



بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا



كلية الدراسات العليا

كلية التربية

بحث تكميلي لنيل درجة الدبلوم العالي في التربية بعنوان

فعالية الإرشاد النفسي في خفض قلق الامتحان

دراسة ميدانية لطلاب كلية التربية جامعة السودان

للعلوم والتكنولوجيا

إشراف

أ. رباب جمال

إعداد

نورابا يوسف حاج الخضر

2011م

ستخلص البحث:

هدف هذا البحث لمعرفة فاعلية الإرشاد النفسي في خفض قلق الإمتحان لدى طلاب الجامعات هدف البحث للآتي:

1. توسيع الفهم نحو موضوع الإرشاد وأثره على التكيف الأكاديمي.
2. التعرف على أساليب تحقيق الصحة النفسية عبر البرامج الإرشادية في المؤسسات الجامعية.
3. وضع خطة لتنفيذ العمل الإرشادي في المؤسسات الجامعية وتوضيح أهمية تطور الطلاب بما أن هذا البحث في إطار الوصف استخدمت المنهج الوصفي لمنهج هذه الدراسة. ويتمثل مجتمع البحث من طلاب وطالبات جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية للعام الدراسي 2010-2011م البالغ عددهم 40 طالب وطالبة من الذين يعانون قلق الإمتحان. وبعد التحليل البياني الإحصائي توصلت إلى الآتي:

❖ أولاً: أثبت البحث أن هناك تأثير ذو دلالة إحصائية عند تلقي الإرشاد النفسي بمعنى أن الطلاب يتأثرون بالإرشاد النفسي.

❖ ثانياً: أنه ليس هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من حيث الإستجابة للإرشاد النفسي.

❖ ثالثاً: لا توجد علاقة بين الطرق الإستذكارية ونشؤ قلق الإمتحان.

Research Summary

This research aims to determine the effectiveness of counseling skills in the reduction of test anxiety among students in universities and research aimed to come:

1. To identify the understanding of the subject guidance and its impact on academic adjustment.
2. To identify ways to achieve mental health through outreach programs in academic institutions.
3. Develop a plan for the implementation of the extension work in academic institutions, end, illustrate the importance of the development of students“ .

Since this research was part of the description and Experimental used experimental descriptive approach to the method of this study.

The research community of students, Sudan University of Science and Technology College of Education for the academic year 2010-2011 of the 40 students who suffer from test anxiety.

After statistical analysis chart come to the following:-

First Research has proven that there is a statistically significant effect when received psychological counseling in the sense that the students effected by the guidance counselor.

Second - that there is no statistically significant differences between males and females in terms of responding to the guidance counselor. Third - No relationship between roads end Alastzkaria emergence of test Anxiety.

Research Summary

This research aims to determine the effectiveness of counseling skills in the reduction of test anxiety among students in universities and research aimed to come:

1. To identify the understanding of the subject guidance and its impact on academic adjustment.
2. To identify ways to achieve mental health through outreach programs in academic institutions.
3. Develop a plan for the implementation of the extension work in academic institutions, end, illustrate the importance of the development of students“ .

Since this research was part of the description and Experimental used experimental descriptive approach to the method of this study.

The research community of students, Sudan University of Science and Technology College of Education for the academic year 2010-2011 of the 40 students who suffer from test anxiety.

After statistical analysis chart come to the following:-

First Research has proven that there is a statistically significant effect when received psychological counseling in the sense that the students effected by the guidance counselor.

Second - that there is no statistically significant differences between males and females in terms of responding to the guidance counselor. Third - No relationship between roads end Alastzkaria emergence of test Anxiety.

فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	الإهداء
ب	شكر والتقدير
ج	مستخلص باللغة العربية
د	مستخلص باللغة الانجليزية
هـ-و	فهرس الموضوعات
الفصل الأول: الإطار العام	
1	المقدمة
2	مشكلة البحث
3	أهمية البحث
4	أهداف البحث
4	فروض البحث
5	منهج البحث
5	حدود البحث
5	مصطلحات البحث
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
6	التمهيد
19-6	المبحث الأول: الإرشاد النفسي
24-20	المبحث الثاني: قلق الإمتحان
30-25	المبحث الثالث: الدراسات السابقة (سودانية- عربية- اجنبية)
الفصل الثالث	
82-31	إجراءات البحث الميدانية

الفصل الرابع	
87-83	رض النتائج ومناقشتها
الفصل الخامس	
88	لخيص نتائج البحث
88	لتوصيات
88	المقترحات
89	المصادر
90	والمراجع
الملاحق	