



Available online at <http://jgu.garmian.edu.krd>

Journal of University of Garmian



<https://doi.org/10.24271/garmian.22090219>

## قياس قلق الامتحانات لدى طلبة كلية التربية (قسم الجغرافية أنموذجاً)

هيمن إسماعيل جبار

قسم العلوم التربوية والنفسية // كلية التربية // جامعة كرميان

بختيار حبيب سعيد

قسم الجغرافيا // كلية التربية // جامعة كرميان

أبو بكر يوسف احمد

قسم العلوم التربوية والنفسية // كلية التربية // جامعة كرميان

### المستخلص

هدفت هذه الدراسة الحالية الى التعرف على مستوى قلق الامتحاني لدى طلبة قسم الجغرافيا في كلية التربية بجامعة كرميان ، وتم تطبيق المنهج الوصفي، وبلغت حجم عينة الدراسة (٩٠) طالباً منقسمين إلى (٤٥ طالب، ٤٥ طالبة) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية. يتكون المقياس من (٣٠) فقرة تمثل كل واحد منها استجابة سلوكية وتتكون الاجابة عن كل فقرة من خمسة مستويات تتراوح بين (١-٥) وفق للتقديرات الفظلية المتدرجة ( دائما ، غالبا ، احيانا ، نادرا ، ابداء). وتدل الدرجة العالية على ارتفاع مستوى القلق والدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى القلق، وتم تطبيق مقياس بعد حساب صدقها وثباتها، وكانت نتائج الدراسة على نحو التالي :

- ان قلق الامتحان لدى طلبة قسم الجغرافية في كلية التربية يتسم بدرجة متوسطة .
- ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلبة قسم الجغرافيا في كلية التربية بين الذكور والاناث. و توصي الدراسة بضرورة تطوير وتحسين مفاهيم طلاب حول الامتحان بغرض تكوين الاتجاهات الأيجابية لديهم حولها ، و بجانب ذلك ضرورة تطوير وتحسين الإرشادات والتوجيهات التربوية داخل كليات التربية بالجامعة عن كيفية التعامل مع قلق الامتحان . .

### Article Info

Received: February, 2022  
Accepted : April, 2022  
Published : June , 2022

### Keywords

قلق الامتحانات، الطلبة ، الجامعة .

### Corresponding Author

[hemin.ismail@garmian.edu.krd](mailto:hemin.ismail@garmian.edu.krd)  
[Bakhtiyar.Habib@garmian.edu.krd](mailto:Bakhtiyar.Habib@garmian.edu.krd)  
[abubakr.yusif@garmian.edu.krd](mailto:abubakr.yusif@garmian.edu.krd)

□

موعدها .(عبدالغفار، ١٩٧٧، ص٤-٥). وتتحد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على التساؤلات التالية:

١- مستوى درجة القلق الأمتحاني لدى طلبة قسم الجغرافية في أداء الاختبار الأمتحان .

٢- مستوى درجة القلق الأمتحاني لدى طلبة قسم الجغرافية في أداء الاختبار الأمتحان تبعا لمتغير الجنس .  
أهمية البحث :

تعتبر الجامعة قمة الهرم في السلم التعليمي في جميع البلدان كونها تعني بأعداد الفرد القادر على النهوض بالمهام العلمية العملية والانتاجية وقيادة مسيرة النهوض في أي بلد من بلدان العالم ، إذ يقاس تطور البلدان بما تمتلكه من مؤسسات للتعليم العالي ونوعية الخريجين في التخصصات المختلفة ولا تتوقف مهمة التعليم العالي على تخريج دفعات من الطلبة سنويا بل أن البحث العلمي يكون رفيفا ضروريا ملازما للهدف الأول لذلك تقع على مؤسسات التعليم العالي المسؤولية العلمية والإنسانية والتربوية والاجتماعية لانها الركيزة الأساسية في التعليم العالي والبحث العلمي متمثلة في شريحة الطلبة الفاعلة والمهمة فيها و من هنا تأتي أهمية دراسة أوضاعهم التربوية ومشكلاتهم الدراسية للوصول الى الحلول الناجحة التي تساهم في خفض الصعوبات التي يواجهونها ، وبذلك نلحق ركب التقدم . ان الكثير من الطلبة قد يواجهون صعوبات في استرجاع المادة أثناء الامتحان مصحوبا ذلك بالتوتر والقلق مما قد يؤثر ذلك بشكل سلبي على أدائهم . ( محمد ، ٢٠٠٨ ، ص ٤) ، وقد يصاحب القلق ردود فعل نفسية وجسمية غير معتادة بسبب توقع الفشل فيها أو لضعف الثقة بالنفس أو الخوف من ردود فعل الاهل أو الرغبة بالتفوق على الآخرين ، وهذا ما يجعل الطالب امام موقف صعب يتحدي امكانية وقدراته ، وهو غير قادر اجتيازة أو مواجهة .( قبيق ، ٢٠٠٣ ، ص ١) ، وأكدت الكثير من الدراسات أن افراد الذين ليس لديهم قلق امتحاني يمثل شعورهم بالسعادة أثناء الا ستجابة لمهام الأداء الإمتحاني وذلك لان درجة شعور قلق المتجان تتأثر بعوامل عديدة منها مستوى الذكاء ودعم الاهل الاجتماعي والانفعالي لابنائهم ، مستوى التحصيل ، مستوى الدراسي ، وطريقة الاستذكار ، الاستعداد الامتحاني ، وقد قامت دراسات كثيرة أجريت على الطلاب الذين يخافون بشكل مبالغ فيه طلاب العيانون من الخوف الشديد الى وضع برامج متنوعة وبسيطة ، منها ما يتوجه الى الاهل ومنها يتوجه الى الطلاب لتحسين فاعلية عملهم وتعديل التقييمات الفردية والقناعات الخاصة وبناء استراتيجيات عقلانية وتعديل الاستراتيجيات الفردية للسيطرة على خطر الامتحان والتقليل من القلق . ( فهمي ، ١٩٧٥ ، ص٣) .

وبناء على ما تقدم تلخص أهمية البحث بالاتي :

- يعد هذا البحث إضافة جديدة للدراسات التي تناولت قلق الامتحان .
- ازداد أهمية هذا البحث بالنسبة للطلاب في كيفية التعامل مع هذه المشكلة .

يعد القلق من الظواهر النفسية القديمة التي رافقت الانسان منذ نشأته بسبب ما نعيشه من تغييرات وضغوط جعلت الانسان يشعر بأن القلق يرافقه في كل جوانب حياته غير أن جانباً من هذا القلق يمكن أن يكون خلافاً إيجابياً ، أما الجانب الأكبر فهو القلق الذي يعصف بمواهب الانسان وإبداعاته ، ولذلك ليس بالمستغرب أن يكون هناك أجماعاً في الرأي لدى معظم علماء النفس أن القلق هو المرتكز الأساس لجميع الأمراض النفسية ، ويلعب كذلك دوراً مهماً ودافعاً واضحاً في تحقيق الانجازات الإيجابية في حياة الانسان . ولقد تركزت أبحاث القلق ودراساته العديد حول القلق العام ، إلا أنه بالرغم من الاهتمام الكبير الذي أبداه الباحثون بالقلق العام ، ظهر أيضاً الاهتمام النسبي بدراسة أنواع أخرى من القلق مثل : قلق الاختيار بوصفه شكلاً محدوداً من القلق المرتبط بمواقف التقويم والتقدير وتشير نتائج البحوث النفسية الى الدور المهم الذي يشكل مستوى القلق في التعليم ، حيث تبين أن القلق المرتفع ، والقلق المنخفض كليهما من معوقات الطلاب عن التحصيل وتحقيق الأهداف ، فالقلق المرتفع يضعف التفكير ويؤثر على التحصيل ، ويؤدي القلق المنخفض الى ضعف الدافعية والاهتمام وعدم المبالاة ، أما القلق المتوسط فيعد من الطاقات الدافعة للعمل والأداء والانتجاز ، وفي هذا الاتجاه يتضح أنه كلما زاد القلق بشدة يتدهور المستوى التحصيلي للطلاب . (العتيبي ، ٢٠١٦ ، ص٦٥٦) ، ويعد قلق الامتحان متغيراً من المتغيرات التي قد تؤثر على تحصيل الطالب بصفة عامة ، وتظهر أهمية قلق الاختيار من أهمية المواقف التي يتعرض لها الطالب في المجتمع ، فالتحاقه بالجامعة والحصول على وظيفة والترقي ، ماهي إلا نماذج من المواقف التي قد يمر بها ، والتي لا يحصل عليها إلا بعد اجتيازه الاختبارات الخاصة به ، وهذا يعني أن قلق الامتحان يتخذ أهمية خاصة نظراً لارتباط الشديد بتحديد مصير الطالب ومستقبله الدراسي والعلمي ومكانته في المجتمع . (زهرا ، ٢٠٠٠ ، ص٩٥)

## الفصل الأول :

### مشكلة البحث:

رافق القلق الانسان منذ بدء الخلقية حتى يومنا هذه الا أن حجم الاحساس بالقلق أو عدد مثيراته تبعا لارتقاء الانسان في مسيرته حياته والبيئة التي يعيش بها.(العكيلي، ٢٠٠٠، ص١)، حيث تتسم حياة الانسان بالتعقيد وأسبابها وأساليبها والسرعة في التغير نتيجة التطور العلمي الهائل ولاشك ان الحياة على هذا النسق لاتخلو من التوتر والضيق والقلق والخوف، وذلك لما يسببه القلق من ضغوط نفسية على الأفراد في مختلف مراحلهم الانمائية سواء كان ذلك في مراحلهم التعليمية أم المهنة أم الحياتية ويعتبر قلق الامتحانات من أنواع القلق النفسي للطلاب ويكون على شكل درجات ونسب متفاوتة لديهم وحسب المرحلة الدراسية وثقة الطالب بنفسه ودرجة الكمال بمعرفته بالحياة العامة والبيئة التي ترعرع بها . لذا يعد قلق الامتحان مصدراً مخيفاً لذات الطالب ومسبباً لكثير من المشكلات كعد قدرته على الإجابة ونسيان المادة الامتحانية وارتبائه في التعبير عندما يرغب في الإجابة على الاسئلة الامتحانية فضلاً عن ذلك يسبب قلق الامتحان ومتاعبه نظرة دونية للطلاب حيث يرى في نفسه عدم الثقة وقلة الكفاءة الدراسية وتأجيل الامتحانات عندما يأتي

- (الصباغ ، ١٩٩٧) يعرفها ، حالة انفعالية مؤقتة تلازم الطالب في مواقف الامتحان تتميز بظهور اعراض جسمية و اضطرابات نفسية تؤثر في العمليات العقلية فتسبب صعوبة في استرجاع المعلومات قبل الامتحان أو اثناؤه . ( الصباغ ، ١٩٩٧ ، ص١٦ )  
- (الشوشان ، ٢٠٠٤) فيعرفها سمة في الشخصية في موقف محدد ويتكون من الانزعاج والانفعالية ، وهما ابرز عناصر قلق الامتحان ، ويحدد الانزعاج على انه اهتمام معرفي للخوف من الفشل وتحدد الانفعالية على أنها ردود افعال للجهاز العصبي . ( الشوشان ، ٢٠٠٤ ، ص٥)  
- أما تعريف الاجرائي لقلق الامتحان يعرف بأنه : هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس قلق الامتحان المصدر لاغراض هذا البحث.

### الفصل الثاني : الاطار النظري والدراسات سابقة :

#### المحور الاول: الاطار النظري:

##### القلق الامتحاني :

يعد القلق من الانفعالات الانسانية الاساسية وجزءاً طبيعياً في كل اليات السلوك الإنساني وهو يمثل أحد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد ومستقبله ، و إضافة الى تأثير السليبي في مجالات الحياة المختلفة ، أذ يعتبر القلق من العوامل الرئيسية المؤثرة في الشخصية الإنسانية ، وهو بمثابة المرض الجوهري المشترك في الاضطرابات النفسية بل و في امراض عضوية مختلفة ، ولو تطلع الإنسان الى ماضي حياته لوجدها سلسلة متعاقبة من حالات القلق تقل وتزيد تبعا لإحداث الحياة والتطور الحضاري والتكنولوجي . ( المشيخي ، ٢٠١٣ ، ص٢٥٤ )  
وقد أدرك علماء النفس منذ الخمسينيات أهمية دراسة العلاقة بين القلق والتعلم وكشفت نتائج الدراسات النقاب على أن بعض الطلاب ينجزون أقل مستوى من قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتقويم كموقف الامتحانات واطلقوا على القلق في هذه المواقف تسمية القلق الامتحاني باعتبار يشير الى نوع القلق العام الذي يظهر في مواقف معينة مرتبطة بموقف ( *Test Anxiet* ) الامتحانات والتقويم بصفة عامة حيث نجد الطلاب في هذه المواقف يشعرون بالاضطراب والتوتر والضيغ .(عبدالرحيم ، ١٩٨٩ ، ص٥٤)  
نظريات القلق :

فسر اصحاب النظريات النفسية القلق تفسيرات مختلفة ،ارجعوه إلى عوامل مختلفة ، وفيما يأتي نستعرض آراء بعض المنظرين في القلق بحسب المدارس النفسية المختلفة .

##### أولاً : نظرية التحليل النفسي :

فسر اصحاب النظرية القلق بأنه تهديد متواصل ينذر بالخطر فقد أرجعه (فرويد ) الى التهديدات المتزايدة التي تزيد من شعور الفرد بالخطر ، إما ( ادلر ) فقد ذهب إلى إن القلق راجع الى مشاعر النقص وعقدته الذي تحدده نقائصه الجسمية أو العقلية أو الاجتماعية سواء كانت حقيقة أو وهمية أذ إن عقدة النقص التي يشعر بها الفرد قد تكون وهمية وغير حقيقة . (عبدالطلب ، ١٩٩٨ ، ص١٢١)

- تزويد طلبة بالمعلومات الكافية من التحصيل الأكاديمي لكي لا يقعوا في مشاكل نفسية خاصة القلق النفسي .  
- أيضا من شأنه توفير المعلومات الضرورية للطلاب والمؤسسات العلمية والجهات ذات الصلة بغية الوقوف على المشكلات الاجتماعية والجوانب النفسية للطلاب ومن ثم العمل تقديم المساعدات اللازمة من حيث الخدمات الاجتماعية والإرشادية والنفسية اللازمة .  
أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

١. ما مستوى القلق الامتحاني لدى طلاب كلية التربية بقسم جغرافية بجامعة كرميان؟  
٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية بقسم جغرافيا تبعاً لمتغير النوع؟  
حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية قسم الجغرافيا للدراسات الصباحية على وفق متغير النوع ( الذكور الاناث للعام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠ )

##### تحديد المصطلحات :

##### \*القلق :

يعرف ( رضوان ، ٢٠٠٢ ) هو عبارة عن ردة فعل الفرد على الخطر الناجم على فقدان أو الفشل الواقعي أو المتصور و المهم شخصيا للفرد ، حيث يشعر بالتهديد جراء هذا الفقدان أو الفشل . ( رضوان ، ٢٠٠٢ ، ص٢٦٦ )

يعرف ( الجلاي ، ٢٠٠٨ ) القلق بأنه عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تفزو عقله قوى و خيالات غير معقولة ، صادرة عن اللاشعور الجمعي ، فهو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي مازالت باقية من حياة الانسان البدائية . ( الجلاي ، ٢٠٠٨ ، ص٢٨٧ )

يعرف ( الخالق ، ٢٠١٣ ) ، بأنه خبرة وجدانية مكدره يمكن وصفها بأنها حالة من التوتر والاضطراب وعدم الاستقرار والخوف وتوقع الخطر .(عبدالخالق ، ٢٠١٣ ، ص٤٢)

تعريف (مصطفى، ٢٠١٥) القلق هو رد فعل طبيعي لرؤية شيء مخيف أو خطير. فهو ما يشعر به الفرد عندما يكون في مأزق أو تحت ضغوط نفسية أو عند مواجهة أي خطر من أي نوع سواء كان جسماً أو وجدانياً أو ذهنياً. (مصطفى، ٢٠١٥، ص١٢)

##### \*قلق الامتحان :

##### عرفة كل من :

- (شعيب ، ١٩٨٨) بأنه الحالة التي يصل اليها نتيجة الزيادة في التوتر والخوف في اداء الاختبار و ما يصاحب الحالة هذه حالة من اضطرابات لديه في النواحي العاطفية والمعرفية والسيولوجية . (شعيب ، ١٩٨٨ ، ص١)

النفسية ينبغي إن تتوجه إلى الكائن الإنساني السليم و ليس إلى الأفراد العصبيين أو الذهائين . ( sgaffer, 1978, p33 )  
ويرى (روجرز) إن القلق ينشأ من عدم التطابق بين الذات والخبرة ، فأن الشخص يكون سء التوافق أو يكون معرضا للقلق والتهديد ومن يسلك سلوكا دافعا أي إن الفرد يعايش القلق حين يواجه حدثا بنية ذاته . ( الشناوي ، ١٩٩٤ ، ص٢٨٤ )

سادسا : نظرية القلق في المواقف الاختبارية :

يرى اصحاب هذه النظرية إن الطلبة في مواقف الامتحانات إما أن يظهرها دوافع أنجاز العمل فيتحسن أداؤهم ويحصلون على درجات عالية في التحصيل المدرسي أو يظهرها دوافع إثارة القلق فينشطوا بها عن الإجابة عن أسئلة الامتحانات فيحصلوا على درجات متدنية في التحصيل . ( جاسم، ١٩٨٦ ، ص٣٢-٣٣ )

تقوم نظرية القلق في المواقف الاختبارية وفقا لرأي ( ماندلرو ساراسون ) على نموذج التداخل الذي يرى إن القلق يولد من أستجابات غير مناسبة نحو الواجبات (المهام ) داخل موقف الامتحانات الانشغال بالنجاح أو التفكير في ترك الدراسة ، هذا الانشغال يتداخل مع الاستجابات المناسبة للمهام والضرورة للأداء الجيد في الامتحانات كما تقتض هذه النظرية إن تأثير قلق الامتحانات على الأداء يحدث في وقت الامتحان نفسه ، حيث يتداخل القلق في أثناء الامتحان من قدرة الطالب على أسترجاع المعلومات لديه . ولهذه النظرية مجموعة النقاط من جانب قلق الامتحان وهي كالآتي:

- ١- التمرکز حول الذات ، ونقص الثقة بالنفس .
- ٢- الاتجاهات السالبة لدي الطلاب والمعلمين والوالدين نحو الامتحانات .
- ٣- صعوبة الامتحانات والشعور بان المستقبل يتوقف على الامتحانات .
- ٤- الضغوط البيئية ، وخاصة الأسرية ، لتحقيق مستوي طموح لا يتناسب مع قدرات الطالب .
- ٥- الضغوط المباشرة ، حين يتعرض الطالب للتهديد أو يواجه الفشل.
- ٦- محاولة إرضاء الوالدين والمعلمين والمنافسة مع الرفاق .
- ٧- اكتساب قلق الامتحان حين يقترن بمثيرات منفرة مثل التقييم الاجتماعي السالب ، المصاحبات الفسيولوجية غير السارة
- ٨- العجز المتعلم وتوقع الفشل ونقص السيطرة . ( الهواري ، ١٩٨٧ ، ص١٧٥٩ )

مصادر قلق الامتحان :

يشير التريويون في هذا المجال أن لقلق الامتحان مصادر متعددة منها مايلي :

- ١- طموحات وتوقعات و اهتمامات بالأسرة .
- ٢- استعداد الطالب نفسه .
- ٣- المعلم وطرائق التدريس .
- ٤- طرائق التقويم المتبعة والظروف المحيطة بالامتحانات .
- ٥- عادات الدراسة الجيدة ( الطيب ، ١٩٩٦ ، ص٩٨ )

المحور الثاني:

الدراسات سابقة :

١.دراسة (Bender.Betz) (1981)

و يذهب الفرنسي ( ادلر ) إلى أن هدف الانسان هو التفوق على غيره و حين يفشل يشعر بالقلق إما ( كارين هورني ) فتري إن نظرية (فرويد) لاتولى العوامل الاجتماعية الأهمية التي تسحقها و تقول أنه لايمكن إدراك طبيعة القلق دون فهم الظروف الاجتماعية التي ينشأ فيها . ( بن علو ، ٢٠٠٢ ، ص٨٣ )

ثانيا : النظرية الوجودية :

يرى الوجوديون أن الانسان دائما وأبدا يعيش للمستقبل وير (رولومي) إن القلق يصاحبه تهديدا لعلاقات الفرد الاجتماعية و بعض القيم التي يتمسك بها و يعتقد بأنها مهمة لوجوده ، و مما ينتج عن ذلك من إحباط و صراع يؤدي إلى شعور الفرد بالقلق . إما ( كير كجارد) فيرى إن الفرد لايمكن أن تحقق له شخصيته مالم يعيش القلق و يعانیه في حياته التي يحياها الان . إن ما يميز الإنسان عن غيره هو رؤيته للمستقبل فهو يعيش الماضي في الحاضر من أجل المستقبل ، و إذا لم يجد لنفسه مستقبلا فأته يصاب بالقلق ثم اليأس و الاكتئاب . ( عبدالمعتم الحنفي ، ٢٠٠٢ ، ص٤٠٤ )

ثالثا : النظرية السلوكية :

يرى (مورد) إن القلق سلوك مكتسب وقسره على أنه يحدث بسبب كبت يرى (مورد) إن القلق سلوك مكتسب وقسره على أنه يحدث بسبب كبت ( أنا الأعلى ) وليس كبت (الهو) على مافسره وفرويد وقال لاينتج القلق من الافعال التي يتجرا على إثباتها وكبتها بل من الافعال التي ارتكها ولم يرضى عنها .

إما ( ولب ) فقد وصف القلق بأنه أمر مؤلم وغير سار يؤدي إلى السلوك الذي يمكن إن يوصف بسوء التوافق بسوء التوافق الذي يكتسب ويثبت عن طريق التعلم ، ويرى آخرون من السلوكين أن القلق سلوك متعلم أو استجابية خوف أشرطية مكتسبة من حيث تكوينها ونشأتها ، ويرون إن هذه الاستجابة تستثار بمثير محايد ليس شاتنه ولا في طبيعته أصلا ما يثير الشعور بالقلق إلا إن هذا المثير المحايد يكتسب القدرة على أستدعاء القلق بمثير طبيعي وفقا لعملية الأشرط ، ولقوانين التعلم . ( عبدالمطلب أمين ، ١٩٩٨ ، ص١٢٢ )

رابعا : نظرية قلق الحالة - السمة :

قلق سمة ، يشير إلى اساليب إستجابة ثابتة نسبياً تميز شخصية الفرد، اي أن القلق المشار في هذه الحالة يكون مرتبطة بشخصية الفرد ولذا يرتبط التفاوت في درجة قلق سمة أكثر بشخصية الفرد و الفروق الفردية التي تميزه ، و هذا النوع من القلق هو الأكثر ارتباطا بالصحة النفسية للفرد ( مصطفى، ٢٠١٥، ص١٩ ) . أما قلق الحالة فهو حالة انفعالية مؤقتة زائلة يشعر بها الفرد حين يتعرض الى موقف يدرك فيه تهديدا ، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي و توتر عضلاته ويستعد لمواجهة هذا التهديد ، أي أن حالة القلق غير ثابتة تتغير المواقف و يزول بزاول التهديد (العكايشي ، ٢٠٠٠ ، ص٢١ )

خامسا : النظرية الانسانية :

يرى أصحاب هذه النظرية إن الإنسان كائن بشري متميزة وفريد خصائصه الايجابية كالإدارة و حرية الاختيار والمبادئ والتقليدية والمسئولية ، وتحقيق الذات ، ولانفتاح على الخبرة ، إن الدراسة

منصفة حسب مستوى قلق الاختيار او مستوى الصعوبة . (الداهري ، ٢٠٠١، ص٢١)

٤.دراسة الطبري (١٩٩٢) بعنوان " قلق الامتحان و بعض المتغيرات لدى طالبات الجامعة" هدفت هذه الدراسة الى الاجابة عن بعض التساؤلات حول قلق الامتحان و بعض المتغيرات لدى طالبات الجامعة مثل المستوى الدراسي ، والخصص و المعدل التراكمي ، و قد اشتملت عينة الدراسة على (١٤٨) طالبة من تخصصات مختلفة في جامعة الملك سعود بالرياض ، و طبقت الأداة من أعداد الباحث لقياس قلق الامتحان ، و كذلك جرى التأكد من صدق الأداة و ثباتها على عينة من الطالبات ، وقد تبين من نتائج الدراسة أن هناك فروقا بين الطالبات في المستويات الدراسية المختلفة فيما يتعلق بقلق الاختيار ، وفي الوقت نفسه لا توجد فروق دالة احصائيا بين ذوي التخصصات الدراسية المختلفة في قلق الامتحان ، أما فيما يخص بالمعدل التراكمي فقد تبين أن طالبات المستويات الدراسية المختلفة يوجد بينهم فروق في المعدل التراكمي ، إلا أن هذه الفروق لا توجد بين طالبات التخصصات الدراسية.(الطبري، ١٩٩٢، ص٤١)

٥.دراسة العجمي (١٩٩٩) بعنوان " العلاقة بين القلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات بالإحساء (الأقسام الأدبية) " اجريت الدراسة في مملكة العربية السعودية ، و استهدفت معرفة العلاقة بين قلق الامتحان و التحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات بالإحساء للأقسام الأدبية و درجة القلق لديهن ، أشتملت العينة (٥٠٠) طالبة و تم استخدام اختبار قلق الامتحانات من اعداد (عبدالرحيم، ١٩٨٩) مكون من ( ٢٠ ) فقرة و بعد تحليل البيانات احصائيا ، اظهرت النتائج ما يأتي : تعاني طالبات كلية التربية من قلق الامتحان بدرجة متوسطة بالإضافة الى انه توجد علاقة ارتباطية سالبة وذات دلالة احصائية بين قلق الامتحان و التحصيل الدراسي لدى طالبات الكلية ( العجمي ، ١٩٩٩ ، ص١٤-١٥)

٦.دراسة *wachelka & katz* (١٩٩٩) بعنوان"تخفيض قلق الامتحان وتحسين المستوى الاكاديمي لكل من طلبة الثانوية العامة وطلبة الكليات ممن يعانون من صعوبات تعليمية" اجريت الدراسة في امريكا ، واستهدفت تخفيض قلق الامتحان وتحسين المستوى الاكاديمي لكل من طلبة الثانوية العامة وطلبة الكليات ممن يعانون من صعوبات تعليمية ، استخدام اختبار المجموعة الضابطة العشوائية المطبق عليها الاختبار القبلي والبعدي من أجل التعرف على فاعلية المعالجة السلوكية المعرفية لتخفيض مستوى قلق الامتحان و تحسين المستوى الاكاديمي للطلبة الذين يعانون من صعوبات في التعلم وارتفاع نسبة القلق والتوتر في الاختبارات ، وبعد تحليل البيانات احصائيا أظهرت النتائج .

- وجود انخفاض واضح في مستوى قلق الامتحان لدى طلبة المجموعة التجريبية في درجاتهم عندما اجابوا عن اسئلة قائمة قلق الامتحان . وان هذا الانخفاض يحدث سريعا ، عند استخدام الطرق المعرفية والسلوكية .

- تحسن ملحوظ قد تم قياسه في مهارات الدراسة والتقدير الذاتي الأكاديمي عند قياس ذلك بواسطة مقياس العادات الدراسية

بعنوان " الجنس وعلاقته بقلق السمة في مادة الرياضيات وعلاقته بقلق الامتحان" هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين كل من الجنس ودور الجنسين بقلق السمة في الولايات المتحدة الأمريكية، كما شملت تلك الدراسة قياس قلق مادة الرياضيات قلق الامتحان بالإضافة إلى قياس سمة القلق لدي عينة قوامها ( ٥٦ ) طالباً ، وقد قام الباحث ببناء مقياس لقلق الامتحان وتطبيقه على عينة البحث الأساسية بعد استخراج الثبات للمقياس. أما أهم الوسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة فكانت ( الاختيار التائي لعينتين مستقلتين و معامل ارتباط بيرسون و سييرمان براون) ، و اهم النتائج التي توصلت اليها هذه الدراسة هناك فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث، أي أن الإناث تكون أكثر قلقاً. (Bender.Betz, 1981)

٢.دراسة Hunsley(1985)

بعنوان " العلاقة بين قلق الامتحان والأداء الأكاديمي " هدفت الدراسة تأثير قلق الامتحان على اداء طلبة الجامعة في موقف الامتحان. وكذلك تقويمهم المعرفي لهذا الأداء، اي كيف يقدر الطلبة القلقون في الامتحان اداهم وكيف يفسرونه في مواقف التقويم الذاتي، تكونت عينة الدراسة من (٦٢) طالباً و طالبة من المسجلين في مساق الإحصاء في جامعة هوسب في كندا، و يتطلب هذا المساق العديد من الاختبارات، و لقد افترض في هذا البحث و وفقاً للنظريات المعرفية في قلق الامتحان، ان القلق الامتحان يرتبط باتساق مع توقعات التقديرات المنخفضة، وادراك عدم الاعداد الجيد للامتحان، وتقديرات الذات المنخفضة والمستويات المرتفعة من القلق قبل الامتحان، و بتقدير توقعات الطلبة واراتهم وإنجازاتهم الفعلية في أربعة امتحانات متتالية، اشارت النتائج إلى أن قلق الامتحان يرتبط بالأداء السيء في الامتحان سواء في بداية الفصل الدراسي او في نهايته، حيث كانت العلاقة سلبية بين قلق الامتحان و الاداء على الاختبار الأول والثالث والرابع . وكلها كانت ارتباطات دالة عند مستوى (٠٠٠٥)، كما تبين ان هذه العلاقة غير مرتبطة بصعوبة الامتحان، و عند ضبط حالة القلق ظهرت العلاقة بين قلق الامتحان والأداء من خلال المراحل المتأخرة في المساق إذ بينت الارتباطات الجزئية بين قلق الامتحان والاداء ضبط حالة القلق بأنها غير دالة احصائياً عند مستوى (٠٠٠٥)، في الاختبارين الأول والثاني، في الاختبارين الثالث والرابع ، كما أجرى تحليل الانحدار المتعدد للكشف عن العلاقة المنحنية بين القلق الامتحان والاداء، ولم تثبت مثل هذه العلاقة.(Hunsley,1985)

٣.دراسة عودة (١٩٨٨) بعنوان " أثر تغير الإجابة على علامات الطلبة وعلاقة هذا التغير بقلق الامتحان وصعوبة الفقرات لدى الجامعة الأردنية" أجريت الدراسة في الأردن، واستهدفت معرفة أثر تغير الإجابة على علامات الطلبة وعلاقة هذا التغير بقلق الامتحان و صعوبة الفقرات لدى الجامعة الأردنية ، اشتملت عينة البحث ( ٢١١ ) طالبا و قد استخدم الباحث (مقياس سارسون) لقلق الاختبار و صنف الطلبة حسب مستوى القلق الى ( ٣ ) فئات كما صنف الفقرات حسب مستوى الصعوبة الى ( ٣ ) فئات و بعد تحليل البيانات إحصائيا أظهرت النتائج ما يأتي : وجود فروق في حجم التغير بين الاتجاهين الإيجابي والسلبي لصالح التغير الإيجابي الا ان نتائج التحليل الإيجابي لم تظهر فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التغيرات الكلية أو التغيرات الإيجابية

والاتجاهات ومقياس كوبر سميث للتقدير الذات . ( سعادة وآخرون ، ٢٠٠٤ ، ص١٨٣-١٨٤).

### الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته :

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي اتبعتها الباحثة في تحقيق أهداف بحثها بدءاً من وصف المجتمع وأسلوب اختيار العينة واختيار المقياس وإجراءات التطبيق .

#### أولاً : مجتمع البحث : *Research population*

تحديد مجتمع البحث الحالي بطلبة قسم الجغرافية في كلية التربية جامعة كرميان وكلتا الجنسين للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) ، اذا بلغ مجموع طلبة قسم الجغرافية في كلية التربية من ذكور وإناث وجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

طلبة قسم الجغرافية في كلية التربية موزعة على وفق متغير النوع للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠)

عدد الذكور	عدد الإناث	المجموع
١١٣	٢٣٠	٣٤٣

ثانية : عينة البحث :

تعرف العينة بأنها جزء من المجتمع ، وتنسحب على وفق قواعد وطرائق عملية لتمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً ، ( الخفاجي ، ١٩٩١ ، ص٧٧) ، اختيرت عينة البحث بالأسلوب عشوائي ، اعتمدت الباحثون في اختيار عينة البحث على الطريقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي من طلبة وطالبات قسم الجغرافيا و بأعداد متساوية اذا تم اختيار (٩٠) طالب وطالبة جامعي من طلبة الجغرافيا بالتساوي على وفق متغير النوع (٤٥) ذكور و(٤٥) من الإناث وجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

عينة البحث التطبيقية على وفق متغير النوع لقسم الجغرافيا

الذكور	الإناث	المجموع
٤٥	٤٥	٩٠

ثالثاً : أداة البحث :

لغرض بناء البحث قام الباحث بإجراء الخطوات الآتية :

أولاً : اطلع الباحثون على الأدبيات ذات العلاقة بالموضوع للاستفادة منها صياغة فقرات أداة البحث الحالي والإطلاع على شروط بناء الاستبيانات والمقياس في أدبيات مناهج البحث في التربية وعلم النفس . يتكون المقياس من (٣٠) فقرة تمثل كل واحد منها استجابة سلوكية وتتكون الإجابة عن كل فقرة في خمسة مستويات تتراوح بين (١-٥) وفق للتقدرات الفئوية المتدرجة ( دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً ) وتدل الدرجة العالية على ارتفاع مستوى القلق والدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى القلق .

التطبيق الاستطلاعي :

قام الباحثون بالتجربة الاستطلاعية لغرض التعرف على مدى وضوح مقياس مستوى القلق الامتحاني على عينة من الطلبة البالغ عددها (٣٥) الطلبة من قسم التربية وعلم النفس للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) وذلك لتأكد من :

- وضوح التعليمات

- الزمن المستغرق في الإجابة

طلاب المجموعة الاستطلاعية وجدوا بأنهم قادرين على استخدام ورقة الإجابة فضلاً عن استيعابهم للتعليمات وفهمهم لفقرات المقياس إذ تراوح الوقت المستغرق للإجابة بين (٣٢-٤٠) دقيقة بمتوسط (٣٦) دقيقة .

مؤشرات صدق المقياس وثباته :

يعد الصدق من الخصائص المهمة اللازمة لبناء الاختبارات والمقياس ويقصد بالصدق عندما يقيس ما وضع من أجل قياسه ( جابر ، ١٩٨٣ ، ص١٢٦ ) . و معنى ذلك إن الاختبار الصادق هو الذي يقيس الصفة التي وضع بالأساس لقياسها ( سلامة . ٢٠٠٠ ، ص١٥٦ ) لذلك عرض الباحثون هذا المقياس على (٥) خياراً للتعرف على مدى صلاحية فقراته في قياس الهدف الذي وضع لأجل قياسه . بعد ذلك اطلع الباحثون على ملاحظات الخبراء حول مكونات المقياس واخذ بها ، إذ تم حذف (٢) فقرة وتعديل (٢) فقرات ، وبذلك أصبح المقياس بصيغة النهاية يتكون من (٣٠) فقرة و لكل فقرة (خمسة بدائل) . يعد الثبات من خصائص المقياس الجيد ، ويشير لتساق الدرجات التي جمعت من الأفراد انفسهم عندما تطبيق المقياس عليهم مرة أخرى أو تحت ظروف أخرى ( عودة ، ١٩٩٢ ، ص١٩٤ ) ، و هناك طرائق عديدة لقياس الثبات ، تم إيجاد ثبات الاداة بطريقة التجزئة النصفية إذ قسمت الفقرات إلى فردية وزوجية و باستخدام معامل ارتباط بيرسون بلغ معامل الثبات (٠,٨١) وهو معامل ثبات مقبول لأغراض الدراسة.

رابعا : الوسائل الإحصائية :

استخدام الباحثون الوسائل الإحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابي

- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين : لإيجاد الفروق في القلق الامتحاني بحسب المتغير الجنس ( ذكور ، اناث ) .

- معامل ارتباط بيرسون لإيجاد الثبات بطريقة التجزئة النصفية.

#### نتائج البحث:

فيما يلي عرض للنتائج التي توصلت إليها الدراسة وتفسيرها مرتبة حسب أسئلة الدراسة، ولتوخي الدقة والموضوعية في تحديد مقياس القلق الامتحاني لدى طلاب كلية التربية بجامعة كرميان في السؤال الأول. قام الباحثون بإيجاد القيم الحسابية الفعلية للخيارات المتاحة لعينة الدراسة للإجابة عن بنود المقياس وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي ( كبيرة جداً= ٥ درجات، كبيرة = ٤ درجات، متوسطة= ٣ درجات، قليلاً= ٢ درجات، لاتنطبق علي = درجة واحدة) ، وتم تحديد طول المدى كما يلي: المدى = ٥-١= ٤ ، طول الفئة = ٥÷٤= ٨,٠ ، وبذلك يصبح تقسيم مدى متوسطات إجابات أفراد العينة كما يشير جدول (٤).

جدول (٤)، متوسطات الوزن النسبي لإجابات العينة وفقاً للمقياس الخماسي

الفئة العددية للمتوسط الحسابي	التقدير
١,٨٠-١	ابدا
٢,٦٠-١,٨١	نادراً
٣,٤٠-٢,٦١	احيانا
٤,٢٠-٣,٤١	غالبا
٥-٤,٢١	دائما

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل إليها بعد تحليل إجابات الطلبة على وفق أهداف البحث ، ثم تفسيرها ومناقشتها في ضوء الأطار النظرية و الدراسات السابقة . وتقديم عدد من التوصيات والمقترحات وعلى نحو آتني :

\*إجابة السؤال الأول: ونصه " ما مستوى القلق الامتحاني لدى طلاب كلية التربية بقسم جغرافية بجامعة كرميان " للإجابة عن السؤال، وتم استخراج المتوسطات الحسابية للإجابات العينة عن درجة القلق الامتحاني ، وكذلك حساب المتوسط العام لهذه العبارات كالتالي:

جدول (٤) المتوسطات إجابات العينة عن درجة القلق الامتحاني لدى طلبة قسم الجغرافية في أداء الاختيار الامتحان.

رقم الفقرة	الفقرات	درجة قلق					المتوسط الحسابي	الرتبة	مستوى قلق
		دائماً	غالياً	احياناً	نادراً	ابدأ			
٢٩	أجد صعوبة في استيعاب دروسي وقت الامتحانات	٢٠ %٢٢,٢	١٤ %١٥,٥	١٥ %١٦,٦	٢٣ %٢٥,٥	١٥ %١٦,٦	٣,٩١	١	غالبا
١٤	فترة الامتحانات هي من أصعب الأوقات لدي	٤٤ %٤٨,٨	١٠ %١١,١	٢١ %٢٣,٣	٧ %٧,٧	٨ %٨,٨	٣,٨٣	٢	غالبا
٢٨	أشعر بالضيق لتدخل بعض المعلومات لدي وقت الامتحان	٢٦ %٢٨,٨	٢٨ %٣١,١	٢١ %٢٣,٣	٧ %٧,٧	٨ %٨,٨	٣,٧١	٣	غالبا
١	تنتابني حالة من الخوف بمجرد أن يبدأ الامتحان	٣٣ %٣٦,٥	٩ %١٠	٣٠ %٣٤	١٠ %١١	٨ %٨,٥	٣,٥٤	٤	غالياً

غالباً	٥	٣,٥٤	١٥ %١٦,٦	٨ %٨,٨	١٢ %١٣,٣	٢٣ %٢٥,٥	٣٢ %٣٥,٥	٢٢	أشعر بالارتباك والتوتر عند سماعي لكلمة الامتحان
غالباً	٦	٣,٥٢	١٦ %١٧,٧	١٠ %١١,١	١٤ %١٥,٥	٢٦ %٢٨,٨	٢٢ %٢٤,٤	٥	اعاني من صعوبة في النوم ليلة الامتحان
نادراً	٧	٣,٤٥	٦ %٦,٦	٦ %٦,٦	٣٥ %٢٣,٣	٢٧ %٣٠	١٦ %١٧,٧	١٨	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات السليمة أثناء فترة الامتحانات
احياناً	٨	٣,٤٢	١٣ %١٤,٤	١٢ %١٣,٣	٢٤ %٢٦,٦	٢٦ %٢٨,٨	١٥ %١٦,٦	٧	اشعر بالضيق قبل الامتحان
احياناً	٩	٣,٣٤	١٤ %١٥,٥	١١ %١٢,٢	٢٠ %٢٢,٢	٢٠ %٢٢,٢	٢٥ %٢٧,٧	٢٤	ينتابني الشك في قدرتي على الجابة عن بعض أسئلة الامتحان
احياناً	١٠	٣,٢٥	١٣ %١٤,٤	١٤ %١٥,٥	٢٠ %٢٢,٢	٢٣ %٢٥,٥	٢٠ %٢٢,٢	٣٠	أجد صعوبة في تناول الطعام والبلع صباح يوم الامتحان
احياناً	١١	٣,٢٠	١٠ %١١,١	١٥ %١٦,٦	٢١ %٢٣,٣	٢٤ %٢٦,٦	٢٠ %٢٢,٢	٤	تتوتر اعصابي حين توزع اسئلة الامتحان
احياناً	١٢	٣,١٦	١٤ %١٥,٥	١٧ %١٨,٨	١٩ %٢١,١	٢٠ %٢٢,٢	٢٠ %٢٢,٢	١٩	أجد صعوبة في انتظام تفكيري أثناء أداء الامتحانات
احياناً	١٣	٣,١٦	٢١ %٢٣,٣	١٥ %١٦,٦	١٦ %١٧,٧	٢٠ %٢٢,٢	١٧ %١٨,٨	٢٦	تتزايد سرعة ضربات قلبي وقت الامتحانات
احياناً	١٤	٣,١٣	١٤ %١٥,٥	١٥ %١٦,٦	٢٣ %٢٥,٥	٢١ %٢٣,٣	١٧ %١٨,٨	٣	اشعر باضراب في معدتي قبل الامتحان
احياناً	١٥	٣,١٣	١٨ %٢٠	١٢ %١٣,٣	١٧ %١٨,٨	٢٦ %٢٨,٨	١٧ %١٨,٨	٢٣	أعاني من عدم تنظيم الورقة في الاجابة
احياناً	١٦	٣,١١	١٢ %١٣,٣	٣١ %٣٤,٤	٧ %٧,٧	١٥ %١٦,٦	٢٥ %٢٧,٧	١٣	أفكر في النتائج المترتبة علي رسوبي بالامتحان
احياناً	١٧	٣,٠٦٦	١٥ %١٦,٦	١٠ %١١,١	٣٥ %٣٨,٨	١٤ %١٥,٥	١٦ %١٧,٧	٢٥	اشعر بعدم القدرة على التركيز وقت الامتحان
احياناً	١٨	٣,٠٥٥	١٨ %٢٠	١٩ %٢١,١	١٢ %١٣,٣	٢٢ %٢٤,٤	١٩ %٢١,١	٢٧	أشعر بالقلق من الجو المتوتر بالأسرة وقت الامتحانات
احياناً	١٩	٣,٠٦	٢١ %٢٣,٣	١٢ %١٣,٣	١٥ %١٦,٦	٢٤ %٢٦,٦	١٨ %٢٠	٦	اقوم بحركات لا ارادية عند جلوسي على مقعد الامتحان
احياناً	٢٠	٣,٠٤	٢٧ %٣٠	١٢ %١٣,٣	١٢ %١٣,٣	١٨ %٢٠	٢٣ %٢٥,٥	٢٠	خوف من الرسوب يعيق أدائي في الامتحانات
احياناً	٢١	٣,٠٢	١٥ %١٦,٦	١٢ %١٣,٣	٣٥ %٣٨,٨	١٢ %١٣,٣	١٦ %١٧,٧	٢	أثناء الامتحانات ينتابني تفكير في نهاية الدراسة بالجامعة
احياناً	٢٢	٣	٢٠ %٢٢,٢	١٩ %٢١,١	١١ %١٢,٢	٢١ %٢٣,٣	١٩ %٢١,١	١٢	بعد الانتهاء من الامتحان اشعر بالضيق لمراجعة اجاباتي
احياناً	٢٣	٣	١٥ %١٦,٦	٢٠ %٢٢,٢	٢٦ %٢٨,٨	١٣ %١٤,٤	١٧ %١٨,٨	١٥	أرفض المناقشة مع الآخرين وقت الامتحانات
احياناً	٢٤	٢,٩٨	١٣ %١٤,٤	٢١ %٢٣,٣	٢٥ %٢٧,٧	١٦ %١٧,٧	١٥ %١٦,٦	١٠	عند بداية الامتحان اشعر انني انسى المعلومات التي كونت اتذكرها
احياناً	٢٥	٢,٩٨	١٨ %٢٠	١٨ %٢١,١	٢٠ %٢٣,٣	١٥ %١٧,٧	١٩ %٢١,١	٢١	خوفي يجعلني لا أستطيع قراءة



			٢٠%	٢٠%	٢٢.٢%	١٦.٦%	٢١.١%	ورقة الاسئلة بدقة	
احيانا	٢٦	٢,٩٧	١٥ %١٦.٦	٢٠ %٢٢.٢	٢١ %٢٣.٣	٢٠ %٢٢.٢	١٤ %١٥.٥	أحب الجلوس بمفردى أثناء فترة الامتحانات	١٦
احيانا	٢٧	٢,٩٣	١٠ %١١.١	٣٠ %٣٣.٣	١٨ %٢٠	١٥ %١٦.٦	١٦ %١٧.٧	اشعر ببرودة في يداي قبل تسلم اسئلة الامتحان	١٧
احيانا	٢٨	٢,٩٠	١٧ %١٨.٨	١٦ %١٧.٧	٢١ %٢٣.٣	١٦ %١٧.٧	٢٠ %٢٢.٢	اتردد كثيرا الى المرافق الصحية قبل الامتحان	٩
احيانا	٢٩	٢,٨٦	٢٨ %٣١.١	١٤ %١٥.٥	٩ %١٠	١٥ %١٦.٦	٢٣ %٢٥.٥	من عيوي الاجابة المتعجلة والغير دقيقة	١١
نادراً	٣٠	٢,٧٨	٢٥ %٢٧.٧	١٧ %١٨.٨	١٥ %١٦.٦	١٨ %٢٠	١٥ %١٦.٦	اتذكر الاجابة الصحيحة فور خروجي من الامتحان	٨
احياناً	-	٣,٢٠						المحور ككل	

يتبين من الجدول (٤) أن ما مستوى القلق الامتحاني لدى طلبة كلية التربية بجامعة كرميان (قسم الجغرافيا أنموذجاً) بشكل عام كانت بدرجة (متوسطة) ، فقد بلغ المتوسط العام لاستخدامها (٣,٢٠)، وهي بدرجة (احياناً). وكان أعلى متوسط حسابي للفقرة "أجد صعوبة في استيعاب دروسي وقت الامتحانات" بمتوسط (٣,٩١). وكما "فترة الامتحانات هي من أصعب الأوقات لدي" "أشعر بالضيق لتدخل بعض المعلومات لدي وقت الامتحان" مرتبة ثانية والثالثة بمتوسط (٣,٨٣) و (٣,٧١) بدرجة كبيرة.

و تتفق هذه النتيجة مع دراسة (العجمي ، ١٩٩٩) والتي اشارت الى ان تعاني طالبات كلية التربية من قلق الاختيار بدرجة متوسطة، و تختلفت هذه النتيجة مع الدراسة (Hunsley, 1985) و (wachelka & katz, 1999) و أظهرت النتائج أن الطلبة الذين لديهم قلق امتحان مرتفع .

\*إجابة السؤال الثاني: ونصه "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلاب كلية التربية بقسم جغرافيا تبعاً لمتغير النوع ، والجدول رقم (٥)، يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودرجة الحرية والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لمعرفة ما إذا كانت هناك الفرق ذات دلالة إحصائية في القلق الامتحانات لدى طلبة كلية التربية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث) .

جدول رقم (٥)، بين الفروقات وبين المتوسطات والانحراف المعياري بين عيني المتغير الجنس (ذكور، إناث)

الطلاب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة .٠٠٥
الإناث	٤٥	٣,٦١٥	٠,٣٨٨	٨٨	١,١	١,٩٦	غير دالة
ذكور	٤٥	٢,٧٨٥	٠,٤٥٤				

من الجدول أعلاه نجد متوسط قلق الطلاب في الامتحان يساوي (٢,٧٨٥) بينما متوسط قلق الامتحان لدى الإناث يساوي (٣,٦١٥). كما نجد الانحراف المعياري لدرجات الذكور والإناث في قلق الامتحان يساوي (٠,٤٥٤) و (٠,٣٨٨) ، أما قيمة (ت) المحسوبة تساوي (١,١) وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية (١,٩٦) عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والإناث في قلق الامتحان. وبناءً على هذا يمكن القول بأنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الامتحان لدى طلبة قسم الجغرافية في أداء الاختيار الامتحان تبعاً لمتغير الجنس. وأختلفت هذه النتيجة مع الدراسة (Bender.betz, 1987) و (الطريبي، ١٩٩٢) والتي أشارت إلى إن الإناث أعلى من الذكور في مقياس قلق الامتحان .

ثالثاً : التوصيات والمقترحات :

#### التوصيات:

- ١- مراعاة الطلبة نفسياً قبل الامتحان للتخفيف من درجة القلق لديهم.
- ٢- اعداد برامج إرشادية للوالدين للمساعدة في تقليل قلق الامتحان لدى ابنائهم في مختلف المراحل التعليمية.
- ٣- اعداد برامج إرشادية تستخدم فنيات ذات فاعلية في علاج المشكلات الدراسية بصفة عامة ومشكلة قلق الامتحان بصفة خاصة .
- ٤- ضرورة العمل على تزويد طلبة الجامعة بأدلة ترشدهم الى كيفية استثمار الوقت وتخطيطه ولاستعداد لامتحان ، وأتباع أساليب فعالة في التعامل معه المقترحات :

- ١- إجراء دراسة متماثلة للدراسة الحالية ، وعلى شرائح اجتماعية أخرى مثل طلبة معاهد أو طلبة الدراسات العليا.  
٢- إجراء دراسة بإيجاد العلاقة بين قلق الامتحان وبعض المتغيرات الأخرى ( مستوى طموح ، مركز السيطرة ، الذكاء )  
٣- إجراء دراسة حول أساليب التخفيف من قلق الامتحان.

## المصادر

- مصادر العربية :
١. امينة، رحمين(٢٠١٥)، قلق مستقبل عند طلاب جامعة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية ، جامعة جزائر(٢)، (رسالة ماجستير غير منشورة).
٢. جابر ، عبد المنعم (١٩٨٣) ، التقويم التربوي والقياس النفسي ، ط١ ، دار النهضة العربية ، القاهرة، مصر.
٣. جاسم ، محمد جاسم ، علاقة قلق ببعض التغيرات المدرسية، كلية التربية ، جامعة بغداد، (رسالة ماجستير غير منشورة) .
٤. الحنفي ، عبد المنعم (٢٠٠٢) ، موسوعة علم النفس ونعم الحياة ، ط١، دار قباء للنشر، القاهرة، مصر .
٥. الدايري ، صالح حسن أحمد (٢٠٠١) ، قلق الامتحان والمسؤولية الاجتماعية لدى طالباتي المرحلة الثانوية في مدارس منطقة العينا التعليمية ، كلية التربية ، المجلة العراقية للعلوم التربوية والنفسية وعلم الاجتماع ، المجلد (١) ، العدد (٢) .
٦. رضوان ، سامر جميل (٢٠٠٢) ، المصلحة النفسية ، ط١ ، دار المسيرة ، عمان، الأردن
٧. زهران ، محمد حامد (٢٠٠٠) ، الارشاد النفسي المصغر ، ط١ ، عالم الكتب، القاهرة، مصر .
٨. زهران ، محمد حامد (٢٠٠٠) ، الارشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات المدرسية . ط١، عالم الكتب، القاهرة، مصر .
٩. سعادة ، جودت أحمد وآخرون (٢٠٠٤) ، اثر بعض المتغيرات النفسية والديموغرافية على مستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة في شمال فلسطين خلال انتفاضة الاقصى ، مجلة مركز البحوث التربوية ، السنة (١٣) ، العدد (٢٥) ، قطر.
١٠. سلامة ، عبدالحفظ محمد (٢٠٠١) ، تصميم التدريس ، ط١ ، دار اليازوري العلية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
١١. شعيب ، على محمود (١٩٨٨) ، قائمة قلق الامتحان لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية ، رسالة الخليج العربي ، مكتب التربية العربي لدول الخليج ، الرياض ، السنة (٨) العدد (٢٥) .
١٢. الشناوي ، محمد محروس (١٩٩٤) ، نظريات الارشاد والعلاج النفسي ، ط١ ، دار غريب للطباعة، القاهرة، مصر .
١٣. الشوشان ، حنان محمد والآخرين (٢٠٠٤) ، دراسة لمستوى قلق الامتحان لدى طلبة وطالبات الثانويات التخصصية بشعبية مصراته ، انترنت ، مقال في مجلة المعلم .
١٤. الصباغ ، روضة محي الدين (١٩٩٧) ، بناء مقياس قلق الامتحان لدى طلبة المرحلة الإعدادية جامعة الموصل ، كلية التربية ، جامعة الموصل . (رسالة ماجستير غير منشورة)
١٥. طبري ، عبد الرحمن بن سلمان (١٩٩٢) ، قلق الاختيار لدى طالبات جامعة الملك سعود وعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة كلية الاداب ، جامعة الاسكندرية ، مصر .
١٦. الطيب ، محمد عبدالظاهر (١٩٩٦)، مشكلات الأنباء ، ط٢ ، المعرفة الجامعية، القاهرة، مصر .
١٧. عبدالخالق ، رؤوف وأمل ابراهيم (٢٠١٣) ، قلق التفاعل، (ط١) دار صفاء، عمان – الأردن.
١٨. عبدالرحيم ، بخيت وعبدالرحيم (١٩٨٩) ، قلق الامتحان ، مفهوم العلاج والقياس ، ط١، طبعة دار النهضة المصرية، القاهرة، مصر .
١٩. عبدالغفار ، عبدالسلام (١٩٧٧) ، مقدمة في الصحة النفسية ، ط١ ، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر .
٢٠. العتيبي ، محمد حوال (٢٠١٨) ، قلق الامتحان والتحصيل الدراسي في علاقتهما ببعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلاب كلية التربية بعفيف بجامعة شقراء ، المجلة التربوية الدولية المختصة - العدد الثالث والخمسون .
٢١. العجمي ، مها محمد (١٩٩٩) ، العلاقة بين القلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات با لإحساء (الأقسام الادبية) ، كلية التربية للبنات، محافظة الأحساء، مملكة العربية السعودية (رسالة ماجستير غير منشورة)
٢٢. بن علو، الأزرق (٢٠٠٢) ، كيف تغلب على القلق وتنعم بالحياة ، ط١ ، دار قباء للنشر، القاهرة، مصر .
٢٣. العكايشي ، بشرى أحمد (٢٠٠٠) ، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، مصر، (رسالة ماجستير غير منشورة)

- ٢٤.العكيلي ، جبار وادي باهض (٢٠٠٠) ، قلق المستقبل وعلاقته بدافع العمل ، (أطروحة دكتوراه غير منشورة ) كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، بغداد، العراق.
٢٥. عودة ، احمد (١٩٩٢) ، القياس والتقييم في العملية التدريسية ، ط١ ، دارالامل ، عمان، الاردن
٢٦. فهمي ،مصطفى (١٩٧٥) ، الصحة النفسية في الاسرة والمدرسة والمجتمع ، ط٢، دارالثقافة ، القاهرة، مصر
٢٧. قبيق ، لينا (٢٠٠٣) ، أبناءنا وقلق الامتحان ، مجلة حياتنا النفسية ، دمشق – سوريا ، المجلد (١) العدد ٢٢.
٢٨. محمد ، ابراهيم محمد (٢٠٠٨)، كفاءة التمثيل المعرفي للمعلومات في ضوء نموذج بيجر الثلاثي لدى عينة من طلاب كلية التربية بالمنيا ، (رسالة ماجستير غير منشورة ) كلية التربية ، جامعة المنيا ، مصر.
٢٩. المشيخي ، غالب محمد (٢٠١٣) ، أساسيات علم النفس ، ط١ ، دارالمسيرة للنشر والتوزيع للطباعة، عمان، الاردن
٣٠. مصطفى الجلاي لعمان (٢٠١٤) ، التحصيل الدراسي ، ط١ ، دارالمسيرة، عمان، الاردن .
٣١. مصطفى، بن مريجة (٢٠١٥)، القلق وعلاقته بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي، كلية العلوم الاجتماعية قسم علم النفس، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم (رسالة ماجستير غير منشورة)
٣٢. الهواري ، ماهر محمد ومحمد الشناوي (١٩٨٧) ، مقياس الاتجاهات والاختبارات ، مكتب التربية العربي لدول الخليج ، العدد (٢٢).

- مصادر الانكليزية :

33. *Bender, Betz, (1981): The relationship of sex and sex Role to Trait and situation ally Specific Anxiety Types. Journal of Research in personality vol (15), No(3).*
34. *Hunsley, J. (1985). Test Anxiety, academic performance, and cognitive appraisals. Journal of Educational Psychology, 77, 678 – 682*
35. *Sgaffer j. B.p. Humanistic psychology prentice- H alliance (new jersey, 1978)*
36. *Spielberger cg .d. anxiety and behavior Academi press (new York, 1966 )*
37. *Jung , carl , psychology and religion , Haven yale university press , London , (1938. Alpy e.(2003) To what extent do different explanations of periodical suggest that it can be reduced. journal of personality and social psychology vol .56(12)*

پوخته ی توئیزنه وه که:

نامانجی توئیزنه وه که بۆ زانیی ناستی دلّه پراوکی تاقیکردنه وه بوو لای خوتندکارانی کۆلیژی په روورده ی زانکۆی گهرمیان (خوتندکارانی به شی جوگرافیا به نموونه)، نموونه ی توئیزنه وه که (٩٠) خوتندکاری بۆ ههردوو په گهز (٤٥ نێر ، ٤٥ م) به شیوه یه کی هه پهمه کی له خۆگرتبوو ، رێبازی به کارهێنراو له توئیزنه وه که دا رێبازی وه سفی بوو.

نامرازی توئیزنه وه که پیکهاتبوو له ناماده کردنی فۆرمیک که (٣٠) بره گه ی له خۆگرتبوو، پشت به ست به پیوه ری (پینجی لیکه رت)، که خۆی ده بینیه وه له پینج هه تێزارد ه بۆ وه لامدان ه وه ی هه ر بره گه یه ک، نه وانیش ( به هه میشه ی، به زۆری، هه ندیک کات، به ده گمه ن، هه یج کاتن)، نمره ی بره گه کانیش له پیوه ره که دا به م شیوه یه بوو، ژماره (٥) بۆ (به هه میشه ی) و ژماره (٤) بۆ (به زۆری) و ژماره (٣) بۆ (هه ندیک کات) و ژماره (٢) بۆ (به ده گمه ن) و ژماره (١) بۆ (هه یج کاتن)، پاش دهره ینانی راستگۆیی و جیگه ری بره گه کان ، پاشان توئیزه ران هه ستان به جیه جیکردنی نامرازی توئیزنه وه که به سه ر نموونه ی توئیزنه وه که دا، نه ویش له وه رزی یه که م بۆ سائی خوتندنی (٢٠١٩-٢٠٢٠) ، نامرازه ناماریه به کارهاتوو هه کانی توئیزنه وه که پیکهاتبوو له (تاقیکردنه وه ی تانی *T.test* بۆ دوو نموونه ی سه ره به خۆ، هاوکۆله کی په یوه ستی پیرسوۆ، ناوه نده ژمیره یی)، دواتر نه نجامه کانی توئیزنه وه که ده رکه وت نه ویش به م شیوه یه:

ناستی دلّه پراوکی تاقیکردنه وه لای فێرخوازان کۆلیژی په روورده ی زانکۆی گهرمیان (فێرخوازان به شی جوگرافیا به نموونه) به شیوه یه کی ناوه نده ی بوو. -جیاوازی له ناستی دلّه پراوکی تاقیکردنه وه لای فێرخوازان کۆلیژی په روورده ی زانکۆی گهرمیان (فێرخوازان به شی جوگرافیا به نموونه)، به پێی په گهز (نێر و م) نه بینرا.

## Abstract

Anxiety examination measurement of Students (Department of Geography as a model)

Anxiety examination measurement of Students (Department of Geography as a model), The study aims to measure the anxiety examination for the students (Department of Geography as a model), the purpose of the study used a descriptive approach, the study has collected (90 Samples) divided between males (45) and (45) females, to measure anxiety during exams, for this , researchers used a questionnaire consists of (30) items, then calculated the its validity and stability, The most important statistical means applied in the study are (T.test for two separated samples and person correlation coefficient) The study concluded that a medium level of exam anxiety among the study participants. The sex variable had no effects on the cognitive motivation of the male and female students .The study recommended that there showed give the student a general idea and guide them, about the exam. This can lead to form a positive trends for the students.

Keywords: Anxiety examination, Students, University

اسماء السادة المحكمين الذين تمت الاستعانة بخبراتهم

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
١	استاذ. د. حسين اسماعيل علي	الاجتماعيات	كلية التربية / جامعة كرميان
٢	د. مريوان محمد صالح	التقنيات التربوية	كلية التربية / جامعة كرميان
٣	د. عبدالله محمود كريم	طرائق التدريس	وزارة التربية
٤	م. عمر عادل عباس	طرائق التدريس	كلية التربية / جامعة كرميان
٥	م. مساعد. نارام احمد على	علم النفس التربوي	كلية التربية / جامعة كرميان

## ملحق (٢)

مقياس قلق الامتحانات بصيغته النهائية المطبق على عينة البحث  
 بيوانى دلّه راوكيى تاقيكردنه وه به شيوهى كوئاي و جيبه جيكردى له سهر نموونهى توئزينه وه كه



حكومة اقليم كردستان- العراق  
 حكومهتى هه ريمى كردستان- عراق  
 وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
 وه زارهتى خوئندنى بالاو توئزينه وهى زانستى  
 جامعة كرميان- زانكوى كرميان  
 كلية التربية -كؤليزى پوره رده  
 قسم: التربية وعلم النفس - به ش: پوره رده وه دهورونناسى

عزيزي طالب/ طالبة

تحية طيبة

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تتعلق برأيك بمدى علاقات الآخرين وتقديمهم المساعدة لك ، لذا نرجو الاجابة عليها خدة للبحث العلمي وتقدم المجتمع.  
 وبذلك نتمنى أن تكون اجابتك صادقة عليها. علما أن الجابة ستكون سرية ولا داعي لذكر الاسم من أجل أن تطمان على عملية الاجابة.  
 خوئندكارى خو شه ويست.  
 سلاوى زانست:

توئزه ران هه لدهستن به نه نجامدانى توئزينه وهيه كه به ناونيشانى (بيوانهى دلّه راوكيى تاقيكردنه وه لايى فيرخوازانى كؤليزى پوره ردهى زانكوى كرميان). له  
 نيو بيدوايستيه كانى توئزينه وه كه توئزه ران هه ستاون به دانانى كؤمه نه بره يه كه له خواره ودها هاتووه، جا داواكارين له به ريزتان هه ربه كيك له وه برگانه  
 به ووردى بخوئنه وه و دواتر نيشانهى (√) بو يه كيك له وه بيئنج به ديلا نه يى كه به لاته وه گونجاوه دابنين. زور سوياس بو هاو كاريتان.

ت	الفقرات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
ژ	بره كه كان	به هه ميشه ي	به زورى	هه ندك كات	به كه مى	هيج كاتى
١	تنتابى حالة من الخوف بمجرد أن يبدأ الامتحان به دهه ستينكردى تاقيكردنه وه كان تووشى ترسيكى گه وره دهيم					
٢	أثناء الامتحانات يتتابى تفكير في نهاية الدراسة بالجامعة هه رله كاتى تاقيكردنه وه كان بير له كوئاهاتى خوئندنى زانكويى ده كه مه وه					
٣	اشعر باضراب في معدتي قبل الامتحان					

				ههست به تىكچوونى ماعيدهم دهكهم پيش دهستينگردنى تاقىگردنهوهكان
٤				تتوتر اعصابى حين توزع اسئلة الامتحان تووشى شلهزان دهيم لهكاتى دابهشگردنى پرسيارهكان
٥				هل اعانى من صعوبة في النوم ليلة الامتحان شهوى تاقىگردنهوه زور بهسته مى خهوم لى دهكهوى
٦				اقوم بحركات لا ارادية عند جلوسى على مقعد الامتحان لهكاتى تاقىگردنهوه لهسه ر كورسيهكه م هه ندى جار جوئله لى لا ئيرادى دهكه م
٧				اشعر بالضيق قبل الامتحان زور جار ههست به بيژارى و وهپرست بوون دهكه م پيش تاقىگردنهوهكان
٨				اتذكر الاجابة الصحيحة فور خروجي من الامتحان بير لهوه دهكه موه كه له ماوهيهكى كه مدا وهلامى راست بدهمهوه و بهزوى ده رجم
٩				اتردد كثيرا الى المرافق الصحية قبل الامتحان پيش تاقىگردنهوه چه ندين جار سهردانى دهستشور دهكه م و دهست و دهم و چاوم دهشوم
١٠				عند بداية الامتحان اشعر انى انسى المعلومات التي كونت اتذكرها له سهره تاي دهستينگردنى تاقىگردنهوه ههست بهوه دهكه م هه موو زانباريه كانم بيرچووه
١١				من عيوي الاجابة المتعجلة والغير دقيقة يه كيكي تر له كيشه كانم به خيژاي وهلام ددهمهوه و ناتوانم به رئكخراوى وهلام بدهمهوه
١٢				بعد انتهاء من الامتحان اشعر بالضيق لمراجعة اجاباتي دواى كوئياتانى تاقىگردنهوه ههست به بيژارى و وهرس بون دهكه م كاتيك به وهلامه كانم دا دهچمهوه
١٣				أفكر في النتائج المترتبة علي رسوبي بالامتحان بير لهوه دهكه موه كه وهلامه كانم به رامبه ره به دهرنه چوونم له تاقىگردنهوهكان دا
١٤				فترة الامتحانات هي من أصعب الأوقات لدي ماوهى تاقىگردنهوهكان كاتيكى زور ناخوشن بو من
١٥				أرفض المناقشة مع الآخرين وقت الامتحانات لهكاتى تاقىگردنهوهكاندا مناقشه مى كهس ناكه م
١٦				أحب الجلوس بمفردي أثناء فترة الامتحانات له هوئى تاقىگردنهوه حه ز دهكه م دووريم له خوئندكاره كاني تر
١٧				اشعر ببرودة في يداي قبل تسلم اسئلة الامتحان دهسته كانم رهق دهبى لهكاتى دابهشگردنى پرسياره كاني تاقىگردنهوه
١٨				أجد صعوبة في اتخاذ القرارات السليمة أثناء فترة الامتحانات له ماوهى تاقىگردنهوهكاندا ناتوانم بريارى دروست بدهم
١٩				أجد صعوبة في انتظام تفكيري أثناء أداء الامتحانات رئكختنى زانباريه كان و بيرهينانه وهيان زور قورسه بو م له كاني تاقىگردنهوهكاندا
٢٠				خوف من الرسوب يعيق أدائي في الامتحانات

					له ترسی دهرنه چوون نهسته نه دائیگی باش دهربرم له کاتی تاقیکردنه وه کاندایا
۲۱					خو فی یجعلی لا أستطیع قراءة ورقة الاسئلة بدقة نه وهنده شله ژاوم ناتوانم ناتوانم پرسیاره کانی تاقیکردنه وه به ووردی بخوئنه وه
۲۲					أشعر بالارتباك والتوتر عند سماعي لكلمة الامتحان ههستیگی نه رتیم لا دروست ده بن به بیستی ووشه ی تاقیکردنه وه
۲۳					أعاني من عدم تنظيم الورقة في الاجابة ناتوانم ده فته ری تاقیکردنه وه به باشی ریکب خه م له کاتی تاقیکردنه وه کاندایا
۲۴					ینتابی الشک فی قدرتی علی الجابة عن بعض أسئلة الامتحان زور جار گومان له تواناکانم ده که م بو وه لام دانه وهی هه ندی له پرسیاره کان
۲۵					اشعر بعدم القدرة على التركيز وقت الامتحان ناتوانم ته رکیز بکه م به کاته وه له کاتی تاقیکردنه وه کان دا
۲۶					تتزايد سرعة ضربات قلبي وقت الامتحانات له کاتی تاقیکردنه وه کان دا لیدانی دلم زیاد ده کات
۲۷					أشعر بالقلق من الجو المتوتر بالأسرة وقت الامتحانات له ما وهی تاقیکردنه وه کان هه ست به که شیگی نا نارام ده که م له ناو ژینگه ی خیزانه که م دا
۲۸					أشعر بالضيق لتدخل بعض المعلومات لدي وقت الامتحان هه ست به یزاری و وه رسیوون ده که م له به بیره مینانه وهی هه ندیک له زانباریه کان له کاتی تاقیکردنه وه دا
۲۹					أجد صعوبة في استيعاب دروسي وقت الامتحانات له ما وهی تاقیکردنه وه کاندایا، له توانای وه رگرتنی وانه کانی تر دا ناسته نگیم بو دروست ده بن
۳۰					أجد صعوبة في تناول الطعام والبلع صباح يوم الامتحان به باشی ناتوانم نان بخوم، له به یانیانی رژی تاقیکردنه وه کان دا

\*الجنس : الذکور ( ) ، الاناث ( )

\*زه که ز : نیر ( ) ، من ( )

\*الباحثون- توژه ران : ۱. هیمن اسماعیل جبار ۲. بختیار حبیب سعید ۳. ابوبکر یوسف احمد