

قلق الامتحان وعلاقته بتقدير الذات بأبعاده لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

علي محمد ، (طالب دكتوراه) . جامعة وهران 2

د. غريب العربي ، جامعة وهران 2

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في ضوء متغيري الجنس والتخصص العلمي، ولتحقيق هذا الهدف اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، تألفت عينة الدراسة من 86 تلميذا وتلميذة بثانوية لعروسي العربي بولاية تيارت تم اختيارهم بطريقة عرضية، وقد تم تطبيق مقياسين بعد التأكد من صدقهما وثباتهما يقيس الأول قلق الامتحان من إعداد حامد زهران(1999) ويقيس الثاني تقدير الذات من تصميم كوبرسميث. و أظهرت الدراسة النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية عكسية بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى التلاميذ عينة الدراسة.
 - وجود فروق في مستوى قلق الامتحان يعزى لمتغير الجنس والتخصص العلمي.
 - عدم وجود فروق في مستوى تقدير الذات يعزى لمتغير الجنس والتخصص العلمي
- وقد تم مناقشة النتائج في ضوء خصائص عينة الدراسة وكذا الدراسات السابقة.
- الكلمات المفتاحية:** قلق الامتحان- تقدير الذات- تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

Summary :

This present study aims to recognize the relationship between test anxiety and self-esteem among third year of secondary school students according to the variables (gender, scientific specialization) to achieve the purpose we used the descriptive method, It has been applied at sample consisted of (86) male and female students in establishment of Laroussi Elarbi in the city of Tiarret, has been selected at random cross. It has been applied to two questionnaires after confirming their validity and constancy, the first one measures the test anxiety which prepared by (Hamid. Zahran:1999) and the second questionnaire measures the self-esteem which is design of (cooper smith). The study found the following results:

- there is an inverse correlation relationship between test anxiety and self-esteem among students of the study sample.
- there are differences in the level of test anxiety depending on the variable of sex and specialization.
- there are no differences in the level of self-esteem depending on the variable of sex and specialization

The results obtained were discussed according to the study sample and previously studies.

Keywords: exam anxiety, self-esteem, third year secondary students.

مقدمة:

تعتبر ظاهرة القلق من الظواهر النفسية التي تميز السلوك الإنساني في هذا العصر المطبوع بالصراع ومواقف الضغوط نتيجة لمختلف التغيرات التي طرأت على شتى مناحي الحي مما ولد عوائق متعددة حالت دون إشباع الفرد لحاجاته المختلفة و أدى لزيادة التوتر والقلق كرد فعل طبيعي لمحاولة التكيف والتوائم مع أنواع المواقف التي تصادف الفرد وتحول دون تحقيق توافقه النفسي والتربوي والاجتماعي.

هذا والقلق من الموضوعات المهمة التي استرعت اهتمام علماء النفس منذ فترة طويلة حيث أدركوا أهمية دراسة العلاقة بين اضطراب القلق وعملية التعلم، حيث توصلت الكثير من دراساتهم إلى أن بعض المتعلمين ينجزون أقل من مستوى قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتقويم كواقف الاختبارات والامتحانات حيث عرف هذا النوع من القلق بقلق الامتحان والذي يظهر لدى التلاميذ في مواقف مرتبطة بالامتحانات بشتى أشكالها. (عربي وحمي، 2017:58) فمواقف الامتحانات والتقييمات تعتبر كأحد التصنيفات القوية والفعالة لمثيرات القلق في المجتمع الحديث، ومن الصعب أن ينشأ الفرد في مجتمع يعج بالاختبارات من دون أن تواجهه بعضها. (موشي زيدندر-جيرالد ماثيوس، 2016:41)

وتلعب الامتحانات دورا هاما في حياة المتعلمين وهي أحد أساليب التقييم الضرورية إلا أنها قد ترتبط بها تصورات و أفكار لدى التلاميذ مما يجعل منها مشكلة مخيفة ومقلقة. ويتخذ قلق الامتحان أهمية خاصة نظرا لارتباطه الوثيق بتحديد مصير التلميذ ومستقبله الدراسي والعملية ومكانته في المجتمع. هذا ما حدا بكثير من الأخصائيين في هذا المجال للاهتمام بدراسة قلق الامتحان. (زهران، 2000:95) بوصفه حالة انفعالية مؤقتة سببها إدراك المواقف التقويمية على أنها مواقف مهددة للشخصية مصحوبة بتوتر وتحفز وحده انفعالية وانشغالات عقلية

سالبة تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الامتحان وهو ما يؤثر على المهام العقلية والمعرفية لكثير من التلاميذ في موقف الامتحان. (الشايب و غربي، 2013:269)

ولقلق الامتحان تأثير كبير على مستوى أداء الفرد، فقد يكون له أثر ايجابي فينتج عنه أعمال وانجازات مهمة في غاية التمكن والإتقان، في صورة واضحة لذلك القلق المحفز الذي يدفع صاحبه نحو التفوق والنجاح باقتدار، غير أنه إذا وصل القلق إلى حالة يشعر فيها التلميذ بالعجز من ضغوط الدراسة والامتحانات ونتائجها. هنا يصبح القلق معوقا ويقلل من العمل بفعالية وكفاءة.

ويكون له تأثير سلبي على حياة الفرد ويشل قدراته ويثبط طاقاته الكامنة وقد ينعكس هذا على توافق الفرد ونظريته لنفسه ولشخصيته في مختلف أبعادها ويظهر هذا من خلال ما يواجهه التلميذ من مواقف التقويم وما ينتابه من توتر وارتباك وحالات انفعالية تعتبر عائقا أما أدائه مما قد يؤدي إلى عدم تقييم وتقدير الذات وصعوبة مواجهة الموقف الاختباري بنجاح. وفي هذا الصدد جاءت هذه الدراسة لتلقي الضوء على متغير قلق الامتحان وعلاقته بمتغير تقدير الذات، وعلاقة كل من متغيري قلق الامتحان وتقدير الذات بالجنس والتخصص.

الإطار النظري للدراسة:

يكشف واقع العملية التعليمية عن وجود وسائل فنية وتقنية لتقويم مدى تحصيل التلاميذ تعرف غالبا بالامتحانات المدرسية التي نروم من خلالها الحكم على مدى التقدم الذي حصل في عملية التعلم، وكذا قياس نتائج التعلم ومدى تحقق الكفاءات المستهدفة، أو بغرض الحكم على استحقاق المتعلم بالنجاح أو الرسوب، كما هو الحال عند الانتقال من سنة إلى سنة أو من خلال الامتحانات المصيرية التي عادة ما تسبب لكثير من التلاميذ الشعور بحالة من القلق و الانفعال الشديد، المرتبط غالبا بالامتحان من ردود أفعال تتسم بالتهيج والارتباك والخوف من الفشل والتي نسميها قلق الامتحان و الذي شغل البحث فيه الكثير من العلماء و الباحثين، باعتباره من أبرز المشكلات التي يواجهها التلاميذ و لاسيما في المرحلة الثانوية، و الذي يعتبر جانبا من القلق العام الذي يستثيره موقف الامتحان.

وموضوع قلق الامتحان يعتبر مشكلة حقيقية تواجه الكثير من التلاميذ حيث تزداد نسبة انتشاره بين هؤلاء في مختلف مراحلهم التعليمية، وهذا ما أكدته دراسات كل من ديناتو (Denato, 1995) و همبري (Hembree, 1997) أن قلق الامتحان ينمو طرديا بتقدم السنوات الدراسية. (أشرف ويدر، 2001:2) وقد دلت عديد الدراسات على وجود تأثير سلبي لقلق الامتحان المرتفع على الأداء الأكاديمي أو التحصيل الدراسي. و من أمثلتها نجد دراسة هابر وألبرت (Haber & Albert, 1960) وسبيلبرجر وكرمي، 1959، Spielberger & kutrmy،

وهانسلي(1985) و جانيس Janice (1996) الذي أجرى دراسة على عينة من الطلبة وتوصل إلى أن الطلبة ذوي قلق الامتحان المرتفع يعانون من انخفاض التحصيل الأكاديمي (Janice 1996, 156) ، كما تؤكد الدراسات التي قام بها ألفت زادة (1970) و أمينة كاظم (1973) وفاروق عثمان (1975) على وجود علاقة بين صعوبة وسهولة العمل ودرجة القلق عند الأفراد الذين يقومون بهذا العمل، ففي الأعمال السهلة يكون أداء مجموعة القلق المرتفع أفضل من أداء الأفراد ذوي القلق المنخفض.

هذا وتقدر نسبة التلاميذ الذين يعانون من قلق الامتحان على الأقل (15-20) ويزداد عددهم في الامتحانات النهائية المحددة لمصيرهم.(عطاف أبو غالي، 2011:53) ويتفق الباحثون أن قلق الامتحانات ينعكس على شخصية المتعلم في شكل ضغوطات نفسية و شعور بعدم الأمان فهم قلقون بشكل عام . تنقصهم الثقة بالنفس، و ربما قد ينشغلون بأفكار سلبية ولديهم شك في قدراتهم الأكاديمية وكفاءتهم الشخصية وفي هذا المنحى تؤكد دراسة (أيلاس محمد، 2014) على وجود علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات وقلق الامتحان وعدم وجود فرق في تقدير الذات و قلق الامتحان بين الذكور والإناث.

مما سبق نلمس أهمية دراسة موضوع قلق الامتحان وعلاقته بتقدير الذات كونه يمثل خبرة الفرد في إدارة ومعالجة مختلف المواقف و منها موقف الامتحان و ما يصاحبه من حالة انفعالية و انشغال عقلي ومعرفي و كثرة التفكير في الامتحان و نتائجه المرتقبة كل هذا قد ينعكس على نظرة الفرد لذاته و لتقديرها وهذا ما سنحاول البحث فيه من خلال هذه الدراسة منطلقين من التساؤلات التالية :

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق الامتحان و تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي؟
- هل توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي

(علمي، أدبي) ؟

- هل توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي

(علمي، أدبي) ؟

فرضيات الدراسة:

- 1- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق الامتحان و تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- 2- توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- 3- توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.

4- توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي (علمي، أدبي).

5- توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي (علمي، أدبي).

أهداف البحث:

- يهدف البحث الحالي بصفة أساسية إلى التأكد من وجود علاقة ارتباطية بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ، كما يهدف إلى التأكد من وجود فروق في مستوى:
- قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
 - تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس.
 - قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي (علمي، أدبي).
 - تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي (علمي، أدبي).

أهمية البحث:

تتجلى أهمية الدراسة في طبيعة الموضوع المتناول و المتعلق بقلق الامتحان و الذي يعتبر مشكلة حقيقية تواجه كثير من التلاميذ في جميع المراحل التعليمية ، و خاصة في التعليم الثانوي و بالأخص تلاميذ الأقسام النهائية. حيث كان و لا بد من التعمق في دراسة المتغيرات ذات العلاقة بقلق الامتحان ومعرفة درجة الارتباط فيما بينها، كما و تحاول الدراسة إفادة الفاعلين على شؤون التربية و التعليم بحقائق واقعية حول قلق الامتحان و تقدير الذات بالإضافة إلى الإفادة من النتائج التي يتم التوصل إليها في توجيه التلاميذ و مساعدتهم و إرشادهم للتقليل من الآثار السلبية للقلق لتحقيق النجاح و التفوق.

التعريف بمتغيرات الدراسة:

1- قلق الامتحان: Test Anxiety

يعرفه دوكم 1996 على أنه "حالة شعر التلميذ بالتوتر و عدم الارتياح نتيجة حصول اضطراب في الجوانب المعرفية والانفعالية ويكون مصحوبا بأعراض فيزيولوجية و نفسية سيئة قد تظهر عليه أو يحس بها عند مواجهته لمواقف الامتحان أو تذكره لها أو استثارة خبراته للمواقف الاختبارية.(عبدوني و صياد، 2013:10).

و يرى محمد حامد زهران " أن قلق الامتحان يشير إلى انفعال مكتسب مركب من أبعاد هي: رهبة الامتحان، ارتباك الامتحان ، توتر أداء الامتحان ، انزعاج الامتحان ، نقص مهارات الامتحان ، اضطراب أخذ الامتحان". (حامد زهران، 2000:13).

و يعرفه أيضا على أنه نوع من القلق المرتبط بمواقف الامتحان حيث تثير هذه المواقف في الفرد شعورا بالانزعاج و الانفعالية. و هو حالة انفعالية وجدانية مكدره تعترى الفرد في الموقف السابق للامتحان، أو في موقف الامتحان ذاته. و تتسم هذه الحالة بالشعور بالتوتر و التهديد و الخوف من الامتحان و متعلقاته.(حامد زهران، 2000:96). أما إجرائيا فتعرفه الدراسة الحالية على أنه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس قلق الامتحان من إعداد محمد حامد زهران في أبعاده (رهبة الامتحان، ارتباك الامتحان، توتر أداء الامتحان، انزعاج الامتحان، نقص مهارات الامتحان، اضطراب أخذ الامتحان) وعلى بدائل الإجابة (غالبا، أحيانا، نادرا).

2- تقدير الذات:

تقييم يضعه الفرد لنفسه و بنفسه و يعمل الحفاظ عليه، و يتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته، و هو مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح و الفشل و القبول و قوة الشخصية.

ويعرفها روزنبرغ (1979) تقدير الذات هو التقييم الذي يقوم به الفرد و يحتفظ به عادة بالنسبة لذاته، و هو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض.(محمد السيد،1998:398).

وتوضح "مريم سليم" (2003) بأن تقدير الذات هو مجموع المشاعر و القناعات التي يكونها الفرد عن ذاته، و أن تقدير الذات يبنى على ما يعتقد الفرد و ما يشعر به إزاء صورته لنفسه.

و يرى أشرف عبد القادر(1998) بأن تقدير الذات يعبر عن اعتزاز الأفراد بأنفسهم و ثقتهم بها ، و يرتبط بقدراتهم و استعداداتهم و انجازاتهم العملية و العلمية، بحيث يجعلهم يتميزون بالكفاءة ، والنقّة في مدرّكاتهم وأحكامهم. و الاعتزاز بردود أفعالهم واستنتاجاتهم.

ويعرف إجرائيا على أنه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس تقدير الذات لكوبر سميث في الصورة الخاصة بالمدرسة ترجمة ليلي عبد الحميد حافظ في أبعاده الفرعية (الذات العام، الذات المدرسي، الذات الأسري، الذات الاجتماعي، بعد الكذب) على بدائل (تنطبق، لا تنطبق).

3- تلاميذ السنة الثالثة ثانوي: هم التلاميذ المسجلون و الملتحقون بالدراسة خلال الموسم الدراسي

2018/2017 من الشعب العلمية و الأدبية المقبولون على امتحان شهادة البكالوريا.

إجراءات الدراسة الميدانية:

أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التأكد من صلاحية أدوات القياس و معرفة إمكانية تطبيقها على عينة الدراسة الحالية ، و قد تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 26 تلميذا و تلميذة من شعبة الآداب و الفلسفة لثانوية الشهيد لعروسي العربي - سيدي حسني- تيارت.

○ الإطّار المكاني: تتمثل في إجراء و تطبيق أدوات البحث الحالي على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الشهيد لعروسي العربي - سيدي حسني- بولاية تيارت.

○ الإطّار الزمني: تم إجراء الدراسة خلال السنة الدراسية 2018/2017

○ عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 26 تلميذا و تلميذة من شعبة الآداب و الفلسفة لثانوية الشهيد لعروسي العربي - سيدي حسني- تيارت، تم اختيارهم بطريقة عرضية و الجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.

جدول رقم (1): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية

المجموع	إناث	ذكور	أفراد العينة
26	13	13	العدد
%100	%50.00	%50.00	النسبة

○ أدوات الدراسة:

1- وصف أدوات الدراسة

استخدم الباحثان أداتين للدراسة تمثلت الأولى في مقياس قلق الامتحان والثانية مقياس تقدير الذات وفيما يلي وصف للأداتين:

• مقياس قلق الامتحان:

من إعداد محمد حامد زهران(1999) المتكون من (93) بنداً و على بدائل الإجابة (غالبا، أحيانا، نادرا). تتوزع بنوده على ستة (06) أبعاد هي كما يلي:

- البعد الأول: رهبة الامتحان و تشمل فقراته من الرقم(1) إلى (26)
- البعد الثاني: ارتباك الامتحان و تشمل فقراته من الرقم(27) إلى (45)
- البعد الثالث: توتر أداء الامتحان و تشمل فقراته من الرقم(46) إلى (60)

- البعد الرابع: انزعاج الامتحان و تشمل فقراته من الرقم(61) إلى (72)
- البعد الخامس: نقص مهارات الامتحان و تشمل فقراته من الرقم(73) إلى (86)
- البعد السادس: اضطراب أخذ الامتحان و تشمل فقراته من الرقم(87) إلى (9)
- مقياس تقدير الذات:

تمثلت الأداة الثانية في مقياس كوبر سميث لتقدير الذات المكون من (50) فقرة و على بدائل الإجابة (تنطبق، لا تنطبق) و تتوزع فقراته على أربعة أبعاد رئيسية بالإضافة إلى بعد الكذب المتكون من (08) فقرات نوردتها في الجدول الموالي:

جدول رقم (2): يوضح الفقرات الإيجابية والسلبية وتوزيعها على أبعاد المقياس

البعد	البنود الإيجابية	البنود السلبية
تقدير الذات العام	1,4,19,27,38,39,43,47	3,7,10,12,13,15,18,24,25,30,31,34,35,48,51,55,56,57
تقدير الذات الاجتماعي	5,8,14,28	.21,40,49,52
تقدير الذات الأسري	9,11,20,29	.6,16,22,44
التقدير الذات المدرسي	33,37,42	.2,17,23,46,57

2- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

أ- الصدق:

• مقياس قلق الامتحان:

لقد استخدم واضع المقياس عدة أساليب للتأكد من صدق المقياس دلت جميعها على أن المقياس يقيس ما وضع لقياسه فعلا ومنها منها الصدق الظاهري و الصدق العملي و صدق الاتساق الداخلي و الذي دلت جميع معاملات الارتباط بين الدرجات الكلية للمقياس و درجات كل من المقاييس الفرعية دالة حيث تراوحت بين 0.72 و 0.86، (حامد زهران، 2000:13). كما قام (أحمد عودة، 1988) بتطبيق مقياس قلق الامتحان لحامد زهران و محك خارجي يتمثل في مقياس سارسون على عينة من 82 طالبا و تأكد الباحث من صدقه تلازميا. و درست (سليمة سايجي 2003) صدق المقياس بطريقة صدق المحك بأسلوب المقارنة الطرفية و أكدت تمتع المقياس بالصدق محكيا. كما تؤكد الدراسة الحالية صدق المقياس و هو ما سوف نبينه في ما يلي:

❖ صدق الاتساق الداخلي:

جدول رقم (03) : يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية

أبعاد المقياس	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	الدالة المعنوية
رهبة الامتحان	,8570	0,01
ارتباك الامتحان	,9190	0,01
توتر أداء الامتحان	,8660	0,01
انزعاج الامتحان	,9030	0,01
نقص مهارات الامتحان	,8580	0,01
اضطراب أخذ الامتحان	,7480	0,01

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن محتوى كل بعد له علاقة قوية مع الدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة 0.01 و بذلك تتوفر فقرات مقياس قلق الامتحان على قدر من الصدق.

❖ صدق المقارنة الطرفية :

في ثاني خطوة قام الباحثان بحساب صدق المقارنة الطرفية (صدق التمييز) بحيث تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من 26 تلميذا و تلميذة و تم ترتيب درجات الأفراد من أعلى درجة إلى أدنى درجة لتأخذ بمعادلة "كيلي" 27% للذين يمتلكون الخاصية و 27% للذين لا يمتلكون الخاصية (بشير معمريه، 2007) لنحصل على مجموعتين متطرفتين تتكون كل واحدة منها من 07 أفراد و نحسب الفرق في المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية باختبار "ت للفروق". والجدول التالي يوضح ذلك بنوع من التفصيل.

جدول رقم (04): يبين نتائج اختبار "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين .

أبعاد الاستبيان	الأفراد	ن	متوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
البعد الأول	27% أعلى	07	39,8571	2,60951	-12,842	0.01
	27% أدنى	07	60,2857	3,30224		
البعد الثاني	27% أعلى	07	30,0000	2,76887	-16,743	0.01
	27% أدنى	07	51,5714	1,98806		
البعد الثالث	27% أعلى	07	21,2857	1,88982	-14,916	0.01
	27% أدنى	07	38,8571	2,47848		
البعد الرابع	27% أعلى	07	17,5714	3,10146	-11,085	0.01
	27% أدنى	07	32,1429	1,57359		
البعد الخامس	27% أعلى	07	21,1429	3,43650	-11,010	0.01
	27% أدنى	07	37,2857	1,79947		
البعد السادس	27% أعلى	07	7,7143	,48795	-15,132	0.01
	27% أدنى	07	16,7143	1,49603		
الدرجة الكلية للاختبار		07	146,2857	10,67262	-15,948	0.01
		07	231,4286	9,25306		

يلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن المقياس و أبعاده الفرعية تتمتع بصدق تكويني فرضي - مقارنة طرفية- بحيث كانت هناك فروق في أبعاد المقياس والدرجة الكلية بين المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لصالح الأفراد الذي يمتلكون الخاصية و يتبين أن قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني أن المقياس يتوفر على قدر من الصدق.

ب- الثبات:

استخدم حامد زهران طريقة ألفا كرومباخ لحساب ثبات المقياس و كان معامل الثبات 0.96 و هو معامل مرتفع و دال عند 0.01 ما أكد ثبات المقياس، كما قامت (سليمة سايجي 2003) بحساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ التي بلغت في حدها الأعلى 0.93 و الأدنى 0.65 عند مستوى الدلالة 0.01. و في البحث الحالي قام الباحثان بدراسة ثبات الاختبار عن طريق معامل الفاكرونباخ للاتساق الداخلي و يعني التجانس بين فقرات

الاستبيان، عن طريق معادلة (الفا كرونباخ) و كذا طريقة التجزئة النصفية و التصحيح بمعادلتي سبيرمان براون وجوتمان و الجدول الموالي يوضح ذلك.

جدول رقم(05): يبين نتائج معامل ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية وفق أبعاد المقياس

التجزئة النصفية			ألفا كرونباخ	أبعاد المقياس
معادلة التصحيح سبيرمان براون	معادلة التصحيح جوتمان	الارتباط بين النصفين		
,8100	,8140	,6860	,8120	رهبة الامتحان
,8460	,8510	,7400	,8990	ارتباك الامتحان
,8400	,8490	,7370	,8690	توتر أداء الامتحان
,7490	,7510	,6010	,8360	انزعاج الامتحان
,8910	,8960	,8110	0,869	نقص مهارات الامتحان
,7330	,8180	,6910	,8160	اضطراب أخذ الامتحان
,8820	,8890	,8000	,9650	الدرجة الكلية

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن أبعاد المقياس على قدر من الثبات و هذا ما تبيّنه قيمة معامل ألفا كرونباخ الكلي 0.96 و كذا قيمة الأبعاد الأربعة التي فاقت 0.80، و قدر معامل الارتباط بين النصف الأول والثاني للاستبيان بـ0.80 و بعد تصحيح بسبيرمان براون 0.88 و نفس القيمة تقريبا بالنسبة لمعادلة جوتمان وعليه الاختبار على قدر من الثبات.

• مقياس تقدير الذات- لكوبر سميث:-

أ- الصدق:

تم حساب الصدق اعتمادا صدق الاتساق الداخلي بطريقة المقارنة الطرفية على عينة الدراسة الاستطلاعية وذلك بالنسبة للمقياس ككل و أبعاده الأربعة و قد استخدمت النسبة التائية لحساب الفرق بين متوسطي (27%) الأعلى و الأدنى من الوسيط و الجدول التالي يوضح قيم (ت).

جدول رقم(06): يبين معاملات الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات- لكوبر سميث-

أبعاد الاستبيان	الأفراد	ن	متوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
البعد الأول	27% أعلى	7	36,5714	1,81265	-12,034	0.01
	27% أدنى	7	46,1429	1,06904		
البعد الثاني	27% أعلى	7	12,2857	,48795	-13,145	0.01
	27% أدنى	7	15,7143	,48795		
البعد الثالث	27% أعلى	7	10,7143	,75593	-13,472	0.01
	27% أدنى	7	15,4286	,53452		
البعد الرابع	27% أعلى	7	10,4286	,78680	-10,392	0.01
	27% أدنى	7	14,7143	,75593		
الدرجة الكلية للاختبار	27% أعلى	7	73,5714	1,81265	-16,798	0.01
	27% أدنى	7	89,4286	1,71825		

يلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن المقياس و أبعاده الفرعية تتمتع بصدق تكوين فرضي - مقارنة طرفية- بحيث كانت هناك فروق في أبعاد المقياس والدرجة الكلية بين المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لصالح الأفراد الذي يمتلكون الخاصية و يتبين أن قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01 مما يعني أن المقياس يتوفر على قدر من الصدق.

ب- الثبات:

تم التأكد من ثبات المقياس في دراسة لبلقوميدي عباس (2012) حيث بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ 0.74 و التصحيح 0.71 لسبيرمان براون. وفي دراسة (حمري صارة ، 2012) بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ 0.86 . و في الدراسة الحالية لقياس ثبات أداة الدراسة تم الاعتماد على معامل ألفا كرونباخ، و معامل الارتباط بين نصفي الاختبار، كما يبينه الجدول الآتي:

جدول رقم(07): يبين نتائج معامل ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات

التجزئة النصفية			ألفا كرونباخ	المقياس
معادلة التصحيح	معادلة التصحيح	الارتباط بين النصفين		
سبيرمان براون	جوتمان	,7040	,7780	مقياس تقدير الذات
,8250	,8270			

❖ **معامل ألفا كرومباخ**: تم حساب معامل الثبات ألفا كرومباخ فأظهرت النتائج أن معامل الثبات تقدر قيمته بـ 0.77 وهو معامل ثبات جيد.

❖ **التجزئة النصفية**: تم تقسيم الاختبار إلى نصفين، بنود الزوجية وبنود الفردية، وقدر معامل الثبات بـ 0.70، و بعد تصحيحه من أثر التجزئة أصبحت قيمته تقدر بـ 0.82 و هو معامل ثبات جيد.

ثانيا : إجراءات الدراسة الميدانية:

○ **منهج الدراسة**: تم اتباع المنهج الوصفي انطلاقا من طبيعة الدراسة التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، كما هدفت لمعرفة الفروق تبعا للجنس و التخصص بين قلق الامتحان وتقدير الذات.

○ **الإطار المكاني و الزماني للدراسة**: بالنسبة للمجال الجغرافي وقع الاختيار على ثانوية الشهيد لعروسي العربي ببلدية سيدي حسني بولاية تيارت وتم إجراء الدراسة خلال السنة الدراسية 2018/2017.

○ **عينة الدراسة**: تألفت عينة الدراسة من (86) تلميذا وتلميذة تم اختيارهم من العدد الإجمالي لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي بالثانوية، ويوضح الجداول التالي خصائص عينة الدراسة:

جدول رقم (08) : يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص (علمي، أدبي) والجنس

النسبة	المجموع	إناث	ذكور	التخصص	
24.41%	21	11	10	تقني رياضي	علمي
22.09%	19	09	10	علوم تجريبية	
46.51%	40	20	20	مج	
30.23%	26	13	13	آداب وفلسفة	أدبي
23.25%	20	14	06	لغات أجنبية	
53.49%	46	27	19	مج	
100%	86	47	39	المجموع الكلي	

يلخص الجدول أعلاه توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص و الجنس بحيث أن أكبر نسبة هي للتخصص الأدبي بـ 53.49% أي ما يعادل 40 تلميذا و تلميذة و نسبة التخصص العلمي بـ 46.51% أي ما يعادل 46 تلميذ و تلميذة.

○ **أساليب الإحصائية المستخدمة**: تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت) للفروق بين مجموعتين مستقلتين، معامل الارتباط لبيرسون.

عرض نتائج الدراسة و مناقشتها:

1- نتائج الفرضية الأولى و مناقشتها:

تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق الاختبار و تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

وللتحقق من صحتها تمت معالجة النتائج إحصائياً بواسطة معامل الارتباط لبيرسون و تم التوصل إلى النتائج الموضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (09) يوضح معامل الارتباط بين قلق الامتحان و تقدير الذات

معامل الارتباط لبيرسون	قيمة ر	الدلالة المعنوية
علاقة قلق الامتحان بتقدير الذات	-0,249	0,05

يتضح من الجدول السابق أن معامل الارتباط بين قلق الامتحان و تقدير الذات (-0,249) مما يؤكد وجود علاقة عكسية أي كلما زاد قلق الامتحان نقص تقدير الذات والعكس أي كلما زاد تقدير الذات قل قلق الامتحان. و في هذا المنحى جاءت نتائج دراسة ديبيريو (1984 Depreeum) حيث توصلت إلى أن الغالبية العظمى من التلاميذ ذوي قلق الامتحان المرتفع يتصفون بسمات شخصية تميزهم مثل: عدم الاستقرار العاطفي و ضعف الثقة في النفس و اتصافهم بالتردد. (علي شعيب) كما توصلت دراسة (حسين، 1987) إلى أن الأفراد الذين لديهم مشاعر القلق و التهديد يحملون مفاهيم سلبية عن ذاتهم. وأكدت الدراسة الحالية ما جاءت به دراسة (أيلاس محمد، 2014) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات و قلق الامتحان. و من هذا يتبين تأثير متغير قلق الامتحان و درجته على تقدير الذات من خلال أن التلميذ عندما يشعر بحالة انفعالية و نفسية سببها موقف الامتحان ينعكس ذلك على أدائه الأمر الذي يؤدي إلى شعور بالدونية و بروز الأفكار السلبية عن الذات نتيجة الموقف المسيطر على فكر و سلوك التلميذ و الذي يتلخص في القلق المصاحب للامتحان و الذي يظهر في نظرتة لذاته و تقديرها .

2- نتائج الفرضية الثانية و مناقشتها:

تنص الفرضية على ما يلي : توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس. و للتحقق من صحتها تم استخدام اختبار(ت) للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين، و الجدول التالي يوضح نتائج هذا الإجراء.

جدول رقم (10) يوضح المتوسط والحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)

لدراسة الفرق بين الجنسين

مستوى الدلالة	قيمة ت	قلق الامتحان		
		ع	م	
0,05	-2,337	30,66914	177,8966	ذكور
		36,72682	196,4561	إناث

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت) قد بلغت -2,337 عند مستوى دلالة 0,05 ، و بالتالي نقبل الفرض القائل بأنه : توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس ، و يتفق هذا مع الدراسة التي قامت بها هامبري (Hembree, 1988) حيث توصلت نتائجها إلى أن الإناث أعلى في مستوى قلق الامتحان من الذكور و أن الفروق تختلف باختلاف المراحل العمرية. كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما وصلت إليه دراسة كل من عبد الخالق و النيال (1991) و دراسة جودت سعادة (2001) ودراسة نائل إبراهيم و عزت (2008) و التي توصلت إلى أن الإناث أكثر قلقا من الذكور. و في هذا الصدد يؤكد حامد زهران (1978:398) على أن القلق هو أشيع حالات العصاب، و يكون عند الإناث أكثر منه عند الذكور في مرحلة الطفولة و المراهقة. و قد يكون الفارق لصالح الإناث ناتجا عن حصولهن على أعلى درجات في مقياس قلق الامتحان و راجعا إلى محاولتهن إثبات أنفسهن و السعي لتحقيق أعلى درجات التحصيل و التميز، لمنافسة الزملاء و الزميلات الأمر الذي قد يشعرهن بالتوتر و القلق أكثر مقارنة بالذكور. كما قد يرجع سبب هذه الفروق بين الإناث والذكور في قلق الامتحان إلى أن الذكور يميلون إلى الخروج من المنزل و الالتقاء بالأصدقاء و قضاء الأوقات معهم، الأمر الذي يتطلب منهم وقتا أقصر للمراجعة مقارنة بالإناث اللاتي يمكن غالبا في البيت قصد المراجعة المستمرة ولساعات طويلة مما قد يشعرهن بنوع من القلق و كذلك في حالات عدم التوفيق بين الأعمال المنزلية و الدراسة عند اقتراب موعد الامتحان و كذلك لطبيعة و تركيبة الأنثى جسميا و نفسيا ووجدانيا.

3- نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها:

تنص الفرضية على ما يلي: توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس. لاختبار هذه الفرضية تم استخدام المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و اختبار (ت) لدراسة الفروق بين المجموعتين و الجدول التالي يبين هذا الإجراء.

جدول رقم (11) يوضح المتوسط والحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لدراسة الفرق بين الجنسين

مستوى الدلالة	قيمة ت	تقدير الذات		
		ع	م	
0,262	1,130	2,71875	80,9655	ذكور
		3,02806	80,2105	إناث

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت) قد بلغت 1,130 عند مستوى دلالة 0,262، و بالتالي نرفض الفرض القائل بأنه: توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس ، هذا ما يتفق مع ما وصلت إليه دراسة هيوستر (1980) أنه لا توجد فروق تعود لمتغير الجنس في تطور مفهوم الذات، كما أكدت دراسة محمود شعيب (1988) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث في درجة تقديرهم لذواتهم، هذا رغم تشابه الظروف الأسرية و الاقتصادية و الاجتماعية التي تعتبر عوامل أساسية في تقدير الذات لدى الفرد. و في ذات المنحى سارت دراسة قام بها (كلانك كونستان، 1996) حول تقدير الذات وعلاقته بالجنس و الحالة الاجتماعية و صفات العائلة و التحصيل الدراسي و أكدت أنه لا توجد فروق بين الذكور و الإناث بالنسبة لتقدير الذات. كما اتفقت نتائج فرضيتنا مع دراسة (علي محمود، 2004) التي هدفت إلى الكشف عن مدى الاختلاف بين الذكور و الإناث في درجات تقدير الذات و توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في درجات تقدير الذات، و نفس النتائج جاءت في دراسة (للعنزي، 2005) حيث خلص إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات. كما توصل جالينكو (Geletko.2006) إلى نتائج مشابهة في دراسته التي طبقت على عينة عشوائية تألفت من 160 طالبا بولاية فرجينيا، و كذا دراسة (سهيل فريدة، 2008) و التي تؤكد نتائجها على عدم وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات. (بيقع صليحة، 2012:165) في حين تختلف نتائج دراستنا عما توصل إليه (بوقصارة منصور:2007) و التي بين فيها وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث في تقدير الذات لصالح الذكور.

4- نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها:

تنص الفرضية على ما يلي : توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي. لاختبار هذه الفرضية تم استخدام المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و اختبار (ت) لدراسة الفروق بين المجموعتين:

جدول رقم (12) : يوضح دلالة الفروق (ت)**بين تلاميذ الشعب العلمية وتلاميذ الشعب الأدبية في درجة قلق الامتحان**

مستوى الدلالة	قيمة ت	قلق الامتحان		
		ع	م	
0,05	2,202	37,36511	197,9348	علمي
		31,92395	181,3000	أدبي

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت) قد بلغت 2,202 عند مستوى دلالة 0,05، و بالتالي نقبل الفرض القائل بأنه: توجد فروق في مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي ، وقد يعود هذا إلى طبيعة التلاميذ ذوي الملح العلمي من خلال اعتمادهم على التجريد و الأمور التي تتطلب الاستنباط و الاستقراء وغيرها من المهارات التي تتطلب مستويات عليا من التفكير و سعيهم المستمر نحو الحصول على معدلات مرتفعة للالتحاق بتخصصات علمية يكثر عليها الطلب و نخص بالذكر تخصص الطب و الصيدلة، هذا ما يجعلهم أكثر اهتماما و حرصا مما قد يجعل منهم أكثر قابلية للتوتر و القلق سعيا للتفوق والنجاح باقتدار مقارنة بتلاميذ الشعب الأدبية الذين قد يلجئون في أحيان كثيرة إلى عملية الحفظ و الاسترجاع و تقنيات التلخيص و كذا غالبية التخصصات الموجودة بالجامعة لا تتطلب جميعها معدلات مرتفعة باستثناء المدارس والمعاهد العليا في حين أن نتائج دراستنا لا تتفق مع ما وصلت إليه دراسة (الشايب و غربي، 2013) والتي أكدت على أنه لا توجد فروق بين أفراد العينة في قلق الامتحان حسب متغير الشعبة الدراسية (العلمية ، الأدبية)

5- نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها:

تنص الفرضية على ما يلي : توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي(أدبي،علمي). لاختبار هذه الفرضية تم استخدام المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري واختبار (ت) لدراسة الفروق بين المجموعتين:

جدول رقم (12) : يوضح دلالة الفروق (ت)**بين تلاميذ الشعب العلمية وتلاميذ الشعب الأدبية في درجة تقدير الذات**

مستوى الدلالة	قيمة ت	تقدير الذات		
		ع	م	
0,05	-2,216	3,27485	79,8261	علمي
		2,31162	81,2000	أدبي

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت) قد بلغت 2,216- عند مستوى دلالة 0.05، و بالتالي نقبل الفرض القائل بأنه: توجد فروق في مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص العلمي ، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فرقا في تقدير الذات لصالح تلاميذ الشعب الأدبية وهذا ما توضحه قيمة الوسط الحسابي وقد يرجع هذا إلى طبيعة العينة محل الدراسة وهذا ما يختلف مع توصلت إليه دراسة بلقوميدي عباس 2012 و التي نصت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير التخصص (علمي، أدبي) من حيث تقدير الذات.

توصيات:

في ضوء الدراسة الحالية نوصي بما يأتي:

- الاهتمام بتلاميذ السنة الثالثة ثانوي قصد التخفيف من حدة قلق الامتحان لديهم و زرع الثقة في أنفسهم و محاولة رفع مستوى تقدير الذات لديهم.
- ينبغي التعاون بين الأسرة و المدرسة قصد توفير ظروف مناسبة للتلاميذ في جو خال من التهديد والتوتر و نقص الثقة بالنفس و بالقدرات.
- ضرورة تفعيل دور مستشار التوجيه و الإرشاد للقيام بعملية التكفل النفسي بالتلاميذ الذين يعانون من قلق الامتحان المرتفع وكذا تقدير الذات المنخفض.
- إجراء دورات تكوينية و تدريبية للأخصائيين النفسيين و مستشاري التوجيه حول التقنيات الحديثة في مجال التكفل بحالات قلق الامتحان.

البيبلوغرافيا:

1. موشي زيدندر - جيرالدماثيوس (2016)، **القلق**، ترجمة معتز سيد عبد الله و الحسين عبد المنعم، عالم المعرفة ، الكويت.
2. محمد، حامد زهران (2000): **الإرشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات الدراسية** ، دار الكتب، القاهرة، مصر.
3. مريم، سليم (2003) : **تقدير الذات و الثقة بالنفس دليل المعلمين**، دار النهضة العربية، بيروت. لبنان.
4. نائل إبراهيم أو عذب (2008) **فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية**، مذكرة ماجستير غير منشورة، غزة.
5. سارة، حمري (2012) : **علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الثانوية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة وهران 2.
6. سليمة، سايجي (2004) : **فعالية برنامج إرشادي لخفض مستوى القلق لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ورقلة.

7. عباس، بلقوميدي (2012) : أساليب التفكير و علاقتها بتقدير الذات في ضوء متغيري الجنس والتخصص دراسة مقارنة على تلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية، الجزائر، العدد 09 (12)، 209-229.
8. عبدوني، صياد (2013) : برنامج إرشادي لتعديل خصائص نمط السلوك (أ) في تخفيض قلق الامتحان لدى عينة من طلاب البكالوريا، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية، العدد 10 (03)، 245-259.
9. عبد الناصر غربي، سليم حمي (2017) بناء الاختبارات النفسية في ضوء النظريات القائمة-اختبار قلق الامتحان نموذجا، مجلة العلوم النفسية و التربوية، العدد 04 (01)، 57-76.
10. عطاق أبو غالي (2011) فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في خفض قلق الامتحان لدى عينة من طالبات الثانوية العامة برفح، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 12 .
11. فاروق، السيد عثمان (2001): القلق إدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
12. صليحة، بيقع (2002): معاملة الأستاذ و علاقتها بتقدير الذات و الدافعية للإنجاز لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر 2.
13. الشايب، غربي (2013) : التوجيه المدرسي وعلاقته بقلق الامتحان لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية، الجزائر، العدد 11 (06)، 269-283.
14. شعيب ، علي محمود (1987): قلق الاختبار في علاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بطلاب الثانوية العامة بمدينة مكة المكرمة، مجلة دراسات تربوية، رابطة التربية الحديثة بالقاهرة، المجلد 2، الجزء 8، ص ص 297-320.
15. Hembree , R . (1988) : **Correlates causes effects and treatment of test anxiety**, Review of educational research , 58 (1) , pp 47-77.
16. Janice, W.E.(1996) : **Gender- related worry and emotionality test anxiety for high achieving students** , Psychology in the school, 33 (2) , pp 156-162.