

جامعة عمار ثليجي الاغواط
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا



الميدان: العلوم الإنسانية والاجتماعية
شعبة: العلوم الاجتماعية
الموضوع:

دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في خفض التوتر
النفسي السلبي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم
الثانوي.

— دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية الأغواط —

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علوم التربية
تخصص: ارشاد وتوجيه

الأستاذ المشرف:
بن شهرة قرينات

إعداد الطالبتين:
* عامري فاطمة
* شويرب يمينة

لجنة المناقشة:

رئيسا	بدوي عايشة
مشرفا ومقررا	قرينات بن شهرة
مناقشا	كزواي عطاء الله

السنة الجامعية 2022/2021

إهداء

الحمد لله وكفى والصلاة على الحبيب المصطفى وأهله ومن وفى

أما بعد أهدي عملي المتواضع هذا :

إلى من أوصى ببرها من سابع سماء، و وضع أعز ما نطلب تحت قدميها، إلى من تفرح
لفرحي وتحزن لحزني إلى نبع الخنان وبر الأمان، إلى أعز وأعلى ما في الكون إلى

*أمي الحبيبة *

إلى من كان سبباً في وجودي، إلى من بذل النفس والنفيس من أجل إسعادي، إلى الذي كان
يزيد في قوتي وعزيمتي وأعتبره قدوتي في الحياة إلى

*أبي الحبيب *

إلى الذين كانوا بسمه في فؤادي ونجوماً في سهامتي، إخوتي وأخواتي *عبدالغني، أحمد
، كريمة ، بركاهم، ندى* حفظهما الله ورعاهما .

إلى الأصدقاء والأحباب كل واحد بإسمه، إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم وإلى من
شاركنتي هذا العمل المتواضع *فاطمة*

إلى كل أساتذتي الذين درسوني منذ أن وطأت قدمي المدرسة الابتدائية إلى غاية نهاية
مشواري الدراسي والذين أكن لهم كل الاحترام و التقدير.

أمينة

إهداء

قال الله تعالى : " وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه و وبالوالدين احسانا "

صدق الله العظيم

أهدي ثمرة عملي هذا

الى من رمتني الأقدار في أحضانها .. الى من غمرتني بحبها و حنانها الى من علمتني
معنى الامانة والصدق ...الى من أعطتني و حرمت نفسها أمي الحبيبة حفصها الله وأطال
في عمرها

الى رمز النصيحة ومنال الصمود.. الى من علمني معنى الكفاح ..الى من تعب و عمل
من أجلي ... الى من طعم عقلي بالعلم و الايمان

" الى أبي العزيز "

الى جميع من جمعني بهم سقف واحد وشد بهم الله أزمري و جعلهم لي سند المعين

الى بهجة

الى صديقتي التي معي هذا العمل " أمينة " والى كل من حملتهم ذاكرتي ولم تحملهم
مذكرتي ولم تحملهم مذكرتي والى من حملة قلبي ولم تحمله ورقتي

الى كل هؤلاء أهدي عملي المتواضع

شكر وتقدير

اللهم اني أسألك أن تلهمنا شكر نعمتك و تجعل علمي مخلصا لوجهك

فالحمد و الشكر لجلالتك و عظيم سلطانك

قال رسول الله صلى الله عليه و سلم

" من لم يشكر الناس لم يشكر الله ، و من اسدى اليكم معروفا فكافئوه ، فان لم تستطيعوا فادعوا له "

و اقتداء بهذا الحديث الشريف

نتقدم باسمي عبارات الشكر و التقدير الى أستاذنا الكريم الدكتور "قرينات بن شهرة"، لما قدمه لنا من توجيه و ارشاد و نصح وخاصة دعمه و تفهمه الكبيرين ، من خلال اشرافه على تنظيم مجهوداتنا و معلوماتنا ، نهدي له ثمرة جهدنا و ألف شكر .

الى كل أساتذتي الكرام بكلية العلوم الاجتماعية

كما نتقدم بالشكر الجزيل و العرفان لكل من ساعدنا في اعداد هذه المذكرة و الى من ساعدنا و أعاننا قريب أو بعيد ولو بكلمة ، نصيحة ، أو دعاء الى كل هؤلاء شكرا

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة :

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة دور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي ببعض ثانويات ولاية الاغواط ، وتم الإعتماد على المنهج الوصفي الاستكشافي ، وتمثل مجتمع الدراسة من عينة أساسية استطلاعية وتم تطبيق الاستبيان على عينة مكونة من (90) تلميذ وتلميذة على مستوى ثلاث تخصصات (آداب وفلسفة ، علوم تجريبية، تسيير وإقتصاد)، وقد أظهرت النتائج أن هناك دور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى إلى الجنس، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في خفض التوتر النفسي بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف التخصص .

الكلمات المفتاحية: مستشار التوجيه المدرسي والمهني ،التوتر النفسي ،التلاميذ المرحلة الثانوية.

Study summary:

This study aimed to know the role of the guidance counselor in reducing psychological stress among the final stage students of secondary education in some secondary schools in the state of laghouat ,the descriptive exploratory approach was relied on, and study population was represented from a survey base sample of(90) male and female students at the level of three disciplines (arts and philosophe, experimental sciences, management and economics) ,and the results showed that there is a role of the guidance counselor in reducing psychological stress among students in the final stage of secondary education, and the results also showed That there are no statistically significant differences in the role of the guidance counselor in reducing psychological stress among third year secondary students due to gender,and that there are statistically significant differences in reducing psychological stress among students the third year of secondary school , according to specialization.

Key words:school and vocational guidance counselor, psychological stress, secondary school student.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
/	إهداء .
/	شكر وتقدير .
/	ملخص الدراسة.
أ	فهرس المحتويات .
1	مقدمة.
الفصل الأول: مشكلة الدراسة واعتباراتها	
5	1- إشكالية الدراسة.
7	2- فرضيات الدراسة.
7	3- أهداف الدراسة.
7	4- أهمية الدراسة.
8	5- حدود الدراسة.
8	6- المفاهيم الأساسية للدراسة.
9	7- الدراسات السابقة.
الفصل الثاني: دور مستشار التوجيه	
16	- تمهيد
16	1- نشأة حركة التوجيه والإرشاد وتطوره في العالم والجزائر .
19	2- مفهوم مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني
21	3- صفات مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني
23	4- مهام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.
25	5- الوسائل وتقنيات المستشار التوجيه التربوي.

28	6- علاقة المستشار التوجيه مع مختلف المتعاملين.
32	7- أدوار مستشار التوجيه المدرسي.
33	8- الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني
36	خلاصة الفصل.
الفصل الثالث : التوتر النفسي	
38	تمهيد .
38	1- تعريف التوتر النفسي .
40	2- تطور مفهوم التوتر النفسي .
42	3- أنواع التوتر النفسي .
43	4- أعراض التوتر النفسي.
43	5- أسباب التوتر النفسي .
44	6- النماذج والنظريات المفسرة للتوتر النفسي.
48	7- سيكولوجية التوتر النفسي .
50	8- أساليب قياس التوتر النفسي.
52	9- خلاصة الفصل .
الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة	
54	تمهيد.
54	1- منهج الدراسة.
54	2- مجتمع الدراسة وعينته.
57	3- أداة الدراسة.
58	4- الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة.
60	5- الأساليب الإحصائية.
61	6- خلاصة الفصل.

مناقشة وتفسير فرضيات الدراسة على ضوء التصور المقترح.	
63	تمهيد
63	1-مناقشة الفرضة العامة.
66	2-مناقشة الفرضية الأولى.
67	3-مناقشة الفرضية الثانية.
69	4-الاستنتاج العام
70	5-اقتراحات الدراسة
72	6-خاتمة الدراسة
74	قائمة المراجع
/	الملاحق

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	يوضح توزيع افراد العينة حسب التخصص العلمي.	55
2	يوضح توزيع العينة حسب الجنس.	56
3	يوضح توزيع افراد العينة حسب المؤسسة التعليمية التي ينتمون إليها.	56
4	التدريج المستخدم في تقييم المتوسطات الحسابية لأداء على فقرات الإستبانة.	57
5	يوضح معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لأداة الدراسة.	59
6	يوضح معامل ثبات استبيان بمعادلة ألفا كرونباخ α	59
7	يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمجموع عبارات الاستبيان.	63
8	يوضح عدم وجود فروق في متوسط لاستجابة لعينة الدراسة تعزى الجنس	66
9	يوضح وجود فروق في متوسط الاستجابات لعينة الدراسة تعزى التخصص الدراسي. التخصص لصالح العلوم.	67

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح توزيع افراد العينة حسب التخصص العلمي.	55
02	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس.	56
03	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الثانوية التي يدرسون بها.	57

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
1	استبيان دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني.
2	نتائج الدراسة الأساسية للحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية.

مقدمة

مقدمة :

أعطت التربية الحديثة الاهتمام للمتعلم ، فلم يعد الاهتمام يقتصر على الجانب المعرفي وإنما أصبح يشمل الجوانب النفسية والاجتماعية للمتعلم من أجل انشاء أجيال تتمتع بصحة النفسية والكفاءة العلمية ، ولهذا أصبح التوجيه والارشاد يأخذ جزءا من العملية الارشادية باعتباره يهدف الى مساعدة التلاميذ على معرفة حاجاتهم المختلفة وتجاوز المشكلات التي تواجههم .

وقد تغير مفهوم التوجيه والارشاد منذ بداية القرن العشرين وقد مرت نظرية التوجيه منذ ذلك الوقت لمراحل عديدة اختلف في تعريفها الباحثون والمختصون ، ففي المرحلة الاولى بدأ بتوجيه المهني ثم التوجيه المدرسي وامتدت برامج التوجيه والارشاد لتشمل المجالات التربوية .

بحيث تعتبر المدرسة المؤسسة الثانية بعد الأسرة من حيث التأثير في تربية واعداد الأجيال ، فهي تلعب دورا هاما في تكوين الأفراد واعطائهم النموذج الصحيح للشخصية ، ولأهمية التوجيه في حياة التلميذ المتمدرس في تحديد مصيره عن طريق توجيه الطفل و رعايته الى جانب تعليمه ، وشاعت فكرة الاهتمام بالفرد ككل بكل جوانبه الجسمية و العقلية والانفعالية والاجتماعية ، فان مستشار التوجيه يقوم بمساعدة التلميذ على اختيار الشعبة التي يريد مزاوله الدراسة فيها ويقوم بشرح المسارات التكوينية والمهنية لشعب ، ومساعدته على اكتشاف قدراته وامكانته كما يسعى الى تحقيق أهداف العملية التعليمية وتحقيق النمو السليم والمتكامل لشخصية التلميذ ، وأيضا يقوم المستشار بتخفيف التوتر النفسي للتلاميذ بحيث تعتبر ظاهرة التوتر النفسي وقلق الامتحان التي أصبحت تمس التلاميذ بوجه عام خاصة تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي ، لذلك جاءت دراسات عديدة تناولت هذا الموضوع بدقة وعناية وعليه فإن جل الدراسات والبحوث العلمية أثبتت أن تلاميذ المرحلة النهائية يعانون من التوتر النفسي وهاجس الخوف من اجتياز امتحان شهادة البكالوريا لمعرفة الدور الاساسي الذي يقوم به مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي ، ويأتي على عاتقه

التوجيه والإشراف والمتابعة ووضع خطة عمل وبرنامج وفق لمعايير علمية من أجل التقليل من الخوف وخفض التوتر النفسي ، وتزويد الحاجة الإرشادية في المرحلة الثانوية باعتبارها مرحلة حرجية بالنسبة إلى التلاميذ وذلك نظرا للمتغيرات التي يمرون بها فهي تحمل في طياتها تغيرات جسمية وعقلية وانفعالية تنعكس على سلوكياتهم داخل البيئة المدرسية ، وبالتالي تؤدي إلى صعوبة نجاحهم في مشوارهم الدراسي ، وهذا ما استدعى ضرورة إدخال التوجيه والإرشاد في مجال التعليم وتفعيل دور مستشار التوجيه المدرسي داخل المؤسسات التربوية من أجل تسهيل عملية تكيف التلميذ .

من خلال هذا العرض الموجز لموضوع الدراسة أردنا أن نكشف عن دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي السلبي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي ، وللإحاطة بجوانب هذا الموضوع تم تقسيم البحث إلى جانبين ، جانب نظري وجانب تطبيقي ، حيث اشتمل الجانب النظري على أربعة فصول تمثلت في :

الفصل الأول : يعتبر مدخلا للدراسة أي الإطار العام لإشكالية البحث بتحديد تساؤلات البحث ، وفروضه إضافة إلى أهدافه وأهميته وحدود الدراسة ومختلف المفاهيم الإجرائية وبعض الدراسات السابقة .

الفصل الثاني : فقد تم التطرق فيه إلى موضوع مستشار التوجيه واحتوى على نشأة حركة التوجيه والإرشاد وتطوره في العالم والجزائر ومفهوم هو أهداف هو أهميته ثم انتقلنا لعرض مفهوم مستشار التوجيه وصفاته ومهامه وتقنيات ووسائل عمله ثم علاقته مع الأطراف التربوية وأدواره ، وفي الأخير تطرقنا إلى الصعوبات التي تواجهه في عمله .

الفصل الثالث : ويضم هذا الفصل التوتر النفسي تعريفاته وتطوره وأنواعه وأعراضه وأسبابه ثم النماذج والنظريات المفسرة له وسيكولوجية التوتر النفسي وأساليب قياسه .

أما الجانب الميداني فقد شمل كل من الفصل الرابع : والذي تضمن الإجراءات المنهجية وتناول مجالات الدراسة ، وكذا المنهج المتبع في هذه الدراسة ووصف عينة الدراسة ثم التطرق إلى الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة والخصائص السيكمترية لأداة الدراسة وأخيرا الأساليب الإحصائية المستعملة .

والفصل الخامس: تم فيه عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة المتوقعة ومقارنتها بنتائج من الدراسات السابقة ثم الخروج ببعض التوصيات الهامة التي تفيد باحثين آخرين في هذا الموضوع واستغلال تطويرها في المنظومة التربوية، وانتهى البحث بخاتمة ومراجع البحث وملاحق البحث.

الفصل الأول

إشكالية الدراسة واعتباراتها

~ إشكاليات الدراسة

~ فرضيات الدراسة

~ أهداف الدراسة

~ أهمية الدراسة

~ حدود الدراسة

~ المفاهيم الأساسية للدراسة

~ الدراسات السابقة

~ الدراسات السابقة التي تطرقت لمفهوم الوحدة النفسية

~ المفاهيم الأساسية للدراسة

1- إشكالية الدراسة:

تعد عملية التوجيه عنصراً مهماً ومساعداً في العملية التربوية وجزءاً مكماً لدور المدرسة في رعاية وتربية التلاميذ، كما يمكن اعتبار التربية أداة فاعلة في تشكيل شخصية الفرد داخل الجماعة التي ينتمي إليها، وهي في نفس الوقت الوحيدة التي تقوم بتزويد المجتمع بالكفاءات البشرية التي تمكنه من الرقي والتقدم والازدهار ويتم ذلك من خلال عنصر مهم ألا وهو التعليم، الذي يعتبر قادراً دون غيره على إحداث تغيرات جذرية حيث نجده يساعد الأفراد في الأوساط الاجتماعية على تلقي العلم والمعرفة من أجل تحقيق أهداف التغيير التي يريد المجتمع الوصول إليها، ويتم ذلك بالاهتمام بالتلاميذ في جميع الأطوار التعليمية، ومساعدتهم في مواجهة الصعوبات من أجل إنجاح العملية الإرشادية والمرشد دوراً كبيراً في تحقيق أهداف الإرشاد و أهداف المسترشد وبلورة طموحاته وتطلعاته وأماله ودراسة المسترشد عبر مراحله التعليمية في كافة الأطوار وخاصة تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، فهم بحاجة ماسة إلى الإرشاد والتوجيه.

(حورية قدور 2018 ص 9)

حيث تعتبر امتحانات البكالوريا مرحلة تأزم وضغوطات نفسية تؤثر سلباً على شخصية التلاميذ، وهي مصدر توتر وقلق بالنسبة إليهم وقلق الامتحان هو توتر موضوعي، وهو مشكلة نفسية انفعالية يمر بها التلاميذ أيام الامتحانات وهذه المشكلة تزداد حدة وتعقيداً في أوساط التلاميذ الذين لا يقومون بالتحضير والمذاكرة الجيدة للامتحان ويعتبر تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي أكثر عرضة لتوتر والخوف من الامتحانات من غيرهم بسبب إقبالهم على اجتياز امتحان البكالوريا.

ويمثل التوتر النفسي حالة من الاضطرابات والشعور بعدم الارتياح والخوف من حوادث المستقبل، والشعور بالضيق والهم والتفكير التشاؤمي في أمور الحياة المختلفة وتوقع الشر من مشكلة أو موقف معين والإحجام عن الإبداع خوفاً من الوقوع في مشكلة والمتوترون

نفسياً عادة ما يكونون أقل ابداعاً ومرونة وشعبية من غيرهم وأكثر قابلية للإيحاء وللتأثير بالآخرين ومشاكلهم وأكثر تردداً كما أن مفهوم الذات لديهم عادة ما يكون متدنياً وغالباً ما يكونون معتمدين على الآخرين.

(شيفر شارز وميلمان هواردر 2000 ص 104)

كما أن استغلال جزء كبير من عمل المستشار في الأعمال الإدارية في مجال التوجيه والإرشاد التربوي ، والذي كان من المفترض أن يخصصه للعمل الميداني مع التلاميذ، إضافة إلى أن بعضاً من المدراء والمسؤولين يعتقدون بأن مستشار التوجيه أحد العاملين الإداريين في المؤسسة التربوية ، وهذا ما أكدته دراسة "هوفمان 1993" بأن المعلمون ومديرون فهموا دور المرشد كبديل للمدير بسبب الوظائف الإدارية الموكلة إليه.

وفي هذا السياق يتعين على الأطراف الفاعلة في العملية التربوية أن تتعاون من أجل مساعدة تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي على مواجهة توتر وخوف الامتحان بغض النظر عن أي اعتبار ومن بين هذه الأطراف الفاعلة نجد مستشار التوجيه المدرسي الذي يهتم بمتابعة التلاميذ في مسارهم الدراسي ويعتني في نفس الوقت بتذليل الصعوبات التي تعترض سبيلهم في هذا المضمار وهنا يتجلى دور مستشار التوجيه المدرسي ، حيث يعتبر المؤهل بالدرجة الأولى للقيام بهذه المهنة والتي تتمثل في رفع معنويات التلاميذ الذين يعانون من توتر الامتحان وبناءً على ذلك برزت مشكلة البحث في طرح التساؤل الرئيسي والمتمثل في:

- هل هناك دور لمستشار التوجيه المدرسي و المهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي ببعض ثانويات ولاية الأغواط؟
ويندرج تحت هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى إلى الجنس ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف التخصص؟

2- فرضيات الدراسة :

- الفرضية العامة لدراسة :

هنالك دور لمستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي ببعض ثانويات ولاية الأغواط .

- الفرضيات الفرعية للدراسة :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى إلى الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى باختلاف التخصص علوم تجريبية ،آداب وفلسفة، تسيير واقتصاد لصالح العلوم تجريبية.

3-أهداف الدراسة:

- معرفة الدور الذي يقوم به مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في تخفيف التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة النهائية من التعليم الثانوي.
- معرفة الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى تفاقم مشكلة التوتر النفسي السلبي في أوساط المتعلمين بوجه عام.

- التوعية والتحسيس لفئة المتدربين بأهمية الإرشاد والتوجيه في التخفيف من توتر .

4-أهمية الدراسة:

كل بحث له أهمية من وجهة نظر الباحث القائم به، وتكمن أهمية هذا البحث في التطرق إلى موضوع جدير بالاهتمام وهو التوتر النفسي السلبي عند اجتياز امتحان شهادة

البكالوريا، كما يسعى هذا البحث إلى معرفة الدور الذي يقوم به مستشار التوجيه المدرسي في خفض التوتر النفسي في أوساط التلاميذ لمساعدتهم على تجاوز هذا المشكل.

وتهتم أيضاً هذه الدراسة بتقديم توجيهات ونصائح وإرشادات تساعد التلميذ في خفض التوتر النفسي، وفي هذا السياق يعتبر البحث محاولة علمية ميدانية لمعرفة مختلف الطرق التي يسلكها مستشار التوجيه المدرسي في التعامل مع ظاهرة التوتر النفسي والخوف من الامتحان.

5-حدود الدراسة:

5-1-الحدود المكانية:

أجريت هذه الدراسة ببعض مؤسسات التعليم الثانوي بولاية الأغواط وهي على النحو التالي (ثانوية الامام الغزالي ، ثانوية عمر دهيبة ، ثانوية أبو بكر الحاج عيسى).

5-2-الحدود الزمانية:

تمت هذه الدراسة في الموسم الدراسي 2021/2022 .

5-3-الحدود البشرية:

اشتملت الدراسة على عينة عشوائية من تلاميذ الأقسام النهائية بمختلف تخصصاتهم (علوم تجريبية، أداب وفلسفة ، تسيير وإقتصاد) المقدر عددهم 90 تلميذ وتلميذة .

6- التعاريف الاجرائية للدراسة :

- تعريف الدور الاجرائي:

ويقصد في هذه الدراسة : هو ما يقوم به مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني من عمليات توجيهية وإعلامية من اجل مساعدة التلميذ على مشروعه المستقبلي، لا سيما في تخفيض توتره لمواجهة الامتحانات الفصلية أو امتحان شهادة البكالوريا.

- تعريف مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني اصطلاحا:

ويعرف اجرائياً بمفهوم مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني " هو ذلك شخص الذي يعمل في مؤسسة تربوية تعليمية (مؤسسات التعليم الثانوي) ويعتبر من الطاقم الإداري ،

ويقوم بعملية اعلام التلاميذ بكل مايتعلق بالمسار الدراسي و مساعدتهم في حل مشاكلهم النفسية التي تخلصهم من التوتر و القلق .

- المفهوم الاجرائي للتوتر النفسي:

التوتر هو طريقة أو آلية يتبعها جسدك في الاستجابة لأي نوع من الطلب أو التهديد، عندما تشعر بأنك تحت ضغط غير طبيعي ومن خلاله تشعر بالانزعاج وقد يخلق الجسم استجابة للتوتر والقلق وسرعة الانفعال ، وللتوتر تأثيراً جسدياً وعاطفياً وهو نوعان توتر سلبي وتوتر ايجابي .

7- الدراسات السابقة :

يعتبر دور المستشار التوجيه في المؤسسات التعليمية مهماً لمساعدة التلاميذ على التكيف وتحقيق النجاح ولقد تناوله العديد من الباحثين لاسيما في الولايات المتحدة وانجلترا ولكن في الوطن العربي تم النظر في دور المرشد التربوي بطريقة جزئية حيث تناوله باحثين العرب بدراسة كل جانب حسب قناعاته فمنهم من تناول جانب الاعلام التربوي ومنهم من تناول جانب التوجيه والإرشاد وأدوار مستشار التوجيه لذي سنبداً بعرض الدراسات التي تناولت دور مستشار التوجيه في المؤسسات التربوية :

7-1-دراسة علي (2005) :

والتي استهدفت بناء اختبار لقياس التوتر النفسي لدى طلبة الصف الأول في جامعة الموصل للعام الدراسي 2003-2004 واقتصرت عينة البحث الأساسية على أربع مجموعات من الطلبة في كليتي التربية الأساسية وعلوم الحسابات بواقع (25) طالباً وطالبة لكل مجموعة ،أما أداة البحث ، فقد قام ببناء اختبار لقياس التوتر النفسي لدى الطلبة، اذ تألف من (30) فقرة، وقد تم استخدام معامل الارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينتين مستقلتين وقد توصل الباحث إلى أن الطلبة يتمتعون بمستوى من التوتر أعلى من المستوى الإعتيادي ، كما أن مستوى التوتر لدى طلبة علوم الحسابات أعلى من مستوى التوتر لدى

طلبة التربية الاساسية كما تبين أن مستوى التوتر لدى الطالبات في كلية التربية الاساسية اعلى من مستوى التوتر لدى الطلاب في الكلية نفسها.

8-2-دراسة قحطان 2001 : بعنوان الكشف عن مستوى التوتر النفسي لدى طلبة

الصف السادس الإعدادي وإبائهم وعلاقته بالتحصيل الدراسي

بحيث شملت عينة البحث على 250 طالب من طلبة المدارس الثانوية والإعدادية في مركز محافظة بابل الصف السادس الإعدادي، وظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية (عكسية) بين التوتر النفسي للأبناء ومستوى تحصيلهم الدراسي ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات توتر الأبناء وتحصيلهم الدراسي لصالح ذوي التوتر المنخفض والمتوسط، فضلاً عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي وفقاً للمستويات التوتر الثلاثة ومستوى تحصيل الآباء.

8-3-دراسة كيومينغ " 1997" بعنوان دور مستشار التوجيه المدرسي :

بدراسة حول دور مستشار التوجيه المدرسي من خلال اجراء مقبلات بين ما يقوم به مستشار التوجيه من عمل وما يقوم به المعلم ومدير المدرسة ، وتوصل الباحث الى أن دور مستشار التوجيه الحالي ، لا يقل عمله عن أي شخص آخر في المدرسة بل يتفوق على الكثيرين منهم ، فهو المسؤول عن تحديد الابعاد الاجتماعية والانفعالية في شخصية التلاميذ وهي وظائف وقائية وعلاجية تصب في حماية التلاميذ من المشكلات.

(حورية قدور 2018ص 23)

8-4-دراسة "روزفلت ونيلسون" 1996 بعنوان دور مستشار التوجيه المدرسي :

قام الباحثان بدراسة علمية حول تقييم دور مستشار التوجيه المدرسي حيث أشار الباحثان إلى ثلاثة أهداف رئيسية يمكن تحقيقها من خلال عملية تقييم دور مستشار التوجيه

المدرسي في اتخاذ القرارات المناسبة خاصة من خلال قدرة مستشار التوجيه المدرسي على تقييم نتائج الأعمال التي يقوم بها داخل المؤسسة، ولقد اشتملت عينة البحث على مجموعة من مستشاري التوجيه المدرسي، وقد توصل الباحثان في هذه الدراسة إلى أن مستشاري التوجيه المدرسي يقومون بتحقيق الأهداف بدرجة عالية، ولكن الأساليب المتعلقة بتقييمهم تحتاج إلى تطوير ومشاركة فعلية منهم، كما أكد الباحثان على وجود حاجة ماسة إلى دراسات تتعلق بتقييم مستشار التوجيه المدرسي ومستوى النظام المدرسي .

(كعواش حنان 2018 ص 24)

8-5-دراسة "تجانو شيرل"(1990) بعنوان دور المرشدين التربويين في المدارس الثانوية من منظور الطلبة

هدفت هذه الدراسة إلى بناء مقياس لتحديد دور المرشدين التربويين في المدارس الثانوية في ضوء تعليمات جمعية المرشدين الأمريكية وتوجيهات قسم التربية بجامعة "هاواي" بلغت عينة الدراسة 16 طالب طبق عليهم مقياس مكون من أربعة إبعاد وهي: خدمات الاستشارة والتنسيق والإرشاد المباشر، الخدمات النفسي، وخدمات التوجيه والإشراف وخدمات الإشراف المهني ، وقد بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية على كل متغيرات الدراسة: الجنس، المعدل التراكمي ،عدد مرات زيارة الطالب للمرشد ،المرشدين لا ينفذون برامج التوجيه والإرشاد .

(مريم غدير إبراهيم، 2017ص26)

8-6: دراسة" تينيسون "1989" حول مرشدي الثانوية :

بدراسة مسحية حول مرشدي المرحلة الثانوية ماذا يعملون ؟ ماهو المهم ؟ حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أدوار المرشدين داخل المؤسسات التربوية و شملت عينة الدراسة 155

مرشدا موزعين على العديد من الثانويات في الولايات المتحدة الامريكية ، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي و توصل الباحث في هذه الدراسة هناك علاقة محدودة بين الكيفية التي يدرك فيها المرشدون لأدوارهم و توقعات البرنامج الارشادي المدرسي لدور المرشد ، وأن المرشد لا يستطيع أن يقوم بدوره كما ينبغي بسبب تزايد الحاجة الى خدمات الارشاد من جهة و كثرة عدد التلاميذ من جهة أخرى ، كما اقترح الباحث في هذه الدراسة آلية الارشاد الجمعي حتى يتمكن المرشد من تلبية و تحقيق الاحتياجات التي لا تتحقق عن طريق الارشاد الفردي.

(كعواش حنان 2018 ص 24)

8-7-دراسة عبد الرحمان العيسوي (1974) بعنوان حول أساليب التحصيل

الأكاديمي الجيد :

دراسة تجريبية مقارنة ومن بين أهدافها التعرف على ظروف الامتحانات وما ينجم عنها مشاعر القلق و التوتر ومحاولة الوصول الى مدى الارتباط بين اهمال الطالب للدراسة الجامعية لفترة طويلة ، وشعوره بالقلق اتجاه الامتحان ،اضافة الى محاولة التعرف على مدى الارتباط بين عوامل القلق و دوافعه ،ومعوقات لدراسة ، وعوامل الجنس والخبرة التعليمية بالجامعة وتمثلت عينة الدراسة في عدد من طلاب جامعة بيروت بلغ عددهم 244 طالبا ،باستخدام اختبار يضم عددا من الأسئلة المحددة، و خلصت الدراسة الى نتائج الاتية :

- ظاهرة القلق من الامتحانات ظاهرة عامة ، يتأثر بها الصغار والكبار من الطلاب على حد سواء .
- ما نسبته 73.95% يعانون من القلق.
- قلق الاناث من الامتحان أكبر من قلق الذكور .
- أهم سبب في شعور الطلبة بالقلق ازاء الامتحان هو الخوف من سوء التقدير و

الرسوب ، ورد فعل الأسرة ، وبمقارنة طلاب جامعة بيروت بجامعة الاسكندرية ، وجد الباحث أن 88.19 % من الطلاب المصريين قلقون من الامتحان.

(عبد الرحمان العيسوي ، 1974 ص 39)

8- تعقيب على الدراسات السابقة :

تنوعت الدراسات الخاصة بمستشار التوجيه ، فكل دراسة تناولت دور مستشار التوجيه من زاوية معينة ، واختلفت الأدوات والمناهج المستخدمة في كل دراسة ، وهذا ما يتناسب مع الدراسة الحالية التي تناولت موضوع دور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي ، حيث ركزت الدراسة الأولى على دور مستشار التوجيه من خلال إجراء مقابلات حول ما يقوم به مستشار التوجيه من عمل ، وهي دراسة "كيومينغ" سنة 1997م بعنوان دور مستشار التوجيه ، ويلاحظ أن هذه الدراسة لم توضح المنهج والأداة والعينة المتبعة في الوصول إلى النتائج .

وأما الدراسة الثانية التي أجراها الباحثان "روزفلت ونيلسون" سنة 1996م ، فقد كانت حول تقييم دور مستشار التوجيه المدرسي ، ولخصت هذه الدراسة إلى أن مستشاري التوجيه المدرسي يقومون حول تحقيق الاهداف بدرجة عالية ، وأكد الباحثان على وجود حاجة ماسة إلى دراسات تتعلق بتقييم مستشار التوجيه المدرسي والنظام المدرسي ، إلا أن هذه الدراسة لم يتم توضيح نوع المنهج المستخدم والأداة المتبعة في الوصول إلى النتائج .

في حين الدراسة الثالثة التي أجراها "نجانو شيرل" سنة 1990م ، بعنوان دور المرشدين التربويين في المدارس الثانوية من منظور الطلبة ، بحيث اشتملت العينة على الطلبة وطبق عليهم مقياس مكون من اربعة ابعاد ، واستخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات حول دور المرشد ، إلا أن المرشدين لا ينفذون برامج التوجيه والارشاد .

وأما الدراسة الرابعة التي قام بها "تينسون" سنة 1989م ،بعنوان مرشدي المرحلة الثانوية ماذا يعملون؟ وماهو المهم ؟ ولقد استفادت الباحثتان من هذه الدراسة في بناء الإستبيان ، وتتفق هذه الدراسة مع دراسة الباحثتان في العينة والهدف، ويلاحظ أن هذه الدراسة لم تبين المنهج المستخدم والأداة المتبعة .

الفصل الثاني

دور مستشار التوجيه

- تمهيد
 - 1 نشأة حركة التوجيه والارشاد وتطوره في العالم والجزائر.
 - 2 مفهوم التوجيه و الارشاد التربوي .
 - 3 التوجيه والارشاد في الفكر الاسلامي .
 - 4 أهمية وأهداف التوجيه والارشاد.
 - 5 تعريف مستشار التوجيه والارشاد المدرسي والمهني
 - 6 صفات مستشار التوجيه والارشاد المدرسي والمهني
 - 7 مهام مستشار التوجيه والارشاد المدرسي والمهني.
 - 8 الوسائل والتقنيات المستشار التوجيه التربوي.
 - 9 علاقة المستشار التوجيه مع مختلف المتعاملين.
 - 10 أدوار مستشار التوجيه المدرسي.
 - 11 الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني
- خلاصة الفصل.

تمهيد:

بما أنّ مرحلة التعليم الثانوي تعتبر مرحلة حاسمة ومهمة بالنسبة لتلميذ ،لأنه يتم فيها بلورة مشروعه الشخصي والذاتي ، وخاصة في مستوى الثالثة ثانوي فقد تواجهه عدة مشاكل سواء نفسية أو دراسية أو اجتماعية أو اقتصادية ، مما يحتم على المؤسسات الجزائرية توظيف مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي لمساعدة التلاميذ للتغلب على مشاكلهم ، ويرشدهم لمواجهة الصعوبات التي تواجههم والوصول بهم إلى مستوى جيد وتحقيق مشروع مناسب خلال حياتهم وسنتطرق في هذا الفصل إلى موضوع مستشار التوجيه المدرسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ، أولا نكلمنا عن نشأة التوجيه و الإرشاد المدرسي ، ثم تعريفه وأهميته وأهدافه ، ثم تعريف مستشار التوجيه المدرسي ، صفاته ومهامه والوسائل والتقنيات التي يستعملها ، وعلاقته مع أعضاء المؤسسة وأدوار هو أخيرا الصعوبات التي تواجهه في عمله.

1- نشأة حركة التوجيه والإرشاد وتطوره في العالم والجزائر :

قبل أن يقتحم التوجيه المجال الدراسي وينتقل إلى المدارس والتخصصات الدراسية شهد تغيرات عديدة وعبر مراحل :

1-1- نشأة و تطور التوجيه المدرسي في العالم :

بدأ الاهتمام بالتوجيه مع تحول علم النفس كفرع من فروع الفلسفة إلى علم تطبيقي بإنشاء " فونت " أول مخبر لعلم النفس التجريبي سنة 1879 ،وفي عام 1883 قام STANEL " بدراسة الحركات الأولى للطفل وأنشأ عيادة لتوجيه الأطفال وفي سنة 1892 استخدم " CATTE " لأول مرة مصطلح الاختبارات العقلية في مجال علم النفس ، أما في عام 1896 أنشأ " LIGHTNER-WITMER " عيادة نفسية تهتم بالم تأخرين عقليا والمضطربين نفسيا ، امتدت نشاطاتها فيما بعد إلى مجالات التعليم المختلفة، وفي عام 1898 عمل " JESSIC-DAVIS " مرشدا في المدرسة الثانوية في ديترويت كما عمل مديرا لثانوية أخرى خصص حصصا أسبوعية للتوجيه المهني والأخلاقي ، بعدها

أعد "ALFRED-BINET" أول اختبار فردي للذكاء ، وفي سنة 1906 كانت هناك جهود من قبل "ELI-WEAVER" لتدعيم الأنشطة التي تهدف إلى إرشاد والتوجيه التلاميذ لاختيار المنهج الملائم.

(سعيد حاسم 2003 ، ص 11)

أما في 1908 فقد ظهر " بوسطن " ثم نشر بعد وفاته كتابه "CHOOSING AVOCATION" أي اختيار المهنة سنة 1909 و الذي صاغ فيه تصوره عن (التوجيه المهني) حيث بين بأن الاختيار السليم للمهنة يتطلب دراسة الفرد بهدف معرفة قدراته و استعداداته و كذلك تزويده بالمعلومات الكافية عن مختلف المهن و متطلباتها ، كما صدرت أول مجلة للدراسات في ميدان الخدمات الشخصية للطلبة ، اتجه الاهتمام فيما بعد الى التلاميذ المعاقين و ذوي العاهات و الشواذ و زاد اهتمامها بالمناهج و التخطيط للمستقبل التربوي بالنسبة للتلاميذ العاديين عام 1910 ، و في العام الذي عقد فيه أول مؤتمر للتوجيه المهني ببوسطن.

(وهيب مجيد الكبسي ص15، 16)

بعدها بسنة أصدر " FREDERICH-ALLAN " نشرة التوجيه المهني والتي كانت أول نشرة علمية في التوجيه ، أما في سنة 1912 أسس كاندرا رايدز قسما للتوجيه المهني مع النظام المدرسي عقب ذلك أسس " FRANKM-LEAVITT " المؤسسة الوطنية للتوجيه المهني بأمريكا وفي سنة 1914 نشر ترومان كيلى بحثه الذي أعده للحصول على درجة دكتوراه كان يهدف من ورائه إلى وضع خطة علمية لتصنيف طلبة المدارس ، وبذلك استطاع أن ينقل التوجيه من المهنة إلى الاختبار والتكيف في المجال الدراسي باعتبارها أول محاولة نشر عن التوجيه المدرسي .

وفي عام 1917 " ARTHURS-OTIS " بتنظيم الجيش باستخدام اختبار القدرة العقلية ثم أنشأ المعهد القومي لعلم النفس الصناعي عام 1925 " HARRY-D.KITSON " كتاب "

علم النفس لضبط المهن " أما في عام 1931 فقد أنشئ معهد " مينسوتا " لبحوث التوظيف زاجفنيه " باترسون وجون دارلي " بين التوجيه المهني والقياس النفسي بغرض مساعدة الأفراد على الالتحاق بالوظائف المناسبة لهم وفي هذه السنة بالذات استخدم مصطلح الإرشاد لأول مرة من طرف " بروكنز " وفي عام 1937 كتب " WATER BINGHAM " كتاب " الاستعداد وقياس الاستعداد " .

بعد ذلك بسنتين بنى وكسلر اختبار للذكاء والسنة نفسها كتب " WILLIAMSON " كتابه " كيف نرشد الطلاب " وقد أعد قسم تحليل معلومات العمل في الولايات المتحدة قاموسا اشتمل على وصف 1800 مهنة أصبح مرجعا للموجهين في أمريكا .

على أن التطور الذي حدث في هذا المجال على يد " SIGMUND FREUD " وذلك سنة 1940 الذي جاء بمفاهيم جديدة في التحليل النفسي مما أدى إلى زيادة الاهتمام بحل المشكلات الشخصية والانفعالية ، وفي 1949 كتب " JOHN M.RTHNCY " كتابا بعنوان " الإرشاد الفردي للطلاب " وفي عام 1951 ظهر الإرشاد غير المباشر وهكذا دخل التوجيه المصانع والبيوت والمدارس وغيرها من المؤسسات وبذلك ظهر التوجيه المدرسي كأحد مجالات التوجيه .

(سعيد حاسم الاسدي 2003. ص ص 13 - 15)

1-2-نشأة وتطور التوجيه المدرسي في الجزائر :

إن المتبع لحركة التوجيه المدرسي و المهني كانت بدايته في الجزائر خلال أربعينيات أين كانت المؤسسات في الجزائر امتداد للمؤسسات العمومية الفرنسية لما في ذلك المؤسسات التعليمية ، حيث أنشئ عام 1945 معهد علم النفس التقني و البيوميتري يتكفل بتكوين مختصين في التوجيه المدرسي و المهني وفي السياق النفسي ،إلا أن هذا التوجيه كان قاصرا على أبناء المستعمرين والأجانب ،أما الجزائريين فلم يستفيد منهم إلا فئة قليلة جدا ، كما أن العاملين في المراكز التي كانت انذاك كانوا فرنسيين و في الفترة الممتدة من

1959 إلى 1960 أعلنت فرنسا عن مشروع قسنطينة وشرعت في تطبيقه حيث وسع إصلاح التعليم في فرنسا مهمة مراكز التوجيه و أصبح التوجيه مدرسيا و مهنيا ، حدثت تغيرات في الجانب الاقتصادي و الاجتماعي .

(وزارة التربية الوطنية 2001 ص ص 8 - 9)

وبالموازاة مع ذلك تم احصاء 09 مراكز للتوجيه المدرسي والمهني غداة الاستقلال أي في سنة 1962 توظيف 53 مستشارا للتوجيه في المدن الكبرى في الجزائر ، لكنها أغلقت بسبب مغادرة التقنيين الاوروبيين ولم يبقى سوى 03 مراكز في " الجزائر ، عنابة ، وهران " وأيضا بالنسبة للمستشارين لم يبقى سوى خمسة 05 مستشارين منهم ثلاث جزائريين .

(برو محمد أثر التوجيه المدرسي 1993 ، ص 37)

ومع تنظيم وزارة التربية الوطنية عام 1963 " أنشئت المديرية الفرعية للتنظيم والتخطيط بموجب المرسوم رقم 63-281 بتاريخ 1963/07/26 .

وفي شهر جوان 1994 ، أسندت مهام التوجيه إلى المديرية الفرعية للتنظيم و التخطيط بموجب المرسوم رقم 64-163 المؤرخ في 08 / 06 / 1964 ، و تم توظيف المستشارين 05 من طرف مصالح التوجيه ، كما أحدث معهد علم النفس التطبيقي في نفس السنة خلفا لمعهد علم النفس التقني و البيوميتري المحدث في 1945 ، مهمته تكوين مستشاري التوجيه المدرسي و المهني و مختصين في علم النفس القني لتكوين سنة 1996 أو لدفعة تخرج لمستشاري التوجيه و تضم 10 مستشارين ، حيث بمقتضى المرسوم رقم 66-241 المؤرخ في 1966/08/05 أحدث أول دبلوم جزائري في التوجيه المدرسي و المهني.

2 - تعريف مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني:

تعريف كمال : بأنه شخص مؤهل وأخصائي في عملية إعلام التلاميذ في التعليم الثانوي ، والطلبة أيضا حول مقترحات عملية التوجيه بهدف مساعدتهم على اتخاذ أنسب القرارات .

ويعرفه مستشار التوجيه حسب الإمريّة 19/124/219 والتي موضوعها تعيين مستشاري التوجيه بالثانويات على أنه عضو من الطاقم التربوي يعمل إشراف إدارة مدرسية على المتابعة النفسية والتربوية ، والإسهام الفعلي في رفع مستوى الأداء التربوي للمؤسسات التعليمية .

نذكر من بين تعاريفه أنه شخص مختص في التوجيه التربوي والمدرسي والمهني يقوم بعملية الإرشاد النفسي والتوجيه ، أي حل المشاكل النفسية للتلاميذ وكذلك توجيههم إلى شعب معينة بغرض أعدادهم إلى مهن معينة مستقبلاً .

(محمد مصطفى زيدان 1968 ص 252)

هو المسؤول الأول على تنفيذ خدمة التوجيه المدرسي التي يمكن تقديمها لتلاميذ بحكم وجوده في مركز هام وحساس في النظام التربوي ويمثل همزة وصل بين السلطة التربوية والمؤسسة التي يشرف عليها فهو الممثل في الإدارة التربوية في العمل الميداني .

ويعتبر عضو من الطاقم التربوي يعمل تحت إشراف إدارة مدرسية على المتابعة النفسية والتربوية من خلال رفع مستوى الأداء التحصيلي لتلاميذ والأداء التربوي للعملية التعليمية .
(القاضي 2000 ص 75)

هو مختص نفسي يعمل على تقديم خدمات الإرشاد التوجيه في المدرسة للتلاميذ لمختلف المستويات الدراسية ويقوم بأعمال إدارية، بداعوجيه تقنية .

(بن سعيد 2016 ص 61)

هو مدرس اختصاصي في سلوك الإنساني يقدم مساعدة لطلاب من خلال أربعة جوانب وهي الإرشاد ، وتوجيه الجماعات الكبيرة الاستشارة ، التنسيق .

(حمدي عبد الله 2013 ص 40)

3 - صفات مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي والمهني:

لكي يكون مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني قادرا على أداء مهامه على أكمل وجه، يجب أن تتوفر فيه عدة مواصفات ، ومن هذه المواصفات :

(اسماعيل الاعور 2005 ص 58)

أ - الصفات الشخصية :

- التقبل :

ويتمثل في قدرة الموجه على السماح للأفراد - التلاميذ - بالاختلاف فيما بينهم واختلاف أدائهم وكذا التأكد من الخبرات لكل فرد بأنها ليست نمطا معتمدا من الدوافع والتفكير والشعور، كما يقوم التقبل على قدرة المستشار على عدم اصدار أحكام خلفية على سلوك التلميذ ، فيعامله كإنسان له كيانه وله ذاته واحترامه وتأتي قدرة المستشار على التقبل من نسق القيمة التي تعكس على تقديره للفرد والرغبة في مساعدته والسيطرة عليه .

- الفهم :

ويتمثل في فهم المستشار لما يتفوه به التلميذ من معاني والتدقيق فيها وإدراك علاقاته للفرد الآخر ، والفهم معناه شعور المستشار بشعور التلميذ وخبراته ، ويعني أيضا القدرة على إدراك الإطار الموجه الداخلي للشخص الآخر .

- التشخيص :

ومعناه تحديد لتكيف التلميذ والعوامل التي تؤثر في سلوكه والتوجيه المقترح ، والتنبؤ بما ستؤدي إليه عملية التوجيه .

- الاتصال :

ان مهارات الاتصال ضرورية في التوجيه اذ يجب على الموجه أن يكون علاقة مع التلميذ أو الطالب حتى يسهل عليه الفهم والاتصال في حقيقته هو عملية علاقة اجتماعية بين الأفراد ويكون على نوعين :

- **التصال الغير لغوي :** ويتضمن الوسائل السمعية والبصرية ، وعملية الاتصال الجيد تكون بوجود التجارب بين التلميذ والموجه ، ولن يتم ذلك الا إذا كان الموجه متقبلا لنفسه وللتلميذ ويؤمن به كفرد .

(عياش حمو 2012 ص ص 48 - 49)

أ- الصفات المهنية :

وتتمثل الصفات المهنية لدى مستشاري التوجيه فيما يلي :

- الكفاءة النفسية :

وتتمثل في التعرف على ما لدى الطالب من خصائص وسمات نفسية وقدرته على الابتكار والإبداع في مختلف الجلسات سواء في عملية الإرشاد أو الجلسات الإدارية ، والقدرة على التحكم في خبرة الصوت والثبات الانفعالي والقدرة على تكوين علاقات تفاعلية مع كل الأطراف المشاركة في العملية الإرشادية والتوجيهية من طلاب . أساتذة وأولياء .

- الكفاءة العقلية :

يجب على المستشار أن يكون ذو قدرة ومعرفة بطبيعة عمله والرغبة في التعلم والبحث والقدرة على اتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب وأن يكون ذا قدرة على التركيز والإصغاء والاهتمام ومحاولة فهم كل كبيرة وصغيرة و الطمأنينة بأن هناك من يصغي له ويفهم ما يقوله و الاحساس بمشكلته .

- الخبرة المهنية والقدرة على تكوين العلاقات الناجحة :

وتعني ما يتمتع به المستشار في التوجيه والارشاد من خلفية علمية في العلوم التربوية والنفسية والمامه بالنظريات الإرشادية وتطبيقاتها والقدرة في تكوين العلاقات الإرشادية الناجحة .

- تحديد الأهداف الإرشادية :

يجب أن يكون لدى المستشار المهارة في تحديد الأهداف الإرشادية وملائتها لعمله وللمشكلات التي يأتون بها الطلاب والقدرة على إعداد أهداف عامة و أخرى خاصة تساعد في النهاية على تقويم عمله حتى يتمكن من تحقيقها واحدا بعد الآخر .

- توفير المهارات المطلوبة لاختيار الطرق الإرشادية المطلوبة :

لابد على المستشار أن يكون له الخبرة المعرفية والعملية لمجموعة من النماذج والطرق المتنوعة بتنوع المشكلات والحالات التي يواجهها أثناء القيام بعمله الإرشادي وذلك باستخدام المهارات الخاصة بإجراء المقابلة ودراسة حالة والتحكم في مختلف التقنيات من البداية دراسة الحالة إلى غاية اقفالها ، وإنهاء العمل الإرشادي بعد تكوين علاقة وثيقة بينه وبين الطالب فيجب عليه استخدام مهارة التدرج (الطالب) شيئا فشيئا ليصل إلى نهاية العملية الإرشادية والتأكد من نجاحها .

بالإضافة إلى كل هذه الصفات يرى الباحث أن مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني يجب أن يكون اجتماعي في علاقته وتتوفر روح المسؤولية والمهنية والتحلي بالصبر والمثابرة في العمل ، إضافة إلى الكفاية العملية والخبرة العالية والتي تعتبر أساس عمل المستشار وبالتالي نجاح العملية التوجيهية ككل .

4 -مهام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني :

المؤسسات التعليمية في إطار نشاطات الفريق التربوي التابع للمؤسسة .

- المادة 11 :يقدم مستشار التوجيه المدرسي والمهني في بداية كل سنة دراسية برنامج نشاطه إلى مدير المؤسسة المعنية .

- المادة 12 : يمارس مستشار التوجيه المدرسي والمهني نشاطه في المؤسسات التعليمية تحت إشراف مدير للدراسات والأساتذة الرئيسيين ومستشار التربية .

- المادة 13 : تتمثل نشاطات مستشار التوجيه المدرسي والمهني في مجال التوجيه خصوصا فيما يلي :

- - القيام بالإرشاد النفسي والتربوي قصد مساعدة التلاميذ على التكيف مع النشاط التربوي .
- إجراء الفحوص النفسية الضرورية قصد التكفل بالتلاميذ الذين يعانون من مشاكل خاصة
- المساهمة في عملية استكشاف التلاميذ المتخلفين مدرسيا والمشاركة في تنظيم التعليم المكيف ودروس الاستدراك وتقييمها .
- المادة 14 : تتمثل نشاطات مستشار التوجيه المدرسي والمهني في مجال الإعلام خاصة فيما يلي :
- ضمان سيولة الإعلام وتنمية الاتصال داخل مؤسسات التعليم وإقامة مناوبات بغرض استقبال التلاميذ والأولياء والأساتذة .
- تنشيط حصص إعلامية جماعية وتنظيم لقاءات بين التلاميذ والأولياء والمتعاملين المهنيين طبقا لبرنامجهم بالتعاون مع مدير المؤسسة المعنية .
- تنظيم حملات إعلامية حول الدراسة والحرف والمناقص المهنية المتوفرة في عالم الشغل
- تنشيط مكتب الإعلام والتوثيق في المؤسسات التعليمية بالاستعانة بالأساتذة ومساعدتي التربية وتزويده بالوثائق التربوية قصد توفير الإعلام الكافي للتلاميذ.
- المادة 15 : يطلع مستشار التوجيه المدرسي والمهني في إطار تأدية مهامه على ملفات التلاميذ المدروسة وعلى الجميع المعلومات التي تساعد على ممارسة وظائفه ، يخضع مستشار التوجيه المدرسي والمهني في هذه الحالة إلى قواعد السر المهني .
- المادة 16 : يشارك مستشار التوجيه المدرسي والمهني في مجالس الأقسام بصفة استشارية ويقدم أثناء انعقادها كل المعلومات المستخلصة من متابعة المسار المدرسي للتلاميذ قصد تحسين ظروف عملهم والحد من التسرب المدرسي .
- المادة 17 : يمكن مدير مركز التوجيه المدرسي والمهني أن يكلف مستشار التوجيه المدرسي والمهني أن يكلف مستشار التوجيه المدرسي والمهني بالمشاركة في نشاطات ثقافية وتربوية واجتماعية تتطلب كفاءات خاصة .

- المادة 18 : يمكن عند الضرورة مستشار التوجيه المدرسي والمهني أن ينوب عن مركز التوجيه المدرسي والمهني في إشغال اللجان المختصة واجتماعات ميدانية خارج مركز التوجيه المدرسي والمهني .
- المادة 19 : يشارك مستشار التوجيه المدرسي والمهني في عملية التكوين وتحسين المستوى وتحديد المعارف التي تنظمها وزارة التربية وتدخل هذه المشاركة في واجباته المهنية .
- المادة 20 : يقوم المستشار الرئيسي للتوجيه المدرسي والمهني زيادة على المهام المذكورة أعلاه بالنشاطات الإضافية التالية :
- القيام بالدراسات والتحقيقات التي تكتسي أهمية في مجال البحث البيداغوجي .
- متابعة نشاطات مستشاري التوجيه المدرسي والمهني المبتدئين والإشراف عليها في إطار التكوين المتواصل .
- المادة 21 : يمكن المستشار الرئيسي للتوجيه المدرسي والمهني بعنوان النشاطات الإضافية المذكورة الاستفادة من تقليص في المقاطعة التي يشرف عليها .
- المادة 22 : تلغى جميع الأحكام المخالفة لهذا القرار ولا سيما رقم 994 المؤرخ في 15 سبتمبر 1983 المشار إليه أعلاه .
- المادة 23 : توضح مناشير لاحقة عند الحاجة أحكام هذا القرار الذي يصدر في النشرة الرسمية للتربية .

(مدونة التربية والتعليم ، الفقرة 02: 2012)

5 - الوسائل والتقنيات المستشار التوجيه المدرسي و المهني :

a. الوسائل:

- أما الوسائل والاجراءات التي يمكن أن تتخذ في عملية توجيه طلاب التعليم الثانوي الى أنواع التعليم المتوفرة والتي ينبغي استحداثها وفقا لحاجات المجتمع الحديث كما يلي :
- تطبيق الاختبارات النفسية ولعقلية التي تقيس ما يوجد لدى الطالب من ذكاء عام وقدرات خاصة .

واستعدادات وميول وسمات شخصية وخبرات سابقة ومواهب ، بحيث نحصل على صورة حقيقية وشاملة لكافة جوانب شخصية الطالب .

- تعديل أساليب التقويم التربوي فبدلاً من الامتحانات التقليدية التي تتضمن أسئلة المقال يقترح استخدام الاختبارات الموضوعية التي لا تتأثر بشخصية مقدر الدرجات والتي لها اجابة واحدة صحيحة ويفهم منها جميع الطلاب معنى واحدا .
 - اجراء المقابلات الشخصية مع الطلاب وأولياء أمورهم للتعرف على رغبات الطلبة وميولهم وأحوالهم
 - عمل بحث ميداني عن حالة الطالب وظروفه الاسرية والاجتماعية والاقتصادية قبل توجيهه الى دراسة ما .
 - الاطلاع على ملف الطالب وسجله الدراسي في المرحلة السابقة
- (أحمد أحمد عواد 1997ص ص 75 - 76)

b. التقنيات :

تعد التقنيات الطريقة أو أسلوب المستعمل لتنفيذ نشاط معين .وتتنوع هذه التقنيات بحسب نوعية النشاط المنجز :

- الملاحظة:

تعتبر من الأدوات المتبعة لجمع المعلومات اللازمة لغايات الارشاد النفسي ، وهي تقوم على ملاحظة الوضع الحالي للمسترشد في قطاع محدد من سلوكاته، وملاحظته في مواقف مختلفة من الحياة اليومية. وقد تكون مصادر ملاحظة السلوكات التلاميذ سواءاً من طرف أستاذ الصف ، أو من الإدارة ، أو حتى من تلاميذ أنفسهم أو المستشار .

- المقابلة:

وهي من الأدوات التي تستخدم في الإرشاد النفسي وهي عبارة عن علاقة إجتماعية مهنية دينامية يلتقي فيها المستشار والمسترشد في جو نفسي يسوده الثقة المتبادلة ،وهذه العلاقة

ليست مجرد حادثة عادية ولكنها نشاط يهدف لجمع المعلومات . وهي تتم بطريقة فردية أو جماعية حسب طبيعة نوعية الطلب وهي على نوعين:

- المقابلة الإرشادية:

وهي مساعدة المستشار المسترشد في فهم نفسه وقدراته واستبصاره لمشكلاته ونواحي القوة والضعف عنده . وتستخدم هذه المقابلة في حل المشكلات الإنفعالية التي لم تصل حد الإضطراب النفسي ، وفي حالة وجود حالات صعبة يقوم المستشار بإحالتها إلى مختص في ذلك . ويعرفها زهران والقاضي (1988) على أنها علاقة إجتماعية دينامية يتم فيها محادثة المرشد والمسترشد وفق أسلوب علمي دقيق بهدف جمع المعلومات من أجل حل المشكلة ، في جو يسوده الامان والثقة المتبادلة بين الطرفين .

- المقابلة الإعلامية:

وهي مقابلة تتم بين المستشار والمسترشد في إطار طلب هذا الأخير معلومات حول قضايا التمدرس وعالم المهن ، أو قيام المستشار بحصص إعلامية منظمة بفترة زمنية حسب النشاط الإعلامي المبرمج والحاجة . أي أن المستشار يقوم بغض النظر عن الإعلام المسطر في البرنامج السنوي للنشاطات ، فإنه يجري إتصال مع التلاميذ عندما تقتضي الضرورة لذلك سواء من مبادرة شخصية منه لإثراء المعلومات أو من طرف الوصايا لتبليغ معلومة جديدة ما خاصة بتمدرس التلاميذ .

- دراسة حالة:

وهي أسلوب لتجميع المعلومات عن الحالة . وهذه الحالة قد تكون فرداً أو جماعة ، ثم تحليل ماتم جمعه ، وفيها تدرس حياة المسترشد دراسة شاملة من أجل فهم وتحديد وتشخيص مشكلات المسترشد وإتخاذ القرارات والتوصيات الإرشادية اللازمة .

- السيرة الذاتية:

وهي عبارة عن تاريخ الفرد كما يكتبه بنفسه أو هو نوع من التقرير الذاتي ،ويشمل كل ما يتعلق بحياته (تاريخه الأسري ،تطور حياته ،نظرة للحياة ، أهدافه.....)

- البرنامج اليومي :

قد يلجأ المستشار في بعض الأحيان إلى مطالبة التلميذ بكتابة تقريراً عن برنامجه اليومي لمدة أربعة وعشرون ساعة .

(زكريا محمد، 2011 ص5)

6 - علاقة المستشار التوجيه مع مختلف المتعاملين :

لا شك أن جانب العلائقي (الاتصالي) يعد أحد أهم المحددات في نجاح المؤسسات من فشلها ، وفي هذا السياق فعلاقات مستشار التوجيه والإرشاد بمختلف المتعاملين معه في المؤسسة وخارجها متنوعة ومتعددة الأوجه ، وسنحاول فيما يلي ذكر الخطوط العريضة لهذه العلاقات :

أ- علاقته بمدير مركز التوجيه :

يعد مدير المركز المشرف التقني المباشر عن المستشار سواء المقيم بالمركز أو الثانوية ، حيث تنص على ذلك صراحة المناشير الوزارية المنظمة لعمل المستشار " يتلقى مستشار التوجيه العامل بالثانوية كل الدعم التقني والوثائق الإعلامية من مركز التوجيه في الاجتماعات التنسيقية الأسبوعية للفريق التقني بالمركز قصد ضبط وتنظيم النشاطات .

(منشور رقم 219/91)

وورد أيضا " يتولى مدير مركز التوجيه المسؤولية الكاملة على نشاطات مستشار

التوجيه الملحق بالثانوية، وينبغي الإشارة الى معنى الإشراف التقني الذي يتولاه مدير مركز التوجيه حيث يقوم هذا الأخير :

(منشور رقم 245/93)

- بتحديد مقاطعة التدخل للمستشار .

- بالإشراف على وضع البرنامج السنوي لنشاطات المستشار ثم البرمجة الأسبوعية .

- بمتابعة ومراقبة عمل المستشار وتقييمه .

حيث يتولى هذا الأخير الإشراف الإداري على مستشار التوجيه

ب- علاقته بمدير الثانوية أو المتقن :

وهذا ما أشار إليه المنشور 269/91 على سبيل المثال :

- ينصب مدير الثانوية المستشار الذي يعينه مدير التربية ويعد له محضرا للتصويب ...

- يخضع مستشار التوجيه لتوقيت العمل المعمول به في الثانوية المطبق على الهيئة الادارية بالمؤسسة

- يقوم مدير الثانوية بتنقيط مستشار التوجيه لتقييمه في الجانب الاداري ويقترح العلامة على مدير التربية

- يراقب مدير الثانوية المستشار في التنظيم الاداري للعمل والمواظبة وذلك بمراعاة وجوب تدخل المستشار في المقاطعة كلها .

يمكن لمدير الثانوية أن يكون عوناً كبيراً لمستشار التوجيه خاصة المستشار الجديد في الثانوية بأن يسهل عليه الاندماج بسرعة ضمن طاقم المؤسسة ، كما أن نمط السلطة المتسم بالديموقراطية وقبول رأي الآخر سيفتح أما المستشار المجال لإبداء آرائه واقتراحاته في فعالية المؤسسة ولتحسين النتائج وتجاوز العقبات .

ج- علاقته مع نائب المدير للدراسات (الناصر) :

وهي علاقة تتمحور حول التعاون والتنسيق ويتجلى ذلك من خلال :

- برمجة الحصص الإعلامية .
- أن يكون نائب المدير للدراسات منسقا بين المستشار و الأساتذة في حال اقتضت الضرورة ذلك .

د- علاقته بمستشار التربية (المراقب العام) :

وهي أيضا علاقة تتدرج ضمن إطار التعاون والتنسيق ويتحدد ذلك من خلال :

- في حال ملاحظة مستشار التربية لأي اختلالات متكررة في سلوك تلميذ ما مثل كثرة الغيابات ، عدم الانضباط فانه يبلغ مستشار التوجيه بغية المتابعة والتشخيص ومن ثم الإرشاد والعلاج .
- يقصد مستشار التربية الكثير من الأولياء لأمر تتعلق بأبنائهم مثل تبرير الغيابات فيستغل مستشار التوجيه فرصة تواجد الأولياء في إعلامهم أو يقوم مستشار التربية بتوجيه الأولياء إلى مستشار التوجيه لأمر تتعلق بمتابعة أبنائهم .

هـ- علاقته بالأساتذة مسؤول القسم :

وهي علاقة تنسيق وتعاون وتكامل لصالح التلميذ ويتم ذلك من خلال :

- إبلاغ الأساتذة بنتائج الدراسات التي قام بها المستشار بخصوص قسمة وإبداء ملاحظاته
- تبادل المعلومات حول أصحاب الحالات الخاصة والوصول إلى آلية لتجاوز هذه المشاكل .

و-علاقته بالأستاذ مسؤول المادة :

يعتبر منسقا بين أساتذة مادة ما، ويرجع له الأساتذة الجدد فيما أشكل عليهم ويكون التنسيق بينه وبين المستشار في :

- بناء أسئلة الفروض والاختبارات (مثل التدرج في الأسئلة من سهل الى الصعب) .

-التحاور مع مسؤول المادة في حال واجه تلاميذ قسم معين مشاكل مع أستاذ من نفس المادة فيكون مسؤول المادة كحلقة بين الأستاذ وبين المستشار الذي طرح انشغال التلاميذ لتجنب أي سوء فهم .

ز-علاقته بالتلاميذ :

يعتبر التلميذ أو المتعلم لي العملية التعليمية ، ومنصب مستشار التوجيه والإرشاد كغيره من المناصب في المؤسسة وضع لأجل هذا الغرض ، حيث يتكفل مستشار التوجيه بالجانب النفسي ، الاجتماعي و التحصيلي للتلميذ ، ولهذا فان العلاقة بينهما لا تكون أبدا سلطوية ، فهي تقوم أساسا على :

- تفهمه لحاجات تلاميذه .
- علاقة احترام متبادل .
- علاقة مستمرة تبدأ بالإصغاء للانشغالات مرورا بالمتابعة ووصولاً للعلاج باكتشاف مواضع القوة و تثمينها و باكتشاف مواطن الضعف لتجاوزها .

ع- علاقته مع مدراء متوسطات المقاطعة وبمراكز التكوين المهني :

تدخل متوسطات المقاطعة ضمن مجال عمل المستشار ، فينبغي للمستشار زيارة كل متوسطة على الأقل مرة في الأسبوع ، ويمكن تكثيف الزيارات في حال الضرورة هذا من جهة المستشار ، أما من جهة مدير المتوسطة فهو مطالب بتوفير كل الشروط الملائمة للمستشار لأداء مهامه .

فهناك فئة كبيرة من التلاميذ ليس لديهم الإمكانية لمواصلة الدراسة بعدما استنفذوا فرصهم في الإعادة ، هؤلاء يتخذ فيهم مجلس القسم ثم مجلس القبول والتوجيه قرارا بتوجيههم نحو مراكز التكوين المهني لمواصلة دراستهم في أحد التخصصات المفتوحة ، وهنا يأتي دور مستشار التوجيه بالتعاون مع مصالح التكوين المهني في إعلام هؤلاء التلاميذ بالتخصصات

المفتوحة وبشروط القبول ، وفي الإجابة عن أسئلتهم بالإضافة إلى توفير السندات الإعلامية من مطويات وكتيبات وتنشيط حصص إعلامية بتدخل ممثلين عن التكوين المهني .

ل- علاقته من الأولياء :

وهي علاقة تكامل وتعاون تقوم على :

- تحسيس الولي بأهمية في إنجاح بأهمية في إنجاح مشروع ابنه المستقبلي .
- مساعدة الولي في تفهم مشكلات ابنه مهما كانت والوصول الى حلول ملائمة لها .
- م- علاقات أخرى :

إن منصب مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي و المهني يستدعي من صاحبه أن يربط علاقات حسنة مع كل ما من شأنه أن يفيد تلاميذه و يحسن من فعالية مؤسسته ، و تتنوع هذه العلاقات بتنوع الغايات من ورئها كالعلاقة من الجامعة و المعاهد المتخصصة بشأن التخصصات المفتوحة و شروط القبول ، و يربط علاقات مع طبيب الصحة المدرسية ، و أيضا مع زملائه مستشاري التوجيه لتبادل الخبرات ، خاصة ما تعلق بمناشير جديدة أو دراسات من الوزارة و التباحث حول آلية تطبيقها ، كما أن تكوين مستشاري التوجيه الجدد لابد أن يمر عن طريق زيارات مبرمجة لمكاتب مستشارين مشهود لهم بالكفاءة و الخبرة .

(المنشور رقم 269/91)

7 - أدوار مستشار التوجيه المدرسي ومهني:

- يقوم المرشد المدرسي بعدد كبير من الأدوار تختلف عن مهامه يمكننا تلخيصها فيما يلي :
- تهيئة مناخ نفسي صحي في الصف وفي المدرسة بصفة عامة مما يساعد على طالب على تحقيق أحسن نمو ممكن .
- تشجيع عملية الإرشاد في المدرسة وتعريف الطلاب بخدمات الإرشاد وقيمه .
- المساعدة في جو الاختبارات والمواد التربوية والنفسية لتحديد استعدادات وقدرات الطلاب وتمييزها .

- دراسة وفهم الطلاب كل على حدة وكجماعة والاكتشاف المبكر لحالات سوء التوافق
 - المساهمة بقدرة كبيرة في مجال الإرشاد المهني والتربوي للطلاب .
 - _ تدعيم وتقوية الصلة بين المدرسة والأسرة عن طريق مجالس الآباء والمعلمين .
 - التأكيد على النشاط الذي يقوم به مستشار التوجيه المدرسي في المؤسسات التعليمية في إطار نشاطات التابعة للمؤسسة .
- وهذا ما يؤكد المناشر الوزارية المختلفة ولا يمكن فصلها عن بعضها البعض لأنها متداخلة في وقت واحد ، و إمكانية القيام بأكثر من نشاط في فترة واحدة ويقتضي فصل هذا المهام وفق المحاور التالية (الإعلام ، التقويم ، التوجيه الدراسات)

(بوعلبة اسيا 2020ص 23)

- إعلام التلاميذ بهدف معرفة إستعداداتهم وقدراتهم .
 - إعلام التلاميذ وأولياءهم حول متابعة مشاكلهم .
 - وضع نظام عقلاني ومنظم لتشخيص وعلاج الصعوبات الدراسية للتلاميذ بهدف فهم مستواهم التحصيلي .
- ومن خلال مجموعة من الأدوار التي يقوم بها مستشار التوجيه المدرسي نستنتج انه لد دور كبير وفعال في عملية التوجيه الصحيح للتلاميذ والنجاح في الحياة الدراسية والدراسة التي تلاؤمه في الثانوية والجامعة وفي المهنة المستقبلية.

(مولاي لخضر، 2011 ص13)

8 - الصعوبات التي تواجه مستشار التوجيه المدرسي والمهني :

من أهم الصعوبات التي يعاني منها مستشار التوجيه هي :

- **صعوبات إستمولوجية :** في السابق كان من يشغل منصب مستشار توجيه يكون متخرج من المعهد التطبيقي لعلم النفس ويكون قد تحصل على تكوين قاعدي في التوجيه أما الان فقد أصبح العاملين في هذا المجال هم من حملة شهادات في علم النفس أو علم الاجتماع .
- **صعوبات مادية :**

- عدم توفر الوسائل التكنولوجية الحديثة اللازمة لتأدية مهامه بشكل مطلوب .
 - نظراً لأن مستشار التوجيه يعمل في الثانوية ومجموعة من الإكماليات وبالتالي يتعامل مع عدد كبير من التلاميذ .
 - ضبابية القوانين المتعلقة بمهامه مما يجعل غير مدرك لها بشكل واضح .
 - كثرة المراسيم المتنوعة مما يخلط في ذهنه الممارسات الاعلامية التوجيهية .
 - غياب قانون أساسي يحدد وضعيته الوظيفية اللائقة .
 - طغيان الجوانب التقنية في عملة مما يبعده عن ممارسة دوره الحقيقي في الاعلام والتوجيه .
 - اعتماد التوجيه على الكم بدل الكيف وعلى الشكل بدل النوعية .
- (سعودي وصال 2017 ص 44)

وهناك صعوبات يواجهها مستشار التوجيه المدرسي والمهني عدة صعوبات ميدانية أثناء قيامه بعمله الإرشادي والتوجيهي وهي كالتالي :

- أ- الصعوبات الذاتية :** وتتخلص في مايلي :
- عدم الرغبة الأكيدة في العمل الإرشادي .
 - نقص في السمات الشخصية للمرشد .
 - نقص الخبرة العملية والعلمية
 - تقصير المرشد في توضيح دوره وطبيعة عمله .
- ب- الصعوبات المرتبطة بأطراف العملية التعليمية :**
- عدم قناعة المدير أو المعلمين بالإرشاد .
 - حسد بعض المعلمين للمرشد .
 - عدم تعاون الإدارة والمعلمين مع المرشد .
 - إقحام المرشد في أعمال إدارية وسكرتارية لها علاقة بعمله .
- ج- الصعوبات المتعلقة بالطلاب :**

توجد العديد من الصعوبات التي تعرقل عمل مستشار التوجيه المدرسي والمهني في المؤسسات التعليمية ويرجع ذلك إلى الطلبة نوجزها كالتالي :

- توقعات الطلبة الكبيرة في حل مشاكلهم .
 - عدم التزام الطلبة بتنفيذ الخطة العلاجية .
 - عدم وجود وقت كافٍ لدى الطلبة للذهاب إلى المرشد .
 - عدم ذهاب الطلبة إلى المرشد خوفاً من أن يراهم زملاؤهم .
 - عدم انتفاع الطلبة بالعملية الإرشادية وعدم إيمانهم بكفاءة المرشد على مساعدتهم .
 - عدم وضوح دور المرشد التربوي في المدرسة .
 - صعوبة الحصول على المعلومات من الطلبة .
- د- الصعوبات المتعلقة بالتدريب والإشراف :**

- اقتصار الدورات التدريبية للمرشد على الدراسة النظرية .
 - قلة تبادل الرأي والخبرة بين المرشدين .
 - عدم اعتماد أداة محددة من قبل المشرفين لتقويم عمل المرشد .
 - قلة عدد الورشات التدريبية للمرشدين .
- هـ- الصعوبات المتعلقة بأولياء الأمور :**

ان المؤسسات التربوية تعمل على ربط علاقتها بأولياء التلاميذ ويتم ذلك عن طريق جمعية أولياء التلاميذ وما تعانيه مؤسساتنا في هذا المجال يرجع الى ما يلي :

- ضعف الاتصال بأولياء الأمور .
- الممارسات السلبية من قبل المدرسة
- نقص الوعي النفسي عند أولياء الأمور .
- ضعف اهتمام الآباء بمشاكل الأبناء .
- تقصير المرشد في توضيح دوره الإرشادي .

(حورية قدور، 2018 ص 53 54)

خلاصة الفصل :

يتضح من خلال ما سبق ذكره أن مستشار التوجيه المدرسي له دورا فعالا في العملية التربوية للتلاميذ، و يعمل على تقديم كل الخدمات التي تساعد في مسارهم الدراسي، حيث يساعد على اختيار الشعبة التي يرغبون فيها وذلك بالموازنة مع قدراتهم وإمكانياتهم الدراسية و ميولاتهم واستعداداتهم، والتغلب على الصعوبات التي تعترضهم في تعلمهم ، كما يعمل على إدماج التلميذ في محيطه الدراسي من خلال عمليات الإعلام والتوجيه والتقويم، ويساعده على تقييم ذاته وتقبلها كما هي و اكتشاف قدراته واستعداداته واتخاذ القرار السليم في شأن مشروعه الدراسي، و من واجب مستشار التوجيه العمل جاهدا مع التلاميذ والقيام بدوره من اجل مساعدة التلاميذ على بناء مشروعاتهم الدراسي، وفق أسس علمية ومتطلبات الواقع المدرسي والمهني، لضمان مستقبل مشرق لهؤلاء التلاميذ .

كما لا ننسى أيضا أن مستشار التوجيه يعاني من عوائق وصعوبات راجعة لتهميش تخصصه وعدم معرفة دوره الحقيقي في المؤسسة التربوية .

الفصل الثالث

خفض التوتر النفسي السلبي

تمهيد :

- 1-تعريف التوتر النفسي .
- 2-تطور مفهوم التوتر النفسي .
- 3-أنواع التوتر النفسي .
- 4-أعراض التوتر النفسي.
- 5-أسباب التوتر النفسي .
- 6-النماذج و النظريات المفسرة للتوتر النفسي.
- 7-سيكولوجية التوتر النفسي .
- 8-أساليب قياس التوتر النفسي.
- 9-خلاصة الفصل .

تمهيد :

يعتبر التوتر النفسي من المفاهيم التي لازمت الإنسان منذ وجوده على الأرض فقد أصبحت سمة من سمات العصر الحديث ، حيث يطلق عليه البعض القاتل الصامت وأصبحت العديد من المؤسسات في الوقت الراهن على اختلاف أنشطتها تعاني من ازدياد التوتر النفسي وانتشاره بشكل واسع خاصة بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ، ونظراً لأهمية هذا فقد تناولنا في هذا الفصل مفهوم التوتر النفسي وتطوره ، وأنواعه وأعراضه وأسبابه و النماذج والنظريات المفسرة له ،وسيكولوجية التوتر النفسي وأخيراً أساليب قياس التوتر النفسي .

1 - تعريف التوتر النفسي :

يعد مصطلح التوتر النفسي من أكثر المصطلحات استعمالاً في الوقت الحاضر إلا أنه من أكثر المصطلحات أسيء استعمالها حتى من قبل المتخصصين وأحد أهم أسباب الخلط في استعماله هو أنه يستعمل للإشارة للقوة المحدثة للاضطراب " الموترات " وأحياناً أخرى يستعمل للإشارة لعملية اختلال ، وفي حين آخر يستعمل ليعني جهود الفرد للتكيف وإعادة التوازن

كما أشار لازاروس " lazarus " إلى أن التوتر يحدث عندما تلح المطالب على الفرد وتهدد مصادر التكيف لديه وهذا ما ذهب إليه ماكراث megrath أن التوتر هو التوقع عدم القدرة على الاستجابة بفاعلية للمطلب المدرك إذ ترتبط حالة التوتر مع توقع النتائج السلبية للاستجابة الغير مناسبة .

إنّ التوتر النفسي كمفهوم يشير إلى تغير في حالة التوازن النفسية التي تنشئ عن مظاهر الوظيفة التي تدرك على أنها مهددة للفرد أو الذات ويشخص التوتر النفسي بناءاً على الاستجابات الفيزيولوجية للمؤثرات البيئية بحيث يمكن أن يقيم كمهدد لذات الفرد .

إن التوتر يمكن أن يكون ايجابيا أو سلبيا و كل نشاط يمكن أن يقوم الفرد قد يؤدي إلى إحداث توتر لديه ، و هذا التوتر يكون ضمن مستويات مختلفة ، و قد يكون التوتر جسميا أو نفسيا بحيث يتطلب التوتر الجسمي استجابة جسمية و كذلك فان الظروف البيئية الشديدة يمكن أن تخلق توتر نفسي كما في حالة فقدان شخص أو شيء عزيز ، و إنّ كيفية التي يتعامل فيها الفرد مع توتر ما يعد مظهرا مهما من مظاهر ضبط التوتر ، و من الناحية البيولوجية فان الجسم الذي يقع تحت توتر ما فانه سيحاول حفظ توازنه الداخلي و بناءا على ذلك فان استجابة التوتر إما أن تكون على شكل تحمل سلبي أو هروب أو على شكل تحمل ايجابي أو مواجهة .

(الشبح، 1994، ص 08)

إن التوتر حالة يكون عليها الشخص ،أو بعبارة أدق هو حالة المنطقة الشخصية الداخلية بالقياس إلى المناطق الشخصية الداخلية الأخرى .وعندما يشير ليفين إلى الخصائص الدينامية لمنطقة أو خلية للغلاف الشخصي الداخلي فإنه يسمي هذه المنطقة نظاماً أو نسقاً System.

(سلوى الملا ،1982،ص13)

وعرفت "ليلي السباعي" التوتر النفسي بأنه: تفاعل أو استجابة نفسية للأحداث التي تفسد توازننا الشخصي بطريقة أو بأخرى ، هذه الأحداث أو المطالب تعرف بأنها عوامل التوتر أو الضغط "steessors"

(ليلي السباعي، 2008،ص21)

وعرفه "باتريك ليجورون" و"أوديل جاكوب" سنة 2001 في كتاب (le stress an travail) بأنه: استجابة تكيفية أولية للظروف المحيطة ، وأنه لا يكون دائما سلبياً بل قد يكون السبب في جعلنا منتجين ، ولكن إذا طالت مدته يؤثر على توازننا فلا يمكننا التكيف مع الأحداث المؤثرة .

وعرفت الوكالة الأوروبية للسلامة والصحة في العمل : بأن التوتر النفسي يحدث عندما يكون هناك عدم توازن بين إدراك الشخص للقيود التي تفرضه البيئة وإدراكه لموارده الخاصة للتعامل معها .

ويعرف "لازاروس" (lazarus) التوتر النفسي بأنه : ظرف خارجي يضع على الفرد أعباء ومتطلبات قائمة، ويهدده ويعرضه للخطر بشكل أو بآخر .

(محمد رمضان القذافي، 1998، ص1)

إن التوتر: حالة يكون عليها الشخص ،أو بعبارة أدق هو حالة المنطقة الشخصية الداخلية بالقياس إلى المناطق الشخصية الداخلية الأخرى .وعندما يشير ليفين إلى الخصائص الدينامية لمنطقة أو خلية للغلاف System .الشخصي الداخلي فإنه يسمي هذه المنطقة نظاماً أو نسقاً.

(سلوى الملا، 1982، ص13)

2 - تطور مفهوم التوتر النفسي :

عرف مفهوم التوتر النفسي مراحل متعددة تطور خلالها مفهومه وتنوعت مجالات التي استخدم فيها والمقاربة التي تناولتهم ، يظهر مفهوم التوتر حديثاً فقد اشتقت كلمة "stress" من الفعل اللاتيني "strigére" بمعنى ضيق وأوثق وخنق وصولاً إلى كلمة شدة "détress".

وحسب النابلسي وآخرون (1991) فان ابن سينا أول من تناول مفهوم الإجهاد بالدراسة العلمية التجريبية فقد ربط حملاً وذنباً في غرفة واحدة دون أن يطل أحدهما الآخر ، وكانت النتيجة هزال الحمل وضموره ومن ثم موته .

وفي القرن (14) استخدم مفهوم التوتر بطريقة أكثر عمومية ليصف المشقة أو الضيق و منذ القرن (17) استخدم هذا المصطلح لتعبير عن الحرمان أو الضجر، وفي القرن (18) حدث تطور دلالي إذ جرى الانتقال من النتيجة الانفعالية للإجهاد إلى سببه

الأساسي الذي ينتج تشوها للمادة إلى يطول أو يقصر فالتوتر يسبب أمراض نفسية و جسدية ، مما يفسر الانتقال من المفهوم الطبيعي إلى مفهوم الطبي و النفسي ، و عرف القرن التاسع عشر (19) بداية استعمال و انتشار مفهوم "stress" إذ يقول العالم الفيزيولوجي الفرنسي 1867 clawde bernard إن التغيرات الخارجية في البيئة يمكنها أن تعطل الجهاز العضوي ، و في قوله هذا إشارة إلى اختلال التوازن الذي يسببه التوتر النفسي .

وقد تغير مفهوم التوتر في بداية القرن (20) إذ أصبح يعني قوة دافعة ، أو مجموعة الدوافع المحركة للسلوك .

ويعتبر والتر كانون walter cannin من أوائل الذين استعملوا مفهوم التوتر وعرفه برد فعل الطوارئ أو " رد الفعل العكسي " وكشفت أبحاثه عن وجود آلية في جسم الإنسان تعمل على الاحتفاظ " بالاتزان الحيوي" في حالة تعرضه للتوتر .

أما الاستعمال الحديث لمفهوم التوتر فقد ارتبط بالعالم الفيزيولوجي الكندي هانز سيل hans selye والمكني " بأب التوتر " والذي نشر مقالا في مجلة "nature" 1936 يشير فيه إلى مجمل الاستجابات غير الخاصة الذي يسببها عامل طبيعي مؤذ أيا كان نوعه ، وهو ما يطلق عليه منذ 1946 " متلازمة التكيف العام " ويذكر في نظريته (1950) أن التوتر هو " رد فعل لا نوعي لجسم ما على أي تأثير بيئي " .

وقد ذكر (كشرود) أن السنوات الثلاثين الأخيرة من القرن العشرين عرف تناقصا في الاهتمام بالتوتر من الناحية الفيزيولوجية ، ليزيد الاهتمام به في مجال العلوم السلوكية من خلال دراسة مصادر التوتر من الناحية النفسية والمهنية .

(عقون آسيا 2012 ص 32)

3 - أنواع التوتر النفسي :

3-1- التوتر الايجابي : "austress"

هو عبارة عن التغيرات والتحديات التي تفيد في نمو الفرد وتطوره ، وهي درجة من التوتر تدفع المرء للعمل بشكل متتابع مما يجعله يحسن الأداء العام ويحقق أهدافه ويعد توتر صحي ، و يؤدي إلى تحسين جودة الحياة مثل أعباء منصب جديد أو ترقية لدرجة أعلى .

ومع ذلك يجب أن نكون حذرين لنقطة تجاوز مستوى التكيف والتي قد تتسبب في التحول السريع لتوتر من الايجابي إلى سلبي

3-2- التوتر السلبي : " distress "

والتوتر السلبي يؤدي إلى تغيرات جسمية ومزاجية ولذا يطلق عليه المشقة المحدثة للمرض ، مثل وفاة شخص عزيز أو الإصابة بمرض مزمن.

(جبالي صباح 2012 : 39)

كما تحدث هانز سيللي عن نوعين من التوتر النفسي هما :

3-3- توتر تكيفي :

وهو رد فعل بيولوجي ونفسي منذر عن الخطر والدفاع اتجاه عدوان أو تهديد ، له آثار فيزيولوجية كتحرير السكر في الدم ،ارتفاع ضربات القلب ومعرض للعمل والفعل .

3-4-توتر متجاوز :

يجعل الفرد غير قادر على الإدراك والتفكير ، يحدث عندما يشعر الفرد أن حالته النفسية لا تسمح له بإرسال دفعات التكيف .

ويمكن اختصار التعريفات الأربعة في نوعين : توتر ايجابي ويشمل التوتر التكيفي ، والتوتر السلبي ويشمل التوتر المتجاوزي ، والفرق يكمن في العمليات المعرفية الوسيطة في استجابة التوتر فقد يدرك الفرد الموقف الموتر على أنه حدث بسيط ويمكن مواجهته بسهولة أو حدث قوي أو شديد لا يمكن التصدي له .

(ناجية دايلي 2013 ص57)

4- أعراض التوتر النفسي :

قام "فونتانا " (fontana) بوضع قائمة للتغيرات التي تحدث للكائن الحي عند تعرضه للتوتر وهي على النحو التالي:

4-1- تأثيرات فسيولوجية:

زيادة الأدرينالين بالدم فهو أذى للجسم، وإذا استمر لمدة طويلة يؤدي إلى أمراض القلب واضطرابات الدورة الدموية، كما يزيد إفراز الغدة الدرقية فتؤدي إلى زيادة تفاعلات الجسم، إضافة إلى زيادة إفراز الكولسترول من الكبد مما يؤدي إلى تغيرات في أجهزة الجسم، اضطرابات معدية ن تفاعلات جلدية.

4-2- تأثيرات معرفية:

عدم القدرة على التركيز وتؤدي إلى قرارات مسرعة وخاطئة تؤدي إلى كثرة الأخطاء مع عدم قدرة الجسم على الاستيعاب، وعدم القدرة على التنظيم والتخطيط.

4-3- تأثيرات انفعالية:

حدوث تغيرات في صفات الشخصية وزيادة الاضطرابات النفسية، وزيادة الاحساس بالمرض وتقدير الذات.

4-4- تأثيرات سلوكية :

النسيان والإهمال وزيادة المشاكل مع الآخرين مع إلقاء اللوم عليهم وعدم تحمل المسؤولية، كما تظهر اللجاجة والتعلم وانخفاض مستوى الطاقة .

(أحمد عبد اللطيف، 2015، ص23)

5- أسباب التوتر النفسي:

للتوتر النفسي أسباب عديدة قد تكون إما أسباب مباشرة أو أسباب غير مباشرة ، فالأسباب المباشرة نتيجة لزيادة متطلبات ضغوط الحياة اليومية ، أما الأسباب غير المباشرة

فقد صنفها شارلوزرت وناثان (Charlesworth and Nathan, 1988) إلى عدة أنواع منها :

- المثيرات الانفعالية وتشمل المخاوف المرضية والقلق بأنواعه .
- المثيرات العائلية وتشمل سوء التوافق الزوجي وغموض الدور والمشكلات الأسرية .
- المثيرات الاجتماعية وتتعلق بالتفاعل مع الناس والقلق الاجتماعي .
- المثيرات الكيميائية و تتمثل في سوء استخدام العقاقير والكحول.
- المثيرات الفيزيائية كالفوضى والتلوث وغيرها.

(حداد وحدادة، 1998، ص54)

6- النماذج والنظريات المفسرة للتوتر النفسي:

تعددت النماذج التي تناولت التوتر النفسي حسب اتجاه كل عالم، فهناك اتجاه يعتبر التوتر كمثير، وآخر يعتبره استجابة في حين أن الاتجاه الأخير يعتبره كتفاعل بين الفرد والبيئة، وفيما يلي بعض هذه النماذج:

6-1- نموذج التوتر كمثير (نظرية الحدث الحياتي) :

ينظر أصحاب هذا الاتجاه إلى التوتر انه مثير يدركه الفرد لعلى انه يمثل تهديدا له قد يكون داخلي المنشأ كالصراعات النفسية ، كما قد ينشأ من الأحداث الخارجية ولعل أهم اتجاه في هذا النموذج هو :

6-1-1 : اتجاه "هولمز" و "راهي" (1967) holms et rahe

حيث أن أحداث الحياة وتغييرات البيئة سواء كانت ايجابية أو سلبية من شأنها أن تشكل توترا على الفرد ولقد حدد كل من "هولمز" و "راهي" أحداث الحياة الموترة وأعدوا مقياس لقياس هذه الأحداث يتكون من 73 حدث حيث يفترض هذا النموذجان استجابة التوتر تحدث عندما يمر الفرد بشئ يتطلب منه استجابة بكمية معينة ، وقد يكون الحدث الموتر سلبي أو ايجابي .

(جبالي صباح ، 2012، ص55)

6 - 2 التوتر كاستجابة : (النظرية الفيزيولوجية) :

يصنف علماء هذا الاتجاه التوتر على أنه استجابة لأحداث مهددة تأتي من البيئة فهي تعتبر كرد فعل ، بحيث ركز هذا النموذج على ردود الفعل الانفعالية والفيزيولوجية التي تنجم عن الأحداث المؤتمر ودور الجهاز العصبي والغذي في الاستجابة ، أهم رواد النموذج :

6 - 2 - 1 : نظرية الموجهة والهروب لوالتر كانون (1932):

تعد هذه النظرية من أوائل النظريات التي اعتمدت على الجوانب الفيزيولوجية في دراسة وتفسير التوتر النفسي وذلك من خلال دراية كانون للكيفية التي يستجيب بها كل من الإنسان والحيوان للتهديدات الخارجية .

وقد شبه كانون عملية التوتر النفسي بعملية "الكروالفر" والتي هي مجموعة من التغيرات الفيزيولوجية التي تحدث في الجسم ، حيث أشار كانون إلى وجود أساليب دفاعية فيزيولوجية في جسم الإنسان تساهم في احتفاظها بحالة التوازن وهذا بفعل هرمون الأدرينالين الذي يهيئ الجسم لمواجهة المواقف الطارئة .

(نفس المرجع السابق ، ص56)

6-2-نموذج هانز سيلاي (1932) hans sely

هو باحث فيزيولوجي كندي وهو الأب الروحي لموضوع التوتر وقد فسره " بمتلازمة التكيف العام" SGA أي قدرة الجسم على التكيف نفسيا وجسديا مع البيئة الجديدة ، وقد حدد "سيلاي" ثلاث مراحل للدفاع ضد التوتر وهي :

6-2-1- مرحلة ردة الفعل التحذيرية:(التنبه بالخط) la reaction d'alarme

تمثل هذه المرحلة خط دفاع الأول لضبط التوتر النفسي فعندما يتعرض الفرد للخطر الجسمي كالمرض أو الجروح أو تهديد نفسي كالغضب فإن ردة فعل الجسم تكون واحدة

حيث تبدأ من الإشارات العصبية و الهرمونية في الجسم لتعبئة الطاقة اللازمة للطوارئ فتزداد دقات القلب و يرتفع ضغط الدم و يزيد إفراز الأدرينالين و بهذا يحاول الفرد الاستجابة لمصدر التوتر النفسي لأنه بهذه الطريقة يحافظ الجسم على توازنه الداخلي بالرغم من كل الإختلالات و الاضطرابات الخارجية التي تواجهه ، و يعتقد "سيلاي" إن الموت قد يحدث خلال هذه المرحلة إذا كان التوتر النفسي شديدا جدا .

6-2-2- مرحلة المقاومة: le stade de résistance

حيث تعمل العضوية لتطوير اضطرابات جسمية مثل التقرحات في جهاز الهضم وضغط الدم ، للدفاع عن نفسها تجاه التهديد فيزيد الجسم مقاومته ببذل جهد أكبر .

(احمد عبد اللطيف ، 2015، ص279)

6-2-3- مرحلة الإنهاك : le stade d'épuisement

تنخفض قدرة الفرد على التعامل مع التوتر النفسي فيصبح هذا الأخير مسيطرا ، مما يجعل الفرد غير قادر ، فجسم الإنسان لا يقاوم إلى ما نهاية ، إذ تبدأ علامات الاعياء بالظهور تدريجيا ، وبعد أن يقل إنتاج الطاقة في الجهاز العصبي تتباطأ أنشطة الجسم وقد تتوقف تماما ، وإذا ما استمر التوتر يصبح من الصعب التكيف له فتحدث اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب أو أمراض جسمية وإذا يعد الجسم إلى فترة النقاهة أثناء هذه المرحلة قد يؤدي ذلك للموت .

(سعاد معروف الدوري ، 2014، ص82)

قد تتكرر المراحل الثلاث للتوتر عند "سيلاي" مرات عديدة في اليوم الواحد ، من هذه المراحل تقابل المرحلة النمائية من مراحل الحياة فمرحلة الإنذار بالخطر تقابل مرحلة الطفولة التي تتميز بالمرونة والتعليم ، أما مرحلة المقاومة فهي تقابل مرحلة الرشد التي تتميز

بالثبات والمقاومة ، أما مرحلة الإنهاك فتقابل مرحلة الشخوخة التي تتميز بالتعب والإنهاك في نهاية.

وفي لحظة واحدة قد يعاني الإنسان عددا من التوترات المتنوعة معا ، بعضها يمكن إزالته فورا بقليل من الجهد بينما تستغرق الأخرى ساعات أو أيام أو سنوات.

3-6 نموذج التوتر كتفاعل بين الفرد والبيئة (النظرية التفاعلية) :

هذه النظرية ظهرت لكي تلائم مابين خصائص الفرد وخصائص البيئة ، وتتوقع أن الأفراد يشعرون بالاستقرار سوف يقل هذا الشعور عندما يكون هناك سوء توافق بين هذه الخاصية أو الخصائص المرتبطة بالعمل ، بينما يكون هناك توافق بين الفرد والبيئة عندما تكون البيئة مهيأة لمثل هذه الخاصية مثل : المال ، الدعم الذي يتلقاه الفرد من الآخرين .

(سعاد معروف الدوري، 2014، ص81)

ولعل أهم نموذج من هذه النظرية هو :

1-3-6 نموذج "لازاريس" و "فولكمان" (1984) lazarus et folcman

لقد صاغ من "لازاريس" و "فولكمان" نموذجا لتفسير التوتر النفسي وذلك في إطار العلاقة بين الشخص والبيئة وتقييم الفرد للحدث الناتج عن ذلك ، فالتوتر ينشأ عندما يواجه الفرد موقفا ما يتم تقييمه على انه مهدد له فيتوقع حدوث حدث سلبي بالنسبة له حيث يرى "لازاريس" أن تفسير هذا الحدث يتركز على عمليات الثلاث التالية :

- عملية التقييم الأولى : évaluation primaire

عند تعرض الفرد لموقف ما ، فانه يقوم بمعالجة معرفية لما يتعرض من حيث إمكانية الضرر والتأثير الذي قد ، وإذا ما كان الموقف خطيرو بمثل تحديا سواء كان ايجابيا أو سلبي .

- عملية التقييم الثانوي :évaluation secodaire:

يتم خلال هذه العملية تقييم الفرد لمصادر قوته وقدراته التي يمكنه من خلالها مواجهة الحدث المسبب لتوتر .

- عملية إعادة التقييم :la réévaluation:

هي عملية يقوم من خلالها الفرد بإعادة تقييم كيفية إدراكه ومواجهته للموقف المسبب للتوتر، نتيجة حصوله على معلومات جديدة تخص الموقف أو عندما يدرك أن استجابة المواجهة للحدث تكون اقل فاعلية عما هو متوقع عندئذ يغير تقييمه أو يعيد النظر في استجابة المواجهة .

(جبالي صباح ، 2012 ، ص54)

7- سيكولوجية التوتر النفسي :الأجهزة الحيوية المرتبطة بالتوترات :

7-1- الجهاز العصبي الذاتي (المستقبل) :

عمله انعكاسي (الي) يقوم هذا الجهاز بتنظيم جهاز القلب ودرجة حرارة الجسم ، الدورة الدموية وهو خاضع لسيطرة الدماغ وتضمن :

7-1-1:الجهاز السمبثاوي :

الذي يهيئ الجسم لمواجهة المواقف الموترة من خلال توليده للطاقة اللازمة ، والتي ستكون على حساب أجهزة الجسم الحيوية فمثلا على مستوى الدماغ مثلا يزيد تدفق الدم ، ومستوي الجهاز الدوري تزيد ضربات القلب ، وتقلص الأوعية الدموية .

7-1-2 : الجهاز الباراسمبثاوي :

وتكون ردود فعل هذا القسم أكثر تحديدا مقارنة بالسابق بحيث تسرع نشاط بعض الأعضاء وتقلل من نشاط البعض الآخر فتتخفف ضربات القلب ووتيرة التنفس وسكر في الدم في حين يزيد نشاط الغدة اللعابية وهي في مجملها مظاهر لي انخفاض التوتر.

7-2 : جهاز الغدد الصماء :

يصب هذا الجهاز هرموناته مباشرة في الدم والتي هي عبارة عن مواد كيميائية معقدة تقوم بتنشيط الجسم ، وتساهم في تهيئة الأعصاب والعضلات للاستجابة بما يتناسب والموقف الموتر ولعل من أكثرها أهمية في استجابتنا لتوتر هي :

7-2-1 : الغدة النخامية :

هي غدة بيضوية الشكل تستقر في قاعدة الدماغ داخل تجويف عظمي في الجمجمة ، تستمد أهميتها من ارتباطها الوثيق بالمهيد لي يشكلان حلقة الوصل بين الجهاز العصبي وجهاز الغدد الصماء .

7-2-2 : الغدتان الكظريتان :

تقعان فوق الكليتين تنقسم كل غدة منهما إلى قسم داخلي (لب الكظر) ولآخر خارجي (قشر الكظر) بحيث يفرز لب الكظر الذي يتألف من الخلايا الملونة "لادرينالين" و "النور أدرينالين" في الدورة الدموية ، أما قشرة الكظر فتفرز سلسلة من الهرمونات تدعى "كورتكويد" بما فيها من "كورتيزول" و "كورتيزون" اللذان يثران على تمثل السكر والبروتين فتسبب التوتر بطريقة مباشرة .

(عقون آسيا 2012 : 3)

8- أساليب قياس التوتر النفسي :

8-1- قياس التوتر عن طريق التطرف في الاستجابة:

ومن أهم ثلاثة عناصر أساسية في المقياس هي :

- عنصر التدرج ، بمعنى إن يكون هناك ما يشير إلى أن استجابات الشخص تتطوي على قبول التدرج بصورة أو بأخرى ، وذلك كمقومات للسلوك المرن.
- أن يكون المقياس في أقرب صورة إلى قياس السلوك الموضوعي .
- أن تكون بنود المقياس من النوع الذي يتيح للشخص أن يعبر عن نفسه بتلقائية بدون تدخل التتميط الاجتماعي للاستجابات المتوقعة . (سلوى الملا، 1982، ص 89)
- وعلى ضوء العناصر الثلاثة السابقة استقر الرأي على أن يتضمن المقياس مواقف اختيار ، وأن يتاح للمجيب أن يدرج إجابته على مسافة تمتد بين طرفين متباعدين هما شدة القبول وشدة الرفض .

8-2- قياس درجة التوتر عن طريق درجة الجمود :

يعرف ليفين الجمود السلوكي بأنه " التشبث بنمط سلوكي واحد وبدوافع وحاجات وأهداف ثابتة لا تتغير" ويرى أنه يكون نتيجة لأحد العوامل الآتية :

8-2-1- الجمود الطبوغرافي :

- ضعف التمايز بين النظم السيكلوجية المختلفة مما يؤدي إلى العجز عن إصدار الاستجابات المتنوعة في المواقف المختلفة ، وهذا العجز هو جوهر الجمود السلوكي .
- ضعف التمايز بين بعض النظم السيكلوجية الشخصية ، أي أن نيفين يفترض أن النظم ليست على درجة واحدة عامة من التمايز ، بل أن بعضها يكون أكثر تمايزا من البعض الآخر .

ويضيف كونين إلى العوامل السابقة بعض العوامل الأخرى في الشخصية مثل الشعور بالأمن وشدة الدافع و الاتجاه نحو التقبل مواقف جديدة ، إذ أن انعدام الشعور

بالأمن قد يؤدي إلى جمود سلوكي لأنه يجعل الفرد يخاف من المواقف الجديدة لما تتطلبه من استجابات لم يألّفها ولذلك فهو يعالج الموقف بأن يتشبث بالنمط السلوكي القديم .

(نفس المرجع السابق ، ص 102)

8-3- قياس التوتر النفسي بارتفاع مستوى الدافعية العامة :

إذا اشتق التوتر من المجال السيكولوجي ثم يؤثر في كل جوانب هذا المجال وليس التوتر حالة سلبية ، بل انه يمد القوة النفسية الايجابية بالطاقة التي تساعد على إعادة التكيف في المجال السيكولوجي ويحدث التوتر نتيجة لوجود أهداف تتطلب تصرفا معيناً من الفرد بهدف تحقيقها ، وعندما يصل الفرد إلى هدف معين يؤدي إلى خفض التوتر الذي أشاره نحو تحقيقه.

وبهذا المعنى الدافعي لتوتر يمكن استخدام الاختبارين التاليين :

8-3-1- اختبار شدة الدافع drive لبرنجلمان :

ويتكون هذا الاختبار من 14 بندا تمثل جوانب الدفع في حياة الإنسان ومستوى نشاطه العام ، بحيث يتبين منه قوة الدافع لديه لا نحو دافع معين بل شدة الدفع بصفة عامة ويطلب فيه من المفحوصين أن يستجيب من وضع دائرة حول كلمة "نعم" أو كلمة "لا" وتعطى درجة واحدة إذا كانت الاستجابة في اتجاه الاختبار .

8-3-2- اختبار مستوى النشاط العام ليجلفورد General over activity :

هذا الاختبار مشتق من بطارية جيلفورد G.A.M.I.N ويتكون من 24 بندا تمثل مقدار الطاقة والنشاط التي يواجه بها الإنسان بعض المواقف اليومية التي يمر بها . ويطلب فيه من المفحوص إن يستجيب بوضع دائرة حول كلمة "نعم" أو كلمة "لا" أو علامة "؟" وتعطى درجة واحدة إذا كانت الاستجابة في اتجاه الاختبار .

(نفس المرجع السابق ، ص 108، 109)

خلاصة الفصل :

إن التوترات التي يتعرض لها الفرد تختلف وتتنوع أسبابها وبالتالي يصعب على الإنسان تجنبها بسهولة لكونها محصلة لتفاعل عدة مثيرات ومنبهات ، فالتوترات النفسية التي يتعرض لها الفرد ليست دائماً ذات آثار سلبية ، فهناك التوتر الايجابي التي يزيد من حماس ودافعية الفرد نحو العمل على عكس التوتر السلبي التي يؤدي إلى نتائج سلبية على الفرد ، فمن الصعب التخلص من التوتر النفسي نهائياً ، ولكن يمكن التحكم فيه ، وخفضه من خلال وضع استراتيجيات مواجهته .

الفصل الرابع

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1-منهج الدراسة.

2-عينة الدراسة.

3-أداة الدراسة.

4-الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.

5-الأساليب الإحصائية.

6-خلاصة الفصل.

تمهيد:

في إطار البحث العلمي لابد لنا كباحثين التأكد من صحة نتائج فرضيات الدراسة وتقديم تصورات وذلك من خلال إتباع الخطوات المنهجية للبحث العلمي بداية من ضبط المنهج والتعريف به ثم المرور لتحديد العينة وأداة الدراسة.

1-منهج الدراسة:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الاستكشافي، والذي ويعرفه كامل محمد المغربي (2009، ص 96) على أنه "هو طريقة في البحث عن الحاضر، والذي يهدف إلى تجهيز بيانات لإثبات فروض معينة " وترى الطالبتين الباحثتين أنّ المنهج الوصفي يندرج ضمن آلية البحث العلمي بشكل عام، كونه لا يهدف إلى وصف الظواهر فقط كما هي موجودة في الواقع ولهذا يرى الباحث أن المنهج الوصفي هو الأنسب لهذه الدراسة.

2-عينة الدراسة:

2-1-مجتمع الدراسة:

يُقصد بمجتمع البحث الذي يُزعم الباحث على إجراء البحث على أفراد، أي أنّه كل فرد أو وحدة أو عنصر يقع ضمن حدود ذلك المجتمع الذي تسعى الطالبتين الباحثتين إلى تعميم نتائج بحثه عليه، ويتّضح مما سبق، أنّ مجتمع البحث مصطلح يفهم من واقع تعريفهم النظري في هذا البحث، وهم طلبة المرحلة الثانوية ببعض ثانويات المتواجدة ببلدية الأغواط.

2-2-عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (90) طالب وطالبة التي يختارها للبحث تمثل المجتمع البحث حسب تقديره لا غير، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة وقد راعت الطالبتين الباحثتين في اختيار عينة الدراسة الشروط التالية:

- أنّ تشمل العينة الجنسين (ذكور وإناث)
- أنّ تشمل العينة مستوى السنة الثالثة ثانوي .

- أن تشمل العينة تخصصات دراسية مختلفة.

والجداول الآتية (1) و (2) و (3) توضح أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغيرات الدراسة، الجنس والتخصص والمستوى الدراسي.

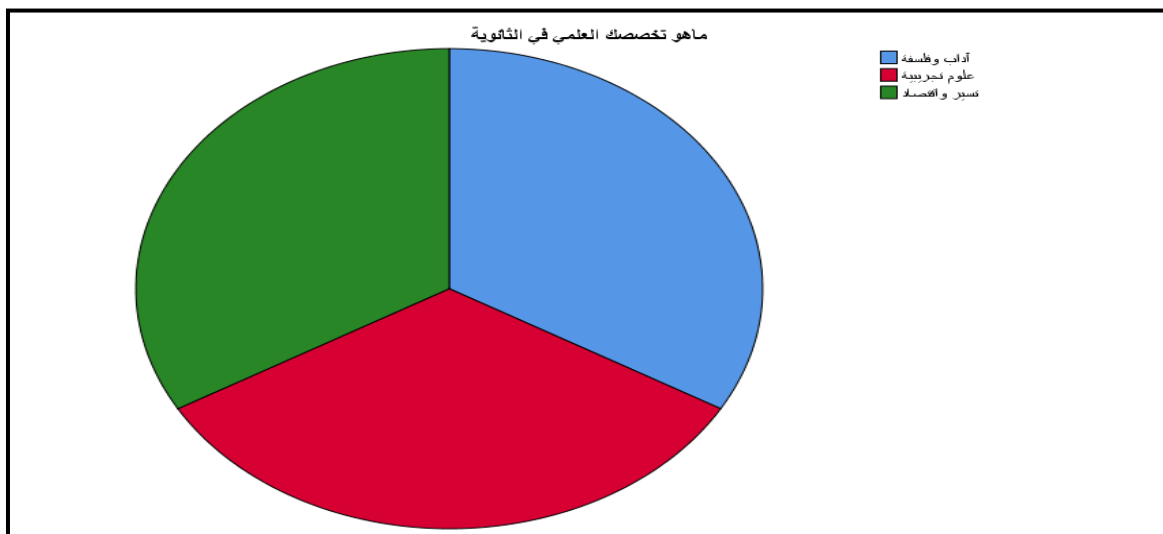
الجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة حسب التخصص العلمي.

التخصص العلمي	التكرار	النسبة
آداب وفلسفة	30	33,3%
علوم تجريبية	30	33,3%
تسيير واقتصاد	30	33,3%
المجموع	90	100 %

المصدر: من اعداد الطالبتين على ضوء مخرجات الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن توزيع أفراد العينة حسب التخصص (آداب وفلسفة، علوم تجريبية، تسيير واقتصاد) توزيع اعتداليا بحيث بلغ كل منهم 30 مفردة بنسبة 33.3%.

الشكل رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة حسب التخصص العلمي.



المصدر: من اعداد الطالبتين على ضوء مخرجات الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

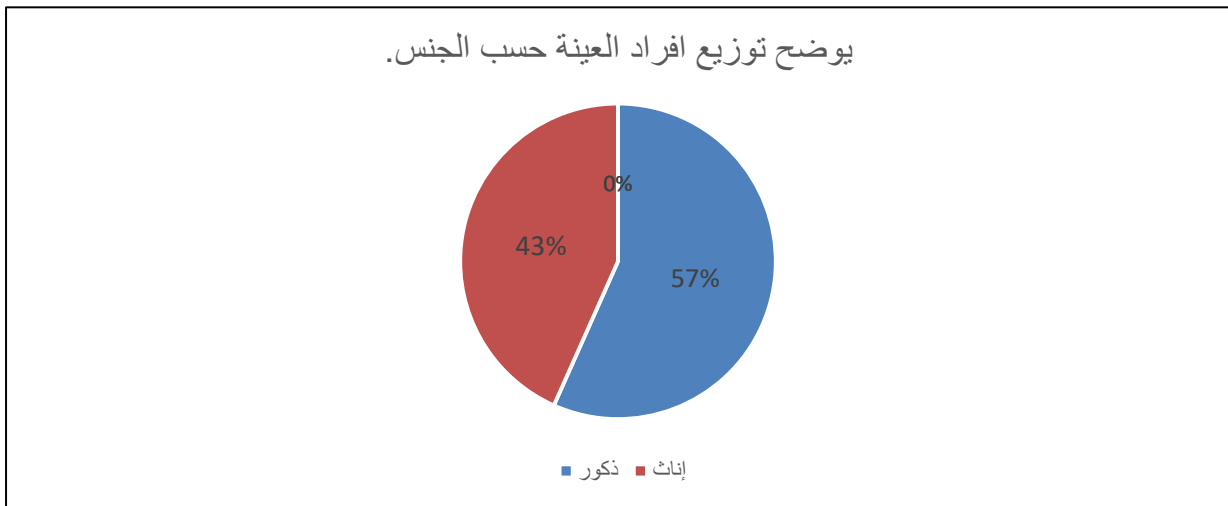
الجدول رقم (2) :يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير الجنس.

الجنس	التكرار	النسبة
ذكر	51	56.66%
أنثى	39	43.33%
المجموع	90	100

المصدر: من اعداد الطالبتين على ضوء مخرجات الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة الذكور قدرت بـ 56.66% والإناث قدرت نسبتهما بـ 43.33%.

الشكل رقم (2) يوضح توزيع افراد العينة حسب الجنس.



المصدر: من اعداد الطالبتين على ضوء مخرجات الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

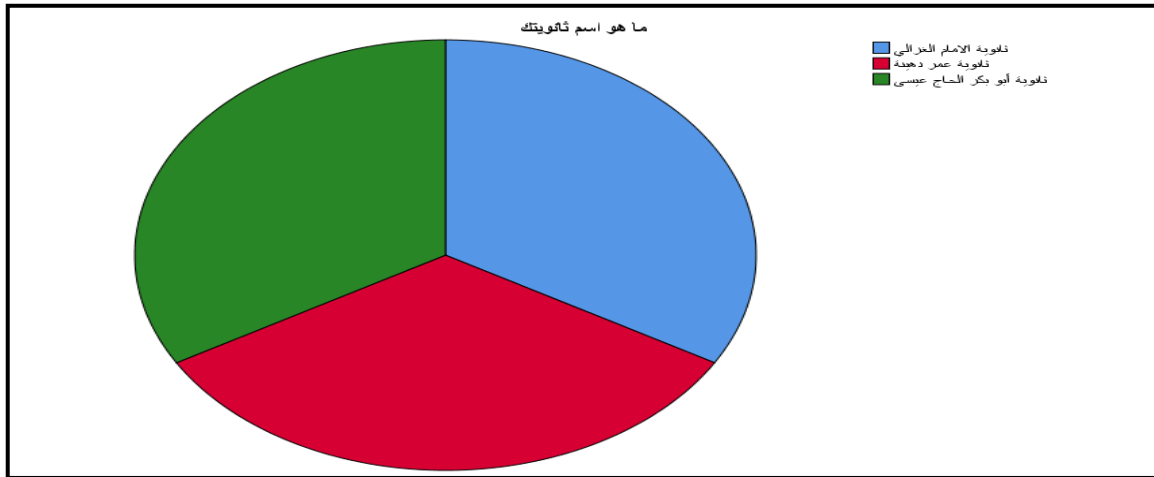
الجدول رقم (3) يوضح توزيع افراد العينة حسب المؤسسة التعليمية التي ينتمون إليها.

اسم الثانوية	التكرار	النسبة
ثانوية الامام الغزالي	30	33,33%
ثانوية عمر دهيته	30	33,33%
ثانوية أبو بكر الحاج عيسى	30	33,33%
المجموع	90	100%

المصدر: من اعداد الطالب على ضوء مخرجات الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن القيم متساوية بعدد 30 لكل ثانوية وبنسبة مئوية قدرت بـ 33.3%.

الشكل رقم (3) يوضح توزيع افراد العينة حسب المؤسسة التعليمية التي ينتمون إليها.



3-أداة الدراسة:

تم الاعتماد على استبان موجه وتم استخدام التدرج الخماسي لفقرات الاستبيان بحيث تكون الإجابة على بنود الاستبيان على خمس خيارات ومثال ذلك أعطيت درجة (1) وإذا كانت الإجابة (نادراً) أعطيت درجة (2)، وإذا كانت الإجابة (أحياناً) أعطيت درجة (3)، فإذا كانت الإجابة (دائماً) أعطيت درجة (4)، أما إذا كانت الإجابة (غالباً) أعطيت درجة.

الجدول رقم (4) يوضح: التدرج المستخدم في تقييم المتوسطات الحسابية لأداء على فقرات الإستبانه.

الدرجة	فئة المتوسطات	مفتاح التصحيح
لم يحدث	1.799 - 1	1
نادراً	2.599 - 1.88	2
أحياناً	3.399 - 2.6	3
غالباً	4.199 - 3.4	4
دائماً	5.0 - 4.2	5

وهذا وقد تم احتساب طول الفئة العددية للأوساط الحسابية الخاصة بالفقرات والأداة ككل بطرح مفتاح التصحيح الأصغر من مفتاح التصحيح الأكبر وقسمة الناتج على عدد الفئات الأداة ، ، وذلك كما هو موضح في الجدول.

4- الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة:

أ- صدق الأداة:

- صدق المحتوى:

وبناءً على ما تراه الطالبتين من أهمية في مجال دراسته وذلك للتأكد من صدق المقياس، وتحديد مدى سلامة الصياغة اللغوية لل فقرات ومدى مناسبة الفقرات للأبعاد المختلفة التي تنتمي إليها في كل مقياس في ضوء التعريفات الإجرائية قامتا الباحثتين بعرضه على أساتذة في علم النفس أي من ذوي الاختصاص وقدر عددهم أربعة (4) وقامت الطالبتين الباحثتين بمراجعة التعديلات والافتراضات التي أشار إليها المحكمون على أداة الدراسة انطلاقاً من أن الفقرات المقبولة التي بلغت نسبة الاتفاق عليها (80%)، واستبعاد العبارات الأقل من ذلك.

- الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي من خلال حساب قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بند مع الدرجة الكلية للاختبار، وذلك على عينة التقنين والتي قوامها (20) تلميذ (ة) ، وتشير النتائج إلى وجود ارتباط ، حيث أن معظم معاملات الارتباط موجبة ، ومعظمها دال عند مستويي الدلالة الإحصائية (0.05) ، (0.01)، وهذا ما يؤكد صدق الاختبار.

جدول (05): يوضح معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لأداة الدراسة.

معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية "بيرسون"	معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية "سبيرمان"	رقم البند	معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية "بيرسون"	معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية "سبيرمان"	رقم البند
0.445**	0.405**	13	0.438*	0.399**	1
0.393**	0.357*	14	0.369**	0.344**	2
0.556*	0.529*	15	0.464**	0.451**	3
0.570*	0.542**	16	0.409*	0.388**	4
0.434*	0.405**	17	0.576**	0.544**	5
0.456**	0.431**	18	0.424*	0.316*	6
0.438**	0.408*	19	0.479**	0.534*	7
0.412**	0.551**	20	0.396*	0.350**	8
0.401**	0.396*	21	0.398**	0.363**	9
0.442**	0.467*	22	0.472**	0.412**	10
0.450**	0.461**	23	0.447**	0.401**	11
0.427**	0.466**	24	0.460**	0.440**	12

ب- ثبات الأداة:

قام البحث بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ (alpha Cronbach)، بهدف معرفة مدى تجانس درجات المقياس، وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (6): يوضح معامل ثبات استبيان بمعادلة ألفا كرونباخ α

محاور المقياس	عدد البنود	ثبات الأبعاد
المجموع	24	0,79

يتضح من الجدول رقم (6): أن جميع قيم معاملات الارتباط لمجالات الاستبيان والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) و (0.05)، وهذا يؤكد ثبات تجانس الأبعاد والفقرات، ويمكن الوثوق به للمقياس.

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام التكرارات والنسب المئوية للتعرف على الصفات الشخصية لمفردات عينة البحث تجاه عبارات المحاور الرئيسية التي تتضمنها أداة الدراسة والتي تتعلق بالفرضية الرئيسية، كما تم استخدام معامل ارتباط بيرسون "ر" (correlation pearson coefficient) ومعامل ارتباط معامل ارتباط سبيرمان براون (Brown Sperman) وتم استخدام معامل ألفا كرونباخ (cronbach alpha) لقياس ثبات أداة البحث كما تم استخدام المتوسط الحسابي (mean) وذلك لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات أفراد عينة البحث على كل عبارة من عبارات متغيرات البحث الأساسية ، مع العلم أنه يفيد في ترتيب عبارات حسب أعلى متوسط حسابي.

خلاصة الفصل:

لقد جاء في هذا الفصل تناول منهج الدراسة ومجتمعها وعينتها وعرضت الأداة المستخدمة في جمع البيانات من صدق وثبات، وفصلت فيه إجراءات من التطبيق مع مراحل التجربة والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة من متوسط حسابي وانحراف معياري واختبار "ت".

مناقشة وتفسير فرضيات الدراسة

تمهيد:

في هذا الفصل سيتم عرض نتائج الدراسة وتحليل البيانات الإحصائية الواردة من خلال نتائج الإجابات التي أدلى بها المبحوثين على بنود (الاستبيان)، ثم تفسير النتائج على ضوء تساؤلات البحث باستخدام القياسات والتحليلات الإحصائية ثم عرض النتائج المتحصل عليها في جداول مرتبة .

- عرض ومناقشة الفرضية العامة:

تنص الفرضية " هناك دور لمستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي ببعض ثانويات ولاية الأغواط"

الجدول رقم (7): يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمجموع عبارات الاستبيان.

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
01	يساعدني مستشار التوجيه على وضع خطة للتخلص من قلق الامتحان	3.94	1.5
02	يسعى مستشار التوجيه بتزويدنا بالمواقع والمنتديات العلمية التي تساعدنا في المراجعة	2.52	2.
03	أرى أن مستشار التوجيه أنه يسعى إلى ابراز نقاط القوة والضعف في شخصيتي	3.30	1.6
04	يقدم لي مستشار التوجيه الدعم النفسي والمحتوى بهدف تخفيف ضغط الامتحان	3.37	1.2
05	يساعدني مستشار التوجيه على التكيف و ايجاد الحلول للمشاكل التي تواجهني	3.26	1
06	يساعدني مستشار على التخلص من جميع الضغوطات النفسية	4.43	1
07	أتطلع لتحقيق انجاز عمل دراسي ذي أهمية علمية في المستقبل	3.32	1.2
08	يقوم مستشار التوجيه بالسهر على توفير أجواء ملائمة لسير الامتحان	3.31	1.8
09	يساعدني مستشار التوجيه على توفير الوقت المناسب للمذاكرة	3.68	1.2
10	يساعدني مستشار التوجيه بإجراء فحوصات نفسية للتكفل بمشاكلي الخاصة	2.76	1.2
11	يوجهني مستشار التوجيه نفسيا ومعنويا للامتحان	3.01	1.3
12	يساعدني مستشار التوجيه	3.55	1.2
13	شجعني مستشار التوجيه على الاعتماد على نفسي أثناء الامتحان	3.45	1.3
14	يساعدني مستشار التوجيه للتخلص من الخوف من الفشل في الامتحان	3.66	1.5
15	أشعر بالراحة النفسية أثناء تعاملي مع مستشار التوجيه	2.20	1.9

16	يقلل من شعوري بالقلق عند التفكير بقرب امتحان شهادة البكالوريا	4.13	19
17	يساعدني مستشار التوجيه في حل مشكلاتي النفسية التي تعيق مساري	2.66	1.2
18	أشعر أنني قادر على التركيز بما أقوم به من أعمال بسبب توجيهات مستشار التوجيه	3.68	1.4
19	أرى أن مستشار التوجيه يساعدني في التوفيق بين امكانياتي وطموحاتي	3.83	1.8
20	أشعر بالارتياح والثقة أثناء الامتحان بسبب توجيهات مستشار التوجيه	3.38	1.2
21	يساعدني مستشار التوجيه في التغلب على مشاعر القلق والخوف أثناء الامتحان	3.50	1.7
22	أجد نفسي متحمسا لاجتياز امتحان شهادة البكالوريا بدون قلق و توتر نفسي	3.76	1.1
23	يساعد مستشار التوجيه اللذين يعانون من مشكلات عاطفية في كيفية حلها	3.05	1.2
24	أرى أن مستشار التوجيه يقوم برفع معنوياتي داخل غرفة الامتحان	3.77	1.7
	المجموع	3.41	1.6

من خلال ما هو موضح في الجدول رقم (7) من خلال المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لعدد فقرات الاستبيان وتوضيحها بكل سؤال من أسئلة الاستبيان نجد أن مجموع المتوسطات الحسابية قدر بـ (3.41) وبانحراف معياري قدره (1.6) ما بين وهذا يعني أن أغلب إجابات أفراد العينة تقع ضمن خانة غالباً.

ونلاحظ أن العبارات الأكثر استجابة من التلاميذ من خلال المتوسطات الحسابية، العبارة رقم (6) "يساعدني مستشار على التخلص من جميع الضغوطات النفسية" حيث بلغ متوسطه الحسابي (4.92)، كما جاءت العبارة رقم (1) "يساعدني مستشار التوجيه على وضع خطة للتخلص من قلق الامتحان" حيث بلغ متوسطه الحسابي (3.94)، في حين العبارة رقم (16) "يقلل من شعوري بالقلق عند التفكير بقرب امتحان شهادة البكالوريا" حيث بلغ متوسطه الحسابي (4.13) العبارة رقم (19) "أرى أن مستشار التوجيه يساعدني في التوفيق بين امكانياتي وطموحاتي حيث بلغ متوسطه الحسابي (3.83) .

وعليه ، نرى أن مستشار التوجيه المدرسي والمهني له دور في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية (بكالوريا)، والاستجابة الكبيرة مكنته من اجراء عمله بشكل متقن كما نرى أن أن مستشار التوجيه من خلال هذه الدراسة سعى إلى تحقيق العديد من المزايا جعل التلاميذ يشعرون بالراحة النفسية والطمأنينة أثناء تعاملهم مع مستشار التوجيه، وتحقيق

الاستعداد النفسي والتربوي لتلاميذ المرحلة النهائية من فتح مجال النقاش في المسائل المتعلقة بالمشاكل الأسرية ومحاولة حلها، وفع ثقة التلاميذ في مستشار التوجيه كونه مشرف على العملية التوجيهية حيث يثقون في قراراته ، كما أظهرت النتائج مدى مساعدة التلاميذ في تحقيق طموحاتهم ومشاريعهم العلمية من خلال ما يقدمه مستشار التوجيه من مساعدة التلاميذ في التخلص من قلق وهاجس الامتحان وتشجيع التلاميذ وتحفيزهم معنويا ونفسيا على التخلص من جميع الضغوطات النفسية التي يعانون منها أثناء وقبل الامتحان.

ونلاحظ أن العبارات الأكثر استجابة من التلاميذ من خلال المتوسطات الحسابية ،العبرة رقم (6) يساعدني مستشار على التخلص من جميع الضغوطات النفسية حيث بلغ متوسطه الحسابي (4.92)، كما جاءت العبارة رقم(1) "يساعدني مستشار التوجيه على وضع خطة للتخلص من قلق الامتحان" حيث بلغ متوسطه الحسابي (3.94)، في حين العبارة رقم (16) " يقلل من شعوري بالقلق عند التفكير بقرب امتحان شهادة البكالوريا" حيث بلغ متوسطه الحسابي (4.13) العبارة رقم (19) "أرى أن مستشار التوجيه يساعدني في التوفيق بين امكانياتي وطموحاتي حيث بلغ متوسطه الحسابي(3.83) .

وتتفق هذه الدراسة مع داراسة (روزفلت ونيلسون،1996) والتي كانت علمية حول تقييم دور مستشار التوجيه المدرسي والتي أظهرت أن مستشاري التوجيه المدرسي يقومون بتحقيق الأهداف بدرجة عالية ، ولكن الأساليب المتعلقة بتقييمهم تحتاج إلى تطوير ومشاركة فعالية منهم ، كما أكد الباحث ان على وجود حاجة ماسة إلى دراسات تتعلق بتقييم مستشار التوجيه المدرسي ومستوى النظام المدرسي .

وعليه يمكننا القول:أن الدور الأساسي البارز من خلال إجابات التلاميذ حول ما يقوم به مستشار التوجيه من الشعور بالراحة أثناء تعاملهم مع وكذا خفض التوتر وقلق الامتحان وهاجس الارتباك وزرق الحماس لاجتياز امتحان البكالوريا بكل سهولة وبدون قلق وتوتر، كذلك يعمل مستشار التوجيه على رفع المعنويات والتطلع لتحقيق انجاز عمل دراسي ليس

فقط أثناء الدراسة بل في المستقبل، كما أنه يساهم في التوجيه والمساعدة في التوفيق بين الإمكانيات والطموحات المستقبلية.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

تنص الفرضية "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ سنة الثالثة ثانوي تعزى إلى الجنس لصالح الذكور.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	اختبار T (ت)	مستوى الدلالة sig	إناث		ذكور	
				39	العدد	51	العدد
غير دالة إحصائياً	88	-1,121	0.71	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
				17.949	121.79	18.405	122.21

الجدول رقم (8): يوضح عدم وجود فروق في متوسط لاستجابا لعينة الدراسة تعزى الجنس.

من خلال التحليل الإحصائي باستخدام اختبار (T) للعينات المستقلة الغير المتساوية أظهرت النتائج عدم وجود فروق دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ سنة الثالثة ثانوي تعزى إلى الجنس، ومن من خلال الجدول أعلاه تبين أن المتوسط الحسابي لدى الذكور بلغ (122.21) وبانحراف المعياري بلغ القيمة (18.405)، في حين أن متوسط الحساب لدى الإناث بلغ (121.79) وبانحراف المعياري الذي بلغ قيمة (17.949) وهذا ما يؤكد أن الفرضية لم تتحقق.

ومن خلال ما سبق يمكن القول إن دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني له دور بارز في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ مرحلة الثالثة ثانوي، وذلك راجع من جهة إلى أن الاستبيان المعد للدراسة ليس موجه للإناث دون الذكور أو العكس كونه مركز على الجوانب المشتركة للجنسين وذلك أن مستشار التوجيه أنه يسعى إلى إبراز نقاط القوة والضعف لكلا

الجنسين على حدّ سواء، وذلك راجع إلى أن دور المنوط به مستشار التوجيه التقليل من الخوف والارتباك أثناء الامتحان وأحاسيس القلق لكلا الجنسين من التلاميذ لأنها تدخل في صميم عمل مستشار التوجيه كونها مرحلة حاسمة ومصيرية تحقق للتلاميذ أهدافهم المشروعة لذلك فالغاية من مهنته التقليل من الارتباك والتوتر النفسي الذي يعد هاجسا أمام الامتحان بشكل عام.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

تنص الفرضية " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه و الإرشاد المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى باختلاف التخصص علوم تجريبية، آداب و فلسفة ، تسيير واقتصاد لصالح العلوم تجريبية.

الجدول رقم (9) يوضح وجود فروق في متوسط الاستجابات لعينة الدراسة تعزى التخصص الدراسي.

المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار تساوي التباين F	مستوى الدلالة sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة
علوم تجريبية	30	139.95	18.796	4.254	0.004	86	دال إحصائيا
تسيير واقتصاد	30	136.88	18.834				
آداب وفلسفة	30	133.32	17.987				

يتضح من الجدول رقم (9) جاء متوسط تخصص العلوم التجريبية بلغ أعلى متوسط حسابي قدره (139.95) وبانحراف معياري قدره (18.796)، في حين جاء متوسط الحسابي لتخصص تسيير واقتصاد بمتوسط حسابي قدره (136.88)، في المرتبة الثانية بانحراف معياري قدره أعلاه (18.834)، في حين جاء في المرتبة الثالثة والأخير تخصص آداب وفلسفة بمتوسط حسابي قدره (133.32) وبانحراف معياري قدره (17.987) ،وعليه يمكن القول أنّ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني

في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ سنة الثالثة ثانوي باختلاف التخصص لصالح العلوم التجريبية ، وعليه يمكن أن نقول أن الفرضية الثالثة تحققت.

وما يمكن استخلاصه من هذه النتائج أنّ استجابة تلاميذ تخصص علوم تجريبية ما كان متوقع أنه توجد فروق لصالحهم نظرا لحرصهم واهتمامهم بالتحصيل الدراسي من جهة، وكون التخصص فيه كثير من الجهد وما يقابله من نسبة نجاح في الأغلب تأتي ضعيفة مقارنة مع الآداب والفلسفة وكذا استجابتهم مع مستشار التوجيه وإقبالهم عليه، واستشارته بسبب التوتر الذي يكتنفهم قبيل الامتحانات شهادة البكالوريا

- الاستنتاج العام:

على ضوء ما تم استخلاصه في الفرضية العامة من خلال دور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ مرحلة النهائية، توصلت النتائج في مجملها الى ان لمستشار التوجيه دور بارز في التقليل من الشعور بالقلق إزاء الامتحان، ولعل ما يفسر إقبال الإناث لمستشار كما خلصت الدراسة إلى أن ظاهرة القلق من الامتحانات ظاهرة عامة، يتأثر بها الصغار والكبار من الطلاب على حد سواء ، كما تم التوصل إلى عرض أهم سبب في شعور الطلبة بالقلق إزاء الامتحان هو الخوف من سوء التقدير والرسوب، ورد فعل الأسرة.

ولعل ما أردنا توضيحه هو كيف يمكن لمستشار التوجيه أن يقضي على الخوف الناتج عن الارتباك والتوتر أثناء الامتحان، والعملية الارشادية نرى بأنها في ارتفاع نسبي عن سابقها فنرى الآن مستشار التوجيه يقوم ببناء اختبارات وأنشطة وكذا دراسات للحد من كل ظواهر الخوف والتوتر النفسي ولكي نوضح ذلك أكثر كتفسير واستنتاج لدور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية:

- الشعور بالراحة النفسية والطمأنينة أثناء التعامل مع مستشار التوجيه.
- يسعى مستشار التوجيه في ابراز نقاط القوة والضعف في شخصية التلاميذ.
- يقدم مستشار التوجيه الدعم النفسي والمحتوى بهدف تخفيف ضغط الامتحان.
- يساعد مستشار التوجيه على التكيف وايجاد الحلول للمشاكل التي تواجه تلاميذ المرحلة النهائية.

- يقوم مستشار التوجيه بالسهر على توفير أجواء ملائمة لسير الامتحان.
- يساعد مستشار التوجيه على توفير الوقت المناسب للمذاكرة.
- يساعد مستشار التوجيه على وضع خطة للتخلص من قلق الامتحان.
- يساعد مستشار التوجيه في التغلب على مشاعر القلق والخوف أثناء الامتحان.

وعليه خلصنا إلى أن الدور الذي يقوم به مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي وقلق الامتحان لدى تلاميذ المرحلة النهائية دور حاسم وعمل حساس فهو الذي يرجح كفة النجاح والطموح على كفة الفشل للتلاميذ ويتوسط في حل مشاكلهم مع الأساتذة وكذا الوالدين، اذن فهو بمثابة صمام الأمان للتلاميذ.

- اقتراحات الدراسة:

- نرجو أن يحظى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي بإهتمام خاص من طرف مستشاري التربية والتوجيه .
- زيادة عمل مستشار التوجيه من أجل التقليل من حدة التوتر النفسي الذي يعاني منه طلاب المرحلة النهائية (بكالوريا).
- الاشراف على التلاميذ من خلال اجراء أنشطة ذات فعالية للقضاء على هاجس الخوف.
- توفير كل الوسائل المادية والمعنوية لمستشار التوجيه من أجل زيادة فعاليته وتقديم مستوى يليق بمستشار التوجيه.
- محاولة الربط والتنسيق بين مستشار التوجيه وبين الأساتذة والاداريين وكذا أولياء الأمور من أجل سد كل منافذ الخوف والتوتر والأمراض النفسية التي يعاني منها التلاميذ.
- اجراء اختبارات نفسية وحصص متابعة من اجل دراية ومعرفة كل تلميذ وما ينقصه من حاجيات.
- تخصيص مكتب مجند بالوسائل الكافية لمستشار التوجيه.
- تنظيم دورات تكوينية في مجال التوجيه والإرشاد ، وذلك يكون عن طريق محاضرات وندوات وتربصات والأيام الإعلامية والدورات التكوينية الهادفة .

الخاتمة

خاتمة الدراسة:

بعد هذا العرض نصل إلى خاتمة البحث ومن خلال تناولنا لموضوع دور مستشار التوجيه في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي نستنتج بأن مستشار التوجيه المدرسيه دوراً فعالاً في المؤسسة التربوية وبالأخص التعليم الثانوي ، لما له من أهمية و تأثير كبير في المسار الدراسي للتلاميذ، بحيث يقوم مستشار التوجيه بدوره في مجال الإعلام التربوي ، المتابعة والارشاد والتوجيه، التقويم التربوي بحيث يهدف إلى مساعدة التلميذ على فهم نفسه وقدراته وإمكانياته من خلال علاقة واعية مخططة للوصول إلى تحقيق نتائج جيدة وتجاوز المشكلات التي يعاني منها وتخفيف التوتر النفسي، أي أن التلميذ المقبل على شهادة البكالوريا قد يتعرض لتوتر وخوف وقلق وضغط نفسي وعدم الاتزان، وذلك راجع إلى عدم قدرته على الموازنة بين ما يتمتع به من إمكانيات وبين ضغوط البيئة المحيط بها، حيث تشكل له تهديداً وعبئاً ثقيلاً على عاتقه، وهذا ما يتطلب من مستشار التوجيه التخفيف من التوتر النفسي من أجل تحقيق الصحة النفسية وبالتالي تحقيق النجاح وهو الحصول على شهادة البكالوريا .

قائمة المراجع

- إبراهيم مصطفى ، الزيات ، أحمد حسن وآخرون (1972). المعجم الوسيط ج 1 ج 2 ، القاهرة : مجمع اللغة العربية جمهورية مصر العربية .
- أحمد أحمد عواد(1997). قراءات في علم النفس التربوي وصعوبات التعلم ، المكتب العلمي للكمبيوتر: الاسكندرية ، مصر .
- أحمد عبد اللطيف ابو سعد (2015). الصحة النفسية، منظور جديد ،دار المسيرة ،الاردن
اسماعيل الأعور (2005). واقع الاعلام التربوي في مؤسسات في المؤسسات التعليم
الثانوي بالجزائر من المنظور مستشار التوجيه المدرسي والمهني والتلاميذ ، رسالة
الماجستير غير منشورة جامعة ورقلة الجزائر .
- إكرام حمداوي (2019). مستوى الضغط النفسي لتلاميذ الأقسام النهائية ،مذكرة مكملة
لنيل شهادة الماستر في علم النفس التربوي ، جامعة العربي بن مهيدي ، ام البواقي
- ابراهيمية صونيا (2006). تأثير الوضعية المهنية على أداء مستشار التوجيه المهني
والمدرسي ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير ، قسنطينة .
- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة التربية الوطنية ، منشور رقم 269/91
والمتمضمن عمل مستشاري التوجيه الملحقين بالثانوية . مؤرخ في 24/12/1991 .
- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة التربية الوطنية ، منشور رقم 219/91
والمتمضمن تعيين مستشاري التوجيه في الثانويات . مؤرخ في 18/09/1991.
- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية ، وزارة التربية الوطنية ، منشور رقم 245/93
والمتمضمن اجراءات التنظيمية لنشاط مستشاري التوجيه في الثانويات 1993/12/04.
- الطروانة عبد الله (2007) . مبادئ التوجيه والارشاد التربوي، عمان الاردن : دار اليافا
العلمية لتوزيع والنشر .
- الشبح،نضال سعيد عبد الله (1994). فاعلية كل من برنامج إرشاد جمعي وبرنامج نشاط
رياضي في خفض مستوى التوتر النفسي ،رسالة ماجستير ،كلية الدراسات العليا ،
الجامعة الأردنية ،الأردن.

- برداد، صورية (2016). علاقة الوحدة النفسية بالاكتمال لدى الاشخاص المسنين بدور العجزة، مذكرة لنيل شهادة الماستر ، جامعة مستغانم.
- بد ،طروانة (2009) م.بادئ التوجيه والارشاد التربوي ، دار يافا العملية للنشر والتوزيع: الاردن عمان
- برو،محمد (1993).أثر التوجيه المدرسي على التحصيل الدراسي في الشعب الادبية رسالة الماجستير غير منشورة ،الجزائر .
- بوعلبة اسيا، بوعلبة حفصة(2020). دورمستشار المدرسي في احداث التوافق النفسي لدى التلاميذ سنه الثالثة ثانوي، مذكرة لنيل شهادة ماستر علوم الاجتماعية تخصص علم نفس المدرسي جامعة أدرار.
- توفيق رزوقي ، النظام التربوي في الجزائر ، محكات النقدية لواقع التوجيه المدرسي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر 2008 .
- جبالي ،صباح (2012).الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها ،ماجستير علم النفس العيادي ، جامعة سطيف ،الجزائر.
- جبران،مسعود (1992)معجمالرائد، ط 07 ،دارالعلم للملايين: بيروتلبنان.
- حامد عبد السلام زهران (1980) التوجيه والارشاد النفسي ط2 ع عالم الكتب مصر
- حمدي عبد الله عبد الحميد (2013).مهارات التوجيه والارشاد ط1 مكتبة أولاد الشيخ للتراث الجيزة
- حورية ،قدور(2018).دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في معالجة قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في العلوم التربية جامعة محمد صديق بن يحي ولاية جيجل .
- رائدة، خليل (2006). سالم المدرسة والمجتمع مكتبة المجتمع المدرسي عمان ، الاردن
- سعد رزوق (بدون طبعة).موسوعة علم النفس المؤسسة العربية للدراسات العربية والنشر.
- سعيد ،حاسم الأسدي ومروان،عبد المجيد ابراهيم (2003) الارشاد التربوي مفهومه ، خصائصه ، ماهيته الدار العلمية الدولية ، ودار الثقافة ط1 الاردن .

- سعودي وصال (2017). دور مستشار التوجيه في الحد من ظاهرة العنف المدرسي ،
مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم الاجتماع التربوي ، جامعة زيان عاشور الجلفة
- سلوى الملا (1982). التوتر النفسي كمقياس للدافعية ، ط1 ، دار القلم ، الكويت .
- سعاد معروف الدوري،(2014) دراسات في الصحة النفسية والإرشاد ، دار الوفاء ،
الإسكندرية .
- شاذلي، عبد الحميد محمد (2001)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الطبعة
الثانية، الإسكندرية، المكتبة الجامعية، الازارطة.
- صالح ابنو، عبد الله ابو عباة (2000) الارشاد النفسي والاجتماعي (بط) جامعة الامام
محمد انو سعود الاسلامية ، الرياض .
- عبد العزيز سعيد (2009). التوجيه المدرسي مفاهيمه النظرية اساليب الفينة تطبيقاته
العملية ط1 دار الثقافة عمان
- عياش حمو (2012) واقع التوجيه المدرسي في ضوء التطبيق والاستراتيجية المقاربة
بالكفاءات من وجهة نظر مستشاري النوجيه والارشاد المدرسي ، مذكرة ماجستير (غير
منشورة) في علم النفس التربوي .
- عقون أسيا (2012) : الضغط النفسي المهني وعلاقته بالقلق ماجستير ، عمل النفس
عيادي ، جامعة سطيف ، الجزائر .
- عاطف غيث (2007)، قاموس علم الاجتماع ، ط1، دار المعرفة الجامعية .
- فاتن محمد عزازي ،تطوير التعليم الثانوي بين الواقع وتحديات المستقبل ،المجموعة
العربية للتدريب والنشر،القاهرة ن ط1 ، 2012 .
- كعواش، حنان (2018).دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في تحقيق التكيف
المدرسي لدى تلاميذ السنة الاولى من التعليم الثانوي من وجهة نظر مستشاري التوجيه
والارشاد ،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية،جامعة محمد الصديق بن
يحي ولاية بجبل .
- ليلي السباعي(2008). التوتر وفن الاسترخاء ، دارمنشأة المعارف : الاسكندرية .

- محمد توفيق السيد والآخرين (2001) بحوث في علم النفس ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة مصر
- محمد محروس شناوي (1996). مبادئ التوجيه والارشاد النفسي ط 1 صفاء للنشر والتوزيع: عمان، الاردن .
- محمد مصطفى زيدان ، لطفي لطفي محمود بركات (1968) : التوجيه التربوي والارشاد النفسي في المدرسة العربية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- محمد رمضان القذافي (1998). " الصحة النفسية والتوافق " ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية
- محمود عطا حسين عقل . الارشاد النفسي والتربوي " المداخل النظرية -الواقع - الممارسة الطبعة الثانية 1321 / 2000 دار الخريجي للنشر والتوزيع - الرياض
- مدونة التربية والتعليم 2012 www.edu-dz.com
- مواهب ابراهيم عياد (1998)، ارشاد الطفل وتوجيهه في سنواته الاولى ، منشأ المعارف الاسكندرية .
- مولاي لخضر نذير (2011)، التوجيه المدرسي وأثره على التكيف الدراسي ، مذكر تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الدراسات التطبيقية ، جامعة التكوين المتواصل .
- وزارة التربية الوطنية ، النشرة الرسمية لتربية الوطنية ، التوجيه المدرسي والمهني خلال الفترة الممتدة من 1962 الى 2001 ، المديرية الفرعية للتوثيق ، عدد خاص جوان 2001
- ناجية، دايلي (2013) .الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة وعلاقته بالقلق ،ماجستير علم النفس المدرسي ،جامعة فرحات عباس الجزائر .
- Nadine fleizman. Mona mancy. no stress. dunod. paris 2004
- Silany ; norbert (2004) Dictionnaire de psychologie.Edition nathan: paris

اللاحق

الملحق (1) : استبيان دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني.

جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم الانسانية الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا



السلام عليكم:

في إطار تحضير لنيل شهادة الماستر تخصص ارشاد وتوجيه قمنا بإجراء دراسة ميدانية حول:

دور مستشار التوجيه المدرسي والمهني في خفض التوتر النفسي لدى تلاميذ

المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

- دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية الأغواط-

وقد تم اختيارك ضمن العينة المشاركة لهذه الدراسة، نرجو منكم التفضل بالإجابة على الأسئلة الواردة في الاستبيان بكل شفافية وموضوعية، علما أن آرائكم واقتراحاتكم تساهم في تحقيق الدراسة وتستخدم في أغراض البحث العلمي.
ضع علامة (x) في المكان المناسب:

الجنس : أنثى () ذكر ()

التخصص: أداب وفلسفة () علوم تجريبية () تسيير وإقتصاد ()

ولكم مني فائق الاحترام والتقدير

الرقم	العبارة	لم يحدث	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
1	يساعدني مستشار التوجيه على وضع خطة للتخلص من قلق الامتحان					
2	يسعى مستشار التوجيه بتزويدنا بالمواقع والمنتديات العلمية التي تساعدنا في المراجعة.					
3	أرى أن مستشار التوجيه أنه يسعى إلى إبراز نقاط القوة والضعف في شخصيتي.					
4	يقدم لي مستشار التوجيه الدعم النفسي والمحتوى بهدف تخفيف ضغط الامتحان.					
5	يساعدني مستشار التوجيه على التكيف وإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجهني.					
6	يساعدني مستشار التوجيه على التخلص من جميع الضغوطات النفسية .					
7	أتطلع لتحقيق انجاز عمل دراسي ذي أهمية علمية في المستقبل .					
8	يقوم مستشار التوجيه بالسهر على توفير أجواء ملائمة لسير الامتحان.					
9	يساعدني مستشار التوجيه على توفير الوقت المناسب للمذاكرة.					
10	يساعدني مستشار التوجيه بإجراء فحوصات نفسية للتكفل بمشالي الخاصة.					

					11	يوجهني مستشار التوجيه نفسياً ومعنوياً للامتحان.
					12	يساعدني مستشار التوجيه على وضع خطة جيدة للمذاكرة للامتحان.
					13	شجعتني مستشار التوجيه على الاعتماد على نفسي أثناء الامتحان.
					14	يساعدني مستشار التوجيه للتخلص من الخوف من الفشل في الامتحان.
					15	أشعر بالراحة النفسية والطمأنينة أثناء تعاملي مع مستشار التوجيه..
					16	يقلل من شعوري بالقلق عند التفكير بقرب امتحان شهادة البكلوريا
					17	يساعدني مستشار التوجيه في حل مشكلاتي النفسية التي تعيق مساري الدراسي.
					18	أشعر أنني قادر على التركيز بما أقوم به من أعمال بسبب توجيهات مستشار التوجيه.
					19	أرى أن مستشار التوجيه يساعدني في التوفيق بين إمكانياتي وطموحاتي.
					20	أشعر بالارتياح والثقة أثناء الامتحان بسبب توجيهات مستشار التوجيه.
					21	يساعدني مستشار التوجيه في التغلب على مشاعر القلق والخوف أثناء الامتحان.
					22	أجد نفسي متحمساً لاجتياز امتحان شهادة بدون قلق و

					توتر	
					يساعد مستشار التوجيه الذين يعانون من مشكلات عاطفية في كيفية حلها.	23
					أرى أم مستشار التوجيه يقوم برفع معنوياتي داخل غرفة الامتحان.	24

الملحق رقم: (2) : نتائج الدراسة الأساسية للحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية.

1- الفرضية الخاصة بالجنس :

Statistiques de groupe

الجنس	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
مقياس_دو المستشار ذكر	51	122,21	18,405	1,448
أنثى	39	121,79	17949	1,662

2- الفرضية الخاصة التخصص العلمي:

ANOVA

مقياس دور المستشار

	Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
Inter-groupes	62952,832		31476,416	4,254	,000
Intra-groupes	226165,458	86	637,086		
Total	289118,291	86			

Tests post hoc

Comparaisons multiples

Variable dépendante: مقياس_دور المستشار

التخصص العلمي	التخصص العلمي	Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification
Test de Tukey	علمي	-17,517 [*]	3,485	,000
	اقتصاد	-35,720 [*]	3,639	,000
	أدبي	17,517 [*]	3,485	,000
	اقتصاد	-18,203 [*]	3,044	,000
	اقتصادي	35,720 [*]	3,639	,000
	علمي	18,203 [*]	3,044	,000
Scheffe	علمي	-17,517 [*]	3,485	,000
	اقتصاد	-35,720 [*]	3,639	,000
	أدبي	17,517 [*]	3,485	,000
	اقتصاد	-18,203 [*]	3,044	,000
	اقتصادي	35,720 [*]	3,639	,000
	اقتصادي			

Comparaisons multiples

Variable dépendante

التخصص العلمي			Intervalle de confiance à 95%	
			Borne inférieure	Borne supérieure
Test de Tukey	علمي	ادبي	-25,72	-9,31
		اقتصاد	-44,28	-27,15
	أدبي	علمي	9,31	25,72
		اقتصاد	-25,37	-11,04
	اقتصاد	ادبي	27,15	44,28
		علمي	11,04	25,37
Scheffe	علمي	ادبي	-26,08	-8,95
		اقتصاد	-44,67	-26,77
	أدبي	علمي	8,95	26,08

			علمي	18,203 [*]	3,044	,000
LSD	ادبي	ادبي		-17,517 [*]	3,485	,000
		اقتصاد		-35,720 [*]	3,639	,000
	علمي	علمي		17,517 [*]	3,485	,000
		اقتصاد		-18,203 [*]	3,044	,000
	اقتصاد	ادبي		35,720 [*]	3,639	,000
		علمي		18,203 [*]	3,044	,000

	اقتصاد	-25,68	-10,72
	ادبي	26,77	44,67
	اقتصاد	10,72	25,68
LSD	علمي	-24,37	-10,66
	اقتصاد	-42,88	-28,56
	ادبي	10,66	24,37
	اقتصاد	-24,19	-12,22
	ادبي	28,56	42,88
	اقتصاد علمي	12,22	24,19

*. La différence moyenne est significative au niveau 0.05.

المستوى التعليمي	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05		
		1	2	3
Test de Tukey ^{a,b}	30	133,33		
علمي	30		136,88	
تفسير واقتصاد	30			133,32
ادبي				
Signification		1,000	1,000	1,000
Scheffe ^{a,b}	30	133,33		
علمي	30		136,88	
تفسير واقتصاد	30			133,32
ادبي				
Signification		1,000	1,000	1,000