

## تأثير القلق على مستوى أداء تلاميذ البكالوريا في الطور الثانوي (دراسة ميدانية على تلاميذ ثانوية معنصر أونيس - عين كرشة)

### The effect of anxiety on the level of performance of baccalaureate students in the second stage

(A field study on Maanser Ounis secondary school students - Ain Karsha-)

جبار عبد السلام<sup>1</sup>

<sup>1</sup> مخبر الاستجابات البيولوجية و النفسية للنشاط البدني الرياضي، جامعة أم البواقي [abdesselam.djebbar@gmail.com](mailto:abdesselam.djebbar@gmail.com)

تاريخ النشر: 2025-02-22

تاريخ القبول: 2024-11-12

تاريخ الاستلام: 2024-09-17

#### ملخص:

يعيش الانسان في مجتمع مليء بالمشاكل من شتى الجوانب وبالأخص منها الجانب النفسي، إذ تولد لدى الفرد اضطرابات وضغوطات نفسية وهي الأكثر تعقيدا، لدى نجد الفرد في صعوبات دائمة نفسه مع للتخلص منها او على الأقل للتخفيف من حدتها. ومن أبرز هذه الاضطرابات هو اضطراب القلق الذي أصبح أمر حتي في حياة الفرد اليومية ويختلف من شخص الى اخر سواء صغار أو كبار وانطلاقا مما سبق فإننا سوف نتطرق في موضوع القلق ومصادره وأسبابه وما هو رأي كل باحث ومفكر في إعطاء رأيه حول موضوع القلق. إن الهدف من دراستنا هذه يتمحور حول عدة نقاط نذكر منها:

- معرفة أهم الأسباب المؤدية لهذا المشكل وكيفية معالجتها.
- معرفة مدى تأثير القلق على مستوى تلاميذ البكالوريا.
- توعية وتوجيه المسؤولين إلى ضرورة توفير الأخصائيين في علم النفس الرياضي لتقديم أفضل رعاية نفسية للتلاميذ.

اتبعا المنهج الوصفي لملائمته للدراسة، و تمثلت عينة البحث في تلاميذ البكالوريا بثانوية معنصر أونيس بلدية عين كرشة ولاية أم البواقي، وقد قمنا باستخدام الاستبيان في جمع المعلومات، وتوصلنا إلى النتائج التالية:

- أن معظم التلاميذ يصيهم الارتباك حيال اجتياز امتحان التربية البدنية خاصة في امتحان شهادة البكالوريا نظرا للضغوطات النفسية التي تهمز كيانهم من أجل الحصول على أعلى في شهادة البكالوريا.

. الكلمات الدالة: القلق؛ تلاميذ البكالوريا؛ الطور الثانوي.

#### Abstract:

A person lives in a society full of problems from various aspects, especially the psychological aspect, as the individual generates psychological disorders and pressures, which are the most complex, when the individual finds himself in constant difficulties with the desire to get rid of them or at least to alleviate their severity.

One of the most prominent of these disorders is anxiety disorder, which has become an inevitable matter in an individual's daily life and varies from one person to another, whether young or old. Based on the above, we will discuss the topic of anxiety, its sources and causes, and what the opinion of every researcher is and thinker in giving his opinion on the topic of anxiety, The aim of our study revolves around several points, including:

-Knowing the most important reasons leading to this problem and how to address it.

-Knowing the extent of the impact of anxiety on the level of baccalaureate students.

- Raising awareness and directing officials to the necessity of providing specialists in sports psychology to provide the best psychological care for students.

We followed the descriptive approach for its suitability to the study, and the research sample represented baccalaureate students at Maanser Ounis Secondary School, Ain Karsha Municipality, Oum El Bouaghi Province, and we used a questionnaire to collect information, We reached the following results:

- Most students are confused about passing the physical education exam, especially the baccalaureate exam, due to the psychological pressures that shake their being in order to obtain a higher grade in the baccalaureate certificate.

**Keywords:** anxiety; Baccalaureate students; Secondary phase.

## مقدمة:

يعيش الانسان في مجتمع مليء بالمشاكل من شتى الجوانب وبالأخص منها الجانب النفسي، إذ تولد لدى الفرد اضطرابات وضغوطات نفسية وهي الأكثر تعقيدا، لدى نجد الفرد في صعوبات دائمة نفسه مع للتخلص منها او على الأقل للتخفيف من حدتها.

ومن أبرز هذه الاضطرابات هو اضطراب القلق الذي أصبح أمر حتمي في حياة الفرد اليومية ويختلف من شخص الى اخر سواء صغار أو كبار وانطلاقا مما سبق فإننا سوف نتطرق في موضوع القلق ومصادره وأسبابه وما هو رأي كل باحث ومفكر في إعطاء رأيه حول موضوع القلق. حيث تناولنا مشكلة الدراسة حول انعكاس العوامل المسببة للقلق النفسي على تلاميذ البكالوريا، وتتمثل الفرضية العامة إلى أهم الدوافع المسببة للقلق عند اجتياز امتحان البكالوريا، وقد توافقت دراستنا مع دراسة الأميري (2001) : مدى فعالية برنامج إرشادي للتخفيف من الضغوط النفسية لدى طالب المرحلة الثانوية باليمن . هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من مدى فعالية برنامج إرشادي جماعي للتخفيف من حدة الضغوطات النفسية التي يعاني منها طالب المرحلة الثانوية إذ تضمن البرنامج إستراتيجية التحصين ضد الضغوط واستراتيجية حل المشكلات وقد تألفت عينة الدراسة من 244 طالب قسموا إلى ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة وقد استخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية توصلت الى النتائج مفادها أن البرنامج الإرشادي الذي طبق على العنيتين التجريبيتين فعال في خفض الضغوط النفسية لدى الطلبة.

دراسة غزال نعيمة وبن زاهي منصور 2013، هدفت إلى الكشف عن العالقة الممكنة بين قلق الامتحان والدافعية للإنجاز لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، كما هدفت إلى تفحص الفروق بين الإناث والذكور والتخصص العلمي والأدبي ، وتمثلت عينة الدراسة في تلاميذ الثالثة ثانوي تم اختيارهم بطريقة عشوائية وبلغ عددهم (120) طالبا وطالبة، وتم تطبيق استبيان قلق الامتحان واستبيان الدافعية للإنجاز، وبعد المعالجة الإحصائية توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة الاحصائية في مستوى قلق الامتحان لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس والتخصص (غزال و آخرون ، 2013، ص 399).

وقد اتبعنا في دراستنا المنهج الوصفي الملائم لموضوع البحث، واستخدمنا الاستبيان لجمع المعلومات التي تخدم دراستنا على عينة مكونة من تلاميذ أقسام الثالثة ثانوي معنصر أونيس على عينة من 25 تلميذ.

## 1. مصطلحات الدراسة:

**القلق:** هو حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصاحبه غموض وأعراض نفسية وجسمية.

**تلاميذ البكالوريا:** هم عبارة عن مجموعة الأفراد المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا.

**الطور الثانوي:** هي المرحلة المحصورة بين الطور المتوسط والجامعة.

## 2. متغيرات الدراسة:

**المتغير المستقل:** القلق

**المتغير التابع:** تلاميذ البكالوريا.

2. عينة الدراسة: احتوت عينة الدراسة على 25 تلميذ

تحليل مستوى العينة:

الجدول رقم 1: يمثل المستوى الدراسي

| المستوى        | ثانوي اناث | ثانوي ذكور | معيد |
|----------------|------------|------------|------|
| التكرار        | 05         | 20         | 0    |
| النسبة المئوية | 16.7       | 83.3       | 0    |

بالإعتماد على spss

التحليل: بالرجوع إلى الجدول أعلاه وبالإعتماد على مخرجات spss نلاحظ أن:

- بالنسبة لمستوى التلاميذ اناث نسبة 16.7 % من إجمالي العينة ككل.
- أما بالنسبة لمستوى التلاميذ ذكور فكان تعدادها 20 مفردة وبنسبة بلغت 83.30 % من النسبة الإجمالية للعينة.

3. عرض النتائج

- السؤال رقم 1: هل يستخدم التلاميذ استراتيجية معينة لتغلب على القلق أثناء الاختبارات؟
- الجدول 2 : نسب التلاميذ الذين يستخدمون استراتيجية معينة لتغلب على القلق أثناء الاختبارات.

| الإجابة | نعم | لا |
|---------|-----|----|
| التكرار | 27  | 3  |
| النسبة  | 90  | 10 |

بالإعتماد على spss التحليل: بالرجوع إلى الجدول أعلاه وبالإعتماد على مخرجات spss نلاحظ أن: تكرارات الإجابة بنعم على السؤال بلغت 27 مفردة وبنسبة 90%، وفيما يتعلق بالإجابة بلا فقد بلغت 3 مفردات وبنسبة 10% من النسبة الإجمالية للعينة. هذا يعني أكبر نسبة التلاميذ لا يستخدمون استراتيجية معينة للتغلب على القلق أثناء الاختبارات .

السؤال رقم 2: هل تعتقد أن القلق يؤثر على نتائج الاختبارات؟

الجدول رقم 3: نسب المعتقدين أن القلق يؤثر على نتائج الاختبارات.

| الإجابة | نعم | لا |
|---------|-----|----|
| التكرار | 27  | 3  |
| النسبة  | 90  | 10 |

بالإعتماد على spss التحليل: بالرجوع إلى الجدول أعلاه وبالإعتماد على مخرجات spss نلاحظ أن: تكرارات الإجابة بنعم على السؤال بلغت 27 مفردة وبنسبة 90%، وفيما يتعلق بالإجابة بلا فقد بلغت 3 مفردات وبنسبة 10% من النسبة الإجمالية للعينة. هذا يعني أن نسبة كبيرة من التلاميذ يعتقدون أن للقلق تأثير على نتائج الاختبارات

السؤال رقم 3: هل تلاحظ أي تغير في تحصيل النتائج عندما يكون قلقين؟  
الجدول 4 : نسب الملاحظين لتغير أداء التلاميذ عندما يكون قلقين.

| الإجابة | نعم | لا |
|---------|-----|----|
| التكرار | 24  | 6  |
| النسبة  | 80  | 20 |

بالاعتماد على spss التحليل: بالرجوع إلى الجدول أعلاه وبالإعتماد على مخرجات spss نلاحظ أن: تكرارات الإجابة بنعم على السؤال بلغت 24 مفردة وبنسبة 80%، وفيما يتعلق بالإجابة بلا فقد بلغت 6 مفردات وبنسبة 20% من النسبة الإجمالية للعينة. ونستنتج أن نسبة كبيرة من التلاميذ تلاحظ تغير في الأداء على الغير عندما يكونون قلقين

السؤال رقم 5: هل الحراس مصدر قلق للتلاميذ أثناء الاختبارات؟  
الجدول رقم 6: نسب الأشخاص الذين يرون أن الحراس سبب قلق اللاعبين

| الإجابة | نعم | لا |
|---------|-----|----|
| التكرار | 27  | 3  |
| النسبة  | 90  | 10 |

بالاعتماد على spss التحليل: بالرجوع إلى الجدول أعلاه وبالإعتماد على مخرجات spss نلاحظ أن: تكرارات الإجابة بنعم على السؤال بلغت 27 مفردة وبنسبة 90%، وفيما يتعلق بالإجابة بلا فقد بلغت 3 مفردات وبنسبة 10% من النسبة الإجمالية للعينة. نستنتج أن الحراس مصدر قلق للتلاميذ

السؤال رقم 6: هل تؤثر عليك توترات خارج المدرسة (العلاقات الشخصية أو الأسرية) على أدائك في الاختبارات  
الجدول رقم 7: نسب الأشخاص الذين تؤثر عليهم التواترات الخارجية

| الإجابة | نعم  | لا   |
|---------|------|------|
| التكرار | 16   | 14   |
| النسبة  | 46.7 | 53.3 |

بالاعتماد على spss التحليل: بالرجوع إلى الجدول أعلاه وبالإعتماد على مخرجات spss نلاحظ أن: تكرارات الإجابة بنعم على السؤال بلغت 16 مفردة وبنسبة 46.7%، وفيما يتعلق بالإجابة بلا فقد بلغت 14 مفردة وبنسبة 53.3% من النسبة الإجمالية للعينة. ومنه نستنتج أن العلاقات الخارجية تؤثر على الاختبارات

#### 4. تحليل النتائج ومناقشتها

من خلال نتائج الإجابة على الأسئلة رقم 1 و 2 و 3 يتضح وجود عوامل داخلية تؤثر على نتائج التلاميذ في الامتحانات الرسمية وخاصة ما يتعلق بالظروف النفسية والداخلية المحيطة داخل الأجهزة الحيوية التي تستطيع أن تؤثر بصفة أو بأخرى على الأداء المعرفي للتلاميذ

وهذا ما أكدته الخبراء والأخصائيين حيث يرى فهمي 2003 ان الضغوطات المرتبطة بالغرائز تؤثر في الحالات النفسية والفكرية للفرد.

كذلك يرى عنان عبد الفتاح 1999 أن الأنشطة الرياضية والابتعاد عنها سيؤثر على محصول الدراسي للتلاميذ وهذا ما يحقق صحة الفرضية الاولى التي تقول أن العوامل الداخلية تؤثر على نتائج تلاميذ في البكالوريا.

ومن خلال الجداول 4.5.6 يتضح أن العوامل الخارجية المحيطة بالتلاميذ سواء من الاولياء او المجتمع او المحيط الخارجي يؤثر على نتائج التلاميذ في الامتحانات الرسمية وبالرجوع الى علماء النفس وخاصة المتعلقة بالضغوطات الخارجية اتفقوا على الحذر منها.  
التوصيات والاقتراحات

من خلال تحليل أسئلة الاستبيان الموجهة لمختلف التلاميذ والتي نتمنى أن تكون لها فائدة و لو نسبية في المستقبل، اتضح لنا طرح جملة من التوصيات والاقتراحات أملا في تخفيف من المشاكل التي تواجه التلاميذ خصوصا مشكل القلق، حيث بنيت هذه الاقتراحات على ما تطرقنا إليه في بحثنا هذا ومن أهمها:

- ☞ التركيز على التحضير النفسي للتلاميذ.
- ☞ ضرورة إدماج أخصائيين نفسانيين ضمن الطاقم التربوي.
- ☞ على الاستاذ توجيه وإرشاد اللاعبين خلال الحصص للتربية البدنية
- ☞ خلق جو مريح للتلاميذ.
- ☞ إجراء تريبص في دورات تكوينية لصالح التلاميذ
- ☞ ضرورة التكافل والتنسيق بين الاسرة والاسرة التربوية
- ☞ ضرورة التسيير الجيد أثناء الاختبارات من خلال إعطاء المسؤولية لذوي الاختصاص والخبرة في تسيير المنشآت التربوية
- ☞ توعية التلاميذ بنصائح وإرشادات فيما يخص الروح الرياضية وذلك عن طريق وسائل الإعلام المختلفة.

## خاتمة

في خاتمة هذه الدراسة والتي شملت جوانب عديدة بكل من له علاقة بالموضوع، إلا أن هذا الموضوع يبقى بحاجة ماسة إلى دراسات معمقة وتحليلية أكثر خاصة من ذوي الاختصاص، وهذا لأهمية هذا الموضوع خصوصا من خلال الاقبال والاهتمام الكبير الذي تعرفه المنظومة التربوية، ورغبة التلاميذ في تحقيق أعلى امتحان، هذا ما دفعنا إلى طرح التساؤلات حول ما هي الاسباب والدوافع التي أدت إلى ضعف وتدهور نتائج البكالوريا.

وهذا ما جعلنا نقترح دراسة تتضمن إحدى هذه الدوافع والاسباب التي تؤدي إلى تلك النتائج السلبية ألا وهو مشكل القلق والذي ركزنا فيه تلاميذ البكالوريا، ومن خلال النتائج المتوصل إليها نستنتج أن للقلق أثر كبير على نتائج التلاميذ، وهذا ليس معناه أنه هو العامل الوحيد الذي يؤثر على مردوديتهم وانما هناك أسباب أخرى منها عوامل كثيرة سواء داخلية او خارجية، وحول دراستنا بالذات فقد طرحنا مشكلة عامة التي تفرعت عنها تساؤلات جزئية تضمنت البحث عن أسباب المشكل، ثم اقترحنا فرضيات رأينا أنها تعمل على إعطاء شيء إيجابي وحل لهذه الظاهرة، فمن خلال ما تقدم تحليله ومناقشته من خلال أسئلة الاستبيان التي وزعناها على نسبة ممثلة مع البحث الذي يتمثل في عينة من التلاميذ توصلنا إلى أن الفرضيتين التي تم اقتراحهما قد تحققت وأخيرا نرجو أن يكون بحثنا قد قدم ولو جزء بسيط من الحلول لهذه الظاهرة، راجين من كل من يهمه هذا الموضوع أن يتناوله بشيء من التفصيل والدقة. و صفوة قولنا الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذه الدراسة.

## 6. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

1. خرشي فيصل وآخرون، تأثير التوافق المهني النفسي والاجتماعي على فاعلية أداء الموارد البشرية في المنشآت الرياضية بالتطبيق على عينة من المنشآت الرياضية بالمسيلة، مجلة التحدي، المجلد 16، العدد 2.
2. دغة عبد الغني، العلوي عبد الحفيظ، مساهمة الأنشطة الرياضية الترويحية المعدلة في التخفيف من الضغوط النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي في فترة فيروس كورونا، المجلد 16، العدد 2.
3. محمد مصطفى الشعبي، دراسات في علم الاجتماع، دار النهضة العربية، القاهرة.
4. محمود عبد الفتاح عثان، سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط 1، مصر، 1991.
5. مصطفى فهمي، التكيف النفسي، مكتبة القاهرة، ط 1، مصر، 2002.
6. وليم الحولي: الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب العقلي، دار المعارف بمصر، 1986.