

## المقدمة :

اتفق كثير من الباحثين في وضعهم لهذا العصر بأنه عصر القلق حيث أضحى القلق عنواناً للعديد من الدراسات النفسية سواء تلك التي تهتم بالسلوك المضطرب لدى الإنسان أو تلك التي تتمثل لدية بالحاجة إلي الابتكار أو الإبداع أو تطوير القيم .

ولقد تركزت أبحاث القلق ودراساته حول القلق العام إلا أنه بالرغم من الاهتمام الكبير الذي أبداه الباحثون بالقلق العام ظهر أيضا الاهتمام النسبي بدراسة أنواع أخري للقلق مثل : قلق الامتحان لشكل محدود من القلق المرتبط بمواقف التقويم والتقدير .

وتظهر أهمية قلق الامتحان من أهمية المواقف التي يتعرض لها الفرد في المجتمع فالالتحاق بالجامعة والحصول علي وظيفة مناسبة في المجتمع ماهي إلا نماذج من المواقف التي يمر بها الفرد والتي لا يحصل عليها إلا بعد اجتيازه الاختبارات الخاصة به وقد يعني هذا ضرورة تعرض الفرد لبعض من الاختبارات يتخذ علي ضوء نتائجها بعض القرارات الهامة في الحياة .

وفي وقت أصبحت نتائج درجات الطلاب في الامتحانات هي الهدف الأساسي لتقييم التعليم وتحديد المستقبل العلمي والعملية لهم لدرجة جعلت الأمر يبدو وكأن مستقبل وسعادة ورفاهية الأجيال تعتمد بطريقة مباشرة علي الدرجات التي يحصلون عليها فأصبح تحصيل الطالب وما يتأثر به من متغيرات هي الشغل الشاغل للباحثين في مجال علم النفس التربوي وغيرهم .

ويعتبر قلق الامتحان وهو شكل من أشكال المخاوف المريضة عاملاً هاماً من العوامل المعيقة للتحصيل الأكاديمي من الطلبة في مختلف مستوياتهم الدراسية والدوافع أن الكثير من الدراسات قد استفادت إلي هذا الأثر السلبي للقلق علي التحصيل .

فقد أشار سويت عام 1968م إلي أن الكثير من طلاب الجامعة يفشلون في دراساتهم بسبب عدم قدرتهم علي مواجهة الامتحانات التي يتقدمون لها وما يصاحب هذا الموقف من قلق واضطراب يؤثر في قدرة الطلاب علي التكيف المناسب مع موقف الامتحان .

### أهمية البحث :

يعد هذا البحث إضافة جديدة للدراسات التي تناولت قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي .

- تزداد أهمية هذا البحث بالنسبة للطلاب في كيفية التعامل مع هذه المشكلة .
- تزويد الطلاب والطالبات بالمعلومات الكافية من التحصيل الأكاديمي لكي لا يقعوا في مشاكل نفسية خاصة القلق النفسي .
- أيضاً من شأنه توفير المعلومات الضرورية للطلاب والمؤسسات العلمية والجهات ذات الصلة بغية الوقوف علي المشكلات الاجتماعية والجوانب النفسية للطلاب ومن ثم العمل علي تقديم المساعدات اللازمة من حيث الخدمات الاجتماعية والإرشادية والنفسية اللازمة

### مشكلة البحث :

نتيجة لكون القلق الامتحاني يمثل حالة نفسية أو ظاهرة يمر فيها الطالب خلال الاختبارات وتنشأ عن تخوفه من الفشل أو الرسوب فيه أو تخوفه من عدم الحصول علي نتيجة مرضية له والتوقعات الأخرين منه ولما يترتب علي هذه الحالة من نتائج جيدة وأحياناً وخيمة في معظم الأحيان بحيث تؤدي إلي تدني التحصيل وعدم حصول الطالب علي ما يحقق فيه غاياته حيث يحتل التحصيل الأكاديمي أو الدراسي أهمية خاصة في حياة الطالب الدراسية بمختلف مراحلها ومستوياتها .

يعتبر التحصيل المقياس الأساسي الذي يعتمد عليه الطالب في انتقاله من فصل لآخر ونتيجة لكون هذا التحصيل يتأثر بالعديد من العوامل والتي تشمل علي العوامل النفسية والانفعالية وبخاصة قلق الامتحان .

### أهداف البحث :

1. معرفة العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي .
2. معرفة الفروق في القلق لدي الطلاب تبعاً للنوع .
3. معرفة الفروق بين طلاب وطالبات كلية التربية جامعة السودان .

### أسئلة البحث :

1. هل هناك علاقة بين القلق وقلق الامتحان للطلاب ؟
2. هل هناك علاقة بين قلق الامتحان ومستويات التحصيل؟
3. هل هناك علاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي لدي طلاب كية التربية بجامعة السودان ؟

### فروض البحث :

1. ما مستوي القلق الامتحاني لدي طلاب كلية التربية جامعة السودان .
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدي طلاب كلية التربية تبعاً لمتغير النوع .
3. هل هناك علاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي لدي طلاب كلية التربية جامعة السودان .

### حدود البحث :

1. الحدود المكانية : والتي تمثلها كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .
2. الحدود الزمانية : وتمثل في الفترة من شهر ابريل حتي شهر يونيو 2014 م .

## مجتمع البحث :

ويمثل في طلاب وطالبات كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .

## عينة البحث :

تمثل العينة العشوائية من طلاب وطالبات كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا قسم علم النفس.

## منهج البحث :

المنهج الوصفي التحليلي .

## مصطلحات البحث :

**القلق :** استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً إلى المكونات الأساسية للشخصية.

**قلق الامتحان :** إحساس الفرد بانعدام الراحة النفسية وتوقع حدوث العقاب يصاحبه شعور بفقدان الفائدة ورغبة في الهروب من الموقف الامتحاني مع زيادة ردود الأفعال الجسمية .

**حدد سيلجير مفهوم قلق الامتحان :** بأنه حالة انفعالية تجاه الضغوط النفسية الناتجة من المواقف التقويمية .

**التحصيل الاكاديمي عرفه كود بانه :** انجاز أو براعة في الأداء في مهارة و مجموعة من المهارات .

**عرفه أبوحطب :** بأنه لغة يعني الانجاز والأحراز وهو يرتبط باثار مجموعة من الخبرات التي يمكن وفها بانها مقتنة أو مقصودة يمكن التحكم فيها .

## المبحث الأول : القلق

هو شعور عام غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي ويأتي في نوبات متكررة مثل الشعور بالفراغ في فم المعدة أو ( السحبة في الصدر ) أ ( ضيق في النفس ) أو الشعور بنبضات القلب أو الصداع أو كثرة الحركة وغيرها .

ورغم أن القلق غالباً ما يكون عرضاً لبعض الاضطرابات النفسية إلا أن حالة القلق قد تصح هي نفسها اضطراباً نفسياً وهذا هو ما يعرف باسم عصاب القلق أو القلق العصابي أو رد فعل القلق وهو أشيع حالات العصاب ويمكن اعتبار القلق انفعالاً مركباً من الخوف وتوقع التهديد والخطر . ( السيد فهمي علي 2010م ) .

## القلق في المفهوم النفسي :

حالة نفسية غير سارة من التوتر العصبي تدل علي أن المريض يتوقع خطر في اللاوعي .

- هو علامة ظاهرة لصراع مستمر في أعماق اللاشعور .
- هو صراع ناتج عن فقدان التوازن وعن فشل التكيف .
- رد فعل لحالة خطر .

## القلق عن فرويد :

هو حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له الكثير من الكدر والضيق والألم ، والقلق يعني الانزعاج ، والشخص القلق يتوقع الشر دائماً ويبدو متشائماً ومتوتر الأعصاب ومطرباً كما أن الشخص القلق يفقد الثقة بنفسه ويبدو متردداً عاجزاً عن البث في الأمور ويفقد القدرة علي التركيز ( سيجموند فرويد 1962م، ص3-4 ) .

القلق يعرفه حامد زهران 1972م بأنه حالة توتر شاملة ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي ،  
قد يحدث لصاحبها خوف غامض أو أعراض نفسية وجسمية .

### عوامل تنشأ عن أسباب القلق :

- انعدام الدفء العاطفي في الأسرة وشعور الطفل بالنبذ .
- المعاملة التي يتلقاها الطفل تؤدي إلي نشوء القلق لديه .
- تشير ( كارن هوروني) إلي أن البيئة وما تحويه من تعقيدات ومتناقضات وحرمان وإحباط كل ذلك يجعل الفرد يشعر بأنه يعيش في عالم متناقض ملئ بالغش والخداع (عادل عز الدين 1988م .

### أسباب القلق :

- الاستعداد الوراثي : وقد تختلط العوامل الوراثية بالعوامل البيئية .
- الاستعداد النفسي: الشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية.
- مواقف الحياة الضاغطة : والضغوط الثقافية والبيئية والحضارية الحديثة .
- عدم التطابق بين الذات الواقعية والذات المثالية وعدم تحقيق الذات .
- التعرض للخبرات الحادة (عاطفياً، تربوياً ، واقتصادياً ) كذلك الخبرات الجنسية الصارمة خاصة في الطفولة والمراهقة .
- ربط بعض العلماء ومنهم ( فرويد بين القلق وإعاقة الليبدو ، من الاشباع الجنسي الطبيعي ووجود عقدة أو ريب أو عقدة الكترا وعقدة الحضاء عبر المحاولة.

مفتاح محمد عبدالعزيز

### القلق العصابي :

إن الشخص الذي يعاني من القلق العصابي يتميز بأنه يظل في حالة ثابتة تقريباً من الخوف والترقب والقلق ، فهو يخاف من أن يفقد أمواله وبخشي أن لن يكون موفقاً في عمله ، وأن يصاب بالجنون والعصابي الذي يعاني من مشاعر القلق الحاد يتمادي في حماية نفسه من هذا القلق وقد أشارت ( كارن هورني) إلي أن العصابي يحاول أن يحمي نفسه من قلقه بطرق أربعة رئيسية :

- السعي للحصول علي الحب والعطف فهو في حاجة ماسة إلي هذا النوع من التأمين .
- بأن يكون مسالماً مطيعاً .
- بأن يحاول أن يحصل علي القوة والتملك والمكانة وهو يبرر ذلك بأنه إذا كانت لديه اقوة فلن يؤذيه أحد .
- بأن يحاول الانسحاب ، ويكون رائدة في ذلك أنه إذا انسحب فلاشئ يمكن أن يطاله بأذي ( د. مصطفى خليل الشرقاوي ، علم الصحة النفسية) (كارن هورني 1937م) .

**أوجه الاختلاف بين القلق والخوف العادي :**

الخوف العادي	القلق
خوف من امور خارجية يواجهها الفرد علي مستوي الشعور ويعرف مصدره	لا يكون الفرد منتبهاً إلي مصدره عادة علي مستوي لا شعوري ، خوف داخلي مجهول
يزول بزوال المؤثر	يبقي غالباً رغم زوال مثيره الأصلي طالما لم يتناول الفرد بالدراسة والتحليل
ينشأ كرد فعل لوضع مخيف قائم فعلاً	ينشأ كرد فعل لوضع متحمل غير قائم ولكنه متوقع
لا يوجد صراع	يوجد صراعات

### انتشار القلق :

يصعب تحديد مدى انتشار القلق بين الناس وصعوبة معرفة الحد الفاصل بين ماهو قلق طبيعي وبين ماهو قلق مرضي كما تأتي الصعوبة في كون القلق يظهر أحياناً عارض مرض أولي ويظهر أحياناً اخرى كمرض ضمن حالات مرضية نفسية أو عقلية أو جسمية أو عضوية .

وفي تقدير مدى الانتشار أن الكثيرين من المرضي لا يبدون عن معاناتهم القلق ولا يخضعون للعلاج تبعاً لذلك ، وقد يمكن القول بشكل عام أن درجة من القلق تتوفر في كل انسان طبيعي بين الحين والآخر ، أما في النطاق المرضي فإن نسبة الإنتشار فإنها تفوق أي حالة مرضية أخرى نفسية أو جسمية ومهما بلغت الاحصائيات الطبية في ورودها بين الناس فإن الواقع المرضي يتجاوز هذه التقديرات، وهناك ملاحظات طبية متوفرة تفيد بالتصاعد المستمر للقلق في محيطنا ويعود ذلك إلي طبيعة الحياة المعاصرة والي التحولات الهائلة في اوجه الحياة المختلفة التي يتحتم علي الفرد مواجهتها بالكثير من

الحذر والإنتباه خشية أن يكون جاهزته في الحياة أقل مما تتطلبه ظروف الحياة . ( سهيل كمال 2003م).

## درجات القلق :

هناك الكثير من الحالات الانفعالية التي تمر بنا خلال حياتنا اليومية وبعضه كثير التداخل مع القلق مثل الهم والعصبية .

فالعصبية هي قلق خفيف ويتميز الشخص العصبي بكثرة الحركة وسرعة الإنفعال خاصة أمام المفاجآت، كما أنه كثير الشكوى والتردد والتعب وغالباً ما ينتج عن صراعات نفسية لم تجد حلاً وتبقي مكبوتة في اللاشعور وقد تتطور نحو مزيد من الاضطراب .

أما الهم فهو قلق خفيف أيضاً ولكن له أعراض مميزة تماماً ، فالمهموم ينعطف نحو ذاته وهو ضعف أمام أبسط الصعوبات والأزمات يغلب عليه الحزن والعزلة، وغالباً ما ينتج عن الكبت الشديد لبعض الرغبات فإذا وجدت هذه المكبوتات منفذاً للتفريق فإن المهموم يفرج وتقصر هذه الحالة عنده، أما إذا طالت عملية الكبت واشتدت فإن حالة الشخص المهموم تتجه نحو مزيد من الإضطراب ( محمد قاسم 2001م) .

## أنواع القلق :

هنالك العديد من الأنواع الخاصة بالقلق التي أوردها العلماء ، وفيما يلي نستعرض الأنواع :

### • القلق العادي ( السوي ) :

هو عبارة عن قلق عام يمر به كل الناس خلال حياتهم اليومية مثل قلق الأم نحو مرض طفلها وقلق الطالب قبل الامتحان ، إن هذا القلق يكون موضوعياً وسوياً ويعزى إلي موقف معين يحدث بشكل حقيقي لمعظم الناس .

## • القلق العصابي (المرضي) :

هو الخوف من دون مبرر موضوعي يطبع الشخص بطابعه مع وجود أعراض نفسية وجسمية شديدة ومتنوعة ، وسماه بعضهم القلق الهائم ( محمد قاسم 2001م) .

ويميز ( أحمد عبد الخالق ، 1990م بين نوعين من القلق هما :

القلق السوي والقلق المرضي وهو يري أنه لا بد من التفريق بينهما ، غير أن اهتمامنا يتجه إلي ذلك النوع من القلق الذي يؤدي إلي عصبية تجعل منه قلقاً مرضياً ، ففرق كثير بين أن تقلق الأم لمرض أصاب طفلها أو تقلق هذه الأم نفسها لتأخير صديقاتها .

كما يميز بين نوعي القلق متغيرات شدة الأعراض الدالة ودوامها وقد يكون للقلق السوي موضوعاً خارجياً أو ذاتياً داخلياً ، ويعزي في هذه الحالة إلي موقف معين يحدث في زمن معين أو كرد فعل لموقف يسبب القلق .

## تشخيص القلق :

عند التشخيص يجب العناية بالفحص الطبي الدقيق وتقييم الشخصية ودراسة تاريخ الحالة وفي حالة وجود الأعراض الجسمية يجب عدم الخلط بين القلق والإضطرابات العضوية الاخرى مثل الهستريا أو الاكتئاب ويلاحظ أن بعض المرضى يذكرون أنهم يريدون أن يدافعوا عن أنفسهم أنهم مرضي نفسيون .

ويجب التفريق بين القلق وبين الفصام في مرحلته الأولى والفارق الأساسي بينهما وجود الإدراك والتفكير في الفصام وعدم وجوده في القلق . ( السيد فهمي علي 2010م) .

## قلق الانفصال :

وهو استجابة عادية لضغط من نوع خاص مختلف وهو تحديد بفقدان شئ محبوب وأن الحزن هو نوع خاص من استجابة فقدان الفعلي لشئ محبوب ، وأن معظم الحيوانات الثديية تظهر قلق الانفصال إذا ابعدت عن شكل مألوف ، لذلك فإن الرابطة التي تتكون عند الثدييات هي الرابطة بين الأم والصغير ( محمد نجاتي 1980م).

### كيف تتخلص من القلق :

يتفق علماء الصحة النفسية علي حقيقة هامة في العلاج النفسي وهي أن الطريق غير المباشر في العلاج أفضل بكثير من الطريق المباشر سواء قام أحد يهيمه العلاج أم قام الشخص نفسه بعلاج نفسه ، فإن الطريق غير المباشر، إن علاج الأمراض المرضية ليس بكافٍ في الوصول إلي الشفاء بل يجب تناول أسس المرض وليس آخر طابق من طوابقه .

فقد يكون العرض المرضي والأعلي شئ مخالف للشئ أو السبب الحقيقي إذا ما أخذنا في تفسيره ظاهرياً بغير أن نسير أغواره وبغير أن تصل إلي صلبه وكيانه أن التجرد الثقافي والنفسي والأخذ بالأفكار السليمة فيما يتعلق بموقف المرء نفسه وموقفه من غيره والفلسفة الحياتية التي يأخذ منها وينهج وفقها لمن العوامل الأساسية التي تكفل له أن يتخلص من الركامة النفسية الرديئة التي يجب عليه التحرر منها حتي يستمتع بحياة تتسم بالطمأنينة والهدوء النفسيين بعد أن يكون قد نفي نفسه من عوامل الخوف الشعوري والقلق اللاشعوري. ( عبد الرحمن عدس 1986م) .

### القياس :

القياس في الإحصاء يعني تقدير كمية الشيء باستخدام وحدة من نفس النوع ، فالمتري وحدة تستخدم لقياس الطول ، والجرام وحدة لقياس الكتلة ، والثانية وحدة لقياس الزمن ، والسعر وحدة لقياس كمية الحرارة وهكذا .

ويعرف أبوليدة 1996م القياس أنه العملية التي بواسطتها تجد كمية الخاصية أو السمة الموجودة في الشيء وهو يشبه إلي حد بعيد تعريف برون 1970م للقياس الذي يقول أنه تحديد أرقام الأشياء أو أحداث وفقاً للقوانين .

كما أشار ليرلنجر 1973م أن كاميل يعرف القياس أنه تمثيل للصفات أو الخصائص بالأرقام.

### قياس القلق عند الإنسان :

بالنسبة إلي كل الأسئلة التالية ضع لنفسك :

أعراض المعاناة ( بسيط - متوسط - شديد)

1. أشعر بوخز ( تنميلي ) خفيف في جسمي .
2. أشعر بحرارة في الجسم .
3. أشعر أن رجلاي يرتعشان .
4. أشعر بعدم القدرة علي الإسترخاء .
5. أخاف من حدوث ما هو أسوأ .
6. أنا مشوش الذهن وأعاني من الدوار .
7. أحس أن ضربات قلبي قوية وعنيفة .
8. أشعر بعدم الاستقرار .
9. أشعر بالعصبية .
10. أحس بالرعب أو الخوف .

11. أشعر بالاختناق .
12. أحس برعشة في اليدين.
13. أشعر بأني مهزوز .
14. أخاف من فقدان قدرتي علي ضبط نفسي .
15. أعاني من صعوبة في التنفس .
16. أشعر بالفزع .
17. أعاني من سوء هضم أو عدم ارتياح في البطن .
18. أشعر بالإغماء .
19. يحمر وجهي خجلاً .
20. أشعر بعرق دون أن يكون الجو حار .

### التفسير كالاتي :

- $y =$  صفر .
- بسيط = واحد .
- شديد = ثلاثة .
- وإذا حصل الشخص من صفر إلي 7 مستوى الظن منخفض وهي 8-15 مستوى القلق بسيط .
- ومن 16-25 يكون القلق وسيط .
- ومن 26-63 يكون مستوى القلق مرتفع .

(مقياس بيك للقلق)

## المبحث الثاني : قلق الامتحان

### مقدمة :

قلق الامتحان هو حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطراب والتوتر تصيب الفرد في بعض المواقف التي تتطلب المواجهة توتر في عملياته العقلية فالإتجاه والتركيز والتذكر مما يتسبب في الإنجاز المنخفض والظهور بمستوي لا يتناسب مع قدرات الفرد .

### تعريف قلق الامتحان :

عرفه سارسون وسليجر بأنه :

شكل من أشكال سمات الشخصية أن الحالة الإنفعالية هي المسئولة عنه .

### ويعرفه الريحاني :

هو حالة نفسية أو ظاهرة إنفعالية يمر فيها الطالب خلال الاختبار وتنشأ عن تخوفه من الفشل أو الرسوب في الاختبار أو تخوفه من عدم الحصول علي نتيجة مرضية له ولتوقعات الآخرين منه وقد تؤثر هذه الحالة النفسية علي العمليات العقلية فالإنتباه والتركيز والتفكير والتذكر ( الريحاني ،1982) .

### أسباب القلق الامتحاني :

نتيجة لكون أي امتحان أو اختبار يجتازه الإنسان سوف يقرره مصيره في جانب معين من جوانب حياته ،مثل النجاح في الدراسة ، القبول في وظيفة معينة وغيرها ، فإن هذه الامتحانات تحظي لدي البعض بحالة من الإثارة والتصميم والتهويل وذلك يعود إلي أسباب عدة ( القلق والامتحانات ، العيسوي عبد الرحمن ، 1995 م ،ص95).

### 1. أسباب عائدة إلي الفرد :

شعوره بأن الامتحانات موقف صعب يتحدى إمكانياته وقدراته وهو غير قادر علي اجتيازه ومواجهته أو التنبؤ بمستوي تقييمه من الآخرين والذي يتوقعه التقدير السلبي.

### ومن هذه الأسباب بالنسبة للطالب :

أ. اعتقاده بأنه قد نسي ما قد درسه وتعلمه خلال العام الدراسي.

ب. نوعية الأسئلة وصعوبتها .

ج. عدم الاستعداد والتهيؤ الكافي للامتحان .

د. قلة الثقة بالنفس.

هـ. ضيق وقت الامتحان .

و. التنافس مع الزملاء.

ومن الأمور المؤدية لإثارة قلق الامتحان مبالغة وسائل الإعلام بقصة الإمتحانات مما ينقل أثره إلي نفسية

الطالب فيصيبه الخوف والزرع والقلق ويتصور أن الامتحان عبارة عن موقف رهيب ومفزع .

بالإضافة إلي ما يقوم به الأهالي من سلوكيات يظنون أنها نافعة وناجحة ولكنها تؤدي إلي نتائج عكسية

وسيئة علي الطالب .

من الأمور السالبة المرتبطة بالقلق اعتماد الطلاب علي والمنبهات المشروبات التي تدفهم للسهر أكثر

من اللازم وهي من الأمور الضارة صحياً وتربوياً . (القلق والامتحانات ، العيسوي، 1995، ص95) .

**أنواع قلق الامتحان:**

يوجد نوعين من القلق الخاص بالامتحان:

**(1) القلق المعطل:**

فكلما زاد القلق عن مستوى معين من دافعية الفرد يقل الأداء والتحصيل الأكاديمي ويصبح عنده هذا

القلق معيقاً لعملية التعلم.

**(2) القلق الميسر:**

يعتبر هذا النوع من القلق أمراً طبيعياً يؤثر على أداء الفرد وخاصة في مواقف الاختبار وإنما يسرع عملية

التعلم إذا أصبح في مستوى القلق الدافعي.

وبناء على ذلك نرى أن القلق يؤثر أحياناً على عملية التعلم بشكل إيجابي حيث يميل بعض العلماء إلى اعتبار القلق مرادفاً للاهتمام الشديد والعمل المجهد للتعلم. وبهذا المعنى يميلون إلى جعل القلق عنصراً من عناصر التسويق لأنه يجهد الطالب نفسه في سبيل التعلم فإنه يكون في حالة توتر وضغط نفسي وذلك بسبب تركيز الطاقة المطلوبة لهذه الفاعلية التعليمية وهذا ما يسمى القلق الدافعي أو الإيجابي لعملية التعلم.

ولكن هناك نوع من القلق لا يقود إلى التعلم المثمر بل على العكس يتدخل في التعلم ويعرقله ويعتبر الطاقة التي يجب أن يستثيرها من أجل التعلم المثمر ويسمى في هذه الحالة "القلق المرصف" أو "القلق المعوق" لعملية التعلم، لأن الطالب القلق لا يحسن الاتجاه نحو مهمته بل العكس تبصره عن أهدافه أو تنبؤه عنه. (الاتجاهات النفسية عند الأولاد والوالدين) (الاتجاهات النفسية عند الأولاد والوالدين والمربين نحو بعض المفاهيم الاجتماعية، حامد عبد السلام زهران، 1973م).

### **القلق الامتحاني والأداء المعرفي للتعلم:**

خلصت البحوث العديدة التي أجريت حول القلق والتعلم أن القلق يسهم في تشكيل مستوى التحصيل الذي يحرزه الطالب لكن الباحثين اختلفوا في تفسير نتائج بحوثهم، فقد ذهب بعضهم إلى أن العلاقة بين القلق والتحصيل الدراسي مستقيمة وموجبة بمعنى أن القلق يعتبر دافعاً يؤدي إلى مزيد من التحصيل.

ولكن بحوث أخرى إتفقت أن القلق المتوسط والمنخفض كأنه وسمة يسهل التحصيل لأن القلق المرتفع يعتبر دافعاً يؤدي إلى مزيد من التحصيل.

**وهناك تفسير نظريات لتأثير القلق على التعلم:**

### **1. التفسير النظري الأول:**

تبناه مجموعة من علماء النفس في جامعة أيوا الأمريكية الذين نظروا إلى القلق باعتباره دافعاً يسير التعلم فيما عرف بعد ذلك بأنه نظرية القلق الدافع التي تذهب إلى أن الإنسان يشعر في مواقف التعلم والأداء

بالقلق وعدم الارتياح مما يدفعه إلى التعلم والتفكير ويحصل العلم من أجل خفض القلق والعودة إلى حالة الاتزان.

2. لتأثير القلق على الأداء المعرفي فالمت به نظرية القلق أعالي السمة وكان كاتل أول من قدم من هذين المصطلحين ثم طور سليجر هذين المفهومين وصاغهما في شكل نظرية تبدأ بالتمييز مبيناً القلق كحالة مؤقتة وكسمة ثابتة في الشخصية.

### تفسير قلق الامتحان: Examination Anxiety:

فسر قلق الامتحان من وجهات نظر متعددة لعل من أهمها ما افترضه كل من (ساراسون وماندلر) وزملاءهم من أن مواقف الاختبار والعمل أو حل المشكلات تستثير لدى المرء إما دوافع متصلة بالأداء وإنجاز العمل وهذه الدوافع من شأنها تنشيط استجابات متعلقة بالعمل ذاته، وإما دوافع العمل التي تنشط بدورها استجابات دخيلة على العمل، ويؤدي إظهار النوع الأول من الدوافع ومصاحباته إلى تحسين الأداء وإنجاز العمل، بينما يؤدي النوع الثاني (دوافع القلق) إلى تعويق الأداء الفعال نظراً لما يولده لدى الأفراد من استثارة شديدة وانزعاج واضطراب وتشويش مبالغ فيه بالتهديد، وهي استجابات مضعفة للأداء. (عبد المطلب أمين القريطي، 1998م).

### علاج قلق الامتحان:

يجب أن تتم المعالجة على مراحل:

- التعرف على نسق الحياة - من خلال معرفة تاريخ المرض والأعراض الأخرى المصاحبة لموقف الامتحان وأسلوب التحصيل الأكاديمي لدى المسترشد.
- فحص الأحداث المنشطة من خلال مواقف الامتحان السابقة.
- فحص الأفكار الخاطئة مثل مفهوم خاطئ عن حتمية تكرار الفشل.
- الأعراض الجسدية قبل الامتحان وأثنائه.
- استحالة تعديل قدراته

الحوار والمناقشة مع المسترشد وضرب الأمثلة والبحث والتشجيع وتذكيره بخبرات سابقة ناجحة وقديمة لذاته وتشجيعه علي تنظيم جدول زمني للمذاكرة وتدريبه علي طرق إيجابية للتحصيل . ( حامد عبد السلام زهران 1972م) .

### أساليب علاج قلق الامتحان:

- أسلوب التحصين المنظم وهو من أساليب المدرسة السلوكية الذي يقوم على تقديم المثيرات التي تسبب القلق بشكل متدرج وذلك بتعرضه لعدد من المواقف الشبيهة بموقف الامتحان.
- العلاج المعرفي والذي بموجبه يتم تحديد الأفكار المخيفة الباعثة لقلق الامتحان وتعديلها على أساس أنها منطقية أو غير منطقية.
- الإرشاد الجماعي الذي يقوم على مناقشة الطلاب في المشكلات المرتبط بقلق الامتحان حيث يستفيد الطلاب من خبرات بعضهم البعض في مواجهة موقف الامتحان. (أبو ملوح محمد يوسف، 2004م).

### مجموعة من الأفكار المفيدة التي يمكن للمدرسين إرشاد الطلاب على إتباعها يوم الامتحان:

- لا تكثر من شراب المثيرات قبل الامتحان لأنها تزيد الإجهاد.
- تجنب الأكل على الأقل ساعتين قبل الامتحان ويفضل تناول وجبة خفيفة، لأنه حين تناول وجبة كاملة يندفع الدم من الدماغ إلى الجهاز الهضمي وهذا يبطئ المقدرة على استرجاع المعلومات.
- ارتداء ملابس مريحة لأنها تشعر بالراحة أثناء عملية الامتحان.
- تجهز للامتحان عندما تشعر بالتوتر، خذ قسطاً من الراحة، أغمض عينيك وتصور نفسك في مكان مريح تفضله وعندما تفتح عينيك ركز على الامتحان مرة أخرى.
- اقرأ الإرشادات والأسئلة بدقة، اقرأ الأسئلة كما هي وليس كما تريدها أن تكون.
- أدر وقت الامتحان بحكمة، أنظر إلى كل امتحان ثم أعد إستراتيجيتك الهجومية وحدد أي الأسئلة التي ستبدأ بها.
- أبحث عن مفتاح الأسئلة، دائماً يكون هناك لمحات عن الإجابة.

- احترس بأن إجابة الأسئلة المقالية تكون صعبة إذا لم توضع خطأ للإجابة عليها.
- التدريب على عينة من الامتحانات لأنها تساعدك على توقع ما يحتويه الامتحان. (أبو ملوج محمد، 2004م).

## المبحث الثالث: طلاب الجامعة

إن الطالب الجامعي يمثل مرحلة الشباب كمرحلة عمرية تتميز بالعديد من الخصائص والسمات تمثل فضاء لظهور مجموعة من القدرات تدخل في تكوين الشخصيات.

ولقد اهتم الكثير من علماء النفس بمظهر الاختلاف والتشابه بين الأفراد وأسباب الاختلاف الذي يمكن أن يعتري مسار الارتقاء العضلي والانفعالي السليمين .

ولقد ظهر هذا الاهتمام جلياً في مختلف الدراسات الحديثة للنمو سعياً منها لاكتشاف سر تعقيد هذه الخصائص والذي يعتبر طبيعياً إذا أخذ بعين الاعتبار نضج الطالب من جهة ودخوله هذه المرحلة من جهة.

فهناك خصائص فيزيولوجية نفسية وأخرى عقلية واجتماعية تطبع حياة الطالب كشخصية وصولاً به إلي مستويات معينة من النضج والي درجات متفاوتة من القدرات؛ وبالتالي يجب تهيئة المرافق والأساليب التعليمية المناسبة التي تتفق مع كل مستوي من النمو يعتبر من خلاله فرداً ناضجاً وقادراً **إن للطلاب عدد من الخصائص هي:**

### (1) الجسمية:

يعتبر النمو الجسمي من أهم مظاهر النمو في مرحلة الشباب وتبدد مظاهر النمو في النمو الجسمي في النمو الغدي الوظيفي أو في نمو الأعضاء الداخلية أو في وظائفها المختلفة وفي نمو الجهاز العضلي والقوة العضلية ويتم النمو الوظيفي للجسم من خلال نمو الأجهزة الداخلية العضوية غير الظاهرة والتي تعطي الجسم القدرة على القيام بعدد من الوظائف الخارجية التي تترجم إلى قدرات وسلامة الجهاز الغدي يؤدي إلى تحقيق التوازن الكيميائي داخل الجسم والغدة الدرقية متحكم في السرعة التي سيستهلك بها الجسم الاوكسجين أما النمو العضوي فيتمثل في نمو الأبعاد الخاصة للطلاب فتصبح سمات التباين بين الذكور والإناث في البيئة الجسمية لكليهما بشكل واضح من حيث الوزن والعرض والتغير في ملامح الوجه ونبرة الصوت ويمثل الجسم ويمثل بصفة عامة شيئاً فشيئاً نحو النضج والاكتمال والاستقرار.

وعلى العموم فإنه يصاحب النمو عند كل من الجنسين تحسن في مستوى الصحة الجسمية والتي تظهر من خلال التوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة اذا تحقق التوافق تنمو القدرات الجسمية في ظل الصحة وتتمتع بالنشاط والحيوية.

## (2) الخصائص الروحية:

تنمو القدرات الروحية كما تنمو القدرات الجسمية الأخرى كالروح هي التي تحل محل الجسد فتمنحه القدرة على الحركة والنشاط والحياة والنمو ففي الروح قوة تعبر عن الإيمان عقيدة سليمة ترتفع بالطالب على اختلاف جنسه إلي أنبل الصفات فهي التي تمده بالإرادة وتقدر له أهدافه وغاياته العليا في الحياة وترسم خطوط مناهجه ليصل لمصدر القيم والمعارف التي توضح له حقيقته كإنسان، فالروح هي المحرك للجسد وهي الأداة يجب تنقيتها بالفعل والتهديب وهو ما يؤدي إلى إثراء القيمة الروحية ولخلق تلك القيمة كان على التعليم العالي ان يساير نمو الطالب الروحي ويقدر قيمته الروحية وينمي قدراته على الإيمان بعقيدة مجتمعة وتمثل هذه العقيدة سلوكه وعمله لأنه عند النمو الوجداني الروحي يعدو قادرا علي تحريك العواطف توجيه الإرادة والسلوك حتي تصبح أهمية القدرات الروحية فيما تحويه من قوة وطاعة.

## (3) الخصائص النفسية:

تختلف خصائص النمو العاطفي باختلاف قدراتهم وخبراتهم الا أنهم ما يميز الطالب في هذه الفترة هو النمو العاطفي الذي يتجه نحو النضج الانفعالي وهو مشروط باستعداد الطالب لتحمل المسؤولية اللازمة لقضاء حاجاته وقضاء حاجات الآخرين وبمواجهة الأوضاع المحيطة بمواجهة عقلية وموضوعية.

ويعبر النضج الانفعالي عند الحالة النفسية بالثبات الانفعالي والذي يكون فيه متصفا بالتكيف مع الذات والبيئة المحيطة بالاتزان الانفعالي والذي يشجع على نمو القدرة على تحقيق الذات ومن مميزات النمو النفسي لدى الطالب الجامعي هو ظهور وتطور هذه القدرات النفسية ويمكن أهمها تعد في الآتي:

1. القدرة على تحقيق التقبل الاجتماعي نظراً لتمييز الطالب مما يجعله محبوباً عند الغير .

2. القدرة على ضبط النفس في المواقف التي ستثير الانفعال والبعد عن التهور والاندفاع.

3. القدرة على تحقيق الذات.

وبصورة عامة نستطيع أن نقول أن الطلبة والطالبات يشتركون في معظم الخصائص الخاصة بنمو القدرات النفسية وإن كان هناك ثمة فرق بينهما فيما يخص الطالبات إذ لهن تركيب عاطفي خاص بهن والاندفاع وراء العواطف والاعتزاز بالنفس والغيرة وحب الظهور وينبغي ان نؤكد في الأخير أن النضج الانفعالي هو الهدف الأساسي من وراء النمو النفسي أن تصل الطالبات إلى درجة من الإشراف الانفعالي.

#### (4) الخصائص الشخصية:

أن من يعرف الطالب بخصائص الشخصية وأبعاد النمو يدرك تماماً الإدراك أنه يشكل وحدة متكاملة لا تستقيم حياته التعليمية ولا الشخصية الذاتية إلا إذا تم التعامل معه بسلوك تعليمي متوازن يشمل جميع جوانب النمو فيه وبراعى قيمة الترابط والتكامل يشكل منها عنصر أساسياً في عملية التعليم والتعلم.

هناك نوعين من خصائص الشخصية السوية هما:

#### 1. الظاهرية السطحية:

الخصائص الأقل وضوحاً والتي لا يمكن ملاحظتها بسهولة وهذا النوع من الخصائص يكون مصدر النوع الأول.

لقد أكدت بعض نظريات التعلم أن خصائص الشخصية تشكل قوة وتنمو وفق المبادئ الأساسية للتعلم وإلى جميع مظاهر نمو يتأثر التعلم الي حد ما من اوغريب وينبغي ان نشير لمبادئ للتعلم دور ما في إنماء خصائص الشخصية السوية والتي هي من حالة من الإدراك العقلي والإتزان النفسي والنمو الروحي.

#### 2. الاجتماعية:

أن النمو الشخصي لا ينفصل عن النمو الاجتماعي ويظهر النمو الاجتماعي مطابق في تكوين العديد من العلاقات الاجتماعية التي تتجلي من خلال تحقيق الصلات والتقبل الاجتماعي والذي ينمو ليصل في قمته إلى التكامل الاجتماعي.

## المبحث الرابع: التحصيل الأكاديمي

### تعريف التحصيل الأكاديمي:

التحصيل لغة: من حصل الشيء بقى وذهب ما سواه. (وليد عبد اللطيف، 1988م: 97).  
اصطلاحاً:

هو إتقان الأداء من معارف ومهارات معينة يكتسبها الطالب من خلال المادة الدراسية عن طريق مقارنته بالطلاب أو في ضوء معايير معينة. (سعد محمد الحدنقي، 1995م: 88).  
مفهوم التحصيل الأكاديمي: .

نوع من التحصيل متعلق بدراسة مختلف العلوم والمواد الدراسية. (عبد القادر، 1993م، ص 62).

### تعريف التحصيل في قاموس التربية وعلم النفس:

هو إنجاز أو عمل أو إحراز تفوق في مهارات أو مجموعة من المعارف التي شأنها أن تؤثر في قدرة الفرد على الاستدلال.

### أهمية التحصيل الأكاديمي:

تشكل الدرجات التحصيلية وما سبق عليها من تقديرات أساسها مهماً للكثير من الأحداث والقدرات الهامة التي ترتبط بوضع الفرد وتوفيقه، فأهلية الفرد للاستمرار بالدراسة أو القبول في برنامج معين أو الحصول على بعثة دراسية أو وظيفة معينة تتقرر بالمستوى الأكاديمي الذي يحققه متمثلاً في الدرجات أو التقدير الذي يحصل عليها وتؤدي الدرجات وظائف عليه ترتبط لحاجات الطلبة وأولياء الأمور والمدرسين وأصحاب العمل، فهي تلعب دور مهم في تكوين الطالب صورة عن ذاته وستبقى من أفضل عوامل التنبؤ اللاحق.

### التحصيل الأكاديمي وقلق الامتحان:

أحياناً يقول الطلبة القلقون بأنهم عجزوا أو تعثروا في الإجابة على الاختبارات ولم يستطيعوا استرجاع المعلومات التي يعرفونها. فالقلق يؤثر على استقبال واسترجاع وتخزين المعلومات وهذه التأثيرات على

عمليات الذاكرة ليس من السهل فصلها عن بعضها. (الشخصية - الدافعية الانفعالات، 1994م، ص 107).

فالقلق المفرط أو الشديد يترتب عليه آثار عكسية تتمثل في اضطراب الأداء وتدهوره لأنه يؤدي إلى تشتت الانتباه وقلة التركيز ومن ثم التورط في الأخطاء.

وقد فسّر قلق الامتحانات من وجهات نظر متعددة لعل من أهمها ما افترضه كل من ساراسون وماترلر وزملائهما في أن مواقف الاختبار أو العمل أو حل المشكلات سيولد لدى المرء دوافع متصلة بالأداء وإنجاز العمل ومهما وأما إلى تحسين الأداء وبالتالي التحصيل يؤدي إظهار النوع الأول من الدوافع (دوافع متصلة بالأداء وإنجاز العمل) ومصاحب إلى تحسين العمل وبالتالي التحصيل.

وفي ذلك يقول أصحاب نظرية الدافع أن زيادة القلق تزيد من توليد الدافعية من ثم تؤدي إلى تحسين التعلم والتحصيل وأن الإنسان في مواقف التعلم والتحصيل ينتابه القلق مما يدفعه إلى الاجتهاد في إنجاز مهامه كي يحقق من شعوره بالقلق ويتخلص منه حتى يستعيد اتزانه الانفعالي إلا أن فرض هذه النظرية لم يتلق تأييداً تجريبياً كافياً .

بينما يؤدي النوع الثاني من الدوافع (دوافع القلق) إلى تعويق الأداء الفعال نظراً مما يولده لدى الأفراد من استشارة شديدة وانزعاج واضطراب وتشويش في الفكر وانشغال النفس وشعور مبالغ فيه بالتهديد وهي استجابات مضغفة للأداء وبالتالي التحصيل. (الصحة النفسية، 1998م، ص 137).

وفي ضوء هذه الدراسات يتوقع أن يكون أداء الطلاب القلقين في المدرسة ضعيفاً وللتحقق من هذه الفكرة قام عالم النفس "تشارلن سيليجين" بفحص درجات وقدرات الطلبة الذكور.

أن مستوى القلق له تأثير ضعيف على الطلاب سواء كانوا من ذوي الاستعداد العالي أو المنخفض وبصرف النظر عن درجة القلق عند الطلبة فقد وجد أن الذكور الذين حصلوا درجات منخفضة في اختبارات الاستعداد جاءت درجاتهم منخفضة بوجه عام أما الحاصلون على درجات عالية بالاستعداد متصلون على درجات عالية نسبياً، ويبدو أن القلق يؤثر تأثير سالب على معظم الطلاب وهم الفئة التي

حصلت على درجات متوسطة باختبار الاستعداد ومن هؤلاء ذوي الاستعداد المتوسط حيث ارتبط القلق المرتفع بأداء أكاديمي منخفض. (الشخصية الدافعية الانفعالات، 1994م، ص 128).

### الامتحان ودافعية الانجاز:

يؤدي دافع الإنجاز المرتفع لدى الطفل أن ظهور صفات سلوكية معينة في الكبر تميز ما وصفه ماكيلاند الشخصية الملتزمة وهي الشخصية التي تتميز بمجموعة من السمات التي تظهر لدى الشخص ذو دافع الإنجاز المرتفع، حيث يتميز الأشخاص ذوي دافع الإنجاز المرتفع بالثقة بالنفس والانبساطية والثبات الانفعالي والقدرة على مواجهة المشكلات وبامتلاك الحاجات إيجابية نحو التعلم والتعامل بشكل جيد مع الأنشطة المدرسة.

كما يميلون إلى التصرف بطرق مميزة فهم يهتمون بالتفوق لذاته لا للثواب الذي غد يجلبه ويحددون أهدافهم بعناية بعد دراسة عدد من البدائل واحتمالات النجاح في كل منها كما أنهم واقعيون في انتهاز الفرص ويحاولون الحصول باستمرار على تغزيه راجعة ليتمكنوا من تحقيق أهدافهم وقد سجلوا علامات أفضل من من يتمتعون بدافعية منخفضة. (معاملة الوالدين وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي، 1998م، ص 243).

### العلاقة بين التحصيل الدراسي والمستوى الاجتماعي للأسرة:

بينت الدراسات أن المستوى التحصيلي للتلميذ يتأثر بحجم الأسرة بشكل خاص حيث يرتفع المستوى التحصيلي عند التلاميذ الذين ينتمون إلى أسر ذات حجم صغير ويتدني لدى التلاميذ الذين ينتمون إلى أسر ذات حجم متوسط.

فعدد التلاميذ في الأسرة المحدودة يساعد الوالدين على توفير الرعاية الصحية والجسمية والمعرفية لأبنائهم. وبينت دراسة نجوى نادر في سوريا 1998م أن لنوع المعاملة الوالديه أثر كبير في مستوى التحصيل الدراسي للتلميذ كما وبينت تأثير الظروف المحيطة بالأسرة بالطفل مادية واجتماعية في أسلوب

المعاملة الوالدية وفي التحصيل الدراسي للأبناء, (معاملة الوالدين وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي, 1998م, ص 244).

**العوامل التي تؤثر على التحصيل الأكاديمي:**

**هناك عدد من العوامل تؤثر على التحصيل هي:**

**1. الاستعدادات العقلية:** درجة نضج هذه الاستعدادات ومدى اتساع الخبرات المتعلقة مع مستوى نضج التلاميذ في كل مرحلة، ولذلك تضم المدرسة الحديثة بأن تتفق الخبرات المراد تعلمها مع مستوى النضج والاستعداد العقلي عند التلاميذ مع التحصيل الأكاديمي لهم في مراحل التعليم المختلفة.

**2. تكامل شخصية المتعلم وشعوره بالأمن:** له أثر إيجابي على التحصيل إما إذا كان الفرد قد مر به من الظروف البيئية ما جعله يشعر بعدم الأمن وفقدان الثقة بالنفس فإن هذا ينعكس على تحصيله ويقلل من قدرته على المثابرة والتركيز.

**3. اتجاهات الوالدين نحو أبنائهم ومستوى تحصيلهم الأكاديمي:** وقد بينت إحدى الدراسات التي أجريت على الأطفال أن هناك علاقة سالبة بين درجات أفراد العينة في التحصيل الأكاديمي وبين درجات آبائهم في الأبعاد الآتية:

التسلط، الإهمال الحماية الزائدة، إثارة الألم النفسي، التدليل، التذبذب التفرقة.

**4. الجو الجامعي العام:** أن العوامل ذات الأثر الملموس في الموقف التعليمي ويقصد بالجو الجامعي العلاقة الاجتماعية بين أفراد المجتمع سواء كانت علاقة العميد بالمعلمين أو علاقة المعلم بالطلاب وعلاقة الطلاب مع بعضهم. (صفاء الأعسر، 1983م).

**5. هناك بعض الخصائص والسمات يحرز فيها الذكور تفوق نسبياً على الإناث مثل القدرة العددية القدرة الرياضية و الحساب والميل الحسابي وهناك بعض السمات أو الخصائص التي تبرز فيه الإناث تفوق نسبياً على الذكور مثل القدرة اللغوية.**

**6. الطبقة الاجتماعية.** (فتحي الزيادة، 1995م).

## تقييم التحصيل الأكاديمي:

يهدف تدريس أي موضوع بوجه عام إلى إحداث تغير سلوكي إدراكي أو عاطفي أو حركي أو اجتماعي لدى التلاميذ نسميه عادة بالتعلم. وللتحقق من حدوث وكفاية هذا التعلم يلبي المعلمون في الغالب إلى ملاحظة واختبار الطلاب لتحديد درجته لديهم وقيمته لنموهم ول مستقبلهم الشخصي والوظيفي. والتعليم هو عملية باطنية وغير مرئية تحدث نتيجة تغيرات في البناء الإدراكي للتلاميذ. التحصيل هو نتاج للتعلم ومؤشر محسوس لوجوده في الوقت نفسه. أما عمليات ملاحظة التحصيل وعده الكمي ثم الحكم على قيمته العامة فتطلق عليها عموماً التقييم. وتقييم التحصيل بما يفرز من قرارات تقويمية هو وسيلة موجهة للتعلم ثم التدريس والمنهج وكافة العوامل والعمليات التربوية الأخرى.

## تقييم التحصيل:

التقييم في اللغة: هو تقدير قيمة الشيء أو الحكم في قيمته، وتقييم التحصيل لم يختلف كثيراً عن قرينه في اللغة، حيث يجسد في رأينا تعيين قيمة أو كفاية نتائج التعلم أو تحصيله. أيضاً هو عملية تربوية يتم بواسطتها تكوين الحكم في قيمة أو كفاية ظاهرة سلوكية تحصيلية تخص تعلم التلاميذ بالمقارنة بمعايير كمية، نوعية، كيفية مقترحة.

## مفهوم تقييم التحصيل لمحمد زياد محمد:

هو الذي يخص نفسه بالحكم على كفاية نتائج التعلم كماً ونوعاً وكيفاً في تحقيق الأهداف التربوية المنشودة، بالمقارنة مع المواصفات المعيارية المحددة لكل منها. وحتى يتمكن التقييم من تكوين الحكم أعلاه، يستلزم توفر كمية كافية من البيانات المناسبة بخصوص موضوع التحليل، ليستطيع بذلك إجراء المقارنات المطلوبة وصناعة القرارات التقييمية البناءة على أساسها. ويقوم عادة بهذا الدور توفير البيانات المطلوبة ومقارنتها بالمعايير الموضوعية وصناعة القرارات التقييمية، إجراءات متنوعة تحت أربع عمليات رئيسية هي: (الملاحظة - القياس ثم التقدير أو التخمين

والحكم) والملاحظة والقياس والتقدير هي عمليات أساسية لتقييم التحصيل وعناصر عضوية مقررة لمفهومه.

والملاحظة: هي نوع من عمليات القياس يجمع بواسطتها المعلمون. كما هي الحال مع إجراءات القياس الأخرى. البيانات الخاصة بموضوع التحصيل.

وتشمل الملاحظة عمليات مثل: تمييز وجمع وتبويب البيانات المطلوبة ثم تدوينها بصيغ منتظمة تتسجم مع طبيعة الأداة المستخدمة في أعمال الملاحظة نفسها. فالملاحظة تخص نفسها بالتعرف على الظاهرة التحصيلية ومشاهدتها، ثم تسجيل بياناتها في نماذج معينة حسب صيغ وأحكام موضوعة لذلك.

والقياس في تقييم التحصيل هو عملية كمية تركز في العموم على عد السلوك المطلوب، وتحديد درجة حدوثه أو حصر المواصفات كميًا بصيغة درجة أو علامة أو مقدار أو مجموع، حسب قواعد ومهمات حسابية محددة تلائم طبيعة التحصيل المطلوب، فالقياس بهذا وصف كمي لمكونات أو خصائص أو مواصفات موضوع التحصيل.

أما التقدير أو التثمين فهو خطوة سابقة لتكوين الحكم بقيمة ظاهرة التحصيل، أي خطوة تمهيدية للحكم التقييمي.

والتقدير في الاقتصاد يختص بتثمين الممتلكات أو الدخل. وفي التحصيل تتضمن عملية التثمين (التقدير) على مقارنة البيانات الكمية المتوفرة من أعمال الملاحظة والقياس بأخرى معيارية من نفس النوع بالتحليل والتفسير وكشف التغير فيها، لأجل تكوين الحكم على كفاية الموضوع التحصيل أو بقيمته العامة. فالحكم بهذا هو العملية الأخيرة المكونة لمفهوم تقييم التحصيل.

وبينما تتلازم الملاحظة والقياس نظرية وتطبيقاً، فإن عمليتي التقدير والحكم تقتربان وتتداخلان معاً، لدرجة تعتبر معها الأولى مقدمة حتمية للثانية.

أي أن المقارنة التحليلية والتفسيرية التي يختص بها التقدير هي خطوة تمهيدية لا بد منها لتكوين الحكم التقييمي النهائي الخاص بظاهرة التحصيل. وعلى كل حال، فإن العمليات الأربعة المكونة لمفهوم تقييم التحصيل تبدو معاً على شكل معادلة كالآتي:

ملاحظة + قياس (تثمين) + حكم = تقييم (محمد زياد حمدان، 1986م).

## المبحث الخامس: الدراسات السابقة

### 1. دراسة أبو صحبة:

العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي عند طلبة الصف الثاني الإعدادي بمدارس عمان عام 1974م.

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي واستخدام في البحث مقياس قلق الامتحان لسارسون ومقياس التحصيل ؟؟؟؟؟ وكانت العينة (420) طالب وطالبة في الصف الثالث الإعدادي وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين قلق الامتحان والتحصيل وأظهرت هناك فروق في درجة القلق بين الذكور والإناث. (أحمد، 2003م، ص 103).

### 2. دراسة مرسي 1976م:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة القلق الامتحاني في ضوء نظرية القلق في المواقف الاختيارية ونظرية القلق. الحالة السمة عند طلبة المدارس الثانوية بالكويت واستخدام الباحث مقياس القلق الصريح للقلق في المواقف الاختيارية.

وتضمنت العينة (307) طالب وطالبة في المدارس الثانوية واستخدام عامل الارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة. (شعيب، 1988م، ص 11).

### 3. دراسة زغل 1982م:

أثر قلق الامتحان في مادة الرياضيات:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر قلق الاختبار المرتفع المنخفض في الرياضيات اعتمد الباحث على عينة تكونت من (516) طالباً و(313) طالبة واستخدام تحليل القياس كوسيلة إحصائية وتوصلت النتائج لما يلي:

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الطلاب على نتائج الاختبار في مادة الرياضيات.
- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط أداء الطلاب على نتائج الاختبار في مادة الرياضيات.

- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلاب حسب الترتيب التصاعدي. (أحمد، 2003م، ص 104).

الدراسات السابقة المتعلقة بالقلق والتحصيل الأكاديمي:

#### 4. دراسة شعيب علي محمود 1988م:

بعنوان العلاقة بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين في المجتمع السعودي. هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين في المجتمع السعودي، وتكونت العينة من (148) مراهق و(144) مراهقة من مدينة مكة المكرمة واستخدم الباحث مقياس تقدير الذات لروزنبرج ومقياس القلق الصريح لكاستنبرا ودرجات التحصيل الدراسي لجميع المواد نهاية العام الدراسي.

توصلت الدراسة إلى:

- لا يوجد اختلاف بين الذكور والإناث في تقدير الذات والأبعاد المكونة له.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين القلق والتحصيل الدراسي.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تعزيز الذات والتحصيل الدراسي.

#### 5. دراسة عبد الرحمن البطيحي 1991م:

بعنوان (قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي والجنس والعمل لدى طلاب المدرسة الثانوية في محافظة البلقاء).

وتهدف هذه الدراسة بحث قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي والجنس والعمل لطالب المرحلة الثانوية.

استخدم الباحث عينة عشوائية عنقودية مكونة من (995) طالب وطالبة طبق عليهم قلق الامتحان الذي تم تقنيه على البيئة الأردنية.

أهم النتائج:

- مستوى القلق يتناسب عكسياً مع مستوى التحصيل.
- درجة القلق أعلى لدى الإناث.
- مستوى القلق يزيد بدرجة عن طلاب الصف الثاني عما لدى الطلاب في الصفوف السابقة.

#### 6. دراسة عبد الرازق البوني، يناير 2005م:

بعنوان (قلق الامتحان والاكثئاب العصابي وعلاقتهما بأساليب الاستذكار لدى طلاب بعض الجامعات السودانية).

#### هدفت الدراسة إلى:

- معرفة مستوى قلق الامتحان لدى الطلاب.
- معرفة مستوى الاكثئاب لدى الطلاب.
- معرفة مدى اهتمام الطلاب بالذاكرة من أول الفصل الدراسي.
- معرفة نسبة الطلاب الذي يعتمدون على الطريقة الكلية كطريقة من طرق الاستذكار.
- معرفة نسبة الطلاب الذين يعتمدون على الحفظ والفهم.

#### العينة:

قام الباحث بتطبيق اختبارات مختلفة على العينة التي تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية والتي يبلغ

عددها (476) وقد تم اختبار مقاييس:

- مقياس أساليب التحصيل الأكاديمي الجيد.
- قائمة الاتجاه نحو الأخبار.
- قائمة الحالة المزاجية.

#### أهم ما توصلت إليه هذه الدراسة:

- أن أفراد العينة الذكور قد أظهروا مستوى قلق الامتحان لديهم منخفض نسبة لما ظهر للمستوى قلق الامتحان بالنسبة للإناث.

- أن أفراد العينة الذكور والإناث أظهروا مستوى الاكتئاب لديهم منخفض جداً .
- كشف الدراسة على أن نسبة عالية جداً من الطلاب يهتمون بالذاكرة والتحصيل في أول الفصل الدراسي .

### 7. دراسة إبراهيم الخضر الحسن 1998م:

بعنوان: (التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الطلاب أبناء المغتربين).  
الهدف من هذه الدراسة التعرف على درجة مستوى التوافق النفسي لدى الطلاب من أفراد العينة، وعلاقته بالتحصيل الدراسي وقد شملت عينة الدراسة (219) طالباً وطالبة منهم (110) طالباً وطالبة من أبناء المغتربين.

قام الباحث بتطبيق مقياس التوافق النفسي لدى أفراد العينة ومقارنتها بدرجاتهم في التحصيل الدراسي.

أهم ما توصلت إليه هذه الدراسة:

- توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي بين طلاب أبناء المغتربين والطلاب غير المغتربين .
- توجد علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي والاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلاب أبناء المغتربين في الجامعات السودانية .

## منهج وإجراءات الدراسة

**منهج البحث:**

**مقدمة:**

في هذا الفصل سوف يتناول الباحث المنهج المتبع في البحث ووصف مجتمع البحث والتعرف على العينة والأدوات المستخدمة في جمع المعلومات.

**منهج البحث:**

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وهو المنهج الذي يرتبط بدراسة الموضوعات المتعلقة بالمجالات الإنسانية ويعتبر الأسلوب الأكثر شيوعاً بين جمهور الباحثين في الوقت الحاضر نتيجة صعوبة استخدام الأساليب الأخرى خاصة ما يتعلق منها بالأسلوب التجريبي. (إحسان محمد الحسن وعبد المنعم الحسن، 1987م).

ويرجع الاستخدام إلى هذا المنهج أنه يتيح فرصة لدراسة الظاهرة موضوع البحث ووصفها وصفاً علمياً دقيقاً، عن طريق جمع المعلومات عن الظاهرة بأدوات جمع البيانات ومن ثم تحليل هذه المعلومات وتفسيرها للوصول إلى النتائج.

**مجتمع العينة:**

يقدم الباحث بتوضيح المجتمع الكلي للدراسة وهم طلاب وطالبات كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، والمجتمع الأصلي للدراسة وهم طلاب وطالبات قسم علم النفس حسب الإحصائية من مكتب المسجل وأوضحها في الجدول الآتي:

الجدول الآتي يوضح المجتمع الأصلي للدراسة:

المجموع	إناث	ذكور	الفرق
70	59	11	أولى
68	47	21	ثانية
47	42	5	ثالثة
68	57	11	رابعة
253	205	48	المجموع

القسم الأول: تحليل البيانات الشخصية:

النوع:

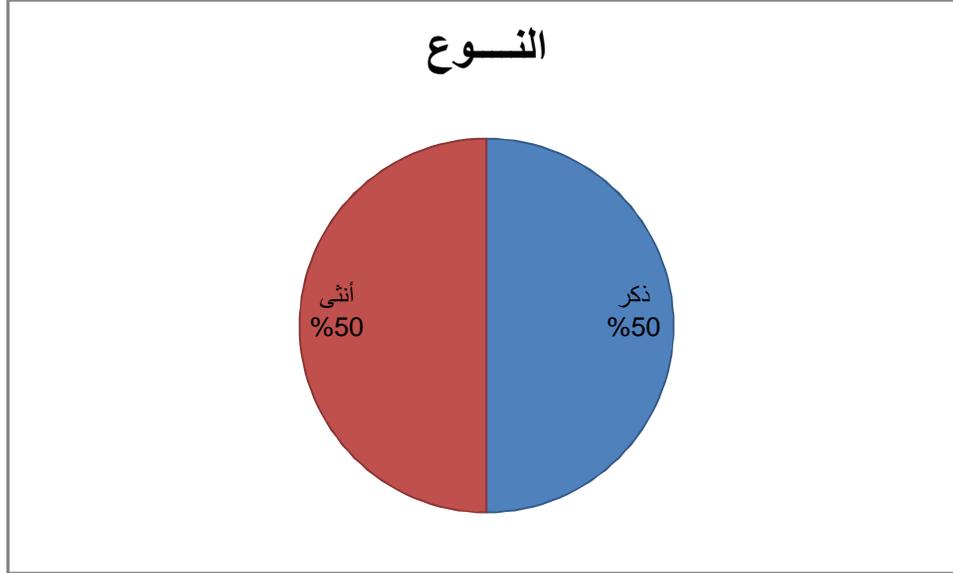
جدول رقم (1)

التكرارات لأفراد عينة الدراسة حسب النوع

النسبة %	التكرار	النوع
50	26	ذكر
50	26	أنثى
100	52	المجموع

المصدر: إعداد الباحث من بيانات الاستبانة 2013م

شكل بياني رقم (1)  
أفراد عينة الدراسة حسب النوع



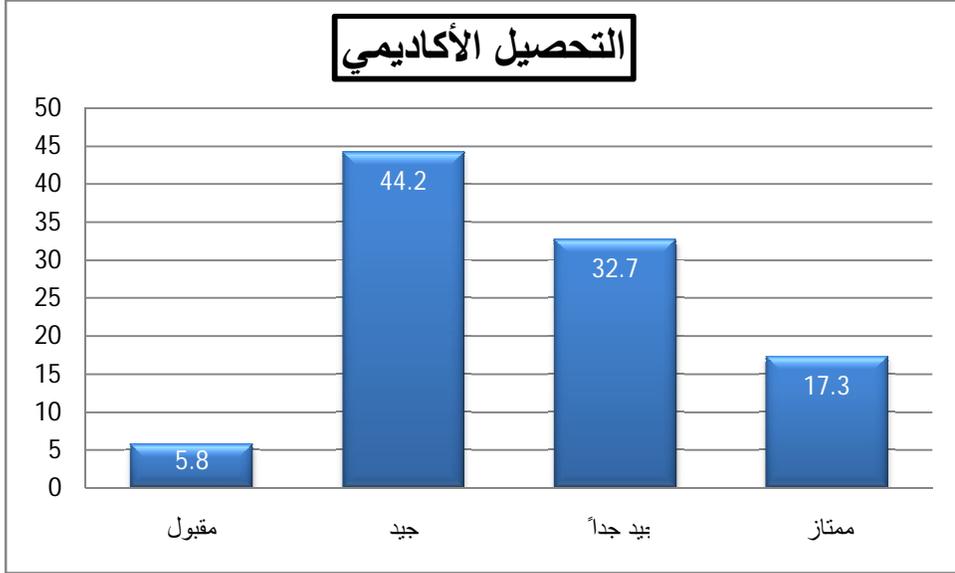
المصدر: إعداد الباحث من بيانات الاستبانة 2013م.  
من الجدول رقم (1) والشكل البياني رقم (1) فإن 50% من العينة ذكور و50% إناث.  
التحصيل الأكاديمي:

جدول رقم (2)  
التكرارات لأفراد عينة الدراسة حسب التحصيل الأكاديمي

النسبة %	التكرار	التحصيل الأكاديمي
5.8	3	مقبول
44.2	23	جيد
32.7	17	جيد جداً
17.3	9	ممتاز
100	52	المجموع

المصدر: أعداد الباحث من بيانات الاستبانة 2014م.

شكل بياني رقم (2)  
أفراد عينة الدراسة حسب النوع



المصدر: إعداد الباحث من بيانات الاستبانة 2014م.

من الجدول رقم (2) والشكل البياني رقم (2) فإن 5.8% من أفراد عينة الدراسة تحصيلهم الأكاديمي مقبول، 44.2% تحصيلهم جيد، 32.7% من أفراد العينة تحصيلهم الأكاديمي جيد جداً، و17.3% تحصيلهم ممتاز.

وبعد قيام الباحث بتحديد مجتمع الدراسة الأصلي كما موضح سابقاً يقدم الباحث بتوضيح العينة المختارة من هذا المجتمع.

**عينة البحث :**

وتمثل العينة في هذا البحث 1020 من كل مستوي من مستويات علم النفس ( أولي - ثانية - ثالثة - رابعة) وسوف توضح في الجدول الآتي :

جدول يوضح العينة الحقيقية للدراسة

المجموع	إناث	ذكور	الفرقة
14	7	7	أولي
14	7	7	ثانية
10	5	5	ثالثة
14	7	7	رابعة
52	26	26	المجموع الكلي

وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية

أدوات البحث :

اعتمد الباحث لجمع المعلومات والبيانات اللازمة للبحث للأدوات الآتية :

مقياس حامد زهران لقياس قلق الامتحان ومقياس محمد عبد الظاهر محمد لقياس قلق الاختيار وتم اختيار 18 فقرة أو بند من مقياس حامد زهران و20 فقرة أو بند من مقياس محمد عبد الظاهر محمد وكانت جملة المقياسين 38 بند ، وبعد التعديل والتحكيم أصبحت 36 بند فقط. وكانت عباراته أربعة وهي :  
أبداً - أحياناً - غالباً - دائماً .

في التحكيم لم يتم حذف أي عبارة ولكن تم حذف بندين من بنوده وهي :

- عندما أستعد للامتحان أشعر بعصبية شديدة .

- أثناء الامتحان أشعر بأني متوتر جداً .

وكانت دواعي الحذف بأن المقياس كثير في بنوده وأحياناً تمثلها فقرات أخرى.

## وصف المقياس :

يعتبر اختبار قلق الامتحان مقياس تقرير ذاتي - سيكومتري ثم إعداد لقياس الفروق الفردية في قلق الامتحان كسمة في الشخصية في موقف محدد ويتكون من 36 عبارة وتوجد مساحة لتسجيل الاستنتاجات ويطلب من المفحوصين أن يعبروا عن كيفية ومدى تكرار معاناتهم لأعراض القلق قبل وأثناء وبعد الامتحان ، بالإضافة إلي قياس الفروق الفردية لأعراض القلق في موقف الامتحان وبالرغم من أعداد مقياس قلق الامتحان علي طلاب المدارس الثانوية والكليات فإن المقياس استخدم بنجاح لدي طلاب المرحلة الإعدادية .

## التطبيق :

يتم تعميم المقياس للتطبيق الفردي ويمكن أيضاً تطبيقه بطريقة جماعية وعلي الرغم من أنه لا يوجد وقت للانتهاء من الاختبار فإن المفحوصين يؤدون الاختبار في مدة تتراوح من 8-10 دقائق وعند التطبيق يقدم المقياس علي أنه مقياس للاتجاه نحو الاختبار ويكون هذا مكتوب علي المقياس وينبغي تجنب استخدام مصطلح القلق .

## صدق المحكمين :

قام الباحث بغرض عبارات المقياس علي عدد من الأساتذة والخبراء والمختصين في هذا المجال وذلك للوقوف علي هذه العبارات ومعرفة مدى مناسبتها لقياس السمة المراد قياسها ، وبعد التعديل أكد المحكمين علي صحة هذه العبارات التي تم تعديلها ووضوحها ومناسبتها لقياس السمة المراد قياسها .

الجدول الآتي يوضح قائمة بأسماء المحكمين :

الاسم	الجامعة	الوظيفة
د. بخيته محمد زين	جامعة السودان - كلية التربية	أستاذ مساعد
د. ميسونة بابكر حامد	جامعة السودان - كلية التربية	استاذ مساعد
د. سلوي عبد الله الحاج	جامعة السودان - كلية التربية - قسم علم النفس	رئيس قسم علم النفس

وفيما يلي يورد الباحث التعديلات التي قام بها المحكمين :

### جدول يوضح نص العبارات قبل وبعد التعديل

الرقم	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
2	أثناء الامتحانات أشعر بالارتباك والإحساس بالإضطراب	أثناء الامتحانات أشعر بأني قلق
3	تفكيري في درجاتي في المادة يتدخل في أدائي للامتحان	تفكيري أثناء اختباري للمادة يؤثر علي درجاتي
5	أثناء الامتحانات أجد نفسي أفكر فيما إذا كنت سوف أنتهي من الدراسة في الجامعة	أثناء الامتحانات ينتابني تفكير في نهاية الدراسة بالجامعة
8	أشعر بعصبية شديدة عندما أخذ امتحاناً مهماً	أشعر بعصبية شديدة عندما أدخل إمتحاناً مهماً
13	أثناء الامتحانات المهمة أشعر بإرتباك شديد بالمعدة	أثناء الامتحانات المهمة أشعر وكأني فاشل
15	أشعر بالذعر أثناء الامتحانات المهمة	أشعر بالهلع أثناء الامتحانات المهمة
18	أشعر بقلبي يدق بسرعة أثناء الامتحان	تزداد دقات قلبي أثناء الامتحان
22	عندما أكون في البيت أفكر في دروس الغد استمر بالخوف من أنني سوف أعطي إجابات خاطئة	عندما أكون في البيت وأفكر في امتحان الغد ينتابني الخوف من أنني سوف أعطي إجابات خاطئة
31	أشعر بنقص الثقة في النفس أثناء الإجابة في الامتحان	أشعر بعدم الثقة في إجاباتي لأسئلة الامتحان

## صدق المقياس :

قام الباحث بعرض عبارات المقياس لعدد من الأساتذة والخبراء والمختصين في هذا المجال وذلك للوقوف علي العبارات ومعرفة مدى مناسبتها لقياس السمة المراد قياسها وبعد التعديل أكد المحكمين علي صحة هذه العبارات التي تم تعديلها ووضوحها ومناسبتها للعينة التي أعدت للقياس .

## ثبات المقياس :

تم توزيع الاستبيان علي عينة استطلاعية في مارس 2011م التي بلغ عددها 20 طالب وطالبة وبعد تفريق البيانات ، قام الباحث بحساب معامل الصدق عن طريق حساب الجزر التربيعي لمعامل الثبات وتوصل إلي معامل صدق وقدره (89%) وهذا ما يعتبر معامل صدق عالي .

قام الباحث بحساب معامل الثبات عن طريق ألفا كروتباخ حيث بلغ معدل الثبات (77%) وبالنظر إلي هذه القيمة الخاصة بمعامل الثبات نجدها قيمة عالية وهذا ما يشير إلي ثبات عالي للمقياس ويصلح للتطبيق .

## عرض وتحليل النتائج

أولاً: الترميز :

تم ترميز إجابات المبحوثين حتى يسهل إدخالها في جهاز الحاسب الآلي للتحليل الإحصائي حسب الأوزان الآتية:

دائماً	وزنها	4
غالباً	وزنها	3
أحياناً	وزنها	2
أبداً	وزنها	1

ثانياً: الأسلوب الإحصائي :

استخدم برنامج أُل (SPSS) لمعالجة البيانات إحصائياً SPSS مختصر لـ statistical package for social sciences والتي تعنى بالعربية الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الأسلوب الإحصائي المستخدم في تحليل هذه البيانات هو التكرارات والنسب المئوية لإجابات المبحوثين والوسط الحسابي والانحراف المعياري بالإضافة إلى اختبار (ت) لمتوسط عينة واحدة وعينتين مستقلتين وارتباط برسون.

القسم الأول : تحليل البيانات الشخصية

النوع

جدول رقم (1)

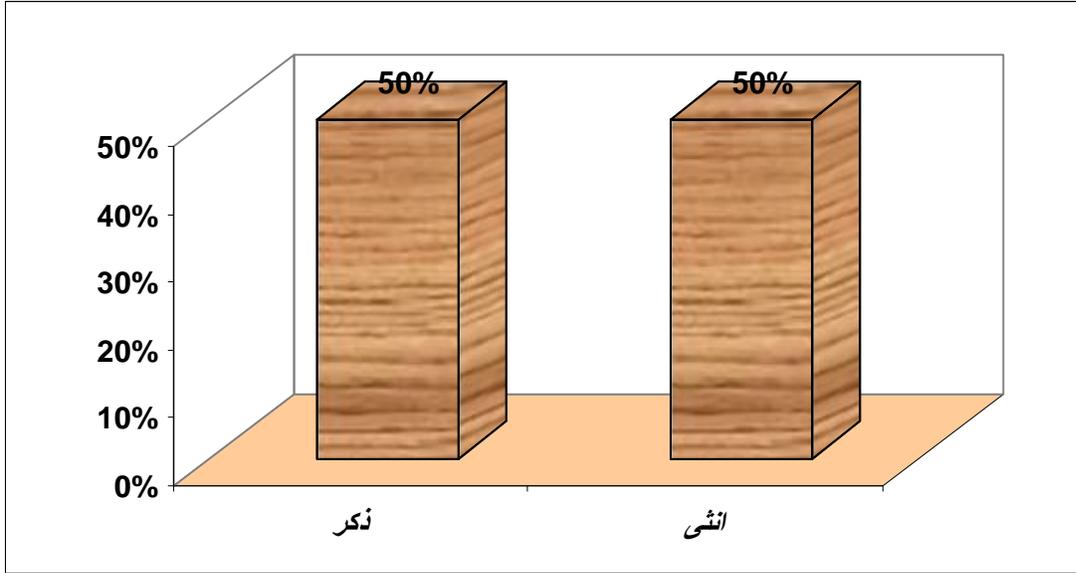
التكرارات لأفراد عينة الدراسة حسب النوع.

النوع	التكرار	النسبة %
ذكر	26	50
انثى	26	50
المجموع	52	100

المصدر: إعداد الباحث من بيانات الإستبانة، 2013 م

شكل بياني رقم (1)

أفراد عينة الدراسة حسب النوع



المصدر: إعداد الباحث من بيانات الإستبانة، 2013 م

من الجدول رقم (1) والشكل البياني رقم (1) فإن 50% من أفراد العينة ذكور، و 50% إناث.

جدول رقم (2)

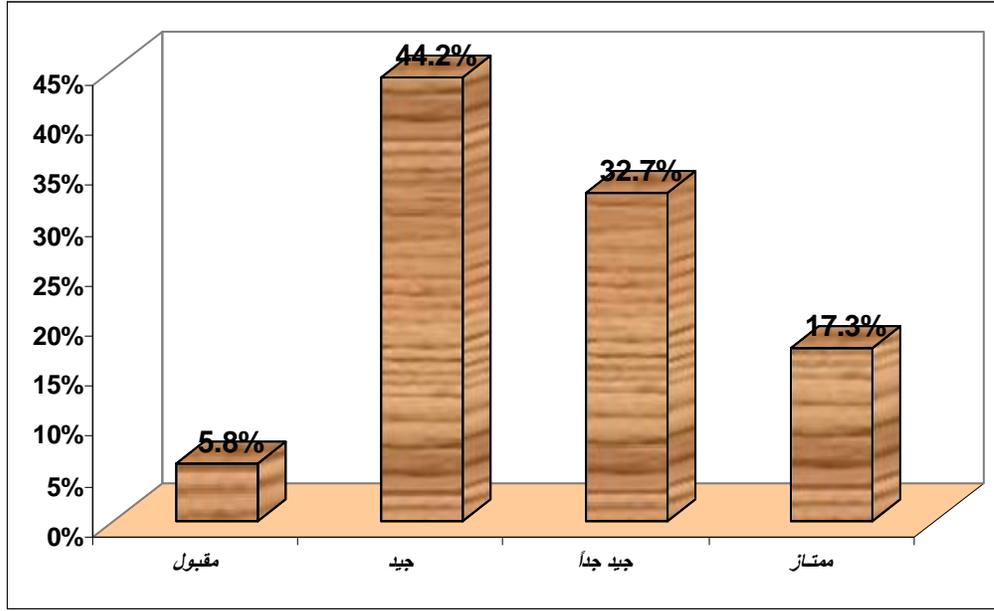
التكرارات لأفراد عينة الدراسة حسب التحصيل الأكاديمي.

النسبة %	التكرار	التحصيل الأكاديمي
5.8	3	مقبول
44.2	23	جيد
32.7	17	جيد جداً
17.3	9	ممتاز
100	52	المجموع

المصدر: إعداد الباحث من بيانات الإستبانة، 2013 م

شكل بياني رقم (2)

أفراد عينة الدراسة حسب النوع



المصدر: إعداد الباحث من بيانات الإستبانة، 2014 م

من الجدول رقم (2) والشكل البياني رقم (2) فإن 5.8% من أفراد العينة الدراسة تحصيلهم الأكاديمي مقبول، 44.2% تحصيلهم جيد، بينما 32.7% من أفراد العينة تحصيلهم الأكاديمي جيد جداً، و 17.3% تحصيلهم ممتاز.

نص السؤال الأول : ما مستوى قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

جدول رقم (3) : يوضح التكرار والنسبة المئوية لإجابات افراد عينة الدراسة حول عبارات قلق الامتحان.

العبارات	ابداً	احياناً	غالباً	دائماً
1. أشعر بالثقة والإرتياح أثناء الإجابة على الامتحانات.	5 %9.6	18 %34.6	7 %13.5	22 %42.3
2. أثناء الامتحانات أشعر بأني قلق.	15 %28.8	10 %19.2	19 %36.5	8 %15.4
3. تفكيري أثناء اختبائي للمادة يؤثر على درجاتي.	19 %36.5	19 %36.5	12 %23.1	2 %3.8
4. أشعر ببرودة شديدة أثناء الامتحانات المهمة.	17 %32.7	19 %36.5	8 %15.4	8 %15.4
5. أثناء الامتحانات ينتابني تفكير في نهاية الدراسة بالجامعة.	16 %30.8	17 %32.7	9 %17.3	10 %19.2
6. كلما كان أدائي في الامتحان منخفض أثر على تركيزي.	8 %15.4	25 %48.1	13 %25	6 %11.5

9	2	25	16	7. كلما كان أدائي على الاختبارات أداءً جاداً علماً إزدت ارتباكاً.
%17.3	%3.8	%48.1	%30.8	
10	10	25	7	8. شعر بعصبية شديدة عندما أدخل امتحاناً مهماً.
%19.2	%19.2	%48.1	%60	
21	11	9	11	9. أبدأ في الإحساس بارتباك قبل الحصول على ورقة الامتحان.
%40.4	%21.2	%17.3	%21.2	
4	6	14	28	10. أتمنى ألا يزعجني موقف بالامتحانات.
%7.7	%11.5	%26.9	%53.8	
2	5	17	28	11. أثناء الامتحانات المهمة أشعر بألم شديد بالمعدة.
%3.8	%9.6	%32.7	%53.8	
5	10	18	19	12. أثناء الامتحانات المهمة أشعر وكأنني فاشل.
%9.6	%19.2	%34.6	%36.5	
18	10	18	6	13. أشعر بالهلع أثناء الامتحانات المهمة.
%34.6	%19.2	%34.6	%11.5	
6	8	16	22	14. أشعر بالقلق كثيراً قبل الامتحانات.
%11.5	%15.4	%30.8	%11.5	
15	12	20	5	15. أثناء الامتحانات أجد نفسي أفكر في عواقب الرسوب.

%28.8	%23.1	%38.5	%9.6	
3	15	15	19	16. تزداد دقات قلبي أثناء الامتحان.
%5.8	%28.8	%28.8	%36.5	
7	10	22	13	17. بعد الامتحان أحاول إنهاء القلق لكني لا أستطيع ذلك.
%13.5	%19.2	%42.3	%25	
11	8	16	17	18. أثناء الامتحانات أشعر بالعصبية لدرجة أنني أنسى الحقائق التي أعرفها تماماً.
%21.2	%15.4	%30.8	%32.7	
6	9	14	23	19. أشعر بالتوتر عند اقتراب موعد الامتحان بدرجة أكثر من زملائي الطلاب.
%11.5	%17.3	%26.9	%44.2	
7	12	23	10	20. عندما أكون في البيت وأفكر في امتحان الغد ينتابني الخوف من أنني سوف أعطي إجابات خاطئة.
%13.5	%23.1	%44.2	%19.2	
10	10	22	10	21. عندما أفكر بامتحان اليوم التالي أشعر بالقلق من أن أدائي في بعض الامتحانات لا يكون مقبولاً.
%19.2	%19.2	%42.3	%19.2	
13	12	20	7	22. أخاف من الفشل في أدائي إذا ما علمت أن المعلم سيعطينا امتحاناً.
%25	%23.1	%38.5	%13.5	
9	4	14	25	23. أشعر باقلق أثناء الانتظار لدخول قاعة الامتحان.
%17.3	%7.7	%26.9	%48.1	

10	9	24	9	24. يزداد إفراز العرق في يدي ووجهي أثناء الامتحان.
%19.2	%17.3	%46.2	%17.3	
12	8	18	14	25. أشعر بالتوتر والارتباك عند إستعدادي للامتحان النهائي.
%23.1	%15.4	%26.9	%26.9	
10	7	12	23	26. أعتقد أن من عيوبي السرعة في قراءة الاسئلة.
%19.2	%13.5	%23.1	%44.2	
14	8	13	17	27. أشعر بالتوتر عندما ي نظر المراقب لورقتي.
%26.9	%15.4	%25	%32.7	
4	5	25	18	28. يرافقني القلق طوال أيام الامتحان.
%7.7	%9.6	%48.1	%26.9	
7	8	18	19	29. أشعر بعدم الثقة في أثناء إجابتي لاسئلة الامتحان.
%13.5	%15.4	%34.6	%36.5	
7	5	24	16	30. أشعر بخوف شديد أثناء أداء الامتحان.
%13.5	%9.6	%46.2	%30.8	
12	12	15	13	31. يزعجني أنني لا أستطيع توزيع وقت الامتحان على الاسئلة المطلوبة.
%23.1	%23.1	%28.8	%25	
12	10	19	11	32. يربكني أن الوقت لا يكفي للإجابة عن الأسئلة المطلوبة.

%23.1	%19.2	%36.5	%21.2	
7	11	12	22	33. أخاف من وجود أسئلة خارج المقرر.
%13.5	%21.2	%23.1	%42.3	
9	8	20	15	34. يصيبني الأرق ولا أستطيع النوم ليلة الامتحان.
%17.3	%15.4	%38.5	%28.8	
13	10	18	11	35. من عيوي الاجابة المتعجلة والغير دقيقة.
%25	%19.2	%26.9	%21.2	
12	10	19	11	36. أشعر بالتوتر الشديد أثناء الامتحان.
%23.1	%19.2	%36.5	%21.2	
341	333	653	545	مجموع إجابات المبحوثين
%18.2	%17.8	%34.9	%29.1	

من الجدول أعلاه نلاحظ أن 29.1% من افراد عينة الدراسة لا ينتابهم ابدأ قلق

الامتحان ، و 34.9% احياناً يشعروا بالقلق ، بينما 17.8% غالباً ما يشعروا بالقلق ، و 18.2% دائماً يشعروا بالقلق الامتحان.

لاختبار هذه الفرضية سيتم استخدام اختبار (ت) لمتوسط عينة واحد وذلك باستخدام متوسط درجات أفراد العينة وذلك كالأتي:

### جدول رقم (6)

جدول رقم (4) : يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري بالإضافة إلى القيمة الاحتمالية لاختبار (ت) لمتوسط عينة واحدة.

القيمة الإحتمالية	درجة الحرية	قيمة الإختبار	الانحراف المعياري	الحسابي الحسابي	العبارات
0.013	51	2.6	1.1	2.9	1. أشعر بالثقة والإرتياح أثناء الإجابة على الامتحانات.
0.440	51	0.8	1.1	2.6	2. أثناء الامتحانات أشعر بأني قلق.
0.00	51	4.6-	0.9	1.9	3. تفكيري أثناء اختبائي للمادة يؤثر على درجاتي.
0.01	51	2.5-	1.0	2.1	4. أشعر ببرودة شديدة أثناء الامتحانات المهمة.
0.10	51	1.6-	1.1	2.3	5. أثناء الامتحانات ينتابني تفكير في نهاية الدراصة بالجامعة.
0.16	51	1.4-	0.9	2.3	6. كلما كان أدائي في الامتحان منخفض أثر على تركيزي.
0.00	51	5.8-	1.0	1.7	7. كلما كان أدائي على الاختبارات أداءً جاداً علما إزدت ارتباكاً.
0.004	51	3.0-	1.0	2.1	8. شعر بعصبية شديدة عندما أدخل امتحاناً مهماً .
0.66	51	4.-	1.0	2.4	9. أبدأ في الإحساس بارتباك قبل الحصول على ورقة

					الامتحان.
0.068	51	1.9	1.2	2.8	10. أتمنى ألا يزعجني موقف بالامتحانات.
0.00	51	5.8-	1.0	1.7	11. أثناء الامتحانات المهمة اشعر بألم شديد بالمعدة.
0.00	51	7.6-	0.8	1.6	12. أثناء الامتحانات المهمة أشعر وكأنني فاشل.
0.01	51	3.5-	1.0	2.0	13. أشعر بالهلع أثناء الامتحانات المهمة.
0.03	51	1.8	1.1	2.8	14. اشعر بالقلق كثيراً قبل الامتحانات.
0.00	51	3.8-	1.0	2.0	15. أثناء الامتحانات أجد نفسي أفكر في عواقب الرسوب.
0.13	51	1.5	1.0	2.7	16. تزداد دقات قلبي أثناء الامتحان.
0.01	51	3.5-	0.9	2.0	17. بعد الامتحان أحاول إنهاء القلق لكنني لا أستطيع ذلك.
0.03	51	2.1-	1.0	2.2	18. أثناء الامتحانات أشعر بالعصبية لدرجة أنني أنسى الحقائق التي أعرفها تماماً.
0.11	51	1.6-	1.1	2.3	19. أشعر بالتوتر عند اقتراب موعد الامتحان بدرجة أكثر من زملائي الطلاب.
0.01	51	3.7-	1.0	2.0	20. عندما أكون في البيت وأفكر في امتحان الغد ينتابني الخوف من أنني سوف أعطي إجابات خاطئة.
0.14	51	1.5-	0.9	2.3	21. عندما أفكر بامتحان اليوم التالي أشعر بالقلق من أن أدائي في بعض الامتحانات لا يكون مقبولاً.
0.41	51	0.8-	1.0	2.4	22. أخاف من الفشل في أدائي إذا ما علمت أن المعلم

					سيطينا امتحاناً .
498.	51	0.7	1.0	2.6	23. أشعر بأقلق أثناء الانتظار لدخول قاعة الامتحان.
001.	51	3.6-	1.1	1.9	24. يزداد إفراز العرق في يدي ووجهي أثناء الامتحان.
406.	51	0.8-	1.0	2.4	25. أشعر بالتوتر والارتباك عند إستعدادي للامتحان النهائي.
0.32	51	1.0-	1.1	2.3	26. أعتقد أن من عيوبي السرعة في قراءة الاسئلة.
0.01	51	2.6-	1.2	2.1	27. أشعر بالتوتر عندما ي نظر المراقب لورقتي.
0.42	51	0.8-	1.2	2.4	28. يرافقتني القلق طوال أيام الامتحان.
0.00	51	4.9-	0.9	1.9	29. أشعر بعدم الثقة في أثناء إجابتي لاسئلة الامتحان.
0.00	51	3.1-	1.0	2.1	30. أشعر بخوف شديد أثناء أداء الامتحان.
0.02	51	3.3-	1.0	2.1	31. يزعجني أنني لا أستطيع توزيع وقت الامتحان على الاسئلة المطلوبة.
0.71	51	0.4-	1.1	2.4	32. يربكني أن الوقت لا يكفي للإجابة عن الأسئلة المطلوبة.
0.01	51	0.4-	1.1	2.4	33. أخاف من وجود أسئلة خارج المقرر.
0.01	51	2.9-	1.1	2.1	34. يصيبني الأرق ولا أستطيع النوم ليلة الامتحان.
0.05	51	2.0-	1.1	2.2	35. من عيوبي الاجابة المتعجلة والغير دقيقة.

0.90	51	0.1-	1.1	2.5	36. أشعر بالتوتر الشديد أثناء الامتحان.
------	----	------	-----	-----	---

المصدر: إعداد الباحث من بيانات الإستبانة، 2014 م

يلاحظ من الجدول رقم (11/3/5) أن الوسط الحسابي لغالبية العبارات أقل من الوسط الحسابي الفرضي (2.5) وهذا يشير إلى أن إجابات المبحوثين نحو هذه العبارات تسير في الاتجاه السلبي أي هذه العبارات لا تنطبق عليهم.

أما الانحراف المعياري لهذه العبارات يتراوح ما بين (0.8 - 1.1) وهذا يشير إلى تجانس إجابات المبحوثين.

بالنظر إلى القيمة الاحتمالية لغالبية العبارات فهي أقل من مستوى المعنوية 0.05 وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

من خلال هذا يمكن القول بأن: مستوى قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا منخفض.

نص السؤال الثاني : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغير النوع.

جدول رقم (4) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري بالإضافة إلى القيمة الاحتمالية لاختبار (ت) لمعرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغير النوع.

الطلاب	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	قيمة (ت) الجدولية	الاستنتاج
ذكور	26	77	18.4	- 0.96	50	0.34	توجد فروق
إناث	26	83.2	21.1				

من الجدول أعلاه نجد متوسط قلق الطلاب في الامتحان يساوي (77) بينما متوسط قلق الامتحان لدى الإناث يساوي (83.2).

كما نجد الانحراف المعياري لدرجات الذكور والإناث في قلق الامتحان يساوي (18.4 - 21.1) على التوالي وهذا يشير إلى تجانس درجاتهم.

أما قيمة (ت) المحسوبة تساوي (-0.96) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية (0.34) عند مستوى معنوية (0.05) وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والإناث في قلق الامتحان وتعزى هذا الفرق لصالح الإناث أي أن قلق الإناث في الامتحان مرتفع.

بناءً على هذا يمكن القول بأنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية تبعاً لمتغير النوع.

السؤال الثالث : هل هناك علاقة طردية بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان

جدول رقم (5) يوضح معامل ارتباط بيرسون لمعرفة ما إذا كنت هناك علاقة طردية بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي.

المتغيرات	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
قلق الامتحان	- 0.75	0.00	توجد فروق
التحصيل الأكاديمي			

قيمة معامل الارتباط بين قلق الامتحان و التحصيل الأكاديمي يساوي - 0.75

وهذا يدل على أن الارتباط بينهما عكسي، القيمة الاحتمالية تساوي (Sig = 0.00) مما يدل على وجود ارتباط عكسي بين المتغيرين بمعنى أنه كلما زاد قلق الامتحان كلما قل التحصيل الأكاديمي.

من خلال هذا يمكن القول بأنه : ليس هناك علاقة طردية بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان.

## الخاتمة :

بحمد الله سبحانه وتعالى تمكن الباحث من إتمام هذا البحث المتواضع في أولى أمواج التعليم العالي ، وبعد وضع أهداف الدراسة وفروض لها علاقة بالأهداف قام باستخدام المنهج الوصفي لضمان الوصول إلي بيانات عميقة وشاملة عن قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا ، وبعد التحليل الإحصائي توصل الباحث إلي النتائج الآتية :

1. مستوى قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا منخفض .
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربى تبعاً لمتغير النوع.
3. ليس هناك علاقة طردية بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية جامعة السودان.

## التوصيات :

### يوصي الباحث بالآتي :

1. تشجيع الطلاب علي التفاعلي الاجتماعي الحميم الذي شأنه دفع توافقهم العام لكي ينعكس علي توافقهم الأكاديمي مما قد يساعدهم علي التغلب علي قلق الامتحان .
2. الاهتمام بالجرعات الإرشادية والتوجيه أثناء فترات تواجدهم بالجامعة .
3. صقل الطلاب بمهارات تمكنهم من التغلب علي المشكلات الأكاديمية التي تواجههم .
4. التوسع في دراسة قلق الامتحان وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية .
5. إعداد بحوث تعمل علي تعميق العلاقة ما بين التحصيل الأكاديمي وقلق الامتحان وشخصية الطالب ومدى تفاعله مع المحيطين به .

المقترحات :

يعتبر الباحث أن هذا الموضوع أكبر من أن يدرس في بحث تكميلي نظراً لأهميته والآثار المترتبة عليه في نتائج الطلاب ،ولهذا أقدم مقترحات وهي عبارة عن بحوث مستقبلية وتحاول كشف بعض الجوانب والتي تكون أيضاً من أساليب التغلب علي هذه المشكلة وسنداً وزخراً لميدان البحث العلمي ومن هذه المقترحات :

1. الآثار الاقتصادية والاجتماعية والسياسية وعلاقتها بكل من قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي .

2.العوامل ذات الأثر علي الأسرة بين مستوى تعليمي واقتصادي وأثرها علي تحصيل الطلاب .

3. دراسة فعالية برنامج إرشادي لخفض أثر قلق الامتحان وتأثيره علي التحصيل الأكاديمي .

## قائمة المراجع :

1. القدرات العقلية : أبو حطب، فؤاد، مكتبة الأنجلو - القاهرة ، 1983 .

2. الصحة النفسية : الفريطي ، عبد المطلب أمين ، ط1، دار الفكر العربي - القاهرة ، 1998م.
3. الشخصية الدافعية للإنفعالات : دافيدوف ، ليندا ، ط1 ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية -2002م .
4. القلق والامتحانات : العيسوي ، عبد الرحمن ، الإمارات 1988م .
5. قائمة قلق الاختبار : شعيب علي محمود ، مجلة التربية ، العدد 1995، 115م.
6. بناء مقياس القلق الامتحاني لدي طلاب كلية التربية: احمد عبد الواحد عبد الرحمن ، عدن ، 2003م.
7. معاملة الوالدين للطفل وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في مرحلة التعليم الإبتدائي : نادر، دمشق 1998م .
8. الاتجاهات النفسية عند الأولاد والوالدين والمربين نحو بعض المفاهيم الاجتماعية : حامد عبد السلام زهران ، الكتاب السنوي في التربية وعلم النفس ، عالم الكتب ، 1973م.
9. مفهوم الذات الخاص في التوجيه والعلاج النفسي: حامد عبد السلام زهران - مجلة الصحة النفسية ، العدد السنوي ، 1972م .
10. الموهبة النفسية علم النفس والطب النفسي ، د.عبد المنعم ، ط2 ، مكتبة مدبولي 6 ميدان طلعة حرب القاهرة ، 2003م .
11. في الصحة النفسية : د.عبد المطلب أمين القرطبي ، استاذ الصحة النفسية جامعة حلوان ، ط1 ، 1998م .

12. علم النفس المرضي - نماذج لحالات اضطرابات نفسية وعلاجها : د. السيد فهمي علي، 2010م .
13. مقدمة في الصحة النفسية : د. سامي محسن الختاتنة ، جامعة مؤتة ، كلية العلوم ، ط2012، 1م .
14. علم النفس الإكلينيكي : د. محمد جاسم العبيد ، ط1 2004 ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، دار الثقافة للنشر ، 2009م .
15. التوجيه والإرشاد النفسي ، د. سهيل كامل أحمد ، مركز الإسكندرية للكتاب 2003م.
16. أساسيات القياس والتقويم التربوي : د. زيد الهويدي ، دار الكتاب الجامعي - العين، 2003م .
17. تقييم التحصيل اختباراته وعملياته وتوجيهه ، التربية المدرسية :د. محمد زياد حمدان ، دار التربية الحديثة ، الأردن ، 1986م.
18. كيف تتحقق من قلق الامتحان : د. أبو ملوحة محمد يوسف ، دار النشر - القاهرة ، 2004م .