العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

"الوعي الذاتي وعلاقته بالقلق في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع"

(دراسة مقدمة لإكمال درجة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي)

إعداد الباحث:

موسى عطيةالله عطيه الرفاعي

جامعة الملك عبد العزيز – كلية الآداب والعلوم الانسانية – قسم علم النفس

إشراف:

أ . د . أشرف بن محمد أحمد علي

الفصل الدراسي الثاني 1443هـ - 2022م

AJSP
المجلة العربية للنشر العلمي
العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

الملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الوعي الذاتي والقلق في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع .

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهداف الدراسة ، وتكونت العينة من (508) من طلبة المرحلة الثانوية (300) طالباً ، و(208) طالبة بمدارس التعليم العام بمحافظة ينبع ، وقد تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة ، واستخدم الباحث كأدوات للدراسة مقياس القلق لجمل الليل (2012) ، ومقياس الوعي الذاتي لفهيد (2017) .

وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقاييس ، وكذلك معامل ألفا كرومباخ والتجزئة للتحقق من صدق وثبات المقاييس ، ومعرفة العلاقة بين الوعي الذاتي والقلق ، واختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين واختبار تحليل التباين لمعرفة التفاعل بين متغيرات الدراسة .

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود دلالة إحصائية تشير إلى وجود علاقة دالة عكسية بين الوعي الذاتي والقلق لدى عينة الدراسة ، كما أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من الوعي الذاتي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور .

وكذلك وجود مستوى منخفض من القلق لدى عينة الدراسة يشير إلى فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس ، لصالح الاناث وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوعي الذاتي ومستوى القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية تعزى لمتغير العمر والصف الدراسي .

ووفقاً لهذه النتائج أوصت الدراسة بإعداد البرامج والمقررات لتنمية الوعي الذاتي وتضمينها في المنهج التعليمي لهذه المرحلة ، وتدريب العاملين في المجال التربوي على تنمية الوعي الذاتي لدى الطلبة وكذلك وإجراء المزيد من الدراسات حول الوعي الذاتي والقلق لكل المراحل التعليمية ، وأساليب إرشاد الأسر لتنمية الوعي الذاتي لدى أبنائهم وأساليب التعامل مع حالات القلق لديهم .

الكلمات المفتاحية: الوعي الذاتي – القلق – المرحلة الثانوية .

المقدمة:

يمثل القلق أحد أكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً على مستوى العالم حيث كشفت التقديرات في عام 2017م بحسب تقرير (سورايا : 2018) في منتدى القلق والاكتئاب التابع لمؤتمر "ويش" 2018 أن هناك 264 مليون شخص يعاني اضطراب القلق ، ما يمثل نسبة 3,6 % من سكان العالم ، ويعد من أكثر العوامل التي تؤدي إلى زيادة سنوات العمر المفقودة ، والقاسم المشترك بين غالبية الاضطرابات العصابية والذهانية ، وتصف أدبيات علم النفس القلق بأنه أصبح سمة هذا العصر ؛ مما يتطلب البحث والدراسة لمعرفة الأسباب والعوامل التي تؤدي لهذا الاضطراب ، وقد دأبت المراكز العلمية على دراسة القلق كموضوع أساس بشكل عام في الدراسات النفسية والصحة النفسية على وجه الخصوص ؛ نظراً للتأثيرات التي يحدثها القلق على الصحة النفسية للفرد والمجتمع .

ومع تزايد نسبة انتشار القلق حول العالم ، والذي تؤكده الاحصاءات الصادرة عن منظمة الصحة العالمية (WHO) التي تؤكد أنه في عام 2019، كان هناك 301 مليون شخص مصابين باضطراب القلق ، منهم 58 مليون طفل ومراهق الأمر الذي دفع الباحثين في علم النفس للاهتمام بدراسة القلق لفهمه وضبطه والتنبؤ به من خلال تدخلات إرشادية وعلاجية ، وتشير أيضاً إلى أهمية الموضوع بالنسبة لصحة الفرد النفسية وأثره على التوافق النفسي ، وقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث شملت الأسباب والأعراض والمآل

وطرق العلاج المناسبة ، حيث ارتبطت دراسة القلق لدى أغلب الباحثين بمستوياته وعلاقته ببعض السمات النفسية والعوامل البيئية التي تؤدي إليه.

مشكلة الدراسة:

يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس التالي:

– هل توجد علاقة ارتباطية بين الوعي الذاتي والقلق لدي عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية؟

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة التالية :

1–ما السمة العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ؟

2–ما السمة العامة للقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ؟

3–هل توجد فروق دالة احصائيا في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي لمتغير الجنس ؟

4–هل توجد فروق دالة احصائيا في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي لمتغير العمر ؟

5–هل توجد فروق دالة احصائيا في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي المستوى الدراسي ؟

6–هل توجد فروق دالة احصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير الجنس ؟

7–هل توجد فروق دالة احصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير العمر ؟

8–هل توجد فروق دالة احصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي ؟

9–هل يوجد تفاعل دال احصائياً بين الجنس والوعي الذاتي على القلق لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع .

فروض الدراسة:

1–توجد علاقة ارتباطية بين الوعي الذاتي والقلق لدي عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع

2–تتميز السمة العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالانخفاض .

3–تتميز السمة العامة للقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالارتفاع .

4–توجد فروق دالة احصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي لمتغير الجنس .

5–توجد فروق دالة احصائيا في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي لمتغير العمر .

6–توجد فروق دالة احصائيا في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي المستوى الدراسي

7–توجد فروق دالة احصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير الجنس.

8–توجد فروق دالة احصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير العمر .

9–توجد فروق دالة احصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي

10– يوجد تفاعل دال احصائياً بين الجنس والوعي الذاتي على القلق لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع .

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى بحث العلاقة الارتباطية بين متغيراتها ، وتحديد مستوى كل متغير تبعاً للمتغيرات الديموغرافية ، وبذلك يمكن تحديد أهداف الدراسة الحالية في التالي:

- التحقق من وجود علاقة ارتباطية بين الوعي الذاتي والقلق لدي عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .
- معرفة السمة العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .
- معرفة السمة العامة للقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .

- تحديد الفروق في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع وفقاً لمتغير الجنس ، والعمر والمستوى الدراسي.
- تحديد الفروق في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع وفقاً لمتغير الجنس ، والعمر والمستوى الدراسي .
- التحقق من وجود تفاعل دال إحصائياً بين الجنس والوعي الذاتي على القلق لطلبة المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع.

أهمية الدراسة: ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى التالي:

الأهمية النظرية:

1-تساهم نتائج الدراسة القائمين بالعمل في التعليم في معرفة العلاقة بين الوعي الذاتي والقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية وبناء المناهج على أساسها .

2-تلقي نتائج الدراسة الضوء على بعض مسببات القلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوي تسهم في الإرشاد والعلاج النفسي لهذه المرحلة .

3-الكشف عن العلاقة بين الوعي الذاتي والقلق لدي طلاب وطالبات المرحلة الثانوية تسهم في تبني الأخصائيين النفسيين لمنهج إرشادي في التعليم .

الأهمية التطبيقية:

1-تطبيق نتائج الدراسة في تدريب الأخصائيين النفسيين في المدارس لتنمية الوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .

2-إعداد برامج الإرشاد النفسي في المرحلة الثانوية في حالات القلق وفقاً لنتائج الدراسة لخصائص الجنس والعمر والمستوى الدراسي .

3-وفقاً لنتائج الدراسة يمكن لوزارة التعليم إعداد البرامج التدريبية لتنمية الوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية وإدماجها في المنهج التعليمي .

- **حدود الدراسة :** تقتصر هذه الدراسة على جميع الطلاب والطالبات بمدارس التعليم العام في المملكة العربية السعودية للمرحلة الثانوية بمحافظة ينبع للعام الدراسي 1442-1443هـ ، 2021- 2022 م

مصطلحات الدراسة :

أ- الوعي بالذات : ويقصد به ؛ الوعي المعرفي والوجداني والسلوكي ، والوعي بالمشكلات والقدرات والامكانات وكل ما يرتبط حياة الفرد ويؤثر فيه ، أي الوعي العام بالذات .

ويعرف جولمان (Goleman : 2000 ") الوعي بالذات بأنه مراقبة نفسك والتعرف على مشاعرك وتكوين قائمة بأسماء المشاعر ، ومعرفة العلاقات بين الأفكار والمشاعر والانفعالات واتخاذ القرارات الشخصية ورصد أفعالك والتعرف على عواقبها ، وتحديد ما الذي يحكم القرار ، الفكر أم المشاعر.

ويعرف في هذه الدراسة بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجاباته على فقرات مقياس الوعي بالذات من إعداد (فهيد : 2017) .

ب – القلق : والمقصود به القلق الموضوعي (قلق الحالة) .

وعرفه حامد زهران : بأنه حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث يصحبها خوف غامض وأعراض نفسية وعضوية (زهران : 2005) .

ويعرف في هذه الدراســة بأنه " الدرجة التي يحصل عليها المفحوص بعد تطبيق مقياس القلق من إعداد (جمل الليل : 2005).

الإطار النظري

المبحث الأول : الوعي الذاتي

تعريف الوعي الذاتي :

يرد مفهوم الوعي بشكل عام بمعنى الفهم وسلامة الإدراك ، وقد يطلق الوعي على حالة اليقظة في مقابل أن يكون الفرد في حالة النوم أو التخدير أو فاقدٍ للوعي ، وورد في أدبيات علم النفس بأنه معرفة الفرد لنفسه ومحيطه وإدراكه لمشاعره واتجاهاته ، وقد ذكرت العديد من التعريفات لهذا المفهوم .

ومن أهم تعريفات الوعي الذاتي ما ذكره جولمان (Goleman , 2000) حيث عرف الوعي بالذات بأنه مراقبة نفسك والتعرف على مشاعرك، وتكوين قائمة بأسماء المشاعر، ومعرفة العلاقات بين الأفكار والمشاعر والانفعالات واتخاذ القرارات الشخصية .

وعرفه باس 1980 بقدرة الفرد على توجيه الانتباه إما نحو ذاته أو خارجها تجاه البيئة وإن هذا التوجه الانتباهي يسبب حالة التقويم الآني (Buss , 1980) .

ويمكن تعريف الوعي الذاتي بأنه قدرة الفرد على إدراك ذاته الواقعية وإدراك البيئة المحيطة والعالم من حوله ، وإدراك كيف يراه الآخرون بما يمكنه من التوافق مع ذاته ومع الآخرين .

أبعاد الوعي الذاتي : حدد (فهيد : 2017) أبعاد الوعي الذاتي لدى جولمان وبنى عليها المقياس المطبق في هذه الدراسة على النحو التالي :

1- الوعي الانفعالي Emotional Awareness : ويقصد به مهارة اكتشاف الفرد لانفعالاته والتعبير عنها ، وتقدير ذاته بتحديد جوانب القوة والضعف وتقدير دقيق لانفعالاته وعواطفه ، وربط مشاعره بما يفكر فيه والثقة في ذاته وإمكاناته .

2- فهم الذات Self-Conception : يشير فهم الذات إلى قدرة الفرد لإدراك ذاته في أبعادها الجسدية والانفعالية والعقلية والاجتماعية ، وفكرته عن الذات ، وإدراك جوانب الخبرة المتعددة ، وتحديد جوانب القوة والقصور في الذات (أبو جادو : 2015) .

3- الثقة بالنفس Self Confidence : عرفها (الغامدي : ٢٠٠٩) بأنها مدى إدراك الفرد لكفاءته ومهاراته وقدراته الجسمية والنفسية ، والاجتماعية ، واللغوية التي من خلالها يتفاعل بفعالية مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها في الحياة " .

- النظريات المفسرة للوعي الذاتي :

أولاً / الاتجاه التحليلي ومن أهم نظريات هذا الاتجاه : نظرية التحليل النفسي لفرويد :

أشار فرويد إلى أن الوعي بالذات غالباً ما يكون في اللاشعور ، ولذا يصعب الوصول إلية ، مؤكداً علي أهمية العالم الداخلي للفرد في محاولاته لفهم ذاته ، كذلك بين صعوبة وعي الفرد بحقيقة دوافعه حيث أن فهم الذات غالباً ما يكون غير دقيق ، وقد مثل فرويد ذلك بشكل جبل الجليد الذي يختفي معظمه تحت الماء ؛ وبذلك يؤكد فرويد على أن الفرد ليس لديه الوعي التام بذاته من حيث معرفته بعالمه الداخلي (فرويد : 2009) .

ثانياً / الاتجاه الإنساني وأشهر نظرياته : نظرية الذات لكارل روجر

ويرى أصحاب هذا الاتجاه ومنهم روجر أن الوعي الذاتي يتكون من خلال الخبرة الذاتية للفرد في المجال الذي يعيش فيه . وهي صورة يكونها الفرد عن نفسه جنباً إلى جنب مع تقويمه وحكمه على هذه الصورة ، فيربط في نظريته بين الاعتبار الإيجابي من قبل الآخرين ونمو الوعي عن الذات (عبدالرحمن : 2005) .

ثالثاً / الاتجاه السلوكي : ويمثل هذا الاتجاه : عدة نظريات من أشهرها نظرية واطسون وبافلوف وسكينر : وبشكل عام تقول هذه النظريات إن الوعي ناتج عن خبرات تكونت نتيجة للمثيرات التي يمر بها الفرد فيتكون لديه التفهم الواعي الذي يتضمن زيادة واضحة

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

في سلوك الفرد من حيث دقة الملاحظة ، والوعي بالمثيرات الخارجية والداخلية في اللحظة الحاضرة وتبني اتجاهات منفتحة لتقبل الواقع وليس التقييم والحكم على الموقف الحاضر (ربيع : 2017) .

رابعاً / الاتجاه المعرفي : من أشهر النظريات في هذا الاتجاه والتي فسرت الوعي الذاتي نظرية دانيال كانمان ؛ حيث فرَّق بين نوعين من معالجة المعلومات في الدماغ يسميهما الحدس والتعقل يعمل النظام الأول (الحدس) كما يعمل التعقل الترابطي ويتسم بكونه سريع وآليّ ويرتبط ارتباطًا وثيقًا بالمشاعر المتضمنة في عملية التفكير . يقول كانمان أن هذا النوع من التفكير مبني على العادات ومن الصعب تغييره أو التلاعب به أمَّا التعقل (النظام الثاني) أبطأ وأقل ثباتًا ومعرض للأحكام الواعية والحالات المزاجيّة بمعنى أن هذا الاتجاه يفسر الوعي الذاتي بأنه وصول الفرد إلى مرحلة إدراك الإدراك بالمعنى الواسع وهي الأفكار التي يمتلكها الفرد عن أفكاره الخاصة ، أو بدقة أكبر أو بدقة أكبر يتضمن إدراك الإدراك أمور مثل :مدى فعاليّة مراقبة الشخص لأدائه في مهمة معينة (التنظيم الذاتيّ) وفهم الشخص لقدراته في مهمة عقليّة ، القدرة على تطبيق الخطط الإدراكيّة (Martinez, 2006) .

المبحث الثاني : القلق

تعريف القلق:

يصنف القلق كأحد الاضطرابات العصابية وتم تعريفه في الدليل التشخيصي الرابع للاضطرابات النفسية DSM القلق بأنه حالة مرضية تتصف بالشعور بالرعب وبوجود عدد من الأعراض يشترط وجود ثلاثة منها على الأقل وهي : صعوبة في التركيز وسرعة الانفعال ، وتوتر العضلات واجهادها ، واضطراب النوم كما تصاحبها أعراض عضوية تشير إلى نشاط زائد للجهاز العصبي اللاإرادي (DSM– IV, 2000) .

وقد عرفه فرويد 1962 بأنه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الإنسان ويسبب له الكثير من الكدر والضيق والألم (عثمان : 2008) .

وعرفه (زهران : 2005) بأنه حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصاحبها أعراض نفسية وجسمية .

ويرى الباحث أن القلق انفعال قوامه الخوف والتوتر نفسي المنشأ يصدر من داخل الفرد نتيجة لأسباب غامضة لا يدركها الفرد .

- **أنواع القلق :**

أ– **قلق موضوعي :**

وهو القلق الذي يُعرف مصدره ، وعادة ما يكون مصدره خارجي ومحدد ويزول هذا النوع من القلق بزوال مسبباته ، أو الأخذ بأسباب الحيطة الحذر أو الاستعداد لمواجهة تلك الأسباب (إبراهيم ، وعبدالباقي: 2010)

ب– **القلق العصابي :**

ويعرفه فرويد على أنه" شعور غامض غير سار بالتوقع والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسيمة ، ويأتي في نوبات تتكرر لدى نفس الفرد (الزراد : 1984)

ج– **القلق الأخلاقي :**

هو عبارة عن الخبرة الانفعالية المؤلمة التي نشأت من الشعور بالذنب أو الخجل ونتيجة لارتكاب الفرد لإحدى المحرمات التي تتعارض مع الأخلاق مما يؤدي إلى إدراك الفرد للخطر المتزايد الناتج عن مخالفة ضميره فيشعر بالذنب وتأنيب الضمير (جمل الليل : 2005) .

– **مكونات القلق :**

أورد (جمل الليل : 2005) مكونات القلق في الأبعاد التالية :

1- **بعد انفعالي :** Emotional أو وجداني يتمثل في مشاعر الخوف ، والفزع ، والتوجس والتوتر ، والهلع الذاتي والانزعاج .

2- **بعد معرفي :** Cognitive ويتمثل في التأثيرات السلبية لهذه المشاعر على مقدرة الشخص على الإدراك السليم للموقف والتفكير الموضوعي .

3- **بعد فسيولوجي :** Physiological ويتمثل فيما يترتب على حالة الخوف من استثارة وتنشيط الجهاز العصبي المستقل أو اللاإرادي مما يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية عديدة .

4- **بعد سلوكي :** **Behavioral** ويشمل الإعراض ذات الطابع السلوكي والتي تعكس مظاهر سلوكية تتجلى في عدم القدرة على حل المشكلات والسلوك الهروبي والاحجامي ، وعدم التناسق الحركي والعضلي والتباطؤ والانسحاب ، أو الارتباك أو التباطؤ في العمل.

النظريات المفسرة للقلق :

فسر أصحاب النظريات النفسية القلق تفسيرات مختلفة ، وأرجعوه لعوامل مختلفة حسب الاتجاه الذي تتبعه ومن أهم هذه الاتجاهات :

أولاً / الاتجاه التحليلي :

من أهم نظريات هذا الاتجاه نظرية التحليل النفسي لفرويد حيث فسر حدوث القلق على أساس عدم اتخاذ الرغبة الجنسية طريقها الطبيعي إلى التفريغ والإشباع ، فتتحول الطاقة الليبيدية إلى فسيولوجية بحتة ، وكبت الرغبات والصراع بين مكونات الجهاز النفسي.

كما فسر آدلر في نظريته علم النفس الفردي القلق بأنه نتيجة للنقص العضوي ، أو نقص الاهتمام الاجتماعي لدى الفرد ، وأشار بأن العوامل الاجتماعية من المحددات المهمة في الصحة النفسية للفرد واضطراب هذه العوامل قد يسبب القلق (هريدي : 2014).

ثانياً / الاتجاه السلوكي :

ترى المدرسة السلوكية القلق على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الإيجابي والتدعيم السلبي ، فتفسير القلق على أنه ارتباطات شرطية بين مثير واستجابة وأنه سلوك متعلم من البيئة (الرمادي : 2015) .

ثالثاً / الاتجاه الإنساني :

يرى الإنسانيون أن القلق هو الخوف من المستقبل وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانيته ولهذا فإنه المثير الأساسي للقلق ، ولعل أهم من يمثل هذا الفكر " ماسلو " و" روجرز "، حيث يعتقد "ماسلو" وضع نظريته الشهيرة حول هرم الحاجات وأن عدم تحقيق هذه الحاجات يمكن أن يؤدي إلى القلق ، كما يرى "روجرز" أن الإنسان يشعر بالقلق حين يجد التعارض بين ما يعيشه وبين مفهوم الذات (الزعبي : 2021).

رابعاً / الاتجاه الفسيولوجي :

النظرية الفسيولوجية للقلق : تقول هذه النظرية إن أعراض القلق النفسي تنشأ من زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعيه السمبثاوي والباراسمبثاوي ؛ ومن ثم تزيد نسبة الادرينالين والنورادرينالين في الدم ، فيرتفع ضغط الدم لدى الفرد ، وتزايد ضربات القلب ، ويزيد العرق وجفاف الحلق ، وأحياناً رجفة في الأطراف ، وصعوبة في التنفس وغيرها من الأعراض الجسمية (عكاشة : 2017) .

خامساً / الاتجاه المعرفي :

يرى أصحاب هذا الاتجاه وعلى راسهم ألبرت إليس صاحب نظرية (ABC) بأن الفرد القلق تسيطر عليه تصورات ذهنية مفادها أن هناك حادثة خطيرة ستقع ، وبسبب الاضطراب في التفكير يعمل الدماغ باهتياج شديد في مواجهة التهديد وقد بينت دراسة بيك Beck أحد رواد هذا الاتجاه أن الأشخاص في حالة القلق يوجد لديهم تشوهات معرفية كالاستنتاج العشوائي والتعميم والتضخيم وعدم القدرة على الرؤية الصائبة مما يجعلهم في حالة قلق (الزعبي : 2021)

– **أسباب القلق :**

أورد الموقع الرسمي لوزارة الصحة السعودية في عام 2021م بعض أسباب القلق منها :

- فرط النشاط في مناطق الدماغ التي تشارك في المشاعر والسلوك .
- خلل في المواد الكيميائية في الدماغ مثل السيروتونين والنورادرينالين ، والتي تشارك في التحكم في المزاج وتنظيمه .
- الجينات الموروثة من الوالدين – يكون الفرد أكثر عرضة للإصابة باضطراب القلق العام بخمس مرات إذا كان لديه قريب مصاب بهذه الحالة .
- وجود تاريخ من التجارب المجهدة أو المؤلمة ، مثل العنف المنزلي أو إساءة معاملة الأطفال أو التنمر أو الصدمات النفسية .
- الإصابة بحالة صحية مؤلمة طويلة الأمد ، مثل التهاب المفاصل وجود تاريخ من تعاطي المخدرات أو الكحول .

– **أعراض القلق** : وأعراض القلق كما صنفها (عثمان : 2008) تنقسم إلى الأول فسيولوجي والثاني سيكولوجي

أولاً / الأعراض الفسيولوجية في :

من أكثر العراض وضوحاً : زيادة ضربات وسرعة دقات القلب ، ونوبات من الدوخة والإغماء ، وتنميل في اليدين أو الذراعين أو القدمين ، وغثيان أو اضطراب المعدة ، والشعور بألم في الصدر ، وفقد السيطرة على الذات ، ونوبات تعرق لا تتعلق بالحرارة أو الرياضة البدنية , وسرعة في النبض أثناء الراحة ، والأحلام المزعجة ، والتوتر الزائد .

ثانياً الأعراض السيكولوجية :

تظهر أعراض القلق النفسية نوبة من الهلع التلقائي الاكتئاب وضعف الاعصاب .الانفعال الزائد .عدم القدرة على الإدراك والتمييز .نسيان الأشياء اختلاط التفكير .زيادة الميل إلى العدوان .

– **علاج القلق** : من أهم التوصيات العلاجية لمرضى القلق ما ذكره (زهران : 2005) :

- **العلاج النفسي** : من خلال تطوير شخصية الفرد وزيادة بصيرته وتحقيق التوافق من خلال التنفيس والإيحاء والإقناع والتدعيم والمشاركة الوجدانية وإعادة الثقة في النفس فالتحليل النفسي يفيد في اظهار الذكريات ، وتنفيس الكبت وحل الصراعات الأساسية ، ويستخدم العلاج السلوكي في حل الاشراطات المرضية ، وتفيد أيضاً العلاجات الإنسانية في تحقيق الاستبصار والأمن النفسي ، كما يفيد العلاج المعرفي في الشرح والتفسير والاقناع وكشف الأسباب التي أدت إلى القلق لدى الأفراد .
- **الإرشاد النفسي** : ويشمل الإرشاد العلاجي وتعليم الفرد كيف يواجه الضغوط والصعوبات في مراحل حياته المختلفة .
- **العلاج البيئي** : ويعني ذلك تعديل العوامل البيئية ذات الأثر الملحوظ وتخفيف الضغوط البيئية ومثيرات التوتر .
- **العلاج الدوائي** : حيث يتم استخدام العقاقير للأعراض المصاحبة ، وكذلك العقاقير النفسية الوهمية .

المبحث الثالث : الدراسات السابقة

تناول الباحث الدراسات السابقة والتي لها علاقة جزئية أو كلية بالدراسة الحالية من حيث موضوع الدراسة والأدوات والعينة ، والمنهج ، وأساليب المعالجة الاحصائية ، وعلاقة النتائج بالدراسة الحالية ، والحقيقة أن هذه الدراسات كانت نادرة من حيث الموضوع ، والعينة ؛ ووفقا لمتغيرات الدراسة تم تناولها من محورين رئيسين :

المحور الأول : دراسات تناولت الوعي الذاتي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والسلوكية لدى الأفراد .

المحور الثاني : دراسات تناولت القلق وتأثره ببعض سمات الشخصية لدى الأفراد من حيث الشدة وسرعة العلاج .

أولاً / دراسات تناولت الوعي الذاتي :

1- دراسة كليري (2008) بعنوان :" **فاعلية برنامج تمكين التنظيم الذاتي لتعزيز الوعي الذاتي والتنظيمي لدى طلاب المرحلة الثانوية العصرية** " وهدفت الدراسة إلى جمع البيانات حول فعالية برنامج لتحسين التنظيم الذاتي والتحفيز واختبار الأداء لمجموعة صغيرة من طلاب المدارس الثانوية العصرية ، وطبقت الدراسة على عينة تبلغ 1600 طالباً وطالبة واستخدم الباحث المنهج التجريبي في هذه الدراسة ، وقد أظهرت النتائج تحسناً في مستوى التحصيل العلمي لدى الطلاب اللذين تم تطبيق البرنامج عليهم ويعتقد الباحثون أن التنظيم والوعي الذاتي مهم للطلاب في مراحلهم الدراسية .

2- دراسة القواقزة (2015) بعنوان " **الوعي الذاتي وعلاقته بالكفاية الاجتماعية لدى الطلبة في محافظة جرش** " وهدفت الدراسة إلى التعرف على الوعي الذاتي وعلاقته بالكفاية الاجتماعية لدى طلبة الصف العاشر في محافظة جرش وتكونت عينة الدراسة من (202) طالباً وطالبة من طلبة الصف العاشر في محافظة جرش ، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الوعي الذاتي لدى طلبة الصف العاشر جاء متوسطاً ، باستثناء" القدرة على مواجهة المشكلات "جاءت مرتفعةً وجاءت الكفاية الاجتماعية لدى طلبة الصف العاشر مرتفعةً ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في جميع مجالات الوعي الذاتي باستثناء مجال" التحصيل الدراسي "جاء لصالح الإناث . ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير للجنس في جميع مجالات الكفاية الاجتماعية باستثناء مجال" التعاون "جاء لصالح الإناث في المجالات الأخرى . كما أظهرت النتائج إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الوعي الذاتي والكفاية الاجتماعية .

3- دراسة فهيد (2017) بعنوان " **فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي لتنمية الوعي الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية** " وهدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي لتنمية الوعي الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية بجدة ، وتكونت العينة من (26) طالباً في المرحلة الثانوية ، وأظهرت النتائج بعد تطبيق البرنامج فعاليته في تنمية الوعي الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، وكذلك بقاء الأثر في القياس التتبعي .

4- دراسة الحموري (2020) بعنوان "مستوى التسامح لدى الطلبة الموهوبين وعلاقته بالوعي الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية " وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التسامح لدى الطلبة الموهوبين وعلاقته بالوعي الذاتي ، وتكونت عينة الدراسة من (207) طالباً ؛ تم اختيارهم عشوائيا من الطلبة الموهوبين والمدمجين في مدارس المرحمة الثانوية في منطقة أبها ، في المملكة العربية السعودية واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي ، وقد طبق على عينة الدراسة مقياس التسامح وهو من إعداد Rye et al (2001) وقام بترجمته للغة العربية المحاسنة (2017) وكذلك مقياس الوعي الذاتي من إعداد الغزواني (2017) وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التسامح والوعي الذاتي كانا مرتفعين لدى الطلبة الموهوبين ، وإلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين التسامح والوعي الذاتي .

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

ثانياً / دراسات تناولت القلق :

1-دراسة باتريسيا فوجيك وآخرون (2007) : بعنوان" **فحص طرق الجنس المحدد من ضحايا الأقران في كلٍ من القلق والاكتئاب عند المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة من خلال تجربة عشوائية في هولندا**" ، وهدفت الدراسة إلى فحص الفروق بين الجنسين في دور كلٍ من ضحايا الأقران الجسدي والعلائقي في الشعور بالقلق والاكتئاب عند المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة ، وتكونت عينة الدراسة من عينة عشوائية وعددها (448) مراهقاً ومراهقة وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين الذكور حصلوا على درجات أعلى من الإناث في تعرضهم للإيذاء الجسدي من قبل أقرانهم ، بينما لم توجد فروق بين الجنسين في تعرضهم للإيذاء العلائقي من قبل الأقران ، وأشارت نتائج الدراسة أيضاً إلى أن الإناث حصلوا على درجات أعلى من الذكور في شعورهم بكلٍ من القلق والاكتئاب .

2- دراسة الشبؤون (2011) بعنوان "**القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين "دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي- المرحلة الثانوية - في مدارس مدينة دمشق الرسمية**" ، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين الاكتئاب لدى المراهقين من تلاميذ الصف التاسع في التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية ، كما يهدف إلى معرفة الفروق بين المراهقين في القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين الاكتئاب تبعاً لمتغير الجنس (ذكور وإناث) وقد تكونت عينة البحث من (655) طالباً وطالبة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم ، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط بين القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين الاكتئاب لدى مراهقي عينة البحث جميعاً ، ووجود ارتباط بين القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين الاكتئاب لدى المراهقين من الجنسين ، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في القلق بوصفه حالة ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في القلق بوصفه سمة وذلك لصالح الإناث ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاكتئاب وذلك لصالح الإناث .

3-دراسة قريشي (2013) بعنوان" **مستوى القلق لدى طلاب المرحلة الثانوية دراسة ميدانية بمدينة ورقلة في الجزائر** " وهدفت الدراسة الى التعرف على مستوى القلق لدى طلاب المرحلة النهائية للثانوية المتعددة الاختصاصات بورقلة ، تبعاً الفروق بين الجنسين والفروق بين الشعب المختلفة . وتكونت العينة من (200) طالباً وطالبة ، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن أفراد العينة لا يعانون من مشكلة القلق وأن وجوده في الحدود العادية لديهم . وبينت النتائج أن هناك فروقاً دالة احصائيا بين الجنسين لصالح الإناث ، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين تلاميذ الشعب المختلفة في درجة القلق .

4-دراسة الحربي (2014) بعنوان " **قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض** " وهدفت الدراسة هدفت الدراسة الحالية الى معرفة قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ، وتكونت عينة الدارسة : من (250) طالبة ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة سالبة بين الدرجة الكلية لقلق المستقبل وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة بمدينة الرياض وجود علاقة إحصائية دالة موجبة بين الدرجة الكمية الكلية لقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة بمدينة الرياض، وعدم وجود فروق في متوسط درجات قلق المستقبل بين طالبات المرحلة الثانوية وفقاً لمتغيري تعليم الأب / الأم والمستوى الاقتصادي .

5-دراسة العوفي (2021) بعنوان " **القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية** " وهدفت الدراسة إلى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طالب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية في المملكة العربية السعودية ، وطبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من (487) طالباً وكشفت نتائج الدراسة ، أن مستوي الافكار اللاعقلانية لدى طالب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية جاء بدرجة متوسطة ، مستوي القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية جاء منخفضاً ، كما كشفت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الافكار اللاعقلانية ، والقلق

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

الاجتماعي ، و عدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية في مستوى القلق الاجتماعي تعزي لمتغير المستوى الاقتصادي ، والمعيشي للأسرة ، ولا توجد علاقة ذات دلالة احصائية في مستوى الافكار اللاعقلانية تعزي لمتغير المستوى الاقتصادي والمعيشي للأسرة .

منهج وإجراءات الدراسة

- منهج الدراسة :

وجد الباحث أن المنهج الوصفي الارتباطي هو الملائم لتحقيق أهداف الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة بين الوعي الذاتي والقلق لدى عينة الدراسة .

- **مجتمع الدراسة :** يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب والطالبات في المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع والبالغ عددهم 15574 طالباً وطالبةً ، تراوحت اعمارهم بين 15- 18سنة وقد تكونت العينة من (508) مفردة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة بواقع (300 طالب و208طالبة) ويمكن وصف العينة من خلال الجداول التالية :

أ- وفقاً للجنس :

جدول رقم (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس

الجنس	التكرار	النسبة %
ذكر	300	59.1
أنثي	208	40.9
المجموع	508	%100

ب- وفقاً للعمر:

جدول (2)

توزيع أفراد الدراسة وفقا لمتغير العمر

العمر	التكرار	النسبة %
15 سنة	80	15.7
16 سنة	168	33.1
17 سنة	157	30.9
18 سنة	103	20.3
المجموع	508	%100

ج – وفقاً للمستوى الدراسي :

جدول (3)

توزيع أفراد الدراسة وفقاً لمتغير الصف الدراسي

الصف الدراسي	التكرار	النسبة %
الأول الثانوي	214	42.1
الثاني الثانوي	173	34.1
الثالث الثانوي	121	23.8
المجموع	508	%100

أدوات الدراسة : طبق الباحث لتحقيق أهداف الدراسة الأدوات التالية :

أ- **مقياس الوعي الذاتي** : اعتمد الباحث مقياس الوعي الذاتي لهذه الدراسة من إعداد (فهيد : 2017) والذي يتكون في صورته النهائية من (30) عبارة ، موزعة على الأبعاد التالية : الوعي الانفعالي وفهم الذات ، والثقة بالنفس ، ويتم الإجابة عليها من خلال مقياس خماسي (دائماً = 5، وغالباً = 4 ، وأحياناً = 3، ونادراً = 2، وأبداً= ١) وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (30 و150) درجة وصيغت جميع عبارات المقياس في الاتجاه الإيجابي ، بحيث تدل الدرجة المرتفعة للمقياس ككل على وجود درجة عالية من الوعي الذاتي للمستجيب، والجدول التالي يوضح توزيع العبارات على الأبعاد :

جدول (4)

توزيع عبارات مقياس الوعي الذاتي على الابعاد الثلاثة

م	الأبعاد	أرقام العبارات	مجموع العبارات
1	الوعي الانفعالي	1 ، 5 ، 8 ، 9 ، 15 ، 18 ، 21 ، 25 ، 28 ، 29	10
2	فهم الذات	2، 3 ، 6 ، 10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 20 ، 22 ، 24 ، 27	12
3	الثقة بالنفس	4 ، 7 ، 16 ، 17 ، 19 ، 23 ، 26 ، 30	8
المجموع الكلي			30

1) صدق المقياس : للتحقق من صدق المقياس قام الباحث بالتحقق من ذلك من خلال :

أ- صدق المحتوى : من خلال المحكمين للتعرف على مدى الصدق الظاهري للمقياسين ، والتأكد من أنه يقيس ما وضع لقياسه ، تم عُرضه بصورته الأولية على (4) محكمين في تخصص القياس والتقويم والإرشاد النفس ، وعلم النفس التربوي ، والصحة النفسية وذلك بهدف الكشف عن مدى صدق فقرات المقياس ، ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت له من حيث : مدى ملاءمة الفقرة للبعد الذي وضعت له ومناسبة العبارة للسمة التي تقيسها ، وسلامة ووضوح الصياغة اللغوية للفقرات ، وبعد أخذ الآراء والاطلاع على الملحوظات، أُجريت التعديلات اللازمة التي اتفق عليها غالبية المحكمين، ومن ثم أُخرج المقياس بصورته النهائية.

ب – صدق الاتساق الداخلي : للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه، وكذلك بين الابعاد ببعضها والدرجة الكلية للمقياس، وكانت النتائج كما يلي :

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

جدول رقم (5)

معاملات ارتباط عبارات كل بعد بالدرجة الكلية له

البعد	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
الوعي الانفعالي	1	0.531**	18	0.822**
	5	0.750**	21	0.694**
	8	0.733**	25	0.642**
	9	0.568**	28	0.826**
	15	0.697**	29	0.739**
فهم الذات	2	0.750**	13	0.746**
	3	0.763**	14	0.747**
	6	0.619**	20	0.836**
	10	0.687**	22	0.644**
	11	0.772**	24	0.669**
	12	0.576**	27	0.712**
الثقة بالنفس	4	0.504**	19	0.731**
	7	0.659**	23	0.799**
	16	0.570**	26	0.632**
	17	0.587**	30	0.624**

** دالة عند (0.01) يتضح من الجدول (5) أن جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد المنتمية إليه كانت موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (0.01).

جدول رقم (6)

معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس

البعد	الوعي الانفعالي	فهم الذات	الثقة بالنفس	الدرجة الكلية
الوعي الانفعالي		0.793**	0.645**	0.908**
فهم الذات			0.796**	0.958**
الثقة بالنفس				0.860**

** دالة عند (0.01)

ويبين الجدول (6) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد ببعضها وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس كانت موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (0.01)، وهذا يدل على أن جميع عبارات المقياس كانت صادقة وتقيس الهدف الذي وضعت من أجله.

2) ثبات المقياس

للتحقق من ثبات المقياس تم ايجاد معاملات ثبات الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس وكانت النتائج كما في الجدول التالي

جدول رقم (7)

قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس

البعد	معامل ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية
الوعي الانفعالي	0.885	0.914
فهم الذات	0.905	0.919
الثقة بالنفس	0.785	0.775
المقياس ككل	0.946	0.769

يبين الجدول (7) قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس، وهي قيم مرتفعة، مما يطمئن إلى أن المقياس يتمتع بقدر مرتفع من الثبات.

– مقياس

القلق : وضع هذا المقياس (جمل الليل : 2005) ويتكون المقياس في صورته النهائية من(45)عبارة موزعة على الأبعاد التالية : البعد الانفعالي ، والبعد العقلي والبعد الجسمي (الفسيولوجي) ،والبعد السلوكي ، يتم الإجابة عليها من خلال مقياس ثلاثي (يحدث غالباً =3 ويحدث أحيانا=2، ويحدث نادراً= 1) ، وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (45 و 135) درجة بحيث تدل الدرجة المرتفعة للمقياس ككل على وجود درجة عالية من الوعي الذاتي للمستجيب والجدول التالي يوضح توزيع العبارات على الأبعاد :

جدول (8)

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

توزيع عبارات مقياس القلق على الابعاد الأربعة

ولمعرفة مدى مناسبة المقياس للدراسة الحالية قام الباحث بالتحقق من صدق وثبات المقياس على النحو التالي :

أ- الصدق الظاهري : من خلال المحكمين للتعرف على مدى الصدق الظاهري للمقياس والتأكد من أنه يقيس ما وضع لقياسه ، تم عُرضه بصورته الأولية على (4) في تخصص القياس والتقويم والإرشاد النفس ، وعلم النفس التربوي ، والصحة النفسية ، وذلك بهدف الكشف عن مدى صدق فقرات المقياس ، ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت له من حيث : مدى ملاءمة الفقرة للبعد الذي وضعت له ، ومناسبة العبارة للسمة التي تقيسها ، وسلامة ووضوح الصياغة اللغوية للفقرات ، وبعد أخذ الآراء ، والاطلاع على الملحوظات أُجريت التعديلات اللازمة التي اتفق عليها غالبية المحكمين ، ومن ثم أُخرج المقياس بصورته النهائية .

ب – صدق الاتساق الداخلي : للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وكذلك بين الابعاد ببعضها والدرجة الكلية للمقياس ، وكانت النتائج كما يلي:

جدول رقم (9)

معاملات ارتباط عبارات كل بعد بالدرجة الكلية له

م	الأبعاد	أرقام العبارات	مجموع العبارات
1	الانفعالي	2 ، 3 ، 7 ، 10 ، 15 ، 16 ، 19 ، 25 ، 31	9
2	العقلي	4 ، 6 ، 8 ، 11 ، 13 ، 17 ، 20 ، 23 ، 36	9
3	الجسمي (الفسيولوجي)	1 ، 5 ، 9 ، 18 ، 21 ، 22 ، 26 ، 28 ، 33 ، 35 ، 37 ، 38 ، 39 ، 40 ، 41 ، 42 ، 43 ، 44 ، 45	19
4	السلوكي	12 ، 14 ، 24 ، 27 ، 29 ، 30 ، 32 ، 34	8
المجموع الكلي			45

البعد	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
الانفعالي	2	0.689**	16	0.660**
	3	0.497**	19	0.548**
	7	0.630**	25	0.545**
	10	0.777**	31	0.503**
	15	0.629**		

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

البعد	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
العقلي	4	0.663**	17	0.820**
	6	0.445**	20	0.831**
	8	0.800**	23	0.715**
	11	0.735**	36	0.684**
	13	0.764**		
الجسمي	1	0.716**	37	0.694**
	5	0.664**	38	0.614**
	9	0.643**	39	0.657**
	18	0.700**	40	0.605**
	21	0.897**	41	0.743**
	22	0.505**	42	0.855**
	26	0.481**	43	0.667**
	28	0.707**	44	0.706**
	33	0.836**	45	0.600**
	35	0.785**		
السلوكي	12	0.657**	29	0.848**
	14	0.650**	30	0.551**
	24	0.489**	32	0.739**
	27	0.834**	34	0.774**

** دالة عند (0.01)

يتضح من الجدول (9) أن جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد المنتمية اليه كانت موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (0.01).

جدول رقم (10)

معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس

البعد	الانفعالي	العقلي	الجسمي	السلوكي	الدرجة الكلية
الانفعالي		0.813**	0.770**	0.674**	0.882**
العقلي			0.770**	0.735**	0.901**
الجسمي				0.835**	0.954**
السلوكي					0.885**

** دالة عند (0.01) ، ويبين الجدول (10) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد ببعضها وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس كانت موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (0.01)، وهذا يدل على أن جميع عبارات المقياس كانت صادقة وتقيس الهدف الذي وضعت من أجله.

ـــ ثبات المقياس : للتحقق من ثبات المقياس تم ايجاد معاملات ثبات الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس وكانت النتائج كما يلي:

جدول رقم (11)

قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس

البعد	معامل ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية
الانفعالي	0.786	0.858
العقلي	0.881	0.878
الجسمي	0.937	0.771
السلوكي	0.849	0.947
المقياس ككل	0.963	0.903

يبين الجدول (11) قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس، وهي قيم مرتفعة، مما يطمئن إلى أن المقياس يتمتع بقدر مرتفع من الثبات.

إجراءات التطبيق الميدانية :

- التأكد من مناسبة المقاييس لأهداف الدراسة والتحقق من صدقها وثباتها .
- الحصول على خطاب تسهيل المهمة من جامعة الملك عبدالعزيز إلى إدارة التعليم بمحافظة ينبع .
- الحصول على خطاب توجيه من إدارة التعليم للمدارس الثانوية لتطبيق أدوات الدراسة .
- إرسال الرابط الإلكتروني للمقاييس للمدارس وتوجيه المستهدفين للدخول إلى الرابط والاجابة على الأسئلة وارسال الإجابة .
- جمع الاستجابات لعينة أفراد الدراسة .
- تصحيح أدوات الدراسة وإجراء التحليل الإحصائي للبيانات واستخدام المعالجات الاحصائية المناسبة .
- تحليل البيانات وعرض النتائج وربطها بالدراسات السابقة وأوجه الافادة من نتائج الدراسة الحالية .
- **أساليب المعالجة الإحصائية**

لتحقيق أهداف الدراسة، وتحليل البيانات التي تم تجميعها، فقد تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package for Social Sciences والتي يرمز لها اختصاراً بالرمز (SPSS).

وبعد ذلك تم حساب المقاييس الإحصائية التالية :

1- معامل ارتباط بيرسون للتحقق من العلاقة بين متغيرات الدراسة .

2- اختبار ت لعينتين مستقلتين "Independent Sample T-test" للتحقق من الفروق بين استجابات عينة الدراسة باختلاف متغيراتهم التي تنقسم إلى فئتين.

3- اختبار ت لعينة واحدة حول المتوسط الفرضي "One – Sample T-test" للتحقق مستوى العينة على مقاييس الدراسة.

4- اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)للتحقق من الفروق بين استجابات عينة الدراسة باختلاف متغيراتهم التي تنقسم إلى أكثر من فئتين.

5- اختبار تحليل التباين الثنائيTwo way Analysis of Variance لتوضيح التفاعل بين الجنس والوعي الذاتي على القلق لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع.

عرض ومناقشة النتائج

يتناول هذا الفصل عرضا تفصيلياً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، وذلك من خلال مناقشة فروض الدراسة وفق المعالجات الإحصائية المناسبة ، ومن ثم تفسير هذه النتائج وذلك على النحو التالي :

الفرض الأول : توجد علاقة ارتباطية بين الوعي الذاتي و القلق لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع .

للتعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الوعي الذاتي و القلق لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تم حساب معامل ارتباط بيرسون وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

جدول (12)

نتائج معامل ارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين الوعي الذاتي و القلق لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع

البعد		القلق
الوعي الذاتي	معامل الارتباط	0.393-
	الدلالة الإحصائية	0.000**

**** دالة عند مستوى 0,01 فأقل**

من خلال نتائج جدول (12) يتضح وجود علاقة عكسية ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوي (0.01) بين الوعي الذاتي و القلق لدى عينة الدراسة ؛ وبناء على هذه النتيجة نقبل الفرض الذي ينص على وجود علاقة ارتباطية بين الوعي الذاتي والقلق لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع ، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (القواقزة : 2015) والتي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الوعي الذاتي والكفاية الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الصف العاشر ، كما تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (الحموري : 2020) والتي بينت وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين التسامح والوعي الذاتي .

الفرض الثاني : تتميز السمه العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع بالانخفاض .

للتعرف على ما إذا كانت السمه العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تتميز بالانخفاض تم استخدام اختبار " ت: One Sample T-test " لمقارنة هذه السمة لدى عينة الدراسة بالمتوسط الفرضي لهذه السمة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

جدول (13)

نتائج اختبار " ت: One Sample T-test " للفروق بين السمه العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع والمتوسط الفرضي لها

المتوسط الفرضي = (90)						
المحور	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة ت	الدلالة	التعليق
مقياس الوعي الذاتي	115.16	18.31	90.00	30.971	**0.000	دالة

** دالة عند مستوى 0,01 فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) فأقل بين المتوسط الفرضي للسمة العامة للوعي الذاتي البالغ (90.00) ومتوسط السمة الفعلي البالغ (115.16) لدى عينة الدراسة ؛ وبناء على هذه النتيجة نرفض الفرض الذي ينص على تميز السمه العامة للوعي الذاتي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع بالانخفاض ونقبل الفرض البديل الذي ينص على تميز السمه العامة للوعي الذاتي لديهم بالارتفاع ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الحموري : 2020) والتي بينت أن مستوى الوعي الذاتي كان مرتفعاً لدى الطلبة الموهوبين

الفرض الثالث : تتميز السمه العامة للقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع بالارتفاع .

للتعرف على صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار " ت: One Sample T-test " لمقارنة هذه السمة لدى عينة الدراسة بالمتوسط الفرضي لهذه السمة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

جدول (14)

نتائج اختبار " ت: One Sample T-test " للفروق بين السمه العامة للقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع والمتوسط الفرضي لها

المتوسط الافتراضي = (90)						
المحور	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة ت	الدلالة	التعليق
مقياس القلق	75.86	17.06	90.00	18.689	**0.000	دالة

** دالة عند مستوى 0,01 فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) فأقل بين المتوسط الفرضي للسمة العامة للقلق البالغ (90.00) ومتوسط السمة الفعلي للقلق البالغ (75.86) وبناء على هذه النتيجة نقبل الفرض الذي ينص على تميز السمه العامة للقلق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع بالانخفاض ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (العوفي : 2021) والتي بينت مستوي القلق الاجتماعي لدى طالب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية جاء منخفضاً ، ودراسة (قريشي : 2013) والتي بينت عدم معاناة العينة من مشكلة القلق.

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

الفرض الرابع : توجد فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار " ت: Independent Sample T-test " لتوضيح دلالة الفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (15)

نتائج اختبار " ت: Independent Sample T-test "

للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الجنس

المحور	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة	التعليق
مقياس الوعي الذاتي	ذكر	300	3.89	0.625	2.430	*0.015	دالة
	أنثي	208	3.76	0.580			

* دالة عند مستوى 0,05 فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (15) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (مقياس الوعي الذاتي) باختلاف متغير الجنس لصالح فئة الذكور ؛ وبناء على هذه النتيجة نقبل الفرض الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير الجنس.

الفرض الخامس : توجد فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي لمتغير العمر.

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر تم استخدام "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA)؛ لتوضيح دلالة الفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

جدول (16)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر

المحور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	التعليق
مقياس الوعي الذاتي	بين المجموعات	0.761	3	0.254	0.680	0.565	غير دالة
	داخل المجموعات	188.063	504	0.373			
	المجموع	188.824	507	–			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (16) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (مقياس الوعي الذاتي) باختلاف متغير العمر ؛ وعليه وبناء على هذه النتيجة نرفض الفرض الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير العمر ونقبل

الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير العمر.

الفرض السادس : توجد فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي .

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى الدراسي تم استخدام "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA)؛ لتوضيح دلالة الفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى الدراسي ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (17)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى الدراسي

المحور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	التعليق
مقياس الوعي الذاتي	بين المجموعات	0.641	2	0.320	0.860	0.424	غير دالة
	داخل المجموعات	188.183	505	0.373			
	المجموع	188.824	507	–			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (17) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (مقياس الوعي الذاتي) باختلاف متغير المستوى الدراسي ؛ وبناء على هذه النتيجة نرفض الفرض الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي ونقبل الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الوعي الذاتي بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

الفرض السابع : توجد فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير الجنس.

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الجنس تم استخدام اختبار " ت: Independent Sample T-test " لتوضيح دلالة الفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (18)

نتائج اختبار " ت: Independent Sample T-test " للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير الجنس

المحور	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة	التعليق
مقياس القلق	ذكر	300	1.60	0.366	5.981-	**0.000	دالة

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

المحور	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة	التعليق
	أنثي	208	1.80	0.368			

** دالة عند مستوى 0,01 فأقل

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (18) قبول الفرض الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير الجنس.

الفرض الثامن : توجد فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزي لمتغير العمر .

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر تم استخدام "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA)؛ لتوضيح دلالة الفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

الجدول (19)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير العمر

المحور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	التعليق
مقياس القلق	بين المجموعات	0.151	3	0.050	0.350	0.789	غير دالة
	داخل المجموعات	72.697	504	0.144			
	المجموع	72.849	507	–			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (19) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (مقياس القلق) باختلاف متغير العمر ؛ وبناء على هذه النتيجة نرفض الفرض الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير العمر ونقبل الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير العمر .

الفرض التاسع : توجد فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي .

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوي الدراسي تم استخدام "تحليل التباين الأحادي" (One Way ANOVA)؛ لتوضيح دلالة الفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوي الدراسي ، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

العدد سبعة وأربعون
تاريخ الإصدار: 2 – أيلول – 2022م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

الجدول رقم (20)

نتائج " تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة طبقاً إلى اختلاف متغير المستوى الدراسي

المحور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	التعليق
مقياس القلق	بين المجموعات	0.113	2	0.057	0.394	0.675	غير دالة
	داخل المجموعات	72.735	505	0.144			
	المجموع	72.849	507	–			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول (20) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل في استجابات أفراد عينة الدراسة حول (مقياس القلق) باختلاف متغير المستوى الدراسي ؛ وبناء على هذه النتيجة نرفض الفرض الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي ونقبل الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود فروق دالة إحصائياً في القلق بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

الفرض العاشر : يوجد تفاعل دالة إحصائياً بين الجنس والوعي الذاتي على القلق لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع .

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات عينة الدراسة ، تم استخدام تحليل التباين الثنائي Two way Analysis of Variance لتوضيح التفاعل، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (21)

نتائج "تحليل التباين الثنائي Two way Analysis of Variance" للتفاعل

المحور	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية	التعليق
القلق لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع	النموذج المصحح	64087.083	140	457.765	2.014	**0.000	دالة
	التقاطع	1753786.583	1	1753786.583	7714.595	**0.000	دالة
	الوعي الذاتي	39605.730	77	514.360	2.263	**0.000	دالة
	الجنس	3453.559	1	1753786.583	15.192	**0.000	دالة
	التفاعل (الوعي الذاتي * الجنس)	11667.382	62	188.184	0.828	0.817	غير دالة
	الخطأ	83431.427	367	227.334	–	–	–
	المجموع	3070641.000	508	–	–	–	–
	المجموع المصحح			–	–	–	–

* دالة عند مستوى 0,05 فأقل

يتضح من الجدول (21) عدم وجود نتائج ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) فأقل لتفاعل كل من الوعي الذاتي والجنس في التأثير على القلق لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع ، وتفسر هذه النتيجة بأن متغير الجنس لم يكن متغيراً مؤثراً على الوعي الذاتي كما تبين من نتائج الدراسة مما قلل من تأثير تفاعله مع الوعي الذاتي في إحداث فروق في مستوى القلق لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع ؛ وبناء على هذه النتيجة نرفض الفرض الذي ينص على وجود تفاعل دالة إحصائياً بين الجنس والوعي الذاتي على القلق ، ونقبل الفرض البديل الذي ينص على عدم وجود تفاعل دالة إحصائياً بين الجنس والوعي الذاتي على القلق لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ينبع.

التوصيات والمقترحات:

- إعداد البرامج لتنمية الوعي الذاتي وتضمينها في المنهج التعليمي للمرحلة الثانوية كمقرر معتمد يدرس مهارات الوعي الذاتي لكافة المراحل التعليمية وتدريب الأخصائيين النفسيين على تنفيذها في التعليم.
- إعداد برامج وطرق علاجية للقلق قائمة على الوعي الذاتي ، بتبني نظريات علمية تقوم على الاستبصار الذاتي للأفراد كنظرية الذات على سبيل المثال أو نظرية إلبرت إليس .
- تطبيق دراسات مسحية لمعرفة مستوى الوعي الذاتي لدى المراحل العمرية المختلفة ولمناطق جغرافية أوسع .
- تطبيق دراسات مسحية لمعرفة مستوى القلق لدى المراحل العمرية المختلفة ولمناطق جغرافية أوسع .
- إجراء المزيد من الدراسات حول الوعي الذاتي وعلاقته بالمتغيرات النفسية لدى الأفراد .
- إجراء المزيد من الدراسات حول القلق وعلاقته بالسمات الشخصية لدى الأفراد .

المصادر والمراجع

المراجع العربية:

إبراهيم ، علا عبدالباقي (2010) : الخوف والقلق التعرف على أوجه التشابه والاختلاف بينهما وعلاجهما وإجراءات الوقية منهما ، ط1 ، عالم الكتب ، القاهرة .

أبو جادو ، صالح محمد علي (2005) : علم النفس التربوي , دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة , عمان .

جمل الليل ، محمد جعفر (2005) : بناء مقياس القلق العام للأطفال والمراهقين ، سلسلة بحوث تربوية جامعة أم القرى ، مكة .

الحربي، تهاني(2014) : القلق من المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض .

الحموري ، خالد عبدالله (2020) : مستوى التسامح لدى الطلبة الموهوبين وعلاقته بالوعي الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، العدد (64) ، المجلد 17،كلية التربية ، جامعة الملك خالد ، أبها .

الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المعدل للاضطرابات النفسية ، جمعية الطب النفسي الأمريكية ، ط 2000 .

ربيع ، محمد شحاته (2017) : علم نفس الشخصية ، عمان ، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع .

الرمادي ، نور أحمد (2015) : الصحة النفسية ، ط1 ، الأنجلو المصرية ، القاهرة .

الرمادي ، نور أحمد (2015) : في الصحة النفسية ، القاهرة ، الانجلو المصرية .

الزراد فيصل محمد خير ،علاج الامراض النفسية والاضطرابات السلوكية، دار العلم للملايين، ط1 ، 1984

الزعبي ، ابتسام عبدالله 2021 : النظريات المفسرة للقلق ، موقع إلكتروني " أطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة . www.gulfkids.com

زهران ، حامد عبدالسلام (2005) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، القاهرة ، عالم الكتب .

سليمان ، سناء جميل (2005) : تنمية الوعي الذاتي ، القاهرة ، عالم الكتب .

سورايا ، سالي و توماس كانينغ (2020) : التعامل مع القلق والاكتئاب نهج لنظام متكامل ، تقرير مؤتمر القمة العالمي للابتكار في الرعاية الصحية ، الدوحة .

الشبؤون ، دانيا (2011) : القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية ، مجلة جامعة دمشق– المجلد – 27 العدد الثالث والرابع 2011 ، دمشق .

طه ، فرج عبدالقادر (2009) : موسوعة علم النفس والتحليل النفسي ، القاهرة ، الأنجلو المصرية .

عبدالرحمن ، محمد السيد (2005) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع

عثمان ، فاروق السيد (2008) : القلق وإدارة الضغوط النفسية ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي .

عزيز ، تقي الدين (2015) : الوعي الذاتي وعلاقته بالإقناع الاجتماعي لدى طلبة الجامعة . رسالة ماجستير ، بغداد ، جامعة بغداد ، كلية التربية للعلوم الصرفة .

عكاشة ، أحمد و عكاشة طارق (2017) : علم النفس الفسيولوجي ، ط 13 ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

عمر ، أحمد متولي و إبراهيم ، إبراهيم الشافعي (2005) : الاتجاهات الحديثة في التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي ، بيشة ، مكتبة الخبتي الثقافية .

الغامدي، صالح يحيى (٢٠٠٩م) اضطرابات الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقديرات الذات لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة دكتوراه غير منشورة ، مكة المكرمة ، جامعة أم القرى .

فرويد ، سيجموند (1945) : الأنا والهو ، ترجمة : محمد عثمان نجاتي (2009) ط 6، القاهرة ، دار الشروق.

فهيد ، سعد عايض (2017) : فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي لتنمية الوعي الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير ، جامعة الملك عبدالعزيز ، جدة .

قريشي ، محمد (2013) : مستوى القلق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية دراسة ميدانية بمدينة ورقلة ، مجلة العلوم الإنسانية ، العدد 13 ديسمبر 2013 ، الجزائر .

القواقزة ، زيد خالد عبدالرحيم : الوعى الذاتي وعلاقته بالكفاية الاجتماعية لدى الطلبة فى محافظة جرش .

الموقع الرسمي لوزارة الصحة السعودية . https://www.moh.gov . sa

هريدي ، عادل محمد ، وقليوبي ، خالد محمد (2014) : علم نفس الشخصية مدخل ونظريات ، ط1 ، خوارزم العلمية ، جدة .

المراجع الأجنبية:

Buss, AH. (0891) : Self Consciousness and Social Anxiety, University of Texas , W, H. Freeman and Company

Cleary, T. J., Platten, P., & Nelson, A. (2008). Effectiveness of the Self-Regulation Empowerment Program With Urban High School Students. Journal of Advanced Academics, 20(1), 70–107. https://doi.org/10.4219/jaa-2008-866.

Goleman, D. (2000). Emotional intelligence, New York, Bantam Books .

Patricia Vuijk, Pol A.C. van Lier, Alfons A.M. Crijen, Anja C. Huizink(2007): Testing Sex-Specific Pathways From peer victimization to Anxiety and Depression in early Adolescents through a randomized intervention trial, Journal of Affective Disorders, Vol.100, pp 221- 226.

Martinez, M. E. (2006). "What is metacognition". The Phi Delta Kappan. 87 (9): 696–699. JSTOR 20442131https://archive.org/details/sim_phi-delta kappan_2006-05_87_9/page/696/mode/2up .

"Self-Awareness and Its Relation to Anxiety Based on Some Demographic Variables Among High School Students in The City of Yanbu"

Abstract:

The study aimed to find the link between self-awareness and anxiety based on some demographic variables among high school students in the city of Yanbu. The researcher used the descriptive correlative approach to accomplish purpose of the study. The study's sample consisted of (508) students, 300 male and 208 female students. The researcher used the anxiety scale prepared by Jamal Al-Lail (2012), and the Self-Awareness scale prepared by Fahid (2017).

The Pearson correlation factors was used to verify the validity of the internal consistency of the scales, as well as the Alpha Korumba factors, and the segmentation to verify the validity and stability of the scales, and to know the relationship between self-awareness and anxiety, and the t-test for independent samples to indicate the differences between two independent groups.

The study used statistical methods to analyze and interpret the results. The results showed that there was a statistical significance indicating the existence of a reverse relationship between self-awareness and anxiety. Also, there is a high level of self-awareness indicates significant differences in the level of self-awareness between male and female students due to the gender variable in favor of males.

Also, there was a low level of anxiety in the study group indicates statistically significant differences in the level of anxiety between male and female students due to the gender variable in favor of females.

Furthermore, the results showed no significant differences in the level of self-awareness or the level of anxiety between male and female students due to age or educational level. Thus, the study recommended to create methodological programs to develop self-awareness for high school student, and it needs more researches. Also, a training program for educational officers to develop self-awareness among students and giddiness to deal with anxiety.

Keywords: Self , Awareness , Anxiety , High School Students.