قلق الاختبار لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة الخليل

د. محمد عبدالفتاح شاهين*

* مدير منطقة الخليل التعليمية/ جامعة القدس المفتوحة .

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة التحقق من مستوى قلق الاختبار لدى الطلبة الذين تقدموا لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة خلال العام الدراسي ٢٠٠٢/ ٢٠٠١ في محافظة الخليل، وقد سعت الدراسة للتعرف إلى توزيعات مستويات القلق لدى الطلاب، وذلك بهدف الوقوف على حجم الظاهرة لمساعدة الجهات المعنية في توجيه مزيد من الاهتمام بها ليس في نهاية المرحلة الثانوية فحسب، وإنما في المراحل الدراسية المختلفة.

وقد أجابت الدراسة عن الأسئلة الآتية :-

١. ما حجم ظاهرة قلق الاختبار بين الطلبة المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة.

٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (?=٠,٠٥) في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة تعزى لمتغيرات الجنس، و الفرع الدراسي، ونوع الدراسة والمستوى التحصيلي.

وتألف مجتمع الدراسة من (٦٧٩٥) طالباً وطالبة، تم اختبار عينة طبقية منهم بنسبة(٥٪) توزعت بشكل طبقي حسب متغيرات الدراسة. وقد بلغ عدد أفراد العينة (٣٤٠) طالبا و طالبة، تم توزيع المقياس عليهم بعد انتهاء جلسة اليوم الأول من الامتحان وقد أعيدت (٣٣٠) نسخة معبأة من المقياس، حيث تم استخدام مقياس سارسون لقياس قلق الاختبار و قام الباحث بعد ذلك بتحليل البيانات التي تم الحصول عليها عن طريق استخدام النسب المئوية واختبار (ت) (t) test ، واختبار تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA حيث خلصت الدراسة إلى النتائج التالية :-

١. تبين من استجابات الطلبة أن ظاهرة قلق الاختبار توزعت على ثلاثة مستويات وبنسب متفاوتة حيث كانت نسبة الذين أظهروا قلقاً عالياً (٥٧,٦٪) ، أما الذين ظهر لديهم

مستوى قلق متوسط فكانت نسبتهم (٣٤,٩٪) ، والذين تبين وجود مستوى قلق متدن لديهم فقد كانت نسبتهم(٧,٦٪) .

٢ . وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠٥ , ٠) بين متوسطات قلق الاختبار لدى الجنسين ولصالح الإناث، وهذه النتيجة تؤيد الفرضية الثانية للدراسة .

٣ . وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠٥ , ٠) في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير نوع الدراسة ولصالح طلبة الدراسة الخاصة، وهذه النتيجة تؤيد صحة الفرضية الثالثة .

٤ . وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠٥ , ٠) في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير الفرع الدراسي، ولصالح طلبة الفرع الأدبي .

٥ . وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (ت = ٠٥ , ٠) في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير مستوى التحصيل ولصالح الطلبة من المستويات التحصيلية المتدنية و المتوسطة وهذه النتيجة تؤيد الفرضية الخامسة .

وفي ضوء النتائج التي أظهرتها الدراسة، اتضّح وجود ظاهرة القلق بين الغالبية العظمى من الطلبة في المستويين العالي والمتوسط و قد أوصى الباحث بآلاتي : -

١ . توعية الأسرة لسلبيات الضغوط التي تمارس على أبنائها لتحقيق علامات عليا في الاختبارات .

٢ . تطوير الإرشاد والتوجيه في المدارس لإرشاد الطلبة لكيفية التعامل مع الاختبارات .

٣ . تزويد الطلبة بإرشادات حول الدراسة الفاعلة، ومواجهتهم لمواقف الاختبار أثناء الإجابة عن أسئلة الامتحانات .

level included (34.9 %) of the students and low level of anxiety was (7.6 %) of the students, which supported the first hypothesis of the study.

2. Statistically significant differences were found at the level of (a =0.05) between the means of the anxiety levels among male and female students, in favour of the female students. This result supported the second hypothesis of the study.

3. Statistically significant differences were found at the level of (a = 0.05 %) in the level of test anxiety, due to type of study in favour of private education student. This result supported the third hypothesis of the study.

4. Statistically significant differences were found at the level of (a = 0.05 %) in the test anxiety among the students due to the academic stream, in favour of the literary stream students.

5. Statistically significant differences were found at (a = 0.05 %) in the levels of the test anxiety among students due to the achievement level in favour of the low and middle achievers. This result supported the fifth hypothesis.

Several recommendations were drawn from the study:

1. ***Students' families should be aware of the negative effects of pressures that affect their sons, in order to achieve high grades in the school general exam.***
2. ***Supporting a good guidance and counseling system in schools in order to guide students on how to deal with test anxiety issues.***
3. ***Giving students clear instructions about how to study and how to cope with the situation of answering test questions.***

Abstract

The purpose of this study was to investigate the students test anxiety levels of secondary school general exam during the academic year (2001/2002) in Hebron directorate. It was also aimed at finding out the distributions of the student test anxiety, in order to recognize the degree of the phenomenon to help the concerned parties to give it more attention not only for the end of the secondary stage , but also for the different school stages. Thus , the study was designed to answer the following questions:

1. ***What is the real size of the phenomenon of test anxiety among the students sitting for the general secondary school certificate exam ?***
2. ***Are there any statistical differences in the test anxiety levels among the students due to the following variables of : sex, study stream, type of study, and the achievement level.***

The population of the study consisted of (6798) male and female students, 5% of them have been chosen.

The sample consisted of (340) students, selected according to the variables of the study. The test anxiety scale forms were distributed to them after the end of the first day session. A total of (330) students were answered the items of sarson scale for test anxiety. The researcher analysed the data by using percentage t ' test, and One Way ANOVA.

The results of the study revealed the following:

1. Statistically significant differences at the level of (? =0.05)were found between anxiety levels among the students. The proportion of those who demonstrated high level of anxiety included (57.7 %), while medium anxiety

مقدمة

يعدُّ القلق واحداً من الظواهر النفسية المنتشرة بين الأفراد، لهذا فهو يشكل خبرة يومية عند الأفراد في مراحل العمر كافة. وقد ذهب بعض العلماء إلى اعتباره احد المتغيرات الأساسية في نظريات الشخصية، مما أدى إلى توجيه اهتمام الباحثين بالقلق وذلك بغية تحديد مفهومه وأنواعه ومصادره وأسبابه, لاسيما تلك الجوانب المتعلقة بتأثيراته على السلوك الإنساني، وكان من بين ذلك تلك الدراسات التي تناولت أثر القلق ومدى تأثيره على التحصيل الأكاديمي في المراحل التعليمية المختلفة .

ولما كان التحصيل الأكاديمي يمثل المحصلة النهائية لعمليتي التعليم والتعلم , فانه ينبغي أن يكون تقويم التحصيل الخطوة النهائية في كل عملية تعليمية بغية التأكد من مستوى تحقيق الأهداف التربوية المنشودة. وفي ضوء ذلك, تم اعتماد الامتحانات كوسيلة أساسية لا غنى عنها لتحديد مدى تقدم المتعلمين مع الأخذ بالحسبان أن فعالية اختبارات التحصيل تتوقف على صلاحية نظام الامتحانات، وظروف التعلم، وطرق التدريس المتبعة لذا فقد اهتم المربون وأولياء الأمور بتقديم التسهيلات والإرشادات للمتعلمين بغية رفع مستواهم التحصيلي العام. ولعل من العوامل الذاتية المؤثرة سلبا بصورة عامة في مستوى الإنجاز في الاختبارات هو قلق الاختبارات المرتبط بشعور الطلبة تجاه الاختبارات المهمة في حياتهم . فالقلق بدرجة مناسبة ومعقولة له تأثيرات ايجابية على المتعلمين من حيث زيادة الدافعية للاستعداد للامتحان وبالتالي زيادة مستوى التحصيل, فيما يشكل القلق بدرجة عالية عاملا يؤدي إلى تعطيل قدرة الطالب على التركيز والتذكر، ترافقه في العادة تأثيرات في الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية والفسيولوجية (جامعة القدس المفتوحة، ١٩٩٢ , ٣٦٧).

ويعزى قلق الاختبار إلى جملة من العوامل المرتبطة بالتعلم والبيئة المحيطة به سواء داخل المدرسة أو الأسرة ، أو الأقران (أبو حطب، ١٩٨٢ , ٦٦).

وتعود أولى دراسات قلق الاختبار لمنتصف القرن العشرين حين قام ماندلر وسارسون (١٩٥٢) بإعداد أول مقياس لقلق الاختبار في جامعة ييلYale في الولايات المتحدة الأمريكية توصلا عن طريقه إلى أن هناك سبباً رئيساً في توجيه الاهتمام لدراسة قلق الاختبار، وهو أن قلق الاختبار غالبا ما يؤدي إلى استجابة قوية تتيح لنا المجال لتقويم مفاهيمنا النظرية عن دور القلق في نمو الشخصية (مرزوق، ١٩٩١ , ٩٣) .

ومنذ ذلك الحين بدأت تنشط الأبحاث في هذا المجال حيث تم إجراء العديد من

الدراسات التي تناولت ظاهرة قلق الاختبار وتأثيراته على التحصيل الدراسي وعلاقته بمتغيرات متعددة . وقد وجدت بعض الدراسات التي أجريت على قلق الاختبار علاقة سالبة بين القلق ومستوى الأداء في اختبارات التحصيل وحتى اختبارات الذكاء . غير أن أحد الباحثين يرى بأن لا نأخذ هذه العلاقة السالبة بين القلق ومستوى الأداء في الاختبار على أنها حتما إشارة لعلاقة سببية بينهما ، وذلك لأن احتمال نشوء قلق الاختبار عند ضعاف التحصيل يبقى وارداً (أبو حطب ، ١٩٨٢ , ٦٦) .

وتم في البلاد العربية إجراء العديد من الدراسات حول ظاهرة قلق الاختبار وتأثيره على التحصيل الدراسي ، إضافة لدراسات تناولت فعالية بعض الخطط العلاجية لمواجهة هذه الظاهرة ، و لا سيما في كل من مصر و الأردن و السعودية وفلسطين, غير أن دراسة الظاهرة في المجتمع الفلسطيني لم تحظ بعد بالاهتمام الكافي .

ونظرا لإلحاح بعض المؤسسات التعليمية و مدراء المدارس لمساعدتهم في مواجهة هذه الظاهرة التي باتت في ظل الأوضاع الحالية تهدد مستقبل العديد من الطلاب فقد ارتأى الباحث أن يقوم بهذه الدراسة على الطلبة الذين يتقدمون لامتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة, و ذلك بهدف التعرف على حجمها بين الطلاب والفروق في مستوياتها تبعا لمتغيرات الجنس ، والمستوى التحصيلي, والفرع الدراسي, وطبيعة الدراسة .

مشكلة الدراسة و أسئلتها:

تتناول هذه الدراسة قلق الاختبار لدى الطلبة المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة في محافظة الخليل بالضفة الغربية من فلسطين وهي تسعى للإجابة عن السؤالين الآتيين :

١ . ما مستوى حجم ظاهرة قلق الاختبار بين صفوف الطلاب المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة ؟

٢ . هل توجد فروق ذات دلاله إحصائية عند مستوى الدلالة (= ٠,٠٥) في قلق الاختبار بين الطلاب المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة تعزى لمتغيرات الجنس والفرع الدراسي ونوع الدراسة والمستوى التحصيلي؟

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى الآتي :

١ . تعريب مقياس قلق الاختبار الذي أعده سار سون وماندلر عام١٩٥٢ بما يتناسب مع البيئة التربوية الفلسطينية .

٢ . التعرف على حجم ظاهرة قلق الاختبار بين الطلاب المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة .

٣ . التعرف على الفروق في قلق الاختبار بين الطلاب تبعا لمتغيرات الجنس و الفرع الدراسي و نوع الدراسة و المستوى التحصيلي .

فرضيات الدراسة:

١ . توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠,٠٥) في قلق الاختبار تعزى لمتغير الجنس .

٢ . توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠,٠٥) في قلق الامتحان بين الطلبة تعزى لمتغير نوع الدراسة .

٣ . توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠,٠٥) في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير الفرع الدراسي .

٤ . توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠,٠٥) في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير مستوى التحصيل .

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في الآتي :

١- الوقوف على حجم ظاهرة قلق الاختبار بين الطلبة المتقدمين لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة، في محافظة الخليل .

٢- توجيه أنظار المربين والمرشدين التربويين لظاهرة قلق الاختبار بغية العمل على تقليلها وتعميم الإجراءات للحد من آثارها السلبية .

٣- تشجيع الباحثين على تناول هذه الظاهرة من زوايا مختلفة أخرى و متغيرات جديدة .

حدود الدراسة:

تمت هـذه الدراسـة في نطاق الحدود الآتية :

١ . طلبة اختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة للعام الدراسي ٢٠٠١/ ٢٠٠٢ .

٢ . اقتصرت الدراسة على الطلبة في مديريات التربية والتعليم في محافظة الخليل .

٣ . اقتصرت الدراسة على طلبة الثانوية العامة للفرعين الأساسيين الأدبي والعلمي .

مصطلحات الدراسة:

١- قلق الاختبار : حالة من عدم الاتزان الانفعالي تلازم الفرد قبل الامتحان أو أثنائه أو بعده، حيث يشعر الفرد بالتوتر وذلك بسبب مخاوف تنتابه تتعلق بالنجاح أو الفشل أو عدم الحصول على العلامة المرغوبة، ويترك القلق أثرا على الجوانب النفسية والعقلية والجسمية للفرد .

٢- امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة (التوجيهي) : وهو امتحان عام يجلس له الطلبة في نهاية المرحلة الثانوية بغية تأهيلهم للدخول لمرحلة التعليم الجامعي، وفقا لنتائج تحصيلهم فيه، وتشرف عليه وزارة التربية والتعليم العالي .

الدراسات السابقة

١) الدراسات العربية:

من بين أهم هذه الدراسات ما قام به أبو صبحة (١٩٧٩) من دراسة مستوى قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى (٤٢٠) من طلبة الصف الثالث الإعدادي بمدارس العاصمة الأردنية عمان .

وقد أوضحت الدراسة أن هناك معاملات ارتباط سالبة بين درجات قلق الاختبار والمجموع العام لعلامات أفراد العينة، كما أظهرت الدراسة أن هناك اطرادا في ارتفاع متوسط التحصيل بالانتقال تدريجيا من الفئة ذات القلق المرتفع إلى فئة القلق المعتدل وفئة القلق المنخفض (أبو مصطفى، ١٩٩٨ , ١٣٤) .

وأجرى إبراهيم (١٩٨٢) دراسة كان هدفها معرفة العلاقة بين القلق والتحصيل الدراسي عند طلبة المدارس الثانوية بدولة الكويت حيث تكونت عينة الدراسة من (٣٧٠) طالبا وطالبة .

وقد أوضحت الدراسة وجود علاقات ارتباط سالبة بين القلق والتحصيل الدراسي، وكانت النتائج مرتبطة بحالات القلق العالي (أبو صايمة، ١٩٩٥ , ١٤٣).

ودرس إبراهيم (١٩٨٢) أيضا العلاقة بين القلق والتحصيل الدراسي للطلبة المراهقين في مدارس دولة الكويت، حيث أشارت الدراسة إلى أن هناك عوامل أخرى تؤثر في تحصيلهم ودرجة استعدادهم للقلق منها العيش مع الوالدين والانتقال بينهما، وخلص الباحث إلى تأثير هذه العوامل في زيادة القلق، وان القلق يؤثر على تحصيل الطلبة سلبيا (أبو صايمة، ١٩٩٥ , ١٣٤) .

وهدفت دراسة ولي (١٩٨٨) إلى توضيح العلاقة بين سمة القلق والتحصيل الدراسي وتتبع الفروق في التحصيل الدراسي لدى الطلاب والطالبات من ذوي القلق العالي والقلق المنخفض حيث تم تطبيق الدراسة على طلبة الصف الثالث الثانوي في إمارتي الفجيرة والشارقة وعلى عينة مؤلفة من (٢٠٠) طالبا وطالبة. وقد أوضحت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى سمة القلق عند الذكور والإناث لصالح الإناث، كما وجد أن الطلاب ذوي القلق المنخفض من كلا الجنسين هم أعلى في تحصيلهم الدراسي من ذوي القلق العالي. كما تبين وجود علاقة ارتباط سالبة بين القلق والتحصيل الدراسي لدى الطلاب من كلا الجنسين (أبو صايمة، ١٩٩٥ , ١٣٧).

وطبق الطيب (١٩٨٨) دراسة لتحديد مستوى قلق الاختبار بين طلبة كليات جامعة طنطا حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من كل كلية مناصفة بين الذكور والإناث شملت كليات الطب والصيدلة والتربية والزراعة وإعداد الفنيين التجاريين. وقد تم استخدام مقياس القلق الذي أعده سبيلبرجر، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى ازدياد متوسط قلق الاختبار لدى الإناث عن الذكور في كل كلية (مرزوق، ١٩٩١ , ٩٣) .

وأجرى مرزوق (١٩٩١) دراسة لتحديد الفروق بين الجنسين في قلق الاختبار، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة مدارس ولاية عبري في سلطنة عمان، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في قلق الاختبار لصالح الإناث (مرزوق، ١٩٩١ , ٩٣) .

وقامت ابو صايمة (١٩٩١) بدراسة هدفت إلى بحث اثر كل من التحصيل الدراسي والجنس والعمر على مستوى القلق لدى تلاميذ الصفين الرابع والسادس الأساسيين في مدارس مدينة عمان. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٩٩٠) تلميذا وتلميذة، حيث أوضحت الدراسة أن

هناك تقاربا بين متوسطات درجات القلق بين التلاميذ ذوي التحصيل العالي من جهة والتلاميذ من ذوي التحصيل المتوسط والتلاميذ ذوي التحصيل المتدني من جهة أخرى، كذلك أتضح وجود فرق بين متوسط درجات القلق لدى الذكور من تلاميذ الصفين الرابع والسادس، حيث كانت متوسطات درجات القلق لدى الإناث في الصف الرابع أعلى من متوسطات درجات القلق لدى الذكور والإناث في الصف السادس (أبو صايمة، ١٩٩٥ , ١٤٣).

وأجرى مغاوري (١٩٩٣) دراسة حول قوة الأسرة وقلق الاختبار لدى الأبناء، حيث تألفت عينة الدراسة من (٢٥٣) طالبا وطالبة من كلية التربية بالإسماعيلية وبور سعيد، وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباط سالبة بين قوة الأسرة كما يدركها الأبناء وقلق الاختبار (أبو مصطفى، ١٩٩٨ , ١٣٤).

ودرست السيد و إسماعيل (١٩٩١) قلق الاختبار لدى طلبة الثانوية العامة في النظامين القديم والحديث. وقد شملت عينة الدراسة (٥٠٢) طالبا وطالبة من الصفين الثاني والثالث الثانويين في المدارس الحكومية والخاصة بمحافظة الجيزة، حيث أوضحت الدراسة أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الطلبة في المدارس الحكومية في مستوى قلق الاختبار وكانت الفروق لصالح طلبة المدارس الخاصة، إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الطلبة في النظام القديم والنظام الحديث في مستوى قلق الاختبار (أبو مصطفى، ١٩٩٨ , ١٣٤).

وقام أبو مصطفى (١٩٩٨) بدراسة هدفت التعرف إلى علاقة قلق الاختبار بالتحصيل الدراسي في مساق مناهج البحث في التربية وعلم النفس لدى طالبات السنة الرابعة في كلية التربية الحكومية في محافظات غزة. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي. كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات القسم العلمي والأدبي في قلق الاختبار لصالح الأقسام العلمية، مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات ذوات قلق الاختبار المرتفع والمنخفض في التحصيل الدراسي في مساق مناهج البحث (أبو مصطفى، ١٣٤ ,١٩٩٨).

٢) الدراسات الأجنبية:

أجرى كل من كيلر ورولي (Keeler & Rowley ١٩٦٢)بحثا على عينة من تلاميذ الصفوف الرابع والخامس والسادس بولاية أيوا بهدف التعرف على طبيعة العلاقة بين كل من

القلق والتحصيل الدراسي، وتبين من نتائج الدراسة أن العلاقة بين القلق والتحصيل لديهم كانت سالبة، ولم تكن دالة إحصائيا (أبو صايمة، ١٩٩٥ , ١٣).

وقام بيرنت (Bernet ١٩٧٥) بدراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين مستوى القلق لدى أطفال الصفين الثالث والخامس الأساسيين وتحصيلهم الدراسي، وكانت عينة الدراسة تتكون من (٣٢١) طالبا وطالبة. وقد تبين من نتائج الدراسة أن الأطفال ذوي القلق المرتفع قد حصلوا على درجات أقل من أقرانهم من ذوي القلق المنخفض، كما أن درجات القلق لدى الإناث كانت أعلى من الذكور (أبو صايمة، ١٩٩٥ , ١٣٤).

وقامت همفري (Hamphrey ١٩٨٨) بتحليل نتائج (٥٦٢) دراسة تمت في مجال قلق الاختبار وانتهت إلى نتائج منها أن الإناث لديهن مستوى قلق أعلى من الذكور، وأن الفروق بين الطلبة من كلا الجنسين في سنوات الدراسة الأولى اقل، بينما تتزايد تدريجيا خلال سنوات الدراسة اللاحقة حتى الصف الثاني الثانوي، ثم تعود هذه الفروق تتناقص تدريجيا في نهاية المرحلة الثانوية وما بعدها (مرزوق، ١٩٩١ , ٩٣).

وأجرى هورن و دولنجر(Horn and Dwillinger) دراسة هدفت التعرف على الفروق في قلق الاختبار بين الطلاب من كلا الجنسين. وكانت عينة الدراسة تتكون من (٢٣٦) طالبا وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى قلق الاختبار ولصالح الإناث (مرزوق، ١٩٩١ , ٩٣).

وطبق تيرنر ورفاقه (Turner, et. al,١٩٩٣) دراسة دارت حول قلق الاختبار في مدارس الأمريكيين الأفارقة، حيث شملت عينة الدراسة (١٦٨) من أطفال المناطق المتطورة والمناطق ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض. وقد خلصت الدراسة إلى أن قلق الاختبار منتشر بين الأطفال بنسبة ٤١٪ ووجد أن الذين يعانون من سمة قلق الاختبار هم الأضعف تحصيلا مقارنة بزملائهم، كما أنهم اقل كفاية من الناحيتين المعرفية والاجتماعية.

وأجرى سوانسون (Swanson,١٩٩٦) دراسة حول قلق الاختبار لدى المراهقين الذين يعانون من الاضطرابات العقلية والسلوكية، وكان هدف الدراسة فحص التأثير النسبي لمفهوم الذات الأكاديمية والمهارات الدراسية على قلق الاختبار حيث شملت عينة الدراسة (٨٢) طالبا وطالبة، وأوضحت النتائج وجود علاقة إيجابية بين قلق الاختبار والاضطراب المعرفي كما وجدت علاقة سلبية بين قلق الاختبار والعادات الدراسية.

كما أجرى راسرلورل (Rasorloril,١٩٩٨) دراسة حول قلق الاختبار وعلاقته بالسلوك

الدراسي لدى طلبة إحدى كليات المجتمع في كاليفورنيا. وقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين قلق الاختبار والسلوك الدراسي والسمات الشخصية المتعلقة بالعمر، والجنس، والعرق. وقد استخدم الباحث مقياس السلوك الدراسي لغير الخريجين ومفهوم الذات الأكاديمية ومقياس سارسون لقياس قلق الاختبار بين الطلاب. وأظهرت النتائج أن الطلاب غير البيض بحاجة لإرشاد حول العادات الدراسية، ومساعدة أكثر لمواجهة قلق الاختبار أكثر من الطلبة البيض، بينما الطلبة الأصغر سنا خصوصا الذكور ربما يحتاجون إلى إرشاد حول العادات الدراسية، فيما اتضح أن الطالبات بحاجة كبيرة للإرشاد والمساعدة أكثر من الذكور لمواجهة قلق الاختبار، وان الطلاب الذين يعانون من قلق الاختبار لديهم مهارات دراسية ضعيفة ومتدنية .

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة يمكن إجمال الملاحظات الآتية :

١- انصبت غالبية الدراسات حول علاقة القلق بالتحصيل الدراسي، ومنها دراسات كيلر ورولي (١٩٦٢)، ودراسة بيرنت (١٩٧٥)، وأبو صبحة (١٩٧٩)، وإبراهيم (١٩٨٢) و ولي (١٩٨٨) . وقد خلص جزء من هذه الدراسات إلى التأكيد على الأثر السلبي للقلق المرتفع على التحصيل الدراسي، فيما أظهرت دراسات أخرى أن العلاقة بين القلق والتحصيل لم تكن دالة إحصائيا ومنها دراسة كيلر ورولي .

٢- أكدت بعض الدراسات على الفروق في قلق الاختبار بين كلا الجنسين، حيث أشارت إلى أن ظاهرة القلق أكثر انتشارا وحدة بين الإناث منها لدى الذكور، ومنها دراسات ولي (١٩٨٨) والطيب (١٩٨٨)، وهامبري (١٩٨٨) إضافة لدراسة هورن (١٩٨٩) .

٣- تمت دراسة ظاهرة القلق على ضوء متغيرات إضافية أخرى منها التخصص، ومجال الدراسة، والمستوى الاجتماعي، والسلوك الدراسي. وقد أشارت مجمل هذه الدراسات إلى وجود فروق في قلق الاختبار بين الطلاب وفقا لمتغيرات التخصص، ومجال الدراسة، والمستوى الاجتماعي والسلوك الدراسي، ومن هذه الدراسات دراسة كل من السيد و إسماعيل (١٩٩١)، وأبو مصطفى (١٩٩٨)، وتيرنر (١٩٩٣)، ودراسة راسرلورل (١٩٩٨)، ودراسة سوانسون (١٩٩٦) .

والجدير بالذكر إن هذه الدراسات لم تتناول مرحلة بعينها أو اختباراً بعينه كما هو الحال في البلاد العربية ومنها فلسطين، حيث لم يستأثر اختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة على

دراسات من هذا القبيل رغم أهميته في حياة الطالب والأهل، وهذا ما استدعى اهتمام الباحث واكسب الدراسة أهمية خاصة .

الطريقة والإجراءات

١. مجتمع الدراسة وعينتها

يتكون مجتمع الدراسة من (٦٧٩٥) طالبا وطالبة موزعين حسب الجنس والفرع الدراسي ونوع الدراسة كما في الجدول الآتي :

جدول (١)

توزيع مجتمع الدراسة حسب متغيرات الجنس , و نوع الدراسة , و الفرع الدراسي

الفرع	الدراسة المنتظمة		الدراسة الخاصة		المجموع		المجموع العام
	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
الأدبي	1620	2172	835	639	2455	2811	5266
العلمي	752	617	129	31	881	648	1529
المجموع	2372	2789	964	670	3336	3459	6795

وفي ضوء حجم مجتمع الدراسة فقد تم اختيار عينة طبقية عشوائية ممثلة بنسبة ٥٪ من حجم المجتمع الإحصائي وقد بلغ عدد أفرادها ٣٤٠ طالباً و طالبة وقد توزعت عينة الدراسة كما في الجدول (٢) الآتي :

جدول (٢)

توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة

المجتمع	نسبة العينة	الحجم	إناث	ذكور	علمي	أدبي	منتظمة	خاصة
٦٧٩٥	٥٪	٣٤٠	١٧٣	١٦٧	٧٥	٢٦٥	٢٥٨	٨٢

و من الجدير بالذكر أن توزيع العينة أخذ بالحسبان متغيرات الدراسة وفقا لكل متغير وحسب الجدول .

٢. أداة الدراسة:

تم استخدام مقياس قلق الاختبار الذي أعده سارسون ورفاقه والذي اشتمل على (٣٧) فقرة تتطلب الإجابة عليها (بنعم أو لا) حيث يتم منح علامة واحدة لكل إجابة (بنعم) وصفر لكل إجابة(بلا) .

٣. صدق أداة الدراسة:

قام الباحث بترجمة المقياس المذكور، كما تم بالتعاون مع بعض الزملاء في إعداد أكثر من صيغة عربية بعد الترجمة، و تم بعد ذلك التوفيق بين التراجم المختلفة وإعداد صياغة موحدة لبنود المقياس، تم عرضها على مجموعة من التربويين بغية التأكد من دقة الترجمة والصياغة و بما يتوافق مع البيئة التربوية الفلسطينية و التأكد من صدق الأداة. كما عرض المقياس على مجموعة من الطلاب للتأكد من فهمهم لفقراته، حيث تم في ضوء ملاحظاتهم أجراء بعض التعديلات في الصياغة، ومن ثم أعدت الصيغة النهائية للمقياس .

٤. ثبات المقياس:

قام الباحث بحساب معامل ثبات المقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، حيث بلغ ٠,٨٤ وهو كاف لأغراض الدراسة .

٥. إجراءات تطبيق المقياس:

أ- قام الباحث بتوزيع المقياس على الطلبة في اليوم الأول لاختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة للعام الدراسي ٢٠٠١/ ٢٠٠٢ بعد انتهاء جلسة اختبار اليوم الأول، وذلك بمساعدة مديريات التربية ورؤساء قاعات اختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة، على أن يتم جمعها من الطلبة وتسليمها لدائرة التعليم العام في المديريات وقد كان عدد النسخ الراجعة ٣٣٠ نسخة .

ب- بخصوص المستوى التحصيلي : قام الباحث ومن خلال أرقام جلوس الطلبة الذين أجابوا على فقرات المقياس باستخراج معدلاتهم في اختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة ومن ثم صنفت مستويات تحصيل الطلبة طبقا لمعدلاتهم على النحو الآتي :

١- ٥٩,٩ فما دون - ضعيف .

٢- ٦٠ - ٧٩,٩ - متوسط .

٣- ٨٠ فأعلى - مرتفع .

٦.التحليل الإحصائي:

استخدم الباحث التحليلات الإحصائية الآتية :

١- النسب المئوية لأعداد الطلبة طبقا لمستويات قلق الاختبار وهي تصنف بحيث تمثل العلامة ١٢ فما دون مستوى متدني من القلق فيما تصنف العلامة (١٢-٢٠) في المستوى المتوسط و ٢٠ فما فوق تمثل درجة قلق عالية .

٢- تم استخدام اختبار (ت) test (t) لدراسة الفروق في درجة القلق بين الطلبة طبقا لمتغيرات الجنس ، والتخصص ، ونوع الدراسة .

٣- تم استخدام تحليل التباين الأحادي لدراسة الفروق في درجات القلق بين الطلبة طبقا لمتغير المستوى التحصيلي .

٤- تم استخدام اختبار توكي "Tuky Test" للمقارنات البعدية .

نتائج الدراسة وتفسيرها:

أوضحت الدراسة توزيع مستويات قلق الاختبار بين الطلبة في ثلاثة مستويات (متدن ، ومتوسط ، وعال) وهي موضحة كما في الجدول الآتي (٣) .

جدول (٣)

توزيع الطلبة حسب مستويات القلق المختلفة

مستوى القلق	العدد	النسبة المئوية
متدني	[illegible]	%[illegible]
متوسط	[illegible]	%[illegible]
عالي	[illegible]	%[illegible]

يتبين من الجدول (٣) السابق أن مستويات القلق بين الطلبة توزعت على مستويات ثلاث بنسب متفاوتة ، فقد تبين أن الطلبة الذين عانوا من مستويات قلق عال يمثلون الأغلبية حيث بلغت نسبتهم ٥٧,٥٪ فيما كانت نسبة الطلبة الذين عانوا من مستوى قلق متوسط ٣٤,٩٪ أما

الذين عانوا من مستوى قلق متدن فقد بلغت نسبتهم ٧,٦ ٪ .

ولعل ارتفاع نسبة القلق ناجمة عن أهمية اختبار الثانوية العامة في حياة الطلاب إضافة إلى أن الأوضاع السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي يمر بها الطلاب وذويهم في ظل الانتفاضة انعكست على زيادة حدة القلق بينهم، لاسيما وان غالبيتهم لم تتح لهم فرصة الاستذكار والاستعداد للاختبار بالصورة المطلوبة .

وفيما يلي عرض لنتائج الدراسة التي تم الحصول عليها في ضوء فرضياتها :

١- الفرضية الأولى.

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ق = ٠,٠٥) في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس " .

ولمعرفة مستويات دلالة الفروق بين مستويات قلق الاختبار بين الطلاب، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة باستخدام اختبار (ت) t "-test" والجدول الآتي (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

قيمة (ت) للفروق في متوسطات قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ذكر	160	19.83	5.05		
انثى	170	21.70	5.58	-3.46	0.0003

يتبين من الجدول (٤) السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ق = ٠,٠٥) بين متوسطات قلق الاختبار لدى الجنسين ولصالح الإناث. وهذه النتيجة تؤكد صحة الفرضية الأولى. ويعزى ارتفاع مستوى قلق الاختبار بين الإناث إلى أن الإناث اقل قدرة على تحمل مواقف الاختبار، حيث يشعرن بان الاختبار يشكل نهاية المطاف بالنسبة لهن ولاسيما أن الفتاة في المجتمع الفلسطيني ليس أمامها من خيار لبناء مستقبلها سوى التعليم حيث يشعرن بأنهن مهددات في مستقبلهن مما يضطرهن للتكيف بصورة سلبية لمواجهة مواقف الاختبار فيظهر عليهن الخوف الشديد إضافة إلى مظاهر نفسية وفسيولوجية أخرى، كذلك فان الإناث اقل قدرة على إخفاء مظاهر القلق والخوف بعكس الذكور خصوصا في المجتمع

الفلسطيني الذي ارتبط فيه التحدي والصمود والمقاومة بالذكور، ولهذا فان الذكور اكثر قدرة على مواجهة مواقف الاختبار بحيث يتصفوا بالشجاعة والقوة ويرى سارسون وزملاؤه ١٩٦٠ أن اعتراف الإناث بالقلق لا يضعف أو يقلل من الأنوثة التي يتمعن بها فيما يرون أن اعتراف الذكور بالقلق والخوف يقلل من رجولتهم .

ولعل هذه النتيجة تتفق مع بعض نتائج دراسات كل من ولي (١٩٨٨)، والطيب (١٩٨٨) ومرزوق (١٩٩١)، إضافة لدراسة هيل (١٩٧٢) وجينيفر(١٩٨٩) ودراسة همفري(١٩٨٨).

٣- الفرضية الثانية:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(α = ٠,٠٥)في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير نوع الدراسة" .

ولتحديد دلالة الفروق في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير نوع الدراسة، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة باستخدام اختبار (ت) (t) test والجدول الآتي (٥) يوضح ذلك :

جدول (٥)

قيمة (ت) للفروق في متوسطات قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير نوع الدراسة

نوع الدراسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
خاصة	74	22.10	6.1		
منتظمة	256	20.46	5.7	2.15	0.03

يتبين من الجدول (٥) السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) بين متوسطات قلق الاختبار لدى الطلبة وفقا لمتغير نوع الدراسة، وهذه النتيجة تؤكد صحة الفرضية الثانية . ويلاحظ أن الفرق هو لصالح الطلاب في الدراسة الخاصة . ويعزو الباحث ذلك إلى أن طلبة الدراسة الخاصة في الغالب من الطلبة الذين لم يحالفهم الحظ في سنوات سابقة، أو الذين واصلوا دراستهم بعد انقطاع دون الالتحاق بالمدارس، وإنهم اعتمدوا على أنفسهم أو على معلمين خصوصيين لهم وهؤلاء يكونون

أكثر قلقا وخوفا على مستقبلهم . لهذا ينتابهم شعور بالقلق والخوف لعوامل رسوب سابقة أو بسبب العمر أو الوضع الاجتماعي . وتتفق نتيجة الدراسة مع نتائج دراسات كل من السيد و إسماعيل (١٩٩١) .

الفرضية الثالثة:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠٥ , ٠) في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير الفرع الدراسي " .

ولمعرفة مستوى دلالة الفروق في متوسطات قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير نوع الدراسة ، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة باستخدام اختبار (ت) test (t) والجدول (٦) الآتي يوضح ذلك :

جدول (٦)

قيمة ت للفروق في متوسطات قلق الاختبار بين الطلاب وفقا لمتغير الفرع الدراسي

فرع الدراسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
علمي	70	18.90	5.4	-3.36	0.001
أدبي	260	21.53	5.8		

يتضح من الجدول (٦) السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير الفرع الدراسي ولصالح طلاب الفرع الأدبي . وهذه النتيجة تؤكد الفرضية الثالثة . وتعزى هذه النتيجة من وجهة نظر الباحث إلى أن مستوى التحصيل لدى طلبة الفرع الأدبي أدنى من مستوى تحصيل طلبة الفرع العلمي ، حيث يتم تصنيف الطلبة إلى الفرعين العلمي والأدبي وفقا لمستوى تحصيلهم في الصف العاشر ، يتاح خيار الفرع العلمي للطلبة الذين يحققون مستوى تحصيل جيد فما فوق ، فيما يتم تحويل بقية الطلبة للفرع الأدبي ، إضافة إلى أن المستقبل الدراسي أمام طلبة الفرع الأدبي محدود إلى درجة كبيرة ، بينما هناك فرص عديدة ومتنوعة أمام طلبة الفرع العلمي ، ناهيك على أن الطلبة وأولياء الأمور ينظرون إلى علامة الفرع العلمي مهما كانت إنها افضل من مثيلاتها أو التي أعلى منها في الفرع الأدبي ، وذلك لان المجال أمام تحقيق أحلام أولياء الأمور وأبنائهم في الفرع العلمي أوسع ، مما يجعل

طلبة الفرع الأدبي أكثر قلقاً على النجاح والحصول على المعدل الذي يؤهلهم لدخول الجامعة، بعكس طلاب الفرع العلمي الذين تتاح لهم فرص الالتحاق بالكليات العلمية والأدبية على حد سواء .

وتتفق هذه النتيجة مع بعض نتائج دراسة أبو مصطفى (١٩٩٨) والتي أكدت وجود فروق في قلق الاختبار بين الطلبة في الكليات العلمية والأدبية .

الفرضية الرابعة:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ك = ٠,٠٥) في قلق الاختبار بين الطلبة تعزى لمتغير مستوى التحصيل .

ولبيان مستوى دلالة الفروق في قلق الاختبار بين الطلبة من مختلف المستويات التحصيلية، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات القلق المختلفة والجدول (٧) الآتي يوضح ذلك :

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات القلق بين الطلبة

المستوى التحصيلي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
منخفض	116	22.2	5.2
متوسط	57	21.1	5.2
مرتفع	57	17.9	5.0
المجموع	230	20.85	5.4

ويتبين من الجدول (٧) السابق وجود فروق بين المتوسطات الحسابية لمستويات القلق وفقا لمستوى التحصيل . ولبيان دلالة الفروق بين متوسطات القلق، فقد تم استخراج قيمة الدلالة الإحصائية وذلك باستخدام تحليل التباين الأحادي One-Way ANOVA والجدول الآتي (٨) يوضح ذلك :

جدول (٨)

تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات قلق الاختبار بين الطلاب وفقاً لمستوى التحصيل

معدل التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	713.74	356.37	13.45	0.00001
داخل المجموعات	6105.00	26.525		
المجموع	6818.74	-		

ويتبين من الجدول السابق (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (ت = ٠٥ , ٠) في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير مستوى التحصيل، ولمعرفة اتجاه الفروق في قلق الاختبار وفقا للمستوى التحصيلي تم استخدام اختبار توكي "Tuky Test" للمقارنات البعدية والجدول الآتي (٩) يوضح ذلك :

جدول (٩)

نتائج المقارنات البعدية لمستويات القلق وفقا للمستوى التحصيلي

مستوى التحصيل	ضعيف	متوسط	مرتفع
ضعيف	----	3.47	5.76
متوسط	[illegible]	[illegible]	4.29
مرتفع	----	----	----

يتبين من الجدول السابق (٩) أن الفروق في مستويات قلق الاختبار بين الطلبة وفقا لمتغير مستوى التحصيل تميل لصالح الطلبة متدني ومتوسطي التحصيل .

وهذه النتيجة تؤكد الفرضية الرابعة . وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من ولي (١٩٨٨)، وبيرنت (١٩٧٥) . ويعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أن الطلبة الذين استعدوا جيدا، ومستواهم التحصيلي مرتفع في السنوات السابقة كانوا أكثر ثقة بأنفسهم واستعدادا لمواجهة آثار القلق أكثر من زملائهم في مستويات التحصيل الأخرى وبالتالي حققوا مستوى تحصيل عالياً في امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة، مما يدلل على إن مستوى القلق يتناسب عكسياً مع مستوى التحصيل .

خلاصة وتوصيات

لقد أظهرت الدراسة وجود سمة قلق الاختبار بدرجات متفاوتة بين الطلبة طبقا لمتغيرات الجنس، والفرع الدراسي، ونوع الدراسة، والمستوى التحصلي، ولما كان القلق يترك آثارا سلبية على الطلبة من حيث قدرته على التركيز، التحصيل، اضافة الى آثار جسيمة عديدة، ربما تترك هي الأخرى آثارا نفسية وجسمية سلبية على مستوى تحصيل الطالب . لهذا فان المطلوب من المؤسسة التربوية أن تأخذ هذه المشكلة بالحسبان في المراحل التعليمية كافة، وعليها تعميم الإجراءات الخاصة بقلق الامتحان مع ضرورة تقديم الإرشادات والتوجيهات للطلبة قبيل عقد الامتحانات المهمة، والعمل على تكوين اتجاهات ايجابية نحو الاختبارات. وفي ضوء ذلك كله، يقترح الباحث التوصيات الآتية:

١- توعية الأسرة لسلبيات الضغوط التي تمارسها على أبنائها لتحقيق علامات عليا في الاختبارات.

٢- تطوير مفاهيم الطلبة حول الامتحانات بغية تكوين اتجاهات إيجابية لديهم حولها .

٣- تطوير الإرشادات التربوية داخل المدراس لكيفية التعامل مع قلق الاختبار والحد من أثاره على تحصيل الطلبة وأوضاعهم النفسية والاجتماعية .

٤- تزويد الطلبة بإرشادات حول كيفية الدراسة الفاعلة وكيفية تقديم الاختبارات والتعامل مع أوراق الأسئلة أثناء الامتحان .

٥- تدريب الطلبة في مختلف المراحل التعليمية على المواقف الاختبارية الصعبة مثل التركيز على الامتحانات التجريبية التي تسبق امتحان الثانوية العامة، والتي تؤهلهم لمواجهة اختبار شهادة الدراسة الثانوية العامة بإيجابية .

قائمة المراجع

١) المراجع العربية:

١- أبو حويج، مروان (٢٠٠١). البحث التربوي المعاصر، عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع .

٢- أبو صايمة، عايدة (١٩٩٥). القلق والتحصيل الدراسي، عمان: المركز العربي للخدمات الطلابية.

٣- أبو مصطفى، نظمي عودة (١٩٩٨). قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي، مجلة البحوث والدراسات التربوية الفلسطينية . المجلد الأول العدد الأول ص ١٣٢ .

٤- أبو حطب، فؤاد، عثمان سيد احمد (١٩٨٢). التقويم النفسي، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية .

٥- الخطيب، جمال (١٩٩٤). تعديل السلوك الإنساني، ط٣، عمان: من منشورات الجامعة الأردنية.

٦- الهابط، محمود السيد (١٩٨٥). التكيف ورعاية الصحة النفسية، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

٧- جامعة القدس المفتوحة (٢٠٠٠). التكيف ورعاية الصحة النفسية، القدس: من منشورات جامعة القدس المفتوحة.

٨- جامعة القدس المفتوحة (٢٠٠٠). الإرشاد والتوجيه في مراحل العمر، القدس: من منشورات جامعة القدس المفتوحة.

٩- جامعة القدس المفتوحة (٢٠٠٠). القياس والتقويم، القدس: من منشورات جامعة القدس المفتوحة.

١٠- جامعة القدس المفتوحة (٢٠٠٠). علم النفس التربوي، القدس: من منشورات جامعة القدس المفتوحة.

١١- مرزوق، مغاوري عبدالحميد (١٩٩١). "الفروق بين الجنسين في قلق الاختبار"، التربية الجديدة العدد ١٩ السنة الثامنة ص ص٨٩-١١٠ .

٢) المراجع الأجنبية:

12- ERIC Document Reproduction Services
Research report C143.
(Http :// ericae.net/ ericdb/ED415942.htm.

13- Everson, Howard,T. and others (1993), Test anxiety and curriculum. Eric Document Reproduction Service 1993.
http: // ericae. Net | ericdb | ed 366598. Htm.

14- Mcllroy David (2000), An evaluation of the factor structure and predictive utility of a test anxiety scale with reference to student past performance and personality indices. British Journal of Educational Psychology . Vol 70 part 1. pp 17-32.

15- Musch Jochen, Broder Arndt (1999),"Test anxiety versus academic skills, comparison of two alternative models for predicting performance in statistics exam". British Journal of Educational Psychology vol 69 part 1 pp105-116.

16- Swanson, Sue;Howell,Carol(1996)." Test Anxiety in Adolescents with Learning Disabilities and Behavior Disorders", Exceptional Children, vol 62 No5. pp. 389 – 397.

17- Turner Brenda G. and others(1993), "Test Anxiety in American School Children", School Psychology Quarterly, vol 8 No2. PP. 140.

١٨- عناوين على شبكة الانترنت

1- Http: //www. Learning skills. Com /test.html
2- Http: //www. Ulrc. Psu. edu /study skills /test – taking .html
3- Http: //ehrweb . aaas. Org/ehr/ 3- 2- 5- html
4- Http: //www. Uoregon – edu /~ counsel / test- htm
5- Http: //www. Indiana. Edu / ~caps / flyers/ test anx. Html
6- Http: //guts. Studentorg. Wise- edu/ brtestan. Htm

بسـم الله الرحمن الرحيم

ملحق الدراسة

حضرة الطالب/ ة المحترم/ ة

تحية طيبة وبعد،

أقدر عاليا انشغالكم وكفاحكم في ظل هذه الظروف القاسية والصعبة، وأتوجه لكم بالمساهمة في تعبئة الاستبانة وإعادة تسليمها لإدارة القاعة، وذلك لما لها من أهمية لكم ولزملائكم في المستقبل، مقدرا لكم وشاكراً تعاونكم، في إتمام هذه الدراسة التي تستهدف التعرف على مستوى قلق الاختبار .

وتفضلوا بقبول فائق احترامي وتقديري .

د . محمد شـاهين
مدير منطقة الخليل التعليمية
جامعـة القدس المفتوحـة

ملاحظة مهمة:

الرجاء كتابة رقم الجلوس ( ) .

الجزء الأول:

ضع/ ي دائرة حول رمز الإجابة المناسبة .

١- الجنس ذكر أنثى

٢-الفرع علمي أدبي

٣-نوع الدراسة : خاصة منتظمة

الجزء الثاني:

الرقم	العبـــارة	نعم	لا
1-	أثناء تقديمي لامتحان مهم ،أجد نفسي أفكر في مدى تفوق زملاء آخرين على بالذكاء		
2-	لـــو كنت سأتقدم لاختبار مهم يقيس مستوى ذكائي ، فإنني سوف اشعر بالقلق الشديد مسبقا .		
3-	لو كنت اعلم إنني سأجلس لاختبار مهم لشعرت بالثقة والارتياح		
4-	اثناء تقديمي لامتحان مهم فانني أتصبب عرقا .		
5-	اثناء الامتحانات المدرسية أجد نفسي أفكر في قضايا لاتتعلق بالمادة الدراسية		
6-	اشعر بالخوف والرهبة عندما يتوجب علي التقدم لامتحان مفاجيء .		
7-	خلال تقديمي للامتحان ، فانني أفكر كثيرا في تبعات الرسوب فيه .		
8-	عقب الامتحانات المهمة أشعر عادة بالتوتر الشديد الذي يثير في الغثيان .		
9-	أشعر بالتوتر والانقباض عندما يكون مطلوبا مني التقدم للامتحانات النهائية .		
10-	حصولي على علامات جيدة في امتحان ما لا يزيد من ثقتي في الامتحان التالي .		
11-	أشعر أحيانا ان قلبي ينبض سريعا خلال أدائي لامتحانات مهمة .		
12-	عقب كل امتحان أتقدم له أشعر دائما أنه كان بامكاني الإجابة بصورة أفضل مما قدمت		
13-	غالبا أشعر بالاكتئاب والغم عقب الامتحان .		
14-	أشعر بأنني في موقف صعب قبيل التقدم لامتحان نهائي .		
15-	أثناء تقديمي للامتحان فان عواطفي لاتتداخل مع ادائي .		
16-	خلال تقديمي للامتحان الفصلي تتوتر أعصابي وأنسى حقائق كنت أعرفها		
17-	أثناء الاستعداد لامتحان مهم اشعر انني أجهد نفسي كثيرا .		
18-	كلما بذلت جهدا أكثر في امتحان كلما زاد ذلك من ارتباكي .		

-19	بمجرد أن انهي الامتحان أحاول التخلص من القلق الذي ينتابني ولكن دون جدوى .		
-20	خلال تقديمي للامتحان فانني اتساءل إذا ما كان بامكاني اكمال دراستي الجامعية		
-21	افضل كتابة تقرير أو اعداد بحث على تقديم امتحان للحصول على علامة نهائية في موضوع ما .		
-22	اتمنى كثيرا لو أن الامتحانات لاتثير قلقي وانزعاجي .		
-23	اعتقد أن بامكاني العمل افضل في الامتحانات لو اعطيت لي بمفردي ودون التقيد بزمن محدد .		
-24	تفكيري في العلامة التي سأحصل عليها في المادة يتداخل مع دراستي وادائي في الامتحانات .		
-25	اعتقد انني سأتعلم أكثر لو أمكننا الاستغناء عن الامتحانات .		
-26	أجمل عبرة في الامتحانات هي " ان النقطة التي لا اعرفها فلا داعي للقلق عليها " .		
-27	حقيقة لا أفهم سبب شعور البعض بالقلق والاضطراب من الامتحانات .		
-28	تتداخل هواجس الفشل مع ادائي في الامتحانات .		
-29	لاأبذل جهدا في الامتحانات النهائية أكثر من الجهد الذي أبذله لدراسة المادة خلال أيام السنة .		
-30	أشعر بالقلق في الامتحان حتى عندما أكون مستعدا له بشكل جيد .		
-31	لا أستطيب الأكل قبيل الامتحان المهم .		
-32	أشعر بارتجاف في أطرافي قبيل الامتحان		
-33	نادراً ما اشعر بالحاجة لحفظ المادة الدراسية قبيل امتحان ما .		
- 34	على الوزارة أن تدرك أن بعض الطلبة يقلقون أكثر من غيرهم في الامتحانات ، وهذا يؤثر على مستوى أدائهم فيها .		
-35	اعتقد أن فترة الامتحانات ينبغي أن لاتكون فترة ضغط وتوتر وارتباك .		
-36	اشعر بالاضطراب وعدم الارتياح قبيل تسليمي لورقة الامتحان .		
-37	امقت المواد التي يتعود المعلم على إعطاء امتحانات فجائية لها .		