

التوافق الدراسي وعلاقته بالقلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الإعدادية

Academic Adjustment and Its Relationship to Exam Anxiety Among Secondary School Students

الباحثة : ميلاد جميل طاهر الحسيني

myladjmyl69@gmail.com

Milad Jamil Taher Al- Hussein

المستخلص

يهدف هذا البحث إلى التعرف على درجة التوافق الدراسي وعلاقته بالقلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الإعدادية. اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي بوصفه الأنسب لطبيعة البحث وأهدافه. تكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالب وطالبة من المرحلة الإعدادية، وقد استُخدمت أداتان مقننتان لقياس متغيري التوافق الدراسي والقلق الامتحاني. أظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بدرجة مرتفعة من التوافق الدراسي، وأنهم لا يتصفون بالقلق الامتحاني بشكل ملحوظ. كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني، مما يشير إلى أن زيادة التوافق الدراسي تسهم في خفض مستويات القلق الامتحاني لدى الطلبة. وقد خلص البحث إلى عدد من الاستنتاجات والتوصيات التي تؤكد أهمية دعم التوافق الدراسي بوصفه عاملاً وقائياً يسهم في تحسين الصحة النفسية والتحصيل الأكاديمي للطلبة.

الكلمات المفتاحية: التوافق الدراسي، القلق الامتحاني، طلبة المرحلة الإعدادية، المنهج الوصفي الارتباطي.

Abstract: This research aims to identify the degree of academic adjustment and its relationship to exam anxiety among secondary school students. The researcher adopted the correlational descriptive method as the most appropriate for the nature and objectives of the research. The research sample consisted of 200 male and female secondary school students. Two standardized tools were used to measure the variables of academic adjustment and exam anxiety. The results showed that students enjoy a high degree of academic adjustment and do not exhibit significant exam anxiety. The results also indicated a strong inverse correlational relationship between academic adjustment and exam anxiety, suggesting that increased academic adjustment contributes to lowering exam anxiety levels among students. The research concluded with a number of findings and recommendations emphasizing the importance of supporting academic adjustment as a protective factor that contributes to improving students' mental health and academic achievement.

Keywords: Academic Adjustment, Exam Anxiety, Secondary School Students, Correlational Descriptive Method.

الفصل الاول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث

يُعد التوافق الدراسي من العوامل النفسية المهمة التي تؤثر على تحصيل الطالب وأدائه الأكاديمي، ويشير إلى قدرة الطالب على التكيف مع متطلبات المدرسة، وتنظيم سلوكه الدراسي، وإدارة علاقاته مع المعلمين والزملاء (الهاشمي، ٢٠١٦: ٨٧). وعندما يواجه الطالب صعوبات في التوافق الدراسي، يمكن أن تظهر عليه أعراض القلق الامتحاني، والذي يعرف بأنه الخوف أو التوتر النفسي الذي يصاحب عملية التقييم الأكاديمي ويؤثر على الأداء (السيد، ٢٠١٨: ٨٧).

تشير الدراسات إلى أن هناك علاقة عكسية بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني؛ فكلما زاد التوافق الدراسي، قل القلق المرتبط بالامتحانات، والعكس صحيح (عبد الله، ٢٠١٧: ٨٠). وفي محافظة البصرة، يلاحظ أن بعض طلبة المرحلة الإعدادية يعانون من ضعف التكيف المدرسي والتوتر أثناء الامتحانات، مما يستدعي دراسة العلاقة بين هذين المتغيرين لتقديم تدخلات تربوية ونفسية مناسبة لتحسين أداء الطلاب وتقليل القلق النفسي لديهم.

وبناءً على ما سبق، تتجلى مشكلة البحث في تحديد طبيعة العلاقة بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة البصرة، وهو ما يسعى هذا البحث للكشف عنه علمياً.

اهمية البحث

تكمن أهمية هذا البحث في النقاط التالية:

١. أهمية تربوية: يساعد البحث المدرسين والإدارات المدرسية على فهم العلاقة بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مما يمكنهم من تصميم استراتيجيات تعليمية ودعم نفسي لتعزيز التكيف المدرسي وتقليل القلق أثناء الامتحانات.

٢. أهمية نفسية: يسلط البحث الضوء على الأبعاد النفسية للقلق الامتحاني وتأثيره على التوافق الدراسي، ويساهم في تقديم تدخلات وقائية وإرشادية للحد من المشكلات النفسية المرتبطة بالامتحانات

٣. أهمية علمية: يضيف البحث معرفة جديدة حول العلاقة بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني في سياق الطلبة العراقيين، وخاصة في محافظة البصرة، ويملاً فجوة البحث في الدراسات المحلية التي غالباً ما تركز على السياقات الأخرى .

٤. أهمية عملية: يمكن أن تساعد نتائج البحث أولياء الأمور في فهم التحديات التي يواجهها أبنائهم في المدرسة، وتعزيز الدعم الأسري لتحسين التوافق الدراسي وتقليل القلق النفسي.

اهداف البحث

يسعى البحث الحالي الى التعرف على :

١. درجة التوافق الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة
٢. درجة القلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة
٣. العلاقة ذات الدلالة الاحصائية بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالحدود التالية:

١. الحد المكاني: المدارس الاعدادية في محافظة البصرة
٢. الحد الزمني: العام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.
٣. الحد البشري: طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة.

تحديد المصطلحات

أولاً: التوافق الدراسي: عرفه كل من :

- روجرز (١٩٦١) قدرة الفرد على التكيف مع بيئته المدرسية والاجتماعية بما يحقق له التوازن النفسي والرضا الداخلي(روجرز, ١٩٦١: ٤٣).
- عبد الله (٢٠١٠) مدى قدرة الطالب على أداء متطلبات الدراسة والتفاعل الإيجابي مع معلميه وزملائه بطريقة تُمكنه من النجاح والتحصيل(عبد الله, ٢٠١٠: ٤٣).
- الهاشمي (٢٠١٦) عملية ديناميكية مستمرة يسعى من خلالها الطالب إلى المواءمة بين قدراته الفردية ومتطلبات المدرسة بما ينعكس على تحصيله وعلاقاته.
- التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف روجرز ١٩٦١ تعريفاً نظرياً
- التعريف الإجرائي: يُقاس التوافق الدراسي من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التوافق الدراسي (حمزة, ٢٠١٥).

ثانياً: القلق الامتحاني

عرفه كل من :

- سبيلبرغر (١٩٨٠) استجابة انفعالية تتسم بمشاعر توتر وعدم ارتياح نتيجة إدراك الطالب لموقف الامتحان باعتباره مهدداً لذاته. (سبيلبرغر, ١٩٨٠: ٣٣)
- العوضي (٢٠٠٥) حالة وجدانية سلبية تصاحبها أعراض نفسية وجسمية تظهر عند استعداد الطالب أو خوضه للامتحان(العوضي, ٢٠٠٥: ١٢).
- السيد (٢٠١٨) أن القلق الامتحاني هو: حالة من الخوف والتوجس المبالغ فيه من نتائج الامتحان، مما يؤدي إلى ضعف التركيز وانخفاض مستوى الأداء الدراسي(السيد, ٢٠١٨: ٤٤).
- التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف سبيلبرغر (١٩٨٠) تعريفاً نظرياً
- التعريف الإجرائي: يُقاس القلق الامتحاني وفق الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس القلق الامتحاني المستخدم(كريم, ٢٠١٢)

الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة

اولا: اطار نظري

المحور الاول: التوافق الدراسي

اولا:النظرية السلوكية

١. المدخل العام للنظرية: ترى النظرية السلوكية أن التوافق الدراسي هو حصيلة عمليات التعلم، خاصةً من خلال الارتباطات الشرطية والتعزيز. فالسلوك المقبول دراسياً (كالانتباه والمثابرة) يمكن اكتسابه وتقويته بالتكرار والمكافأة، بينما السلوك غير المرغوب (كالإهمال أو الغياب) يمكن إضعافه أو إلغاؤه من خلال العقاب أو الإطفاء. (سكنر، ١٩٨٠: ٨٧)

٢. أهمية التعزيز: تؤكد النظرية أن التعزيز هو الآلية الأساسية التي تحدد توافق الطالب مع البيئة الدراسية، فكلما تلقى الطالب تعزيزاً إيجابياً على سلوكياته الدراسية، زاد استمراره فيها، مما يرفع من مستوى توافقه مع متطلبات المدرسة. (ثروت، ٢٠٠١: ٣٣)

٣. التوافق الدراسي كسلوك قابل للتعلم: تُعرّف النظرية السلوكية التوافق الدراسي بأنه سلوك مكتسب وليس فطرياً، أي يمكن للطالب تعلم مهاراته مثل تنظيم الوقت، الالتزام بالواجبات، والمشاركة الصفية عبر برامج تعديل السلوك (حامد، ١٩٩٨: ٤٥).

٤. دور البيئة المدرسية: تعتبر البيئة الصفية عاملاً أساسياً في التوافق الدراسي، إذ تمثل المنبع الأول للمثيرات السلوكية. فالصف المنظم الذي يقوم فيه المعلم بالتعزيز المستمر يهيئ بيئة تساعد الطالب على التوافق والنجاح. (الشرقاوي، ٢٠٠٤: ٥٤)

٥. الانتقادات: رغم إسهامها الكبير، انتُقدت النظرية السلوكية لأنها تركز على السلوك الظاهر وتتجاهل العوامل الداخلية (المعرفية والانفعالية) التي تسهم في التوافق الدراسي (زهران، ٢٠٠٥: ٥٥).

ثانياً: النظرية المعرفية

١. المدخل العام للنظرية: ترى النظرية المعرفية أن التوافق الدراسي عملية عقلية معرفية، ترتبط بإدراك الطالب لذاته وبيئته المدرسية، وكيفية تفسيره للخبرات الدراسية. أي أن الطالب ينجح في التوافق كلما تمكن من فهم متطلبات الموقف الدراسي وتفسيره بشكل واقعي. (بياجيه، ١٩٧٠، ص ١١٥).

٢. دور العمليات المعرفية: تركز النظرية على العمليات العقلية الداخلية مثل الانتباه، الإدراك، التذكر، وحل المشكلات، باعتبارها عوامل أساسية في قدرة الطالب على التكيف مع المواقف الدراسية. (برونر، ١٩٧٣، ص ٨٩).

٣. بناء المخططات المعرفية (Schemas): التوافق الدراسي يحدث عندما يستطيع الطالب بناء مخططات معرفية تساعده على فهم المواد الدراسية الجديدة وربطها بخبراته السابقة. (أوزيل، ١٩٨٠، ص ٦٦).

٤. الطالب كفاعل نشط: ترى النظرية المعرفية أن الطالب ليس مستقبلاً سلبياً للمعرفة، بل فاعل نشط يقوم بتنظيم المعلومات وتفسيرها وفق بنيته المعرفية، وهذا ما يحدد نجاحه في التوافق الدراسي (نعيم، ٢٠٠٢، ص ١٣٤).

٥. انتقادات: انتقدت هذه النظرية لأنها تركز كثيراً على العمليات العقلية وتتجاهل العوامل الانفعالية والاجتماعية التي قد تؤثر في توافق الطالب الدراسي. (زهران، ٢٠٠٥، ص ٢١١).

ثالثاً: النظرية التحليلية

١. المدخل العام للنظرية: يرى فرويد أن التوافق الدراسي يتأثر بالصراع بين مكونات الشخصية الثلاثة: الهو، الأنا، والأنا الأعلى. التوازن بين هذه المكونات يحدد قدرة الطالب على التكيف مع متطلبات المدرسة والتعامل مع الضغوط الدراسية (Freud, 1923, p. 15).

٢. الدوافع والصراعات الداخلية: يرى فرويد أن الصراع الداخلي بين الرغبات الغريزية والمثل العليا يؤدي إلى ظهور مشاعر القلق والخوف من الفشل، مما ينعكس على الأداء الدراسي والتوافق مع البيئة التعليمية. ((Freud, A., 1936, p. 47)).

٣. آليات الدفاع النفسي: يستخدم الطلاب آليات الدفاع مثل الكبت، الإسقاط، أو التبرير للتعامل مع التوتر والقلق الناتج عن المواقف الدراسية الصعبة، وهذه الآليات قد تساعدهم مؤقتًا، لكنها إذا زادت تؤثر سلبًا على التوافق الدراسي (Vaillant, 1992, p. 57)

٤. أهمية الخبرات الطفولية: تشير النظرية إلى أن التجارب المبكرة مع الأسرة والمعلمين تؤثر على قدرة الطالب على التكيف في المدرسة، فالطفل الذي ينشأ في بيئة داعمة أكثر قدرة على مواجهة التحديات الدراسية وتحقيق التوافق. (Blos, 1962, p. 18)

٥. انتقادات النظرية: تم انتقاد النظرية لتركزها على العمليات اللاواعية وإهمالها للعوامل المعرفية والاجتماعية التي تلعب دورًا مهمًا في التوافق الدراسي لدى الطلاب. (Burger, 2019, p. 21)

النظرية المتبناة: النظرية المعرفية (Cognitive Theory)

مبررات اختيار النظرية:

١. ان التوافق الدراسي يعتمد على قدرة الطالب على فهم متطلبات الموقف الدراسي ومعالجة المعلومات بشكل فعال، وهو ما تركز عليه النظرية المعرفية.
٢. توفر النظرية إطارًا لفهم كيف تؤثر العمليات العقلية (مثل الانتباه، الإدراك، الذاكرة، وحل المشكلات) على التكيف مع البيئة التعليمية.
٣. تمكن الباحث من تصميم أداة قياس التوافق الدراسي عبر أسئلة تقيّم مهارات التفكير، التخطيط، وحل المشكلات لدى الطلاب.

المحور الثاني: القلق الامتحاني

أولاً: النظرية السلوكية

١. المدخل العام للنظرية: تفسر النظرية السلوكية القلق الامتحاني على أنه سلوك مكتسب يتشكل من خلال التفاعل مع البيئة التعليمية، سواء عبر التعزيز الإيجابي أو السلبي. فالأحداث السابقة المرتبطة بالامتحانات (نجاح أو فشل) تؤثر على مستوى القلق لدى الطالب في المواقف الامتحانية. (سعد، ٢٠٠٥، ص ٤٢).

٢. أهمية التعزيز: تشير النظرية إلى أن التعزيز الإيجابي مثل التشجيع أو الحصول على درجات جيدة يقلل من القلق، بينما يؤدي التعزيز السلبي أو العقاب المستمر إلى زيادة مستويات القلق الامتحاني.(المرزوقي، ٢٠٠٨، ص ٧٧).

٣. القلق الامتحاني كسلوك قابل للتعليم: وفقاً لهذه النظرية، يمكن تعديل القلق الامتحاني من خلال برامج تعديل السلوك، مثل تدريبات الاسترخاء، وإعادة التعلم السلوكي، وتمارين مواجهة الامتحان، مما يساهم في تحسين التكيف الدراسي.(حسن، ٢٠١٠، ص ١٠١).

٤. دور البيئة المدرسية: تلعب البيئة المدرسية دوراً رئيسياً في تشكيل القلق الامتحاني، فالتفاعل مع المعلمين والزملاء والضغط الناتج عن الامتحانات المستمرة يمكن أن يزيد أو يقلل القلق حسب طبيعة التعزيز المقدم للطالب. (الزهراني، ٢٠١٢، ص ٦٦).

٥. انتقادات النظرية: رغم إسهامها الكبير في فهم القلق الامتحاني، فقد وُجّهت انتقادات للنظرية السلوكية لأنها تركز فقط على السلوك الظاهر وتتجاهل العوامل الداخلية مثل التفكير والمشاعر الذاتية للطالب.(عبد الله، ٢٠١٥، ص ٨٩).

ثانياً: النظرية الإنسانية

١. المدخل العام للنظرية: تؤكد النظرية الإنسانية أن القلق الامتحاني يرتبط بعدم تحقيق الطالب لاحتياجاته الأساسية، مثل احترام الذات وتحقيق الذات. فالطالب الذي يشعر بعدم كفاءته أو ضعف قدراته يكون أكثر عرضة للقلق أثناء الامتحانات.(العنزي، ٢٠١٤، ص ٥٣).

٢. أهمية احترام الذات: ترى النظرية أن تقدير الذات يلعب دوراً مهماً في التكيف مع المواقف الامتحانية؛ فالطالب الواثق بقدراته يواجه الامتحانات بشكل أكثر هدوءاً وفاعلية مقارنة بالطالب الذي يعاني من ضعف الثقة بالنفس.(الحمادي، ٢٠١٦، ص ٧٧).

٣. تحقيق الذات والتكيف الدراسي: يشير المنظور الإنساني إلى أن الطلاب الذين يسعون لتحقيق إمكاناتهم ويشعرون بالقدرة على التحكم في تعلمهم يكون لديهم مستوى أقل من القلق الامتحاني وأكثر توافقاً مع البيئة التعليمية.(السعدي، ٢٠١٧، ص ١١٢).

٤. دور الدعم النفسي: تؤكد النظرية على أهمية الدعم الاجتماعي والنفسي من المعلمين والأهل، حيث يساهم هذا الدعم في تقليل القلق الامتحاني وتعزيز شعور الطالب بالكفاءة الذاتية والتحكم في المواقف الدراسية. (الخطيب، ٢٠١٨، ص ٦٥).

٥. انتقادات النظرية: رغم مساهمتها في فهم القلق الامتحاني من منظور الذات والدافعية الداخلية، فقد انتقدت النظرية الإنسانية لعدم تناولها بشكل كافٍ العوامل البيئية والموضوعية التي قد تزيد من القلق مثل الضغط الأكاديمي أو حجم المنهج الدراسي. (النجار، ٢٠١٩، ص ٨٨).

ثالثاً: النظرية المعرفية

١. المدخل العام للنظرية: تفسر النظرية المعرفية القلق الامتحاني باعتباره ناتجاً عن الأفكار السلبية والمعتقدات غير الواقعية التي يحملها الطالب تجاه الامتحانات، مثل توقع الفشل أو المبالغة في تقدير صعوبة الاختبار. (الخليل، ٢٠١٥، ص ٤٥).

٢. أهمية العمليات العقلية: تركز النظرية على دور العمليات المعرفية الداخلية مثل التركيز، الانتباه، وحل المشكلات في ظهور القلق الامتحاني، حيث يؤدي ضعف هذه العمليات إلى زيادة شعور الطالب بالتوتر والعجز أثناء الامتحان. (المهدي، ٢٠١٦، ص ٧٩).

٣. إعادة الهيكلة المعرفية: تشير النظرية إلى أن تعديل الأفكار السلبية عبر استراتيجيات مثل إعادة تقييم المواقف أو التدريب على التفكير الواقعي يمكن أن يقلل من القلق الامتحاني ويزيد من التوافق الدراسي. (الفتاح، ٢٠١٧، ص ١٠٢).

٤. توقعات النجاح والفشل: يؤكد المنظور المعرفي أن الطالب الذي يعتقد أنه قادر على التحكم في تعلمه وتحقيق أهدافه يكون أقل عرضة للقلق، في حين أن توقعاته السلبية تؤدي إلى زيادة مستويات التوتر والارتباك أثناء الاختبار (العبيدي، ٢٠١٨، ص ٦٦).

٥. انتقادات النظرية: رغم فعالية النظرية في تفسير القلق الامتحاني من خلال التفكير والتحليل المعرفي، إلا أنها وُجّهت لها انتقادات لعدم الاهتمام الكافي بالعوامل الانفعالية والاجتماعية المحيطة بالطالب والتي تؤثر في مستوى القلق. (الهاشمي، ٢٠١٩، ص ٩١).

النظرية المتبناة: النظرية السلوكية (Behavioral Theory)

مبررات اختيار النظرية:

١. ان القلق الامتحاني يظهر كرد فعل سلوكي مكتسب نتيجة التجارب السابقة مع الاختبارات، ما يتوافق مع أساس النظرية السلوكية.
٢. توفر النظرية استراتيجيات عملية للتدخل مثل برامج تعديل السلوك، التعزيز الإيجابي، وتقنيات الاسترخاء لتقليل القلق لدى الطلاب.
٣. يسهل ربط النظرية بالقياس الكمي للقلق الامتحاني من خلال الاستبيانات والمقاييس السلوكية التي تركز على السلوكيات الملاحظة للقلق أثناء الاختبارات.

ثانيا: الدراسات السابقة

اولا: الدراسات السابقة المتعلقة بالتوافق الدراسي

١. دراسة الطائي (٢٠١٨) "التوافق الدراسي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في بغداد". هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق الدراسي وتأثيره على الأداء الأكاديمي، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية معنوية بين التوافق الدراسي والتحصيل الدراسي، حيث أن الطلاب الذين يتمتعون بتوافق جيد يظهرون أداء أفضل في الاختبارات.
٢. دراسة الفراتي (٢٠٢٠) "دور التوافق الدراسي في تحسين مهارات الطلاب الاجتماعية والأكاديمية". ركزت الدراسة على علاقة التوافق الدراسي بالاندماج الاجتماعي والمشاركة الصفية، وأكدت النتائج أن التوافق الدراسي العالي يعزز التفاعل الإيجابي مع المعلمين والزملاء، ويقلل من المشكلات السلوكية داخل المدرسة.

ثانيا: الدراسات السابقة المتعلقة بالقلق الامتحاني

١. دراسة عبد الله (٢٠١٧) "القلق الامتحاني وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في البصرة". هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق الامتحاني وتأثيره على تحصيل الطلاب، وأظهرت النتائج أن مستويات القلق المرتفعة ترتبط بانخفاض التحصيل الأكاديمي، وأن الطلاب الذين يستخدمون استراتيجيات مواجهة فعالة يظهرون مستويات قلق أقل.

٢. دراسة الزهراني (٢٠١٩) "فاعلية البرامج السلوكية في تقليل القلق الامتحاني لدى طلاب المدارس الإعدادية". هدفت الدراسة إلى قياس تأثير برامج تعديل السلوك على القلق الامتحاني، وأكدت النتائج فعالية هذه البرامج في خفض مستوى القلق وزيادة الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي.

الفصل الثالث : منهجية البحث اجراءاته

مقدمة : سنتطرق من خلال الفصل الحالي الى بيان الاجراءات البحثية التي قام بها الباحث كتحديد منهج ومجتمع وعينة البحث الحالي فضلا عن اجراءات اعداد مقياسي البحث وخصائصهما السايكومترية والوسائل الاحصائية المستخدمة .

أولاً: منهجية البحث

وجد الباحث ان افضل منهج من الممكن استخدامه في الدراسة الحالية هو المنهج الوصفي الارتباطي كونه مناسب للاجراءات والاهداف التي نسعى الى الوصول اليها .

ثانياً: مجتمع البحث

تكون مجتمع الدراسة الحالية من الطلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

ثالثاً: عينة البحث

اختار الباحث عينة عشوائية من طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة، وقد تكونت هذه العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم وفقاً لمتغير الجنس وكما يلي

جدول (١) المتغيرات الديمغرافية حسب الجنس :

المتغيرات	N	%
الجنس		
ذكر	١٠٠	٥٠%
انثى	١٠٠	٥٠%
المجموع	٢٠٠	١٠٠%

رابعاً: اداتا البحث

اولاً: التوافق الدراسي: من اجل تحقيق اهداف الدراسة الحالية فقد قام الباحث بتبني مقياس التوافق الدراسي (حمزة, ٢٠١٥) ويتكون المقياس من (٣٦) فقرة بتدرج خماسي (دائماً, غالباً, احياناً, نادراً, ابداً)

الخصائص السايكومترية

اولاً: الصدق

من اجل التحقق من صدق الفقرات بصيغتها الاولى, فقد عرض المقياس مع التعريف النظري على عينة من الخبراء والمحكمين من اجل تحكيم الفقرات والحكم على مدى صلاحيتها بشكلها الاول, وقد اعتمد الباحث على معيار الحد الادنى من نسبة الاتفاق (٨٠٪) كمعيار لقبول الفقرة, وبناء على هذا المعيار فقد عدت جميع الفقرات صالحة لقياس ما وضعت من اجل قياسه .

ثانياً: الثبات

تم تطبيق مقياس التوافق الدراسي على عينة الثبات البالغة (٢٠) طالب وطالبة وبعد مرور اكثر من ثلاث اسابيع على التطبيق الاول اعيد التطبيق على نفس العينة وتحت نفس الظروف وقد استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) بين مرتي التطبيق وقد وجد ان قيمة الثبات بلغت (٠.٨٦). وهو معامل ثبات عالي

ثانياً: القلق الامتحاني

من اجل تحقيق اهداف الدراسة الحالية فقد قام الباحث بتبني مقياس القلق الامتحاني (كريم, ٢٠١٢) ويتكون المقياس من (٣٦) فقرة بتدرج خماسي (دائماً, غالباً, احياناً, نادراً, ابداً)

الخصائص السايكومترية

اولاً: الصدق

من اجل التحقق من صدق الفقرات بصيغتها الاولى, فقد عرض المقياس مع التعريف النظري على عينة من الخبراء والمحكمين من اجل تحكيم الفقرات والحكم على مدى صلاحيتها بشكلها الاول, وقد اعتمد الباحث

على معيار الحد الأدنى من نسبة الاتفاق (٨٠٪) كمعيار لقبول الفقرة ,وبناء على هذا المعيار فقد عدت جميع الفقرات صالحة لقياس ما وضعت من اجل قياسه .

ثانياً: الثبات

تم تطبيق مقياس القلق الامتحاني على عينة الثبات البالغة (٢٠) طالب وطالبة وبعد مرور اكثر من ثلاث اسابيع على التطبيق الاول اعيد التطبيق على نفس العينة وتحت نفس الظروف وقد استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) بين مرتي التطبيق وقد وجد ان قيمة الثبات بلغت (٠.٨١).وهو معامل ثبات عالي.

الوسائل الاحصائية

استعمل الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة وفقا لبرنامج (Spss) :

٥. النسبة المئوية
٦. الاختبار التائي لعينة واحدة
٧. معامل ارتباط بيرسون .

الفصل الرابع

نتائج البحث ومناقشتها والاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

في الفصل الحالي سنتطرق الى النتائج التي نتوصل اليها في الدراسة الحالية والاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

اولاً: نتائج البحث

الهدف الاول : درجة التوافق الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة

لقد بينت النتائج ان المتوسط الحسابي لعينة البحث هي (١٣٧.٣٠٠) بانحراف معياري قدرة (٩.٤٥٩) وعند مقارنة هذا الوسط بالوسط الفرضي للبحث (١٠٨) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ,وجد ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (١٠.٦٣٥) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة

(٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩) مما يؤثر على ان طلبة المرحلة الاعدادية يمتلكون درجة مرتفعة من التوافق الدراسي. والجدول (٢) يوضح ذلك

الجدول (٢)

الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على الفرق بين متوسط العينة والمجتمع لمقياس التوافق الدراسي

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدالة (٠,٠٥)
٢٠٠	١٣٧.٣٠٠	٩.٤٥٩	١٠٨	١٠.٦٣٥	١.٩٦	دالة

ثانيا: درجة القلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة

لقد بينت النتائج ان المتوسط الحسابي لعينة البحث هي (٩٠.٨٠٠) بانحراف معياري قدرة (٦.٩٥١) وعند مقارنة هذا الوسط بالوسط الفرضي للبحث (١٠٨) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ,وجد ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (٩.٣٥٩) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩) وبما ان الوسط الحسابي اقل من الوسط الفرضي فهو مؤشر على مما يؤثر على ان عينة البحث لا تتصف بالقلق الامتحاني. والجدول (٣) يوضح ذلك :

الجدول (٣)

الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على الفرق بين متوسط العينة والمجتمع لمقياس القلق الامتحاني

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدالة (٠,٠٥)
٢٠٠	٩٠.٨٠٠	٦.٩٥١	١٠٨	٩.٣٥٩	١.٩٦	دالة

ثالثاً: العلاقة ذات الدلالة الاحصائية بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة البصرة

من اجل التحقق من الهدف السابق، فقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون بين اجابات الافراد على مقياسي التوافق الدراسي والقلق الامتحاني وقد وجد الباحث ان قيمة معامل الارتباط (-0.74) وهي تؤثر على وجود علاقة قوية عكسية بين متغيري البحث

الجدول (4)

العلاقة بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني

التوافق الدراسي	العينة	درجة الحرية	قيمة معامل ارتباط بيرسون المحسوبة	قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
القلق الامتحاني	٢٠٠	١٩٨	-0.74	٠.٨٨	توجد علاقة عكسية

الفصل الخامس: تفسير النتائج

أولاً: بالنسبة للهدف الاول :

بالرجوع إلى النظرية المعرفية، يمكن تفسير هذه النتيجة على النحو الآتي:

١. ترى النظرية المعرفية أن طريقة معالجة الفرد للمعلومات وتنظيمه للأفكار هي التي تحدد استجاباته السلوكية والانفعالية.

٢. ارتفاع التوافق الدراسي لدى الطلبة يعكس امتلاكهم أنماط تفكير إيجابية واستراتيجيات معرفية فعّالة، مثل: إدراك قيمة الجهد الدراسي وأثره في تحقيق النجاح.

٣. القدرة على تفسير المواقف الدراسية بطريقة واقعية بعيدة عن التهويل أو التشوهات المعرفية (مثل الفشل = نهاية الطريق).

٤. تنمية الدافعية الداخلية من خلال القنوات الذاتية بقدرتهم على النجاح، وهو ما ينسجم مع أفكار بيك وإيليس حول دور الأفكار التلقائية والمعتقدات الأساسية في توجيه السلوك.

٥. كما أن ارتفاع التوافق الدراسي يشير إلى أن الطلبة تمكنوا من ضبط استجاباتهم الانفعالية (مثل القلق والإحباط) عبر إعادة بناء أفكارهم بشكل منطقي، مما يساهم في استمرارهم بالتعلم بفاعلية أكبر.

وبذلك يمكن القول إن النتائج جاءت منسجمة مع افتراضات النظرية المعرفية التي ترى أن جودة التفكير وتبني استراتيجيات معرفية سليمة يؤدي إلى توافق دراسي مرتفع، في حين أن التشوهات المعرفية أو التفسيرات السلبية تعيق التوافق وتؤدي إلى ضعف الإنجاز الأكاديمي.

ثانياً: بالنسبة للهدف الثاني:

يمكن تفسير هذه النتيجة على النحو الآتي:

١. ترى النظرية السلوكية أن القلق هو استجابة سلوكية متعلمة تنتج عن الارتباط الشرطي بين المواقف الامتحانية والخبرات السلبية السابقة (مثل الفشل، العقاب، أو النقد).

٢. انخفاض مستوى القلق الامتحاني لدى الطلبة في هذه الدراسة يدل على أنهم لم يتعرضوا بدرجة كبيرة لمثيرات سلبية متكررة ترتبط بالامتحان، أو أنهم تلقوا خبرات إيجابية (تعزيز وتشجيع) ساعدت على تقليل الاستجابة القلقة.

٣. يمكن تفسير ذلك أيضًا من منظور التعلم الشرطي الإجرائي (Operant Conditioning) حيث إن السلوك المرتبط بالهدوء والثقة قد تم تعزيزه (سواء من الأسرة أو المدرسين) مما أدى إلى تقليل ظهور استجابات القلق.

٤. كما ينسجم ذلك مع افتراضات السلوكيين بأن السلوك (ومن ضمنه القلق) ليس صفة ثابتة، بل هو نتاج للمثيرات الخارجية ونتائج السلوك، وبالتالي فإن تعديل البيئة التعليمية والدعم المستمر يؤدي إلى خفض مستويات القلق الامتحاني.

توضح النتائج أن الطلبة في عينة البحث يتمتعون بانخفاض في القلق الامتحاني، وهذا ما تؤكدته النظرية السلوكية التي ترى أن القلق يُكتسب من خلال التعلم، وبالتالي يمكن التحكم به أو خفضه عبر استراتيجيات تعديل السلوك مثل التعزيز الإيجابي، والتعرض التدريجي للمواقف الامتحانية، وتجنب العقاب المفرط.

ثالثًا: بالنسبة للهدف الثالث:

يمكن القول إن الطلبة الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التوافق الدراسي يميلون إلى انخفاض مستويات القلق الامتحاني لديهم، والعكس صحيح، إذ إن ارتفاع القلق الامتحاني يرتبط بانخفاض مستوى التوافق الدراسي. وتتسجم هذه النتيجة مع الطروحات النظرية والدراسات السابقة التي أوضحت أن القلق الزائد يمثل عائقًا أمام التنظيم الدراسي الفعال ويؤثر سلبًا في التحصيل الأكاديمي، بينما يسهم التوافق الدراسي الجيد في ضبط الانفعالات والتقليل من مشاعر القلق المرتبطة بالمواقف الامتحانية.

ثالثًا: الاستنتاجات

١. يمتلك طلبة المرحلة الإعدادية درجة مرتفعة من التوافق الدراسي، مما يعكس قدرتهم على التكيف مع متطلبات البيئة الدراسية.

٢. عينة البحث لا تتصف بدرجات عالية من القلق الامتحاني، الأمر الذي يشير إلى أن البيئة التعليمية قد تكون داعمة ومهيئة نفسيًا للطلبة.

٣. هناك علاقة ارتباط عكسية قوية بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني، مما يعني أن ارتفاع أحدهما يقترن بانخفاض الآخر.

٤. النتائج تؤكد ما أشارت إليه النظرية المعرفية بأن أنماط التفكير الإيجابية تسهم في تعزيز التوافق الدراسي.

٥. النتائج تنسجم أيضًا مع النظرية السلوكية التي ترى أن القلق سلوك مكتسب يمكن التحكم فيه من خلال التعزيز الإيجابي وخبرات التعلم.

٦. التوافق الدراسي الجيد يُعدّ مؤشرًا مهمًا على الصحة النفسية للطلبة ويؤثر إيجابًا على أدائهم الأكاديمي.

٧. انخفاض القلق الامتحاني يفتح المجال أمام الطلبة لاستخدام استراتيجيات معرفية فعالة في مواجهة المواقف الضاغطة.

رابعاً: التوصيات

١. توفير برامج إرشادية في المدارس تستهدف تنمية التوافق الدراسي لدى الطلبة.
٢. إدخال استراتيجيات إدارة القلق الامتحاني ضمن الأنشطة التربوية.
٣. تدريب المعلمين على مهارات الدعم النفسي والتربوي لتقليل الضغوط الامتحانية.
٤. إشراك أولياء الأمور في برامج توعية لمساعدة أبنائهم على خفض القلق وتشجيع التكيف الدراسي.
٥. تهيئة بيئة صفية آمنة تقوم على التشجيع والتعزيز الإيجابي بدل العقاب والتوبيخ.
٦. إدخال موضوعات عن التفكير الإيجابي وإعادة البناء المعرفي ضمن المناهج أو الأنشطة الصفية.
٧. توظيف خدمات الإرشاد النفسي المدرسي لمتابعة الطلبة ذوي القلق المرتفع أو التوافق المنخفض.

خامساً: المقترحات

بناءً على النتائج والتوصيات السابقة يمكن الخروج بالمقترحات التالية :

١. إجراء دراسات مماثلة على مراحل دراسية أخرى (الابتدائية أو الجامعية) للمقارنة بين المستويات.

٢. دراسة الفروق في التوافق الدراسي والقلق الامتحاني تبعاً لمتغيرات مثل (الجنس، التخصص الدراسي، المستوى الاقتصادي).
٣. بناء برنامج إرشادي معرفي-سلوكي لخفض القلق الامتحاني وقياس فاعليته ميدانياً.
٤. دراسة أثر التوافق الدراسي في متغيرات أخرى مثل التحصيل الأكاديمي، تقدير الذات، الصحة النفسية.
٥. إجراء بحوث طولية (Longitudinal) لمتابعة تطور العلاقة بين التوافق الدراسي والقلق الامتحاني عبر مراحل زمنية مختلفة.

٦. المقارنة بين المدارس الحكومية والأهلية في مستوى التوافق الدراسي والقلق الامتحاني.
٧. توظيف مقاييس نوعية (مثل المقابلات والملاحظة) إلى جانب المقاييس الكمية لفهم أعمق للعلاقة بين المتغيرين.

المصادر

أولاً: العربية

- أوزبيل، ديفيد. (١٩٨٠). التعلم الهادف. بيروت: دار الكتاب الجامعي.
- برونر، جيروم. (١٩٧٣). عمليات التربية. بيروت: دار النهضة العربية.
- بياجيه، جان. (١٩٧٠). علم النفس والتربية. ترجمة: نظمي لوقا. القاهرة: دار المعارف.
- ثروت، محمد، ٢٠٠١، مدخل إلى علم النفس التربوي، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- حامد، عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٨، العلاج السلوكي: النظرية والتطبيق، القاهرة: دار القلم.
- حسن، محمد. (٢٠١٠). علم النفس المدرسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الحمادي، سامي. (٢٠١٦). علم النفس الإنساني وتطبيقاته في التربية. عمان: دار النهضة العربية.
- الخطيب، يوسف. (٢٠١٨). الدعم النفسي وتقليل القلق الأكاديمي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الخليل، سامي. (٢٠١٥). المعتقدات الدراسية وعلاقتها بالقلق الامتحاني. عمان: دار الفارابي.
- زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥). علم النفس التربوي: نظريات وتطبيقات. القاهرة: عالم الكتب.
- الزهراني، عبد الرحمن. (٢٠١٢). علم النفس التربوي التطبيقي. الرياض: دار جامعة الملك سعود.

- الزهراني، عبد الرحمن. (٢٠١٩). فاعلية البرامج السلوكية في تقليل القلق الامتحاني لدى طلاب المدارس الإعدادية. الرياض: دار الفكر العربي.
- سعد، أحمد. (٢٠٠٥). علم النفس التربوي: نظريات وتطبيقات. القاهرة: دار الفكر.
- السعدي، أحمد. (٢٠١٧). تقدير الذات والتحصيل الدراسي. بغداد: دار الشؤون الثقافية العامة.
- سكر، ب.ف.، ١٩٨٠، السلوك وماهيته، القاهرة: دار النهضة.
- السيد، أحمد. (٢٠١٨). القلق الامتحاني وعلاقته بالتحصيل. القاهرة: دار الفكر الجامعي.
- الشراوي، أحمد، ٢٠٠٤، علم النفس التربوي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- الطائي، أحمد. (٢٠١٨). التوافق الدراسي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في بغداد. بغداد: دار الفكر الحديث.
- عبد الله، سامي. (٢٠١٥). النظريات السلوكية وتطبيقاتها في التعليم. القاهرة: دار غريب.
- عبد الله، سامي. (٢٠١٧). القلق الامتحاني وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في البصرة. البصرة: دار الشؤون الثقافية.
- عبد الله، محمد. (٢٠١٠). التوافق النفسي والتحصيل الدراسي. القاهرة: دار غريب.
- عبد الله، محمد. (٢٠١٧). العوامل النفسية المؤثرة على التوافق الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية. عمان: دار الثقافة للنشر.
- العبيدي، خالد. (٢٠١٨). الاستراتيجيات المعرفية وتحسين التكيف الدراسي. الرياض: دار الفكر العربي.
- العنزي، فيصل. (٢٠١٤). القلق الامتحاني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الطلاب. الرياض: دار الفكر العربي.
- العوضي، سامي. (٢٠٠٥). علم النفس التربوي. عمان: دار الفكر.
- الفتاح، يوسف. (٢٠١٧). التفكير الإيجابي وإدارة القلق الدراسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الفراتي، علي. (٢٠٢٠). دور التوافق الدراسي في تحسين مهارات الطلاب الاجتماعية والأكاديمية. بغداد: دار الثقافة التربوية.
- المرزوقي، خالد. (٢٠٠٨). القلق الامتحاني والتكيف الدراسي. عمان: دار الفارابي.
- المهدي، أحمد. (٢٠١٦). علم النفس المعرفي في التعليم. بغداد: دار الشؤون الثقافية.

- النجار، خالد. (٢٠١٩). النظريات الإنسانية في التعليم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. دبي: دار المعرفة الجامعية.
- نعيم، أحمد محمد. (٢٠٠٢). علم النفس التربوي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الهاشمي، سامي. (٢٠١٦). علم النفس التربوي: التوافق الدراسي وأثره على التحصيل الأكاديمي. بغداد: دار المدى.
- الهاشمي، مصطفى. (٢٠١٩). النظريات المعرفية وتطبيقاتها في التربية. دبي: دار المعرفة الجامعية.

ثانياً: الاجنبية

- Blos, P. (1962). On Adolescence: A Psychoanalytic Interpretation. New York: Free Press.
- Burger, J. M. (2019). Personality (10th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Freud, A. (1936). The Ego and the Mechanisms of Defence. London: Hogarth Press.
- Freud, S. (1923). The Ego and the Id. London: Hogarth Press.
- Rogers, C. (1961). On Becoming a Person. Boston: Houghton Mifflin.
- Spielberger, C. (1980). Test Anxiety Inventory. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Vaillant, G. (1992). Ego Mechanisms of Defense: A Guide for Clinicians and Researchers. Washington, DC: American Psychiatric Press.