

قلق المراهق من الامتحان وأثره على الرسوب

في شهادة التعليم المتوسط (مواد اللغات الأجنبية)

الدكتورة: نسيبة فاطمة الزهراء/ أستاذ محاضر "أ" / جامعة الجليلي بونعامة، خميس مليانة

الأستاذ: بن مختاري هشام/ أستاذ مساعد "أ" / جامعة تلمسان.

samia84dz@gmail.com

تاريخ الارسال : 17-04-2018 / تاريخ القبول: 22-04-2018 / تاريخ النشر 15-09-2018

Abstract:

The concern of the human being since birth at all stages of his life, and the different sources of concern vary in times of existence and stages of age, and the multiple centers of the existence of the individual and his interactions in his positions in the patterns of society, one school for the imposition of the student practices that may result in some kind of imbalance, Requires special procedures that would cause him or her to have anxiety during the examination period.

And attention to the anxiety of the exam is one of the important topics that determine the prevalence of the examination anxiety of the student at different stages of study and to identify the factors that help in the creation, and then come up with suggestions for education, psychological and health, which will maintain the capacity of the student for the development of education, To make the educational system more effective and thus achieve the most effective educational goals and this is what achieves the educational goals, through the above question raises: Does the concern of the adolescent exam affected the failure in the exam of the certificate of education medium, especially in the articles For foreign?

Keywords: anxiety, adolescence, exam, failure.

ملخص:

يصاحب القلق الإنسان منذ الولادة في جميع مراحل حياته، وتختلف مصادر القلق على اختلاف أزمنة تواجده ومراحل العمرية، ولتعدد مراكز وجود الفرد وتفاعلاته في مواقفه في انساق المجتمع، إحداها المدرسة لما تفرضه على التلميذ من ممارسات قد ينجم عنها نوع من فقدان التوازن، كموقف الامتحان الذي يستوجب إجراءات خاصة من شأنها أن تكون سببا في ظهور القلق عنده في فترة الامتحان.

والاهتمام بقلق الامتحان يعد من المواضيع الهامة التي تحدد نسبة انتشار قلق الامتحان لدى التلميذ في مختلف مراحل الدراسة والوقوف على العوامل المساعدة في إحداثه، ومن ثم الخروج باقتراحات تربوية ونفسية وصحية والتي من شأنها تحافظ على قدرات التلميذ من أجل تطوير التعليم، وتعديل الأساليب التربوية السائدة بغية جعل النظام التربوي أكثر فعالية ومن ثمة تحقيق الأهداف التربوي الأكثر فعالية وهذا ما يحقق الأهداف التربوية والتعليمية، من خلال ما سبق

نطرح التساؤل التالي: هل لقلق المراهق من الامتحان أثر على رسوبه في امتحان شهادة التعليم المتوسط خاصة في مواد اللغات الاجنبية؟

الكلمات المفتاحية: القلق؛ المراهق؛ الامتحان؛ الرسوب.

مقدمة:

يظهر القلق عند الفرد في المراحل المبكرة من طفولته، وهو متغير عميق الجذور وقد يولد مع الإنسان ويرافقه طيلة مسيرة حياته، فيحدث غالبا لكل الناس عندما يشعرون بالخطر يهددهم ويتضاعف عندما لا تتوفر له فرص النمو السليم، فالأشياء التي تسبب القلق تختلف من فرد إلى آخر غير أن أنواعا معينة من النشاط تحدث توترا عند معظم افراد المجتمع، مما يؤدي إلى فشلهم في الحياة عبر مراحل نموهم المختلفة. والمراحل التعليمية تعتبر واحدة من مراحل نمو الفرد التي يتم الانتقال بينها عبر مراحل تقويمية تعرف بالامتحانات، ومن بينها امتحان شهادة التعليم المتوسط، فإن تجاوز هذا الامتحان يحدد مسار التلميذ المستقبلي بالانتقال من الطور المتوسط إلى الطور الثانوي، كما يحدد الرسوب في هذه العملية التقويمية ثبات المسار البيداغوجي في الطور المتوسط، عند إجراء هذا الامتحان نلاحظ فروق بين التلاميذ خاصة في المواد الاجنبية، فهناك من لا يبالي بهذه الامتحانات وهذا يرجع للتعود أو الثقة بالنفس أو الاعتزاز بالذاكرة القوية والتحضير الجيد والكفاءة في القدرة العقلية والذكاء وقد يرجع الفرق في ذلك إلى درجة الإحساس والشعور بأن الامتحان مشكل أو ضمان المستقبل أو عدمه. وهناك من يكون رد فعله عنيف تظهر عليه علامات القلق والخوف، والاضطراب النفسي، إذ يتصورون الامتحان على أنه محكمة عسكرية لإصدار العقوبات التأديبية⁽¹⁾، وما يزيد في قلقهم وعدم الطمأنينة هو الاعتقاد بسوء التقدير أو سوء تصحيح جوابه فبمجرد تسليم ورقة الامتحان تنتابه المخاوف عن مصير الإجابة وطبيعة المصحح⁽²⁾، فهم يدركون المواقف التقويمية على أنها مواقف تهديدية للشخصية مصحوبة بالتوتر ووحدة الانفعال وانشغالات عقلية سالبة كتشتيت الانتباه وتضاربه مع التركيز المطلوب أثناء الامتحان.

كما يعتبرون المواقف التقويمية مهددة نظرا لتخوفهم من الفشل أو الرسوب في الامتحان أو تخوفهم من عدم حصولهم على نتيجة مرضية لهم، ولتوقعات الآخرين مما يجعل هذه الحالة النفسية قد تؤثر في العمليات العقلية كالانتباه والتفكير والتذكر⁽³⁾.

أولا: تحديد المفاهيم

1-القلق: أتت كلمة القلق من كلمة Angoisse واصلها Angusta والتي تعني الضيق الذي يحصل في القفص الصدري لا إراديا، نتيجة عدم قدرة البدن الحصول على مقادير كافية من الأكسجين، ويلاحظ أن الشخص إذا شعر بأنه مهدد يعيش في عالم معاد له، ويتوقع مكروها ينطوي على نفسه وتنكمش علاقاته مع المحيط، ومعنى هذا أنه سيعيش في عزلة وضيق وهو إجراء اضطراري ليحمي نفسه من العالم المعادي وهذا يشبه إلى حد كبير ضيق في القفص الصدري لدى الشخص القلق⁽⁴⁾.

يعرفه علي عسكري في كتابه بأنه: "شعور من التوجس والخوف أو التوتر الذي ربما يرتبط بشيء أو يكون عاما لا يرتبط بشيء معين، فالفرد القلق يحمل أفكارا منزعجة حول مخاطر لا يعرف مصادرها وعادة ما تكون مزججا من الأعراض: ضربات قلب سريعة ضيق تنفس، أرق، صعوبة في التركيز، شعور بالتعب والتوتر"⁽⁵⁾. **ويعرفه عبد المطلب أمين القريطي في كتابه كالتالي:** "القلق هو حالة انفعالية مركبة غير سارة تمثل مزيجا من مشاعر الخوف المستمر والفرع والرعب، والانقباض والهلم نتيجة توقع شر وشيك الحدوث أو الإحساس بالخطر والتهديد من شيء ما مبهم غامض يعجز المرء عن تبيينه أو تحديده على نحو موضوعي"⁽⁶⁾. أما فرويد "Freud" **يعرف على أنه:** "شيء يشعر به، وهو حالة وجدانية، أو شعور وجداني، وهو حالة مكدرة جدا مصحوبة بتعليمات التفريغ تتخذ مسالك معينة، والقلق يتوقف على زيادة في التنبيه تكون من ناحية سببا في إيجاد كيفية الكدر، وهي من ناحية أخرى تجد متنفسا خلال مسالك التفريغ، وهو استعادة لخبرة ما تتضمن الشروط الضرورية لمثل هذه الزيادة في التنبيه ومثل هذا التفريغ في المسالك المعنية"⁽⁷⁾.

2-تعريف الرسوب: جاء في القاموس العربي الشامل (رسب، ورسب (رسوبا ورسب) الشيء في السائل: سقط إلى أسلفه، وفي الامتحان: سقط وأخفف فيه⁽⁸⁾، الراسب: فاعل رسب سقط في الامتحان⁽⁹⁾

التعريف الاصطلاحي: يعرفه أحمد الفقهي على أنه: "الاستبقاء في الصف الدراسي الواحد لأكثر من عام"⁽¹⁰⁾.

تعريف عباس ناتو: "هو فقدان تعليمي لأنه يمثل فشل في اجتياز امتحانات الصف السداسي الواحد إلى الصف الذي يليه والرسوب جانب سلبي من جوانب الفقد التعليمي ويمكن النظر إليه كأحد مقاييس مدى كفاءة نظام التعليم والرسوب يقلل من القدرة على النظام الأعداد الجديدة من الطلاب الراغبين في الفصول الأولى بسبب التضخم بالاحتفاظ في الفصول، التي يحدث فيها خسائر لدى الطلاب من وقت لآخر"⁽¹¹⁾.

3-تعريف الامتحان: لغة: هو الاختيار نقول امتحن فلان اختبره - امتحن الشيء نظر فيه وتدبره⁽¹²⁾.
اصطلاحا: عرف الباوي (1919) الامتحان بأنه يمثل طريقة موضوعية منظمة لقياس مهارات أو قدرات الفرد ومجموعة من الأفراد في زمان ومكان محددين، ويجد الراوي (1980) بأن الامتحان يمثل اختيار لما حفظه الطلاب من المعلومات والمعارف والحقائق التي اكتسبها خلال العام الدراسي أي أنه يمثل تقويم النتائج وتقديرها، إن الامتحان يمثل قياس قدرة الفرد أو مجموعة من الأفراد من خلال استخدام سؤال أو سلسلة من الأسئلة المعدة بشكل موضوعي ومنظم من أجل تحديد مدى اكتساب الأفراد المعارف والمهارات في موضوعات محددة ثم تليها في فترة زمنية معينة⁽¹³⁾.

4- مفهوم قلق الامتحان: يعرفه سيلبرجر (1972) على أنه سمة في الشخصية مرتبطة بموقف خاص أو وضعية خاصة ويظهر حين مواجهة حدث أين يعتبر الطالب أو التلميذ نفسه مهددا، تعريف سارسن (1960-1972)، وين (1971)، ألبرت وهايير (1960)، ماندلر وسارسن (1952)، وسوين (1969)، فقد افترضوا جميعا أن مصطلح قلق الامتحان يدل على الفروقات الفردية في الميل إلى القلق أثناء وضعيات الامتحان⁽¹⁴⁾.

ثانيا- الرسوب المدرسي

2-أسباب الرسوب: إن الرسوب المدرسي مشكلة يقع فيها التلميذ ويشقى بها الآباء والمربون ويقف وراء هذه الظاهرة عوامل عدة منها ما هو خاص بالتلميذ، ومنها ما يتعلق بالبيئة المحيطة بهذا التلميذ وفيما يلي سنتناول أهم العوامل بالشرح بغية التعرف عليها ونبدأ بالعوامل الخاصة بالفرد:

1 - الأسباب الخاصة بالتلميذ: إن كل جانب من جوانب شخصية التلميذ، يتفرغ عنه نوع من الأسباب التي تؤدي به إلى الرسوب.

أ-أسباب متعلقة بالجانب الجسمي: إن تعرض التلميذ للإصابات جسدية لها من الأهمية البالغة في حدوث الرسوب المدرسي عند التلاميذ، وخاصة الإصابات التي تتوسط العام الدراسي ولم يمحض عنها وقت طويل ومنها: * اضطرابات النمو الجسمي وضعف البنية الصحية العامة والإصابة بالأمراض المزمنة. * حالات ضعف البصر الجزئي. * قد يصاب التلميذ بالأمراض البسيطة التي تصادف موعد الامتحان والتي تعيقه حتى ولو حضر جيدا لامتحان. * سوء التغذية هو الآخر عامل من بين جملة العوامل بحيث أن التلميذ الذي تنقصه بعض الفيتامينات للجسم أو بعض المعادن⁽¹⁵⁾.

ب-أسباب متعلقة بالجانب النفسي والانفعالي للتلميذ: إن للعوامل الانفعالية أثرها الملموس والذي لا ينكره أحد في حياة التلميذ العلمية، فقد يعاني التلميذ من اضطراب عاطفي يجعله غير مستقر في سلوكه،

وقد يصبح مهياً التشويش والاضطراب، وقد تؤدي به مشكلته العاطفية إلى شجارات متواصلة مع أفراد الأسرة والمعلمين، يمكن أن يكون لها أثر على دراسته بفعل ما قد تحدثه من إحباط وتدني في روحه المعنوية مما قد يقعه عن الجد والاجتهاد وبالتالي الرسوب⁽¹⁶⁾.

ومن بين أهم العوامل النفسية والانفعالية المؤثرة في رسوب التلميذ عامل القلق وارتباط القلق بالمدرسة عامة أو بمادة معينة بسبب الخبرات الانفعالية داخل المدرسة فالتلميذ الذي يصادف صعوبة في مادة لأول مرة ووجه التهديد بالعقاب قد يسيطر عليه الخوف كلما قابل هذه الصعوبة ويعيش قلق وصراع الخوف أمنها والرغبة في تحصيلها، أما القلق العائلي فله هو الآخر أثره على دراسته التلميذ خاصة في حالات مستويات الطموح العالية التي يرسمها الآباء للأبناء وذلك باستشارة قلق التلميذ⁽¹⁷⁾.

وقد تؤدي انفعالات التلميذ الحادة المصاحبة للتغيرات الجسمية إلى توتر سلوكه وقد يؤدي به إلى صراعات مع أبويه تمرداً بذلك إلى سلطة الوالدين فيقوم بالانتقام من أبيه وهزيمته عن طريق رسوبه الدراسي⁽¹⁸⁾.

ج-العوامل المتعلقة بالجانب العقلي للتلميذ: تعتبر القدرات العقلية من أهم المساعدة على التعليم وبالتالي النجاح، وأي نقص أو خلل في هذه القدرات يؤدي إلى انخفاض مستوى التعليم، وبالتالي الرسوب الدراسي ومن بين أهم هذه القدرات "الذكاء" الذي أثبتت العديد من الدراسات ارتباطه الوثيق بالقدرة على التحصيل وفي نفس الوقت أظهرت أحدث الأبحاث أن الذكاء على علامات الطالب المدرسية لا تتعدى 25% وأن 75% يعود إلى عوامل أخرى غير⁽¹⁹⁾.

كما يرى الكثير من التربويين أن ضعف الذاكرة وشروط الذهن وتشتت الانتباه أو عدم القدرة على التركيز كلها عوامل تؤثر في تحصيل التلميذ والذي عليه بالرسوب الدراسي في حالة تفاقمها.

كان هذا فيما يخص العوامل المتعلقة بالتلميذ والآن سنحاول إدراج أهم العوامل المتعلقة ببيئة التلميذ والتي لها دورها في ظهور الرسوب الدراسي عند التلميذ.

2- الأسباب الخاصة بالبيئة المحيطة بالتلميذ: تشمل البيئة كل ما يحيط بالتلميذ من مؤسسات اجتماعية وثقافية تؤثر كل منها في تعليم التلميذ بشكل أو بآخر وأول هذه المؤسسات الأسرة.

أ- الأسباب الأسرية

1- الجو المنزلي: ويقصد به ما يسود الأسرة من علاقات متوترة فللخصومة بين الوالدين ووقوع شجار مستمر بينهما واختلاف الرأي حول ما يجري في المنزل وداخل الأسرة أثره البالغ على مستوى تحصيل التلميذ، فهو بدلا من أن يكون متفرغا لعمله المدرسي واستعداده بذكرها وبيئة تربوية هادئة تجده قد اضطرب وتشوش تذكيره بحيث لا يكونه قادرا على التفرغ لعمله المدرسي والتركيز عليه⁽²⁰⁾، كذلك عدم تقدير مطالب التلميذ مما يؤثر في نفسية التلميذ ويولد لديه نوع من القلق الذي يكون سبب في اضطرابه تحصيله الدراسي وبالتالي الرسوب نتيجة لعدم اهتمام الأولياء ومبالاتهم بتحصيل تلميذهم الدراسي.

2- المستوى الاقتصادي للأسرة: مما لا شك فيه أن توفر مستوى اقتصادي للأسرة له دوره في توفير جو مساعد للتعليم والنجاح وذلك بتوفير الإمكانيات اللازمة، فغالبا ما تكون الكفاية العامة للآباء في توفير المتطلبات الأساسية للأطفال وتزويدهم بالطعام الكافي والعناية الطبية وقضاء وقت الفراغ - قليلة - بصورة واضحة في الأسرة الفقيرة وذلك لنقص المعرفة لما يحتاجه التلميذ، فقد يكون الفقر من أقوى أسباب الرسوب وهذا ما يعيقهم من متابعة الدراسة والتركيز فيها.

3- المستوى الثقافي للأسرة: غالبا ما يلعب المستوى الثقافي للأسرة دورا في نجاح التلميذ في دراسته فنجد دائما أو في أغلب الأحيان تفوق أبناء الطبقات المتعلمة من أبناء الأطباء والأساتذة، وهذا ما يؤكد أهميته ودور المستوى الثقافي للأسرة.

ب- الأسباب المدرسية: وتمثل الأسباب المدرسية في أربعة عوامل مهمة وهي:

1- المعلم: للمعلم دور كبير في حياة المتعلم فهو الذي يدرك قدرات واستعدادات التلميذ ويعرف النواحي القوية والضعيفة، فالعلاقة بين المتعلم والمعلم لها الأثر الكبير في بناء شخصيته، ويمكن اعتبارها المفتاح الموصول إلى نجاح الموقف التعليمي أو فشله.

2- المنهج التربوي: من بين الأسباب التربوية المتعلقة بالمنهج التربوي نقص في كفاية الأساليب التربوية وعدم مراعاة قدرات الفرد في عملية التعليم وذلك بتعليمهم فوق قدرتهم وهو أمر خطير.

3- الإدارة المدرسية: إن الإدارة الدكتاتورية والتنظيم السيئ بالمدرسة يؤثران حتما في سيرها ولا يتيح التكيف اللازم للنجاح، وقد تبين من بعض الدراسات أن توافر بعض الخصائص والمزايا في الإدارة والنظام المدرسي التي يؤمن بها التلاميذ يؤدي هذا إلى ارتفاع إنجازهم.

4- الامتحانات: يلقي على الامتحانات جزءا من المسؤولية في الرسوب الدراسي وكيفية سيرها لتحديد مستوى التلميذ التعليمي، فالامتحانات التي تعتمد على الحفظ فقط تلغي دور الفهم والإبداع لدى

التلميذ، وهذا كله راجع لعدم اعتماده على مقياس عالمي لوضع أسئلة الامتحان حيث تراعي جميع الجوانب الشخصية للفرد وهكذا يكون هناك تحضير للعمل والبحث المستمر.

3-أنواع الرسوب: هناك نوعين من الرسوب المدرسي، رسوب مدرسي خاص ورسوب مدرسي عام.

1-الرسوب المدرسي الخاص: هو أقل خطورة يكون على شكل اضطراب في التحصيل الذي يعود إلى عجز أو نقص في الحواس أو اضطراب في الإدراك سواء لأسباب نفسية أو عقلية، ويعتبر عسر القراءة الاضطراب الأكثر انتشارا في هذه الحالة، ويعرف محمد سلامة الفشل الدراسي بأنه التقصير الملحوظ في مواد دراسية معينة دون الأخرى ويربط أساسا بنقص في قدرة معينة فمثلا ضعف القدرة العقلية العددية ينتج عنها ضعف التحصيل في مادة الحساب أو الرياضيات بصفة عامة⁽²¹⁾.

2-الرسوب المدرسي العام: يعرفه نعيم الرافعي بأنه التخلف الظاهر عند التلميذ بالنسبة لكل المواد الدراسية، وهذا يرجع إلى ضعف القدرة العقلية العامة وانخفاض في مستوى الذكاء⁽²²⁾.

4-مظاهر الرسوب: للرسوب عدة مظاهر نبيها انطلاقا من تقسيم " أفتريني".

العلامات الضعيفة: إن العلامة الضعيفة تحدد مصير الطالب لتضعه في قائمة الراسبين، أي الرسوب المدرسي مرتبط بنتائج ودرجات التلميذ المدرسية ويحدث عندما يقل أو يتعد عن دائرة توقع النجاح المنتظر نسبة إلى الحد أو المعيار الموجود بالمؤسسة ونظام التعليم المعمول به ككل، ويبقى هذا نسبيا بطبيعة الحال، فالرسوب يحدث إذا عندما لا يستطيع التلميذ أن يحقق المستوى الأكاديمي المطلوب منه في الصف الدراسي أو أقل من المستوى الرسمي للفصل الدراسي، أو أقل من مستوى أقرانه من نفس الفئة العمرية أو الصفية⁽²³⁾.

إعادة السنة: إن ضعف العلامة التي تؤدي إلى إعادة السنة " الإعادة هي بقاء التلميذ في الصف نفسه وقيامه بعمل السنة الدراسية السابقة، في بعض الأحيان تكون إعادة السنة إشارة للرسوب، إلا عند التلميذ الذي له صعوبات أو من عائلة مغتربة لأنه إذا وجد التلميذ صعوبات مدرسية فالحل السليم والمقترح عادة هو إعادة السنة الدراسية⁽²⁴⁾.

هذه الوضعية التربوية السلبية كثيرا ما تقلق راحة العائلات، حيث أن إعادة وتكرار السنة يترجم عند العائلة ويعاش كرسوب وإخفاق، وبسبب الرسوب والفشل تضطر فئة من التلاميذ لإعادة السنة كمحاولة لتحسين المستوى لكنها في الحقيقة تزيد الطين بلة كقول القائل: نتيجة الرسوب تظهر نسبة من الطلبة إلى إعادة نفس الصفوف التي رسبوا فيها وتؤدي الإعادة إلى تأخر التلاميذ دراسيا⁽²⁵⁾.

التغيب: يعتبر التغيب فشلا إذا ما أدى إلى ضعف تدريجي بالنسبة لعلاقة التلميذ في الامتحان، إذا فالفشل الدراسي ظاهرة معقدة وغامضة وصعبة التفسير، ليس الترتيب والدرجات المدرسية إلا وسيلتان هما من القرون الوسطى في الحقل التربوي إنهما تفلان عاطفية التعاون وتنميان الكبرياء والغرور⁽²⁶⁾.

التعب العقلي: يظهر في الامتحانات عندما يجهد التلميذ نفسه خلال السنة الدراسية في العمل، وعندما يقترب الامتحان يصاب بهذا التعب وبالتالي يرسب في الامتحان كما يمكن أن يصيب التلميذ في المرحلة المتوسطة حيث يزداد العمل وتكثر المواد الدراسية، ويطلب كل أستاذ عملا من التلاميذ وعلى مر الأيام يمكن للتلميذ المجتهد أول ووسط السنة الدراسية أن يتقهر في آخر السنة ويظهر نتائج سيئة للغاية نتيجة للتعب العقلي أو الإرهاق العصبي ويمكن أن يعيد السنة⁽²⁷⁾.

الفشل الجزئي والعام: الفشل العام هو الذي يظهر في كل المواد الدراسية أي شامل، وبذلك يكون التلميذ غي وبليد، وهناك فشل جزئي يظهر في بعض المواد فقط دون الأخرى، ويتجم ذلك ضعف القدرات خاصة في تلك المواد ويحكم على التلميذ من خلال نتائجه المدرسية على أنه لا يصلح لشيء ما دام يفشل باستمرار، كثيرا ما تعتبر مواقف المدرسين وأحكامهم المسبقة على أنها من بين أسباب النتائج المدرسية السلبية وفشل التلميذ الدراسي⁽²⁸⁾.

5- آثار الرسوب:

1- آثار الرسوب على التلميذ: يؤثر الرسوب في شخصية التلميذ، وقد بينت الدراسات التي تمت في العيادات النفسية على الأطفال الراسبين أن ثقتهم بنفسهم قد تزعزعه وإن احترام التلميذ لنفسه قد ينهدم وإن الرسوب غالبا ما يؤدي إلى اضعاف شعوره بالأمن الذي هو من متطلبات الصحة النفسية.

وقد يؤدي إلى ازدياد شعوره بالنقص، وكثيرا ما يكون من دواعي سوء تكيفه وتلائمه مع الأوساط التي يحتك بها، وقد يجرح إلى سلوك اجتماعي تعويضي يجعل منه طالبا مشكلا محتاجا إلى الإرشاد والتوجيه والعلاج، وهذا فضلا عن أن الإخفاق المتكرر يحزم التلميذ من مواصلة الدراسة⁽²⁹⁾.

إذا كان التلميذ الراسب أكبر من زملائه في الصف الجديد فإنه يميل إلى الانطواء وبذلك يكون اكتسابه للرسالة التعليمية جزئيا مما يتسبب في تركه للمدرسة التي أصبحت بالنسبة له مصدر للقلق والانزعاج، لكن قد يحدث العكس فقد يميل التلميذ الراسب إلى كبت تلك الأحاسيس وذلك الشعور بالنقص ليعوضها بسلوكات أخرى تكون مصدر إزعاج وتشويش لزملائه ومعلميه على حد سواء، ويحدث الفوضى باشتراكه مع جماعة الرفاق⁽³⁰⁾.

2- آثار الرسوب على الآباء: إن تدريس الأولياء لأبنائهم قصد تحقيق أمنية النجاح وبلوغ أعلى المراتب ولكن يحدث وإن يرسب التلميذ في دراسته مما يؤثر في نفسية الأولياء ويشعرهم بالإحباط، ويستاء الآباء استياء شديدا ويقلقون على مصير أبنائهم المدرسي.

وربما يشكون في قدراتهم أو في مقدار الجهود التي يبذلونها أو تبذلها المدرسة لتعليمهم والارتقاء بمستواهم التحصيلي وقد يكون الرسوب من الأسباب التي تجعل الآباء يبعدون أبنائهم عن المدرسة خاصة لدى الأسر التي ينخفض مستوى الدخل فيها.

وقد نجد أثر رسوب الذكور أكثر مما هو عند الإناث لأن معظم الأسر تبني طموحات وأمال كثيرة على الفتى بعكس الفتاة التي غالبا ما يكون مصيرها البيت أو الزواج وهذه الوجهة تختلف من أسرة لأخرى.

3- آثار الرسوب على المعلم: إن ارتفاع نسبة الرسوب في صف من الصفوف تقلق المعلم وتجعله يشعر أن جانبا من جهود يضيع ويذهب سدى دون جدوى، وقد يخشى أن تسوء سمعته المهنية - ويتعرض إلى النقد واللوم وربما انتقاد إلى التشكيك في كفاءاته وقدراته، مما يؤدي إلى افتقاد الشعور الكافي بالأمن والاستقرار والجدارة تلك الأمور التي هي أساس العمل والإنتاج⁽³¹⁾.

4- آثار الرسوب على المجتمع: تمتد ظاهرة الرسوب إلى المجتمع بكامله، وذلك لأن كثرة عدد الراسبين والمخففين يعني حرمان المجتمع من أفراد وعناصر على مستوى من الثقافة والخبرة والنضج خاصة وأن ملحوظا من هؤلاء الراسبين يغادرون المدرسة قبل إتمام المرحلة بسبب رسوبهم وإخفاقهم، ولا بد من أن يبدأ وواجباتهم العملية مبتكرين دون أن يبلغوا درجة كافية من النضج الجسدي والنفسي والاجتماعي. الأمر الذي يحول غالبا بينهم وبين تحسين أحوالهم المعيشية والثقافية في المستقبل، ويكون عاملا رئيسي من عوامل ضعف فاعليتهم وإنتاجيتهم كمواطنين ذوي مسؤولية⁽³²⁾.

ثالثا: القلق

2- أسباب القلق: هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى القلق منها ما هو نفسي ومنها ما هو اجتماعي وغيرها.

أ- الأسباب النفسية: إن للأسباب النفسية دور كبير في ظهور القلق منها:

الحرمان والغيرة: عندما لا يستطيع الطفل إشباع حاجاته ويحرم منها خصوصا العاطفة أو الكفاية من الإشباع المادية، يتكون لديه الاستعداد لهذا النمط من الشخصية، فشعور الطفل بأنه محروم من العطف ومن استجابة الوالدية الكافية التي تدعم حياته يؤدي ذلك من الشعور لديه بعدم الأمان والاطمئنان.

التهديد والوعيد: كثيرا ما يلجأ الآباء إلى سلوك يتسم بالتهديد والوعيد أو الإيذاء باستخدام العقاب لأي خطأ يرتكبه الطفل، فيصبح حين إذ تحت طائل التهديد وتوقع الخطر والإيذاء أو أنه مخفوف بالعقوبة من أي فعل يقوم به في بيته وإزاء ذلك يكون البيت الذي يعيش فيه مصدر قلق وليس مصدر أمان، تلك العوامل تترك أثرا واضحا في نشأة الشعور الدائم بالقلق⁽³³⁾.

ب- الأسباب الاجتماعية: إن مواقف الحياة الضاغطة والضغوط الحضارية والثقافية والبيئية الحديثة ومطالب المدينة، وعدم تقبل مد الحياة وجزرها، والبيئة القلقة المشبعة بعوامل الخوف والهلم وعدم الأمن والحرمان، واضطراب العلاقات الشخصية مع الآخرين كلها عوامل تسبب في زيادة حدة القلق عند الفرد، وبالإضافة إلى ذلك نجد مشكلات الطفولة والمراهقة والشيخوخة ومشكلات الصراع بين الجيل الماضي والحاضر مما يستثير القلق لدى الفرد⁽³⁴⁾.

3- أعراض القلق: هناك العديد من الأعراض الخاصة بالقلق منها النفسية والأخرى جسدية أهمها نجد:

أ- الأعراض النفسية: -عدم الاستقرار النفسي (الخوف والشعور بالنقص) -التشاؤم والاكتئاب العابر- عدم القدرة على التركيز، وسرعة النسيان والشعور بالاختناق، الصراع والإحساس بالضغط على الرأس، ويبدأ الشخص القلق بالانزعاج من أبسط الأمور ويضخمها في خياله -رؤية الأحلام المزعجة -تناول الحبوب المهدئة والمنومة.

التوتر العصبي: في هذه الحالة يفقد المصاب السيطرة الفعلية على أعصابه بسهولة لأتفه الأسباب، ويكون شديد الحساسية، وتصبح هذه الإثارة العصبية مصدر للنزاعات العائلية كأن تحطم الحياة الزوجية في بعض الأحيان، ويبدوا هذا التوتر في الطلبة قبل دخول الامتحانات، فيبدأ من الشكوى من التصحيح، والصراخ والشجار، ويعطيه الوالدان عذرا بأن أعصابه مرهقة تقرب الامتحانات، وما هذه التصرفات سوى أعراض للقلق⁽³⁵⁾ - شرود الذهن، تواتر الأفكار المزعجة وتزاحمها - تجنب المواقف الاجتماعية والميل إلى العزلة - التوتر والانزعاج الشديد لأتفه الأسباب فقد يصاب بالفزع بمجرد سماع طرق الباب أو رنين جرس الهاتف متوقع حدوث كارثة أو حدث فاجع.

2- الأعراض الجسمية: إن الأعراض الجسمية هي أكثر أعراض القلق شيوعا بالعديد من الأجهزة الجسمية الوظيفية ومنها:

1- أعراض مرتبطة بجهاز القلب: آلام عضلية في الناحية اليسرى من الصدر، فرط في الحساسية لسرعة كل من دقات القلب والنبض، ارتفاع ضغط الدم.

2- أعراض مرتبطة بالجهاز الهضمي: فقدان الشهية أو عصر الهضم وصعوبة البلع، الشعور بغصة في الحلق، والانتفاخ، وأحيانا الغثيان والقيء الإسهال أو الإمساك نوبات التقيؤ التي تتكرر كلما تعرفه أفراد لانفعالات معينة حتى يكون القيء علامة رمزية على الاحتجاج على موقف ما، أو الشعور بالاشمئزاز من خص معين والجدير بالذكر أن الخلل والوظائف المعدية قد يؤدي على قرحة المعدة.

3- أعراض مرتبطة بالجهاز التنفسي: ضيق الصدر وعدم القدرة على استنشاق الهواء، وسرعة التنفس، وربما أدت سرعة التنفس إلى طرد ثاني أكسيد الكربون وتغيير حموضة الدم وقلة الكالسيوم النشط في الجسم مما يعرض الفرد للشعور بتنميل الأطراف وتقلص العضلات والدوار والتشنجات العصبية وربما الإغماء.

4- أعراض مرتبطة بالجهاز البولي والتناسلي: كثرة التبول والإحساس بالحاجة لاسيما عند الانفعالات الشديدة أو في المواقف الضاغطة، وربما يحدث عكس ذلك كاحتباس البول رغم الرغبة الشديدة في التبول تناقص الاهتمامات الجنسية والخلل في الوظائف الجنسية: كضعف الانتصاب والبرود الجنسي عند المرأة واضطراب الطمث وعدم انتظامه.

5- أعراض مرتبطة بالجهاز العضلي والحركي: آلام في الساقين والذراعين، والظهر والرقبة، الإعياء والإرهاك الجسدي، التوتر والحركات العصبية، الرعشة الارتجاف الصوت وتقطعه.

6- أعراض جلدية: غالبا ما يكون القلق عاملا أساسيا في نشأة كثير من الأمراض الجلدية: كحب الشباب، والإكزيما والصدفية وسقوط الشعر⁽³⁶⁾.

3- أعراض النفس جسدية: وتمثل فيما يطلق عليه بالأمراض السيكوسوماتية أو تلك الأمراض العضوية التي يسببها القلق أو يلعب دورا هاما في نشأتها أو في زيادة أعراضها: كالدبحة الصدرية، والربو والروماتيزم المفاصل، والبول السكري، المعدة والقولون، والصداع النصفي وفقدان الشهية العصبية⁽³⁷⁾.

4- أنواع القلق: يمكن تصنيف القلق تبعا للأسس مختلفة:

من حيث مدى وعي الفرد به: ينقسم إلى قلق شعوري يعني الفرد أسبابه ويمكن تحديدها والتصدي لها، وغالبا يزول تلك الأسباب وقلق لا شعوري لا يفتن الفرد إلى مبرراته ودواعيه رغم سيطرته على سلوكه.

من حيث درجة شدته: وينقسم إلى بسيط، وقلق حاد، وقلق مزمن.

من حيث تأثيره على مستوى أداء الفرد لواجباته ومهامه: هناك قلق ميسر ومنشط الأداء وقلق مثبط أو مضعف.

منهجية مدى تأثيره على توافق الفرد وصحته النفسية: يصنف إلى قلق عادي واقعي وقلق خلقي أو ضميري، وقلق عصابي.

القلق الخلقي: ويمكن مصدر القلق الخلقي في داخل الفرد وهو الأنا الأعلى أو الضمير الخلقي الذي تمثله القوانين والأعراف الاجتماعية والمثل والأخلاق.

ويتبدى القلق الخلقي عندما تجنح بعض الذكريات المستكرهة والغرائز المحرمة لدى الفرد إلى الانطلاق والإشباع، أو عندما يأتي الفرد فعلا آثما خارجا على المثل والأخلاقيات التي تمثلها، فيزول الأنا الأعلى عقابه على النفس من خلال إشعارها بالندم والإثم والخجل تأنيبا لها كما فكرت فيه أو تفكيرا عما ارتكبه. هذا النوع من القلق عند حد معين قد يكون ذا طابع تطهيري يساعد الفرد على استعادة ثقته بنفسه على مجاهدة نزوات الهو وإن تجاوز هذا الحد ربما يأخذ صورا متفرقة شاذة لا يلام الذات وتعديها⁽³⁸⁾.

4- آثار القلق الإيجابية والسلبية: لا يخلو القلق من انعكاسات تعد نتاجا له يمكن تصنيفها إلى آثار إيجابية وأخرى سلبية ومنها:

1- الآثار الإيجابية للقلق: يمكن أن ننظر إلى القلق على أنه يؤدي وظائف معينة ومفيدة في الظروف السوية فهو بوصفه خطر أو تهديدا ينشط الكائن الحي ويكون بمثابة جهاز إنذار مبكر، من الناحية النفسية فإذا أصدر الإنذار عن الجهاز ساعد ذلك على عملية التكيف مع البيئة إذ يصبح عندئذ أكثر إدراكا للملابسات وللظروف من حوله.

إن للقلق أثر فعال في تسيير التعليم والأداء وذلك لأن المرء يتعلم بسرعة كل نشاط يخفف من القلق حتى الحيل الدفاعية وظيفتها الرئيسة تخفيف القلق أو تجنبه، فكل سلوك يخفف القلق يتم تعلمه بسرعة بالإضافة إلى أن القلق يشير كذلك إلى تعلم أنماط أخرى من السلوك من بين هذه الأنماط: الأعمال البسيطة الغير معقدة مثل الارتباط الشرطي المنعكس، الحدقة أو تعلم المقاطع الصماء التي على درجة منخفضة من التعقيد⁽³⁹⁾.

2- الآثار السلبية للقلق: إن القلق أشبه بالإشعاع مقيد إذا تم ضبطه وتوجيهه ولكن ضار إلى حد كبير إذ من العبر نقيده أضف إلى ذلك أن القلق السمة التي يغير فيه الفرد التوترات الغامضة وأن الأشخاص الذين يعانون من قلق الاختبار معرضون لأنواع أخرى من القلق الذي يمنع توافقهم في الظروف الأخرى، كما أن الآثار الإيجابية ونظمها يكون لها فعل حسن إذا توفرت بقدر معتدل وتصبح ضارة إذا توفرت بقدر زائد.

من جامعة (أيو) ذهبوا بعد برامج متصلة من الأبحاث إلى أن للقلق خصائص دفاعية وهم يرون أن القلق سيحث النشاط ويؤدي إلى سرعة الاستجابة أما في المواقف التعلم البسيطة فإن هذا الأثر المنشط يعيق عملية التعلم وأما إذا كان التعلم أكثر تعقيدا فإن القلق قد ينشط كذلك الاستجابات الغير الصحيحة التي تعطب ظهور الاستجابات الصحيحة ومن دراسة هؤلاء وغيرهم تتضح لنا الصورة التالية: * للقلق أثر في التعطيل * القلق الشديد عقبه في تعلم الأعمال المعقدة * القلق المرتفع يخفض من مستوى الأداء في الاختبارات الذكاء التي يكون لها زمن محدد * القلق المرتفع يعطل الاتصال الفعال والتواصل وهذا يبدو صحيحا بالنسبة للأفراد الذين تواجههم حالة قلق خلال الامتحان الشفهي الذي يتضمن أسئلة مفرطة في الصعوبة وما يصطحبه من مظاهر واضحة مثل التأتأة إكثار من الكلام * القلق المفرط يستشير السلوك البدائي إلى حد يجعل يفقده بصورة مؤقتة جانب الاعتدال في حل المشكلات⁽⁴⁰⁾.

كما وضع (محمد مياسا) أوجه التشابه بين القلق والخوف، فعل منهما عبارة عن حالة انفعالية تنطوي على الضغط والتوتر الداخلي، ويصطحبها تغيرات فيزيولوجية مماثلة وكل منهما يستشار بالشعور بوجود خطر يهدد الشخص ويدعوه إلى العمل من أجل والمحافظة على البقاء، وكذلك يمكن أشد مما ستدعيه موضوع الخطر وأن ينتقل الشخص إلى حالة من القلق ضعيفة أو شديدة فهو بذلك يشبه القلق⁽⁴¹⁾.
ويطابق لسلوكيون بين استجابة الخوف، فالفرق الوحيد هو المثير الذي يكون طبيعيا في حالت الخوف، وشرطيا في حالة القلق. فالخوف والقلق استجابة انفعالية واحدة. فإن أثرت هذه الاستجابة عن طريق مثير من شأنه أن يثير الإجابة اعتبرت هذه الإجابة خوفا أما إذا أثاره هذه الإجابة منبر وليس من طبيعة أن يثير الخوف هذه استجابة القلق⁽⁴²⁾.

رابعا-العلاقة بين الخوف والقلق

يصعب التمييز بين مصطلحي القلق والخوف لما بينهما من تشابه نلمسه في التعاريف الخاصة بكل منها فنجد (مصطفى غالب 1979) يعرف القلق على أنه كثير ما يقترن بالخوف وأن القلق يزداد حدة وإيلاما حتى يصل إلى الخوف⁽⁴³⁾، كذلك نجد محمد مياس يعرف القلق على أنه نوع من الخوف من موضوع مجهول مبهم وغامض⁽⁴⁴⁾، أما بالنسبة لمحمود السيد أبو النيل يعرفه على أنه خوف عام أو غامض بالنسبة لبعض الأحداث الغير معروفة⁽⁴⁵⁾.

كذلك الأمر فيما يخص الخوف والذي عرفه (علي زيغور) أنه: انفعال قوي لذا هو الأساس للعديد من الانفعالات العنيفة المشتقة منه مثل الهلع والذعر، ونظير القلق ويحدث الخوف من إدراك إشباع عادية واقعية مسببة فيخاف الولد من الوقوع إلى جانب حيوان ضخم مثلا، كما قد تقلق على حياة عزيزة⁽⁴⁶⁾.

خامسا-أسباب قلق التلاميذ من الامتحان

إن معظم التلاميذ غالبا ما يشعرون بنوع من القلق اتجاه الامتحان، بالخصوص الذين لا يثقون في أنفسهم أو يشعرون بالنقص، فأول قلق ينتاب التلميذ يكون من ناحية نوعية الاسئلة، وتوقعه لها، وقد يحصل القلق عند التلميذ من طرف حراس ومراقبي الامتحانات خاصة إذا كان لديهم ملامح العبوس والخوف من انتزاع ورقته أو حرمانه من الامتحان، أو كتابه تقرير ضده لأدنى حركة، وإن كان من محاولي الغش فإنه يكون أكثر قلق أو سريع النسيان، أو الخوف من أن يحدث له مرض مفاجئ يوم الامتحان قبله أو أثناءه، كما أنه يكون في معظم الاحيان متأخر عن موعد الامتحان إذا كان المقر بعيدا. وقد يخاف من أن يسرقه النوم إلى وقت متأخر من الصباح، خاصة إذا سهر في المذاكرة طويلا، فنقص النوم يؤدي إلى عدم التركيز، وعدم الفهم الجيد، وعدم الإجابة الدقيقة ولمقاومة التعب أثناء السهر يتناول بعض الحبوب المنشطة وقد يكون القلق ناشئا عن ظروف إجراء الامتحان ذاتها، ولهذا فإننا سنعرض فيما يلي ظروف إجراء الامتحان وتلخص فيما يلي:

1-أيام وفترات إجراء الامتحان: نلاحظ قبل أيام الامتحانات العادية، لنيل شهادة أو مسابقة للدخول إلى أي مرحلة، نعلن حالات الطوارئ في المنازل، ويحدث شبه انقلاب جذري في السلوك الطبيعي للتلميذ فيختلط عليهم الليل والنهار، ويهجرون الفراش لساعات طوال من الليل، وتتداخل الأوقات بسرعة، ويحدث للنفس انقباض نتيجة للانفعال والاضطراب وتغلق الشهية للطعام، ويصبح الخمول طموحا والفراغ شغلا، والخوف يدق قلوب الكسالى والمهملين، وتراجع الحسابات ويحصل التأسف والندم على ما مضى من أوقات كانت خارج الزمن، ولم يحسب لها أي حساب على صعيد العلم والمراجعة ويصبح التلميذ متشاءم، وتختفي المراجع والكتب والدروس المسجلة في وقت الشدة لان التلاميذ يصبحون انانيين ولا يعيرون لزملائهم أي شيء خاص بالامتحان.

2-المناخ النفسي يوم الامتحان: هناك فروق بين التلاميذ تجاه الامتحانات في يوم إجرائها، فهناك من يكون رد فعله عنيفا، تظهر عليه علامات القلق، والخوف والاضطراب النفسي، ومن حسن حظه، أن هناك هرمون غدة تزويده بالطاقة والحصانة من الانهيار، ومقاومة الشدائد والمصائب في تلك الأيام وهو هرمون الغدة الكظرية (الأدرينالين)، بينما هناك من التلاميذ من نجدهم مطمئني البال هادئ الخواطر لا تتغير فيهم تصرفاتهم اليومية، وقد يرجع ذلك للتعود أو الثقة بالنفس، أو الاعتزاز بالذاكرة القوية والتحضير الجيد أو الكفاءة في القدرات العقلية والذكاء.

وما يزيد للطالب في قلقه وعدم اطمئنانه أكثر وهو سوء التقدير وتصحيح جوابه فبمجرد تسليم ورقة الامتحان للأستاذ تنتابه الهلاوس عن مصير الإجابة وطبيعة المصحح ومجاهل نفسياتهم وتصرفاتهم مع أوراق الامتحان»⁽⁴⁷⁾.

خاتمة:

إن قلق الامتحان ظاهرة ترجع إلى أكثر من سبب منها ما هو داخلي يكمن في نفسية التلميذ كعدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على الانجاز وكره الامتحانات، ومنه ما هو خارجي كظروف إجراء الامتحانات، ونوعية الأسئلة والمراقبين وخوف التلميذ من المصحح وخوفه من أن يحدث له مرض مفاجئ أثناء الامتحانات.

كل هذه الأسباب التي تؤدي إلى قلق الامتحان تعرض التلميذ للرسوب خاصة في الامتحانات كامتحان شهادة التعليم المتوسط، والذي يعتبر امتحان مصيري نظرا للطموح والآمال التي تراود التلميذ حول مستقبله وهكذا يمكننا القول أيضا أن قلق الامتحان سبب من الأسباب التي تؤدي إلى الرسوب. ويصاحب التلميذ أثناء الامتحانات بعض أعراض القلق وتولد عنده مجموعة من الاستجابات اللاسوية، وهي تؤثر على المواقف العملية والعقلية، وبالتالي ينتج عنها ضعف في النتائج مما يؤدي إلى إعادة السنة أي الرسوب.

الهوامش:

- 1- موسى إبراهيم حريزي، مشكلة النسيان والخوف من الامتحان، الطبعة العربية الجديدة، غرداية، 1992، ص 171.
- 2 - نفس المرجع السابق، ص 172.
- 3- المجلة الثقافية النفسية المتخصصة، المجلد التاسع، العدد 35، 1998، ص 80.
- 4- الأزرق بوعلو، الإنسان والقلق، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 1، 1993، ص 55.
- 5- علي عسكر، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الكويت، ط 3، 2003، ص 169.
- 6- عبد المطلب أمين القريطي، الصحة النفسية، القاهرة، ط 1، 1998، ص 121.
- 7- سيغموندي فرويد، الكف والعرض والقلق، تر: محمد عثمان نجاتي، دار الشرف، القاهرة، ط 4، 1989، ص 108/106.
- 8- أمل عبد العزيز محمود، القاموس العربي الشامل الأداء، ط 1، دار الراتب الجامعية، بيروت، 1997، ص 267.
- 9- مؤنس رشاد الدين، القاموس الكامل (المرام في المعاني والكلام)، ط 1، دار الراتب الجامعية، بيروت، (2000)، ص 396.
- 10- عبد العزيز حامد الفقهي، التأخر الدراسي تشخيصه وعلاجه، ط 2، عالم الكتب، القاهرة، 1971، ص 15.

- 11- إبراهيم عباس ناتو، أفكار تربوية، دار عكاظ للطباعة والنشر، ط1، 1981، ص29.
- 12- محمود سعدي، القاموس الجديد للطلاب (معجم عربي مدرسي قبائي)، المؤسسة الوطنية للكتاب، ط1، 1997، ص98.
- 13- ردينة عثمان، طرائق التدريس (منهج أسلوب وسيلة)، عمان، الأردن، ط1، 2005، ص201.
- 14 – Doveron .M. Journal de comportementale cognitive. Paris. 1997. P 123.
- 15- محمد عبد الرحيم عدس، تدني الإنجاز المدرسي أسبابه وعلاجه، ط1، دار الفكر، عمان، الأردن، 1999، ص23.
- 16- نفس المرجع، ص24.
- 17- مصطفى غالب، في سبيل موسوعة نفسية، تغلب على القلق، ط3، مكتبة الهلال، بيروت، لبنان، 1981، ص97/94.
- 18- نفس المرجع السابق، ص102.
- 19- محمد عبد الرحيم عدس، تدني الإنجاز المدرسي أسبابه وعلاجه، ط1، دار الفكر عمان، الأردن، 1999، ص26.
- 20- محمد عبد الرحيم عدس، تدني الإنجاز المدرسي أسبابه وعلاجه، ط1، دار الفكر عمان، الأردن، 1999، ص23.
- 21- محمد سلامة، دراسات في تنمية الإنجاز، 1983، بدون طبعة، ص231.
- 22- نعيم الرفاعي، الصحة النفسية، دراسة في سيكولوجية التكيف، 1976، بدون طبعة، ص86.
- 23-AVANZINI : L'échec scolaire, paris, édition universitaire. P 21.
- 24-AVANZINI : op.cit. P22.
- 25- نزيه صرداوي، الرسوب المدرسي وأسبابه من وجهة نظر الأستاذة والمديرين في الطور الثالث من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر، 1993/1994، ص21.
- 26- محمد مصطفى زيدان: راجعه أحمد السلوم (1974)، عوامل الكفاية الإنتاجية في التربية، دار المكتبة الأندلسي، ليبيا، ص98.
- 27 -MAMOUNI (P) : adolescent parents et trouble scolaires e.d. Est. Paris. P 47.
- 28 -Iferd Tomatis 1990 avicela Collaboration De Laie Lellin Les Troubles Scolaires Press Orane.
- 29- الكتاب السنوي: المركز الوطني للوثائق التربوية، حسين داي الجزائر، 1999، ص227.
- 30- عبد الكريم غريب، التخلف الدراسي، مطبعة افريقيا، ط1، الدار البيضاء، 1991، ص106.

- 31- نفس المرجع السابق، ص 288.
- 32- نفس المرجع السابق، ص 288.
- 33- http://www.Feedo.net/Medical_173ncyclopedia_pycycological_health/anxiety.htm.
- 34- حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، مكتبة القاهرة، ط2، 1977، ص397.
- 35- مصطفى غالب، في سبيل موسوعة نفسية: تغلب على القلق، بيروت، ط1، 1981، ص33.
- 36- عبد المطلب أمين القريطي، في الصحة النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1998، ص129.
- 37- نفس المرجع، ص130.
- 38- عبد المطلب أمين القريطي، في الصحة النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1998، ص125-126.
- 39 - taiber and spence , 1953 , taylor and spence , 1958 , montagne , 1963.
- 40- ريتشارد، د.م، أسوين، علم الأمراض النفسية والعقلية، أحمد عبد العزيز سلامي، دار النهضة العربية، القاهرة، 1979، ط1، ص 341-348.
- 41- محمد مياسا، الصحة النفسية والأمراض النفسية والعقلية وقاية وعلاج، دار الجليل، بيروت، ط1، 1997، ص99.
- 42- إيمان فوزي، الصحة النفسية، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 1996، بدون طبعة، ص 94.
- 43- جمال محمد السعيد عبد الغني، آراء علماء النفس في الخوف ومثيراته، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 1996، بدون طبعة، ص 82.
- 44- محمد مياسا، الصحة النفسية والأمراض النفسية والعقلية، وقاية وعلاج، دار الجليل، بيروت، ط1، 1997، ص96-97.
- 45- محمود السيد أبو النيل، علم النفس الاجتماعي، دراسات عربية وعالمية، دار النهضة العربية، بيروت، ط3، 1985، ص296.
- 46- علي زيغون، أحاديث نفسانية واجتماعية، مبسطات في التحليل النفسي والصحة العقلية، دار الطليعة، بيروت، ط1، 1986، ص134.
- 47- موسى ابراهيم حريزي، مشكلة النسيان والخوف من الامتحان، الطبعة العربية، غرداية، 1992، ص102-108.