

قلق الاختبار وعلاقته بموضع الضبط والضغط النفسية
والتحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية
جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية

إعداد

د/ هبة الله محمد الحسن سالم

جامعة النيلين

كلية التربية- الخرطوم

قلق الاختبار وعلاقته بموضع الضبط والضغط النفسية والتحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية

د/ هبة الله محمد الحسن سالم *

الإطار النظري للدراسة:

يخضع الطلاب منذ مراحل تعليمهم الأولى وحتى الجامعة إلى عدد كبير من الاختبارات والتقييمات، ويواجه أكثر الطلاب هذه الحالات بالحد الطبيعي من القلق والتوتر، إلا أننا نجد بعض الطلاب يواجهون هذه الاختبارات والتقييمات بالقلق الحاد الذي يؤثر علي أدائهم فيها، وبالتالي علي تقدمهم الدراسي. (Timothy & Donna, 1992). ومنذ الخمسينيات أدرك علماء النفس أهمية دراسة العلاقة بين القلق والتعلم، وكشفت كثير من نتائج الدراسات أن بعض الطلاب ينجزون أقل من مستوي قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط كمواقف التقويم والامتحانات. وقد أطلقوا علي القلق في هذه المواقف تسمية: قلق الاختبار، Anxiety Test باعتباره يشير إلى نوع من القلق العام يظهر في مواقف معينة مرتبطة بالامتحانات والتقويم بصفة عامة، وذلك لاضطراب وتوتر الطلاب في هذه المواقف (الوحش، ١٩٩٨).

وقد عرف سيبيلبرجر Spielberger (1980) قلق الاختبار بأنه: "حالة انفعالية مؤقتة سببها إدراك المواقف التقويمية على أنها مواقف تهديد للشخصية مصحوبة بتوتر وتحفز وحدة انفعالية، وانشغالات عقلية سالبة، تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الامتحان، مما يؤثر سلبي علي المهام العقلية والمعرفية في موقف الامتحان". ويعرف الأخرس ومحمد، (٢٠٠٧) قلق الاختبار بأنه: "حالة من القلق تصيب الفرد قبل وأثناء أداء الاختبار التحصيلي أو النفسي أو أثناء إجراء مقابلة. كما عرفه كفاقي وسالم (٢٠٠٧) بأنه: "خبرة انفعالية مكدره أو غير سارة يشعر بها الفرد عندما يتعرض لمثير مهدد أو مخيف أو عندما يقف في موقف صراعي أو

إحباطي". وفي هذا الاتجاه يشير موريس ومعاونوه Morris et al إلى أن القلق المدرسي يحتوي علي مكونين أساسيين يشير الأول منهما إلي: العناصر العقلية أو المعرفية من خبرة القلق مثل: توقع الفشل، والانشغال بالتفكير بالذات، وبالموقف الحالي، وفي التوابع المحتملة للفشل. والمكون الثاني يشير إلى: التغيرات الوجدانية والفسولوجية المصاحبة لخبرة الفشل. (السمادوني، ١٩٩٤)

ويعتبر قلق الاختبار شكلاً من أشكال المخاوف المرضية التي لها بالغ الأثر علي سلوك الفرد ونفسيته خاصة قرب أو أثناء تأدية الامتحانات، وقد يوجد بدرجة مرتفعة فيؤثر علي حسن أداء الفرد للاختبار ويسمي حينئذ بالقلق المعطل، بينما المستوي المعتدل منه يعتبر أمراً طبيعياً فلا يؤثر كثيراً علي أداء الفرد في الاختبار، ويسمي حينئذ بالقلق الميسر (عبد الخالق، ١٩٨٧).

وتشير نتائج البحوث النفسية إلي الدور الهام الذي يشكله مستوي القلق في الأداء والإنجاز، حيث تبين أن كلاً من القلق المرتفع، والقلق المنخفض يعتبر من المعوقات التي تعوق الطلاب عن الإنجاز وتحقيق الأهداف، فالقلق المرتفع يشل قدرة صاحبه عن التفكير والحركة والأداء العقلي ككل ويؤدي القلق المنخفض إلي ضعف الدافعية والاهتمام واللامبالاة، أما القلق المتوسط فيعد من الطاقات الدافعة للعمل والأداء والإنجاز (زهران، ٢٠٠٠). وفي هذا الاتجاه يتضح لنا أن العلاقة بين كل من القلق والأداء ليست علاقة مستقيمة "linear" وإنما هي علاقة منحنية "curve linear" أي أنه كلما زاد القلق حتي حد معين - تحسن الأداء، ويعد هذا الأداء تصبح العلاقة عكسية، أي يتدهور الأداء بتأثير من الزيادة الشديدة من القلق. (زهران، ٢٠٠٠). وأول من أشار إلي تلك العلاقة كل من يركس ودودسن Yarkes & Dodson عام ١٩٠٨، وتعني أن مستوي القلق عندما يكون معدوماً أو منخفض يؤدي إلي تثبيط الأداء ويضعفه حيث لا تتوفر الطاقة الدافعية اللازمة، وعندما يكون مستوي القلق معتدلاً أو متوسطاً فإنه يعد دافعاً للأداء الجيد، وعندما يكون مفرطاً في الشدة فإنه يكون معوقاً للأداء لترتبه علي آثار عكسية تتمثل في اضطراب التفكير وتدهوره، تشتيت الانتباه وقلة التركيز وتشويش الإدراك. (الكحيمي وآخرون، ٢٠١١) ومن أهم الأسباب التي تقود لقلق الاختبار كما ذكر الأخرس ومحمد، (٢٠٠٧):

- ١- نظم الاختبارات وما يترتب عليها من إجراءات تزرع الخوف في نفوس الطلبة.
- ٢- وجود سمة القلق لدي الفرد.

- ٣- تعلم الخوف عن طريق النمذجة من خلال ملاحظة سلوك الخوف من الاختبارات لدي الآخرين.
- ٤- عدم الاستذكار الجيد للاختبار.
- ٥- الضغوط الأسرية الممارسة علي الطالب للنجاح والتفوق.
- ٦- خوف الطالب من العقاب.
- ٧- أسلوب المعلم الخاطيء في التحدث عن الاختبار وخلق خوف لدي الطالب من ذلك.

وكما ذكرت الكحيمي وآخرون (٢٠١١) أن أهم مسببات القلق، التوتر النفسي الشديد، مواقف الحياة الضاغطة، البيئة القلقة المشبعة بعوامل الخوف والهجم والوحدة والحرمان وعدم الإحساس بالأمن، اضطراب الجو الأسري وعدوي القلق من الوالدين.

٢- قلق الاختبار وعلاقته بموضع الضبط، والضغوط النفسية، والتحصيل

الدراسي:

يشير مفهوم موضع الضبط عند روتر ١٩٦٦، Rotter، إلي كيفية إدراك الفرد لموجهات الأحداث في حياته، أو إدراكه لعوامل الضبط والسيطرة في بيئته، فعندما يعزو الفرد إنجازاته وأعماله وما يحدث له من أمور سواء كانت سلبية أم إيجابية إلي الحظ والصدفة والقدر وسلطة الآخرين، فإن هذا الفرد يندرج تحت فئة ذوي مركز التحكم الخارجي. وفي المقابل فإن الفرد الذي ينسب إنجازاته وإخفاقاته وقراراته إلي جهوده ومثابرتة وقدرته الشخصية فإنه يعتبر إنسانا داخلي التحكم أو الضبط. (عبدا لله وعسكر، ١٩٩٤، 33)

كما تري كراندال ١٩٦٣، Crandall، أن موضع الضبط الداخلي هو أن يعزو الفرد نجاحه وفشله إلي مصادر داخلية مثل الجهد الذي يبذله والقدرة التي يمتلكها، وأن الضبط الخارجي هو أن يعزو الفرد نجاحه وفشله إلي مصادر خارجية مثل الحظ وصعوبة الامتحان والمعلم، والحالة النفسية أو أي ظروف بيئية أخرى. (قطامي، ١٩٩٤)

وتري الشرنوبي (١٩٩٣) أنه عندما يعتقد ذوو الضبط الخارجي في الحظ أو الصدفة أو قوة الآخرين ومدى تأثير هذه الأشياء عليهم وعلي ما يحدث لهم، مثل هؤلاء الأفراد تقل ثقتهم بأنفسهم وبقدرتهم علي تحقيق ما يريدون ويفتقدون القدرة علي تكوين صورة واضحة للمستقبل، مما يزيد من درجة القلق والتوتر لديهم، أما ذوو

الضبط الداخلي فيعتقدون أن قدراتهم وإمكاناتهم هي التي تؤثر في مجريات أمور حياتهم أكثر من تأثير قوة الآخرين أو الصدفة أو الحظ، مما يدفعهم إلى الاعتماد على ذواتهم في تحقيق ما يريدون، فيؤدي بهم إلى الثقة بالنفس، وبالتالي يشعرون بالأمن وعدم التوتر ويقف مستوى القلق لديهم.

في إطار العلاقة بين وجهة الضبط والقلق، تشير دراسة موريس وآخرون Muris, etal, ٢٠٠٣ إلى وجود ارتباط بين المعتقدات المرتبطة بالضبط والكفاءة، وهذه المعتقدات بدورها ترتبط بشكل دال بأعراض القلق والاكتئاب، ومن ثم تشير النتائج إلى إمكانية استخدام تلك المعتقدات في التنبؤ بأعراض القلق والاكتئاب. وفي دراسة الفارادوا Alvarado ٢٠٠٣ أشارت النتائج إلى أن من يعانون من اضطرابات القلق والاكتئاب يحصلون على درجات أقل على مقياس روتر لوجهة الضبط. كما توصلت دراسة روبرت وتامبا ١٩٧٩

إلى أن الأفراد الأعلى قلقاً يتجهون نحو التحكم الخارجي، Robert & Tampa أما الأشخاص الأقل درجة في القلق يتجهون نحو التحكم الداخلي. (البناء، ٢٠٠٦). كما أوضحت دراسة كلين وكليز Klein & Keller, 1995 المذكور في البناء (٢٠٠٦) أن وجهة الضبط كمتغير انفعالي وشكل من أشكال الدافعية يرتبط موجبا مع الأداء حيث إنه من المتغيرات الهامة التي تؤثر في التحصيل الأكاديمي للطلاب، وأنه يأتي كثاني منبئ بالتحصيل بعد القدرة.

وفي دراسة للبناء (٢٠٠٦) أسفرت النتائج عن وجود تأثيرات غير مباشرة ذات دلالة لموضع الضبط (داخلي-خارجي) على قلق الامتحان الشفوي وقلق الامتحان التحريري. كما أشارت دراسة إسماعيل (٢٠١١) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين درجات الطالبات على قائمة حالة القلق ودرجاتهن على قائمة وجهة الضبط (داخلية-خارجية). وأكدت نتائج دراسة مساعدة (٢٠١١) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين قلق الاختبار ومركز الضبط لدى الطلبة مرتفعي الذكاء لصالح الطلبة ذوي مركز الضبط الخارجي، وعدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار ومركز الضبط لدى الطلبة منخفضي الذكاء. كما توصلت دراسة عبد القادر وممدوح كامل (٢٠٠٥) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الداخلية والتحصيل الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين وجهة الضبط الخارجية والتحصيل الأكاديمي.

ويشير سليمان ومحمد نبيل (١٩٩٤) أن معظم الدراسات العربية والأجنبية تؤكد علي أن الأفراد ذوي الضبط الداخلي أقل قلقا ويتميزون بخصائص شخصية متوافقة وإيجابية، في حين أن ذوي الضبط الخارجي أعلي قلقا ويظهرون مفهوما سلبيا عن الذات وأقل توافقا من الناحية النفسية والاجتماعية وأقل طموحا، ومثابرتهم ودافعيتهم للإنجاز منخفضة. وتلاحظ الباحثة من نتائج الدراسات السابقة وجود علاقة ما بين وجهة الضبط (داخلية-خارجية) وقلق الاختبار، وأنه كلما كان موضع الضبط خارجي ارتفع مستوي قلق الاختبار، وكلما كان موضع الضبط داخلي انخفض قلق الاختبار.

ومنذ الخمسينيات أدرك علماء النفس أهمية دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية وقلق الاختبار ومستوي الأداء. وكشفت كثير من نتائج الدراسات النقاب علي أن بعض الطلاب ينجزون أقل من مستوي قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغوط والتقويم كمواقف الاختبارات وأطلقوا علي القلق في هذه المواقف تسمية قلق الاختبار باعتباره يشير إلي نوع من القلق العام الذي يظهر في مواقف معينة مرتبطة بمواقف الاختبارات والتقويم بصفة عامة حيث نجد الطلاب في هذه المواقف يشعرون بالتوتر والضيق. (الضامن، ٢٠٠٣)

ويتعرض الأفراد في جميع مراحل حياتهم إلي مواقف ضاغطة ومؤثرات شديدة من مصادر عديدة كالبيت والعمل والمجتمع. ونجد أن طلبة الجامعات ليسوا في منأى عن هذه الظروف والمواقف الحياتية والصراعات إذ أن الحياة الجامعية بجوانبها الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والسلوكية تمثل مصادر للضغوط يتعرض لها الطلبة في هذه المرحلة. (حسين والزيوت، ١٩٩٩، ١٥٨).

وتعرف أبو حبيب (٢٠١٠) الضغوط النفسية بأنها: "تلك المواقف، والأحداث، والصعوبات التي تواجه وتربك الطالب، وتعترض تحقيق بعضا من أهدافه والتي قد تؤثر سلبا علي درجة توافقه النفسي والاجتماعي، وقد تكون هذه الضغوط أسرية، اقتصادية، سياسية، دراسية، ونفسية انفعالية".

وقد أشار كيسكر Kisker (١٩٧٧) إلي أن كل مرحلة عمرية لها خصائص مميزة ومواقف ضاغطة وأن طلبة الجامعات يعانون من مواقف ضاغطة وأزمات عديدة تتمثل في مواجهة الامتحانات والعلاقات مع الزملاء والأساتذة، والمنافسة من أجل النجاح والمشكلات العاطفية، والتعامل مع مقتضيات البيئة الجامعية وأنظمتها

وقوانينها وما تفرضه من قيود علي حركتهم وحريةهم. أيضا نجد صراع الطلبة مع الآباء، الصراع القيمي بين ما هو أصيل وما هو وافد، والتخطيط للمستقبل، ومحاولة تأكيد الذات وتحقيقها. وكما ذكر عوض (٢٠٠٠، ١٥) أن الضغوط التي يواجهها طالب الجامعة سواء في أسرته وجامعته ومجتمعه تمثل مؤثرات لا يمكن تجاهلها أو إنكارها، فإن لم يستطع الفرد مواجهتها والتكيف معها كانت بداية لكثير من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.

وقد توصل بيرسون ورو (Persons & Rao, 1985) إلي أن هناك علاقة موجبة بين شدة الضغوط والقلق والاكتئاب.

كما أشارت عدد من الدراسات التي أجريت علي الطلبة الجامعيين في الولايات المتحدة إلي أن هناك علاقة موجبة بين شدة التعرض للضغوط النفسية والاكتئاب والقلق وشدة الغضب، وأن مستوي الأعراض كان لدي الإناث أعلي منه لدي الذكور. (Zimmerman, 1987), (American Psychiatric Association, 1987), (Posenthal, etal, 2000), كما وجد كل من ميدفيدوفا (Medovedova, 1995) وماك هف (Mchugh, 1997) والقود (Allgood, 1990) وكوميس وآخرون (Compass & etal, 1980) أن الإناث أكثر قلقا، وأكثر تعرضا للضغوط وأكثر اكتئابا.

كما حاولت بعض الدراسات تحديد أساليب أو عمليات تحمل الضغوط والتكيف معها. فقد أكد مارتن وآخرون (Martin & etal, 1992) علي أسلوبيين من أساليب مواجهة الضغوط هما:

١- الاستراتيجيات الانفعالية في المواجهة (emotional coping strategies)، وتتمثل في ردود انفعالية في مواجهة المواقف الضاغطة مثل الغضب والتوتر والانزعاج والقلق واليأس.

٢- الإستراتيجيات المعرفية في المواجهة (coping strategies cognitive)، وتتمثل في إعادة تفسير وتقويم الموقف والتحليل المنطقي والنشاط العقلي. ونلاحظ أن القلق أحد إستراتيجيات مواجهة الضغوط مما يعني أن هناك علاقة ما بين القلق والضغط النفسية.

وفي الدراسات العربية نجد دراسة شحاتة بمصر (٢٠٠٢) لدي ناشئي كرة القدم بمحافظة المنيا والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين

الضغوط النفسية والقلق كحالة. وفي دراسة خنيش بالجزائر (٢٠١٥) توصلت نتائجها إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة بين الضغوط النفسية وقلق الامتحان. مما سبق تري الباحثة تأكيد البحوث علي وجود علاقة بين القلق والضغوط النفسية عامة، وما بين قلق الاختبار والضغوط النفسية خاصة. إلا أن الباحثة لم تجد بحوث تشير إلى عدم وجود علاقة بين هذين المتغيرين حسب-علمها.

قلق الاختبار وعلاقته بالتحصيل الدراسي:

يري أنور عيسى(١٩٩٦) أن التحصيل الدراسي يلعب دوراً أساسياً في استمرار عملية التعلم في جميع المراحل التعليمية، فهو الأهم في انتقال الطالب من صف لآخر، ومن مرحلة تعليمية إلى أخرى، بالإضافة إلى أنه العامل الحاسم في تحديد التخصصات التي يطمح إليها الطلاب وأسرهم وذلك لما تعكسه هذه التخصصات من مكانة اجتماعية واقتصادية.

ويعرف صلاح الدين أبو علام (٢٠٠٢) التحصيل الدراسي بأنه: "درجة الاكتساب التي يحققها الفرد أو مستوي النجاح الذي يحرزه أو يصل إليه في مادة أو مجال تعليمي أو تدريبي معين". كما عرفه محمد الحافظ حميدة (١٩٩٦) بأنه: "المستوي الذي يصل إليه الطالب في كل المواد الدراسية المقررة ويقاس هذا المستوي بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطالب في الامتحانات أو الاختبارات وأعمال السنة، في نهاية العام الدراسي.

علي مستوي الدراسات الأجنبية فقد كشفت دراسة هنسلي (Hunsley, 1985)، بجامعة ووترلو Waterloo بكندا ، أن الطلبة الذين لديهم قلق امتحان مرتفع كان أدائهم الأكاديمي سيئاً للغاية. وفي دراسة سارسون ومندلر ١٩٥٧ Sarson & Mendler، قاما باستقصاء علاقة القلق بالقدرة علي الأداء لدي طلبة المدارس، وتبين لهما أن أداء الطلبة من ذوي القلق العادي أو المعتدل أفضل من ذوي القلق المرتفع أو المنخفض (مرسي إبراهيم، ١٩٧٨). وأشار ألن (Allen, 1970) في دراسة له بالولايات المتحدة الأمريكية أن الطلبة من ذوي القلق المرتفع تكون مهارات الاستنكار لديهم ضعيفة مقارنة بالطلبة ذوي القلق العادي أو المنخفض، كما وجد أن حالة القلق ترتفع لدي الطلاب من ذوي سمة قلق مرتفعة أكثر من الطلاب ذوي سمة قلق منخفضة.

وفي دراسة كولر وهول هان (Culler&Holahan,1980) حول العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الأكاديمي، دلت نتائجها علي أن تحصيل الطلبة ذوي القلق المرتفع متدن، علي عكس الطلبة ذوي القلق المنخفض. وفي دراسة تحليلية بعدية meta-analysis تم تحليل ٥٦٢ دراسة أكدت نتائجها علي أن لقلق الاختبار تأثيرات سلبية علي التحصيل الدراسي ويتسبب في الأداء السيئ للطلاب علي الامتحان. (Neville,etal,1995). كما أوضحت دراسة هنسلي Hunsley (١٩٨٥) إلي أن قلق الاختبار العالي يرتبط بالأداء السيئ في الاختبار.

وعلي مستوي الدراسات العربية، فقد كشفت دراسة آل يحي (١٩٨٩) ببغداد أن معامل الارتباط بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي قوي، وأنه كلما زادت درجة القلق زاد احتمال انخفاض درجة الطالب في الامتحان. كما أكدت دراسة الوحش باليمن (١٩٩٨) علي وجود فروق دالة إحصائيا في التحصيل الدراسي بين الطلبة ذوي قلق الاختبار المرتفع و ذوي قلق الاختبار المتوسط لصالح الطلبة ذوي قلق الاختبار المتوسط. وتوصلت دراسة إسماعيل بالأردن (١٩٩٤)، إلي أن مستوي قلق الاختبار يتناسب عكسيا مع مستوي التحصيل عند الأفراد، بمعنى كلما زاد أحدهما قل الآخر. وأظهرت دراسة الكحيمي بالمملكة العربية السعودية (١٩٨٥) إلي وجود علاقة عكسية ذات دلالة بين القلق ومستوي التحصيل، أي كلما زاد القلق أنخفض التحصيل. ودلت نتائج دراسة الطريري (١٩٩٢) لدي طالبات جامعة الملك سعود وجود علاقة ذات دلالة سلبية بين قلق الاختبار والمعدل التراكمي. وفي دراسة أجرته النصير (٢٠٠٥) علي طالبات كلية التربية بالجوف أظهرت نتائجها عدم وجود علاقة ذات دلالة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي.

تلاحظ الباحثة من أغلب نتائج الدراسات وجود علاقة عكسية بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي وقد فسر كثير من الباحثين العلاقة العكسية (سلبية) بين القلق والتحصيل علي أساس أن القلق يشكل حالة من التوتر الشامل التي تصيب الفرد وتؤثر في العمليات العقلية كالانتباه والتفكير والتركيز والتذكر والتي من متطلبات النجاح في الامتحان وبالتالي فإن حالة التوتر هذه تؤثر في تحصيل الطالب تأثيرا سلبيا.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما لاحظته الباحثة من خلال عملها بكلية التربية بنات- جامعة حائل، من ارتفاع نسبة التوتر الشديد والخوف بين الطالبات -

بكافة مستوياتهم وتخصصاتهم أثناء فترة الامتحانات. ووجدت الباحثة دراسة تناولت العلاقة بين قلق الاختبار والتخصص الأكاديمي والمستوي الدراسي لدي طالبات جامعة حائل، ولكن لم تجد دراسة - في حدود علمها - تناولت متغيرات الدراسة الحالية. ومن هنا جاءت أهمية هذه الدراسة لمعرفة علاقة قلق الاختبار بموضع الضبط، والضغط النفسية، والتحصيل الدراسي، لدي طالبات كلية التربية-جامعة حائل.

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلي معرفة قلق الاختبار وعلاقته بموضع الضبط، والضغط النفسية، والتحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية-جامعة حائل. كما تهدف للتحقق من أربعة فروض رئيسية هي:

- (1) توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار وموضع الضبط الخارجي لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل.
- (2) توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والضغط النفسية لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل.
- (3) توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل.
- (4) يوجد تفاعل دال إحصائياً بين مستويات قلق الاختبار ومستويات موضع الضبط الخارجي ومستويات الضغوط النفسية علي التحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل.

التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة:

قلق الاختبار: هو مجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة في مقياس قلق الاختبار فالدرجة المرتفعة تدل علي ارتفاع مستوى القلق والدرجة المنخفضة تدل علي تدني مستوى القلق.

موضع الضبط (خارجي- داخلي): هو مجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة في مقياس موضع الضبط، فالدرجة المرتفعة تدل علي موضع الضبط الخارجي والدرجة المتدنية تدل علي موضع الضبط الداخلي.

الضغوط النفسية: هو مجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة في مقياس الضغوط النفسية، فالدرجة المرتفعة تدل علي ارتفاع مستوي الضغوط النفسية والدرجة المتدنية تدل علي تدني مستوي الضغوط النفسية.

التحصيل الدراسي: هو المعدل التراكمي الفصلي لمختلف المقررات الدراسية من واقع السجلات الأكاديمية الرسمية للطالبات.

حدود الدراسة:

حددت عينة هذه الدراسة بطالبات الدرجة الجامعية الأولى (البكالوريوس) من كلية التربية بجامعة حائل بكافة مستوياتهن وتخصصاتهن، ولا تشمل غيرهن من طالبات الدرجات الجامعية الأخرى في الكلية، كما تتحدد زمنيا بالفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ، الموافق ٢٠١٤/٢٠١٥ م.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

للموصول لغايات الدراسة الحالية استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة:

يتكون المجتمع الأصلي لهذه الدراسة من طالبات كلية التربية بنات - جامعة حائل، ويبلغ العدد الكلي للطالبات (٥٩١٥) طالبة موزعين كآآتي: قسم علم النفس (١٣٢٨) طالبة، وقسم التربية الخاصة (٩٩٥) طالبة، وقسم التربية الفنية (٧٣٣) طالبة، وقسم رياض الأطفال (١٠٠٣) طالبة، وقسم الصفوف الأولية (٢٣٣) طالبة، وقسم الثقافة الإسلامية (٩٧١) طالبة، وقسم التدبير المنزلي (٦٥٢) طالبة. وبطريقة العينة الطبقية العشوائية تم اختيار ٥% من العدد الكلي لكل قسم، ومن ثم تطبيق أدوات الدراسة علي العينة الكلية وقدرها (٢٩٧) طالبة، وتم الحصول علي (٢٥١) استبانة فقط مكتملة البيانات من أصل (٢٩٢) استبانة. ويوضح الجداول (١) خصائص أفراد الدراسة:

جدول (١)

أهم خصائص عينة الدراسة تبعا للتخصص وبعض المتغيرات الأخرى

النسبة المئوية %	عدد الطالبات	المستوى الدراسي	النسبة المئوية %	عدد الطالبات	القسم (التخصص)
٨.٤ %	١٢	١	٨.٤ %	١٢	صفوف أولية
٨.٤ %	١٢	٢	٣.٢٠ %	٥١	تربية خاصة
٢.٥ %	١٣	٣	٤.١٢ %	٣١	ثقافة إسلامية
٤.٤ %	١١	٤	٠.١٠ %	٢٥	اقتصاد منزلي-تغذية
٠.٦ %	١٥	٥	٨.٦ %	١٧	اقتصاد منزلي-فنية
٩.١٣ %	٣٥	٦	٥.١٩ %	٤٩	رياض أطفال
٨.٥٥ %	١٤٠	٧	٣.٢٦ %	٦٦	علم نفس
٢.٥ %	١٣	٨	١٠٠ %	٢٥١	المجموع
٠.١٠٠ %	٢٥١				المجموع

أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة أدوات لجمع المعلومات شملت:

1- مقياس سارسونل قلق الاختبار:

أعد هذا المقياس عالم النفس الأمريكي سارسون ويتكون في الأصل من (٤٢) عبارة، مكونة من أربع عوامل للقلق وهي:

١- الأعراض الفسيولوجية،

٢- الانزعاج والفرع،

٣- الارتباك المعرفي السلوكي،

٤- اضطراب الانفعالي (انفعالات سلبية).

وبعد عرضه علي بعض المحكمين من ذوي الاختصاص تم استبعاد (٤)

عبارات واستبعاد الوزن الرابع (لا أوافق بشدة). وبذلك أصبح يتكون من (٣٨) عبارة وثلاث أوزان.

الدراسة الأولية الاستطلاعية لمقياس سارسون لقلق الاختبار المعدل:

لمعرفة الخصائص القياسية لل فقرات بمقياس قلق الاختبار لدى طالبات كلية

التربية جامعة حائل، قامت الباحثة بتطبيق صورة المقياس المكونة من (٣٨) فقرة

على عينة أولية استطلاعية حجمها (٦٠) طالبة، تم اختيارها بالطريقة الطبقية

العشوائية من مجتمع الدراسة الحالية، وبعد تصحيح الاستجابات قامت الباحثة برصد

الدرجات وإدخالها في الحاسب الآلي، ومن ثم قامت الباحثة بإستخراج البيانات الآتية:

الصدق العاملي:

لمعرفة الصدق العاملي لمقياس قلق الاختبار بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي الكشفي، فبينت نتائج هذا الإجراء تشبع (٣٦) فقرة من فقرات المقياس على أربعة عوامل (أبعاد فرعية)، أي أن هناك فقرتين اثنتين لم تشبعا على أي عامل من هذه العوامل الأربعة، وهما الفقرتان (٣)(٤)، ولهذا قررت الباحثة حذف هاتين الفقرتين حذفاً نهائياً من هذا المقياس، وبهذا القرار يصل هذا المقياس لصورته النهائية، وهي صورة تتكون من (٣٦) فقرة فقط بمجتمع الدراسة الحالية.

صدق الاتساق الداخلي للفقرات:

لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية لأبعادها الفرعية بمقياس قلق الاختبار بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تقع تحته الفقرة المعنية، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول (٢) معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقاييس الفرعية

بمقياس قلق الاختبار عند تطبيقه بمجتمع الدراسة الحالية (ن = ٦٠)

اضطراب الانفعالي (انفعالات سالبة)		الارتباك المعرفي والسلوكي		الانزعاج والفرع		الأعراض الفسيولوجية لقلق الامتحان	
الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند
562 .	٥	512 .	٢	362 .	١	496 .	٦
592 .	٧	626 .	٩	551 .	١٠	472 .	٨
512 .	١١	624 .	١٢	755 .	١٥	569 .	١٣
599 .	٢٣	511 .	١٤	717 .	١٦	593 .	١٩
632 .	٢٨	646 .	١٧	653 .	٢٠	719 .	٢٦
588 .	٣٠	708 .	١٨	525 .	٢٢	687 .	٣٤
640 .	٣١	647 .	٢١	721 .	٢٥		
653 .	٣٦	665 .	٢٤	634 .	٢٦		
558 .	٣٨	600 .	٣٥	553 .	٢٩		
		611 .	٣٧	702 .	٣٢		
				685 .	٣٣		

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق أن معاملات ارتباطات جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، لهذا قررت الباحثة عدم حذف أي فقرة أخرى من هذا

المقياس، وبهذا القرار يصل هذا المقياس لصورته النهائية بمجتمع الدراسة الحالية، وهي صورة تتكون من (٣٦) فقرة، وهي تتمتع جميعها بصدق عاملي وصدق اتساق داخلي جيد بمجتمع الدراسة الحالية.

معاملات الثبات:

لمعرفة الثبات للدرجات الكلية للأبعاد الفرعية بمقياس قلق الاختبار في صورته النهائية المكونة من (٣٦) فقرة بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بتطبيق معادلتَي ألفا كرونباخ وسبيرمان براون على بيانات العينة الأولية الاستطلاعية، فبيّنت نتائج هذا الإجراء النتائج المعروضة بالجدول التالي:

جدول (٣) نتائج معاملات الثبات للدرجات

الكلية للأبعاد الفرعية بمقياس قلق الاختبار عند تطبيقه مجتمع الدراسة الحالية

معامل الثبات		عدد الفقرات	المقياس الفرعية
س . ب	(ألفا كرونباخ)		
788 .	822 .	٦	الأعراض الفسيولوجية لقلق الامتحان
843 .	895 .	١١	الانزعاج والفرع
825 .	884 .	١٠	الارتباك المعرفي والسلوكي
816 .	863 .	٩	اضطراب الانفعالي (انفعالات سالبة)
943 .	965 .	٣٦	الدرجة الكلية لقلق الاختبار

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق، أن جميع معاملات الثبات لدرجات جميع الأبعاد وللدرجة الكلية للمقياس أكبر من (٠.٧٨) الأمر الذي يؤكد ملائمة هذا المقياس في صورته النهائية والمكونة من (٣٦) فقرة لقياس قلق الاختبار عند تطبيقه بمجتمع الدراسة الحالية.

مقياس موضع الضبط

أعدت الباحثة هذا المقياس مستعينة في ذلك بمقياس وليم جيمس لموضع الضبط والذي يتكون في الأصل من (٦٠) عبارة، (٣٠) منها تقيس الضبط الخارجي و(٣٠) عبارة دخيلة. وأصبح بعد تعديله وتقنيته علي البيئة السودانية مكوناً من (٢٨) عبارة تقيس الضبط الخارجي.

الدراسة الأولية الاستطلاعية لمقياس موضع الضبط :

لمعرفة الخصائص القياسية للفقرات بمقياس موضع الضبط لدى طالبات كلية التربية جامعة حائل، قامت الباحثة بتطبيق صورة المقياس المكونة من (٢٨) فقرة على عينة أولية استطلاعية حجمها (٦٠) طالبة، تم اختيارها بالطريقة الطبقية

لعشوائية من مجتمع الدراسة الحالية، وبعد تصحيح الاستجابات قامت الباحثة برصد الدرجات وإدخالها في الحاسب الآلي، ومن ثم قامت الباحثة بالآتي:

صدق الاتساق الداخلي لل فقرات:

لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية بمقياس موضع الضبط عند تطبيقه بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول (٤) معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية

بمقياس موضع الضبط عند تطبيقه بمجتمع الدراسة الحالية (ن = ٦٠)

الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند
. 582	٢٢	. 393	١٥	. 481	٨	. 336	١
. 474	٢٣	. 489	١٦	. 623	٩	. 361	٢
. 625	٢٤	. 527	١٧	. 438	١٠	. 503	٣
. 426	٢٥	. 607	١٨	. 410	١١	. 486	٤
. 453	٢٦	. 353	١٩	. 609	١٢	. 571	٥
. 493	٢٧	. 549	٢٠	. 417	١٣	. 612	٦
. 428	٢٨	. 477	٢١	. 599	١٤	. 447	٧

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباطات لجميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، ولهذا قررت الباحثة عدم حذف أي فقرة من هذا المقياس، وبهذا القرار تكون صورة المقياس المكونة من (٢٨) فقرة هي نفسها صورته النهائية بمجتمع الدراسة الحالية، وهي صورة تتمتع جميع فقراتها بصدق اتساق داخلي جيد بمجتمع الدراسة الحالية

معاملات الثبات:

لمعرفة الثبات للدرجات الكلية بمقياس موضع الضبط في صورته المكونة من (٢٨) فقرة بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بتطبيق معادلتَي ألفا كرونباخ وسبيرمان براون على بيانات العينة الاستطلاعية، فبيّن هذا الإجراء النتائج المعروضة بالجدول التالي:

جدول (٥) نتائج معاملات الثبات مع الدرجة الكلية
بمقياس موضع الضبط بمجتمع الدراسة الحالية

معامل الثبات		عدد الفقرات	المقياس
س . ب	(ألفا كرونباخ)		
.741	.911	٢٨	الدرجة الكلية لموضع الضبط

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق، أن جميع معاملات الثبات للدرجة الكلية للمقياس أكبر من (٠.٧٤١) الأمر الذي يؤكد ملائمة هذا المقياس في صورته المكونة من (٢٨) فقرة لقياس موضع الضبط لدى طالبات كلية التربية بمجتمع الدراسة الحالية.

مقياس الضغوط النفسية:

أعد هذا المقياس كل من نبيل كامل دخان وبشير إبراهيم الحجاز بالجامعة الإسلامية- غزة، ويتكون من (٦٠) عبارة مكونة من أربعة عوامل للضغوط النفسية وهي: ١- ضغوط أسرية واجتماعية، ٢- ضغوط اقتصادية، ٣- ضغوط دراسية أكاديمية، ٤- ضغوط شخصية (مشكلات التوافق).

الدراسة الأولية الاستطلاعية لمقياس الضغوط النفسية:

لمعرفة الخصائص القياسية لل فقرات بمقياس الضغوط النفسية لدى طالبات كلية التربية جامعة حائل، قامت الباحثة بتطبيق صورة المقياس المكونة من (٦٠) فقرة على عينة أولية استطلاعية حجمها (٦٠) طالبة، تم اختيارها بالطريقة الطبقية لعشوائية من مجتمع الدراسة الحالية، وبعد تصحيح الاستجابات قامت الباحثة برصد الدرجات وإدخالها في الحاسب الآلي، ومن ثم قامت الباحثة بالآتي:

الصدق العاملي:

لمعرفة الصدق العاملي لمقياس الضغوط النفسية بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي الكشفي، فبينت نتائج هذا الإجراء تشبع (٥٤) فقرة من فقرات المقياس على أربعة عوامل (أبعاد فرعية)، أي أن هناك (٦) فقرات لم تشبع على أي عامل من هذه العوامل الأربعة، وهي الفقرات التي أرقامها (١) (٧) (١٠) (٢٠) (٢١) (٢٩)، ولهذا قررت الباحثة حذف هذه الفقرات حذفاً نهائياً من هذا المقياس، وبهذا القرار يصل هذا المقياس لصورته النهائية، وهي صورة تتكون من (٥٤) فقرة فقط بمجتمع الدراسة الحالية.

صدق الاتساق الداخلي للفقرات:

لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية لأبعادها الفرعية بمقياس الضغوط النفسية بمجتمع الدراسة الحالية، قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تقع تحته الفقرة المعنية، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء:

جدول (٦) معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقاييس الفرعية

بمقياس الضغوط النفسية بمجتمع الدراسة الحالية (ن = ٦٠)

ضغوط شخصية (مشكلات التوافق)		ضغوط دراسية أكاديمية		ضغوط اقتصادية		ضغوط أسرية واجتماعية	
الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند
.435	٢	.357	٩	.655	١١	.507	٣
.329	٤	.423	٢٢	.811	١٢	.627	٨
.496	٥	.508	٢٣	.697	١٣	.453	١٨
.419	٦	.379	٢٤	.744	١٤	.430	٣٠
.532	٢٨	.506	٢٥	.716	١٥	.795	٣١
.595	٣٥	.345	٢٦	.640	١٦	.558	٣٢
.511	٣٨	.507	٢٧	.495	١٧	.734	٣٣
.457	٣٩	.492	٤١	.685	١٩	.679	٣٤
.417	٤٠	.612	٤٢	.471	٥٢	.542	٣٦
.458	٤٦	.514	٤٤			.602	٣٧
.436	٥٠	.632	٤٥			.682	٤٣
.487	٥٥	.522	٤٧			.576	٥٣
.609	٥٨	.623	٤٨			.564	٥٤
.560	٥٩	.477	٤٩			.727	٥٦
.590	٦٠	.512	٥١			.643	٥٧

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباطات لجميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، ولهذا قررت الباحثة عدم حذف أي فقرة من هذا المقياس، وبهذا القرار يصل هذا المقياس لصورته النهائية بمجتمع الدراسة الحالية، وهي صورة تتكون من (٥٤) فقرة، تتمتع جميعها بصدق عاملي وصدق اتساق داخلي جيد بمجتمع الدراسة الحالية.

معاملات الثبات:

لمعرفة الثبات للدرجات الكلية بمقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية المكونة من (٥٤) فقرة في مجتمع الدراسة الحالية، قام الباحث بتطبيق معادلتني ألفا

كرونباخ وسبيرمان براون على بيانات العينة الاستطلاعية، فبيّن هذا الإجراء النتائج المعروضة بالجدول التالي:

جدول (٧) نتائج معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية بمقياس الضغوط النفسية بمجتمع الدراسة الحالية

المقاييس الفرعية	عدد الفقرات	معامل الثبات	س . ب
ضغوط أسرية واجتماعية	١٥	. 911	. 885
ضغوط اقتصادية	٩	. 895	. 909
ضغوط دراسية أكاديمية	١٥	. 858	. 866
ضغوط شخصية (مشكلات التوافق)	١٥	. 855	. 862
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	٥٤	. 951	. 904

تلاحظ الباحثة من الجدول السابق، أن جميع معاملات الثبات لدرجات جميع الأبعاد وللدرجة الكلية للمقياس أكبر من (٠.٨٥) الأمر الذي يؤكد ملائمة هذا المقياس في صورته النهائية والمكونة من (٥٤) فقرة لقياس الضغوط النفسية بمجتمع الدراسة الحالية.

درجات التحصيل الدراسي:

المعدل التراكمي الفصلي لمختلف المقررات الدراسية من واقع السجلات الأكاديمية الرسمية للطالبة

نتائج الدراسة ومناقشتها:

ومناقشة نتيجة الفرض الأول: "توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار وموضع الضبط الخارجي لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل".

جدول (٨) نتيجة معامل الارتباط العزمي لبيرسون

لمعرفة دلالة الارتباط بين قلق الاختبار وموضع الضبط الخارجي

لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل حيث (ن=٢٥١)

أبعاد قلق الاختبار	قيمة معامل الارتباط مع موضع الضبط الخارجي	قيمة الاحتمال	الاستنتاج
الأعراض الفسيولوجية لقلق الامتحان	. 526**	. 001	توجد علاقة ارتباط طردية دالة
الانزعاج والفرع	. 584**	. 001	توجد علاقة ارتباط طردية دالة
الارتباك المعرفي والسلوكي	. 580**	. 001	توجد علاقة ارتباط طردية دالة
اضطراب الانفعالي (انفعالات سالبة)	. 503**	. 001	توجد علاقة ارتباط طردية دالة
الدرجة الكلية لقلق الاختبار	. 589**	. 001	توجد علاقة ارتباط طردية دالة

تظهر نتائج الدراسة في الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بين الأبعاد الكلية لقلق الاختبار وموضع الضبط الخارجي قد بلغت (٠.٥٨٩) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠٥) مما يثبت وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار وموضع الضبط الخارجي.

اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة الفارادو Alvarado 2003 التي أشارت إلي أن من يعانون من القلق والاكتئاب يحصلون علي درجات أقل علي مقياس روتر لوجهة الضبط الداخلي، وهذا يعني ضمناً أن ذوي الضبط الخارجي يعانون من ارتفاع مستوي القلق لديهم. كما اتفقت مع دراسة روبرت وتامبا Robert Tampa &، في أن الأفراد الأعلى قلقاً يتجهون نحو التحكم الخارجي، أما الأشخاص الأقل درجة في القلق يتجهون نحو التحكم الداخلي، (البناء، ٢٠٠٦).

كما اتفقت مع نتائج دراسة مساعدة (٢٠١١) إلي وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين قلق الاختبار ومركز الضبط لدي الطلبة مرتفعي الذكاء لصالح الطلبة ذوي مركز الضبط الخارجي. وكذلك اتفقت مع دراسة عبد القادر وممدوح كامل (٢٠٠٥) في نتائج دراستهما التي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين وجهة الضبط الداخلية والتحصيل الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين وجهة الضبط الخارجية والتحصيل الأكاديمي. كما أكدت نتائج دراسة إسماعيل (٢٠١١) إلي وجود علاقة ارتباطية دالة بين درجت الطالبات علي قائمة حالة القلق ودرجاتهن علي قائمة وجهة الضبط (داخلية-خارجية). وفي دراسة للبناء (٢٠٠٦) أسفرت النتائج عن وجود تأثيرات غير مباشرة ذات دلالة لموضع الضبط (داخلي-خارجي) علي قلق الامتحان الشفوي وقلق الامتحان التحريري.

ولم توجد دراسات علي حسب علم الباحثة اختلفت نتائجها مع نتائج هذه الدراسة. وتعزي الباحثة هذه النتيجة إلي وجود ارتباط بين المعتقدات المرتبطة بال ضبط والكفاءة، وهذه المعتقدات بدورها ترتبط بشكل دال بأعراض القلق والاكتئاب. كما أن معظم الدراسات العربية والأجنبية كما ذكر سليمان ومحمد نبيل (١٩٩٤) تؤكد علي أن الأفراد ذوي الضبط الداخلي أقل قلقاً ويتميزون بخصائص شخصية متوافقة وإيجابية، في حين أن ذوي الضبط الخارجي أعلى قلقاً ويظهرون مفهوماً سلبياً عن الذات وأقل توافقاً من الناحية النفسية والاجتماعية وأقل طموحاً، ومثابرتهم ودافعيتهم للإنجاز منخفضة. وترجع الباحثة ذلك إلي أن موضع الضبط يقوم بدور البعد الدافعي للسلوك، فإذا كان موضع الضبط داخلي اتجه الفرد للاعتماد علي ذاته

في تحقيق ما يريد فيؤدي به إلى الثقة بالنفس، وبالتالي يشعر بالأمن وعدم التوتر ويقل مستوي القلق لديه، أما إذا كان موضع الضبط خارجي أعتقد الفرد في الحظ والصدفة فنقل ثقته بنفسه وبقدرته علي تحقيق ما يريد، مما يزيد من درجة القلق والتوتر لديه.

عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثاني: "توجد علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والضغط النفسية لدى طالبات كلية التربية- جامعة حائل".

جدول (٩) نتيجة معامل الارتباط العزمي لبيرسون لمعرفة دلالة الارتباط بين قلق الاختبار والضغط النفسية لدى طالبات كلية التربية . جامعة حائل (ن=٢٥١)

أبعاد الضغوط النفسية	أبعاد قلق الاختبار	قيمة معامل الارتباط	قيمة الاحتمال	الاستنتاج
ضغوط أسرية واجتماعية	الأعراض الفسيولوجية	.488	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الانزعاج والفرع	.497	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	ارتباك معرفى سلوكى	.458	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	اضطراب الانفعالى	.452	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الدرجة الكلية للقلق	.505	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
ضغوط اقتصادية	الأعراض الفسيولوجية	.429	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الانزعاج والفرع	.427	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	ارتباك معرفى سلوكى	.372	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	اضطراب الانفعالى	.369	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الدرجة الكلية للقلق	.424	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
ضغوط دراسية أكاديمية	الأعراض الفسيولوجية	.315	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الانزعاج والفرع	.306	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	ارتباك معرفى سلوكى	.326	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	اضطراب الانفعالى	.324	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الدرجة الكلية للقلق	.338	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
ضغوط شخصية (مشكلات التوافق)	الأعراض الفسيولوجية	.421	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الانزعاج والفرع	.461	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	ارتباك معرفى سلوكى	.452	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	اضطراب الانفعالى	.433	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الدرجة الكلية للقلق	.474	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	الأعراض الفسيولوجية	.518	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الانزعاج والفرع	.530	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	ارتباك معرفى سلوكى	.505	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	اضطراب الانفعالى	.496	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة
	الدرجة الكلية للقلق	.547	.001	توجد علاقة ارتباط طردى دالة

تظهر نتائج الدراسة في الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بين الأبعاد الكلية لقلق الاختبار والأبعاد الكلية للضغط النفسية قد بلغت (٠.٥٤٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠٥) مما يثبت وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والضغط النفسية.

اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة بيرسون ورو (Persons & Rao, 1985) التي أشارت إلي وجود علاقة موجبة بين شدة الضغوط والقلق والاكتئاب. كما اتفقت مع عدد من الدراسات التي أجريت علي الطلبة الجامعيين في الولايات المتحدة أن هناك علاقة موجبة بين شدة التعرض للضغوط النفسية والاكتئاب والقلق وشدة الغضب، وأن مستوي الأعراض كان لدي الإناث أعلى منه لدي الذكور. (Zimmerman, 1987), (American Psychiatric Association, 1987), (Posenthal, etal, 2000). كما اتفقت بصورة غير مباشرة مع دراسة كل من ميديدوفا (Medovedova, 1995) وماك هف (Mchugh, 1997) وال قود (Allgood, 1990) وكومبس وآخرون (Compass & etal, 1980) أن الإناث أكثر قلقاً، وأكثر تعرضاً للضغوط وأكثر اكتئاباً. كما حاولت بعض الدراسات تحديد أساليب أو عمليات تحمل الضغوط والتكيف معها. فقد أكد مارتين وآخرون (Martin & etal, 1992) علي أسلوبين من أساليب مواجهة الضغوط هما:

١- الاستراتيجيات الانفعالية في المواجهة *emotional coping strategies*، وتتمثل في ردود انفعالية في مواجهة المواقف الضاغطة مثل الغضب والتوتر والانزعاج والقلق واليأس.

٢- الإستراتيجيات المعرفية في المواجهة *coping strategies cognitive* وتتمثل في إعادة تفسير وتقويم الموقف والتحليل المنطقي والنشاط العقلي. ونلاحظ أن القلق أحد إستراتيجيات مواجهة الضغوط مما يعني أن هناك علاقة ما بين القلق والضغط النفسية.

وفي الدراسات العربية نجد نتائج هذه الدراسة قد اتفقت مع دراسة شحاتة بمصر (٢٠٠٢) لدي ناشئي كرة القدم بمحافظة المنيا " التي أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين الضغوط النفسية والقلق كحالة. كما اتفقت مع دراسة خنيش بالجزائر (٢٠١٥) التي توصلت نتائجها إلي وجود علاقة طردية ذات دلالة بين الضغوط النفسية وقلق الامتحان.

وقد أشار كيسكر Kisker (١٩٧٧) إلى أن كل مرحلة عمرية لها خصائص مميزة ومواقف ضاغطة وأن طلبة الجامعات يعانون من مواقف ضاغطة وأزمات عديدة تتمثل في مواجهة الامتحانات، والعلاقات مع الزملاء، والأساتذة والمنافسة من أجل النجاح، والمشكلات العاطفية، والتعامل مع مقتضيات البيئة الجامعية وأنظمتها وقوانينها وما تفرضه من قيود علي حركتهم وحريتهم. أيضا نجد صراع الطلبة مع الآباء، الصراع القيمي بين ما هو أصيل وما هو وافد، والتخطيط للمستقبل، ومحاولة تأكيد الذات وتحقيقها. وكما ذكر عوض (٢٠٠٠، ١٥) أن الضغوط التي يواجهها طالب الجامعة سواء في أسرته وجامعته ومجتمعه تمثل مؤثرات لا يمكن تجاهلها أو إنكارها، فإن لم يستطع الفرد مواجهتها والتكيف معها كانت بداية لكثير من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.

مما سبق تري الباحثة تأكيد البحوث علي وجود علاقة بين القلق والضغوط النفسية عامة، وما بين قلق الاختبار والضغوط النفسية خاصة وتعزي السبب إلي أن كليهما من الإضرابات النفسية وأن الضغط النفسي مسبب للقلق كما أشارت كثير من الدراسات. إلا أن الباحثة لم تجد بحوث تشير إلي عدم وجود علاقة بين هذين المتغيرين، كما تشير الباحثة إلي قلة توفر البحوث في هذا المجال.

عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل".

جدول (١٠)

نتيجة معامل الارتباط العزمي لبيرسون لمعرفة دلالة الارتباط بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية . جامعة حائل (ن = ٢٥١)

أبعاد قلق الاختبار	قيمة معامل الارتباط مع التحصيل الدراسي	قيمة الاحتمال	الاستنتاج
الأعراض الفسيولوجية لقلق الامتحان	-. 187	. 001	توجد علاقة ارتباط عكسي دالة
الانزعاج والفرع	-. 241**	. 001	توجد علاقة ارتباط عكسي دالة
الارتباك المعرفي والسلوكي	-. 249**	. 001	توجد علاقة ارتباط عكسي دالة
اضطراب الانفعالي (انفعالات سالبة)	-. 144*	. 011	توجد علاقة ارتباط عكسي دالة
الدرجة الكلية لقلق الاختبار	-. 224**	. 001	توجد علاقة ارتباط عكسي دالة

تظهر نتائج الدراسة في الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بين الأبعاد الكلية لقلق الاختبار والتحصيل الدراسي قد بلغت (-٠.٢٢٤) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠٥) مما يثبت وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي.

علي مستوي الدراسات الأجنبية اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة هنسلي (Hunsley,1985)، بجامعة ووترلو Waterloo بكندا، أن الطلبة الذين لديهم قلق امتحان مرتفع كان أدائهم الأكاديمي سيئاً للغاية. وفي دراسة سارسون ومندلر ١٩٥٧ Sarson & Mendler، قاما باستقصاء علاقة القلق بالقدرة علي الأداء لدي طلبة المدارس، وتبين لهما أن أداء الطلبة من ذوي القلق العادي أو المعتدل أفضل من ذوي القلق المرتفع أو المنخفض. (مرسي إبراهيم، ١٩٧٨) وأشار ألن (Allen,1970) في دراسة له بالولايات المتحدة الأمريكية أن الطلبة من ذوي القلق المرتفع تكون مهارات الاستدكار لديهم ضعيفة مقارنة بالطلبة ذوي القلق العادي أو المنخفض، كما وجد أن حالة القلق ترتفع لدي الطلاب من ذوي سمة قلق مرتفعة أكثر من الطلاب ذوي سمة قلق منخفضة.

كما اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة كولر وهول هان (Culler&Holahan,1980) حول العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الأكاديمي والتي دلت نتائجها أن تحصيل الطلبة ذوي القلق المرتفع متدن، علي عكس الطلبة ذوي القلق المنخفض. وفي دراسة تحليلية بعدية meta-analysis تم تحليل ٥٦٢ دراسة أكدت نتائجها علي أن لقلق الاختبار تأثيرات سلبية علي التحصيل الدراسي ويتسبب في الأداء السيئ للطلاب علي الامتحان. (Neville,etal,1995). كما أوضحت دراسة هنسلي Hunsley (١٩٨٥) إلي أن قلق الإختبار العالي يرتبط بالأداء السيئ في الإختبار.

وعلي مستوي الدراسات العربية، اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة آل يحي (١٩٨٩) ببغداد التي أظهرت أن معامل الارتباط بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي قوية، وأنه كلما زادت درجة القلق زاد احتمال انخفاض درجة الطالب في الامتحان.

كما أكدت دراسة الوحش باليمن (١٩٩٨) علي وجود فروق دالة إحصائياً في التحصيل الدراسي بين الطلبة ذوي قلق الاختبار المرتفع و ذوي قلق الاختبار المتوسط لصالح الطلبة ذوي قلق الاختبار المتوسط. ودلت نتائج دراسة

الطريبي (١٩٩٢) لدى طالبات جامعة الملك سعود وجود علاقة ذات دلالة سلبية بين قلق الاختبار والمعدل التراكمي.

وتوصلت دراسة إسماعيل بالأردن (١٩٩٤)، إلي أن مستوى قلق الاختبار يتناسب عكسياً مع مستوى التحصيل عند الأفراد، بمعنى كلما زاد أحدهما قل الآخر. وأظهرت دراسة الكحيمي بالمملكة العربية السعودية (١٩٨٥) إلي وجود علاقة عكسية ذات دلالة بين القلق ومستوى التحصيل، أي كلما زاد القلق أنخفض التحصيل. إلا أن نتائج هذه الدراسة لم تتفق نتائجها مع دراسة أجرتها النصير (٢٠٠٥) علي طالبات كلية التربية بالجوف أظهرت نتائجها عدم وجود علاقة ذات دلالة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي.

وتعزي الباحثة نتيجة هذه الدراسة للعلاقة العكسية بين القلق والتحصيل علي أساس أن القلق يشكل حالة من التوتر الشامل التي تصيب الفرد وتؤثر في العمليات العقلية كالانتباه والتفكير والتذكر والتي من متطلبات النجاح في الامتحان وبالتالي فإن حالة التوتر هذه تؤثر في تحصيل الطالب تأثيراً سلبياً.

عرض ومناقشة نتيجة الفرض الثاني: "يوجد تفاعل دال إحصائياً بين مستويات قلق الاختبار ومستويات موضع الضبط الخارجي ومستويات الدرجة الكلية للضغوط النفسية علي التحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية جامعة حائل".

جدول (١١) نتيجة تحليل التباين المتعدد

لمعرفة دلالة التفاعل بين مستويات قلق الاختبار ومستويات موضع الضبط الخارجي ومستويات الدرجة الكلية للضغوط النفسية علي التحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية - جامعة حائل (ن = ٢٥١)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) محسوبة	قيمة الاحتمال	الاستنتاج
مستويات قلق الاختبار (م)	3. 228	2	1.614	2. 809	062 .	
مستويات موضع الضبط (م)	1. 776	2	888 .	1. 546	215 .	
مستويات الضغوط (م)	288 .	2	144 .	250 .	779 .	
(م) * (م)	5. 214	4	1. 304	2. 269	063 .	التفاعل غير دال
(م) * (م)	5. 241	4	1.310	2. 281	062 .	التفاعل غير دال
(م) * (م)	2. 237	4	559 .	974 .	423 .	التفاعل غير دال
(م) * (م) * (م)	3. 732	7	533 .	928 .	485 .	التفاعل غير دال
الخطأ	129. 263	225	575 .			
الكلية	152. 965	250				

يتضح من نتيجة الجدول أعلاه عدم وجود تفاعل دال إحصائياً بين مستويات قلق الاختبار ومستويات موضع الضبط الخارجي ومستويات الدرجة الكلية للضغط النفسية علي التحصيل الدراسي لدي طالبات كلية التربية- جامعة حائل.

تعزي الباحثة هذه النتيجة لعدم تأثير قلق الاختبار في العوامل الأخرى بقدر تأثير موضع الضبط علي كل من قلق الاختبار والضغط النفسية والتحصيل الدراسي، لذلك يعتبر موضع الضبط هو المتغير الرئيسي الذي يؤثر في المتغيرات الأخرى وليس قلق الاختبار، وهذا ما أكدته كثير من الدراسات العالمية.

ملخص لنتائج الدراسة:

أسفرت نتائج الدراسة عن الآتي:

- ١- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار وموضع الضبط الخارجي.
 - ٢- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والضغط النفسية .
 - ٣- وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي .
 - ٤- عدم وجود تفاعل دال إحصائياً بين مستويات الدرجة الكلية لقلق الاختبار ومستويات موضع الضبط الخارجي ومستويات الدرجة الكلية للضغط النفسية علي التحصيل الدراسي.
- كما أثبتت نتيجة هذه الدراسة أن مستوي قلق الاختبار (والذي يشمل الأعراض الفسيولوجية لقلق الاختبار، الانزعاج والفرع، الارتباك المعرفي السلوكي، اضطراب الانفعالي) يرتفع مع ذوا لضبط الخارجي، وأن الضغوط النفسية (والتي تشمل ضغوط أسرية واجتماعية، ضغوط اقتصادية، ضغوط دراسية أكاديمية، ضغوط شخصية متمثلة في مشكلات توافق) ترفع من مستوي قلق الاختبار، كما أثبتت أن العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي علاقة عكسية، بمعنى إذا ارتفع مستوي قلق الاختبار أنخفض مستوي التحصيل الدراسي - والعكس.

تطبيقات للبحوث المستقبلية عن قلق الاختبار:

علي ضوء الدراسة وما تمخضت عنه من نتائج توصي الباحثة بالآتي:

- ١- دراسة مقارنة عن مستويات قلق الاختبار لدي الطلبة والطالبات الجامعيين.
- ٢- دراسة مقارنة عن مستويات موضع الضبط لدي الطلبة والطالبات الجامعيين.
- ٣- دراسة مقارنة عن مستويات الضغوط النفسية لدي الطلبة والطالبات الجامعيين.
- ٤- دراسة مقارنة عن تأثير موضع الضبط علي قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدي الطلاب والطالبات الجامعيين.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

الكتب:

الضامن، عبد الحميد، (٢٠٠٣): الإرشاد النفسي، مكتبة العلاج، الكويت.
مرسي، كمال إبراهيم، (١٩٧٨): القلق وعلاقته بالشخصية في مرحلة المراهقة، دار
النهضة العربية، القاهرة
عوض، رثيفة، (٢٠٠٠): ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة، مكتبة الأنجلو
المصرية، القاهرة.

الدوريات:

البناء، إسعاد عبد العظيم، (٢٠٠٦): نمذجة العلاقات بين وجهة الضبط والدافع
للإنجاز وقلق الامتحان وأثرها علي التحصيل الأكاديمي، مجلة كلية
الآداب- جامعة المنصورة، العدد(٣٨)، ص(٤٣٣).
إسماعيل، زينب محمد محمود محمد، (٢٠١١)، قلق الامتحان ووجهة الضبط عند
الطالبة المعلمة بقسم تربية الطفل، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد
(١٢)، ص(١٠٧٧-١٠٩٦).
الشرنوبلي، نادية السيد، (١٩٩٣): وجهة الضبط لدي طلبة وطالبات المدارس الثانوية
وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والقلق ومستوي الطموح، مجلة كلية التربية-
جامعة الأزهر، العدد(٣٢)، ص(١٧٩).
الوحش، عبد العزيز مهيوب، (١٩٩٨): قلق الامتحان وأثره علي التحصيل الدراسي
لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في الجمهورية اليمنية، مجلة الثقافة
النفسية، العدد(٣٣)، ص(٢٥)، المجلد التاسع
النصير، دلال منزل، (٢٠٠٥): العلاقة بين قلق الامتحان ومتغيرات التحصيل
الدراسي والنخص الأكاديمي والمستوي الدراسي لدى طالبات كلية التربية
بالجوف، مجلة كليات المعلمين، وزارة التربية والتعليم بالمملكة العربية
السعودية، العدد(١)، ص(١٣)، المجلد الخامس.
الطرييري، عبد الرحمن سليمان، (١٩٩٢): قلق الاختبار لدى طالبات الجامعة
وعلاقته ببعض المتغيرات الدراسية، مجلة كلية الآداب، جامعة الإسكندرية،
العدد(٣)، ص(٤١)المجلد الخامس.

حسين، محمود ونادر الزيات، (١٩٩٩)، مشكلات طلبة الجامعة ومستوي الاكتتاب لديهم في ضوء بعض المتغيرات، مجلة البصائر، جامعة البتراء، العدد (٢)، مجلد (٣).

خنيش، ليلي، (٢٠١٥)، الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز وقلق الامتحان، مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية، جامعة الشهيد حمة-الخضر الوادي بالجزائر، العدد (١٢)، ص (١٥٥-١١٣).

سليمان، عبدالله ومحمد نبيل، (١٩٩٤)، العدوانية وعلاقتها بموضع الضبط وتقدير الذات لدي عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود، مجلة علم النفس، العدد (٣٠)، ص (٤٤).

عبدالله، أحمد وعلي عساكر، (١٩٩٤)، مركز التحكم وعلاقته ببعض المتغيرات لدي طلبة جامعة الكويت، مجلة الشؤون الإجتماعية، الكويت، العدد (٤٢)، ص (٣٣).

عبد القادر، محسوب وممدوح كامل حسني، (٢٠٠٥)، تأثير وجهة الضبط وأساليب العزو والخجل في التحصيل الأكاديمي لطلاب كلية الفنون الجميلة- دراسة باستخدام المسار، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (٥٨)، ص (٧١).

رسائل الماجستير:

أبو حبيب، نبيلة أحمد، (٢٠١٠): الضغوط النفسية وإستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدي أبناء الشهداء في محافظات غزة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الأزهر، غزة

آل يحي، معين باقر، (١٩٨٩): قياس قلق الامتحانات لدي طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد

الكحيمي، وجدان عبد العزيز، (١٩٨٥): دراسة العلاقة بين مستوي القلق ومستوي التحصيل الدراسي لدي طالبات المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك، الرياض

إسماعيل، عبد الرحمن، (١٩٩٤): قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي والجنس والعمر لدي طلبة المدارس الثانوية في محافظة الزرقاء، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية.

مساعدة، مروة عمر، (٢٠١١): العلاقة بين قلق الاختبار ومركز الضبط لدي عينة من مرتفعي ومنخفضي الذكاء من طلبة المرحلة الإعدادية في قضاء عكة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

- Kisker,G. ,(1977): The Disorganized Personality, 3rd ed., Mc Graw-Hill company, U. S. A.
- Persons & Rao,(1985): Counseling, Theory & Process, 2nd ed., Boston.
- Rosenthal, etal., (2000): Issues for Counseling in Action, London.
- Zimmerman, (1989), Individual Psychotherapy &the Science of Psychodynamics, New York.
- AllGood,M. etal. ,(1990):Sex Differences& Adolescent Depression, Journal of Abnormal Psychology, vol. (99), no. (4) ,p. (55).
- Compass, etal. ,(1980): Parent & Child Stress & Symptoms in Integrative Analysis, Developmental Psychology, vol. (25), no. (4),p (550)
- Medovedova, Lula,(1995): Personal Resources of Adaptively Coping with Stress in Adolescents, Psychological Studies, vol. (37),no. (3),p. (177).
- Mchugh,s. ,(1997):Stress, Coping & Symptomology in a Sample of Irish Adolscents, Journal of Abnormal Psychology, vol. (57),no. (8),p. (60).