الديموغرافية للدراسة وفقا لمتغيرات كل من: الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة.

الجنس					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	15	14.6	14.6	14.6
	2.00	88	85.4	85.4	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

المؤهل العلمي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	8	7.8	7.8	7.8
	2.00	57	55.3	55.3	63.1
	3.00	38	36.9	36.9	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

سنوات الخبرة					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	30	29.1	29.1	29.1
	2.00	24	23.3	23.3	52.4
	3.00	49	47.6	47.6	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

*** نوع البحث**

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي الذي يعتمد على دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي وكما هي في الواقع وهو المنهج المناسب، والأفضل لمثل هذه الدراسة وذلك لطريقته الواقعية في التعامل مع مشكلة البحث، نظرا لوجود الباحث في قلب الميدان أو المكان المتعلق بالدراسة، ويعد ذلك المنهج مناسبًا لموضوعات البحث العلمي التي تدور حول الظواهر أو المشكلات الاجتماعية والإنسانية، ومن ثم الحصول على الوصف الكمي الذي يتمثل في سلوك خارجي للظواهر، والوصف الكمي الذي يتمثل في الوصول إلى أرقام تتعلق بالمشكلة أو الظاهرة، أو أرقام لها دلالة في علاقة الظاهرة بالظواهر المحيطة.

*** التحليل الإحصائي**

بعد جمع بيانات الدراسة، سيتم مراجعة الاستبانة وتمهيداً لإدخالها للحاسوب، وقد تم إدخالها للحاسوب بإعطائها أرقاماً معينة، أي بتحويل الإجابات اللفظية إلى رقمية، حيث أعطيت الإجابة موافق بشدة (٥) درجات، موافق (٤) درجات، محايد (٣) درجات، معارض درجتان، وأعطيت الإجابة معارض بشدة درجة واحدة.

وسيتم المعالجة الإحصائية اللازمة للبيانات، باستخراج الأعداد، النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، وذلك باستخدام الحاسوب، باستخدام برنامج الرزم الإحصائية SPSS.

*** صدق وثبات أداة البحث**

تم التحقق من صدق أداة الدراسة من خلال الصدق الظاهري والذي يعرف بأنه مدى ملائمة فقرات الدراسة لتحقيق الأهداف التي تسعى الدراسة الى تحقيقها، وقد تم التحقق من صدق أداة الدراسة بعرضها على الدكتور المشرف على الدراسة وتعديل بعض الفقرات وإعادة صياغتها لتصبح ملائمة لتحقيق أهداف الدراسة.

أما للتحقق من ثبات أداة الدراسة فقد تم التحقق من ثبات إعادة الاختبار من خلال استخدام معامل الثبات كرونباخ الفا حيث كان معامل ثبات () أي مستوى ثبات مرتفع جدًّا، وتوصلت الباحثة لهذا المعامل عن طريق تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على العبارات الـــ(٣٤).

ثبات مصادر الضغط النفسي

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.862	15

ثبات مظاهر التحصيل الدراسي

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.908	19

ثبات الدرجة الكلية

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.935	34

*** سيرورة البحث**

بعد تحديد مشكلة الدراسة والانتهاء من الاستبانة والتأكد من صدقها وقياس ثباتها قامت الباحثة بتوزيع نسخ الاستبانة على عينة الدراسة ويتم جمع الاستبيانات التي أجاب عليها أفراد العينة بشكل الكتروني حيث تم توزيع الاستبانة الكترونيا على عينة الدراسة وبعد ذلك سيتم التأكد من إجراء علمية التوزيع والجمع واطلقت أرقام على الإجابات وإدخالها إلى الحاسوب لتحليل البيانات إحصائياً للتوصل إلى النتائج والخروج بالتوصيات المتعلقة بموضوع البحث.

*** أخلاقيات البحث**

١- الحفاظ على مجهوليّة المشاركين في العينة.

٢- يوجد للمشتركين أي ضرر في تعبئتهم لأداة البحث.

٣- حرية الانسحاب أو الاعتذار عن تعبئة الاستمارة.

٤- الحفاظ على سريّة إجابات أصحاب العينة.

٥- الحصول على موافقة من المبحوثين، قبل جمع المعلومات والبيانات.

*** نتائج البحث**

يتناول هذا الفصل عرضا مفصلا لنتائج البحث من خلال الإجابة على اسئلة البحث للوقوف على مظاهر الضغط النفسي وتأثيرها على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية وذلك كما يلي: -

*** النتائج الاستدلالية**

الإجابة على سؤال الدراسة الأول: ما الضغط النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس؟

للتعرف على الضغط النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس تم إيجاد المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس العنف الأسري وذلك كما هو واضح في الجدول التالي:

مظاهر الضغط النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ض1	103	1.00	5.00	4.3981	.74544
ض5	103	1.00	5.00	4.2816	.67762
ض14	103	1.00	5.00	4.2136	.83608
ض8	103	1.00	5.00	4.1650	.88669
ض6	103	2.00	5.00	4.1262	.77560
ض7	103	2.00	5.00	4.0777	.70973
ض15	103	1.00	5.00	4.0680	.94207
ض4	103	2.00	5.00	4.0680	.84322
ض9	103	2.00	5.00	4.0485	.79679
ض3	103	2.00	5.00	4.0097	.83426
ض2	103	2.00	5.00	4.0000	.68599
ض10	103	1.00	5.00	3.9903	.89108
ض13	103	1.00	5.00	3.9320	.84322
ض12	103	2.00	5.00	3.8932	.81545
ض11	103	2.00	5.00	3.8252	.86803
Valid N (listwise)	103				

*** النتائج الاستدلالية**

الآن سيتم الإجابة على الفرضيّة الدراسة وهي " هنالك علاقة ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq ٠.٠٥$) بين مظاهر الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية"، ولفحص بأن هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي وبالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، تم احتساب معامل ارتباط بيرسون لمتغيرات البحث (انظر جدول التالي).

Correlations			
		الضغط	التحصيل
الضغط	Pearson Correlation	1	.764**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	103	103
التحصيل	Pearson Correlation	.764**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	103	103
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

يظهر الجدول أعلاه وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية الضغط النفسي وبين التحصيل الدراسي ($0...>p\ r=0.764$). أي أن هناك تأثير واضح للضغط النفسي على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية مما يدعم الفرضية.

*** تحليل ومناقشة**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدينة القدس ولهذا الغرض فقد استخدمت الباحثة استبانة تكونت من (٣٤) فقرة، وتوصلت الباحثة إلى العديد من النتائج الهامة والتي يمكن إبرازها فيما يلي: –

بينت نتائج الدراسة أن مستوى الضغط النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدين القدس كان مرتفع حيث بلغ المتوسط الحسابي (٤.١٤).

وتفسر هذه النتيجة بأن الطلبة ما يزالون يشعرون بمستوى مرتفع من الضغط النفسي مما يدل على وجود الخوف من الاختبارات لديهم، وهذا الشعور طبيعي لدى الطلبة لما للامتحان من رهبة وخوف، حيث أن القلق يتسلل إلى جميع الطلبة مهما كانت أعمارهم أو أجناسهم، ويعود هذا الشعور إلى طبيعة الاختبار بشكل عام وما يترتب عليه من نتائج في مستقبل الطالب وهذا يعطيه مكانة وهيبة في نفوس الطلبة.

ومن الممكن تفسير النتيجة المرتفعة لقلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الإعدادية إلى طبيعة المرحلة التي يمر بها الطلاب وأهميتها حيث أن هذه المرحلة تمثل نهاية المرحلة الدراسية الإعدادية وبداية الطريق لتحديد مصير الطلاب إلى مختلف التخصصات والفروع التعليمية كما أن طبيعة التخصص الذي سيدرسه الطالب يحدده تحصيله الأكاديمي وتتم عملية تقويم تحصيل الطلاب من خلال الاختبارات المدرسية وهذا ما يعطي للامتحان رهبة لدى الطلاب مما يؤدي إلى شعور الطلاب وإحساسهم بالقلق من الاختبارات، وظهور مشاعر القلق عليهم سواء انفعاليا أو جسديا أو تحدى مدى تقبلهم للامتحانات العامة.

هناك علاقة ارتباط إيجابية بين مستوى الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٢٣) وهذا يؤكد على وجود علاقة ارتباط إيجابية قوية.

وقد تفسر هذه النتيجة إلى أن القلق يشكل حالة من التوتر الشامل الذي يصيب الفرد ويؤثر في العمليات العقلية كالانتباه والتركيز والمحاكمة العقلية والتذكر التي تعتبر من متطلبات النجاح في الاختبار، وبالتالي فإن حالة التوتر هذه تؤثر في تحصيل الطالب تأثيرا سلبيا، حيث يرى (القمش والمعايطة، ٢٠١٧) أن قلق الاختبار يؤدي إلى استجابة غير مناسبة مثل التوتر والانزعاج والخوف من الفشل، أو الإحساس بعد الكفاءة وهذا يؤدي بدوره إلى تدني التحصيل لدى الطلاب.

كما تفسر العلاقة السلبية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي إلى أن الطلاب ذوي التحصيل المنخفض عادة ما يدخلون الاختبار غير مستعدين، ولديهم خوف من الاختبار أكثر من غيرهم مما يجعلهم قلقين بدرجة أكبر من الطلبة الأعلى تحصيلا الذين يدخلون الاختبار وهم مستعدون له.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية في متغير التحصيل مع نتائج دراسة (الزهراء، ٢٠١٩)، ودراسة (سالم، ٢٠١٦)، ودراسة (حجة، ٢٠٢١)، ودراسة (بادي، ٢٠١٨) التي أظهرت وجود فروق تعزى إلى متغير التحصيل الدراسي في مستوى الضغط النفسي.

*** تلخيص للفصل**

تبين من خلال نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية قوية بين مستوى الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية وبالتالي فإن من نتائج الدراسة تظهر أن مستوى الضغط النفسي أثر بشكل مباشر وطردي على التحصيل الدراسي.

*** التوصيات**

تناولت الدراسة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي حيث أن هناك علاقة ارتباط قوية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي وبناء على هذه النتائج أوصت الدراسة بما يلي: -

١- توعية الأولياء والمعلمين والمختصين التربويين بضرورة الاهتمام بموضوع الضغط النفسي لدى الطلاب لأنها أحد العوامل الهامة التي تؤثر سلبا على النجاح الدراسي.

٢- ضرورة تظافر الجهود المدرسية من معلمين ومرشدين ومدراء المدارس في التعامل مع المشكلات المدرسية التي يعاني منها الطلاب.

٣- توعية أولياء الأمور بأهمية متابعة أبنائهم دراسيا، وتوفير المناخ الأسري الهادئ المناسب للأبناء لتحفيزهم على التعلم وإبعادهم عن رفقاء السوء.

٤- العمل على توثيق الصلة بين المدرسة والبيت حتى يتسنى لأولياء الأمور الالتقاء بالأساتذة والتعرف على أحوال أبنائهم ومستوياتهم التعليمية.

٥- تفعيل دور الاخصائية الاجتماعية في التكفل بالمشكلات الدراسية لدى الطلاب وتحفيزهم على التعلم.

*** اقتراحات الدراسة**

١- إجراء المزيد من الدراسات لدراسة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينات أخرى وصفوف دراسية أخرى.

٢- إجراء دراسة العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

*** المراجع**

أبو صايمة، عايدة، (٢٠١٦)، الضغط والقلق والتحصيل الدراسي، المركز العربي للخدمات الطلابية، عمان.

أبو فودة، حنان، (٢٠١١)، العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية.

حبيب، مجدي، (٢٠١٩)، القلق العام والخاص: دراسة عاملية لاختبارات القلق، بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس

في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

حجة، عبد الرحمن، (٢٠٢١)، الضغط النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط المرتبطة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعات السودانية، مجلة كلية التربية، ع١٠١.

الداهري، صالح، (٢٠١٠)، علم النفس العام، دار الكندي للنشر والتوزيع، إربد.

الزهراء، فاطمة، (٢٠١٩)، الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسة: دراسة وصفية لطلاب السنة الأولى ثانوي بولاية مستغانم، مجلة التنمية البشرية، م٦، ع٤.

زهران، حامد، (٢٠١٥)، الصحة والعلاج النفسي، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة.

الزواهرة، محمد، (٢٠١٦)، العلاقة بين العجز المتعلم وقلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة الصف التاسع في مديرية التربية والتعليم لقصبة المفرق، رسالة ماجستير غير المنشورة، جامعة اليرموك.

سالم، هبة الله، (٢٠١٦)، الضغط النفسي وعلاقته بموضع الضبط والضغوط النفسية والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية، م٢٤، ع٣.

شعيب، علي، (٢٠١٠)، قلق الاختبار وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بطلاب وطالبات الثانوية العامة بمكة المكرمة، مجلة الدراسات التربوية، رابطة التربية الحديثة، القاهرة.

صالح، عبد الرحمن، (٢٠١٤)، الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي والجنس والعمر لدى طلبة المدارس الثانوية في محافظة الزرقاء، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية.

الطيب، محمد، (٢٠١٧)، المدرسة وتعليم التفكير، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.

عبد الخالق، أحمد، (٢٠١٩)، الدافع للإنجاز وعلاقته بالقلق والانبساط، مجلة الدراسات النفسية، ع٢٣.

عبد الغفار، محمد، (٢٠١٤)، الضغط النفسي وعلاقته بكل من الذكاء والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية دراسة مقارنة، المجلة العلمية للنشر والتوزيع، م١٠، ع٣.

عبد المنعم، عفاف، (٢٠١٨)، تأكيد الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس.

عثمان، فاروق، (٢٠٢٠)، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة.

العناني، حنان، (٢٠١٥)، الصحة النفسية للطلاب في المرحلة الإعدادية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.

فرج، صفوت، (٢٠١٦)، القياس النفسي، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

فرح، عدنان، (٢٠١٣)، قلق الاختبار والأفكار العقلانية واللاعقلانية، مجلة علم النفس والتربية، م٤، ع٢٦.

القرعان، عبد الجليل، (٢٠١٦)، قلق الاختبار ومفهوم الذات وعلاقتها بتحصيل طلبة الصف الثاني الثانوي العلمي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك.

القمش، مصطفى والمعايطة، خليل، (٢٠١٧)، الاضطرابات السلوكية والانفعالية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.

مصطفى، رضوان، (٢٠١٤)، الاضطرابات النفسية في علم النفس العام، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.

نصر الله، عمر، (٢٠١٨)، تدني مستوى التحصيل والإنجاز المدرسي: أسبابه وعلاجه، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.

الهابط، محمد، (٢٠١٧)، التكيف الاجتماعي للطلاب في المدرسة، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.

الوحش، عبد العزيز، (٢٠١٧)، الضغط النفسي وأثره على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في الجمهورية اليمنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صنعاء.

يعقوب، إبراهيم، (٢٠١٥)، علاقة أبعاد مفهوم الذات بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك.