

## القلق الامتحاني وبعض الأساليب المتبعة للتخفيف منه (دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية الاقتصاد بجامعة تشرين)

الدكتور توفيق الداود\*  
الدكتورة ظريفة أبو فخر\*\*  
دارين حسن\*\*\*

(تاريخ الإيداع 11 / 12 / 2011. قبل للنشر في 27 / 5 / 2012)

### □ ملخص □

يظهر الخوف من الامتحان، أو بتعبير آخر: القلق الامتحاني، عند بعض الطلاب قبيل الامتحان أو في أثناءه، ويبدو الطالب القلق متوتراً وغير مستقر على حال، وعاجزاً عن الانتباه، ومشتت الفكر وسريع الانفعال والإثارة. أما أسباب الخوف الامتحاني فهي متعددة؛ منها الخوف من الفشل والرسوب والخوف من ردود فعل الأهل وضعف الثقة في النفس والرغبة في التفوق على الآخرين، وأنظمة الامتحانات السائدة، وأساليب دراسية خاطئة. ويظهر الخوف لدى الطلاب من أي امتحان يقرر مصير الطالب الدراسي. أما النتائج التي ينتهي إليها القلق الامتحاني فهي مختلفة من فرد إلى آخر. فأحياناً تكون له نتائج إيجابية حين يدفع الفرد إلى الدراسة لكي يواجه قلقه، ولكن في أغلب الأحيان تكون له نتائج سلبية حين يؤثر سلباً في القدرة على التركيز، واستدعاء المعلومات من الذاكرة كما أنه يسهم في تضيق مساحة الشعور؛ وهذا كله يسهم إلى درجة كبيرة في تخفيض المستوى التحصيلي للطلاب. فمثلاً بالنسبة إلى المستوى الدراسي يلاحظ أن المستويات النهائية تشعر بالقلق أكثر من المستويات الدنيا؛ وذلك نتيجة لشعور الطالب بالمسؤولية والتخوف من المستقبل، وقد يرجع ذلك إلى البطالة السائدة أو الخوف من عدم وجود وظيفة، أو الخوف من الحصول على معدلات متدنية مما يؤثر على مستقبله في حياته العملية، لهذا كله ينبغي على الهيئات الإرشادية أن تتدخل لمساعدة الطالب على مواجهة قلقه هذا، بحيث يبقى القلق ضمن حدوده الطبيعية .

الكلمات المفتاحية: القلق، الامتحان، القلق الامتحاني.

\* أستاذ مساعد - قسم علم اجتماع - كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة دمشق - سورية.

\*\* مدرسة - قسم المناهج وأصول التدريس - كلية التربية - جامعة دمشق - سورية.

\*\*\* طالبة دراسات عليا (دكتوراه) - قسم علم اجتماع - كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة دمشق - سورية.

## Examination Anxiety and Some Methods Used to Mitigate It

Dr. Tawfik Dawood\*  
Dr. Zareefa Abou fakhr\*\*  
Dareen Hasan\*\*\*

(Received 11 / 12 / 2011. Accepted 27 / 5 / 2012)

### □ ABSTRACT □

The fear of examination, or examination anxiety, shows up with students before or in the exam. And anxious students look tense, unstable, and unable to concentrate as well as they are distracted, irritable and excited. The reasons of fear towards examination are several, such as the fear of failure, the fear of the reactions of parents, the weakness of self-confidence, the desire to outdo the others, systems of examinations, prevailing obstacles to health and methods of wrong study. All of these manifest fear in students setting for any exam deciding their future. The results of the examination anxiety differ from one individual to another, sometimes they have positive results when a person inclines to study in order to face the his anxiety, but they often have negative results, when they lead to a negative impact on the ability to focus and recall information from memory. According to the education levels: it is remarkable that those in final stage feel more worried than the junior levels, that is due to student's feeling of responsibility and fear of future. We recommend that guidance organizations intervene to help the student to face this concern so that it remains within normal limits.

**Keywords:** anxiety, exam, examination anxiety.

---

\* Associate professor, Department of Sociology, Faculty of Arts and Humanities in University of Damascus, Syria

\*\* Assistant professor, Department of Methodologies, Faculty of Educational Sciences in University of Damascus, Syria.

\*\*\* Postgraduate Student, Department of Sociology, Faculty of Arts and Humanities in University of Damascus, Syria

**مقدمة:**

يعدّ القلق ظاهرةً قديمةً حديثة، صاحبت الإنسان منذ مولده الأول بيد أن هذا العصر الذي نعيشه، بما صاحبه من تغيرات وضغوط، جعل الإنسان يشعر بأن القلق يلزمه في كل جانب من جوانب حياته. غير أن جانباً من هذا القلق يمكن أن يكون خلاقاً إيجابياً. أما الجانب الأكبر فهو القلق الذي يعصف بمواهب الإنسان وإبداعاته، لذلك لا غرابة في أن نرى إجماعاً لدى معظم علماء النفس، مفادُهُ أن القلق هو المحور والمحرك الرئيس لجميع الأمراض النفسية، بل هو أيضاً أساس جميع الإنجازات الإيجابية في الحياة.

وقد أدرك علماء النفس منذ الخمسينات أهمية دراسة العلاقة بين القلق والتعلم، وكشفت كثير من نتائج الدراسات النقاب عن أن بعض الطلاب ينجزون أقل من مستوى قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتقويم، كمواقف الامتحانات، وأطلقوا على القلق في هذه المواقف تسمية قلق الامتحان test Anxiety باعتباره يشير إلى نوع من القلق العام الذي يظهر في مواقف معينة مرتبطة بمواقف الامتحانات والتقويم بصفة عامة؛ حيث نجد الطلاب في هذه المواقف يشعرون بالاضطراب والضييق والتوتر (الضامن، 2003).

وحيث إن الامتحانات تؤدي دوراً مهماً في حياة الطلاب؛ وهي أحد أساليب التقييم الضرورية، إلا أنه قد يرتبط بها ما يجعل منها مشكلة مخيفة ومقلقة. ويتخذ قلق الامتحان أهمية خاصة، نظراً لارتباطه الشديد بتحديد مصير الطالب ومستقبله الدراسي والعملي، ومكانته في المجتمع؛ ولذلك فهو يعدّ دراسةً حقيقيةً لكثير من الطلاب وأسره أيضاً، بل وبالنسبة للمجتمع، مما حدا بكثير من الاختصاصيين في هذا المجال إلى الاهتمام بدراسة قلق الامتحان (زهران، 2000).

تعدّ مشكلة قلق الامتحان من أهم و أعقد المشاكل النفسية التي تواجه ليس الطالب فحسب، وإنما تواجه الأسرة بأكملها أيضاً. فالضغوط النفسية التي تقع على عاتق أبنائها الطلاب سواء أكانت ضغوطاً أسرية متمثلة في رغبة الأسرة في تفوق أبنائها وحصولهم على أعلى تقدير، أم ضغوطاً متمثلة في المناهج المدرسية، ونظم الامتحانات، والتفاعل القائم بين الطالب والمدرسين والزملاء، والحرص على عدم الفشل، وارتفاع مستوى طموح الفرد، كل هذه الضغوط تتجسد في مشكلة قلق الامتحان، ومن الجدير بالذكر، أنه لا يوجد بيت من البيوت يخلو من مشكلة القلق الناشئ عن الامتحانات، وخصوصاً إذا كانت هذه الامتحانات تحدد مستقبل الإنسان وما تسببه من توتر لجميع أفراد الأسرة (الطيب، 1994).

ويتضح مما سبق أنّ الاهتمام بهذه الظاهرة يزداد؛ لا لكونها ظاهرة نفسية فقط، بل لأنها تتعدّى ذلك لتصبح شكلاً من أشكال الاضطراب. ومن هنا يلاحظ أن قلق الامتحان يعدّ أقرب إلى حالة القلق، ويرتبط بسمة القلق. ويعبر قلق الامتحان عن الحالة التي يصل إليها الطالب نتيجة الزيادة في درجة الانزعاج، والانفعالية من أداء الامتحان، وفي ضوء النظر إلى القلق كحالة أو كسمة، فإن قلق الامتحان يرتبط بقلق الحالة أكثر من ارتباطه بقلق السمة، وعليه يمكن أن يتحول قلق الامتحان كحالة إلى قلق الامتحان كسمة، إذا لم يُخَفَض من ذلك القلق ويُعمل على ترشيده.

**مشكلة البحث وتساؤلاته الرئيسية:**

القلق هو حالة انفعالية مركبة غير سارة، تمثل ائتلافاً أو مزيجاً من مشاعر الخوف المستمر والفرع والرعب، والانقباض والهم؛ نتيجة توقع شر وشيك الحدوث أو الإحساس بالخطر والتهديد من شيء ما مبهم غامض، يعجز المرء عن تبيّنه أو تحديده على نحو موضوعي، وقد يكون مبعث هذا الخطر أو التهديد الذي يؤدي بالفرد إلى القلق داخلياً؛

كالصراعات أو الأفكار المؤلمة، أو قد يكون خارجياً؛ كالخشية من شرور مرتقبة، ككارثة طبيعية، أو وجود عائق خارجي يؤدي إلى الإحباط، وغالباً ما يصاحب حالات القلق الحاد والمزمّن؛ استثارة وتغيرات فسيولوجية، كارتفاع ضغط الدم، وازدياد معدل خفقان القلب والتنفس، والعرق الغزير، وجفاف الفم، وارتعاش الأطراف، والشعور بالغثيان والاختناق. كما تتبدى بعض مظاهر القلق في الشرود الذهني، وصعوبة تركيز الانتباه، وتدهور القدرة على التفكير الموضوعي، والسيطرة والعمل والأرق والكوابيس؛ إضافة إلى التوتر العضلي والارتجاج والتحفز والنشاط الحركي؛ مما يؤدي بالفرد إلى الشعور بالإعياء وسوء التوافق. (هرمز، 1992).

كما إن هناك ما يسمى بالقلق العادي الذي يعاني منه أناس كثيرون في مواقف حيوية مختلفة؛ مثل الامتحان والخوف من الفشل الدراسي أو فشل الزواج، وهو أقرب إلى الخوف، ويكون واضح المصدر، وفي الغالب تكون له علاقة بالعالم الخارجي بما فيه من مصادر قلق مثل الخوف من التلوث البيئي أو الغذائي أو من المرض. أما النوع غير العادي من القلق، فهو ذاتي المنشأ وهو القلق المرضي؛ ويبدو أن ضحايا هذا المرض قد ولدوا باستعداد وراثي له، وهو يبدأ في العادة بنوبات من القلق تدهم المصابين دون إنذار سابق أو سبب ظاهر فالمريض يشعر بالقلق دون سبب واضح لديه، فهو يشعر بالتهديد دونما سبب، حيث يحس المريض بحالة من الخوف الغامض وغير المحدد وغير السار، وتوقع الأذى والخوف وفي هذه الحالة يكون مصحوباً ببعض الإحساسات الجسمية، وهو متكرر النوبات، ويشعر المريض بفراغ في فم المعدة أو ضيق في التنفس، والشعور بتزايد ضربات القلب والصداع والدوار والإعياء وعدم الراحة. (العزة، 1999). فقلق الامتحان من المواضيع النفسية الشائعة بين طلبة الجامعات، والتي ينتج عنها كثير من التوترات ويبدو نلك واضحاً في اتجاهاتهم و ردود أفعالهم. فالقلق الذي يعترى غالبية الطلاب قبل وفي أثناء الامتحانات هو أمر طبيعي وسلوك عرضي مألوف مادام في درجاته المقبولة، ويُعد دافعاً إيجابياً، وهو مطلوب لتحقيق الدافع نحو الإنجاز المثمر. أما إذا أخذنا أعراضاً غير طبيعية، كعدم النوم، وفقدان الشهية، وعدم التركيز، وكثرة التفكير في الامتحان، وعدم القدرة على استدعاء المعلومات من الذاكرة، والانشغال في النتائج المُرتقبة، فإننا نجد أن هذه الأعراض وغيرها تترك الطالب وتعرقل أداءه المطلوب في الامتحان، مما ينتج عنه قلق ما يسمى (بقلق الامتحان)، فهذه هي حالة قلق الامتحان التي ستركز عليها الدراسة الحالية والتأكيد على سبل الوقاية منها وعلاجها، مع توظيف وتوجيه القلق الدافع (الإيجابي) توظيفاً إرشادياً يؤدي إلى مزيد من الإنتاجية لجميع الطلاب في بيئة آمنة. وذلك انطلاقاً من المبدأ السيكولوجي والذي ينص على أنه كلما زاد القلق (القلق الطبيعي)، زاد مستوى التركيز والأداء، وكلما وصل القلق إلى مستوى القلق المرضي، أدى ذلك إلى تناقص التركيز. وستحاول هذه الدراسة إيجاد أفضل الطرق الإرشادية للتعامل مع حالات قلق الامتحان التي تعترى بعض الطلاب، مع تعزيز الجانب الوقائي ضد القلق لجميع الطلاب في المؤسسات التعليمية بشكل عام وستحاول هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات الآتية:

1\_ هل توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعات تعزى إلى متغير الجنس (ذكر، أنثى)؟

2\_ هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب وحالته الاقتصادية؟

3\_ هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب ومعدله التراكمي؟

## أهمية البحث وأهدافه:

تؤدي الاختبارات دوراً لا يستهان به في إيجاد حالة من القلق والتوتر تتمثل في المظاهر السلوكية والسيكولوجية التي تصيب معظم الطلاب والطالبات قبل أدائها. وتتمثل هذه الأهمية فيما يأتي:

### أولاً: الأهمية النظرية:

1\_ تكمن أهمية الدراسة في دراسة ظاهرة نفسية خطيرة يعاني منها الطلبة في نهاية مرحلة دراسية مهمة للغاية تنتقل خريجها إلى الحياة العملية أو المهنية.

2\_ إن دراسة قلق الامتحان قد تلقي الضوء على أسباب الاضطراب النفسي الذي يعترى بعض الطلبة دون الآخرين، بحيث يصبح قلق الامتحان وسيلة تشخيصية تنبؤية بما يمكن أن يكون عليه سلوك الطالب قبل الامتحانات وفي أثنائها.

### ثانياً: الأهمية العملية:

1\_ تساعد أولياء الأمور على التعرف عن قرب على الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية، وبالإضافة إلى ذلك معرفة حاجات ومطالب النمو ومطالب المرحلة التي يمر بها الطالب الجامعي، ومن ثم العمل على تلبية كل المطالب والحاجات وتحقيقها من أجل أن يمر الطالب في فترة الامتحان وهو يشعر بحالة نفسية وعصبية هادئة ومريحة.

2\_ تتيح هذه الدراسة المجال لاستحداث برامج ذات فعالية في مجال القلق وعلاجه.

3\_ تدريب الطلبة على فن إدارة الوقت والاستفادة الفعالة من الوقت.

## أهداف البحث:

- 1- التعرف إلى أسباب القلق الامتحاني (ضغوط نفسية \_ اجتماعية....الخ).
- 2- التعرف إلى العلاقة بين المستوى الاقتصادي للأسرة ومستوى القلق لدى الطلبة في جامعة تشرين.
- 3- التعرف إلى العلاقة بين المعدل التراكمي لدى الطلاب و مستوى القلق لديهم.
- 4- التعرف إلى الأساليب الناجعة لتجنب حالة القلق الامتحاني والوقاية منه.

## منهجية البحث:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لتحديد عوامل القلق ومستوياته لدى طلاب جامعة تشرين. ويندرج هذا البحث ضمن الدراسات الوصفية، التي تهدف بشكل عام إلى تحديد خصائص الظاهرة وتفسيرها لاستخلاص مضمونها، ثم الوصول إلى اقتراح حلول فيما يخص الموضوع.

## مصطلحات البحث :

**القلق:** يعرف القلق بأنه "حالة تؤثر تأثيراً شاملاً ومستمرّاً نتيجة لتهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصحبها خوف غامض وأعراض نفسية و جسمية"(عز الدين، 1998).

كما يعرف القلق أيضا بأنه "حالة تنشأ من الأفكار والأحاسيس التي لا تتسجم مع ما يتوقعه الإنسان في نفسه؛ فيشعر بأنه لم يعد مطلقاً سيداً لنفسه ومقدراً لمعياره" (هرمز، 1992). و يرى أدلر أن "القلق النفسي ترجع نشأته إلى طفولة الإنسان الأولى؛ كأنه يُشعرُ الفردَ بالقصور الذي ينتج عنه عدم الشعور بالأمن" (الفيومي، 1985).

**القلق الامتحاني:** يعرف سبيلبيرجر (Spielberger) قلق الامتحان بأنه "سمة شخصية في موقف محدد، ويتكون من الانزعاج والانفعالية، ويُعرفُ الانزعاجُ بأنه اهتمام معرفي يتمثل في الخوف من الفشل؛ بينما الحالة الانفعالية هي ردود أفعال الجهاز العصبي الأوتونومي ويمثل هذان المكونان (الانزعاج) و (الانفعالية) أبرز عناصر قلق الامتحان" (الداهري، 2005). ويعرفه بعضهم على أنه يشير إلى "الاستجابات النفسية والفسولوجية التي يربطها الفرد بخبرات الامتحان، فهو عبارة عن حالة خاصة من القلق العام الذي يتميز بالشعور العالي بالوعي بالذات مع الإحساس باليأس الذي يظهر غالباً في الإنجاز المنخفض للامتحان وفي كل المهام المعرفية والأكاديمية بصفة عامة" (الضامن، 2003).

**القلق إجرائياً:** حالة نفسية انفعالية تمر بصاحبها ردود فعل نفسية و جسدية غير معتادة، نتيجة لتوقع الفشل في الامتحان أو للخوف من الرسوب، و ردود فعل الأهل أو لضعف الثقة بالنفس. من خلال العرض السابق يتضح أن الباحثين قد اختلفوا في تعريفاتهم للقلق، فمنهم من ركز على الأعراض النفسية له، ومنهم من ذكر الأعراض الفيزيولوجية، وبعضهم جمع بين الأعراض النفسية والفيزيولوجية، لكن كل منهم لمس جانباً من جوانبه وغطى ناحية من نواحيه، وهذا أسهم بقوة في توضيح معنى القلق وتعريفه.

#### الإطار النظري والدراسات السابقة:

##### تفسير قلق الامتحان من وجهات النظر المختلفة في علم النفس التربوي :

أولاً: تفسير قلق الامتحان من وجهة النظر المعرفية: لقد حاولت نظريات حديثة كثيرة تفسير الإنجاز السيئ المرتبط بالقلق العالي للامتحان، ورأت أن التأثير النسبي للقلق في الموقف الاختباري هو دخول عوامل أخرى، حيث ينتج القلق العالي من استجابات غير مرتبطة بالمهام المطلوبة؛ مثل عدم التركيز، أو الاستجابات المركزة حول الذات التي تتنافس وتتداخل مع الاستجابات الضرورية المرتبطة بالمهام الأساسية ذاتها، والتي هي ضرورة للإنجاز الجيد في الموقف الاختباري، ولعل هذا يتمشى مع وجهة نظر واين (Wine) حيث يرى أن الأفراد ذوي القلق العالي من الامتحان يوزعون انتباههم على الأمور المرتبطة بالمهمة والأمور المرتبطة بالذات، في حين يرى أن أفراد ذوي القلق المنخفض للامتحان غالباً ما يركزون على الأمور المرتبطة بالمهام المطلوبة بدرجة أكبر. (سمور، 2006).

أما كولر وهولاهان (Culler & Holahan) فقد درسا القدرة العقلية وعادات الدراسة في الإنجاز الأكاديمي وقد وجد الباحثان أن لدى الطلبة أصحاب القلق العالي في الامتحان قدرات منخفضة وعادات دراسية سيئة؛ وعلى هذا، فإن جزءاً على الأقل من الإنجاز الأكاديمي السيئ لهؤلاء الطلبة ربما يعود إلى معرفة أقل بالمواد الدراسية.

(Culler, R & Holahan, C, 1980)

ثانياً: تفسير قلق الامتحان من وجهة نظر معالجة المعلومات: قدم بنجمين وزملاؤه نموذج معالجة المعلومات الذي يزودنا بمفاهيم مفيدة في تحليل موقف الامتحان ووفقاً لهذا النموذج يعود قصور الطلبة ذوي القلق العالي من الامتحان إلى مشكلات تعلم المعلومات أو تنظيمها، أو مراجعتها قبل الامتحان، أو استدعائها في موقف الامتحان

ذاته، أي إنهم يُرجعون الانخفاض في التحصيل عند الطلبة ذوي القلق العالي في موقف الامتحان إلى قصور في عملية الترميز، أو تنظيم المعلومات، أو استدعائها في موقف الامتحان. (الكعبي، 1997).

**ثالثاً: تفسير قلق الامتحان من وجهة النظر السلوكية:** يرى السلوكيون أن الأفراد يستخدمون استراتيجيات تكيفية، منها إيجابية ومنها سلبية، لدى تفاعلهم مع الأوساط المحيطة بهم وما تفرضه عليهم من ضغوط ومشكلات. وقلق الامتحان إستراتيجية سلبية تتمثل في الانسحاب النفسي والجسدي من الوضع المثير، وتتبدى هذه الإستراتيجية في أنماط سلوكية متنوعة مثل التعرق وزيادة إفراز الأدرينالين والبكاء وعدم القدرة على التعلم والكتابة والتشنج. (عصفور، 1994).

### الدراسات السابقة:

الدراسات المحلية: 1\_دراسة أمطانيوس مخائيل، دراسة لمقياس القلق بوصفه حالةً و سمة على عينة من طلبة الجامعات السورية، منشورة في مجلة جامعة دمشق، العدد 2، 2003.

هدفت الدراسة إلى إعداد صورة عربية لمقياس حالة القلق وسمة القلق؛ تستمد من الصورة الأجنبية المعدلة والأحداث له الصورة y ودراسة خصائصها القياسية، و تألفت عينة الدراسة من مجموعات متعددة؛ وهي عينة مؤلفة من 32 طالباً و طالبة من طلبة دبلوم التأهيل التربوي في جامعة دمشق الحائزين على الإجازة في اللغة الإنكليزية، و 36 طالباً و 47 طالبة من طلبة الإجازة في التربية بجامعة دمشق لدراسات الثبات بطريقة الإعادة، و بينت نتائج الدراسة أن هناك 37 بنداً من أصل 40 بنداً تنتسب بعامل واحد يمكن تسميته بعامل القلق، مما يشير إلى أن المقياس بصورته العربية أحادي البعد؛ كما هي الحال في الصورة الأجنبية. في الوقت نفسه أتاح التحليل العملي استخلاص ثمانية عوامل تقدر 42,36% من نسبة التباين الكلية. فبالنسبة لدراسة مخائيل عن دراسته لمقياس القلق بوصفه حالةً و سمة على عينة من طلبة الجامعات السورية، فإنها تتفق مع موضوع الدراسة الحالية في تناولها مقياس القلق، لدى طلبة الجامعات، وتختلف عن الدراسة الحالية في أنها تركز على قياس القلق الامتحاني لدى طلاب جامعة (تشرين).

الدراسات العربية: 1\_ فادية كامل حمام، القلق لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعات المصرية وعلاقته بسمات الشخصية وبعض المتغيرات الأخرى، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، العدد الخامس، المجلد الرابع، 1993.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القلق لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعات المصرية في علاقته بالمتغيرات السيكولوجية التي تم قياسها في الدراسة الحالية، ودراسة العلاقة بين القلق وبعض المتغيرات الأخرى، كالتنشئة الاجتماعية والمناخ الدراسي، والتعرف على الفروق بين الإناث والذكور في العلاقة بين القلق (الحالة والسمة) والتنشئة الاجتماعية، والتعرف على الفروق في القلق بين طلاب الأقسام العلمية وطلاب الأقسام الأدبية وتحصيلهم الدراسي. وبلغ حجم العينة الكلية والتي تتوفر فيها شروط العينة (1674) طالباً وطالبة من كليات نظرية وعملية مختلفة فقد تم اختيار كليتي الآداب والتربية لتمثلا الكليات النظرية، وكلية العلوم لتمثل الكليات العملية وهذه الكليات تتوزع على جامعات: الأزهر، وعين شمس، والمنصورة، والمنيا، والزقازيق وذلك من الصف الأول حتى الرابع الجامعي. ومن أدوات الدراسة مقياس آراء الأبناء في معاملة الوالدين ومقياس القلق ( الحالة، السمة)، ومقياس المناخ الدراسي ومقياس ( كاتل ) الصورة؛ وقد استخدم اختبار "ت" المتوسطات والانحرافات، و معاملات الارتباط وتحليل التباين، والتحليل العملي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) بين أساليب التنشئة الخاطئة التي يتبعها الوالدان، وسمة القلق ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في بعض أساليب التنشئة فيما يتعلق

بتنشئة الوالدين (التقبل، التسامح واللين، الاستقلال وحرية التصرف) وكان لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث لصالح الإناث في القلق (الحالة، السمة).

2\_ دراسة محمد حسن المطوع، التوازن النفسي لطلاب وطالبات المرحلتين الإعدادية والثانوية وعلاقته بالدافع للإنجاز و الاتجاه نحو الاختبارات و تقدير الذات بدولة البحرين، منشورة في مجلة جامعة الملك سعود، العدد 1/، 1996.

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التوازن النفسي وبعض المظاهر مثل الدافعية للإنجاز، والاتجاه نحو الاختبارات، و تقدير الطلاب لذواتهم في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية (الجنس، المرحلة التعليمية، الصف الدراسي، المستوى الاقتصادي والاجتماعي، العمر الزمني، ترتيب الطالب في الأسرة). وتكونت عينة الدراسة من 107 طلاب في المرحلتين الإعدادية والثانوية: 50 ذكراً و 57 من الإناث، و استخدم الباحث أربع أدوات؛ هي مقياس التوازن النفسي و مقياس الاتجاه نحو الاختبارات و مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس تقدير الذات، وقد توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط دال ما بين تقدير الذات والاتجاه نحو الاختبارات لعينة الدراسة الإجمالية عند مستوى ثقة 0,05 كما يوجد ارتباط موجب دال ما بين تقدير الذات و الدافع إلى الإنجاز لعينة الدراسة الإجمالية عند مستوى ثقة 0,05 ولا توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في كل من متغير التوازن النفسي و الدافع إلى الإنجاز وتقدير الذات والاتجاه نحو الاختبارات.

3\_ دراسة نائل إبراهيم أبو عذب، فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية \_غزة، 2008م.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر بعض المتغيرات النفسية والديمغرافية على مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة، في ضوء سبعة متغيرات هي: الجنس، التخصص، مستوى تعليم الأب، ومستوى تعليم الأم، ومكان السكن، والترتيب الولادي للطلاب، وحجم أفراد الأسرة، كما هدفت إلى التعرف على مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة، وقد تم تطوير استبانة من (52) فقرة لقياس مستوى قلق الطلبة في امتحان الثانوية العامة، كما تم توزيع هذا المقياس على عينة عشوائية طبقية بلغت (542) طالباً وطالبة من مدارس الثانوية العامة بفرعيها الأدبي والعلمي، ثم اختير من هذه العينة أكثر الطلاب الذين سجلوا أعلى درجات على مقياس قلق الامتحان، حيث تم اختيار (30) طالباً، توزعوا على مجموعتين، حيث شملت المجموعة التجريبية (15) طالباً، وشملت المجموعة الضابطة (15) طالباً وتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم. واختبار صحة فرضيات الدراسة استخدم الباحث النسب المئوية واختبار التات البارامترى (One Sample (Test\_ T Test، واختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova)، واختبار شفيه للمقارنات البعدية، واختبار ويلكوكسون واختبار مان وتني. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- 1\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث، ولمتغير المستوى التعليمي للأب.
- 2\_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في متوسطات درجات مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة بمحافظة غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأم، لمتغير المستوى التعليمي للطلبة.

**الدراسات الأجنبية: 1\_ دراسة (Hodge,1996): "بعنوان أثر قلق الامتحان على الروح المعنوية لطلبة**

الثانوية العامة": هدفت الدراسة إلى تفصي أثر قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة في مقاطعة ويلز الجنوبية في بريطانيا، وقد تكونت العينة من (234) طالباً ثانوياً، وقد استخدم الباحث مقياس القلق الخاص، واستبانة الوصف الذاتي لجمع البيانات، وقد استخدم الباحث لاختبار صحة الفروض اختبار التات، واختبار تحليل التباين الأحادي، ولقد أظهرت النتائج أن لدى طلاب الثانوية العامة درجة كبيرة من القلق والتوتر، كما أظهرت أن قلق الامتحان يؤثر تأثيراً كبيراً على مستوى الروح المعنوية لدى طلاب المرحلة الثانوية. 2\_ دراسة (Bender,Betz,1981): بعنوان الجنس وعلاقته بقلق السمة في مادة الرياضيات، وعلاقته بقلق الامتحان: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين كل من الجنس ودور الجنسين بقلق السمة في الولايات المتحدة الأمريكية، كما شملت تلك الدراسة قياس قلق مادة الرياضيات وقلق الاختبار؛ بالإضافة إلى قياس سمة القلق لدى عينة قوامها (56) شخصاً وقد أظهرت النتائج أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث، أي أن الإناث يَكنُّونَ أكثر قلقاً.

**التعقيب على الدراسات السابقة:**

**من حيث الموضوع:** لقد تناولت معظم الدراسات العربية والأجنبية موضوع قلق الامتحان وعلاقته ببعض المتغيرات، مثل دراسة (حمام، 1993) التي تناولت قلق الامتحان وعلاقته بسمات الشخصية، ودراسة (Bender,1981) قلق الامتحان وعلاقته بالجنس. فيما تناولت بعض الدراسات مثل: دراسة أمطانيوس مخائيل موضوع بناء مقياس قلق الامتحان، بينما تناولت دراسة نائل أبو عزب موضوع قلق الامتحان كمشكلة تحتاج إلى تدخل، وأعدت برامج إرشادية للتخفيف منه. فيما تناولت دراسة (المطوع، 1996) التوازن النفسي وعلاقته بتقدير الذات والاتجاه نحو الاختبار.

**من حيث الأهداف:** تباينت الدراسات السابقة العربية والأجنبية في أهدافها؛ ففي حين كانت تهدف معظم الدراسات إلى بحث علاقة قلق الامتحان ببعض المتغيرات مثل: دراسة (فادية حمام) التي تناولت علاقة قلق الامتحان بالتنشئة الاجتماعية والمناخ الدراسي، ودراسة (Bender) للكشف عن العلاقة بين كل من الجنس وقلق السمة ودور كل من الجنسين وعلاقته بقلق السمة. وبينما كانت الدراسات السابقة تهدف إلى ماتقدم ذكره، فإننا نجد دراسة المطوع قد هدفت التعرف إلى طبيعة العلاقة بين التوازن النفسي والاتجاه نحو الاختبارات، في حين تناولت دراسة (أبو عزب) أثر المتغيرات النفسية والديمغرافية على مستوى قلق الامتحان، إضافة إلى تعرف مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الامتحان، بينما دراسة (Hodge) هدفت التعرف إلى أثر قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة، بينما دراسة أمطانيوس مخائيل هدفت إلى دراسة الخصائص القياسية لمقياس القلق.

**من حيث العينات:** لقد أجريت معظم الدراسات في بيئات عربية (مصر، سوريا، فلسطين، البحرين) في حين أن دراساتٍ أخرى قد أجريت في بيئات أجنبية في الولايات المتحدة وغيرها من الدول الغربية، و اختلفت الدراسات في تناول عينة الدراسة؛ ففي حين اختارت معظم الدراسات المرحلة الثانوية كدراسة (المطوع)، (أبو عزب)، (Hodge) فإننا نجد في المقابل اختيار المرحلة الجامعية عند كل من (حمام)، (مطانيوس). واتفقت معظم الدراسات على النوع (ذكر، أنثى) الذي أجريت عليه الدراسة، واختلفت الدراسات السابقة فيما بينها في حجم العينات المستخدمة في الدراسة فقد بلغ أصغر حجم عينة مستخدمة في الدراسات السابقة (56) فرداً كدراسة (Bender)، بينما بلغ أكبر حجم للعينات في الدراسة السابقة (1674) فرداً، مثل: دراسة (حمام).

**الأساليب الإحصائية المستخدمة:** اتفق كثير من الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استخدام أساليب إحصائية متنوعة مثل: المتوسطات الحسابية، النسب المئوية، والانحرافات المعيارية، ومعاملات الارتباط، واختبار التات(ت)، وتحليل التباين الأحادي والثنائي.

**من حيث النتائج:** اتفق معظم الدراسات مع الدراسة الحالية على وجود فروق جوهرية بين الجنسين في مستوى قلق الامتحان لصالح الإناث (كدراسة حمام)، (أبو عزب)، (Bender). بينما أظهرت الدراسات التي أعدت برامج إرشادية لتخفيف قلق الامتحان فعالية كبيرة، وحقت نجاحاً ملحوظاً في هذا المجال كدراسة (أبو عزب).

من خلال التعليق السابق على الدراسات، تمت الاستفادة من اختيار منهج الدراسة، وتحديد العينة المستخدمة في الدراسة، كما استفيد من المعلومات الواردة في الدراسات في بناء مقياس قلق الامتحان؛ إضافة لما توصلت إليه الدراسات من توصيات ومقترحات في مجال قلق الامتحان.

**المشكلات التي تواجه طلاب جامعة تشرين وتسبب في شعورهم بالقلق:** قد يسمى هذا العصر بعصر القلق؛ نظراً لما يشهده من ثورة تقنية، وما احتوته هذه الثورة من مثيرات حسية ومعنوية، قد تبعث في كثير من الأحيان الإحساس بالتوتر والضييق، لكن القلق في الواقع ليس حديثاً أو وليداً لهذا العصر فقط؛ وإنما هو قديم قدم الإنسان، وإن كلاً من الخوف والقلق ما هما إلا انفعال إنساني ظهر منذ القدم كرد فعل طبيعي؛ وأيضاً كآلية تكيفية تجاه المواقف التي يصادفها الإنسان، والتي تتسم بالخطر. ومما لاشك فيه أن فرويد رائد التحليل النفسي قد أسهم كثيراً في تفسير وتحليل القلق؛ حيث أشار إلى أن القلق يمثل نوعاً من الانفعال غير السار؛ يكتسبه الفرد ويكوّنه خلال المواقف التي يصادفها، وأن القلق يختلف عن بقية العواطف الأخرى مثل الغضب والاكتئاب النفسي، وذلك لما يسببه القلق من تغيرات فسيولوجية داخلية في الإنسان، وأخرى خارجية تظهر عليه ملامحها بوضوح، وتظهر أهمية قلق الاختبار في أهمية المواقف التي يتعرض لها الفرد في المجتمع؛ فالالتحاق بالجامعة والحصول على الوظيفة المناسبة والترقي في مجال العمل ما هي إلا نماذج من المواقف التي يمر بها الفرد، والتي قد لا يحصل عليها إلا بعد اجتيازه الاختبارات الخاصة بها، وقد يعني هذا ضرورة تعرض الفرد لبعض من الاختبارات، يتخذ على ضوء نتائجها بعض القرارات المهمة في حياته. وقد وجد ميلر (Miller) أن القلق المصاحب لهذه المواقف إنما يعتمد بدرجة كبيرة على بعض الخصائص التي يتمتع بها الفرد مثل نسبة ذكائه، و قدرته على التحصيل ومفهومه عن ذاته، ومستواه الاقتصادي والاجتماعي، وكذلك مقدار ما لديه من دافعية. وبالإضافة إلى هذه العوامل، فقد وجد أيضاً أن قلق الاختبار يتأثر ويرتفع لدى بعض الأفراد من خلال تحديد الوقت اللازم لإنهاء الموقف الاختباري، وكذلك تذكير الفرد بعدد مرات الفصل التي يتعرض لها من قبل. كما أوضحت هذه الدراسات أيضاً أن قلق الاختبار يرتبط بمفهوم الذات حيث إن الفرد الذي يتسم بالقلق المرتفع هو شخص متمركز حول ذاته، و هو شخص يتسم أيضاً باللوم الكبير لنفسه. (المطوع، 1996).

شهدت الأعوام الثلاثون الأخيرة نشاطاً ملحوظاً في مجال قلق الاختبار ويعدّ ماندلر وسارسون (Mandler & Sarason) الباحثين الأوّلين اللذين قاما بمحاولة لدراسة قلق الاختبار حيث تركّز اهتمامهما حول بناء وسيلة أو مقياس للتمييز بين ذوي القلق المرتفع وذوي القلق المنخفض؛ حتى تسهل عملية المقارنة بين هاتين المجموعتين من المواقف الاختبارية. وأشارت نتائج الدراسة التي قام بها الباحثان إلى أن أداء المجموعتين يختلف باختلاف درجة القلق المصاحبة للموقف الاختباري، وقد قدم الباحثان نموذجين لدرجة تأثير القلق على أداء الفرد؛ حيث يوضح النموذج الأول منهما أن الدوافع المرتبطة بالموقف الاختباري إنما تعمل على حث واستثارة الاستجابات المناسبة التي لها علاقة بالموقف الاختباري. أما في النموذج الثاني؛ فقد أوضح الباحثان أن القلق يسهم فيه دور المعرفة

للسلوك؛ نظراً لما يستثيره من استجابات مناسبة واستجابات غير مناسبة لموقف الاختبار؛ مما يؤدي إلى التقليل والإضعاف من كفاءة الأداء وقد حاول سارسون (sarson) تعديل وجهة نظره عن القلق في دراسة أجراها مع دوريس (dories) حيث تبين أن لوم الذات هو المسؤول عن ضعف الأداء لدى الأفراد الذين يتسمون بالارتفاع في درجة القلق المصاحب للمواقف الاختبارية، وقد حاول الباحثان تأكيد وجهة نظرهما هذه من خلال الافتراض البديهي أن كلاً من القلق ولوم الذات يظهر في المواقف المصحوبة بالفشل والإحباط، وأشارا إلى أن ظهور الاستجابات غير المناسبة في المواقف الاختبارية يكون استجابات سلبية للموقف الاختباري، متمركزة حول الذات؛ نظراً للتهديد الشديد الواقع عليها من الموقف التعليمي.

وأوضح فيليبس (phlips) وآخرون في دراستهم أن قلق الاختبار يتكون من عاملين هما: القلق والانفعالية، وقصدوا بالقلق نقص الثقة في النفس بينما عرفوا الانفعالية بأنها الاستجابات غير الإرادية المصاحبة للموقف، وقد قام كل من ليبيرت وموريس (lebart&mories) بأول محاولة عاملية في قلق الاختبار بهدف الوصول إلى العوامل التي يتكون منها وقد أسفرت نتائج هذه الأبحاث عن وجود عاملين لقلق الاختبار هما الاضطرابية والانفعالية واعتبر الباحثان الاضطرابية المكون العقلي الذي يؤثر على أداء الفرد، بينما الانفعالية تشير إلى رد الفعل التلقائي للضغط النفسي، الذي يستثيره الموقف التقويمي، ولقد أضاف الباحثان أيضاً أن الانفعالية لا تتدخل في الفرد؛ في حين أن الاضطرابية هي المسؤولة عن تقليص الأداء لدى الفرد، بما تبعثه في الكثير من الأحيان من استجابات لا تكون مناسبة ولا صلة لها بالموقف الاختباري. (الكيال، 1973).

## النتائج والمناقشة:

### عينة الدراسة:

تم اختيار عينة عشوائية من طلاب السنة الرابعة في كلية الاقتصاد في جامعة تشرين، موزعة على خمسة تخصصات، حيث تم الاتصال بهم من خلال توزيع الاستبيانات مباشرة على الطلاب، و حيث تم توزيع 500 استبانة وبلغ عدد الاستبيانات الصالحة للتحليل 423 استبانة بمعدل استجابة 84.6% وقد بلغت نسبة الذكور 44.6% بينما بلغت نسبة الإناث 55.4% بمتوسط عمري 21 سنة.

### أدوات الدراسة:

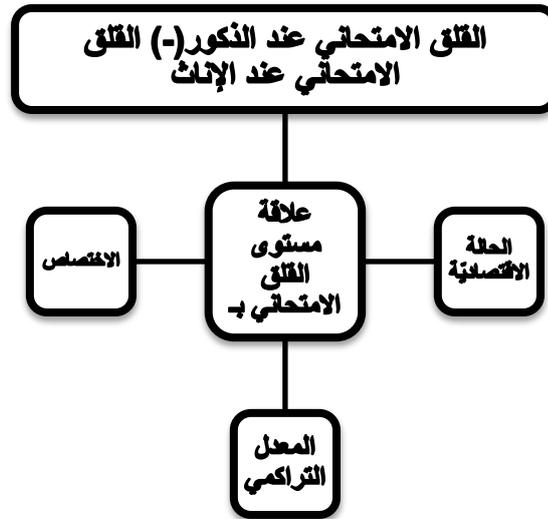
**الاستبانة:** وهي عبارة عن نموذج يضم مجموعة من الأسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات أو مواقف. ومن خلال الاستمارة واستمارة المقابلة تم جمع بيانات الدراسة اللازمة للإجابة عن تساؤلات الدراسة وتحقيق أهدافها. فقد قامت الباحثة ببناء مقياس جديد لقلق الامتحان بعد الاطلاع على كثير من الدراسات السابقة والبحوث في مجال قلق الامتحان، مثل مقياس قلق الامتحان (محمد حامد زهران)، ومقياس قلق الامتحان (لسارسون). ويقاس مقياس الدراسة الحالية أهم الأعراض التي تميز قلق الامتحان وعدد فقراته (16)، إضافة إلى قياس متغير الحالة الاقتصادية على عوامل القلق عند الطلاب وعدد فقراته (7)، وتأثير متغير المعدل التراكمي على عوامل القلق عند الطلاب وعدد فقراته (8).

**الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:** قامت الباحثة بتفريغ وتحليل المقياس من خلال البرنامج الإحصائي (Spss) وتم استخدام الاختبارات الآتية: 1\_ التكرارات والنسب المئوية. 2\_ اختبار ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس. 3\_ اختبار استوديننت لقياس الفرق بين متوسطي مجموعتين. 4\_ اختبار المطابقة كحالة خاصة من حالات

اختبار كاي مربع. 5\_ معاملات الارتباط لقياس صدق المقياس الداخلي للفقرات. 6\_ مقاييس النزعة المركزية (الانحراف، والمتوسطات والتباين).

### فرضيات الدراسة:

يمكن التعبير عن الفرضيات من خلال النموذج الموضح في الشكل رقم (1) والذي تمت صياغته بناءً على العرض النظري السابق:



الفرضية الأولى: قد توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث بالنسبة للقلق الامتحاني.

الفرضية الثانية: قد توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب وحالته الاقتصادية.

الفرضية الثالثة: قد توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب ومعدله التراكمي.

تم إعداد الدراسة الميدانية وفق الخطوات المنهجية الآتية:

أ- ثبات Reliability المقاييس المستخدمة في الدراسة:

ويقصد بثبات المقياس دقته واتساقه وإطراده فيما يقيسه من معلومات عن سلوك واتجاهات المستقصى منهم. ويمكن التحقق من ثبات واتساق المقياس من خلال تطبيق المقياس نفسه على نفس المستقصى منهم؛ وهو ما يعرف بطريقة إعادة الاختبار Test Retest. غير أن كرونباخ (Cronbach) اقترح معادلة تعتمد على متوسط معاملات الارتباط بين البنود The Average of Inter-item Correlation وقد أطلق عليها ألفا، Alpha Coefficient لاختبار ثبات أو تجانس Homogeneity المقياس واتساقه الداخلي Internal Consistency؛ حيث يشير المعامل إلى أنه كلما كان (%80) فأكثر دل على الثبات والاتساق الداخلي للمقياس المستخدم.

نتائج التحليل الإحصائي لاختبار ثبات المقاييس المستخدمة في الدراسة:

كشفت نتائج اختبار الثبات (الاتساق الداخلي) لمقياس مستوى القلق لدى طلاب كلية الاقتصاد في جامعة تشرين، كما هو مبين في الجدول الآتي، أن المقياس يتسم بالثبات والاتساق الداخلي في ظل الواقع التعليمي الحالي في الجامعة، ألفا كرونباخ لمقياس مستوى القلق الامتحاني يساوي إلى (0.90):

اختبار الثبات (الاتساق الداخلي) لمقياس مستوى القلق الامتحاني في كلية الاقتصاد جامعة تشرين

N of Items	Cronbach's Alpha
16	.907

المصدر: مخرجات Spss بناءً على الدراسة الميدانية.

والذي يدل على الثبات هو أنّ المقياس كان يقل عن 0.907 كلما تمّ حذف أحد البنود، ونجد أنّ قيمة ألفا أكبر من 0.80 وهو الحد الأدنى المقبول وبحسب كرونباخ ، نلاحظ الجدول الآتي:

جدول رقم (1) يبين نتائج مقياس ألفا كرونباخ عند حذف البنود

Cronbach's Alpha if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Scale Variance if Item Deleted	Scale Mean if Item Deleted	
كرونباخ في حال حذف العبارات	استخدام كامل العبارات	مقياس التباين في حال حذف العبارات	متوسط المقياس في حال حذف العبارات	
.900	.646	54.378	32.1489	أعاني كثيراً من الصداع
.902	.573	56.377	32.0071	يكون نمومي مضطرباً
.903	.557	55.715	32.0757	أعاني من الخوف بدون سبب ظاهر
.895	.769	53.213	32.0709	تكون شهيتي للأكل ضعيفة
.906	.470	56.968	32.1584	أشعر بألني عصبي و متوتر
.898	.741	55.473	31.9078	أميل إلى البكاء
.904	.509	57.568	32.1915	أجد صعوبة في الاستمتاع بالنشاطات اليومية
.896	.772	54.498	32.0047	أفقد اهتمامي بالأشياء
.902	.581	55.356	32.2861	أشعر بأني شخص قليل الأهمية
.899	.694	55.293	32.1111	اشعر بإرهاق و فتور في جميع الأوقات
.895	.783	53.935	32.2861	أشعر بمضايقات في معدتي
.901	.618	56.183	32.1348	أشعر بالتعب لأقل مجهود
.900	.646	54.378	32.1489	أكون سريع الغضب و الانفعال
.900	.646	54.378	32.1489	أتعرق بشكل كبير
.906	.471	57.018	32.3310	أنام أكثر من المعتاد
.904	.535	55.541	32.2553	أشعر بالآلام عامة في الجسم.

المصدر: مخرجات Spss بناءً على الدراسة الميدانية.

## ب- اختبار فرضيات الدراسة ومناقشتها:

## a. اختبار صحة الفرضية الأولى:

بينت نتائج اختبار الفرضية الأولى للدراسة، أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث بالنسبة للقلق الامتحاني في كلية الاقتصاد، واختبار صحة هذه الفرضية، تم إجراء اختبار ستودنت للفرق بين متوسطي مجموعتين Independent Samples Test، حيث تم استخدام T ستودنت كون حجم العينة كبير؛ بالتالي، فإن توزيع المعاينة يخضع للتوزيع الطبيعي المعياري، و بالتالي يمكن استخدام اختبار معلمي في هذه الحالة على الشكل الآتي:

جدول رقم ( 2 ) يبين نتائج اختبار ت- ستودنت للفرق بين الذكور والإناث في جامعة تشرين فيما يتعلق بمستوى القلق

Std. Error Mean متوسط الانحراف المعياري للأخطاء	Std. Deviation الانحراف المعياري	Mean المتوسط	N عدد المفردات	النوع	فرضية 1
.02802	.37908	1.8327	183	ذكر	
.03177	.49220	2.3669	240	أنثى	

يلاحظ أن متوسط استجابات الذكور بالنسبة لمستوى القلق أقل منه عند الإناث ولمعرفة معنوية الفرق لاحظ

الجدول الآتي:

جدول رقم ( 3 ) يبين نتائج اختبار معنوية الفرق

95% Confidence Interval of the Difference مجال الثقة الخاص بالفروض والقيمة الاختيارية		t-test for Equality of Means الاختبار المتعلق بتساوي المتوسطات					Levene's Test for Equality of Variances		فرضيات تساوي التباينات	الفرضية الأولى
الحد الأعلى Upper	الحد الأدنى Lower	Std. Error Difference الانحراف المعياري للأخطاء	Mean Difference الفرق عن المتوسط الاختباري	Sig.(2-tailed) قيمة مستوى الدلالة المحسوب	Df درجة الحرية	قيمة T إحصائية	احتمال الدلالة Sig.	F		
-44808-	-62047-	0.04385	-.53428-	0	421	-12.184-	0	63.71	Equal variances assumed	
-45101-	-61755-	0.04236	-.53428-	0	420.953	-12.612-			Equal variances not assumed	

المصدر: مخرجات Spss بالاعتماد على بيانات الدراسة الميدانية.

يلاحظ من خلال الجدول رقم (3) أن الاختبار يجري في حالتين الأولى تفترض تساوي تباين المجتمعين الذين أخذنا منهما العينتين؛ أي تباين مستوى القلق لدى الذكور يساوي تباين مستوى القلق لدى الإناث. أما الحالة الثانية

فتفترض عدم تساوي التباينات. ففي الحالة الأولى فإن قيمة الـ (2-tailed)  $\text{Sig.} = 0$ ، تؤدي إلى رفض الفرض العدم بمستوى دلالة 5%، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط مستوى القلق بحسب النوع، وكذلك في الحالة الثانية عند 1% قيمة الـ (2-tailed)  $\text{Sig.} = 0$  وهي أصغر من مستوى الدلالة، أما بالنسبة للاختبار الخاص بتجانس البيانات فيعطي قيمة الـ  $\text{Sig.} = 0$ ، وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05، تدعونا لرفض الفرضية العدم القائلة بتجانس (تساوي) ت المجتمعين المأخوذة منهما العيّتان. فاختلاف مستوى القلق بين الذكور و الإناث قد يعود إلى ما يترتب عليه من أدوار وعادات وتقاليد يقوم بها الذكر زيادةً على الأنثى. فالطالب يستطيع أن يشغل وقت فراغه خارج المنزل، وبالتالي يستطيع أن يروح عن نفسه بطرق عديدة، بينما الطالبة وحسب العادات والتقاليد، فإن دورها الأنثوي في المجتمع لا يسمح لها بالخروج من البيت إلا في حدود، وبالتالي تقوم الطالبة بالاهتمام بشغل وقت الفراغ من خلال اهتمامها بالدراسة، حيث تقضي أوقاتاً كثيرةً في الدراسة تفوق الأوقات التي يقضيها الطالب وبالتالي تكون تحت ضغط المذاكرة والدراسة وهنا يزداد عندها القلق والتوتر. " فالرجال والنساء لا يستجيبون بالقدر ذاته من القلق لنفس المؤثرات. ليس ذلك لأن الرجل أقوى من المرأة أو العكس، وإنما لأن تكوينهما العضوي والنفسي والوظيفي مختلف. كما أن المؤثرات الاجتماعية من تربية وعادات وتقاليد وقيم وأعراف وأدوار حياتية جميعها تهَيئ الجنسين لاستجابات متباينة". (السباعي، 1996).

كما أن طبيعة الذكر (الطالب) (الخشونة، القوة) تقلل من الخوف والرهبه لديه، حيث يحاول جاهداً عدم إظهار أي من الأعراض المختلفة لقلق الامتحان؛ بينما، على النقيض، فإن طبيعة الأنثى (الطالبة) تميل إلى الخوف والارتباك على مستقبلها، فهي مرهفة الحس، تتأثر سريعاً بالعوامل النفسية والانفعالية و تزداد درجة حدة القلق والتوتر لديها. كما أن زيادة مستوى قلق الامتحان عند الطالبات يرجع إلى قيام الطالبات بالأعمال المنزلية بجانب الدراسة، وهو ما يُعيقُ عملية الدراسة عند الطالبة، وبالتالي ينشأ القلق والتوتر عند الطالبة نتيجة عدم التوفيق بين متطلبات الأعمال المنزلية، والدراسة. ومن هنا ينشأ القلق والتوتر، وتزداد حدته كلما اقتربت فترة الامتحانات.

#### b. اختبار صحة الفرضية الثانية:

أثبتت نتائج اختبار الفرضية الثانية، أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب وحالته الاقتصادية، وبهدف التحقق من الفرضية تم استخدام اختبار المطابقة كحالة خاصة من حالات اختبار كاي- مربع  $\text{Chi-Square}$ :

جدول رقم (4) يبين نتائج اختبار  $\text{Chi-Square}$  على بيانات الدراسة\*

Asymp. Sig. (2-sided)	Df	Value	
.000	51	694.458 <sup>a</sup>	Pearson Chi-Square
.000	51	612.689	Likelihood Ratio
.000	1	159.107	Linear-by-Linear Association
		423	N of Valid Cases

المصدر: مخرجات Spss بالاعتماد على بيانات الدراسة الميدانية.

\* a. 33 cells (45.8%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .55.

يُلاحظ من الجدول أنّ قيمة احتمال مستوى الدلالة تساوي إلى (0)، بالتالي نقبل الفرض البديل الذي يقول: "توجد علاقة وهي ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب وحالته الاقتصادية" ويهدف معرفة طبيعة العلاقة تم استخدام مقياس كيندال ب- الآتي Kendall's tau-b :

جدول رقم ( 5 ) يبين نتائج قياس شدة العلاقة بين مستوى القلق والحالة الاقتصادية

Approx. Sig.	Asymp. Std. Error <sup>a</sup>	Value		
.000	.032	-.542-	Kendall's tau-b	Ordinal by Ordinal
		423	N of Valid Cases	

المصدر: مخرجات Spss بالاعتماد على بيانات الدراسة الميدانية.

يُلاحظ أنّ قيمة معامل الارتباط كيندال ب- يشير إلى علاقة عكسية بين مستوى القلق الامتحاني والحالة الاقتصادية؛ أي أنّ ارتفاع القلق ربما يعود إلى سوء الحالة الاقتصادية للأسرة، بمعامل ارتباط سالب -0.542 حيث تبين أنّ قيمة احتمال مستوى الدلالة 0.00 أصغر من 0.05 و بالتالي فإن المعامل المقاس مقبول إحصائياً. هذا بالإضافة إلى أن مجتمع الجامعة يشتمل على مستويات مختلفة في الأنماط والثقافات، وأيضاً من ناحية المستوى الاقتصادي وهو ما يجعل الطلاب ذوي المستويات الاقتصادية الدنيا يشعرون بنوع من الحرج، فضلاً عن أن الحالة الاقتصادية تؤثر تأثيراً كبيراً على شعور الطالب بالقلق، وذلك نتيجة لعدم قدرة أسرته على تلبية احتياجاته وحاجاته للوظيفة، والتفكير المستمر فيها يثير نزعات القلق بالنسبة له، وهو ما يؤدي في النهاية إلى حدوث بعض ردود الأفعال غير السوية. وهذا ما يتطابق مع دراسة ملتبر (Meltber) " حول تأثير أساليب تربية الآباء في مختلف المستويات الاجتماعية والاقتصادية على اتجاهات الأبناء التي خلصت إلى أن الأطفال ذوي المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض يظهر لديهم الشعور بالتذبذب و العداء نحو الوالدين وأنهم أقل شعوراً بالأمن وأكثرهم إحساساً بالقلق". (عوض ودمنهوري، 1994). ومن هذا المنطلق فإن عوامل القلق لدى طلاب الجامعة تعتبر موجودة نتيجة ظروف إما من داخل الجامعة أو من خارجها، لكن في النهاية؛ يعدّ القلق موجوداً بالتأكيد، وإن كان هناك تفاوت في عوامل القلق التي يشعر بها الطلبة.

### c. اختبار صحة الفرضية الثالثة:

بينت نتائج اختبار الفرضية الثالثة أنّه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب ومعدّله التراكمي، ويهدف التحقق من الفرضية تم استخدام اختبار المطابقة كحالة خاصة من حالات اختبار كاي-مربع Chi-Square :

جدول رقم (6) يبين نتائج اختبار Chi-Square على بيانات الدراسة\*

Asymp. Sig. (2-sided)	Df	Value	
.000	119	1844.311a	Pearson Chi-Square
.000	119	1100.034	Likelihood Ratio
.000	1	234.796	Linear-by-Linear Association
		423	N of Valid Cases

المصدر: مخرجات Spss بالاعتماد على بيانات الدراسة الميدانية.

يُلاحظ من الجدول أنّ قيمة احتمال مستوى الدلالة تساوي إلى (0)، بالتالي يقبل الفرض البديل الذي يقول: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الطالب والمعدل التراكمي" ويهدف معرفة طبيعة العلاقة ندرس العلاقة باستخدام المؤشرات الآتية:

جدول رقم (7) يبين نتائج قياس شدة العلاقة بين مستوى القلق والمعدل التراكمي

Approx. Sig.	Asymp. Std. Error <sup>a</sup>	Value		
.000	.032	.583	Gamma	Ordinal by Ordinal
.000 <sup>c</sup>	.032	.698	Spearman Correlation	
.000 <sup>c</sup>	.032	.746	Pearson's R	Interval by Interval
	423	423	N of Valid Cases	

المصدر: مخرجات Spss بالاعتماد على بيانات الدراسة الميدانية.

يتبين من خلال الجدول رقم (7) أنّ قيمة معامل الارتباط غاما **Gamma** يشير إلى علاقة طردية بين مستوى القلق الامتحاني والمعدل التراكمي؛ أي أنّ ارتفاع القلق ربما يعود إلى الشعور بالمسؤولية والخوف من نقص الدرجات التي يخشاها الطالب المتفوق، بمعامل ارتباط موجب +0.583 حيث تبين أنّ قيمة احتمال مستوى الدلالة 0.00 أصغر من 0.05 وبالتالي فالمعامل المقاس مقبول إحصائياً، كذلك باستخدام معامل ارتباط سبيرمان **Spearman Correlation** حيث يعطي قيمة موجبة أيضاً +0.698، وعند قياس النتائج باستخدام معامل بيرسون للارتباط **Pearson's R** من خلال التغير الطارئ في القلق نتيجة التغير الطارئ في المعدل التراكمي، يعطي في هذه الحالة ارتباطاً جيداً وموجباً بقيمة 0.746 وهو دال إحصائياً باحتمال ثقة 0.95. فالمعدلات التراكمية تسهم في بث الثقة في الذات لدى الطلاب، وعلى هذا فإن الحصول على معدلات تراكمية عليا يؤثر في تكيفهم وفي توافقهم النفسي، ويبدو أنّ الحصول على معدلات متوسطة أو ضعيفة يؤثر في عوامل قلقهم نظراً لأبعاد يضعها الطالب في اعتباره، هذا بالإضافة إلى أنّ الطلاب يضعون المعدل التراكمي نصب أعينهم وقد يكونون حريصين جل الحرص على الحصول على معدلات تراكمية ولا يستطيعون تحقيقها، مما يشكل مشكلة كبيرة بالنسبة لهم لأن الطالب يضع في اعتباره أنه إذا

\* a. 33 cells (45.8%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .55.

لم يحصل على معدلات تراكمية مرتفعة فإن هذا سيؤثر على مستقبله الوظيفي، أو حتى مستقبله في الاستمرار في الجامعة، حيث إن انخفاض المعدل عن المستوى المطلوب قد يؤدي إلى فصله من الجامعة، وتعرضه للإحراج من قبل زملائه. وهذا ما أكده (دوريس) و(سارسون) من خلال الافتراض البديهي، بأن كلاً من القلق ولوم الذات يظهر في المواقف المصحوبة بالفشل والإحباط، وأشارا إلى أن ظهور الاستجابات غير المناسبة في المواقف الاختبارية يكون استجابات سلبية للموقف الاختباري، متمركزة حول الذات؛ نظراً للتهديد الشديد الواقع عليها من الموقف التعليمي. أما بالنسبة للتخصص المفروض على الطالب نتيجة لظروف معينة فقد تكون هذه الظروف أسرية لرغبة الأسرة في دخوله هذا التخصص، أو إجبارية نتيجة لعدم حصوله على معدل يدخله التخصص الذي يرغبه. وفي كلتا الحالتين فإن مستويات أداء الطالب بالنسبة للتخصص غير المرغوب فيه قد تتدنى ويؤثر ذلك على معدلاته التراكمية مما يثير قلقه ويؤدي في النهاية إلى ردود فعل غير سوية بالنسبة للطالب.

## الاستنتاجات والتوصيات:

### الاستنتاجات:

- 1\_ بعد تطبيق الاستبيان وتطبيق قانون ت\_ استيوننت، بينت نتائج الدراسة إلى أن هنالك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من حيث القلق الامتحاني لصالح الإناث. والسبب في وجود ذلك ربما يعود إلى الطبيعة الفيزيولوجية للأنثى، أو الرغبة في اجتياز الامتحان بقدر عالٍ من العلامات مما يولد لديهن القلق.
- 2\_ يعاني طلاب كلية الاقتصاد (السنة الرابعة) في جامعة تشرين من القلق، نتيجة لما يرونه من مشكلات داخل المجتمع بسبب البطالة، أو عدم وجود وظائف بعد التخرج، أو أن حاجات سوق العمل لا تتماشى مع مخرجات التعليم، وهذا يؤثر في شعورهم بالقلق، يؤثر في ردود أفعالهم.
- 3\_ يشعر الطلاب بالقلق لعدم قدرتهم على شراء الكتب، أو متطلبات المادة الدراسية .
- 4\_ يشعر الطلاب بالإحباط والنظرة الدونية؛ نتيجة لانخفاض معدلاتهم التراكمية؛ فهم يخشون أن تهتز صورتهم أمام أسرهم نتيجة لذلك.
- 5\_ الناحية الاقتصادية تؤثر تأثيراً كبيراً على شعور الطالب بالقلق وذلك نتيجة عدم قدرة أسرته على تلبية احتياجاته.
- 6\_ إن الطلاب يشعرون بالقلق نتيجة انخفاض المعدل التراكمي؛ مما يؤدي إلى ردود أفعال غير سوية بالنسبة للطالب.

### التوصيات:

- 1\_ ضرورة مراعاة الأسرة للطالب وتفهم قدراته وإمكاناته، وعدم تكليف الطالب فوق استطاعته، وعدم مقارنته بطلاب غيره، لأن الأفراد مختلفون باستعداداتهم وقدراتهم وميولهم. وعدم إسقاط رغبات الأهل وطموحاتهم على الأولاد.
- 2\_ قيام المدرسين بتوعية الطلبة نحو كيفية المذاكرة الجيدة والتي من شأنها أن تخفف من مستوى قلق الامتحان لديهم.
- 3\_ التعرف إلى قواعد ومهارات الاستذكار الصحيحة، مثل طريقة التلخيص، وذلك بوضع النقاط المهمة في المنهج الدراسي لتسهيل عملية المراجعة وقت الاختبار.

- 4\_ ضرورة الاستعانة بالمختصين في كل من المناهج، وطرق التدريس، وعلم النفس والإرشاد النفسي في الجامعات من أجل إلقاء المحاضرات العامة على الطلبة قبل تقديمهم للامتحان، حيث يوضحون لهم أساليب الدراسة الفاعلة، ويردون على استفساراتهم المعرفية ومخاوفهم النفسية، مما يخفف من حدة مستوى القلق لديهم.
- 5\_ استخدام التمرينات الرياضية للتخلص من التوتر قبل الامتحان بوقت كافٍ.
- 6\_ إعادة النظر في سياسة الجامعة، بحيث تتواءم التخصصات التي يتم تخريجها من الجامعة مع احتياجات سوق العمل.
- 7\_ إنشاء مكتب داخل الجامعة لتوظيف أو مساعدة أو صرف إعانات للطلاب ذوي المستويات الاقتصادية المتدنية.
- 6\_ أن تكون اختبارات الجامعة وتقييمها للطلاب على أساس مدى فهمه للمادة، وليس على أساس المعدل التراكمي الذي يحصل عليه، حيث إنه قد يحصل على معدلات تراكمية منخفضة نتيجة لظروف عارضة لا تدل على كفاءته أو مهارته العلمية.

### المراجع :

- 1\_ أبو عزب، نائل إبراهيم، فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية \_ غزة، 2008.
- 2\_ الداهري، صالح حسن، مبادئ الصحة النفسية، ط1، دار الأوتل، عمان، 2005، 307.
- 3\_ السباعي، زهير أحمد، القلق وكيف نتخلص منه، ط2، دار القلم، دمشق، 1996، 33.
- 4\_ الضامن، منذر عبد الحميد، الإرشاد النفسي، ط1، مكتبة الفلاح، الكويت، 2003، 220.
- 5\_ الطيب، محمد عبد الظاهر، مبادئ الصحة النفسية، المعرفة الجامعية، القاهرة، 1994، 390.
- 6\_ العزة، سعيد حسني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، ط1، دار الثقافة، عمان، 1999، 122.
- 7\_ الفيومي، محمد إبراهيم، القلق الإنساني، دار الفكر العربي، القاهرة، 1985، 583 .
- 8\_ الكعبي، موزة عبيد، ممارسة برنامج مع حالات القلق النفسي، ط1، مكتبة مهند، الرياض، 1997، 105.
- 9\_ الكيال، دحام، الصحة النفسية والنمو، دار السلام، بغداد، 1973، 62.
- 10\_ المطوع، محمد حسن، التوازن النفسي لطلاب وطالبات المرحلتين الإعدادية والثانوية وعلاقته بالواقع للإنجاز والاتجاه نحو الاختبارات وتقدير الذات لدولة البحرين، منشورة في جامعة الملك سعود، /1/ ، 1996، 89\_49.
- 11\_ حمام ، فادية كامل، القلق لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعات المصرية وعلاقته بسمات الشخصية وبعض المتغيرات الأخرى، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، العدد الخامس، المجلد الرابع، 1993، 256\_ 258 .
- 12\_ زهران، محمد حامد، الإرشاد النفسي، ط1 ، عالم الكتب، القاهرة، 2000، 95.
- 13\_ سمور، عايش محمد، الأمراض النفسية ( أسباب و تشخيص و علاج)، ط1، دار المقداد، فلسطين، 2006، 293.
- 14\_ عز الدين، عادل أحمد، سيكولوجية الشخصية، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 1998، 19.

- 15\_ عصفور، وصفي عصفور، نماذج من الاختبارات والمقاييس، معهد التربية الأونروا/اليونسكو، عمان، 1994، 54.
- 16\_ عوض، عباس محمود، دمنهوري، رشاد صالح، علم النفس الاجتماعي (نظرياته وتطبيقاته)، دار المعرفة الجامعية، 1994، 102.
- 17\_ مخائيل، امطانيوس، دراسة لمقياس القلق بوصفه حلة وسمة على عينة من طلبة الجامعات السورية، منشورة في جامعة دمشق، العدد /2/، عام 2003، 425 \_ 479.
- 18\_ هرمز، صباح حنا و آخرون، علم النفس التكويني، الطفولة و المراهقة، عالم الكتب، القاهرة، 1992، 71 \_ 73.
- 19\_ Bender. Betz, the relationship of sex and sex role to trait and situation all specific Anxiety Types, Journal of Research in Personality, Vol(15), No(3),1981.
- 20\_ Culler, R.; Holahan, C, Test anxiety and Academic performance, Journal of Educational Psychology, 72, n1, 1980, 16.
- 21\_ Hodge, Adolescent anxiety and distress and coping a study of Senior school Student and higher school certificate exmination Stress,D issertation Abstracts international, 57, A, 144, 1996.