درجة القلق الامتحان لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار (الامتحان)

م.م صبري عبد الله كاظم ألركابي
مديرية تربية محافظة ذي قار\ وزارة التربية

ملخص باللغة العربية

هدف البحث التعرّف على درجة القلق النفسي لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان، وتكونت عينة البحث من (١٥٠) طالبًا وطالبةً بواقع (٧٥) طالباً و(٧٥) طالبةً، من طلبة الصف الخامس الإعدادي في مديرية تربية محافظة ذي قار- قسم تربية القلعة، اختيروا بالطريقة الحصر، ونظرًا لطبيعة البحث اعتمد الباحث المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث، تبنى الباحث مقياس القلق(أبوعرب، ١٩٩٤) وقد تم اختيار هذا المقياس دون غيرة لأن فقراته تغطي كل أشكال و أنواع القلق الأمتحاني المكوّن من (٥٢) فِقرة، وجرى التحقق من صدق المقياس وثباته، وأعتمدت حزمة التحليل الإحصائي (spss) لاستخراج النتائج أظهرت النتائج:

١. إن طلبة الخامس الاعدادي يعانون من قلق الامتحان.
٢. إن طالبات الخامس الاعدادي يشعرن بقلق الامتحان أكثر من الطلبة الذكور.
٣. إن الطلبة والطالبات من ذوي التخصص العلمي لديهم قلق امتحان أكثر من طلبة وطالبات التخصص الأدبي.

وقد أوصى البحث بما يأتي:

١. عدم تخويف الطلبة أثناء تأديتهم للامتحان بل أشعارهم بالتقبل والمودة والعلاقة الإنسانية الطيبة وتخفيف الضغوطات النفسية على قدر الإمكان
٢. محاولة تغيير الأساليب المتبعة في التعليم من قبل الأساتذة وعدم استخدام التهديد والكف عن التهويل.
٣. تنمية وتعزيز الثقة بالنفس لدى الطلبة بإمكانياتهم والتقدم والنجاح في المستقبل.
٤. الاهتمام بالإعداد النفسي للطلاب واستخدام الاختبارات النفسية كوسيلة موضوعية لتقويم حالة الطلبة.

المقترحات : في ضوء النتائج التي توصل لها البحث نقدم بعض المقترحات وهي:

١. أجراء دراسات مماثلة لعينات طلابية أخرى لاسيما مرحلة الابتدائية والمتوسطة والجامعة.
٢. دراسة القلق ألامتحاني وعلاقة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الخامس الإعدادي ومراحل أخرى.

The degree of psychological anxiety among the students of the fifth year in the performance of the exam (exam)

M. M Sabri Abdullah Kazem Al Rikabi
Directorate of Education province of Dhi Qar \ Department of Education Qal'at Sukkar

The aim of the research was to identify the degree of psychological anxiety among the students of the fifth year in the performance of the exam. The research sample consisted of ١٥٠ students with ٧٥ students and ٧٥ students from the fifth grade preparatory school in Dhi Qar Governorate Education Department In order to achieve the objectives of the research, the researcher adopted the measure of anxiety (Abu Arab, ١٩٩٤). This measure was chosen without jealousy because its paragraphs cover all forms and types of exam anxiety consisting of (٥٢) The validity and consistency of the scale were verified and the statistical analysis package (SPSS) was adopted for use Production results showed the results:

١. The students of the fifth grade suffer from examination anxiety.
٢. The students of the fifth preparatory school feel more concerned about the exam than male students.

٣. The students and students of scientific specialization have an examination concern more than students of literary specialization.

The research recommended the following:

١. Not to intimidate the students during the performance of the exam, but to inform them of acceptance and affection and good human relationship and relieve psychological pressure as much as possible.
٢. Trying to change the methods used in teaching by the professor and not to use the threat and stop exaggeration.
٣. Develop and enhance students' self-confidence in their potential, progress and success in the future.
٤. Attention to the psychological preparation of students and the use of psychological tests as an objective means to assess the situation of students.

Proposals

In the light of the findings of the research, we present some suggestions:

١. Conduct similar studies for other student samples, especially primary, intermediate and university levels.

٢. Examination of the test anxiety and relation to the academic achievement of the students of the fifth and other stages

مشكلة البحث

يتعرض الطلبة لمواقف كثيرة في العملية التعليمية ولكن أكثـــرها صـعوبة هو أداء الاختبار أو كما يسمى (الامتحان) لأنه يمثل عملية تقويم مستوى الطالب ومقدار ما تم تحقيقه من نجاح وقد يختلف من طالب إلى أخر حسب الفروق الفردية ولكن توجد بعض العلامات التي تبين مستوى قلق الطالب من الاختبار هي الارتباك والخوف وقد يصاحب حالة القلق خاصة استثارة وتغيرات فسيولوجية كارتفاع ضغط الدم وازدياد معدل خفقان القلب والتنفس والعرق الغزير وجفاف الفم وارتعاش الأطراف والشعور بالغثيان، كما تبدي بعض مظاهر القلق في الشرود الذهني وصعوبة تركيز الانتباه وتدهور المقدرة على التفكير الموضوعي والارتجاف والارتعاد والتحفز والنشاط الحركي مما يؤدي بالفرد الى الشعور بالإعياء وسوء التوافق. ومن الملاحظ أن مظاهر القلق قد تبدو واضحة على بعض الطلبة عند مواجهة الاختبار (الامتحان) فيدخل هذا القلق مع قدرات أو قدرة الطالب على تذكر المعلومات بشكل جيد مما يحول دون تقديم أداء مناسباً في الاختبار.

وهذا ما أكدته دراسة (Alpy،٢٠٠٣) ان حالات التوتر والقلق الناتج عن الضغوط تؤدي الى حالة وهن نفسي وجسدي، وهذا ليس جديداً بل منذ القدم ولكن شهد تطورا فإذا به يصبح خطرا أكثر من الماضي نتيجة لضغوطات العصر الحديث. (Alpy,, ٢٠٠٣ P.١٠)

مما سبق يرى الباحث أن من أهم واعقد المشاكل التي تواجه الطالب في المرحلة الإعدادية هي مشكلة قلق الامتحان وعلى الرغم من اهتمام عدد من الباحثين بمراجعة الأدب التربوي في مجال القلق بشكل عام، وحسب –

حدود علم الباحث- لا توجد دراسات تبين القلق الامتحاني لدى الطلبة في هذه المرحلة في العراق ، فقد تصدى البحث الراهن إلى الكشف عن درجة القلق النفسي لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان. لذلك فإنَّ البحث الحالي يعد محاولة حقيقية لمعرفة درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان بالإجابة عن الأسئلة الآتية:

١. ما درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان؟
٢. هل تختلف درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان تُبعاً لمتغير الجنس؟
٣. هل تختلف درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان تبعاً لمتغير التخصص (علمي – ادبي)؟

أهمية البحث: إن ارتفاع حالة القلق بين الطلبة بصورة عامة ينتج عن وجود صراع داخلي وحالة انفعالية تعتمد على مستوى استعدادهم للقلق اي مستوى سمة القلق عندهم فالطالب الذي يتسم بالقلق العالي يستجيب لموقف التهديد بخوف شديد زائد عن الحد العادي ام المهتم بالقلق المنخفض فانه يستجيب للتهديد بشكل عادي وطبيعي. فقد توصل الباحثون في جامعة واشنطن والذي أيدته البحوث الطبية ان التعرض للتوتر والقلق يزيد من مستويات هرمون الكوتيزول الذي ينتمي الى هرمونات القلق التي تعطل توريد الطاقة الى خلايا الدماغ المسئولة عن العمليات المعرفية والعقلية (www.albawab.com٢٠٠٥) .وتبرز اهمية البحث الحالي بما يلي:

١- الأهمية النظرية: إذ يمكن الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات التي من شأنها الوقوف على مشكلة القلق الامتحاني لطلبة الخامس الإعدادي وإيجاد السبل الكفيلة لتقليل من حدته.

٢-الأهمية التطبيقية: يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث للوقوف على إبعاد الاضطرابات النفسية ومنها القلق الامتحاني الذي يؤدي الى سوء التكيف لدى الطلاب وجعلهم في حالة من الشد النفسي والتوتر، وعلية فالتعرف على صحة الطلاب النفسية أمر ضروري لأنها في الواقع تشكل تحدياً لابد من مواجهته بالطرائق والأساليب العلمية الصحيحة.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف على:

١- درجة القلق النفسي لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان؟

٢- الفروق بين درجة القلق النفسي لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان تُبعا لمتغير الجنس.

٣- درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان تبعاً لمتغير التخصص (علمي – ادبي)؟

حدود البحث ومحدداته: يقتصر البحث الحالي على طلبة الخامس الإعدادي الصف الخامس (العلمي، الادبي) (ذكور- اناث) في مركز قضاء قلعة سكر الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠١٧\٢٠١٨)تحددا لبحث بأداته، وصدقها، وثباتها والنتائج المتحققة منها.

تحديد المصطلحات:

أولاً: القلق (Anxiety): عرفه ألخالدي (٢٠٠٩): حالة انفعالية غير سارة لدى الفرد تؤثر في مستوى أدائه وعلاقاته الاجتماعية ومدى شعوره بالطمأنينة نتيجة تعرضه لمواقف نفسية ضاغطة خلال حياته . (الخالدي، ٢٠٠٩: ١٢٦-١٢٧). وعرفة ربيع (٢٠١٠): اضطراب نفسي يتضمن شعور غامض غير سار بتوجس الخوف والتحفز والتوتر وتوقع الشر. (ربيع ٢٠١٠: ٤٧٩).

التعريف الإجرائي: هو شعور انفعالي غامض غير سار يعتري الإنسان بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية مثل الضيق في التنفس أو الشعور بنبضات القلب أو الصداع ويصاحبها نشاط في الجهاز العصبي المستقل، وقد تتغير الحالة في شدتها وتذبذبها عبر الزمن ويمكن قياسها عن طريق الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على مقياس قلق الامتحاني المتبنى في البحث الحالي.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية:

القلق ألامتحاني: يعد القلق من الانفعالات الإنسانية الأساسية وجزءاً طبيعياً في كل آليات السلوك الإنساني وهو يمثل أحد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد ومستقبلة، إضافة الى تأثيره السلبي في مجالات الحياة المختلفة. إذ يعتبر القلق من العوامل الرئيسية المؤثرة في الشخصية الإنسانية، وهو بمثابة المرض الجوهري المشترك في الاضطرابات النفسية بل وفي إمراض عضوية مختلفة، ولو تطلع الإنسان إلى ماضي حياته لوجدها سلسلة متعاقبة من حالات القلق تقل وتزيد تبعا لأحداث الحياة، والتطور الحضاري والتكنولوجي. (المشيخي، ٢٠١٣: ٢٥٤). وقد أدرك علماء النفس منذ الخمسينيات أهمية دراسة العلاقة بين القلق والتعلم، وكشفت نتائج الدراسات النقاب على أن بعض الطلاب ينجزون أقل مستوى من قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتقويم كموقف الامتحانات وأطلقوا على القلق في هذه المواقف تسمية القلق ألامتحاني باعتبار يشير إلى نوع القلق العام الذي يظهر في مواقف معينة مرتبطة بموقف (Test Anxiey) الامتحانات والتقويم بصفة عامة حيث نجد الطلاب في هذه المواقف يشعرون بالاضطراب والتوتر والضيق (عبد الرحيم،٥٤:١٩٨٩).

مصادر قلق الامتحان: يشير التربويون في هذا المجال إن لقلق الامتحان مصادر متعددة منها ما يلي:

١- طموحات وتوقعات واهتمامات بالأسرة.

٢- استعداد الطالب نفسه.

٣- المعلم وطرائق التدريس.

٤- طرائق التقويم المتبعة والظروف المحيطة بالامتحانات.

٥- عادات الدراسة الجديدة (الطيب،١٩٩٦: ٨٦).

وقد تكون مصادر القلق كثيرة لدى الطلبة وخصوصا بعد التطور التقني والتكنولوجي ونتيجة المشتتات الفكرية التي أصبحت أكثر في الوقت الحالي لزيادة متطلبات التعليم، فنلاحظ الطلبة يضيعون الوقت ولا يستطيعون التركيز في الامتحانات ويعانون من الفشل والإخفاق من تجاوز الامتحانات نتيجة الظروف الحياتية الكثيرة متعلقة بعدة جوانب منها سياسية واقتصادية واجتماعية .

أسباب قلق الامتحان: أن من أهم أسباب القلق التي يرها المهتمون في مجال الصحة النفسية في المجال التربوي يمكن أن يعزى إلى الأسباب التي ذكرها (تايلر، ٢٠٠٨) وهي على النحو الآتي:

١. نقص المعرفة بالموضوعات الدراسية.

٢. نقص الرغبة في النجاح بتفوق.

٣. وجود مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الامتحان،أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته.

٤. ارتباط الامتحان بخبرة الفشل في حياة الطالب، وتكرار مرات الفشل.

٥. قصور في الاستعداد للامتحان كما يجب، وقصور في مهارات أخذ الامتحان.

٦. التمركز حول الذات، ونقص الثقة بالنفس.

٧. الاتجاهات السالبة لدى الطلاب والمعلمين والوالدين نحو الامتحانات.

٨. صعوبة الامتحانات والشعور بان المستقبل يتوقف على الامتحانات.

٩. الضغوط البيئية، وخاصة الأسرية، لتحقيق مستوى طموح لا يتناسب مع قدرات الطالب.

١٠.الضغوط المباشرة حين يتعرض الطالب للتهديد أو يواجه الفشل.

١١.محاولة إرضاء الوالدين والمعلمين والمنافسة مع الرفاق. (تايلر, ٢٠٠٨)

فيجد الباحث إن من أهم أسباب القلق عند أداء الاختبار (الامتحان) هو عدم الاستعداد النفسي وعدم إكمال حفظ أو فهم المادة الدراسية يسبب حالة حرجة لدى الطالب مما يؤدي إلى الخوف من الفشل وخذلان الآخرين الذين يثقون به أو يعتمدون عليه من الأهل و الأصدقاء فيكون رد الفعل كبير في نفسه أو ارتباط ذلك في طموحاته وتحقيق رغباته المستقبلة فيخشى عدم النجاح.

أعراض ومظاهر قلق الامتحان: أن من أعراض قلق الامتحان التي يمكن ملاحظتها على الطالب إثناء أداء الاختبار(الامتحان)وهي على النحو الآتي:

١. التوتر والأرق وفقدان الشهية، وتسلط بعض الأفكار الوسواسية قبل وأثناء ليالي الامتحان.
٢. كثرة التفكير في الامتحانات والانشغال قبل وإثناء الامتحان في النتائج المترتبة عليها.
٣. تسارع خفقان القلب مع جفاف الحلق والشفتين وسرعة التنفس وتصبب العرق، وألم البطن والغثيان.
٤. الشعور بالضيق النفسي الشديد قبل وأثناء تأدية الامتحان (الضامن، ٢٠٠٣: ٢٢١).
٥. الخوف والرهبة من الامتحان والتوتر قبل الامتحان.
٦. اضطراب العمليات العقلية كالانتباه والتركيز والتفكير.
٧. الارتباك والتوتر ونقص الاستقرار والأرق ونقص الثقة بالنفس.
٨. تشتت الانتباه وضعف القدرة على التركيز واستدعاء المعلومات أثناء أداء الامتحان.
٩. الرعب الانفعالي الذي يشعر فيه الطالب بان عقلة صفحة بيضاء وانه نسى ما ذاكر بمجرد الاطلاع على ورقة أسئلة الامتحان.
١٠. وجود تداخل معرفي، يتمثل في افكار سلبية غير مناسبة عن الامتحانات، ونقص إمكانية المعالجة المعرفية للمعلومات (زهران، ١٠٠:٢٠٠٠).

فيرى الباحث أن أعراض القلق ألامتحاني قد تختلف من طالب إلى أخر إلا أن هناك بعض التصرفات والحركات التي يمكن ملاحظتها على الطالب أثناء أداء الاختبار (الامتحان) وتشير إلى عدم استعداده النفسي مما يمكن ان نعزوها إلى أعراض قلق الامتحان.

النظريات التي فسرت قلق الامتحان:

أولا: النظرية النفسية: يعتقد فرويد أن القلق هو بمثابة نوع من ازيز العقل اللاوعي الذي يصبح أحيانا زلزالاً أو انفجاراً منبعثاً من المشاعر المكبوتة التي لن يكون بوسعها البقاء تحت الغطاء، وان الهدف من هذا الأزيز هو تحذيرنا من هذا الخطر الذي نكون غافلين عنه وغير شاعرين به، ذلك الخطر الذي لا علاقة له غالبا في الظاهر للمشكلة التي نواجهها. (حجازي: ٢٠٠٧: ٤٥). واعتبر (فرويد) أن أصل القلق هو نتيجة الصراع اللاشعوري بين رغبات ألهو وبين رغبات الأنا والانا الأعلى التي تمثل عالم الواقع والمثاليات على التوالي.(عدس وتوق: ٢٠٠٩: ٤٤٨). بينما يرى(ادلر) أن سبب القلق هو الإحساس بعقدة النقص عند الفرد سوى كان هذا النقص حقيقيا أو متوهما في حين تؤكد (كارين هورني) ان سبب القلق تتحكم فيه عوامل ثلاثة متمثلة، الشعور بالعجز وقلة الحيل والشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة والوحدة. (غانم: ٢٠٠٨: ٧٤). إما أصحاب المدرسة السلوكية، فينظرون إلى القلق ما هو إلا شي متعلم ومكتسب من البيئة الخارجية التي يتواجد بها الشخص، وان معظم أنواع القلق ناشئة عن الاشتراط (Conditioning) حيث يرتبط شيء من نوعاً ما ارتباط عارضا بخبر يثير القلق وغالبا ما تكون خبرة من النوع الخطر. وان الأبحاث الحديثة تدل على ان كل من الصراع المعرفي والمواقف الخطرة المحتملة يمكن ان تثير القلق وتسبب اعراضا فسيولوجية خاصة به. (دافيدوف، ١٩٨٣: ٤٩٧)

ثانياً: النظرية الاجتماعية: ذهب أصحاب هذا الاتجاه الى ان المواقف الاجتماعية هي التي تهيئ الفرد للدخول إلى معترك القلق العصابي، فالامتحان مثلا عبارة عن موقف تقويمي للطالب، الا إن الثقافة المجتمعية السائدة تؤكد على اجتياز الامتحان والنجاح فيه مما قد يشحن الفرد بالعديد من أساليب التوتر والتي تظهر بوادرها في إصابة ذلك الفرد بعلامات معينة جسدية أو نفسية أو حتى عقلية. كما ان الجو الأسري الذي يعيشه الشخص يلعب دورا هاما في ظهور أو عدم ظهور مشاعر القلق كالأسر التي يكثر فيها الطلاق الفعلي أو الطلاق العاطفي. (غانم: ٢٠٠٨: ٧٤). ويرى منظور التعلم الاجتماعي ان القلق يحدث نتيجة حدوث متغيرات غير مرغوبة مع وجود استعداد نفسي عند الشخص لامتلاكه مفهوما معرفيا سلميا لقدراته، ورغم ان القلق كونه يعبر عن استجابات لمثيرات خارجية لكنه يرتبط بالسمات العقلية والوجدانية لدى الفرد. (كريمان: ٢٠٠٨: ٢٥).

ثالثاً:نظرية نوكس (١٩٩٨ Nokes) أكد نوكس في نظريته لمواجهة القلق، على العوامل الشخصية للفرد والتي يمكن من خلالها تحديد أو اختيار الأسلوب أو الإستراتيجية المناسبة للتكيف مع المواقف الضاغطة، بحسب شخصياتهم ومقدار الدعم النفسي أو الاجتماعي الذي يتوفر لديهم وان أحداث الحياة الضاغطة جدا يمكن ان تجعل أسباب التكيف حيالها امرا صعبا وتجعل من الصعب التركيز على العمل وحل المشكلات والتعامل مع الإحباط (الزغول، الهنداوي، ٢٠٠٤: ١١٩). وترى هذه النظرية ان الخطوات التي تساعد الفرد على التعامل مع الموقف الضاغطة والمسببة للاضطرابات النفسية ومنها القلق هي:

١. تحديد الحدث.
٢. استقرار اكبر عدد من الأفكار التي تساعد على تخفيف الحدث.
٣. تخيل العمل بعدة أساليب للسيطرة على الحدث.
٤. التفكير بالأساليب التي يستخدمها الإفراد لذلك الحدث.
٥. مناقشة الأساليب المحتملة مع شخص أخر.
٦. البحث عن أفضل الأساليب الممكنة لمواجهة ذلك الحدث. (Nokes , ١٩٩٨, P ٢-٣).

رابعاً: نظرية الحالة (السمة): لقد توصل كاتل وسبيلبيرجر (Kattle&spilberger) الى التمييز بين الجانبين للقلق. جانب القلق الذي نشعر به في موقف معين ويزول بزواله، وجانب الاستعداد للقلق أو الاستهداف للقلق في المواقف المختلفة، وأطلقا على الجانب الأول "حالة القلق" وعلى الجانب الثاني "سمة القلق" ولقد عرف سبيلبيرجر "حالة القلق" بأنها عبارة عن حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الانسان عندما يدرك تهديداً في الموقف، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي، وتتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة هذا التهديد.

فالشخص صاحب سمة القلق المرتفعة يكون لديه استعداد عال للقلق ما يجعله يستجيب لمواقف التهديد والشدة بخوف شديد لا يتناسب مع الموقف الذي تعرض له، أما الشخص صاحب سمة القلق المنخفضة فإنه يستجيب لموقف التهديد والشدة بخوف عادي يناسب ما في الموقف من خطر موضعي. أن سمة القلق لا تظهر مباشرة في السلوك بل تستنتج أو يستدل عليها من تكرار ارتفاع حالة القلق وشدتها لدى الفرد على امتداد الزمن. ويتميز الأفراد ذوو الدرجة المرتفعة في سمة القلق بميلهم الى إدراك العالم باعتباره خطراً يهدد حياتهم وهؤلاء الأفراد

أكثر تعرضاً للمواقف العصبية.(القريطي، ٢٠٠٣: ٦٦). لذلك فإن قلق الحالة يقابل القلق الموضعي عند فرويد أي أن مصدرة معروف ويزول بزوال الموقف الخطر أما قلق السمة فهو القلق العصابي حيث إنه شديد ولا يتناسب مع طبيعة الموقف الذي أثار القلق لدى الفرد. (المشيخي، ٢٠١٣: ٢٦٦).

دراسات سابقة:

يتناول الباحث في هذا المحور الدّراسات السابقة المتصلة بموضوع البحث الحالي ،والاستفادة ممّا توصل إليه الباحث و النتائج ، بغية الاسترشاد بها في البحث الحالي، فقام بجمع واختيار كل ماله صلة بموضوع البحث،والتي تم عرضها بشكل موجز ومرتب تنازلياً حسب تسلسل زمن حدوثها ،من القديم إلى الحديث من الدراسات و أهمها:

أولاً : دراسة مجمعي (٢٠٠٦) : دافعية الإنجاز الدراسي وقلق الاختبار وبعض المتغيرات الاكاديمية. هدفت الدراسة إلى معرفة طبيعة دافعية الإنجاز الدراسي وقلق الاختبار في بعض المتغيرات الأكاديمية (كالتحصيل الدراسي ،التخصص الدراسي، الفرقة الدراسية)،فقام الباحث بتطبيق مقياس دافعية الإنجاز (الحامد،١٩٩٦)،ومقياس قلق الاختبار (الطريري،١٩٩٢) على عينة مكونة من ٣٤٥ طالبًا من كلية المعلمين في جازان، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيًا ،بين دافعية الإنجاز الدراسي، وقلق الاختبار، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز الدراسي بين الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي، والطلاب منخفض بالتحصيل الدراسي، وذلك لصالح الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي، وتوصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق الاختبار ،بين الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي، والطلاب منخفضي التحصيل الدراسي. وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق الاختبار، بين الطلاب في التخصص العلمي، والطلاب في التخصص الأدبي. (مجمعي , ٢٠٠٦ : ٩٠)

ثانياً: دراسة الانصاري (٢٠٠٧) تحديد معدلات انتشار القلق لدى طلبة جامعة الكويت، هدفت إلى تحديد معدلات انتشار القلق لدى طلبة جامعة الكويت. إذ أجريت الدراسة على عينتين، الأولى عام (٢٠٠١) حيث بلغت عينة الدراسة (١٢٦٦) طالب وطالبة بواقع (٢٤٨) من الذكور و (٩١٨) من الإناث، إما الثانية فقد أجريت في عام (٢٠٠٢) وكان قوامها (٦٣٨) طالبا وطالبة بواقع (٢٨٤) طالبا و (٣٥٤) طالبة. وقد كشفت نتائج هذه الدراسة عن ارتفاع معدلات انتشار القلق لدى الطالبات بنسبة (١٩%) على حين كانت نسبة عند الطلبة (١٢%) وكذلك وجود فروق جوهرية بين الجنسين في القلق حيث حصلن الطالبات على متوسطات اعلي من الطلاب. (الانصاري ٢٠٠٧: ١٢٥-١٢٦).

ثالثاً: دراسة الخصاونة (٢٠٠٧): تقدير مستويات القلق لدى طالبات كلية التربية الرياضية، هدفت الدراسة إلى تقدير مستويات القلق لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك في مساقات الجمباز، إذ تكونت العينة (٤٠) طالبة تم اختيارهن بالطريقة القصدية لقياس حالات القلق لديهن ولتحقيق هذه الدراسة استخدمت الباحثة مقياس سبيلبيرجر لقياس القلق، وأظهرت النتائج عن وجود القلق بشكل عام لدى إفراد العينة كما

أظهرت عن وجود فروق بين الطالبات في فيئتي البحث في قلق الحالة قبل الاختبار الامتحان بين لا توجد فروق بين الطالبات في فيئتي البحث في قلق السمة قبل الامتحان. (الخصاونة، ٢٠٠٧: ١٣٠-١٣١) .

رابعاً : دراسة أبو عزب (٢٠٠٨): فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار، هدفت الدراسة التعرف على مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظات غزة ،وقد تم تطوير استبانه من (٥٢) فقرة لقياس مستوي قلق الطلبة في امتحان الثانوية العامة ، كما تم توزيع هذا المقياس على عينة عشوائية طبقية بلغت (٥٤٢) طالب وطالبة من مدراس الثانوية العامة بفرعيه الأدبي والعلمي ،ثم اختير من هذه العينة أكثر الطلاب الذي نسجلوا أعلى درجات على مقياس قلق الامتحان حيث تم اختيار (٣٠) طالب ، توزعوا على مجموعتين، حيث شملت المجموعة التجريبية (١٥) طالب، وشملت المجموعة الضابطة علي (١٥) طالب وتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) في متوسطات درجات مستوي قلق الامتحان لدي طلبة الثانوية العامة بمحافظات غزة تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث. وكشفت أيضاً لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظات غزة تعزي لمتغير التخصص العلمي للطلبة. (ابو عزب , ٢٠٠٨ :٩٥)

مناقشات الدراسات السابقة:

استعرض الباحث عددا من الدِّراسات السابقة حيث أنَّ أغلب الدِّراسات قد ركزت على القلق النفسي في الامتحان، فاستفاد الباحث من الدِّراسات السّابقة في تحديد وصياغة المشكلة وأسئلتها وتحديد مجالاتها وأدواتها لتظهر بالشكل الذي عليه الآن، حيث كان البحث منسجماً مع الدِّراسات السّابقة من حيث الأهداف التي في الكشف على درجة القلق النفسي في الامتحان.ويمكن مناقشتها ضمن المحاور الآتية :

١- الأهداف: اتفقت الدراسات السابقة من حيث أهدافها إذ هدفت إلى التعرف على مستوى القلق وتحديد معدلات انتشاره بين الطلبة إما الدراسة الحالية فقد جاءت مطابقة للدراسات السابقة حيث هدفت إلى التعرف على مستوى القلق لدى طلبة الجامعة وكذلك التعرف على دلالة الفروق في مستوى القلق ألامتحاني تبعا لمتغير النوع الاجتماعي والتخصص .

٢- العينة: تباينت الدراسات في إعداد عينتها ما بين عينة صغيرة وعينة كبيرة حيث بلغت عينة دراسة (الخصاونة ٢٠٠٧) (٤٠) طالبة , إما دراسة (ابو عزب ٢٠٠٨) فقد بلغت عينتها (٥٤٢) طالبا وطالبة , اما دراسة (مجمعي ٢٠٠٦) فقد بلغت (٣٤٥) طالبا وطالبة وبلغت عينة دراسة (الانصاري ٢٠٠٧) (١٢٦٦) طالبا وطالبة إما حجم عينة البحث الحالي فقد بلغت (١٥٠) طالبا وطالبة .

٣- أدوات الدراسة : استخدمت الدراسات السابقة أدوات تتناسب مع طبيعة البحوث وأهدافها إما البحث الحالي فقد تبنى الباحث مقياس (ابو عرب ١٩٩٤) .

٤- الوسائل الإحصائية : استخدمت الدراسات السابقة وسائل إحصائية مختلفة باختلاف أهدافها إما البحث الحالي فقد استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعادلة ألفا كرونباخ ومعامل ارتباط بيرسون .

٥- النتائج : اتفقت الدراسات السابقة في بعض النتائج واختلفت في البعض الأخر إما نتائج البحث الحالي فستتضح في الفصل الرابع من البحث .

اتفقت الدِّراسات السّابقة مع البحث الحالي من حيث المنهج البحث، إذ اعتمدت المنهج الوصفي وأجريت اغلب الدراسات على الطلبة الجامعة مثل دراسة مجمعي(٢٠٠٦) في كلية المعلمين في جازان دراسة الانصاري (٢٠٠٧) ودراسة الخصاونة (٢٠٠٧) التي جريت في جامعة اليرموك اما دراسة أبو عزب (٢٠٠٨) فقد أجريت على المدارس الثانوية بينما الدراسة الحالية على طلبة الخامس الإعدادي. واختلفت في مكان الدراسة مع دراسة مجمعي(٢٠٠٦) في السعودية ودراسة الانصاري (٢٠٠٧)في الكويت ودراسة الخصاونة (٢٠٠٧) التي جريت في الأردن ودراسة أبو عزب (٢٠٠٨) بمحافظات غزة، أما الدراسة الحالية أجريت في العراق في محافظة ذي قار.

الفصل الثالث- منهجية البحث وإجراءاته:

يتضمن هذا الفصل وصفاً للإجراءات التي اعتمدت لتحقيق أهداف البحث بدأً من مجتمع البحث وعينته ووصف خصائصها واختيار أدوات البحث لتحقيق أهدافه ومعالجة بياناته بالوسائل الإحصائية المناسبة.

أولا: مجتمع البحث: يتمثل بطلبة الخامس الإعدادي في مركز قضاء قلعة سكر بتخصصيها العلمي والأدبي وشملت مدارس الذكور والإناث للعام الدراسي(٢٠١٧\٢٠١٨) البالغ مجموعهم (٥٥٠) طالبا وطالبة. والجدول رقم (١) يوضح ذلك .

جدول رقم(١) يوضح مجتمع البحث موزع حسب متغير (الجنس والتخصص)

المدارس	عدد المدارس	الخامس		مجموع الطلبة الكلي
		العلمي	الأدبي	
بنين	٦	١٨٠	١٥٠	٣٣٠
بنات	٤	١٠٦	١١٤	٢٢٠
المجموع الكلي	١٠	٢٨٦	٢٦٤	٥٥٠

ثانيا: عينة البحث: بلغت عينة البحث (١٥٠) طالبا وطالبة من طلبة الخامس الإعدادي بنسبة ٢٧% من المجتمع الكلي، وقد تم اختيارهم بالطريقة الحصر والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول رقم (٢) يوضح عينة البحث موزع حسب متغير (الجنس والتخصص).

المدارس	عدد المدارس	الخامس		مجموع الطلبة الكلي
		العلمي	الأدبي	
بنين	٤	٤٥	٣٠	٧٥
بنات	٢	٤٠	٣٥	٧٥
المجموع الكلي	٦	٧٥	٧٥	١٥٠

ثالثا: أداة البحث: بعد اطلاع الباحث على بعض المقاييس العراقية والعربية وجد من المناسب استخدام مقياس(أبو عرب، ١٩٩٤)وقد تم اختيار هذا المقياس دون غيرة لأن فقراته تغطي كل أشكال وأنواع القلق ألامتحاني.

رابعا: وصف المقياس: يتكون المقياس من (٥٢) فقرة تمثل كل واحد منها استجابة سلوكية وتتكون الإجابة عن كل فقرة في خمسة مستويات تتراوح بين (١-٥) وفق للتقديرات اللفظية المتدرجة (قليلة جدا، قليلة، متوسطة، كبيرة، كبيرة جدا) وتدل الدرجة العالية على ارتفاع مستوى القلق والدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى القلق.

الخصائص السايكومترية لمقياس القلق ألامتحاني: صلاحية القياس: يذكر ابيل (Eble) إن أفضل طريقة للتأكيد من صلاحية المقياس هو عرضه على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحية قياس الخاصية المراد قياسها (Eble،١٩٧٢،٥٥٥) لذلك تم عرض فقرات المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء المتخصصين بهذا المجال والذي بلغ عددهم (٨) خبراء، لغرض الحكم على صلاحية الفقرات، وتحديد الصالح منها وغير الصالح وأجراء التعديل المناسب عليها، وفي ضوء أراء الخبراء تم تعديل بعض الفقرات بعد اتفاق أكثر ٨٠% وهي نسبة تعد معياراً جيداً ومقبولاً عند الكثير من الباحثين.

وفيما يأتي توضيح للتثبيت من هذه الخصائص للمقياس:

الصدق Validity: يعد الصدق من أهم الخصائص السيكومترية التي ينبغي توفرها في المقياس النفسي، وهو قياس الاختبار لما وضع لقياسه(تيلر، ١٩٩٨: ٥٢). لان مفهوم الصدق يشير الى قدرة المقياس على قياس ما وضع لأجله (Stanley &Hokins،١٩٧٢، P:١٠١) من أجل التأكد من صدق المقياس فقد أعتمد الباحث الإجراءات الآتية :

الصدق الظاهري Face Validity: يعد هذا النوع من الصدق من الخصائص المهمة في بناء الاختبارات والمقاييس فهو من الإجراءات المرغوب فيها في المراحل الأولى من إعداد المقياس (أبو حطب عثمان، ١٩٨٦:٨٩). ومن بين مؤشرات الصدق هو الصدق الظاهري، ويدل الصدق الظاهري (الذي يدعى صدق المحتوى أحيانا) على مدى ملائمة الاختبار للخاصية المراد قياسها (Cronbcah ,١٩٧٨,p;١٨) ويشير المتخصصون في المجال النفسي إن أفضل وسيلة لتقرير الصدق الظاهري للمقياس هو عرض فقراته على مجموعة من الخبراء والمتخصصين، (Chisel،١٩٨٤، P;٣٤٤) وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس الحالي كما ذكر سلفاً وذلك عندما عرض على مجموعه من الخبراء والمتخصصين في العلوم التربوية والنفسية للأخذ بآرائهم حول صلاحية فقرات المقياس لما وضعت لقياسه .

الثبات Reliability: يعد الثبات من خصائص المقياس الجيد، ويشير اتساق الدرجات التي جمعت من الأفراد أنفسهم عندما يعاد تطبيق المقياس عليهم مرة أخرى، أو تحت ظروف متغيرة أخرى (عودة، ١٩٩٢: ١٩٤) وقد تم استخراج ثبات المقياس بالطريقة الآتية.

طريقة إعادة الاختبار R-Test – Test: يكشف الثبات بطريقة الإعادة عن استقرار النتائج التي يقدمها الاختبار أو المقياس عبر فاصل زمني معين ويسمى معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة بمعامل الاستقرار (عودة ، ١٩٥: ١٩٩٢) وقد تم حساب معامل الثبات بإعادة التطبيق بعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول على عينة بلغت (٢٠) طالباً وطالبة وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠,٧٩).

خامسا- الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية:

١. الاختبار التائي لعينة واحدة: للتعرف على القلق ألامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي.
٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: لإيجاد الفروق في القلق ألامتحاني بحسب متغير الجنس(ذكور- إناث)
٣. معامل ارتباط بيرسون لإيجاد الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار لمقياس القلق ألامتحاني.

الفصل الرابع- عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها:

ويتضمن هذا الفصل عرض لنتائج البحث وبحسب الأهداف ومناقشتها مع بيان الاستنتاجات التي تم التوصل إليها في ضوء النتائج واهم التوصيات والمقترحات

الهدف الأول: التعرف على درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان؟

وتحقيقا لذلك استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة حيث أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس إذا بلغت القيمة التائية المحسوبة(١٥,٨٦)وهي اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية(١٤٩).

الجدول رقم (٣) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على مستوى القلق لدى طلبة الخامس الإعدادي

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	درجة الحرية	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١٥٠	١٦٨,٨٢	١٢,٠٥	١٥٦	١٥,٨٦	١٤٩	١,٩٦	٠,٠٥

تفسير الهدف الأول: يتضح من الجدول أعلاه ان القيمة التائيه المحسوبة البالغة (١٥,٨٦) اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٤٩) اذ يتضح ان طلبة الخامس اعدادي لديهم قلق الامتحان , ويمكن تفسير ذلك بسبب الاضطرابات الانفعالية كالتوتر والرهبة الناجمة عن الضغوطات الناتجة عن مواقف التقويم كما أنهم يشعرون ويدركون بان المواقف التقويمية مصدر للتهديد وبهذا يكون ذلك مصحوبا بانعدام الراحة النفسية وتوقع العقاب وأيضا يتصف باضطرابات انفعالية مصحوبة بردود أفعال جسمية وفسيولوجية وظهور عدم التوازن بالجوانب المعرفية والرغبة في الهروب من الموقف، كل هذه الصفات هي مؤشرات للأفكار اللاعقلانية المرتبطة بالقلق ألامتحاني. وقد اتفقت الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة .

الهدف الثاني: التعرف على درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار (الامتحان) تُبعا لمتغير الجنس؟

لمعرفة دلالة الفروق في القلق ألامتحاني بحسب متغير النوع الاجتماعي (ذكور-إناث) اذ استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب من ذكور وإناث في القلق ألامتحاني اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة(٣،٢٥) وأظهرت القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عن مستوى دلالة(٠,٠٥) ودرجة حرية (١٤٨) والجدول رقم(٤) يوضح ذلك.

جدول رقم ٤نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف دلالة الفروق في مستوى القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس العلمي تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	درجة الحرية	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
ذكور	٧٥	٨٠٩،٨٢	٠٣٣،١٢	٢٥,٣	١٤٨	٩٦،١	٠٥،٠
إناث	٧٥	٣٥١،٨٦	٠٩٩،١٣				

تفسير الهدف الثاني: يتضح من الجدول أعلاه أن النتيجة تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى القلق ألامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي اذ بلغ الوسط الحسابي للذكور (٨٠٩،٨٢) وبلغ الانحراف المعياري (٠٣٣،١٢) وهو أقل من الوسط الحسابي للإناث البالغ (٣٥١،٨٦) وبانحراف معياري قدره (٠٩٩،١) اما القيمة التائية المحسوبة (٢٥,٣) وهي أكبر من القيمة الجدولية (٩٦٠،١)عند مستوى دلالة (٠٥،٠) ودرجة حرية (١٤٨). فقد أوضحت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الاختبار (الامتحان) بحسب متغير النوع الاجتماعي ولصالح الإناث ويجد الباحث أن ذلك قد يعود إلى قيام الطالبات بالأعمال المنزلية بجانب الدراسة، الأمر الذي قد يعيق عملية الدراسة عند الإناث، وبالتالي ينشأ التوتر والقلق عند الطالبات نتيجة عدم التوافق بين متطلبات البيت والدراسة، ومن هنا ينشأ التوتر والقلق، وتزداد حدته كلما اقترب موعد الامتحانات، اضافة إلى طموح الفتيات الزائد بالحصول على معدلات عالية، وقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (مجمعي ٢٠٠٦) و دراسة (الانصاري ٢٠٠٧) ودراسة (الخصاونة ٢٠٠٧)أن هناك فروق دالة إحصائية في متغير الجنس ولصالح الإناث.

الهدف الثالث: التعرف على درجة القلق الامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي في أداء الاختبار الامتحان تبعاً لمتغير التخصص (علمي – أدبي)؟

للتعرف على دلالة الفروق في مستوى القلق ألامتحاني لدى طلبة الخامس الإعدادي تبعاً لمتغير التخصص تم إيجاد الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل منهما والقيمة التائية المحسوبة والجدولية كما مبين في الجدول (٥).

جدول رقم (٥) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف على دلالة الفروق في مستوى القلق ألامتحاني لدى طلبة الخامس بالاعدادي تبعا لمتغير التخصص (علمي – ادبي)

التخصص	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
أدبي	٧٥	٩٩،١٦	٣٦٢،١٠	١٤٨	٣٣,٢	٩٦،١	٠٥،٠
علمي	٧٥	١٠٢،٨٤	٧٢٦،٨				

تفسير الهدف الثالث: يتضح من خلال الجدول أعلاه أن هناك فروق دالة في مستوى القلق ألامتحاني بين طلاب وطالبات الخامس الإعدادي ولصالح التخصص العلمي، ويمكن تفسير ذلك أن أفراد العينة من ذوي التخصص العلمي ربما يعانون من صعوبة المواد العلمية التي تتطلب منهم الجهد والمثابرة أكثر من التخصص الأدبي كما أن طلبة التخصص العلمي يطالبون بالجانب العملي في المختبرات إضافة إلى الجانب النظري وهذا الأمر يزيد من الضغوطات نتيجة بذل الجهد الأكثر والدقة في العمل مما ينعكس سلباً ويشعرهم بالتوتر والإنهاك الجسدي والفكري الذي يساعد على ارتفاع مستوى القلق، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة ودراسة (الانصاري ٢٠٠٧) ودراسة (الخصاونة ٢٠٠٧).

- **الاستنتاجات:** في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث بتطبيق أداة البحث ، جرى استنتاج ما يأتي:

١. إن طلبة الخامس الإعدادي يعانون من قلق الامتحان.

٢. إن طالبات الخامس الإعدادي يشعرن بقلق الامتحان أكثر من الطلبة الذكور.

٣. إن الطلبة والطالبات من ذوي التخصص العلمي لديهم قلق امتحان أكثر من طلبة وطالبات التخصص الأدبي.

- **التوصيات:** في ضوء النتائج توصل الباحث الى بعض من التوصيات وهي:

١. عدم تخويف الطلبة إثناء تأديتهم للامتحان بل إشعارهم بالتقبل والمودة والعلاقة الإنسانية الطيبة وتخفيف الضغوطات النفسية على قدر الإمكان.

٢. محاولة تغيير الأساليب المتبعة في التعليم من قبل الأستاذة وعدم استخدام التهديد والكف عن التهويل.

٣. تنمية وتعزيز الثقة بالنفس لدى الطلبة بإمكانياتهم والتقدم والنجاح في المستقبل.

٤. الاهتمام بالإعداد النفسي للطلاب واستخدام الاختبارات النفسية كوسيلة موضوعية لتقويم حالة الطلبة.

- **المقترحات:** في ضوء النتائج التي توصل لها البحث نقدم بعض المقترحات وهي:

١.أجراء دراسات مماثلة لعينات طلابية أخرى لاسيما مرحلة الابتدائية والمتوسطة والجامعة.

٢.دراسة القلق ألامتحاني وعلاقة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الخامس الإعدادي ومراحل أخرى.

المصادر العربية:

١. أبو حطب، فؤاد وسيد عثمان احمد (١٩٨٦).التقويم النفسي، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.

٢. أبو عزب ،نائل إبراهيم(٢٠٠٨). فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب الخامس الثانوية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية ،الجامعة الإسلامية ، غزة .

٣. الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٧). معدلات انتشار القلق المتعلق بعلاج الاسنان لدى طلاب جامعة الكويت، **مجلة جامعة دمشق**، المجلد ٢١ العدد ٣.

٤. تايلر، شيلي (٢٠٠٨).**علم النفس الصحي**، ط١، الاردن، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.

٥. تايلر، ليونا(١٩٩٨). **الاختبارات والمقاييس**، ترجمة عبد الرحمن سعد ونجاتي، محمد عثمان، الكويت: دار الشروق للنشر والتوزيع.

٦. حجازي، احمد توفيق(٢٠٠٧).**تمتع بالتفكير الايجابي وتخلص من التفكير السلبي**، ط١، عمان: دار الاسرة للنشر والتوزيع.

٧. الخالدي، أديب محمد علي(٢٠٠٩).**المرجع في الصحة النفسية**، نظرية جديدة، ط١، الاردن، عمان: دار وائل للنشر.

٨. الخصاونة، غادة (٢٠٠٧). تقدير مستويات القلق لدى طالبات كلية التربية جامعة اليرموك في مساقات الجمباز، **مجلة النجاح بالعلوم الانسانية**، ٢١(٤).

٩. دايفيدوف، لندال(١٩٨٣).**مدخل علم النفس**، ترجمة السيد الطواب ومحمود عمر ونجيب خزام ،القاهرة ،دار ماكجر وهيل.

١٠. ربيع، رجاء محمود(٢٠١٠).**مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، مصر، دار الجامعة.

١١. الزغول، عماد عبد الرحيم والهنداوي،علي فالح(٢٠٠٤).**مدخل علم النفس**، ط١، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة.

١٢. زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٠). **الإرشاد النفسي المصغر**، ، ط١، مصر، القاهرة: عالم الكتب.

١٣. الضامن،منذر عبد الحميد (٢٠٠٣).**الإرشاد النفسي** ،الطبعة الأولي ، مكتبة الفلاح ،الكويت.

١٤. الطيب، محمد عبد الظاهر (١٩٩٤). دراسة في مستوى قلق الامتحان بين طلاب كليات جامعة طنطا، **مجلة علم النفس**(٦).

١٥. عبد الرحيم، بخيت عبد الرحيم(١٩٨٩).**قلق الامتحان "مفهوم العلاج، والقياس** القاهرة: طبعة دار النهضة المصرية.

١٦. عدس، عبد الرحمن وتوق، محي الدين (٢٠٠٩).**المدخل الى علم النفس**، ط١، عمان: دار الفكر.

١٧. عودة، احمد (١٩٩٢).**القياس والتقويم في العملية التدريسية**، الاردن، عمان: دار الامل.

١٨. غانم، محمد حسن (٢٠٠٨).**كيف نتعامل مع القلق النفسي**، تاريخ الاسترجاع ٢٠١٧/١/١٢www.kotbarabia.com.

١٩. القريطي، عبد المطلب أمين(٢٠٠٣).**في الصحة النفسية**، ط٣، القاهرة: دار الفكر العربي.

٢٠. كريمان، صلاح حميد حسين (٢٠٠٨). **سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الجالية العراقية في استراليا**، كلية الآداب والتربية، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

٢١. مجمعي،علي محمد مرعي(٢٠٠٦).دافعية الإنجاز الدراسي وقلق الاختبار وبعض المتغيرات الأكاديمية لدى طلاب كلية المعلمين في جازان،**رسالة ماجستير غير منشورة** ،كلية التربية،جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

٢٢. المشيخي، غالب محمد(٢٠١٣).**أساسيات علم النفس**، ط١، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

المصادر الاجنبية

٢٣. AlPy ، E.(٢٠٠٣) To what extent do different explanations of pryudical suggest that it can be reduced.Journal of personality and social psychology، Vol. ٥٦ (١٢).

٢٤. Chisell .E (١٩٨٤): **Theorg of psychological measure ments**، N Y.McGraw Hill.

٢٥. Cronbach T.M (١٩٧٨): **Research in Development of Psgchology**. the Free press -، New York.

٢٦. Ebel، Rl.(١٩٧٢):Essentials of Educational Measurement New Jersey Hall Englewood. Clifes.

٢٧. Nokes، E (١٩٩٨). **Coping with Crises**، London Royal College of Psychiatrists.

٢٨. Stanley. J Hokins. K. D(١٩٧٢) ; **Educational &psgchological measurement**& EvAluation، Englewood Cliffs. N .G preutice.

ملحق رقم (١)

ت	اللقب والاسم	التخصص	مكان العمل
١-	أ.د عبد السجاد عبد بردان	علم النفس التربوي	جامعة سومر\ كلية التربية الأساسية
٢-	أ.د لمياء ياسين الركابي	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية \كلية التربية
٣-	أ.د ابتسام سعدون محمد النوري	علم النفس التربوي	جامعة المستنصرية \كلية التربية
٤-	أ.م.د عبد العباس غضيب الحجامي	صحة نفسية	جامعة ذي قار \ كلية التربية الإنسانية
٥-	أ.م.د حردان احمد حردان	طرائق تدريس	جامعة سومر \ كلية التربية الأساسية
٦-	م.د اسراء عبد الحسين علي	علم النفس التربوي	جامعة سومر\ كلية التربية الأساسية
٧-	م.د مشتاق خالد	علم النفس التربوي	جامعة سومر \ كلية التربية الأساسية

٨-	م.د وسام حاتم زويد	مناهج بحث	جامعة سومر \ كلية التربية الأساسية

جدول (٥) مقياس القلق الامتحاني بصيغته النهائية

ت	الفقرات	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا
١-	أشعر بالارتباك والتوتر عند سماعي لكلمة امتحان					
٢-	أشعر بالارتباك عندما يقترب موعد الامتحان .					
٣-	ينتابني شعور بعدم الراحة إثناء الامتحان .					
٤-	أشعر بخيبة أمل قرب تقدمي لامتحان مهم .					
٥-	أتوقع الفشل بعد تعرضي لاختبار ما .					
٦-	أعاني من التوتر الشديد أثناء فترة الامتحانات .					
٧-	أشعر أن أدائي سوف يكون سيئا في الامتحان .					
٨-	الخوف من الرسوب يعيق أدائي في الامتحان .					
٩-	أفكر في النتائج المترتبة علي رسوبي بالامتحان .					
١٠-	فترة الامتحانات هي من أصعب الأوقات لدي .					
١١-	أشعر بسوء أدائي بالامتحانات رغم دراستي الجيدة له .					
١٢-	ينتابني الشك في قدرتي على الإجابة عن بعض أسئلة الامتحان .					
١٣-	أثور لأتفه الأسباب وقت الامتحانات .					
١٤-	أفقد السيطرة في التحكم بانفعالاتي وقت الامتحانات .					
١٥-	أشعر بالعصبية الزائدة أثناء أدائي للامتحان .					
١٦-	أرفض المناقشة مع الآخرين وقت الامتحانات .					
١٧-	أشعر بالغضب الشديد إثناء أدائي للامتحانات .					
١٨-	تتسم تصرفاتي بالعدوانية وقت الامتحانات .					
١٩-	أفضل عدم ممارسة بعض الأنشطة الاعتيادية وقت الامتحانات .					
٢٠-	أشعر بالحزن الشديد بعد أدائي للامتحانات .					
٢١-	أشعر بالملل والانزعاج الشديد أثناء فترة الامتحانات .					
٢٢-	أجد صعوبة في التوفيق بين متطلبات الأهل وتحقيق رغباتي في الدراسة .					
٢٣-	أشعر بالضيق والعجز عند محاولتي تنفيذ ما يريده الأهل مني .					
٢٤-	أشعر بعدم الرغبة في التحدث مع الآخرين وقت الامتحانات .					
٢٥-	أرفض مقابلة الزائرين أثناء فترة الامتحانات .					
٢٦-	أحب الجلوس بمفردي أثناء فترة الامتحانات .					
٢٧-	أشعر بفتور في علاقاتي الشخصية مع الزملاء أثناء فترة الامتحانات .					
٢٨-	أفضل عدم المشاركة في المناسبات الاجتماعية أثناء الامتحانات					
٢٩-	أشعر بالقلق من الجو المتوتر بالأسرة وقت الامتحانات .					
٣٠-	أشعر بالضيق الشديد للإلحاح المستمر من الوالدين على المذاكرة .					
٣١-	أشعر بالضيق الشديد نتيجة الاهتمام الزائد بي من الوالدين أثناء الامتحانات .					
٣٢-	أفتقد للجو الأسري المناسب والمشجع علي للدراسة والمذكرة .					

٣٣-	أشعر بعدم الراحة في النوم وقت الامتحانات.					
٣٤-	أشعر بالصداع الشديد وقت الامتحان .					
٣٥-	أجد صعوبة في تناول الطعام والبلع صباح يوم الامتحان .					
٣٦-	تتزايد سرعة ضربات قلبي وقت الامتحانات .					
٣٧-	أشعر بحالة تعرق شديد وقت الامتحان .					
٣٨-	أشعر بالتعب الجسمي العام عند الامتحانات .					
٣٩-	أشعر ببرودة شديدة في جسمي أثناء الامتحانات .					
٤٠-	أشعر برغبة في القيء أثناء أداء الامتحان .					
٤١-	أشعر بالرعشة والرجفة في يداي خلال أداة الامتحانات .					
٤٢-	أشعر بتقلص للعضلات أثناء أداة الامتحان .					
٤٣-	أشعر بالأم في مختلف مناطق جسمي في فترة الامتحانات .					
٤٤-	أشعر بجفاف شديد في الحلق إثناء الامتحانات .					
٤٥-	أشعر بعدم القدرة على التركيز وقت الامتحانات .					
٤٦-	تقلقني حالة النسيان التي تبدو واضحة عندي وقت الامتحانات .					
٤٧-	أجد صعوبة في استيعاب دروسي وقت الامتحانات .					
٤٨-	أجد صعوبة لدي في القدرة على التفكير السليم وقت الامتحانات .					
٤٩-	أشعر بعدم القدرة على تذكر بعض المعلومات وقت الامتحان .					
٥٠	أجد صعوبة في بانتظام تفكيري أثناء أداء الامتحانات .					
٥١-	أشعر بالضيق لتدخل بعض المعلومات لدي وقت الامتحان .					
٥٢-	خوفي من الرسوب يعيق أدائي في الامتحانات.					