وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية

قلق الامتحان وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط

دراسة ميدانية لبعض متوسطات ولاية الوادي

مذكرة مكملة لمتطلبات الحصول على شهادة ليسانس

في علم النفس المدرسي

من إعداد الطالبات :

-بوخزة صفية
-شوشاني محمد حدة
-قسومة ليلى
-عيساوي ايمان

إشراف الأستاذ:

د . عوين بلقاسم

السنة الجامعية : 2023/2022

شكر وتقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين سيدنا ونبينا محمد وعلى اله وصحبه أجمعين.

اشكر الله سبحانه وتعالى الذي وفقنا لإتمام هذا العمل سبحانه الذي لا يضيع جهد احد

وبعد نتقدم بالشكر الجزيل للأستاذ المشرف د. عوين بلقاسم الذي ساعدنا بكل معلوماته الثرية واقتراحاته الصائبة كذلك الشكر موصول الى مستشارين التوجيه بمتوسطة زغيب محمد الطاهر ومتوسطة رويسي بلقاسم

ملخص الدراسة

تهدف الدراسة الى التعرف على العلاقة بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط وكذلك البحث في الفروقات بين الذكور والإناث في قلق الامتحان وتقدير الذات كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي واستخدمنا أدوات الدراسة التالية:

مقياس قلق الامتحان ومقياس تقدير الذات لعائشة قبايلي وفريدة بن زيتون

حيث تألفت عينة الدراسة من 100 تلميذ وتلميذة بمتوسطة زغيب محمد الطاهر ومتوسطة رويسي بلقاسم بولاية الوادي. كما تم اختيارهم بطريقة عشوائية وأظهرت نتائج الدراسة مايلي:

1/وجود علاقة ارتباطيه بين قلق الامتحان بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

2/توجد فروق فردية بين الذكور والإناث في قلق الامتحان في حين لا نجد هناك فروقات من ناحية تقدير الذات.

Study summary:

The study aims to identify the relationship between exam anxiety and self-esteem among students of the fourth Intermediate level, as well as to investigate the differences between males and females in what was previously mentioned (examination anxiety and self-esteem).

The descriptive approach and the following study tools were used:The descriptive approach and the following study tools were used:

Exam anxiety scale for Kabylie Aicha Ben Zaytoun Farida

Where the sample of the study consisted of 100 male and female students in the middle school of Zogheib Mohamed El-Taher and the middle school Roissy Belkacem in El-Oued state, so they were chosen randomly.

There is a correlation between test anxiety and self-esteem among fourth-level middle school students.

There are individual differences between males and females in exam anxiety, so that we do not find any individual differences in terms of self-esteem

فهرس المحتويات

شكر وتقدير.....ا

ملخص الدراسة باللغة العربية.....ب

ملخص الدراسة باللغة الأجنبية.....ت

فهرس المحتويات.....ث

فهرس الجداول.....ح

فهرس الأشكال.....خ

مقدمة..... 2

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار النظري والمفاهيمي للدراسة

1/إشكالية الدراسة..... 6

2/فرضيات الدراسة..... 8

3/أهمية الدراسة..... 8

4/أهداف الدراسة..... 8

5/ المفاهيم الأساسية للدراسة.....9

6/الدراسات السابقة.....10

الجانب الميداني

الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية ونتائج الدراسة

1/ منهج الدراسة.....16

2/الدراسة الاستطلاعية.....17

3/الدراسة الأساسية.....17

4/ أدوات جمع البيانات وإجراءات الدراسة.....17

5/عرض وتحليل نتائج الدراسة..... 19

6/تفسير ومناقشة نتائج الدراسة.....23

الخاتمة.....27

قائمة المراجع..... 29

الملاحق.....31

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح خصائص عينة الدراسة	20
02	يوضح دلالة العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط	21
03	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات	23
04	يوضح اتساق مقياس قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط	24

فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان	21
02	يوضح درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات	23

مقدمة

مقدمة:

(من سلك طريقا يبتغي فيه علما سهل الله له طريقا الى الجنة)

هذا قول خير المرسلين عن العلم ومن يجتهد فيه كون الإنسان كرمه الله بالعقل كي يبحث ويتدبر بالمجهول وتبدأ هته العملية منذ الصغر بداية من تعلم النطق الى نهاية غير منشودة

من هنا يتعلم التلميذ بالمدرسة ويكتسب من خلالها عدة معارف,إنما الأمر ليس بالشيء السهل فالتلميذ يعيش وسط ضغوط مختلفة حتى يصل لما يريد مما يتولد لديه قلق وخوف من الخسارة ويشعره بالفشل واليأس من نفسه ودراسته

فكما نعرف ان قلق الامتحان هو شعور التلميذ قبل وأثناء الامتحان بالضيق والتوتر وخفقان القلب وكثرة التفكير بما يعيقه عن الأداء الجيد.

هذا وقت الامتحانات فهي التي تحدد مصير نجاحه ومستواه في الدراسة

وتعد الامتحانات أمرا ذات أهمية بالنسبة للتلميذ والتي يرتكز عليها تحصيله الدراسي في كل سنة

ولا يرتبط هذا القلق بالتلميذ فقط بل حتى مع أسرهم والمجتمع عامة كونه نخبة متميزة يجب الاعتناء بها

ما قد يسبب له مشكلات سلبية تعيقه في دراسته,هذا ما قد يرتبط بذاته وتقديره لها والذي يحدد درجة توافقه مع نفسه. هذا ما جعلنا نتناول هذا الموضوع في دراستنا وهو تقدير الذات حيث يعتبر حكم الشخص عن ذاته وقيمته ويعد عاملا أساسيا في التوافق الشخصي والاجتماعي والمدرسي.

ولقد اهتممنا في بحثنا على دراسة قلق الامتحان وعلاقته بتقدير الذات لدى التلاميذ خاصة تلاميذ امتحان الشهادة كونه يختلف عن زملائه من المستويات التعليمية المختلفة, وتختلف نسبة القلق من تلميذ لآخر في مستوى الشدة.

ومن اجل معرفة طبيعة العلاقة بين قلق الامتحان وتقدير الذات جاءت هذه الدراسة في جانبين: جانب نظري وجانب تطبيقي(ميداني).:

الجانب النظري: يتضمن الفصل الأول ويرتكز على الإشكاليات وفرضيات الدراسة وأهدافها وأيضا أهميتها, بعدها التعاريف الإجرائية لمتغيراتها ثم الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة.

الجانب التطبيقي: تضمن الفصل الثاني: حيث تطرقنا فيه الى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية وفيه ما يلي: المنهج المتبع للدراسة وعرض الدراسة الاستطلاعية وخصائصها ثم الدراسة الأساسية وإجراءاتها بعد وصف العينة وأدوات جمع البيانات بالإضافة الى الأساليب الإحصائية وعرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها.

لنلخص في الأخير الى خاتمة وماتطرقنا في بحثنا ومراحله المختلفة مع محاولة وصولنا الى نتائج مختلفة بالإضافة الى بعض الاقتراحات للتخفيف على الأقل من حدة هذه المشكلة المدروسة.

الجانب النظري

الإطار النظري والمفاهيمي:

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- المفاهيم الأساسية للدراسة

6- الدراسات السابقة

1/إشكالية الدراسة:

ان كل تلميذ في المؤسسات التربوية لديه رغبة بالنجاح في الامتحانات خصوصا في اجتياز الامتحانات المصيرية.هذا ما جعلنا نناقش موضوع شهادة التعليم المتوسط.

فهي تعتبر مرحلة مهمة لتلميذ الرابعة متوسط كونها الفاصلة بين مرحلة المتوسط ومرحلة الثانوي ويسعى التلميذ فيها ان ينجح بالامتحانات النهائية وسط انفعالات ومشكلات نفسية.

هنا نتحدث عن إحدى المشكلات النفسية التي تصيب تلميذ الرابعة متوسط وهي مشكلة قلق الامتحان.فهو ذلك الشعور والتوتر والخوف والانزعاج الذي يستثير موقف الامتحان لدى التلاميذ وما يصاحبه من اضطرابات نفسية انفعالية وفيزيولوجية تعيق أداءه وتفكيره(قبايلي عائشة.بن زيتون فريدة ص57.2015)

فيجد التلميذ صعوبة في الإجابة عن الأسئلة بتأني وتذكر المعلومات التي احتفظ بها مما يؤثر على تحصيله الأكاديمي وتدهور أداءه الفعلي عند تلقي الدروس فيصبح التلميذ غير واثق من نفسه او بقدراته ويشك في نجاحه بشهادة التعليم المتوسط ما ينتج عنه تقدير ذات منخفض.

ولان تقدير الذات كظاهرة نفسية عبارة عن حكم شخصي يقيم به الفرد ذاته بنفسه والتعبير عنها بالاستحسان اي تقييم ايجابي او العكس بالتقييم السلبي لها لأنها تعد من الحاجات الهامة لدى الفرد التي تدفع الإنسان الى تكوين فكرة سليمة عن نفسه والتمسك بها وإقناع الآخرين باستحقاقه لتقديرهم واحترامهم.ويعرفها ماسلو بأنها حاجة الفرد الى المكانة الاجتماعية المرموقة والشعور بالاحترام وحاجة الفرد لان يشعر بأنه محل تقدير والإحساس بالقوة والثقة بالنفس والمقدرة والكفاءة باعتبار مستوى الذات هو التقييم الذي يبين تقييم الفرد لشخصيته ويحتفظ بها عادة بالنسبة لذاته وهذا ما أكدته دراسة قمر(2015) (كريكة.واخرون.ص2018.4

حيث نجد عند تلميذ الرابعة متوسط تدني في تقديره لذاته وخوف من الفشل واعتقاده الرسوب في النهاية

هذا ما جعلنا نطرح أسئلتنا في ثلاث نقاط:

السؤال العام: هل توجد علاقة ارتباطيه بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسطة؟

هل توجد فروق بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان؟

هل توجد فروق بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات.؟

2/فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى:

توجد علاقة ارتباطيه بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط

الفرضية الثانية:

توجد فروق بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان

الفرضية الثالثة:

توجد فروق بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات

3/أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في طبيعة الموضوع المتناول والمتعلق بقلق الامتحان والذي يعتبر مشكلة حقيقية تواجه كثير من التلاميذ في جميع المراحل خاصة في التعليم المتوسط وبالأخص تلاميذ الأقسام النهائية حيث كان ولا بد من التعمق في دراسة المتغيرات ذات العلاقة بقلق الامتحان ومعرفة درجة الارتباط فيما بينها كما وتحاول الدراسة إفادة الفاعلين على شؤون التربية والتعليم بحقائق واقعية حول قلق الامتحان وتقدير الذات بالإضافة الى الإفادة من النتائج التي يتم التوصل إليها في توجيه التلاميذ ومساعدتهم وإرشادهم للتقليل من الآثار السلبية للقلق لتحقيق النجاح والتفوق.(علي محمد. د.غريب العربي2018ص80)

4/أهداف الدراسة:

1/الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان وتقدير الذات

2/معرفة اذا كان هناك فروق بين الذكور والإناث في قلق الامتحان

3/التعرف على أهم الأسباب المؤدية لقلق الامتحان

4/معرفة مدى انتشار هذه الظاهرة في المدارس

5/المفاهيم الأساسية للدراسة:

1- تعريف قلق الامتحان:

القلق من الناحية اللغوية هو الحركة والاضطراب وعدم الاستقرار وقد عرف بالعديد من التعريفات منها (هو حالة توتر شاملة ومستمرة نتيجة توقع تهديد خطر فعلي قد يحدث ويصحبها أعراض نفسية وجسمية).

ويعرفه طه عبد العظيم حسين : بأنه حالة نفسية انفعالية تؤثر على اتزان الطالب النفسي وقدرته على استيعاب المادة الدراسية أثناء الامتحان يصاحبها أعراض نفسية وجسدية كالتوتر والانفعال والتحفز وينتج ذلك عن الخوف من الرسوب او الفشل والرغبة في المنافسة والتوقعات العالية المثالية التي يضعها الوالدين له او ضعف الثقة بالنفس ويعتبر هذا القلق الذي يعتري الطالب أثناء وقبل الامتحان أمرا مألوفا بل ضروريا لتحفيزه على الدراسة مادام يتراوح القلق ضمن مستواه الطبيعي ولا يؤثر بشكل سلبي على أدائه للمهام العقلية المطلوبة.(بحري سعاد.شوشاني محمد رفيدة2019ص11)

2-التعريف الإجرائي:

يشير الى الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس في السنة الرابعة متوسط من خلال الإجابة على فقرات مقياس قلق الامتحان المستخدم في الدراسة وهو مقياس سبيلربجر المترجم من طرف حامد زهران في 2000(قبايلي عائشة.بن زيتون فريدة2014ص12)

3-تعريف تقدير الذات:

يعرفها "ابو زيد" بأنه التقويم العام لدى الفرد لاتهما وخصائصها العقلية والاجتماعية والانفعالية والأخلاقية والجسدية.

ويعرفها "رونبرج" هو التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته وهو يعبر اتجاه الاستحسان او الرفض ويوضح ان تقدير الذات العالي يدل على ان الفرد ذو كفاءة او ذو قيمة ويحترم ذاته واما تقدير الذات المنخفض فيشير الى رفض الذات وعدم الاقتناع بها(كليل مروة.عبد اللاوي نعيمة2021ص10)

4-التعريف الإجرائي:

يشير تقدير الذات في هذه الدراسة الى الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس في السنة الرابعة متوسط من خلال إجابته على فقرات مقياس تقدير الذات المستخدم في هذه الدراسة.(قبايلي عائشة.بن زيتون فريدة2014ص11)

6/ الدراسات السابقة:

دراسة قبايلي عائشة وبن زيتون فريدة(2014):

بعنوان "علاقة تقدير الذات بقلق الامتحان لدى المراهق المتمدرس المقبل على شهادة التعليم المتوسط".

هدفت الدراسة الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى المراهق المتمدرس المقبل على شهادة التعليم المتوسط, وتكونت عينة الدراسة من 175تلميذ وتلميذة للموسم الدراسي2015/2014من متوسطة,واستخدمتا الباحثتان استبيان لقياس تقدير الذات لكوبر سميث ومقياس القلق لسبيرجر ولاختبار صحة الفروض تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون واختبار تي لعينتين غير متجانستين , ولقد أظهرت النتائج انه توجد علاقة ارتباطيه بين تقدير الذات وقلق الامتحان كذلك دلت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات بين الذكور والإناث وأيضا أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في درجة قلق الامتحان.

دراسة ايلاس محمد (2014):

بعنوان تقدير الذات وعلاقته بقلق الامتحان عند تلميذ السنة ثالثة ثانوي.

هدفت الدراسة الى البحث عن الحقائق التي تؤدي بالفرد المتمدرس ان يعاني من حالات قلق عند مواجهته لامتحانات التي تعتبر المصدر الوحيد للتقدم في المجال العلمي كما هدفت بالتطرق الى تقدير الذات وتكونت عينة الدراسة من 90 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مستوى ثالثة ثانوي من شعبة آداب وفلسفة وعلوم تجريبية من واستخدم الباحث في دراسة استبيان مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ومقياس قلق الامتحان واختبار صحة الفروض بالاعتماد على معامل بيرسون كما تم الاعتماد على معامل (ت) وقد أظهرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطيه بين تقدير الذات وقلق الامتحان.

دراسة مريم قادة(2015):

بعنوان اثر مستوى قلق الامتحان ووجهة الضبط على التحصيل الدراسي لدى التلاميذ.

هدفت الدراسة للتعرف على التفاعل بين قلق الامتحان ومستوى الضبط الداخلي والخارجي وتأثيرهما على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي,حيث تكونت عينة الدراسة من (80) تلميذا وتلميذة من جميع الشعب بثانوية محمد واستخدمت الباحثة استبيان مقياس وجهة الضبط من إعداد جوليان ومقياس التحصيل الدراسي ومقياس قلق الامتحان من إعداد سليمة سايحي وتم اختبار صحة هذه الفروض حيث تم الاعتماد على الإجراءات بالإحصاء الوصفي لاستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

دراسة كروجة الشارف وآخرون(2016):

بعنوان قلق الامتحان وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والدافعية للتعلم,حيث تكونت عينة الدراسة من (55) تلميذ وتلميذة واستخدم الباحثون استمارة حول قلق الامتحان واستمارة حول الدافعية للتعلم وتم الاعتماد على اختبار معامل الارتباط المستقيم بيرسون واختبار تحليل التباين الأحادي والثنائي. ولقد أظهرت النتائج انه لا توجد علاقة ارتباطيه بين قلق الامتحان والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بالإضافة الى انه لا توجد فروق بين متوسطات تلاميذ عينة الدراسة في الدافعية للتعلم تعزى لقلق الامتحان اي ان قلق الامتحان والدافعية للتعلم كلاهما لديهما جانب نفسي يؤثر على أداء التلميذ.

دراسة سارة ثيثة صفاء عطاالله(2017):

بعنوان علاقة فاعلية الذات بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي.

هدفت الدراسة الى التأكد من وجود علاقة ارتباطيه بين فاعلية الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة

ثالثة ثانوي وتكونت عينة الدراسة من 70تلميذ وتلميذة بثانوية عبد العزيز شريف حيث استخدمتا

الباحثتان استبيان مقياس فاعلية الذات لمحمود كاظم محمود ومقياس قلق الامتحان لغربي عبد الناصر واختبار صحة الفروض وتم الاعتماد على اختبار(ت) ومعامل الارتباط بيرسون,حيث أظهرت نتائج الدراسة انه لاتوجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين فاعلية الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي.

دراسة د. سيسبان فاطمة الزهراء(2018):

بعنوان قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي.

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي,وتكونت عينة الدراسة من 30تلميذا وتلميذة سنة2014 واستخدمت الباحثة مقياس قلق الامتحان ل"بشير معمرية" ولاختبار صحة الفروض تم الاعتماد على معامل الارتباط,ولقد أظهرت النتائج انه

كلما زاد قلق الامتحان كلما انخفضت درجات التحصيل الدراسي وأيضا أكدت على وجود فرق دال

إحصائيا في قلق الامتحان لدى التلاميذ المتمدرسين في السنة أولى ثانوي بين الذكور والإناث.

دراسة علي محمد غريب لعربي (2018):

بعنوان قلق الامتحان وعلاقته بأبعاده لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي.

هدفت الدراسة الى التأكد من وجود علاقة ارتباطيه بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة

ثالثة ثانوي وتكونت العينة من 26 تلميذ وتلميذة من شعبة آداب وفلسفة بالثانوية لعروسي العربي للموسم الدراسي2018/2014 واستخدما الباحثان استبيان دراسة قلق الامتحان من إعداد محمد حامد زهران ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث واختبار صحة الفروض وتم اعتماد على معامل الارتباط لبيرسون ولقد أظهرت النتائج مايلي:

توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ سنة ثالثة ثانوي.

دراسة د.معاوية ابو غزال(2018):

بعنوان دور توجهات الأهداف وتقدير الذات في التنبؤ بقلق الاختبار لدى طلبة جامعة اليرموك:

هدفت الدراسة الى الكشف عن مدى إسهام كل من توجهات الأهداف وتقدير الذات في التنبؤ بقلق الاختبار لدى طلبة جامعة اليرموك.وقد تكونت عينة الدراسة من(751) طالبا وطالبة (222ذكرا.529انثى) اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية من جميع كليات جامعة اليرموك

حيث تم استخدام مقياس قلق الاختبار ومقياس روزنبرغ لتقدير الذات وكشفت نتائج الدراسة عن علاقة موجبة دالة بين قلق الاختبار وعلاقة سالبة دالة بين قلق الاختبار وتقدير الذات.(د.معاوية ابو غزال2018ص117)

دراسة بحري سعاد وشوشاني محمد رفيدة(2019):

بعنوان"قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي(بكالوريا).

هدفت الدراسة الى معرفة قلق الامتحان وشدته لدى تلميذ الثالثة ثانوي والتعرف على الحالة النفسية للتلاميذ ودرجة القلق قبل وأثناء اجتياز الامتحان وردة فعلهم أثناء معرفتهم للنتائج, وتكونت عينة الدراسة من 155تلميذ وتلميذة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمختلف الشعب واستخدمتا الباحثتان استبيان لقياس قلق الامتحان لغربي عبد الناصر ولاختبار صحة الفروض تم الاعتماد على الإحصاء الوصفي البياني المتكون من التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمضلعات التكرارية والإحصاء الاستدلالي المتركب

من اختبار"كا" واختبار"ت",ولقد أظهرت النتائج على مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي انه كان مرتفعا في أبعاده الثلاث كذلك أكدت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الشعب الدراسية.

دراسة كليل مروة وعبد اللاوي نعيمة(2022):

بعنوان تقدير الذات لدى تلاميذ المتأخرين دراسيا.

هدفت الدراسة على التعرف الى مستوى تقدير الذات لدى تلاميذ المتأخرين دراسيا لبعض ثانويات مدينة مور الغزلان وتكونت العينة من 35 تلميذ وتلميذة بثانوية سعد دحلب بمور الغزلان حيث استخدم الباحثان استبيان مقياس كوبر سميث واختبار صحة الفروض وتم الاعتماد على اختبار(ت) العينة الواحدة ولقد توصلت نتائج الدراسة في مستوى تقدير الذات انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ متأخرين دراسيا بالمرحلة الثانوية.

الجانب
الميداني

الإجراءات المنهجية ونتائج الدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة

الدراسة الاستطلاعية

3- الدراسة الأساسية

5أدوات جمع البيانات وإجراءات الدراسة

4- عرض وتحليل نتائج الدراسة

5- تفسير ومناقشة نتائج الدراسة

1-منهج الدراسة:

يعرف المنهج الوصفي الارتباطي في مجال التربية وعلم النفس انه كل استقصاء على ظاهرة تعليمية او نفسية كما هي قائمة في الوقت الحاضر التي تعيد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها او بينها وبين ظواهر تعليمية او نفسية او اجتماعية أخرى.(الفتلي حسين هاشم.ص143)

ان البحث الوصفي لا يقف عند حدود وصف الظاهرة وإنما يذهب الى ابعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم بقصد الوصول الى تقييمات ذات معنى بقصد التبصر بتلك الظواهر فضلا عن الأبحاث الوصفية لا تقتصر على التنبؤ بالمستقبل بل أنها تنفذ من الحاضر الى الماضي كي تزداد تبصرا بالحاضر.(العزاوي2008ص97)

والبحث الوصفي غالبا ما يفيد في توفير بيانات تصلح وتمهد الأبحاث التجريبية مستقبلا والبحث الوصفي يلتقي مع البحث العلمي في مواصفات الموضوعية ودقة التشخيص والأمانة كما يلتقي معه في خطوات البحث

حيث قد استخدمناه من اجل الكشف عن العلاقة بين متغير قلق الامتحان ومتغير تقدير الذات لدى تلميذ الرابعة متوسط

2-دراسة استطلاعية:

تعد دراسة الاستطلاعية من الإجراءات الميدانية التي تسمح للباحث بالتقرب من الميدان البحث والتعرف على ظروف والإمكانيات المتوفرة ,كما تساعد على ضبط متغيرات بحث وتقنين أوات جمع البيانات.

وقد تم بدأ الدراسة الاستطلاعية في منتصف شهر مارس 2023 حيث قامت الباحثات بزيارات ميدانية لمتوسطتين الأولى لمتوسطة زغيب محمد الطاهر في 8ماي, المتوسطة الأخرى الشهيد رويسي بلقا سم بقمار الوادي. وقام الباحثات بتوزيع مقياس قلق امتحان ومقياس تقدير الذات على 100 تلميذ وتلميذة ولذالك لمعرفة مدى تجاوب واستعداد العينة للمشاركة في البحث:

- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- تتمثل أهم أهدافها في:

*التأكد من الخصائص السيكومترية الأداة الدراسة وذلك من خلال تقدير الصدق والثبات.

*معرفة مدى تجاوب أفراد العينة مع الأدوات المستخدمة.

*تقدير مدة زمنية الكافية لتطبيق المقياسين في الدراسة الأساسية

3-الدراسة الأساسية وإجراءاتها :

يعد اختيار الباحث للعينة أمرا مهما في خطوات البحث وبالطبع فالباحث يفكر بالعينة في أول شيء لتحديد مشكلة البحث وأهدافه لان طبيعة البحث هي التي تتحكم في نوع العينة والأدوات المناسبة للقيام بالبحث.

العينة:

تعرف العينة الجزء الأصلي او عدد حالاته وتجمع منها البيانات بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي وبها يمكن دراسة الكل بدراسة الجزء بشرط ان تكون العينة ممثلة للمجتمع المأخوذ منه

تمثلت عينة الدراسة الأساسية في(100) تلميذ وتلميذة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية وتم ذلك باتباع الخطوات التالية:

-اختيار عشوائي (100) تلميذ وتلميذة من تلاميذ شهادة التعليم المتوسط.

-توزيع الاستبيانات على التلاميذ (ذكور وإناث) وبداية التوزيع كانت في شهر مارس الى شهر افريل.

4-أدوات جمع البيانات:

تم استخدام أداتين وهما مقياس"قلق الامتحان" ومقياس"تقدير الذات" لصاحبتيهما الباحثتان "قبايلي عائشة" و"بن زيتون فريدة" وتم اختيارهما المقياسين ليناسبا عينة الدراسة الحالية. كما تم تطبيقهما في دراسات أخرى

مما يؤكد صلاحية استخدامه بالنسبة لمقياس قلق الامتحان يحتوي على (4) بنود و(63) فقرة واما مقياس تقدير الذات فيحتوي على (2)بند و(25) فقرة.

-كما أرفقت أداة القياس بصفحة للتعليمات والبيانات الشخصية لأفراد العينة المرتبطة بمتغير الدراسة(الجنس).

5-إجراءات الدراسة الأساسية:

تم اختيار موضوع الدراسة بعنوان قلق الامتحان وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط وذلك بالتنسيق مع الأستاذ المشرف الدكتور: عوين بلقاسم ثم اخترنا عينة الدراسة من متوسطتي زغيب محمد الطاهر و متوسطة رويسي بلقاسم بطريقة عشوائية وذلك كالتالي:

اختيار 50 تلميذ وتلميذة من متوسطة زغيب محمد الطاهر ومتوسطة بولاية الوادي.

تم الشروع في الدراسة الاستطلاعية خلال الموسم2024/2023بداية من شهر مارس الى غاية شهر افريل حيث قمنا بتوزيع الاستبيانات على عينة الدراسة بالنسبة لمتوسطة زغيب محمد الطاهر خلال شهر مارس(2023) كان عدد الاستبيانات الموزعة(50) وتم استرجاعها بعد يومين اما بالنسبة لمتوسطة كان التوزيع خلال شهر افريل (2023) وعدد الاستبيانات الموزعة (50) وتم أيضا استرجاعها بعد يومين وبالتالي العدد الكلي للاستبيانات الصالحة للدراسة هو(100) استبيان.

6-عرض نتائج الدراسة:

تمهيد:

بعد تطبيق إجراءات الدراسة الأساسية وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا، سيتم عرض النتائج المتوصّل إليها بعد تطبيق مقياس تقدير الذات ومقياس قلق الامتحان على تلاميذ الرابعة متوسط وسنحاول من خلال هذا الفصل تفسير النتائج ومناقشتها.

الأساليب الإحصائية المعتمدة لمعالجة فرضيات الدراسة:

يلجأ الباحث إلى الأساليب الإحصائية التي تساعده على الوصول إلى معطيات ونتائج يحلل من خلالها الظاهرة المدروسة، وقد استخدمنا الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك بعد ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي ومعالجتها باستخدام:

الإحصاء الوصفي والبياني:

- متوسطات حسابية.
- متوسطات رتب درجات.
- انحرافات معيارية.
- معامل ارتباط سبيرمان(r_s) لقياس العلاقة بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

الإحصاء الاستدلالي:

- اختبار"Z" للكشف عن دلالة العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط.
- اختبار "ت"T_{test} لعينتين مستقلتين، للكشف عن دلالة الفروق بين الذكور والإناث على مقياس قلق الامتحان.
- اختبار مان وتني"U " لعينتين مستقلتين، للكشف عن الاختلاف بين الذكور والإناث على مقياس تقدير الذات.

الدراسة السيكومترية لأدوات الدراسة

وقد قمنا في الدراسة الحالية من إعادة التأكد من ثبات مقياسي تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط، بطريقة ألفا لكرنباخ كون أن ألفا لكرنباخ يتوافق والمقاييس ذات التدرج الثلاثي فما فوق في الأوزان وهذا ينطبق على المقياس المُطبق في الدراسة الحالية والجدول التالي يعرض ذلك:

جدول(؟): معامل ألفا كرنباخوكيودر-وريتشاردسون(20) لاتساق مقياسي قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط

المقياس	معامل ألفا كرنباخ	كيودر-وريتشاردسون	عدد البنود
قلق الامتحان	0.96	/	63

تقدير الذات	/	0.70	25

الجدول(؟) يوضح معامل الثبات بطريقة ألفا كرنباخ لقياس اتساق بنود لمقياس قلق الامتحان المقدرة بـ:(0.96)، وبطريقة وكيودر-وريتشاردسون(20) لمقياس تقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط المقدر بـ:(0.70)، نلاحظ أن قيمة معامل الثبات عالية لدرجة الوثوق بالمقياسين في جمع بيانات هذه الدراسة

1 -عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

وللتحقق من هذه الفرضية قمنا بتطبيق معامل ارتباط سبيرمان(r_s)، كبديل لبيرسون وذلك بعد التأكد من افتراضاته وشروطه التي لم تتحقق، وكانت النتائج كالتالي:

جدول(01): دلالة معامل ارتباط سبيرمان بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط

المتغيرات	معامل ارتباط سبيرمان r_s	قيمة Z_C المحسوبة	قيمة Z_t المجدولة	القيمة الاحتمالية	الدلالة الاحصائية
تقدير الذات	-0.31	-3	-1.96	0.002	دالة
قلق الامتحان					

$Z_{\alpha=\frac{0.05}{2}} = \pm 1.96$

يتبين من الجدول(01) أن قيمة معامل ارتباط سبيرمان(r_s= -0.31) وهو ارتباط دال إحصائيا بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط، بدليل أن قيمة اختبار Z_C المحسوبة المقدرة(-3)أكبر من قيمة اختبارZ_tالمجدولة المقدرة (-1.96)، وبقيمة احتمالية(0.002) أصغر من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، أي أن نسبة من التغير في تباين رتب درجات قلق الامتحان هو نتيجة التغير في تباين رتب درجات تقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط. وهذه النتيجة تدفعنا إلى قبول الفرضية الأولى القائلة: توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) بين تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

2 -عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: توجد فروقدالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان.

وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبار"ت" للعينات المستقلة، وبعد التأكد من افتراضات اختبار"ت" وشروطه، الجدول التالي يعرض نتائج الاختبار والدلالة الإحصائية

جدول(02): دلالة الفروق بين متوسطي الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان

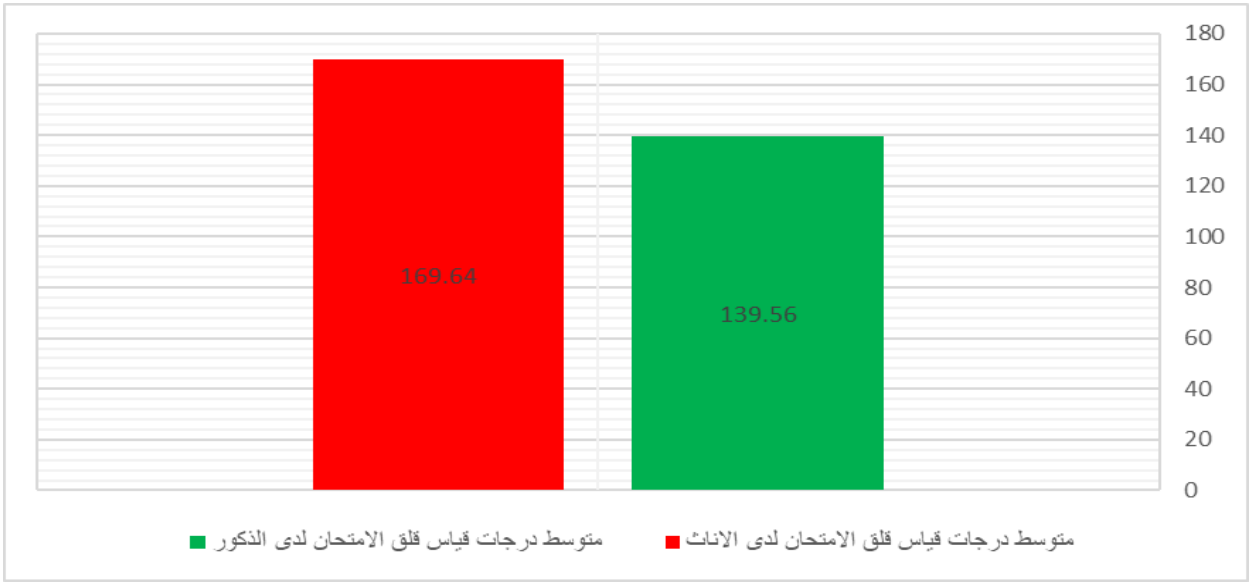
مقياس قلق الامتحان	العينة n	المتوسط الحسابي $\bar{}$	الانحراف المعياري σ	متوسط الفروق	قيمة t_c	القيمة الاحتمالية	الدلالة الاحصائية
الذكور	41	139.56	32.59	-30.08	-4.20	0.000	دال
الإناث	59	169.64	36.95				

$t_{t\,(df\ 98,\alpha\leq 0.05)} = 1.98$

يتضح من بيانات الجدول(02) أن متوسط درجات الذكور من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان البالغ(139.56)وانحراف معياري(32.59) ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان البالغ(169.64)بانحراف معياري (36.95)، كما جاءت نتيجة اختبار "ت" (4.20-) دالة إحصائيا، بقيمة احتمالية محسوبة (0.000) أصغر من مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$).مما يدل على أن اختلاف الجنس(ذكور/إناث) يؤدي إلى التباين في درجات قياس قلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط. وهذه النتيجة تدفعنا إلى قبول الفرضية القائلة أنه: توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$)بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان..

والشكل التالي: يعرض بيانيا متوسطي درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان.

الشكل(01): متوسطي درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان



يتضح من الشكل(01): أن متوسط درجات الذكور من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان البالغ(139.56)أصغر من متوسط درجات الإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس قلق الامتحان البالغ(169.64).

3 -عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: توجد فروقدالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات.

وللتحقق من هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبار مان وتني(U) للعينات المستقلة البديل اللابارامتري لاختبار"ت" لعينتين مستقلتين بعد التحقق من عدم توفر شروطه، والجدول التالي يعرض نتائج الاختبار ودلالته الإحصائية:

جدول(03): دلالة الاختلاف بين متوسطي درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات

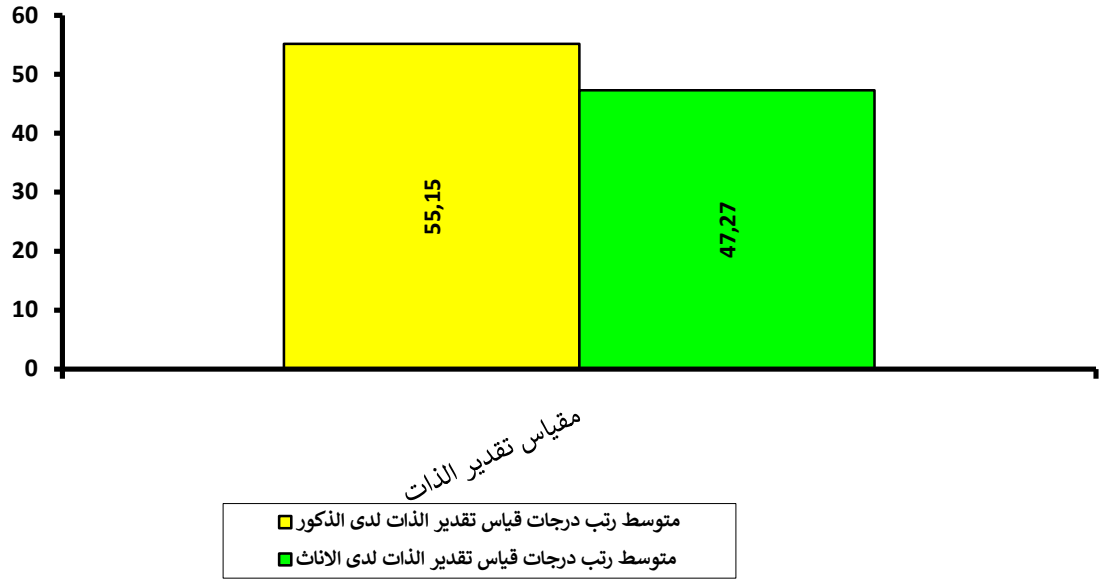
مقياس تقدير الذات	العينة n	متوسط الرتب	قيمة مان وتني	قيمة اختبار Z	القيمة الاحتمالية	الدلالة الاحصائية
الذكور	41	55.15	1019	1.34	0.18	غير دال
الإناث	59	47.27				

$Z_{\alpha=\frac{0.05}{2}} = \pm 1.96$

يتضح من بيانات الجدول(03) أن متوسط رتب درجات الذكور من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات البالغ(55.15)، ومتوسط رتب درجات الإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات البالغ(47.27)، كما جاءت قيمة اختبار"Z" المحسوبة(1.34) أصغر من قيمة "Z" المجدولة(1.96)، بقيمة احتمالية محسوبة(0.18) أكبر من مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) مما يدل على أن اختلاف الجنس(ذكور/إناث) لا يؤدي إلى التباين في رتب درجات قياس تقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط. وعلى إثر هذه النتيجة نرفض الفرضية الثالثة القائلة: توجد فروقدالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات.

والشكل التالي يعرض بيانيا متوسطي رتب درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات.

الشكل(02): متوسطي رتب درجات الذكور والإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات



يتضح من الشكل(02): أن متوسط رتب درجات الذكور من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات البالغ(55.15)، أكبر نسبيا من متوسط رتب درجات الإناث من تلاميذ الرابعة متوسط على مقياس تقدير الذات البالغ(47.27).

الدراسة السيكومترية لأدوات الدراسة

وقد قمنا في الدراسة الحالية من إعادة التأكد من ثبات مقياسي تقدير الذات وقلق الامتحان لدى تلاميذ الرابعة متوسط، بطريقة ألفا لكرنباخ كون أن ألفا لكرنباخ يتوافق والمقاييس ذات التدرج الثلاثي فما فوق في الأوزان وهذا ينطبق على المقياس المُطبق في الدراسة الحالية والجدول التالي يعرض ذلك:

جدول(؟): معامل ألفا كرنباخوكيودر-وريتشاردسون(20) لاتساق مقياسي قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط

المقياس	معامل ألفا كرنباخ	كيودر-وريتشاردسون	عدد البنود
قلق الامتحان	0.96	/	63
تقدير الذات	/	0.70	25

الجدول(؟) يوضح معامل الثبات بطريقة ألفا كرنباخ لقياس اتساق بنود لمقياس قلق الامتحان المقدرة بـ:(0.96)، وبطريقة وكيودر-وريتشاردسون(20) لمقياس تقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط المقدر بـ:(0.70)، نلاحظ أن قيمة معامل الثبات عالية لدرجة الوثوق بالمقياسين في جمع بيانات هذه الدراسة

6/تفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

1-1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على ان اغلب التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة التعليم المتوسط أنهم لديهم قلق الامتحان وتقدير الذات مرتفع ومن خلال النتائج الموضوعية في الجدول(01) دلت على ان مستوى قلق

الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط كان مرتفعا من خلال القيمة المجدولة المقدرة (1.96-). وقد أثبتت الدراسات المختلفة ارتفاع مستوى قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط ان سبب ارتفاع القلق وضعف تقدير الذات كون الامتحانات وسيلة تقويمية رئيسية عند التلاميذ يتقرر على

ضوئها الكثير من المواقف المصيرية كالالتحاق بالثانوية كما ان أسلوب وظروف تأدية الامتحانات تقترن بالرهبة والخوف والارتباك مما يؤثر على تقدير ذاتهم بشكل سلبي.

حيث تشير نتائج البحوث النفسية الى الدور الهام الذي يشكله مستوى القلق و ضعف تقدير الذات في

الأداء والانجاز حيث تبين ان كل من القلق وضعف تقدير الذات المرتفع والقلق وضعف تقدير الذات المنخفض الى ضعف الدافعية والاهتمام واللامبالاة اما القلق وتقدير الذات المتوسط فيحد من الطاقات الدائمة للعمل والأداء والانجاز.

يعتبر قلق الامتحان شكلا من أشكال المخاوف المرضية التي تؤثر على تدير ذاتهم خاصة قرب وأثناء تأدية الامتحانات ويمكن وجوده بطريقة مرتفعة فيؤثر على تقدير ذاتهم فيصبح هنا قلق مبالغ فيه بينما المستوى المعتدل يعتبر طبيعيا فلا يؤثر على تقدير ذات التلميذ .

وقد ارجع ارتفاع نسبة قلق الامتحان وتقدير الذات لعدة عوامل أهمها:

1الخوف من الفشل والرسوب.

2- ضعف الثقة بالنفس.

3- صعوبة أسئلة الامتحانات.

4- عدم المذاكرة الجيدة والاستعداد للامتحان

5- نقص المعرفة بالموضوعات الدراسي.

6- ارتباط الاختبار بخبرة فاشلة في حياة الطالب.

7- الضغوط البيئية وخاصة الأسرية لتحقيق مستوى طموح لا يتناسب مع قدرات الطالب.

8- وجود مشكلة في تعلم المعلومات او تنظيمها او مراجعتها قبل الامتحان او استدعائها في موقف الامتحان ذاته.(بحري سعاد.شوشاني محمد رفيدة(2019)ص51)

2-1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.

تنص الفرضية الثانية انه يوجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى قلق الامتحان وتقدير الذات ومن خلال النتائج المبنية الجدول (02) تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى قلق الامتحان.

حيث نجد درجة قلق الامتحان عند الذكور يقدر ب(139.56) وعند الإناث يقدرب(169.64).

كل هذا يعني ان قلق الامتحان ظاهرة تعاني منها الإناث أكثر من الذكور فالضغوط والتفكير الزائد الذي تتعرض له التلميذة تختلف عن الظروف التي يتعرض لها التلميذ كالسعي للنجاح والمثابرة في نيل شهادة التعليم متوسط. وكل منهما لا يعيش نفس المرحلة الدراسية النهائية.

وهذا ما توصلت اليه دراسة (قبايلي عائشة وبن زيتون فريدة) على وجود فروق فردية***ذات*** دلالة

إحصائية التي هدفت الى وجود فروق بين الجنسين في قلق الامتحان وقد شملت الدراسة على عينة من

تلاميذ الرابعة متوسط حيث استخدما اختبار قلق الامتحانات لسبيرجر واختبار تي الذي هو (عبارة عن اختبار لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات ويتم استخدامه للتأكيد او نفي دلالة الفروق بين الدرجات).كذلك دراسة علي محمد .

ان القلق هو أشيع حالات العصاب ويكون عند الإناث أكثر قلقا من الذكور ويكون عند الإناث أكثر من الذكور في مرحلة الطفولة والمراهقة وقد يكون الفارق لصالح الإناث ناتجا عن حصولهن على أعلى درجات التحصيل والتميز لمنافسة الزملاء والزميلات الأمر الذي قد يشعرهن بالتوتر والقلق أكثر مقارنة بالإناث اللائي يمكثن غالبا في البيت قصد المراجعة المستمرة ولساعات طويلة مما قد يشعرهن بنوع من القلق وكذلك في حالات عدم التوفيق بين الأعمال المنزلية والدراسة عند اقتراب موعد الامتحان وكذلك لطبيعة وتركيبة الأنثى جسميا ونفسيا ووجدانيا(علي محمد2018ص90)

3-1تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.

تدعى الفرضية الثالثة على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط

ومن خلال النتائج الموجودة تبين ان هناك تقارب في مستوى تقدير الذات بين الذكور والإناث فمتوسط الرتب عند الذكور كان بدرجة(55.15) اما متوسط الرتب عند الإناث كان بدرجة(47,27)

وهذا ما أكدته دراسة علي محمد انه لا توجد دروس دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في درجة تقديرهم لذواتهم كذلك دراسة كليل مروة وعبد اللاوي نعيمة

ويمكن تفسير هذه النتيجة بان الجنس بصفة عامة ليس له علاقة بمستوى تقدير الذات وان الذكور والإناث يشتركون في خصائصهم واهتماماتهم كما يفسر ان لديهم أهداف وارتباطات اجتماعية وتشابههم في الظروف

الدراسية التي يعيشونها كما يمكن إرجاع ذلك الى أنهم ينتمون الى نفس الوسط الذي يعيشون فيه وتشابه أفكارهم وانتشار الوعي بينهم كما ان للمدرسة والأساتذة دور فعال في ذلك.(كليل مروة وعبد اللاوي نعيمة 2021ص45)

خلاصة نتائج الدراسة:

بعد تحليل وتفسير النتائج ومناقشتها توصلت الدراسة الحالية الى ان هناك:

1/وجود علاقة ارتباطيه بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

2/توجد فروق فردية بين الذكور والإناث في قلق الامتحان.

3/لاتوجد فروق فردية بين الذكور والإناث في تقدير الذات.

الاقتراحات والحلول الممكنة للحد من هذه المشكلة:

_ على الأستاذ ان يمتلك مهارة التواصل مع تلاميذه كي يدرك المشاكل الشخصية التي تعيق دراستهم.

_ تقديم خدمات تربوية من طرف المرشد النفسي كالقيام بدورات تقليل من قلق الامتحان وتقوية الذات لصالح التلاميذ عامة وتلاميذ الرابعة متوسط خاصة.

_ القيام برحلات او خرجات سياحية لتلاميذ الرابعة متوسط قبل الامتحانات المصيرية لمدة معينة وذلك من اجل التخفيف من توتر الامتحانات.

_ تنمية مختلف المواهب التي تساعد التلميذ في تقديره لذاته مما تزيده قوة نفسية.

_ تفعيل دور الأسرة والاهتمام بالتلميذ ومراقبة حالاته النفسية دوما وخاصة عند اقتراب فترة الامتحانات.

الخاتمة:

من خلال عرضنا لعناصر هذا الفصل اتضح ان قلق الامتحان يعد من بين المشكلات التي يواجهها تلاميذ المدارس بصفة عامة وتلاميذ السنة الرابعة متوسط بصفة خاصة.

ويعتبر قلق الامتحان وليد عملية التفاعل بين العوامل الشخصية للفرد, وبين عوامل الموقف الاختباري.

وتجتمع هذه العوامل لتدعم المكونات المعرفية التي بدورها تحفز المكونات الانفعالية,وتظهر بعض المظاهر النفسية,كنقص الثقة بالنفس والارتباك والخوف والعصبية الشديدة.وبعض المظاهر الفيسيولوجية كالغثيان والإغماء وتصبب العرق وارتعاش اليدين وكلها وسائل تكيف سلبية يلجا اليها الفرد لتجنب موقف الامتحان.وبالتالي فهو يمثل ظاهرة سلوكية وعقلية تجمع بين النمطين السلوكي الظاهر والعقلي المستتر وله جانبين احدهما ايجابي ومحفز يدفع الفرد الى تحقيق أداء أفضل وبهذا فهو يعمل كدافع وظيفته استثارة الاستجابات المناسبة.

ان تقدير الذات هو عامل أساسي في تكوين شخصية الفرد وهو سمة من السمات وعلى هذا الأساس كانت له العلاقة الارتباطين بجوانب هذه الشخصية من جوانب انفعالية المتمثلة في القلق وخاصة قلق الامتحان الذي هي بدوره له تأثير في الجوانب المعرفية من انتباه وإدراك وتركيز وتذكر وغيرها وهذا التأثير هو على الذكر مثله على الأنثى فلا وجود للفرق بينهما فيه وفي تقدير الذات الذي يعد من عوامله عند التلميذ المتمدرس. لموقف الامتحان والجانب الآخر سلبي يعيق الفرد لبلوغ أهدافه وبهذا فهو يعمل كمعوق لسلوك الفرد ويثير استجابات غير مناسبة لموقف الامتحان.وعليه تناولنا في هذا الفصل مفهوم قلق الامتحان بصفة عامة وركزنا على قلق الامتحان بصفة وتقدير الذات بصفة خاصة.

حيث ان للمدرسة عددا من الوظائف والأهداف جميعها تدور حول تنمية وتوجيه التلاميذ بالصورة التي تسمح لكل منهم ان ينموا ويتفاعلوا مع مجتمعهم لذلك تعدد أهداف المدرسة وأبرزها هو رفع مستوى التحصيل الدراسي.فاعتبار القلق حافزا لأدائنا لا يعني انه مقبول بكل درجات شدته بل يكون مقبولا في حدود الاعتدال بحيث كلما زادت شدته كلما اثر سلبا على التعلم والذي يمكن تفسيره على أساس ان القلق يشكل حالة من التوتر الشامل التي تصيب الفرد وتؤثر في العمليات العقلية كالانتباه والتفكير والتي تعتبر من متطلبات النجاح في الامتحان.اذ يعد قلق الامتحان وتقدير الذات مشكلتين يعاني منهما الكثير من التلاميذ حيث تلعب الامتحانات دورا هاما في حياة التلاميذ وهي احد أساليب التقييم الضرورية الا أنها قد يرتبط بها ما يجعل منها مشكلة مخيفة

ومقلقة نظرا لارتباطها بتحديد مصير التلميذ ومستقبله الدراسي والعملي ومكانته في المجتمع, لذا لا بد من إعطاء مشكلة قلق الامتحان أهمية في الوسط المدرسي

ومحاولة التخفيف منها نظرا لانعكاساتها ونتائجها الوخيمة على أداء التلاميذ وصحتهم الجسمية والنفسية, فلا بد من ايلاء الموضوع أهمية وذلك بمساعدة التلاميذ على تحقيق توازنهم وراحتهم النفسية وذلك بالتسيير العقلاني والتحضير النفسي خلال فترة الامتحان.

فمن خلال الدراسة النظرية والتطبيقية لبحثنا هذا توصلنا الى وجود علاقة بين قلق الامتحان وتقدير الذات لدى تلاميذ الرابعة متوسط حيث أثبتت نتائج دراستنا الى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين المتغيرين اي ان قلق الامتحان يؤثر وتقدير الذات يؤثران على التحصيل الدراسي للتلميذ.

وتوصلنا الى وجود فروق فردية بين التلاميذ في قلق الامتحان اما الفرضية الثالثة توصلنا كذلك الى عدم وجود فروق بين الجنسين الذكور والإناث في تقدير الذات.

وأخيرا نرجو ان تساهم هذه الدراسة ولو قليلا في إثراء معلومات الطالب المتمدرس في علم النفس المدرسي على وجه الخصوص وما يتعلق بموضوع قلق الامتحان وتقدير الذات والذي يمكن على أساسه التطرق والتعمق في دراسات أخرى سواء بربط احد المتغيرين (قلق الامتحان وتقدير الذات) بمتغير آخر او بناء برنامج إنمائي وقائي او علاجي لإثارة تقدير الذات وخفض قلق الامتحان.

قائمة المراجع:

العزاوي رحيم يونس(2008) منهج البحث العلمي. دار دجلة للنشر

صفاء 2/ الفتلي حسين هاشم. أسس البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية .مفاهيمه عناصره مناهجه. دار للطباعة والنشر والتوزيع.

بحري سعاد,شوشاني محمد رفيدة (2019) قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي (البكالوريا) مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس المدرسي.كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية,قسم العلوم الاجتماعية.جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي,الجزائر.

د.سيسبان فاطمة الزهراء (2019) قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي. دراسة وصفية لتلاميذ السنة أولى ثانوي بولاية مستغانم,مجلة التنمية البشرية المجلد6العدد 4 .جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.الجزائر.

علي محمد.دغريب العربي (2018) قلق الامتحان وعلاقته بتقدير الذات بأبعاده لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي. مجلة التنمية البشرية العدد 10 جامعة وهران2. الجزائر.

قبايلي عائشة.بن زيتون فريدة (2014) علاقة تقدير الذات بقلق الامتحان لدى المراهق المتمدرس المقبل على شهادة التعليم المتوسط. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس. جامعة العقيد اكلي محند او الحاج البويرة.الجزائر.

كريكة صفية وآخرون (2018) تقدير الذات وعلاقتهما بالانسحاب الاجتماعي لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي. مذكرة مكملة لمتطلبات نيل شهادة ليسانس في علم النفس التربوي.كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس التربوي.جامعة محمد الصديق بن يحيى جيجل. الجزائر.

الملاحق

ملحق رقم 01: مقياس قلق الامتحان

الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشهيد حمة لخضر – الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية

استبيان

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

القسم الدراسي:

اسم المؤسسة:

التعليمات

يتضمن هذا المقياس مجموعة من العبارات حول ما تشعر به وما ينتابك من أحاسيس قبل وأثناء الامتحان.

وعليه إقرأ كل عبارة من العبارات التالية بتأني وضع علامة (x) أمام العبارة التي تراها/ترينها مناسبة لحالتك وما يمثل مشاعرك وأحاسيسك الحقيقية.

علما أنه لا يوجد عبارات صحيحة وأخرى خطأ لأن مشاعر كل تلميذ تختلف عن الآخر وأن نتائج هذا المقياس إنما لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

شاكرين حسن تعاونكم معنا.

الرقم	العبارات	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا
1	أشعر بخيبة الأمل عند أداء الامتحان آخر العام				
2	أنا لا أستطيع المراجعة ليلة الامتحان				
3	أشعر بالملل عندما يأتي وقت المراجعة النهائية				
4	بمجرد استلام ورقة الأسئلة أصاب بصداع شديد				
5	أسئلة الامتحان تكون فوق مستوى تحصيلي				
6	أعاني من النسيان عند قراءة الأسئلة لأول مرة				
7	أتوقع الفشل في الامتحانات				
8	أثناء أدائي للامتحان أعبث بأي شيء أمامي كالمسطرة ...				
9	تنقصني الرغبة في النجاح والتفوق				
10	ليس عندي صبر لمراجعة الإجابة				

11	من عيوبي الإجابة المستعجلة وغير دقيقة				
12	أنا لا أعرف طريقة الاستعداد للامتحان				
13	أشعر بعصبية شديدة أثناء الإجابة في الامتحانات				
14	أنظر للامتحانات على أنها تهديد دائم				
15	أجد صعوبة في الأسئلة التي أجيب عنها				
16	الملل يجعلني أترك قاعة الامتحان بمجرد نصف ساعة				
17	عند بداية الامتحان أشعر أنني لا أستطيع إكماله				
18	خوفي يجعلني لا أستطيع قراءة ورقة الإجابة بدقة				
19	أخاف من الملاحظين والمراقبين في لجان الامتحان				
20	أتمنى إلغاء جميع الامتحانات				
21	أثناء أدائي للامتحان أجد نفسي أفكر في احتمال رسوبي				
22	أكثر من استخدام المنبهات أيام الامتحانات				
23	أعتقد أن أسئلة الامتحانات كلها غير متوقعة				
24	أعاني من عدم الاستقرار في مقعدي أثناء أداء الامتحان				
25	ألجأ إلى التخمين في الاستعداد للامتحان				
26	يضايقني أن الدراسة كلها ترتكز حول الامتحانات				
27	أشعر أن قلبي يدق بسرعة أثناء أدائي للامتحان				
28	أرتبك حين يعلن الملاحظ عن الوقت المتبقي للامتحان				
29	بعد الامتحان أسأل كل يوم عن النتيجة				
30	أصعب الأيام هي أيام انتظار النتيجة				
31	أرتبك بشدة عند الإعلان عن النتيجة				
32	أتصبب عرقا حين لا أستطيع الإجابة في الامتحان				
33	أشعر بالقلق والاضطراب أثناء أدائي للامتحان				
34	يزداد اضطرابي حين مراجعة الإجابات مع الزملاء				
35	أصاب بالذعر من الامتحانات الفجائية				
36	يقلقني أن مستقبلي يتوقف على الامتحانات				
37	أشعر بنقص الثقة في نفسي أثناء الامتحان				
38	أتسرع في الإجابة خشية فوات الوقت				
39	ترتعش يداي عند الإجابة عن أسئلة الامتحان				

40	أشعر بالرهبة من الامتحان				
41	أشعر بالارتباك أثناء الامتحان				
42	بعد أداء امتحان أي مادة أشعر أن إجابتي لم تكن موفقة				
43	تقلقني أخطاء المصححين				
44	أشعر بحالة من نقص الاستقرار أيام الامتحانات				
45	أشعر بالتعب الشديد أيام الامتحانات				
46	قلقي للامتحانات هو سبب كراهيتي للدراسة				
47	أنزعج بشدة عند إعلان جدول الامتحانات				
48	أصاب بفقدان الشهية أيام الامتحانات				
49	شدة خوفي من الامتحان تجعلني أنسى ما ذاكرته				
50	يضايقني أن الامتحانات تقيس الحفظ ولا أجيد الحفظ				
51	أثناء أدائي للامتحان أكتب بيد وأقرض أظافر يدي الأخرى				
52	أجد الصعوبة في التعبير عن ما أريده في الامتحان				
53	أبدو كما لو كنت مهزوز أثناء أداء الامتحانات				
54	أعاني من عدم تنظيم الورقة أثناء الإجابة				
55	أشعر بعد الراحة والاضطراب أثناء أداء الامتحان				
56	عندما أراجع قبل دخول قاعة الامتحان أشعر أن المعلومات تبخرت من رأسي				
57	يهددني ما يمكن أن يترتب عن فشلي أثناء أداء الامتحان				
58	أشعر بالتوتر الشديد أثناء الامتحان				
59	من شدة خوفي من الامتحان أذاكر وأنا في طريقي إلى الامتحان				
60	أشعر ببرودة في جسمي أثناء الامتحانات				
61	أعاني من صداع أثناء الامتحانات				
62	شدة توتري أثناء الامتحان تحدث ارتباكا في معدتي				
63	أشعر برغبة بالقيء أثناء الامتحان				

ملحق رقم02: مقياس تقدير الذات

في ما يلي مجموعة من العبارات تتعلق بمشاعرك إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به عادة ضع علامة(×) داخل المربع في خانة تنطبق على حالتك، ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة إنما الإجابة الصحيحة هي التي تعبر بها عن شعورك الحقيقي.

العبارات

العبارات	تنطبق	لا تنطبق
1- لا تضايقني الأشياء عادة.		
2- أجد من الصعب أن أتحدث أمام مجموعة من الناس.		
3- أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي.		
4- لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي.		
5- يسعد الآخرون بوجودهم معي.		
6- أتضايق بسرعة في المنزل		
7- أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة.		
8- أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني.		
9- ترعي عائلتي عادة مشاعري		
10- أستسلم بسهولة		
11- تتوقع عائلتي مني الكثير		
12- من الصعب جدا أن أبقي كما أنا		
13- تختلط الأشياء كلها في حياتي		
14- يتبع الناس أفكاري في حياتي		
15- لا أقدر نفسي حق قدرها		
16- أود كثيرا لو اترك المنزل		
17- أشعر بالضيق من عملي غالبا.		
18- مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس.		
19- إذا كان عندي شيء أقوله فإني أقوله عادة.		
20- تفهمني عائلتي.		
21- معظم الناس محبوبين أكثر مني		
22- أشعر كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء		
23- لا ألقي التشجيع عادة فيما أقوم به.		
24- أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر.		
25- لا يمكن للآخرين الاعتماد علي.		