مجلة الروائز
ISSN: 2602-5914/ EISSN: 2716-9596
المجلد: 09 العدد: 01 (السنة: 2025) ص ص: [251-270]

استراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا

Academic coping strategies among baccalaureate students

طرباق فطيمة الزهرة

مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي - جامعة باتنة-1 fatimazohra.terbak@univ-batna.dz

بشقة سماح

مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي - جامعة باتنة-1 Samah.bachka@univ-batna.dz

تاريخ الإرسال: 2025/02/01 تاريخ القبول: 2025/04/24

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على أكثر استراتيجيات المواجهة الأكاديمية استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا ،وكذا الكشف عن الفروق في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ البكالوريا تبعا لمتغيري الجنس(ذكور، إناث) و التخصص الدراسي(علمي، أدبي)، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق بين المجتازين لأول مرة للامتحان شهادة البكالوريا و المعيدين فيما يخص إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي و شملت عينة الدراسة على (47) تلميذ و تلميذة من المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تم اختيارهم بطريقة قصدية ،و بالاستناد على مقياس إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية المكون من (8)أ بعاد ب (47)بند قد تمت المعالجة الإحصائية ببرنامج الحزمة الإحصائية SPSS نسخة(20)، و قد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- إستراتيجية المواجهة وحل المشكل هي الأكثر استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا.
- عدم وجود فروق في إستراتيجيات المواجهة الاكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا تعزى لمتغيري الجنس (ذكور-إناث) و التخصص الدراسي (علمي-أدبي).
- توجد فروق في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية بين المعيدين والمجتازين لأول مرة لامتحان شهادة البكالوريا.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات المواجهة الأكاديمية؛ تلاميذ شهادة البكالوريا؛ الضغوط الأكاديمية.

Abstract

The present study aimed to identify the most frequently used academic coping strategies among baccalaureate students and to examine differences in these strategies based on gender (male, female) and academic specialization (science, literature). Additionally, it sought to investigate differences in academic coping strategies between first-time candidates and repeat candidates for the baccalaureate exam, The study adopted a descriptive-analytical approach and included a purposively selected sample of 47 students preparing to take the baccalaureate exam. Data collection was based on the Academic Coping Strategies Scale, which comprises eight dimensions with a total of 47 items. Statistical analysis was conducted using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 20.

The study yielded the following findings:

Problem-solving is the most frequently used coping strategy among baccalaureate students.

There are no statistically significant differences in academic coping strategies based on gender (male-female) or academic specialization (science-literature).

Significant differences exist in academic coping strategies between first-time candidates and repeat candidates for the baccalaureate exam.

Keywords: academic coping strategies; baccalaureate students; Academic pressure.

مقدمة:

أصبحنا اليوم نعيش في عصر الثورة التكنولوجية والتغيرات القيمية والثقافية التي مست جميع شرائح المجتمع دون استثناء، فتسارع الأحداث الذي يعيشه الفرد بشكل يومي أصبح يشكل مصدرا قويا للضغوط النفسية، حيث أن هذه التحديات اليومية التي يعيشها الفرد أفرزت العديد من الواقف المقلقة والضاغطة التي من شأنها أن تؤثر عليه أو تفقده توازنه النفسي وتكيفه على المستوى الداخلي والخارجي، لما لها من آثار على صحته النفسية والجسمية والعقلية. خاصة إذا كان يمر بفترة حرجة أو مرحلة عمرية حساسة ومعقدة كفترة المراهقة، التي تعتبر بمثابة منعرج حاسم في تكوين شخصيته المستقبلية، بالإضافة إلى أن أبرز ما يميزها هو الصراعات التي يعيشها المراهق على الصعيدين الداخلي والخارجي؛ لما يطرأ عليه من تغيرات نمائية وفيسيولوجية وانفعالية وعقلية تجعله يحتاج إلى إشباع رغباته وحاجاته وتحقيق أهدافه التي من خلالها يمكنه إثبات ذاته وبناء كيانه المستقل، وهذا ما يكسبه حساسية مفرطة اتجاه الأحداث الضاغطة.

فتزايد الظروف الضاغطة بصفة عامة والمتعلقة بالحياة الأكاديمية بصفة خاصة، جعل المراهق المتمدرس بحاجة ماسة إلى ضرورة مواجهة هذه التحديات والصعوبات والعراقيل التي تشكل تهديدا لمواصلة مشواره التعليمي وتقديم أداء جيد للضفر بالنجاح الأكاديمي.

لذا فالحياة المدرسية تعتبر من أهم مصادر الضغوط، وخاصة المرحلة الثانوية التي تعتبر من أهم المراحل التعليمية في حياة الفرد وأصعبها سواء من جهة صعوبة المنهاج الدراسي المضغوط، كثرة الواجبات الخارجية، الارتباط بالدروس الخصوصية إضافة إلى تطلعات الأولياء والأمل في نجاح أبنائهم وتفوقهم. وقد ينتج عن كل هذا معاناة من القلق والتوتر وتدني الثقة بالنفس بالإضافة إلى فقدان الشعور بالأمان في الحياة الأكاديمية.

والمرحلة الثانوية أهم ما يميزها اختتامها بامتحان شهادة البكالوريا؛ الذي يعد تعزيزا للمشوار الطويل الذي قطعه التلميذ طوال الأطوار التعليمية الثلاثة وتثمينا للمجهودات التي بذلها، كما أنه يحمل تصور اجتماعي خاص حيث يحظى باهتمام متميز من شتى شراح المجتمع الرسمية والشعبية. غير أنه يفتح باب أمام التلميذ لمرحلة جديدة من جميع جوانبها ومختلفة تماما عما عاشه سابقا، وهي مرحلة التعليم العالي والدراسات العليا والحياة الجامعية؛ ما يزيد في رغبة النجاح وتحقيق الشهادة التي ستضعه على بداية الطريق لرسم مشروعه الشخصي والمهني، وكذا تحقيق الذات وإرضاء الوالدين وتحقيق حلمهم بالدرجة الأولى.

كل هذا يجعل هذا الامتحان بخصوصيته مصدرا قويا للضغط والخوف والتوتر والقلق والانفعالات السلبية، التي من شأنها ان تخل بالتوازن النفسي للتلميذ وتحصيله الدراسي وإنجازه الأكاديمي. كما يمكنه أن يوقعه في مشاكل صحية عديدة، وخاصة إذا كان قد فشل في تجاوز هذه العقبة في مرات سابقة كما هو الحال بالنسبة للمعيد لشهادة البكالوريا؛

فوضعيته تختلف عن التلميذ الذي سيجتاز هذا الامتحان لأول مرة، فالتلميذ المعيد يتكون له شعور زائد بالضغط خوفا من الفشل لمرة أخرى ما قد يجعله دائما في وضع لا متوازن.

لذا وجب على التلميذ استخدام أساليب ومهارات من شأنها أن تخفف من شدة التوتر أو تجنبه كليا، فتحقيق النجاح والاستمرار فيه يتوقف على فعالية هذه الأساليب؛ أو ما يعرف بإستراتيجيات المواجهة الأكاديمية التي تعتبر جهود وسلوكيات معرفية و انفعالية تعمل على تذليل الصعوبة الأكاديمية التي تشكل تهديدا للأداء الجيد للتلميذ و نجاحه الدراسي.

فهذه الأساليب او الإستراتيجيات تساعد التلميذ في استعادة التوازن والتوافق النفسي أمام كل عرقلة تصادفه، حيث أنها تمكنه من التفكير بطريقة إيجابية من خلال التركيز وتنظيم معطيات الموقف لإيجاد الحل واتخاذ القرار المناسب، وذلك لتحقيق الصمود والوصول إلى الأهداف الأكاديمية التي يطمح إليها.

وفي الطرف الآخر نجد أن التلاميذ الذين يعتمدون على أساليب وإستراتيجيات سلبية غير ملائمة للموقف، حيث أن هذه الأخيرة تعمل على تثبيط دافعيتهم وخفضها ورفع مستوى القلق والشعور بالعجز والاقتراب من الفشل الدراسي.

وتأتي الدراسة الحالية للكشف عن أهم إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا.

بناءا على ما سبق فإننا نطرح التساؤلات التالية:

- ماهي إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية الأكثر اعتمادا لدى تلاميذ شهادة البكالوريا؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا تعزى لمعامل التخصص الدراسي(علمي-أدبي)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا بين المعيدين والمجتازين لأول مرة؟

واستنادا على هذه التساؤلات تأتي فرضيات الدراسة كما يلي:

- نتوقع أن استراتيجيات المواجهة وحل المشكل هي الأكثر استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الاكاديمية لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير التخصص الدراسي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا بين المعيدين والمجتازين لأول مرة.

حيث تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التعرف على إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية الأكثر استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا.

- الكشف عن الفروق في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ البكالوريا تبعا لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ البكالوريا تبعا لمتغير التخصص الدراسي.
- الكشف عن الفروق في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا بين المعيدين والمجتازين لأول مرة.

1. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في:

1.1. الأهمية النظرية للدراسة:

تتضح الأهمية النظرية لهذه الدراسة أنها تناولت إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى التلاميذ المقبلين لامتحان شهادة البكالوريا، و ما جعلها تختلف نوعا ما عن الدراسات السابقة و التي و حسب اطلاع الباحثة لم يتم التطرق فيها للفروق بين المعيدين و المجتازين لأول مرة في موضوع واحد فيما يخص استراتيجيات الواجهة الأكاديمية بصفة خاصة، فمجمل الدراسات السابقة تناولت كل فئة على حدى و على مستوى إستراتيجيات مواجهة الضغوط بصفة عامة بالإضافة إلى أن هذه الدراسة حاولت التعرف عن الفروق بين تلاميذ شهادة البكالوريا و في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية في ضوء عاملين الجنس و التخصص الدراسي، وكذلك التعرف عن إستراتيجيات المواجهة الاكاديمية الأكثر استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا.

2.1. الأهمية التطبيقية للدراسة:

- يمكن أن تساهم نتائج الدراسة الحالية في لفت نظر الباحثين والمختصين في وضع برامج تدريبية وإرشادية لتنمية إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا، لما لهذه الإستراتيجيات من أهمية كبيرة ودور فعال في تذليل الصعوبات التي يتعرض لها التلميذ في الحياة الأكاديمية والتي من شأنها أن تصعب عليه مواصلة المسار التعليمي وتحقيق النجاح.
- توجيه نظر القائمين على التعليم الثانوي بضرورة توفير كل الظروف المناسبة التي تسهم في تحقيق الرفاهية في المحيط الأكاديمي وكل ما يتعلق به، من خلال تجسيد بيئة تعليمية ثرية بالإمكانات والفرص التي تبرز من خلالها قدرات التلميذ مما يعزز ثقته في نفسه وإكسابه خبرات تساعده في تجاوز الصعوبات بسهولة ومحافظته على استقراره وتوافقه النفسي.

2. تحديد مصطلحات الدراسة:

1.2. استراتيجيات المواجهة الاكاديمية:

هي الدرجة الكلية التي يتحصل عليها تلميذ شهادة البكالوريا من خلال استجاباته على استبيان استراتيجيات المواجهة الأكاديمية المستخدم في الدراسة الحالية.

2.2. تلاميذ شهادة البكالوريا:

هم التلاميذ المقبلين على اجتياز الامتحان الذي تختتم به المرحلة الثانوية حيث يتم في هذا الامتحان المصادقة على معارف ومكتسبات التلاميذ خلال المراحل التعليمية الثلاثة التي مرو بها (ابتدائي، متوسط وثانوي).

3.2. الضغوط الأكاديمية:

هي توترات وصعوبات تواجه التلميذ في البيئة الأكاديمية تبرز في عدم قدرته على تنظيم وقته، عدم القدرة على التركيز والإنجاز، صعوبات في التكيف الأكاديمي ومجابهة واستيعاب المواد الدراسية.

3. الإطار النظري للدراسة والدراسات السابقة:

1.3. استراتيجيات المواجهة الأكاديمية:

1.1.3. تعريف إستراتيجيات المواجهة:

تعريف لازاروس و فولكمان Lazarus / Folkman (1984):

هي جملة من الجهود السلوكية والمعرفية المنظمة التي تعمل على التحكم والحفظ والتحمل للمتطلبات الداخلية والخارجية التي تفوق إمكانيات وقدرات التلميذ. (النواب، الصالحي، 2016،225)

تعريف لطفي عبد الباسط (1994):

هي مجموعة دينامية من النشاطات والأساليب المعرفية والسلوكية يسعى من خلالها التلميذ لمواجهة المواقف الضاغطة والبحث عن حل للمشكلة للتخفيف من اللاتوازن الانفعالي المترتب عليها. (عبد المعطي، 2006، 98)

تعريف كالن Callan (1993):

مجهودات يبذلها التلميذ للحصول على معلومات حول المواقف الضاغطة أكاديميا التي يتعرض لها ليتمكن من مسايرة الخبرات الانفعالية الناتجة عنها. (طه وسلامة،2006، 82-83)

تعريف Evans et all (2018):

تغيرات في الجهود المعرفية والسلوكية يقوم بها التلميذ ليتعامل مع المتطلبات الخارجية والداخلية التي تمثل له عبء زائد ووضعية مقلقة. (evans , 2018, 1061)

تعريف Lopes et al (2020):

هي عبارة عن أساليب ينتهجها الطالب لمواجهة المشكلات التي تواجهه في البيئة الأكاديمية وذلك وفقا للتصور الذي يكونه عن المشكلة والموقف الضاغط، فالطالب عند مواجهته المباشرة للموقف فإنه يتبنى المواجهة الفعالة التي غالبا ما تؤدي إلى نتائج إيجابية في خفض مستوى القلق والتوتر، وجهة أخرى فإن الاستراتيجيات القائمة على التجنب والهروب والانسحاب والتحويل غير مرغوب فيها، لإنها تجعل الطالب بتجنب المواجهة ينمي خبراته العاطفية السلبية. (lopes,2020, 195)

2.1.3. أهمية إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية:

تسعى المواجهة إلى هدفين أساسين بغض النظر عن النتيجة سلبية كانت أم إيجابية:

- مساعدة التلميذ على التوافق النفسي والاجتماعي مع محيطه.
- التخفيف من أثر القلق والضغط والتوتر النفسي الذي يسببه الموقف السائد. (طبي، 2005، 114)

وأشار **Karaca** إلى أن استخدام إستراتيجيات الموجهة لحل المشكلات مفيدة للصحة العقلية للطلاب، حيث أن الطلاب الذين يتبنون استراتيجيات التجنب والهروب هم الأكثر عرضة للتسرب والرسوب المدرسي.

وباعتبار الشعور بالضغوط الاكاديمية يعتبر أحد أبرز المشاعر المؤلمة التي يمكن أن يشعر بها الطالب، فإن مواجهة هذه الضغوط يعتبر من أبرز علامات التوافق النفسي والصحة العقلية والتوافق الدراسي لديهم. حيث أن هذه الاستراتيجيات تمكنهم من تجاوز وتجنب التحديات والمخاطر التي تفرضها المواقف الضاغطة أكاديمي والتي من شأنها أن تؤثر سلبا على تقدمهم وإنجازهم الأكاديمي. (Karasa, 2019, 44)

ومن خلال هذه الأهمية يتبين أن لإستراتيجيات المواجهة وظيفتين أساسيتين هما:

- الأولى هي تنظيم الانفعالات وضبط الداخلي وهذا ما يقصد به التعامل المتمركز حول الانفعالات.
- الثانية هي جمع معلومات وتناول المشكلة التي تسببت في حالة التوتر واللاتوافق النفسي وهو ما يعرف بالتركيز حول المشكلة.

ويؤكد **ماكري Mcarea** أن الأسلوبين (التركيز على المشكلة والتركيز على الانفعال) غير متعارضين، حيث في كثير من الأحيان يلجأ الفرد للدمج بينهما عند مواجهة الموقف لضمان فعالية المواجهة وتحقيق نتيجة إيجابية.

وترى **بوناماكي Bonamaki** أنه توجد أهميتان أو وظيفتان لإستراتيجيات المواجهة هما: تعديل العلاقة بين الفرد ومحيطه المقلق، وضبط الانفعالات الضاغطة التي تشكل تهديدا للتوازن النفسي.

وفي هذا الصدد يرى **بوتزن Botzen** أن الأفراد الذين ينجحون في عملية المواجهة يستطيعون حل الصعوبات التي يتعرضون لها من خلال تغيير البيئة المسببة للتهديد وإعادة تنظيم الانفعالات وترتيبها من خلال الاحتفاظ بصورة إيجابية عن الذات وعن العلاقة بالآخرين التي تتسم بالرضا والدعم. (القبي، 2012، 452)

3.1.3. تصنيف استراتيجيات المواجهة الأكاديمية:

يختلف تصنيف إستراتيجيات المواجهة باختلاف التفسيرات والتعاريف التي أخذتها، وكذلك باختلاف إمكانيات الفرد التي يوظفها في مواجهة الموقف الضاغط:

فقد صنفها **موريس Morris (1972)** إلى المواجهة المباشرة والمواجهة الدفاعية. (عزوز، 2008، 38-39)

في حين صنفها **سولز Sulset(1985)** إلى مواجهة يقظة وتجنبية تضم الاستراتيجيات السلبية من هروب وتجنب واستسلام ونفي، في مقابل مواجهة نشطة تضم الإستراتيجيات الإيجابية التي تضم السند الاجتماعي والتخطيط وجمع المعلومات وتنظيمها لحل المشكلة.

في حين صنف **هولكن وموس Holkan and moos (1995)** المواجهة على مواجهة إقدام ومواجهة تجنب.

(سيد، 2000، 59)

أما لازاروس وفولكمان Lazarus and Folkman فقد قسما المواجهة إلى قسمين: مواجهة مركزة على الانفعال ومواجهة مركزة عن الانفعال.

في حين **كوزون Gousson** قسم استراتيجيات المواجهة إلى ثلاث استراتيجيات عامة هي:

- المواجهة المركزة على المشكل
- المواجهة المركزة عن الانفعال تكون من خلال توظيف مجموعة من العمليات المعرفية التي من شأنها خفض حالة التوتر والانفعال الناجم عن الوضعية الضاغطة.

- المواجهة المركزة عن السند الاجتماعي؛ حيث أن إدراك الفرد للعلاقة الاجتماعية على أنها مصدر دعم عند الحاجة إليها ومصدرا للقوة يمكنه من التفاعل الإيجابي مع متطلبات البيئة التي يتعامل معها. (عزوز، مرجع سابق)

وأوضح **Saez-Gonzalez** أن استراتيجيات المواجهة تتمثل في المواجهة وحل المشكل، التدين، الدعم الاجتماعي، الانكار، التجنب وطلب المساعدة. (Moral, saez, 2020, 15).

ومما سبق يمكن تعريف استراتيجيات المواجهة الأكاديمية على أنها عبارة عن مجموعة من العمليات السلوكية والمعرفية يتبناها التلميذ لمواجهة الأحداث الصعبة والضاغطة في البيئة الأكاديمية ورغم الاختلاف في تحديد هذه الاستراتيجيات وعدم الاتفاق على تصنيف واحد لها فإنها تتفق جميعها في أن هدفها واحد وهو الحفاظ على حالة التوافق النفسي والدراسي لتحقيق النجاح الأكاديمي.

2.3. الدراسات السابقة:

1.2.3. دراسة كوثر لميمشي (2019):

بعنوان إستراتيجيات المواجهة الضغوط النفسية لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا.

حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى استراتيجيات المواجهة للضغوط النفسية لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا، و المتمثلة في حل المشكلة، المواجهة الفعالة، البحث عن السند، تجنب المواجهة، المواجهة الانفعالية و التي يكون الهدف منها الخفض من حدة التوتر و الضيق الذي يتعرضون له في المواقف الحياتية الضاغطة، و لأجل ذلك تم اتباع المنهج الوصفي الاستكشافي و بتطبيق مقياس استراتيجيات المواجهة من اعداد الباحثة واكلي بديعة على عينة قدرها 60 تلميذ و تلميذة لغرض معرفة أكثر الاستراتيجيات استخداما بتدخل المتغيرات الجنس و الشعبة الدراسية، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

إلى أن مستوى استراتيجيات المواجهة مرتفع لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، كما أنه لا توجد فروق في دراجات قياس استراتيجيات المواجهة لدى الطلبة المقبلين على شهادة البكالوريا باختلاف الشعبة والجنس. (لميمشي،2019)

2.2.3. دراسة ماروكوس (2004):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طرق التعامل مع الضغوط النفسية التي يستخدمها الطلبة في ضوء متغيرات التخصص الدراسي والجنس والسنة الدراسية، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، من خلال 648 طالب وطالبة في الجامعات اليونانية وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق في إستراتيجيات المواجهة بين الطلبة تبعا لمتغير التخصص

الدراسي لصالح الكليات العلمية و تبعا لمتغير السنة الدراسية لصالح طلبة السنوات المتقدمة و عدم وجود فروق في استراتيجيات المواجهة تبعا لمتغير الجنس. (عبد التواب، الخولي، 2020، 670)

3.2.3. دراسة سوالمية فريدة، أوشن أمين (2022):

المعنونة باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى التلاميذ المعيدين للبكالوريا، دراسة ميدانية بثانويات ولاية قسنطينة.

حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الضغوط النفسية وإستراتيجيات المواجهة لدى التلاميذ المعيدين لشهادة البكالوريا حيث اعتمدت في ذلك على المنهج الوصفي التحليلي باستخدام مقياس لفنشاتين وCiss، تم تطبيقهما على عينة تمثلت في 86 تلميذ وتلميذة معيدين في شهادة البكالوريا تم اختيارهم بطريقة قصدية، وقد تم التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام الحزمة الإحصائية spss وقد توصلت إلى النتائج التالية:

- التلاميذ المعيدين لشهادة البكالوريا لديهم مستوى مرتفع في الضغوط واستراتيجيات المواجهة.
- التلاميذ المعيدين يستخدمون إستراتيجيات مختلفة في مواجهة الضغوط.
- عدم وجود فروق في استراتيجيات المواجهة تعزى لمتغيري الجنس والشعبة الدراسية.

(سوالمية، أوشن،2022،434)

4.2.3. دراسة أماني عبد التواب ومنال علي الخولي (2020):

بعنوان نمذجة التأثيرات السببية بين إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية و التحيز المعرفي و الرفاهية الذاتية الاكاديمية لدى طلبة المرحلة الثانوية، و هدفت إلى التعرف عن النموذج السببي الذي يفسر العلاقات بين إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية و التحيز المعرفي و الرفاهية الذاتية الأكاديمية، و التعرف عن الفروق في هذه المتغيرات و التي تعزى إلى الجنس و الصف لدراسي و التخصص الدراسي، و بلغت عينة الدراسة 393 طالب و طالبة بالصفين الأول و الثالث بالمرحلة الثانوية ، باستخدام مقاييس :استراتيجيات المواجهة الأكاديمية و التحيز المعرفي و الرفاهية الذاتية الأكاديمية، و قد كشفت النتائج ما يلي:

- وجود تأثير مباشر موجب لإستراتيجيات المواجهة الأكاديمية في التحيز المعرفي وكذلك في الرفاهية الذاتية الأكاديمية،
- وجود فروق في إستراتيجيات المواجهة والتحيز المعرفي والرفاهية الذاتية الأكاديمية لصالح الذكور.
- لا توجد فروق في استراتيجيات المواجهة والتحيز المعرفي والرفاهية الذاتية تعزى لمتغيري الصف الدراسي والتخصص الدراسي. (عبد التواب، الخولي، 2020، 659).

4. المنهجية والطريقة المستخدمة في الدراسة:

1.4. دراسة استطلاعية:

1.1.4. منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي التحليل نظرا لملائمته لأهداف الدراسة وطبيعة العينة، حيث يعرفه لويس كوهين بأنه المنهج الذي يهدف إلى وصف ما هو كائن وتفسيره بحيث يهدف بصفة عامة إلى جمع معلومات مفصلة وحقيقية عن ظاهرة موجودة فعلا في مجتمع معين، وتصنيف وتحليل وتقويم المعلومات المتعلقة بالظواهر المختلفة. (دويدري، 2002، 183)

2.1.4. عينة الدراسة الاستطلاعية:

بلغ عينة الدراسة الاستطلاعية (30) تلميذ وتلميذة لشهادة البكالوريا تم اختيارهم بطريقة عشوائية في الفترة الممتدة بين 19 -20 ديسمبر 2024 وفيما يلي توضيح لتوزيع خصائص الاستطلاعية حسب الجنس

الجدول رقم (01) :**يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس**

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	11	% 36,6
أنثى	19	% 63,4

يتضح من خلال الجدول أعلاه بأن نسبة الإناث قد بلغت (63,4 %) في حين بلغت نسبة الذكور (36,6%).

الجدول رقم (02) :**يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب متغير إعادة السنة**

الإعادة	التكرار	النسبة المئوية
معيد	13	% 43,3
غير معيد	17	% 56,7

يتضح من خلال الجدول أعلاه بأن نسبة المعيدين قد بلغت (43,3%) في حين بلغت نسبة المجتازين لأول مرة (56,7 %)

الجدول رقم (03) :**يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب التخصص**

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
علمي	09	% 30
أدبي	21	% 70

يتضح من خلال الجدول أعلاه بأن نسبة العلميين قد بلغت (30 %) في حين بلغت نسبة الأدبيين (70 %).

3.1.4. أداة الدراسة وخصائصها السيكو مترية:

وتمثلت أداة الدراسة في استبيان استراتيجيات المواجهة الأكاديمية

1.3.1.4. وصفه المقياس:

الاستبيان الأصلي الذي اعتمدت عليه الباحثة في الدراسة الحالية هو استبيان استراتيجيات مواجهة الضغوط **لعلي حراث 2020** مع إجراء بعض التعديلات الطفيفة على بعض العبارات حتى تصبح أكثر ملائمة.

يتكون الاستبيان من 47 بند بخمسة بدائل موزعين على ثمانية أبعاد كالآتي:

البعد الأول: استراتيجيات المواجهة وحل المشكل ويحوي على 11 بند

البعد الثاني: اللجوء إلى الدين ويحوي على 4 بنود

البعد الثالث: طلب المساعد والدعم الاجتماعي ويحوي على 5 بنود

البعد الرابع: البناء والتقييم المعرفي الإيجابي ويحوي على 7 بنود

البعد الخامس: الهروب والانسحاب ويحوي على 5 بنود

البعد السادس: التفريغ العاطفي ويحوي على 7 بنود

البعد السابع: لوم الذات ويحوي على 3 بنود

البعد الثامن: الاسترخاء والتنفيس على 5 بنود

الجدول رقم (04) :**يوضح أبعاد مقياس استراتيجيات المواجهة وأرقام عبارات كل بعد**

الرقم	الأبعاد	عدد البنود	أرقام البنود
1	استراتيجيات المواجهة وحل المشكل	11	30.29.28.27.22.21.17.16.7.5.1
2	اللجوء إلى الدين	4	18.23.31.33
3	طلب المساعدة والدعم الاجتماعي	5	2.4.6.24.32
4	البناء والتقييم المعرفي الإيجابي	7	3.26.34.13.19.20.25
5	الهروب والانسحاب والإنكار	5	12.14.39.42.45
6	التفريغ العاطفي	7	8.11.35.37.40.43.46
7	لوم الذات	3	9.15.47
8	استراتيجيات الاسترخاء والترفيه	5	10.44.36.38.41

2.3.1.4. تصحيح المقياس:

تتم الإجابة على هذا المقياس من خلال خمسة بدائل وهي (تنطبق علَيَ كثيرا – تنطبق علَيَ غالبا - تنطبق علَيَ قليلا – تنطبق علَيَ نادرا – لا تنطبق علَيَ إطلاقا) ثم تصحح الاستجابات كما هو موضح في الجدول الآتي

الجدول رقم (05) :يوضح توزيع درجات البدائل

البدائل	تنطبق على كثيرا	تنطبق على غالبا	تنطبق على قليلا	تنطبق على نادرا	لا تنطبق على إطلاقا
درجة الإجابة	5	4	3	2	1

3.3.1.4. الخصائص السيكو مترية لاستبيان الدراسة:

للتحقق من مدى صلاحية أداة الدراسة قامت الباحثة بحساب صدق وثبات الاستبيان وذلك بالاستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في إصداره (20) وذلك بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (30) تلميذ وتلميذة موزعين على عدة ثانويات. وهذا بتطبيق ما يلي:

طريقتين لحساب الصدق (الاتساق الداخلي للأبعاد/ صدق المقارنة الطرفية)

طريقتين لحساب الثبات (معامل ألفا كرونباخ، معامل التجزئة النصفية)

- **حساب صدق الاتساق الداخلي للأبعاد:**

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب معاملات الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد الاستبيان والدرجة الكلية له ويتضح ذلك من خلال الجدول أدناه:

جدول رقم (06) يوضح معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للاستبيان

الرقم	الأبعاد	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	استراتيجيات المواجهة وحل المشكل	47	0.839**	دالة عند0.01
2	اللجوء إلى الدين	47	0.560**	دالة عند0.01
3	طلب المساعدة والدعم الاجتماعي	47	0.656**	دالة عند0.01
4	البناء والتقييم المعرفي الإيجابي	47	0.618**	دالة عند0.01
5	الهروب والانسحاب والانكار	47	0.545**	دالة عند0.01
6	التفريغ العاطفي	47	0.507**	دالة عند0.01
7	لوم الذات	47	0.501**	دالة عند0.01
8	استراتيجيات الاسترخاء والترفيه	47	0.638**	دالة عند0.01

تفسير نتائج الجدول:

من خلال الجدول (06) يتضح أن معاملات الارتباط لكل من الأبعاد (1-2-3-4-5-6-7-8) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة0.01، وقد تراوحت قيم ارتباطها على الترتيب (0.839-0.560-0.656-0.618-0.545-0.507-0.501-0.638)، ما يعني أن الاستبيان يتمتع بالصدق وهو يقيس ما وضع لأجله.

- **صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)**

لأجل التأكد من صدق الاستبيان تم حساب صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، باستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (07): يمثل صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) للاستبيان

المعالجة الإحصائية	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	قيمة الدلالة (sig)	الدلالة الاحصائية
المجموعة العليا	8	148.87	3.79	16.647	14	0.000	دالة عند 0.01
المجموعة الدنيا	8	178.25	3.24				

من خلال الجدول رقم (07) يتضح أن هناك فرق بين المتوسط الحسابي للمجموعة العليا والذي بلغ (148.87) بانحراف معياري قدره (3.79)، والمتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والذي بلغ (178.25) بانحراف معياري قدره (3.24)، ومنه نستنتج بأن الفرق لصالح المجموعة الدنيا ذات المتوسط الحسابي الأكبر، وهذا ما تؤكده قيمة (ت) التي بلغت (16.647) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01.

ما يعني أن الاستبيان يتمتع بالصدق وهو يقيس ما وضع لأجله.

- **ثبات المقياس**

الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

للتأكد من ثبات المقياس قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة ألفاكرونباخ، وهذا بالاستعانة ببرنامج حزمة التحليل الإحصائي (spss) في إصداره (20) والنتائج كانت كالتالي:

جدول رقم (08): يمثل معامل ألفاكرونباخ للاستبيان

الاستبيان	عدد العبارات	معامل ألفاكرونباخ
استراتيجيات المواجهة الأكاديمية	48	0.665

من خلال الجدول رقم (08) يتبين أن قيمة معامل ألفا كرونباخ تساوي (0.665) وهي قيمة مقبولة ودالة إحصائية مما يعد مؤشرا على ثبات الاستبيان.

الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

للتأكد من ثبات المقياس قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وهذا بالاستعانة ببرنامج حزمة التحليل الإحصائي (spss) في إصداره (20) والنتائج كانت كالتالي:

جدول رقم (09) يوضح ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية.

استبيان تقييم الواجبات المنزلية		
تقسيم الاستبيان	عدد البنود	قيمة ألفاكرونباخ
عدد بنود النصف الاول	24	0.656
عدد بنود النصف الثاني	24	0.359
قيمة الارتباط		0.837
معادلة التصحيح Spearman		0.912
معامل Guttman التجزئة النصفية		0.821

من خلال الجدول رقم (09) نلاحظ أن نتيجة معامل الثبات للتجزئة النصفية والذي قدر بـ (0.821) ونتيجة كل من معامل الارتباط (0.837) ومعادلة سبيرمان (0.912) تعبر عن ثبات قوي بين نصفي بنود الاستبيان.

5. حدود الدراسة الأساسية:

1.5. حدود المكانية:

توزعت عينة الدراسة على بعض جمعيات الدروس الخصوصية لولاية باتنة

2.5. الحدود الزمنية:

امتدت الدراسة من 1إلى31 ديسمبر2024

3.5. الحدود البشرية:

تمثلت عينة الدراسة في (47) تلميذ وتلميذة من تلاميذ شهادة البكالوريا بين معيدين ومجتازين لأول مرة تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

6. عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

1.6. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الأولى:

تنص على" نتوقع أن استراتيجية المواجهة وحل المشكل هي الأكثر استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا".

للتحقق من صحة الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل بعد من أبعاد الاستبيان والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (10): يوضح ترتيب أبعاد استبيان استراتيجيات المواجهة الأكاديمية حسب متوسطاتها الحسابية و انحرافاتها المعيارية

الرتبة	استراتيجيات المواجهة الأكاديمية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	استراتيجيات المواجهة وحل المشكل	42.34	7.16
6	اللجوء إلى الدين	14.34	3.16
4	طلب المساعدة والدعم الاجتماعي	15.78	3.59
2	البناء والتقييم المعرفي الإيجابي	27.06	5.35
7	الهروب والانسحاب والانكار	14.17	3.91
3	التفريغ العاطفي	22.38	3.79
8	لوم الذات	9.95	2.61
5	استراتيجيات الاسترخاء والترفيه	15.55	2.73

من خلال الجدول (10) يتضح أن استراتيجيات المواجهة وحل المشكل تحتل المرتبة الأولى بمتوسط حسابي(42.63) وانحراف معياري(7.16) ثم في المرتبة الثانية البناء والتقييم المعرفي الإيجابي بمتوسط حسابي (27.06) وانحراف معياري(5.35) يليه التفريغ العاطفي بمتوسط حسابي قدره(22.38) وانحراف معياري قدره(3.79)، ثم طلب المساعدة والدعم الاجتماعي بمتوسط حسابي(15.78)وانحراف معياري (3.59)، أما بقية المراتب فقد احتلها كل من(استراتيجيات الاسترخاء والترفيه، اللجوء إلى الدين، الهروب والانسحاب والانكار، لوم الذات) والتي كانت متوسطاتها الحسابية على الترتيب(15.55- 14.34-14.17-9.95)بانحرافات معيارية(2.73- 3.16-3.91-2.61)، وعليه فإن استراتيجية المواجهة وحل المشكل هي الأكثر استخداما لدى تلاميذ شهادة البكالوريا فالفرضية محققة.

يمكن تفسير هذه النتيجة أن طالب البكالوريا يعيش الكثير من الضغوط الأكاديمية و التحديات التي من الممكن أن تعيق تقدمه في مساره الدراسي، لأن انعكاساتها السلبية على شعوره بالتكيف وحالة القلق والتوتر التي تصاحبه أثناء هذه المواقف قد تهز ثقته بنفسه و في قدراته العقلية والمعرفية ما قد يقربه من الاستسلام و الفشل ؛ لذا فهو مدرك أن المواجهة و حل المشكلة مباشرة بعد التعرض لها هو الحل الأنسب لتخطيها و للحفاظ على توازنه النفسي و الدراسي ، لذا و حسب ما أفرزته النتائج فإن استراتيجية المواجهة و حل المشكلة تأتي في المرتبة الأولى لدى أفراد العينة

ثم تليها في المرتبة الثانية استراتيجية ؛ البناء المعرفي و التقييم الإيجابي وهذا ما يؤكد أن تلميذ شهادة البكالوريا يحاول تحديد مصادر الضغط و الخوف و بواعثه ، و بذل مجهود من خلال جمع المعلومات المتعلقة بالمشكلة و استرجاع الخبرات السابقة و محاولة التفكير بإيجابية بتنظيمها و ترتيبها و تحليلها للوصول إلى حل، و تجنب المشاعر السلبية و التفكير بطريقة انهزامية ضعيفة ، ما يحقق له أكبر قدر من السعادة و الرضا عن البيئة الأكاديمية .

وبالتالي مواصلة المسار التعليمي وتقديم أداءات جيدة تمكنه من تحقيق النجاح في شهادة البكالوريا الذي يعتبر هدف كل تلميذ وتلميذة، لما لهذا الامتحان من أهمية على الصعيد الذاتي والاجتماعي والمستقبلي.

2.6. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الثانية:

تنص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس(ذكور/إناث)".

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار(t) لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث)، وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم (11) يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس(ذكور/إناث)

الاستبيان	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(t)	قيمة الدلالة	الدلالة الاحصائية
استراتيجيات المواجهة الأكاديمية	ذكور	18	158.05	20.71	1.342	0.186	غير دالة احصائيا
	اناث	29	164.27	11.08			

يتضح من خلال الجدول رقم (11) عدم وجود فروق دالة إحصائيا في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس(ذكور/إناث)، إذ بلغ المتوسط الحسابي للذكور (158.05) بانحراف معياري قدره (20.71) والمتوسط الحسابي للإناث (164.27) بانحراف معياري قدره (11.08) حيث بلغت قيمة (t) (1.342) أما قيمة الدلالة قدرت بـ (0.186) وهي غير دالة إحصائيا، وبالتالي الفرضية غير محققة.

من خلال النتائج المتحصل عليها في الأعلى تبين عدم وجود فروق في استراتيجيات المواجهة الاكاديمية تعزى لمتغير الجنس و هذا ما يتفق مع دراسة لميشي و دراسة ماروكوس ، حيث يمكن تفسير هذه النتيجة أن إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية هي مجموعة من الجهود المعرفية و السلوكية للتخفيف من خطر و تهديد المواقف الضاغطة ، فهي غير متعلقة بالنوع أو الجنس بقدر ما هي متعلقة بالعوامل المعرفية و القدرات العقلية للتلميذ و كيفية إدراكه و تقييمه للموقف الضاغط في البيئة الأكاديمية و تصوره الشخصي للحل و لطريقة المواجهة الفعالة.

فالتلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا بغض النظر عن جنسهم دائما ما يحاولون جمع المعلومات المخزنة لديهم وربطها وتكييفها مع معطيات الاحداث الجديدة لاقتراح الحل المناسب، فالتلميذ سواء ذكر أو أنثى نجده يتجنب الرسوب والفشل ولديه طموح ورغبة في تحقيق النجاح وتحقيق الهدف وإثبات الذات.

3.6. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الثالثة:

تنص على" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص الدراسي(علمي/أدبي)"

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار(t) لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص الدراسي(علمي/أدبي)، وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم(12) يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص الدراسي(علمي/أدبي)

الاستبيان	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(t)	قيمة الدلالة	الدلالة الاحصائية
استراتيجيات المواجهة الأكاديمية	علمي	19	158.78	17.14	1.129	0.265	غير دالة احصائيا
	أدبي	28	164.00	14.35			

يتضح من خلال الجدول رقم (12) عدم وجود فروق دالة إحصائيا في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص الدراسي(علمي/أدبي)، إذ بلغ المتوسط الحسابي للعلميين (158.78) بانحراف معياري قدره (17.14) والمتوسط الحسابي للأدبيين (164.00) بانحراف معياري قدره (14.35) حيث بلغت قيمة (t) (1.129) أما قيمة الدلالة قدرت ب (0.265) وهي غير دالة إحصائيا، وبالتالي الفرضية غير محققة.

و تتفق هذه النتيجة مع دراسة لميمشي و دراسة منال علي الخولي و أماني عبد التواب ، و يمكن تفسيرها بأن التلميذ المقبل على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا سواء كان علمي أو أدبي يلجأ إلى تغيير طبيعة الموقف الضاغط و تكييفه ليصبح أقل خطرا و قلقا ما يساعده على التفكير بإيجابية لتجاوزه و عدم فقدان اتزانه النفسي و التعليمي ،فالتصدي المباشر للمشكل لا يحدده التخصص الدراسي بل تفكير التلميذ إدراكه للمشكلة و لطريقة الحل ، أما التلميذ الذي يبتعد عن المواقف لضاغطة و يتجنبها و يبدي عدم الاهتمام و اللامبالاة فهو يتبنى الانكار و التجنب و هذا ليس له علاقة بالمواد التعليمية للتخصص و إنما لرغبته فالهروب و تقبله للفشل .

4.6. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الرابعة:

التي تنص على" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية بين المعيدين والمجتازين لأول مرة لهذا الامتحان"

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار(t) لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية بين المعيدين والمجتازين لأول مرة لهذا الامتحان، وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم (13) يوضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية بين المعيدين والمجتازين لأول مرة لهذا الامتحان

الاستبيان	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(t)	قيمة الدلالة	الدلالة الاحصائية
استراتيجيات المواجهة الأكاديمية	المعيدين	23	155.82	17.00	2.790	0.007	دالة احصائيا
	المجتازين لأول مرة لهذا الامتحان	24	167.70	11.69			

يتضح من خلال الجدول رقم (13) وجود فروق دالة إحصائيا في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية بين المعيدين والمجتازين لأول مرة لهذا الامتحان، إذ بلغ المتوسط الحسابي للمعيدين (155.82) بانحراف معياري قدره (17.00) والمتوسط الحسابي للمجتازين لأول مرة لهذا الامتحان (167.70) بانحراف معياري قدره (11.69) حيث بلغت قيمة (t) (2.790) أما قيمة الدلالة قدرت بـ (0.007) وهي دالة إحصائيا، وبالتالي الفرضية محققة

تفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء أن التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا تصاحبه مشاعر نقص الثقة بالنفس و الخوف من الفشل مرة أخرى و الإحباط ، فالتجارب التي عاشها أثناء العام الدراسي و فترة الامتحان كونت لديه رصيد معرفي عن كثير من التفاصيل و الاحداث و المعلومات ، ما يثري خبراته و يغير من إدراكه و تصوره لكيفية الدراسة و الكيفية مواجهة المشكلات الأكاديمية و المواقف المقلقة ، و هذا ما يجعله يغير من أساليب و إستراتيجيات مواجهته للضغوط الاكاديمية لضمان تحقيق نتيجة إيجابية و التركيز على تفادي خطر الفشل ، في المقابل نجد أن التلميذ المجتاز للامتحان لأول مرة أساليب مواجهته للضغوط الاكاديمية تكون تلقائية بناء على إدراكه للموقف و قدراته المعرفية فتبنيه لاستراتيجية المواجهة و حل المشكل يكون بمجهود شخصي عقلي و معرفي غير معتمد على المعلومات و الخبرات المحصلة في السابق.

فاستراتيجيات المواجهة الأكاديمية ترتبط بالفعالية الذاتية و بإيمان التلميذ بأنه قادر على التعامل و السيطرة بفعالية على المواقف الضاغطة، فالمواجهة الناجحة لا تتطلب مهارات نوعية فحسب بل تتطلب أيضا اعتقاد الفرد بأن لديه القدرة على التحكم و كذلك الصلابة النفسية و الاستعداد إلى تقبل التغيير ، و هنا يبرز الاختلاف بين المعيد الذي تكونت لديه نظرة حول ما ينتظره و ما هو مقبل عليه ،و تضاعف خوفه من الفشل للمرة الثانية تجعله يحاول أن تكون

مواجهته أكثر فعالية من سابقتها، و بين المجتاز للمرة الأولى الذي يكتشف الأحداث لأول مرة و ينصدم بالعراقيل و الصعوبات لأول مرة .

خاتمة

توصلت هذه الدراسة إلى جملة من النتائج فالتلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا يتبنون استراتيجية المواجهة و حل المشكل و هذا راجع إلى رغبتهم في تخطي العراقيل و تفادي الخطر الذي تفرضه المواقف الضاغطة أكاديميا، و تحقيق النجاح في هذه الشهادة التي لها طابع خاص و أهمية بالغة لدى التلميذ و اسرته و حتى المنظومة التعليمية ككل، كما توصلت أيضا هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغيري الجنس(ذكور-إناث) و التخصص الدراسي (علمي-أدبي)، يرجع هذا إلى أن المواجهة الفعالة ترتبط بقدرات نوعية و تصورات التلميذ وكيفية إدراكه للموقف الضاغط لا يتعلق لا بالجنس ، فكلا الجنسين يحاولان التوصل للحلول المناسبة لتجاوز العقبات و لا بالتخصص الدراسي فطبيعة التخصص بمواده الدراسية لا تفرض نوع معين من المواجهة و لا طريقة معينة لتفادي الوقوع في خطر هذه المشكلات، فالنجاح و تقديم أداء أكاديمي جيد يبقى هدف لجميع التلاميذ باختلاف نوعهم و تخصصهم الدراسي.

كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية بين التلاميذ المعيدين والمجتازين لأول مرة لامتحان شهادة البكالوريا، فعامل الإعادة يزيد من رغبة التلميذ المعيد في النجاح وعدم تكرار تجربة الفشل ويرفع من رصيد الخبرة لديه ما يساعده على إيجاد حلول بديلة أكثر نجاعة، على عكس التلميذ المجتاز لأول مرة الذي تعتمد مواجهته للضغوط الأكاديمية على ما توفر لديه من معلومات وحول الموقف وعلى قدراته ومهاراته المعرفية فحسب.

التوصيات:

- العمل على توفير بيئة اكاديمية تناسب ميولات التلاميذ وأنماط تفكيرهم وخصائصهم المعرفية والنفسية في المرجلة الثانوية، ما يمكنهم من مواجهة الضغوط الاكاديمية.
- إعداد برامج تدريبية ولتنمية استراتيجيات المواجهة الاكاديمية لدى تلاميذ شهادة البكالوريا
- لفت انتباه المعلمين والقائمين علة مرحلة التعليم الثانوي بضرورة توفير الفرص للتلاميذ لإبراز قدراتهم وتنميتها والتفاعل بإيجابية في البيئة التعليمية ما يعزز الرضا لديهم عن الدراسة.

قائمة المراجع:

- الدويدري، رجاء وحيد. (2002). *البحث العلمي و أساسياته النظرية و ممارسته العلمية* (ط1). دمشق، سوريا: دار الفكر المعاصر.
- القبي، عبد الهادي محمد خالد. (2012). "أساليب مواجهة الضغوط لدى الأبناء." *المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال*. جامعة المنصورة، 5 (1)، ص ص438-460

- النواب، ناجي محمود، و الصالحي، أسماء ولي. (2016)." استراتيجيات المواجهة لدى طلبة الجامعة". *مجلة كلية التربية*.جامعة المستنصرية بغداد.2(6).ص ص219-240.
- سامر،جميل رضوان.(2009).*الصحة النفسية*(ط3).عمان.دار الميسر للنشر و الطباعة و التوزيع.
- سوالمية، فريدة، و أوشن، أمين. (2022). "استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى التلاميذ المعيدين للبكلوريا دراسة ميدانية بثانوية ولاية قسنطينة". *مجلة العلوم الإنسانية*، 33 (2). ص ص 433-446.
- سيد، جمعة يوسف. (2004). *إدارة الضغوط نموذج للتدريب و الممارسة* (ط1). دار إيتراك للطباعة و النشر و التوزيع.
- طبي، سهام. (2005). *أنماط التفكري و علاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط التالية للصدمة*. مذكرة ماجستير. جامعة باتنة 1.
- طه،حسين عبد العظيم،و سلامة، عبد العظيم.(2005).*استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية النفسية*(ط1).عمان.دار الفكر.
- عبد المعطي حسين مصطفى. (2006). *ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها* (دط). مصر: مكتبة زهراء الشرق.
- عبد التواب،أماني،و الخولي،منال.(2020).نمذجة التأثيرات السببية بين إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية و التحيز المعرفي و الرفاهية الذاتية الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الثانوية.*مجلة كلية التربية* جامعة عين شمس.4(44).ص ص 259-348.
- عزوز، إسمهان. (2008). *مصدر الضبط الصحي و علاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرض القصور الكلوي المزمن*. مذكرة ماجستير. جامعة باتنة.
- لميمشي، كوثر. (2020). *استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكلوريا*، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر، في علم النفس المدرسي جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي. الوادي سوف.
- Evans, P ; Martin, A; & Ivcevic, Z. (2018). *Personality, coping, and school well-being*: An investigation of high school students. *Social Psychology of Education*, 21 (5), pp 1061-1080.
- Hirsch, C; Barlem, E; Almeida, L; Tomaschewski-Barlem, J; Figueira, A; & Lunardi, V. (2015). Estratégias de coping de acadêmicos de enfermagem diante do estresse universitário. *Rev. Bras. Enferm*, 68(5), pp 783-790.
- Karaca, A; Yildirim, N; Cangur, S; Acikgoz, F; & Akkus, D. (2019). Relationship between mental health of nursing students and coping self-esteem and social support. *Nurse Education Today*, 76(1),pp 44- 50.
- Lopes, I.F; Meurer, A.M; & Colauto, R. (2020). Coping strategies adopted by accounting students. *Journal of Education and Research in Accounting*, 14 (2),pp 195-220.
- Moral-Jiménez, D.V; & González-Sáez,M.E. (2020). Distorsiones cognitivas y estrategias de afrontamiento en Jóvenes con dependencia emocional. *Revista Iberoamericana de Psicologia y Salud*, 11(1), pp15-30.