

قلق الامتحان لدى طلبة المرحلة المتوسطة

د. جيهان عبد حداد القيسي / مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد

ملخص البحث....

أستهدف البحث الحالي إلى :-

- قياس مستوى قلق الامتحان لدى عينة البحث بشكل عام .

- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في قلق الامتحان تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور-

إناث) والمرحلة الدراسية للصف (الاول ، والثالث) المتوسط .

ولتحقيق هذه الاهداف أختيرت عينة من طلبة المرحلة المتوسطة وتحديدًا طلبة الصفين

(الاول، والثالث) المتوسط، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية البالغ عددهم (٣٠٠) طالب وطالبة

شملت جنس (الذكور، والاناث) وللصفين (الاول ، والثالث) المتوسط، وللعام الدراسي (٢٠١٥-

٢٠١٦) لمحافظة بغداد بجانبها (الرصافه-الكرخ)

أُطبقت عليهما مقياس قلق الامتحان ،الذي أعدته الباحثة ،بعد أن تحققت من خصائصه

السيكومتريه المتمثلة (بالصدق والثبات).

وعند تحليل البيانات تم استعمال وسائل احصائية متعددة سواء عند أستخراج الخصائص

السيكومتريه، او عند تحقيق أهداف البحث منها (معامل ارتباط بيرسون ومعادلة الفاكرونباخ والاختبار

التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين وتحليل التباين التائي (To Way Anova)

(٢×٢) للجنس (ذكور- اناث) والمرحلة الدراسية للصفين (الاول ، والثالث) المتوسط .

وتوصلت الباحثة الى النتائج الآتية :

- إن أفراد عينة البحث ككل يعانون من قلق الامتحان.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين (الذكور ، والإناث) في مقياس قلق الامتحان وكانت لصالح الاناث
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق المرحلة الدراسية للصف (الاول ، والثالث) المتوسط
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاعل ما بين (الجنس ، والمرحلة الدراسية).
- وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة تقدمت بعدد من التوصيات والمقترحات .

أهمية البحث والحاجة اليه....

تعد ظاهرة القلق من الظواهر النفسية الشائعة التي اهتم بها المختصين في المجال التربوي والنفسي، حيث أصبحت ظاهرة ملحوظة بشكل كبير لدى الأفراد، نتيجة لظروف الحياة الصعبة والمعقدة كما أن القلق حقيقة من حقائق الوجود الإنساني وجانب دينامي في بناء الشخصية ومتغير من متغيرات السلوك البشري إلا انه كذلك يعد القاعدة الأساسية، والمحور الدينامي في جميع الاضطرابات العصبية، والعقلية والانحرافات السلوكية، والقاسم المشترك فيما بينها جميعاً (ابو عزب، ٢٠٠٨، ص٢).

لذا أضحى القلق عنوانا للعديد من الدراسات النفسية سواء تلك التي تهتم منها بالسلوك المضطرب لدى الإنسان أو تلك التي تتصل لديه بالحاجة الى الابتكار والأبداع والتطور لذا تركزت أبحاث القلق ودراساته العديدة حول القلق العام الا انه بالرغم من الاهتمام الكبير الذي أبداه الباحثون بالقلق العام أظهر أيضا الاهتمام النفسي بدراسة أنواع أخرى من القلق مثل : قلق الامتحان كشكل محدود من أقلق المرتبط بمواقف التقويم والتقدير للطالب نتيجة العملية التعليمية فالعملية التعليمية هي الركيزة الاساسية للتنمية والتقدم في جميع مجالات الحياة . ولذلك فإن دراسة المشكلات التي تعيقها تمثل إحدى الوسائل الهامة لتحسين مسيرتها ، وكشف مكامن القصور فيها وتلافي عيوبها من أجل أعداد مخرجات علمية قادرة على قيادة المسيرة التنموية وفقا لتطلعات المجتمع ومقتضيات العصر .

اذ يعد القلق من المشكلات الهامة التي يعاني منها الكثير من الطلبة ، وهي حالة عامة ملازمة لوجوده نتيجة للمواقف والأحداث الضاغطة التي يتعرض لها خلال حياته وتحول دون أشباع دوافعه وحاجاته ، لان أشباع كثير منها يتوقف على أداء مهمات معينة وتحمل مسؤوليات مختلفة وعند قيام الطالب بذلك يشعرا بأشكال مختلفة تتفاوت في شدتها وتباين في مهارتها السلوكية، حيث يتاثر مستوى أداء الطالب في أنجاز هذه المهام بدرجة شعوره بالقلق الذي قد يكون من جهة عاملا إيجابيا مسيرا يخدم أغراض هامة في حياة الطالب ،وقد يؤدي من جهة أخرى الى نقص الفعالية الذاتية وأنخفاض الإنتاجية وظهور أعراض (جسمية ومعرفية وأنفعالية) سلبية تشكل عاملا يعيق أداء الفرد بصورة عامه وإداء الطالب بصورة خاصة (المخلافي، ٢٠٠٨، ص٢) وبالتالي تؤثر على العملية التعليمية التي يسعى الطلبة لتحسينها في المواقف التعليمية، وتبدو مظاهر القلق واضحة على اغلب الطلبة عندما يكونون في مواجهة الامتحان او عندما تستثار العمليات العقلية لديهم بهذا الاتجاه ولكنهم يتباينون في درجة شعورهم بالقلق وهذا التباين يعود الى اختلاف تكوينهم النفسي او الانفعالي وخبراتهم المعرفية (الجلالي، ١٩٨٩، ص١٣) فالطلبة الذين يحصلون على درجة عالية في قلق الامتحان يتجهون نحو ادراك المواقف وتقويمها على انها تهدد الشخصية وهم في مواقف الامتحان غالباً ما يكونون متوترين وخائفين فضلا عن ذلك فان استقلالهم الذاتي في حالة سلبية نظرا لخبراتهم وهذا يحول بين انتباههم وتركيزهم عند الامتحان (Spielberger 1980 , p2) وهذا ماجاءت به دراسة

أيزنك (Eysenk1979) عن أثر قلق الامتحان على الطالب ، حيث أشارت نتائجها الى أن القلق يقلل من مستوى التركيز والانتباه اللذان يعتبران من العوامل الهامة في اداء الامتحان بنجاح (سليمه ،٢٠١٢، ص٧٤).

حيث أدرك علماء النفس منذ الخمسينيات أهمية دراسة العلاقة بين القلق والتعلم، وكشفت كثير من نتائج الدراسات النقاب على أن بعض الطلبة ينجزون أقل من مستوى قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتفويض كمواقف الامتحانات وأطلقوا على القلق في هذه المواقف تسمية قلق الامتحان لكونه يشير إلى نوع من القلق العام الذي يظهر في مواقف معينة مرتبطة بمواقف **Teste Anxiety** الامتحانات والتفويض بصفة عامة حيث نجد الطلبة في هذه المواقف يشعرون بالأضطراب والتوتر والضييق (الضامن ،٢٠٠٣، ص٢٢٠) لذا تلعب الاختبارات دوراً مهماً في حياة الطلبة ؛ لأنها أحد التقييمات التي يعتمد عليها في تحديد مصير الطالب حيث يعتبر قلق الامتحان من أكثر الظواهر انتشاراً بين الطلبة ، وقد قدر العلماء أمثال (كيلي Kelly 2006) أن نسبة شيوع ظاهرة القلق بين طلبة المدارس بنسبة ٢٠% كما أكدوا على أن هذه الظاهرة تعود لمرحلة ما قبل المدرسة ، أو في المرحلة الابتدائية إذ أنها ترتبط بالتوقعات غير المنطقية التي يطلبها الآباء من أبنائهم وبهذا يصبح اهتمام الطفل منصباً على تلبية رغبات والديه ، فيبدأ التلاميذ في هذه المرحلة بمقارنة تحصيلهم مع تحصيل أطفال آخرين وهذا يدفعهم بالتالي إلى زيادة التنافس والضغط من أجل أن يكون أدائهم أفضل من أداء الآخرين ومن هنا تبدأ مشكلة قلق الامتحان. كما يعد قلق الامتحان من المؤشرات الرئيسة التي تدل على مدى قدرات واستعدادات الطالب ، ومستوى دافعيته للتحصيل الدراسي ، ونظراً لقيمة التحصيل الأكاديمي المرتفع ، فقد كان المحور الرئيس الذي دارت حوله دراسات عديدة من أجل معرفته ودراسة العوامل والمؤشرات المؤثرة في التحصيل الأكاديمي للطلبة.

حيث يعتبر التحصيل الجيد هو مردود إيجابي للمنظومة التربوية هذا المردود الذي درجت جميع الأنظمة على قياسه عن طريق الامتحانات، باعتبارها الوسيلة الوحيدة التي تتم بواسطتها عملية الانتقال من صف الى آخر ومن مرحلة دراسية الى أخرى، مما جعلها تكتسي طابع الرهبة في نظر الطلبة وما يلزم من قلق ، فقلق الامتحان أحد أنواع القلق الذي يصاحب المواقف الامتحانية وينتشر بين الطلبة في مختلف المراحل التعليمية مما يعد مشكلة أساسية ينبغي التصدي لها وتحديد أسبابها وعواملها المتعددة لان الامتحانات تثير مشاعر القلق وعدم الارتياح لدى الطلبة خاصة عندما تكون هي التي تحدد مستقبل الطالب .

فالقلق الذي يعتري غالبية الطلبة قبل الامتحان او اثناءه ويعدده يعد أمر طبيعي وسلوك عرضي مألوف مادام في درجاته المقبولة يعد دافعا إيجابيا ومطلوبا لتحقيق الدافع نحو الانجاز المستمر (الشهري ،٢٠٠٣، ص٢)

لذا تعتبر الدراسة العلمية لطبيعة القلق وتأثيراته المختلفة على الجوانب النفسية والتحصيلية والعلاقات الاجتماعية ذات أهمية وتنسجم مع ما تهدف اليه المؤسسات التربوية في احداث نمو مرغوب في الجانب الاجتماعي لدى الطلبة بشكل يتناسق ويتوازن مع الجوانب العقلية والجسمية والنفسية وذلك لبناء فرد يسهم مساهمه فعاله في خدمة المجتمع .

كذلك أختلفت نتائج الدراسات السابقة حيث ترى أن الاناث يختلفن عن الذكور في مستويات قلق الامتحان إذ تزداد معاناة الطالبات في الامتحانات اذا ماقيست بالطلاب من حيث الصعوبه أو طول الاسئلة او غموضها وقد يعود هذا الى حساسيه أكبر لدى الطالبات تجاه التقويم تجعلهن أكثر اهتماما بالامتحانات (حلمي، ١٩٦٥، ص٢١٦-٢١٧) وهذا ما أكدته نتائج دراسة (Spielberger&Garrero) (أن الاناث أكثر قلقا من الذكور ، وقد تختلف هذه النتيجة باختلاف المجتمعات وأساليب التنشئة فيها (Spielberger&Garrero, 1950, p45)

وتتجلى أهمية البحث في كونها تتناول موضوعا مهما في المجالات التربوية والنفسية والصحية ... ومجالات الامتحانات والتقويم لدى طلبة المرحلة المتوسطة بأعتبار المهمة التربوية والتعليمية على كافة الاصعدة تتجلى في إيجاد البيئة المناسبة لتعليم الطلبة وتزويدهم بالمهارات والاساليب التربوية المناسبة مراعين في ذلك المرحلة العمرية والعقلية وهذا لن يتأتى إلا بالتعامل السليم ووفق أطر تربوية ذات منهج علمي مع كل ما من شأنه عرقلة العملية التربوية والتعليمية. فالتوازن الذي تطمح به التربية والتعلم هو خلق توازن بين الطلبة والعملية التعليمية حتى يستطيع الطلبة تحقيق التوافق بين مقومات وجودة ومقتضيات الاطار التربوي والتعليمي والنجاح والتقدم في المراحل الدراسية واكتساب المعرفة التي تهدف اليه المؤسسات التربوية والتعليمية تحقيقا في المراحل الدراسية كافة حتى يعيش الطلبة بعيدا عن المشكلات التي تعيق التعلم وتحقيق النجاح والمتمثلة (بقلق الامتحان) .

اهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي إلى:

- قياس مستوى قلق الامتحان لدى عينة البحث بشكل عام .
- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في قلق الامتحان تبعا لمتغيري الجنس (ذكور- إناث) والمرحلة الدراسية للصف (الاول ، والثالث) المتوسط .

حدود البحث :-

يقتصر البحث الحالي على طلبة الصف (الاول ، والثالث) المتوسطه لمحافظة بغداد (الرصافة ، الكرخ) للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) ولكلا الجنسين.

تحديد المصطلحات :-

القلق: - Anxiety

عرف القلق بعدة تعاريف ومن بين هذه التعاريف:

١. تعريف راجح ١٩٩٣ : القلق على أنه الخوف من الخطر أو ألم أو عقاب، يحتمل أن يحدث لكنه غير مؤكد للحصول (راجح، ١٩٩٣، ص٢٣)
٢. تعريف الشحيمي ١٩٩٧ : يعرف القلق على أنه شعور غامض غير سار مقرون بالتوقع والخوف والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية تأتي في نوبات تتكرر في نفس الفرد (الشحيمي، ١٩٩٧، ص١٩)
٣. تعريف زهران ٢٠٠٣ : حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصحبها خوف غامض ، وأعراض نفسية جسمية (زهران ، ٢٠٠٣، ص٣٩٧)

قلق الامتحان :- Test Anxiety

١. تعريف سبليبرجر 1980, Spielberger :
حالة انفعالية مؤقتة سببها ادراك المواقف التقويمية على انها مواقف تهديدية للشخصية مصحوبة بتوتر وتحفز وحدة انفعالية وانفعالات عقلية تتداخل مع التركيز المطلوب في الامتحان يؤثر سلبا على المهام العقلية والمعرفية في مواقف الامتحان (Spiel Berger, 1980,P1) .
٢. تعريف سعادة واخرون ٢٠٠٤ :
حالة نفسية تنتاب الطالب نتيجة التخوف او الانزعاج من امتحانات الثانوية العامة التي تحدد مسار حياته مما يثير لديه التوتر الرهيب وعدم الارتياح (سعادة واخرون، ٢٠٠٤ ، ص١٧٨)
٣. تعريف الجبوري ٢٠٠٦ :
هو الحالة التي يصل اليها الطالب نتيجة الزيادة في التوتر والخوف من الامتحانات وما يصاحبه هذه الحالة من اضطراب لديه في النواحي المعرفية والنفسية والفسولوجية والاجتماعية. (الجبوري، ٢٠٠٦ ، ص١٠)
- الامتحان Test :- يعرف عبادة ، والزهار (١٩٨٧) : بأنه عبارة عن حالة موقفية تعمل على زيادة الاستثارة لتحقيق الاداء المناسب (عبادة ، والزهار، ١٩٨٧، ص٤٩)
- تعريف الباحثة لقلق الامتحان :- بأنه حالة أنفعالية ، وشعور غير سار يعتري بعض الطلبة قبل وأثناء الامتحان مصحوبة بتوتر المشاعر والضيق الناجم عن أدراك الطالب للمواقف التقويمية على أنها مصدر تهديد للشخصية مما يؤدي الى ظهور أعراض أو علامات جسمية وأنفعالية أو انشغالات عقلية سالبه تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الامتحان مما يؤثر سلبا على المهام العقلية في موقف الامتحان .
- التعريف الاجرائي :- هو الدرجة التي يحصل عليها الطلبة عن طريق استجابتهم على فقرات مقياس قلق الامتحان.
- المرحلة المتوسطة : وهي المرحلة الدراسية التي تتوسط ما بين المرحلتين الدراسيتين الابتدائية والاعدادية وتستغرق الدراسة فيها لمدة ثلاثة سنوات .

الفصل الثاني

الاطار النظري :-

القلق ظاهرة اعتيادية يعيشها الإنسان، و يتميز بها دون سائر المخلوقات الحية، فهو مرافق لحياة الإنسان واضطراره لاختيار مسالك لا تتفق مع رغباته رضوخاً لمطالب المجتمع، أو لعدم القدرة علي تحقيق رغباته وميوله وطموحاته التي تعيقها معوقات كثيرة تزداد مع تزايد ضغوط الحياة الحديثة ومطالبها وتتضمن حالة القلق حالة من الشعور بالتوتر وعدم الارتياح والاضطراب والشعور بالضيق وانشغال الفكر وترقب الشر حيال ألم أو مشكلة متوقعة أو وشيكة الوقوع فيها (الوقفي، ١٩٨٩، ص٤٧).

حيث أكد العلماء على عمومية القلق بوصفه حالة أساسية في حالات الوجود الإنساني ويرى أن هدف السلوك الإنساني هو الهروب من القلق .ويطراً تأثير القلق السلبي في بعض الأحيان على العديد من جوانب الحياة النفسية للمراهق فيؤثر على علاقاته وتفاعلاته مع الآخرين فيبدو عليه الانطواء والانسحاب والنشاط الزائد وتشتت الانتباه وسرعة الاستثارة الانفعالية وبعض الأعراض النفس جسمية مما يؤثر على توافقه النفسي و في الوقت الراهن يشهد مجال سيكولوجية المراهق بوجه عام والصحة النفسية والعلاج والإرشاد النفسي بوجه خاص تزايداً ملحوظاً للجهود الموجهة للمراهق لاسيما بعد أن أكدت بعض الدراسات إلى أن مصدر هذه الاضطرابات في مرحلة الرشد (عبد المعطي، ١٩٩٨، ص٣٥٤).

من أعراض ومظاهر قلق الامتحان:

١. التوتر والأرق وفقدان الشهية، وتسلط بعض الأفكار الوسواسية قبيل وأثناء ليالي الامتحان.
٢. كثرة التفكير في الامتحانات والانشغال قبل وأثناء الامتحان في النتائج المترتبة عليها
٣. تسارع خفقان القلب مع جفاف الفم والشفتين وسرعة التنفس وتصبب العرق، وألم البطن والغثيان.
٤. الشعور بالضيق النفسي الشديد قبل وأثناء تأدية الامتحان (الضامن، ٢٠٠٣، ص٢٢١)
٥. الخوف والرغبة من الامتحان والتوتر قبل الامتحان.
٦. اضطراب العمليات العقلية كالانتباه والتركيز والتفكير.
٧. الارتباك والتوتر ونقص الاستقرار والأرق ونقص الثقة بالنفس.
٨. تشتت الانتباه وضعف القدرة علي التركيز وصعوبة استدعاء المعلومات أثناء أداء الامتحان.
٩. الرعب الانفعالي الذي يشعر فيه الطالب بأن عقله صفحة بيضاء، وأنه نسي ما ذاكر بمجرد الإطلاع علي ورقة أسئلة الامتحان.
١٠. تداخل معرفي، يتمثل في أفكار سلبية غير مناسبة عن الامتحانات، ونقص إمكانية المعالجة المعرفية للمعلومات (زهران، ٢٠٠٠، ص١٠٠).

النظريات التي فسرت مفهوم القلق :

لقد اختلفت وجهات النظر في تفسير القلق لدى الإنسان، وقد جاء هذا الاختلاف من ثراء المفهوم نفسه وتعقيده في نفس الوقت، لدرجة أن العديد من علماء النفس اعتبروه المحرك الأساسي لكل سلوك سوي أو مرضي ينتج عن الإنسان على حد سواء (العناني، ١٩٩٨، ص ١١٠) ومن بين هذه النظريات .

أولاً: نظرية التحليل النفسي:

يعد فرويد من أكثر علماء النفس أستعمالاً لمصطلح القلق بوصفه إشارة إنذار بخطر قادم يمكن أن يهدد الشخصية أو يكدر صفوها، فمشاعر القلق عندما تختلف كل الاختلافات عن البيئة المطمئنة التي اعتادها الوليد، فإنه يشعر بعجزه عن مواجهة هذا العالم فيغمره لأول مرة شعور بالقلق الهائل الذي يصبح النموذج الأول ويعدون أن المكون الرئيس للقلق هذا هو مزيج من الخوف والقلق (عبد الله، ١٩٩٦، ص ١٢٥).

حيث يعد فرويد أن صدمة الميلاد هي المصدر الذي يبعث القلق في نفس الفرد وأنها تشتمل على سلسلة من المشاعر المؤلمة التي نتجت عن تغيير بيئة الطفل بسبب ميلاده وهي الصدمة التي نتجت عن انفصال الطفل عن أمه واستقلاله عنها، وهذه الصدمة وما يتولد عنها من مشاعر مؤلمة وهي الأساس الأول الذي يمهد لظهور القلق في المستقبل (فهيم، ١٩٩٧، ص ١٨٧).

كذلك أكد فرويد أن القلق النفسي ينشأ نتيجة للتعارض والصراع بين مطالب (الهُو) قوة الغرائز ومطالب (الأنا الأعلى) قوة المعايير الأخلاقية (وعجز الأنا) عن التفريق بينهما وسبب هذا العجز يرجع إلى الخبرات في الطفولة (عبد الله، ١٩٩٦، ص ١٥٥).

في حين الفريد أدلر Alfred Adler يرى أن القلق النفسي ترجع نشأته إلى طفولة الإنسان كأن يشعر الفرد بالقصور الذي ينتج عنه عدم الشعور بالأمن، وقد حدد أدلر مفهوم القصور بالقصور العضوي في بادئ الأمر ثم ذهب بعد ذلك وعمم هذا القصور حتى شمل القصور بمعناه المعنوي والاجتماعي، فشعور الفرد بالقصور في نظر نفسه يزيد من شعوره بعدم الأمن فالمقصود بالقصور العضوي هو القصور في أحد أعضاء الجسم إما نتيجة لعدم استكمال نموه أو توقفه أو نقص كفايته التشريحية أو الوظيفية، ولقد استدل أدلر على أنه هناك علاقة بين القصور العضوي والنمو النفسي وهذا يؤثر دائماً على حياته النفسية في المواقف المختلفة، ومن ثم ينشأ القلق النفسي وكذلك نوع التربية التي يتلقاها الفرد في أسرته أثناء طفولته لها اثر كبير في نشأة القلق النفسي عند الفرد (فهيم، ١٩٩٧، ص ٢٠٥).

ثانياً: النظرية السلوكية

يرى السلوكيون ان القلق هو سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد فقد اشار واطسون Watson ان القلق هو خوف مرتبط بالتاريخ التعليمي للفرد اذ يتضمن الاشتراطات والمعززات التي مرت في حياته، ألان بافلوف Pavlov, 1938 يرى ان القلق ينجم عن اشارة الخطر التي ترد من

المثير الشرطي لياخذ ردة الفعل نفسها التي نتجت سابقا بالتاثير الحقيقي من المثير الطبيعي (العيسوي، ١٩٨٩، ص ٧٨-٧٩)

اما دولارد وميلر Dollard & Miller فقد اكد على الحافز وان أي مثير يبلغ الحد الكافي من القوة والنشاط فانه يدفع الفرد للسلوك بطريقة معينة وان القلق هو شكل من اشكال الخوف الذي يظهر تحت ظروف الصراع العصبي الذي يعنيه الفرد واكد ان ادراك الفرد لمثيرات معينة بوصفها عوامل معجلة في قلقه (نجم، ٢٠٠١، ص ٢٠)

في حين يرى ايزنك Eyesnck, 1975 ان العوامل الوراثية والتكونية تحدد حساسية الفرد وردة فعله الى المثيرات التي تنشأ القلق لذا يميل بعض الافراد الى ان يكونوا اكثر قلقاً من غيرهم ويتعلمون استجابات الخوف تعلماً اكثر تكراراً من غيرهم (نجم، ٢٠٠١، ص ٢٠)

ثالثاً: نظرية لقلق دافع

يرى تايلر وسبنس (Tylor & Spence, 1955) ان زيادة القلق الدافع لاتؤدي الى تحسين الاداء في الاعمال كلها لان اداء أي عمل يعتمد على قوة الدافع وقوة الاستجابة المسيطرة على المواقف اما الافراد ذو القلق العالي فيكون ادائهم في الاعمال الصعبة ضعيفا بسبب انشغالهم بالقلق اكثر من انشغالهم باداء العمل فتزداد اخطاؤهم فيتعذر عليهم الحصول على الاستجابة الصحيحة بينما الافراد ذو القلق الواطيء يتركز انتباههم على العمل فتقل اخطاؤهم ويصلون الى الاستجابة الصحيحة بسرعة (كمال، ١٩٨٨، ص ١١٣). لذا فان اصحاب هذه النظرية يرون ان القلق يدفع الشخص الى العمل والنشاط والتعلم أي عندما يؤدي الانسان عملاً فانه يقلق وهذا القلق يدفعه الى انجاز العمل حتى يخفف من الشعور بالقلق فيتحسن ادائهم (وردية، ٢٠٠٣، ص ٣٤).

رابعاً: النظرية المعرفية

حسب هذه النظرية، أن الجانب المعرفي هو المسؤول عن نقص الأداء عند الطلبة القلقين في وضعية التقويم وبالرغم من أن الجانب الانفعالي يظهر عند الطلبة القلقين وغير القلقين لكن بشكل مختلف، هذا يعني أن الانفعالات عند الطلبة القلقين تكون أقوى وأشد مما هي عليه عند الطلبة غير القلقين. والصعوبات التي يواجهها الطلبة في وضعية الامتحان والتي تعيق أداءهم ناتجة عن عمليات معرفية مختلفة كالانزعاج بسبب الأفكار السلبية التي تدور في ذهن الطالب وكذلك بسبب مشاكل في الانتباه والتركيز (Sara son 1984,p34).

خامساً: النظرية الانتباهية

حسب هذه النظرية (Wain, 1971 1982 و Sarsn 1980) أن الطلبة القلقين يقضون قسطاً كبيراً من وقت الامتحان في التركيز على مثيرات ليست لها علاقة بالمهمة المطلوب إنجازها فهؤلاء الطلبة يقضون معظم وقت الامتحان في طرح أفكار حدية نقد ذاتي، الإيمان بفرص ضئيلة

للنجاح في الامتحان، فانتباه الطلبة إذن مقسم بين الأفكار الانتقادية والمهمة الواجب تأديتها والتي في الحقيقة تتطلب كل الانتباه والتركيز (محمد، ٢٠٠٨، ص ٥٦).

سادسا: نظرية معالجة المعلومات:

قدم بنجمن Badjeman وزملائه نموذج معالجة المعلومات والذي يزودنا بمفاهيم مفيدة في تحليل موقف الامتحان ووفقاً لهذا النموذج يعود قصور الطلبة ذوي القلق العالي للامتحان الى مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها، أو مراجعتها قبل الامتحان، أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته أي أنهم يرجعون الانخفاض في التحصيل عند الطلبة ذوي القلق العالي في موقف الامتحان الى قصور في عمليات الترميز أو تنظيم المعلومات و استدعائها في موقف الامتحان.(العيسوي، ١٩٨٩، ص ٤٣)

سابعا: النظرية الانفعالية

قلق الامتحان لا يختلف عن الأشكال الأخرى للقلق والفوبيا، إلا أن موضوع الخوف واضح، فقلق الامتحان يظهر كرد فعل انفعالي أقل شدة من الخوف. وبالنسبة للنظرية الانفعالية، قلق الامتحان سببه نشاط كبير للجهاز العصبي الإعاشي، فرد فعل الجسم والأعراض المذكورة سابقا هي نتاج نشاط الجهاز العصبي المستقل؛ أي بصيغة أخرى السلوكات الناتجة عن القلق تعتبر كنتيجة مباشرة لنشاط الفيزيولوجي الذي يصبح كمسبب لاختفاء معرفية (Spielberger, 1976, p22).

الدراسات السابقة التي تناولت مفهوم قلق الامتحان :-

١. دراسة الوحش ١٩٩٨ التي هدفت التعرف على قلق الامتحان واثره على التحصيل حيث تم تطبيق هذه الدراسة على طلاب المرحلة الثانوية في الجمهورية اليمنية وقد بلغ حجم العينة ١٤٠ طالب وقد توصلت النتائج على انه هناك علاقة ارتباطية سلبية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي. (الوحش، ١٩٩٨، ص ٤-١١)

٢. دراسة الداھري ٢٠٠١ والتي هدفت الكشف عن الفرق في مستويات قلق الامتحان بين الطالبات ذوات المسؤولية الاجتماعية المرتفعة وذوات المسؤولية الاجتماعية المنخفضة وشملت عينة البحث ١٦٧ طالبة وظهرت النتائج ان هناك فروقا في مستويات قلق الامتحان بين الطالبات ذوات المسؤولية الاجتماعية العالية والطالبات ذوات المسؤولية الاجتماعية فكلما ارتفع مستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الطالبات ادى الى خفض مستوى قلق الامتحان وبالعكس (الداھري، ٢٠٠١، ص ١١-٢٩)

٣. دراسة الجبوري (٢٠٠٨) هدفت الدراسة أستعمال استراتيجيات (التصور العقلي) في التذكر عند الطلبة ذوي قلق الأمتحان العالي والطلبة ذوي قلق الأمتحان الواطئ، حيث بلغت عينة الدراسة بلغت (١٥٠) طالب وطالبة. من طلبة الجامعة المستنصرية، حيث اظهرت النتائج الدراسة بأن لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في استعمال أ استراتيجيات التصور العقلي (لفظي بصري) عند الطلبة ذوي قلق الامتحان العالي تبعا لمتغير الجنس (ذكور اناث) وكذلك بالنسبة للتصور (اللفظي) و(البصري) كلا على حدى

، كذلك بالنسبة للطلبة ذوي القلق الواطء حيث لا توجد فروق بين كلا الجنسين في استعمال استراتيجيات التصور العقلي (لفظي بصري) و(لفظي) و(بصري) كلا على حد (الجبوري، ٢٠٠٨، ص ٧١-١٠٩)

الدراسات الأجنبية

١. دراسة Browne1991

بعنوان " قلق الامتحان وأداء الامتحان والتدخل المعرفي في نقص المهارات." هدفت هذه الدراسة إلى معرفة آثار قلق الامتحان والتحصيل الدراسي السابق على الأداء في اختباري تحصيل مختلفين، وتكونت العينة من (٤٢٠) طالبًا وطالبة، وتم جمع المعلومات باستخدام اختبارين تحصيليين مقتنيين في فهم القراءة والرياضيات، واستخدم الباحث الأساليب الإحصائية مثل الاختبار التائي، وتحليل التباين الأحادي، وأظهرت النتائج أن التدخل المعرفي لرفع مهارة أداء الامتحان، يؤدي إلى خفض قلق الامتحان، وكما أظهرت أن التحصيل الدراسي السابق والجنس يؤثر على أداء الامتحان.

٢. دراسة Otomo1998

بعنوان " العلاقة بين قلق الكمبيوتر، وقلق الرياضيات، وسمة القلق، وقلق الامتحان والخصائص والديموغرافية لدي طلبة الجامعة." وهدفت الدراسة إلى دراسة أربعة أنواع من القلق وهي قلق الكمبيوتر، وقلق الرياضيات، وقلق الامتحان، وسمة القلق، لدي طلبة الجامعة من الجنسين، ودراسة العلاقة بين هذه المتغيرات وتكونت العينة من (٣٥١) من طلاب وطالبات احدي كليات المجتمع، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية منها مقياس قلق الامتحان، ودليل قلق الكمبيوتر، ومقياس الاتجاهات نحو الرياضيات، وقائمة القلق كحالة وسمة، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط قوي بين قلق الامتحان وقلق الرياضيات، ووجود معامل ارتباط ضعيف بين قلق الامتحان وقلق الكمبيوتر، كما أظهرت النتائج أنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث على قلق الامتحان.

٣. دراسة Zeidner 2001

بعنوان: اثر قلق الامتحان في التحصيل الدراسي لدى الطلبة هدفت الدراسة إلى استقصاء اثر قلق الامتحان في التحصيل الدراسي لدي عينة من المراهقين مكونة من (٤١٦) طالب وطالبة، منهم (١١٨) طالب في الصف السابع الأساسي، و (١٢٤) طالب في الصف الثامن الأساسي، و (١٧٤) طالب في الصف التاسع الأساسي، وقد استخدم الباحث مقياس قلق الامتحان لسارسون، مستخدماً أساليب إحصائية مثل معامل ارتباط بيرسون والنسب المئوية، وقد أشارت هذه الدراسة إلى أن هناك ارتباطاً سالباً بين قلق الامتحان والتحصيل لدي الطلبة في المستويات الصفية الثلاث (السابع، الثامن، التاسع).

الفصل الثالث

أجراءات البحث :

يتطلب البحث الحالي استعراض الإجراءات التي أتمتها الباحثة في تحقيق أهداف بحثها من حيث تحديد مجتمع البحث، واختيار العينة، وخطوات بناء أداة البحث، والتحقق من توافر المواصفات الجيدة فيها، والوسائل التي استعملتها في تحليل بيانات هذا البحث وهي كالآتي :

منهج البحث :

أتمت الباحثة المنهج الوصفي في تحليل بياناتها للتحقق من أهداف بحثها .

أولاً:مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الصف (الاول، والثالث) المتوسط من كلا الجنسين (ذكور، وإناث) ضمن المديرية التابعة لمحافظة بغداد، والمتمثلة بمديرتي (الرصافة الثانية) ومديرية (الكرخ الثانية) ، أذ بلغ عدد الطلبة التابعه للمديرتين (٣٠٦٢٣) الف طالب وطالبة .

ثانياً: عينة الطلبة

لما كان من الصعوبة دراسة جميع أفراد مجتمع البحث ، لذلك يكون من المناسب اختيار عينة ممثلة لمجتمع البحث الاصيلي وقد بلغت عينة البحث (٣٠٠) طالبا وطالبة (١٥٠) يمثلون الذكور و(١٥٠) يمثلون الاناث من مجموع الطلبة التي تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية وبالاسلوب المتساوي على وفق متغيري الجنس والمرحلة الدراسية (الاول ، والثالث) متوسط من (٦) ست مدارس وهؤلاء جميعهم من المدارس التابعة للمديرتين التي تم اختيارها وجدل (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

يوضح عدد أفراد عينة البحث حسب المديريتين وأسماء(المدارس والجنس)

اسم المديرية	اسم المدرسة	ذكور	اسم المدرسة	إناث	المجموع
الرصافة الثانية	متوسطة خاتم النبيين	٢٥	متوسطة وهران	٢٥	٥٠
	متوسطة الحكمة	٢٥	متوسطة التاخي	٢٥	٥٠
	متوسطة المعتصم	٢٥	متوسطة السعادة	٢٥	٥٠
	المجموع	٧٥	المجموع	٧٥	١٥٠
الكرخ الثانية	متوسطة الثوار	٢٥	متوسطة الزيتون	٢٥	٥٠
	متوسطة الجواهري	٢٥	متوسطة الرشيد	٢٥	٥٠
	متوسطة الاقصى	٢٥	متوسطة الرياط	٢٥	٥٠
	المجموع	٧٥	المجموع	٧٥	١٥٠
المجموع الكلي		١٥٠		١٥٠	٣٠٠

ثالثاً: اداة البحث

يتطلب البحث الحالي بناء أداة لقياس قلق الامتحان يتضمن الخطوات الآتية :-
قامت الباحثة ببناء مقياس قلق الامتحان كأداة لتطبيقها على طلبة الصفين (الاول ، والثالث) من المرحلة المتوسطة لتحقيق أهداف البحث ،وقد تم ذلك عن طريق الاطلاع على الدراسات والادبيات التي تتناول مفهوم قلق الامتحان وبعض المقاييس التي تتضمنه .

ومن بين هذه المقاييس :مقياس الزوبعي (٢٠٠٢) مقياس السلیماني (٢٠٠٣) ومقياس ابو عزب (٢٠٠٨) ومقياس الجبوري (٢٠٠٨) و مقياس العقباوي (٢٠٠٩) ومقياس ساروس (٢٠١١).

فضلا عن توجيه سؤال مفتوح لعينة أستطلاعية من طلبة المرحلة المتوسطة يدور حول حاله النفسية التي يشعرون بها قبل وأثناء اداء الامتحان وما يحصل لهم من تغيرات أنفعالية، وجسمية ،وفسيولوجية ومعرفية ، عن طريق الإطلاع على الدراسات السابقة وتحليل أجابات الطلبة البالغ عددهم (٢٤) من طلبة المرحلة المتوسطة ،ومن خلال هذه الإجراءات أستطاعت الباحثة الحصول على (٦٤) فقرة أعيد صياغة بعضها بشكل يلئم مجتمع البحث الحالي ومستواهم العلمي ،كذلك تم تحديد مجالاته في ضوء الدراسات ذات العلاقة بهذا المفهوم والمقاييس والجانب النظري ،وعلية فقد حددت ثلاثة مجالات ،وقد تم تعريف كل مجال على النحو الآتي:.

١. المجال الاول: المجال المعرفي : بأنه استجابة أنفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن الشرود الذهني ،وضعف القدرة على التركيز ، والنسيان ، وتواتر الافكار المزعجه وتزاحمها والصعوبة في تنظيم المعلومات وأستدعائها .

٢. المجال الثاني : المجال الانفعالي : وهو أستجابة أنفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتمثل بالتوتر والهيج العصبي والحساسيه المفرطه ،وسرعة الأستثاره وتوقع الخطر وفقدان الأعصاب لاتفه الاسباب .

٣. المجال الثالث : المجال الجسمي الفسيولوجي :بأنه أستجابة أنفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية،تتمثل بفقدان الشهيه للطعام وصعوبة النوم والارق والكوابيس المزعجة والشعور بالهم وعدم الاستقرار ،مما يؤدي الى الارهاق الشديد والاعياء النفسي والجسدي.

كذلك تؤخت الباحثة في صياغة فقرات المقياس أن تكون بصيغة المتكلم أن وتكون فقرات المقياس قصيرة ومعبرة عن فكرة واحدة (الزوبعي ، وآخرون ، ١٩٨١، ص١٣٤).

كذلك روعي في صياغة الفقرة أن تكون واضحة وبعيدة عن الغموض ولأتحمل أكثر من معنى وأن تقيس السمة المراد قياسها، حتى تتيح للمستجيب أن يعبر عما بداخله (Stanley&Hopkins 1979 :p 288) .

تصحيح المقياس .:

يتم تصحيح المقياس بعد إجابة الطلبة عن فقرات المقياس ، إذ تمتلك كل فقرة من فقرات المقياس درجة تمثل الوزن الخاص بها ، يتم استخراج الدرجة الكلية للمقياس عن طريق جمع درجات المستجيب عن فقرات المقياس ، من أجل تحقيق هذا الغرض ، فقد حددت الباحثة لكل فقرة خمسة بدائل بحسب قوتها في ضوء الدراسات السابقة وهي (تنطبق على تماما ، تنطبق على كثيرا ، تنطبق على أحيانا ، تنطبق على قليلا ، لا تنطبق على أبدا). وأعطيت لها أوزان (١،٢،٣،٤،٥) على التوالي، فأن اختيار المستجيب الاختيار الأول (تنطبق على تماما) عندئذ يعطى درجة (٥) أما في حالة اختيار البديل الثاني تعطى الدرجة (٤) وهكذا بالنسبة للبدايل الباقية، كما أعدت الباحثة تعليمات المقياس بأسلوب سهل وواضح للقارئ، تبين طريقة الاجابه عن المقياس من قبل عينة البحث والبدايل المقترحة للإجابة المشار إليها سابقا.

الخصائص السايكومترية لمقياس قلق الامتحان:-أولاً: الصدق :- validity

يعد الصدق من أكثر المؤشرات القياسية أهمية للمقياس ، فالمقياس الصادق هو المقياس الذي يقيس ما أعد لقياسه ، أو يحقق الغرض الذي أعد من أجله (عوده، ٢٠٠٢م، ص ٣٣٥) وقد استخرج للمقياس الحالي مؤشرين هما (الصدق الظاهري ، ومؤشرات صدق البناء) وفيما يلي توضيح كيفية الحصول على كل مؤشر منها:-

الصدق الظاهري (Face Validity):-

يشير إيبيل (Ebel) إلى أن أفضل وسيلة للصدق الظاهري هو أن يقوم عدد من الخبراء والمحكمين في تقدير مدى كون الفقرات ممثلة للصفة المراد قياسها (Ebel 1972:P555). وفي ضوء استجابة الخبراء إذ اقترحوا حذف بعض الفقرات ، وتعديل الصياغة اللغوية للبعض الآخر ، وقد حصلت غالبية الفقرات على درجة اتفاق ما بين (٨٠-٨٥) % فما فوق ، وقد تم استبعاد (١٠) فقرات من المقياس والتي لم تتفق عليها جميع الآراء من قبل الخبراء وفي ضوء الملاحظات والمقترحات التي أبداها المختصون أصبح المقياس (٥٤) فقرة صالحه وبحسب مجالاتها.

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس قلق الامتحان:

يعد تحليل الفقرات إحصائياً خطوة رئيسة من خطوات بناء المقاييس النفسية إذ أن التحليل الإحصائي للفقرات يكشف عن دقتها في قياس ما أعدت لقياسه وانتقاء الفقرات الصالحة في المقياس واستبعاد الفقرات غير الصالحة ، لأنها لا تتلاءم مع الظاهرة المراد قياسها لذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (٣٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة المتوسطة، ثم قامت بترتيب الدرجات الكلية لعينة التحليل الإحصائي بصورة تنازلية من أعلى إلى أدنى

درجة أذ تم اختيار نسبة (٢٧) % من الدرجات العليا ونسبة (٢٧) % من الدرجات الدنيا (Gili,etal.,2006,p2).

حيث استعملت الباحثة الاختبار التائي (t.test) لعينتين مستقلتين في حساب دلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين (العليا- الأدنى) لكل فقرة من فقرات المقياس و عدت القيمة التائية المحسوبة لتميز كل فقرة عن طريق موازنتها بالقيمة التائية الجدولية أساساً للحكم عليها (Edward,1952,,p153,154). إذ أظهرت النتائج إن جميع الفقرات كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (١٥٨) القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) ماعدا (٦) فقرات وهي (٨،١٠،١١،١٥،٢٧،٣٠) كانت غير داله علما ان عدد الاستمارات الخاضعة للتحليل (١٦٠) استمارة (٨٠) تمثل المجموعة العليا و(٨٠) تمثل المجموعة الدنيا والجدول (٢) يوضح ذلك .

الجدول (٢)

يوضح القوه التمييزية لفقرات مقياس (قلق الامتحان) لكل من المجموعتين (العليا ، والدنيا)

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		النسبة التائية	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	٢.٤٧٨	١.٢٨٣	٢.١٤٢	١.٢٠٩	٢.٠٢٨	دالة
٢	٢.٤٣٤	١.١٣٣	١.٦٧٣	١.١٦١	٤.٩٨٨	دالة
٣	٢.٣٩٧	١.٢٢٥	١.٩٣٨	١.٢٤٢	٢.٢٦٥	دالة
٤	٢.٥٦٦	١.٢٥٩	١.٩٠٣	١.١٣٤	٤.١٦٣	دالة
٥	٢.٧٠٨	١.٣٥٤	٢.٣٣٤	١.١٧٨	٢.٢٠٢	دالة
٦	١.٨٩٤	١.٥٦١	١.٣٩٨	١.٣٠٧	٢.٥٨٩	دالة
٧	٢.٧٠٨	١.١٨٥	١.٦٦٤	١.٠٨٢	٦.٩١٥	دالة
٨	٢.٠٣٥	١.٦٠٩	١.٦٤٦	١.٣٨٢	١.٩٥٢	غير دالة*
٩	٣.٥٣٩	٠.٨٧٧	٢.٣١٩	١.٤١٦	٧.٧٩٦	دالة
١٠	١.٨٥٨	١.١٢٥	١.٨١٤	١.١٣٩	٠.٢٩٤	غير دالة*
١١	٢.١٣٣	١.٢٧٩	٢.١٠٦	١.٠٢٩	٠.١٧٢	غير دالة*
١٢	٢.٤٧٨	١.٢٨٢	٢.١٤٢	١.٢٠٩	٢.٠٢٨	دالة
١٣	٢.٤٣٤	١.١٣٣	١.٦٧٧	١.١٦١	٤.٩٨٨	دالة
١٤	١.٩٩١	٠.٨٨١	١.٣١٩	١.٢٨٨	٥.٢٧٨	دالة

غير دالة *	١.٣٢٨	٠.٩٨٦	٠.٩٩١	١.٠١٧	١.١٦٨	١٥
دالة	٤.٠٨٢	١.١١٧	٢.٣٥٤	١.١٩٥	٢.٩٨٢	١٦
دالة	٣.٨٠١	١.١٠٣	١.٦٢٨	٠.٩٥٧	٢.١٥٠	١٧
دالة	٥.٩٥٧	١.١٦٦	٢.٤٨٨	٠.٩١٩	٣.٣١٩	١٨
دالة	٦.٥٢٠	١.٢٠٩	٢.٠٥٣	١.٠٧٣	٣.٠٤٤	١٩
دالة	٥.٥٣٨	١.١٠٩	١.٩٠٣	٠.٩٢٤	٢.٦٥٥	٢٠
دالة	٧.٢٤٥	١.٢٥٤	١.٥٣١	١.٢٠٧	٢.٧١٧	٢١
دالة	٤.٩١٦	١.٢٠٥	١.٨٢٣	١.١٧٨	٢.٦٠٢	٢٢
دالة	٨.٧٣٣	١.٠١٠	٢.٣٧٢	٠.٨٢٤	٣.٤٤٣	٢٣
دالة	٥.١٦٨	١.١٣٨	٢.٠٢٦٥	١.٢٢٩	٢.٨٤١	٢٤
دالة	٨.٥٩٨	١.٠٧٣	١.٦٧٢٦	١.١٢٤	٢.٩٢٩	٢٥
دالة	٧.٩٠٢	١.٢٨٧	١.٦٨١٤	٠.٩٥٧	٢.٧٢٦	٢٦
غير دالة* ^١	١.٥٠٧	٠.٩٢٢	٠.٩١٢	١.١٨١	١.١٢٤	٢٧
دالة	٤.٥٧٧	٠.٩٥٣	٠.٨٣٢	١.٠٧٨	١.٤٥١	٢٨
دالة	٤.٠٠٨	٠.٩١٣	٠.٨٦٨	١.٠٧٤	١.٣٩٨	٢٩
غير دالة *	١.٣٢٨	٠.٩٨٧	٠.٩٩٢	١.٠١٧	١.١٦٨	٣٠
دالة	٦.٢٧٩	١.١٦٤	١.٤٤٣	١.١٩٨	٢.٣٨١	٣١
دالة	٣.٦١١	١.٠٠٥	١.٢٨٣	١.١٦٤	١.١٦٩	٣٢
دالة	٥.١٢٠	١.٢٣٩	١.٧٣٥	١.١٤٩	٢.٥٤٩	٣٣
دالة	٩.٦٦٧	١.٠٥٢	١.٨٣٢	١.٩٥٦	٣.١٢٤	٣٤
دالة	٣.٥٣٥	١.١٦٧	٢.٢٣٩	١.٢٠٤	٢.٧٩٧	٣٥
دالة	٤.٩٧٦	١.٠٦٢	١.٥٢٢	١.٠٧٨	٢.٢٣٠	٣٦
دالة	٢.٢٦٦	١.٠٩١	١.٦٢٨	١.٢٣٦	٢.٦٠٢	٣٧
دالة	٤.٩٢٠	١.١٦١	٢.٧٨٨	٠.٩٣٧	٣.٤٧٨	٣٨
دالة	٣.٦٦٠	١.١٠٢	٢.٦٤٦	١.٠٧٩	٣.١٧٧	٣٩
دالة	٦.٢٨١	١.٣٠٥	٢.٨٢٣	٠.٧٠٦	٣.٦٩٩	٤٠
دالة	٢.٨١٠	١.٢٢٦	٢.٦٢٩	١.١٣٩	٣.٠٧١	٤١
دالة	٦.٧٨٤	١.١٤٢	١.٧٣٥	٠.٩٤٧	٢.٦٨١	٤٢
دالة	٦.٦٣١	١.١٤٦	١.٩٩١	١.١٤٢	٣.٠٠٠	٤٣

دالة	٩.٣٢٤	١.١٤٤	١.٧٦١	١.٠٩٦	٣.١٥٠	٤٤
دالة	٥.٩٥٤	١.١٢٥	١.٨٠٥	١.١٧٧	٢.٧١٧	٤٥
دالة	٤.٠٨٢	١.١١٨	٢.٣٥٤	١.١٩٥	٢.٩٨٢	٤٦
دالة	٤.٠٨٢	١.١١٨	٢.٣٥٤	١.١٩٥	٢.٩٨٢	٤٧
دالة	٣.٨٠١	١.١٠٣	١.٦٢٨	٠.٩٥٧	٢.١٥٠	٤٨
دالة	٥.٩٥٧	١.١٦٦	٢.٤٨٧	٠.٩١٩	٣.٣١٩	٤٩
دالة	٦.٥٢٠	١.٢٠٩	٢.٠٥٣١	١.٠٧٣	٣.٠٤٤٢	٥٠
دالة	٥.٥٣٨	١.١١٩	١.٩٠٣	٠.٩٢٤	٢.٦٥٥	٥١
دالة	٧.٢٤٥	١.٢٥٥	١.٥٣١	١.٢٠٧	٢.٧١٧	٥٢
دالة	٦.٥٢٠	١.٢٠٩	٢.٠٥٣	١.٠٧٣	٣.٠٤٤	٥٣
دالة	٤.٩٧٦	١.٠٦٢	١.٥٢٢	١.٠٧٧	٢.٢٣٠	٥٤

* فقرة غير داله عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٥٨) ، وقيمته جدولية (١.٩٦)

٢. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية (الاتساق الداخلي)

أستعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لاستخراج العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له، والمعروف إنه كلما ازداد معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية كانت علامة على دلالة تمثيلها للخاصية المراد قياسها (فيركسون ، ١٩٩١ ، ص ٦٢٠) .

وقد تبين من خلال إجراء معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية ، إن جميع الفقرات ذات معامل ارتباط دال وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (٤٨) فقره والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

معامل ارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس قلق الامتحان

ت	معامل ارتباط	ت	معامل ارتباط	ت	معامل ارتباط
١	٠.٢٢٦	١٧	٠.٤١٤	٣٣	٠.٤٥٥
٢	٠.١٩٤	١٨	٠.٣٧٦	٣٤	٠.٤٣٧
٣	٠.٣٥٠	١٩	٠.٤٣٤	٣٥	٠.٤١٥
٤	٠.٢٢٠	٢٠	٠.٤٧٤	٣٦	٠.٣١٢
٥	٠.٢١٤	٢١	٠.٢٤٤	٣٧	٠.٣٨٥
٦	٠.٢٨٧	٢٢	٠.٥٣٥	٣٨	٠.٢٧١
٧	٠.٢٧٢	٢٣	٠.٤٠٨	٣٩	٠.٢٢٠
٨	٠.٢٥٨	٢٤	٠.٥٢٠	٤٠	٠.٣٠٩
٩	٠.٣٩٨	٢٥	٠.٤٩٥	٤١	٠.١٣٥
١٠	٠.٤١٨	٢٦	٠.٣٩٧	٤٢	٠.٢٩٤
١١	٠.٣١٦	٢٧	٠.٤٠٧	٤٣	٠.٢٦٠
١٢	٠.٣٤٤	٢٨	٠.٣٦٥	٤٤	٠.١٦٤
١٣	٠.٣٣٧	٢٩	٠.٢٢٩	٤٥	٠.٢٣١
١٤	٠.٢٥١	٣٠	٠.٣٦٢	٤٦	٠.١٢٤
١٥	٠.٣٤٨	٣١	٠.٤٧٦	٤٧	٠.٤٧٤
١٦	٠.١٧٩	٣٢	٠.٣٨٩	٤٨	٠.٢٤٤

٢. الثبات Reliability :-

يعد الثبات من الشروط الأساسية التي يجب توافرها في المقاييس النفسية والتربوية فالثبات يعني الاتساق في النتائج، والمقياس الثابت هو المقياس الذي يعطي النتائج نفسها عند إعادة تطبيقها، فالثبات يعني دقة الاختبار، فالاختبار الجيد هو الاختبار الذي يمتاز بثبات عال.

وقد تم استخراج الثبات عن طريق استخدام الطرق الآتية :-

الاتساق الداخلي باستعمال معادلة (الفارونباخ):-

Alpha Cronpack Coefficient For Internal Consistenc

قد بلغ معامل الثبات لمقياس قلق الامتحان (٠,٨٤%) وهذا يدل إن المقياس يتمتع بثبات عالي.

طريقة اعادة الاختبار :

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على نفس العينة التي طبقت عليها المقياس عند استخراج الثبات بطريقة الفاكرونباخ، ومن ثم أعيد تطبيق الاختبار عليهم مرة ثانية بعد أسبوعين، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين وكانت قيمته (٠.٨٠%) وبهذا يصبح المقياس صالحاً جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الحالي .

الوسائل الإحصائية Statistical Means :-

استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية:-

١. معادلة الاختبار التائي للمجموعتين المستقلتين وذلك لاختبار مدى دلالة الفروق بين المجموعة العليا والدنيا با لنسبة إلى المقاس عند حساب معامل تمييز الفقرات. وكذلك لإيجاد الفروق على وفق متغير (الجنس)
٢. معادلة ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) في إيجاد العلاقة بين كل فقرة من الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس ،وفي حساب معامل ثبات المقياس بطريقة (إعادة الاختبار).
٣. معادلة الفاكرونباخ (Alpha Croubach) لاستخراج ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي.
٤. معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة وذلك لاحتساب الفروق بين الوسط الحسابي لعينة البحث والوسط الفرضي للمقياس.
٥. تحليل التباين التائي (Two Way Anova) (٢×٢) الجنس (ذكور- اناث) والمرحلة الدراسية للصفين (الاول ، والثالث) المتوسط .

الفصل الرابع

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصلت إليها الباحثة على وفق أهداف البحث، ثم مناقشة تلك النتائج وهي كما يأتي :

أولاً: فيما يتعلق بالهدف الأول: قياس مستوى قلق الامتحان لدى عينة البحث بشكل عام لغرض قياس مستوى قلق الامتحان لدى أفراد عينة البحث، تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، وبالبلغ عددهم (٣٠٠) طالباً وطالبة، إذ بلغ المتوسط الحسابي للعينة (٧٧.٠٢) درجة، وبانحراف معياري قدره (٦.٤٩٣٠٨) درجة، وموازنة بالوسط الفرضي البالغ (٧٢) درجة أتضح إن القيمة التائية المحسوبة تساوي (١٣.٣٩١) درجة، في حين إن القيمة الجدولية تساوي (١،٩٦) درجة، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩) أي إن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية، مما يدل على أن أفراد عينة البحث يعانون من قلق الامتحان، وكما مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤)

الفرق بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي في قلق الامتحان لدى عينة البحث

المتغير	العدد	القيمة التائية		الانحراف المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الدلالة
		الجدولية	المحسوبة			
قلق الامتحان	٣٠٠	١.٩٦	١٣.٣٩١	٧٧.٠٢	٧٢	٠.٠٥

• القيمة الجدولية = (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية ٢٩٩

ثانياً: معرفة الفروق في قلق الامتحان تبعاً لمتغير الجنس (الذكور والاناث) والمرحلة الدراسية للصفين (الاول، والثالث) متوسط.

تحقيقاً للهدف الثاني الذي نص على التعرف على الفروق لقلق الامتحان تبعاً لمتغيري الجنس والمرحلة الدراسية، حيث تم استخدام تحليل التباين التائي (Tow Way Anova) (٢×٢) الجنس (ذكور- اناث) والمرحلة الدراسية للصفين (الاول، والثالث) متوسط وكما هو موضح في الجدول

(٥)

جدول (٥)

قيم تحليل التباين الثنائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الفروق تبعا لمتغيري الجنس والمرحلة الدراسية

مصدر التباين	مجموعات المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	الدلالة ٠,٠٥
الجنس	٢٣٥.٨٥٣	١	٨٣٥,٨٥٣	٢٠.٠٠٢	دالة
المرحلة الدراسية	٠.٣٣٣	١	٠.٣٣٣	٠.٠٠٠٨	غير دالة
الجنس * المرحلة الدراسية	٩.٧٢٠	١	٩.٧٢٠	٠.٢٣٣	غير دالة
الخطأ	١٢٣٥٩.٩٧٣	٢٩٦	٤١.٧٥٧		
الكلية	١٢٦٠٥.٨٨٠	٢٩٩			

• القيمة الفائية = ٣,٨٤ عند مستوى دلالة (٠,٥٠) وبدرجة حرية (٢٩٦، ١)

وتشير النتائج في جدول (٥) الى ما يأتي :-

اولا: (الجنس)

بلغت القيمة الفائية المحسوبة لمتغيري الجنس (ذكور - اناث) (٢٠.٠٠٢) وهي اكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ويظهر من ذلك ان هناك فروقا ذات دلالة احصائية في قلق الامتحان لدى طلبة المرحلة المتوسطة على وفق متغير الجنس لمصلحة الاناث الذي بلغ متوسط درجاتهن على مقياس قلق الامتحان (٧٧.٩٠٦٧) مقابل متوسط درجات الذكور البالغ (٧٦.١٣٣٣) كما هو موضح في جدول (٥).

ثانيا: (المرحلة الدراسية)

بلغت القيمة الفائية المحسوبة لمتغير المرحلة الدراسية للصفين (الاول، والثالث) (٠.٠٠٠٨) وهي اقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبذلك يمكن القول بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق الامتحان لدى طلبة المرحلة المتوسطة على وفق متغير المرحلة الدراسية علما ان متوسط درجات طلبة الصف الثالث في قلق الامتحان بلغت (٧٧.٠٥٣٣) في حين بلغ متوسط طلبة الصف الاول (٧٦.٩٨٦٧) كما هو موضح في جدول (٦).

ثالثا: تفاعل (الجنس * والمرحلة الدراسية)

بلغت القيمة الفائية المحسوبة للتفاعل بين (الجنس * والمرحلة الدراسية) (٠.٢٣٣) وهي اقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) كما هو موضح في جدول (٦) وتبين من ذلك انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفاعل بينهما حيث بلغت قيمة متوسط درجات العينة على وفق متغير (الجنس * والمرحلة الدراسية) (٧٧.٠٣) بانحراف معياري قدره (٦.٤٩٣) والجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦)

قيم متوسط الحسابي والانحراف المعياري لقلق الامتحان للمدارس المتوسطة حسب متغيري الجنس (ذكور - اناث) والصف (الاول، والثالث) المتوسط

الجنس	الصف	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد العينة
ذكور	اول	٦٧.٣٤٦٧	٨.٦٢٦٦٣	٧٥
	ثالث	٧٥.٩٢٠٠	٨.٥١٦٦٩	٧٥
المجموع		٧٦.١٣٣٣	٨.٤٥٧١	١٥٠
اناث	اول	٧٧.٧٦٠٠	٣.٠٣٥١١	٧٥
	ثالث	٧٨.٠٥٣٣	٣.٢٩٥٧٥	٧٥
المجموع		٧٧.٩٠٦٧	٣.١٦٠٨٩	١٥٠
ذكور واناث	أول	٧٧.٠٥٣٣	٦.٤٨٣٦٣	١٥٠
	ثالث	٧٦.٩٨٦٧	٦.٥٢٤٠٨	١٥٠
المجموع		٧٧.٠٢٠٠	٦.٤٩٣٠٨	٣٠٠

مناقشة النتائج وتفسيرها :-

أولاً: فيما يتعلق بالهدف الأول: قياس مستوى قلق الامتحان لدى عينة البحث بشكل عام. أظهرت نتائج البحث الحالي إن أفراد عينة البحث بشكل عام يعانون من قلق الامتحان، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن قلق الامتحان يزداد عند طلبة المرحلة المتوسطة لأهمية المرحلة من وجهة نظر الطالب حيث أنها نقطة البداية نحو بناء المستقبل، كما أنها بالغة الأهمية من وجهة نظر الأسرة وخصوصاً الوالدين، لأنها تحدد خريطة أبنائهم المستقبلية، وهنا تجد الاهتمام والمتابعة من قبل الأهل بأبنائهم، والتركيز علي نشاطهم أثناء مدة الامتحان، والذي قد يصل إلي حد خوف الطالب ورهبته من الامتحانات نتيجة الضغط الواقع عليه من جانب الأهل وبالتالي تزيد حدة القلق عنده. كذلك يزداد القلق عند لطلبة المرحلة المتوسطة نتيجة طموح الاهل في مستوي علمي أكبر من قدراته وإمكانياته، ومن ثم يطلب الأهل منه الكثير، فيصطدم مستوي الطموح العالي من قبل الأهل بإمكانيات الطالب وقدراته، وبالتالي تزيد حدة الارتباك والقلق والتوتر لدي الطالب. وكما تزداد حدة القلق غالباً بين طلبة المرحلة المتوسطة إذا ما أدركوا أن مصيرهم في هذا الامتحان هو النجاح أو الفشل، مما يعني الشيء الكثير بالنسبة لإثبات وجودهم. ثانياً: فيما يتعلق بالهدف الثاني: معرفة الفروق في قلق الامتحان تبعا لمتغير الجنس (الذكور والاناث) والمرحلة الدراسية للصفين (الاول، والثالث) المتوسط. أشارت نتيجة الهدف الثاني بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين (الذكور ، والإناث) في مقياس قلق الامتحان ، وكانت لصالح الاناث .

وتعزولباحثة نتيجة درجات قلق الامتحان لدي الإناث أعلى منه عند الذكور، إلي طبيعة تفكير الطالبة، حيث تجد أن الطالبة مهمومة علي مستقبلها التعليمي، وبالتالي تزيد عندها حدة القلق والتوتر.

كما أن كثير من الطالبات تكون في منافسة مع زميلاتها ومن ثم تزيد من دراستها كلما اقتربت الامتحانات، وتقوم بقضاء كثير من الأوقات في الدراسة ظناً منها أنها سوف تتفوق على زميلاتها وبالتالي يزيد عندها التفكير والتوتر والقلق نتيجة هذا الأمر. وهذا ما أكدته نتائج دراسة (SpielBerger&Garrero) أن الإناث أكثر قلقاً من الذكور، وقد تختلف هذه النتيجة باختلاف المجتمعات وأساليب التنشئة فيها (SpielBerger&,1980,p23)

هذا بخلاف الطلبة الذكور إذ يرجع وجود مستوي أقل لقلق الامتحان عند الطلاب عنه عند الطالبات إلي حالة اللامبالاة التي يكون عليها الطالب في ظل الأوضاع السياسية والاقتصادية الحالية، إلي تشتت ذهن الطالب وعزوفه عن الدراسة، وتركيزه علي مدة قصيرة وقت الامتحان أدي إلي زيادة التوتر والقلق عنده لأنه لا يستطيع أن يدخل الامتحان وهو غير مستعد لها اثنا المدة القصيرة.

كما ترجع الباحثة وجود فروق في مستوي القلق إلي ما يترتب عليه من أدوار وعادات وتقاليدي يقوم بها الذكر عن الأنثى، فالطالب يميل إلي الخروج من البيت مع أصحابه والتنزه، ويستطيع أن يشغل وقت فراغه خارج المنزل، وبالتالي يستطيع أن يروح عن نفسه بطرق عديدة، بينما علي العكس فالطالبة وحسب العادات والتقاليد، ودورها الأنثوي في المجتمع لا يسمح لها بالخروج من البيت إلا في حدود، وبالتالي تقوم الطالبة بالاهتمام بشغل وقت الفراغ بالاهتمام بالدراسة، حيث تقضي أوقات كثيرة في الدراسة تفوق الأوقات التي يقضيها الطالب في الدراسة بمراحل كبيرة وبالتالي تكون تحت ضغط المذاكرة والدراسة ومن ثم يزداد عنده القلق والتوتر.

كما ترى ألباحثة أن طبيعة الطلبة الذكور الخشونة، القوة تقلل من الخوف والرغبة لديه، حيث يحاول جاهداً عدم إظهار أي من الأعراض المختلفة لقلق الامتحان، بينما علي النقيض فطبيعة الإناث النعومة، الضعف حيث تميل إلي الخوف والارتباك علي مستقبلها، فهي مرهفة الحس تتأثر سريعاً بالعوامل النفسية والانفعالية وبالتالي تزداد درجة حدة القلق والتوتر لديها حيث جاءت نتائج دراسة (وردية، ٢٠٠٣) مشابهة لنتائج دراسة البحث الحالي من حيث أن الإناث أكثر قلقاً من الذكور.

أما بالنسبة للفروق بين المرحلة الدراسية للصف (الاول، والثالث) المتوسط أظهرت النتائج بعدم وجود فروق ذات دلالة على وفق المرحلة الدراسية للصف (الاول، والثالث) المتوسط.

تفاعل (الجنس * المرحلة الدراسية)

وقد دلت النتائج على عدم وجود فروق في التفاعل ما بين الجنس المرحلة الدراسية، مما يدل أن نسبة قلق الامتحان لهذه الشريحة متساوية.

الاستنتاجات

- إن أفراد عينة البحث ككل يعانون من قلق الامتحان.
- توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين (الذكور ، والإناث) في مقياس قلق الامتحان، وكانت لصالح الاناث.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق المرحلة الدراسية للصف (الاول ، والثالث) المتوسط.
- عدم وجود فروق في التفاعل ما بين (الجنس ، المرحلة الدراسية).

التوصيات ...

- في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة الى :-
- توجيه الطلبة على تنظيم وقتهم في الدراسة بعمل موازنة بين الأسترخاء والراحة والدراسة.
 - إجراء امتحانات تدريبية نموذجية تجعل الطلبة يألفون جو الامتحانات وتجعلهم يشعرون بأن الامتحان عبارة عن أمر مألوف وموقف تربوي عادي لا يستدعي القلق أو الخوف أو الرهبة.
 - المتابعة المستمرة من طرف مختص في علم النفس وعلوم التربية والأساتذة للطلبة خاصة المقبلين على شهادة البكالوريا وتوجيههم إلى طرائق العمل التي تتناسب مع قدراتهم واستعداداتهم الذاتية للرفع من معنوياتهم وإعادة الثقة بالنفس.
 - على الأسرة توفير الظروف المريحة للمذاكرة، والوسائل الضرورية المساعدة في التحضير لامتحان شهادة البكالوريا والتخفيف من شدة القلق.
 - إطلاع المدرسين والمدرسات على العوامل المؤثرة في قلق الامتحان ؛بهدف الحدّ من هذه الظاهرة.

المقترحات :-

- إجراء دراسة .فاعلية برنامج ارشادي علاجي لخفض قلق الامتحان لدى الطلبة المرحلة المتوسطة الذين يعانون من قلق الامتحان.
- إجراء دراسة عن قلق الامتحان وعلاقته ببعض سمات الشخصية .
- إجراء دراسة عن قلق الامتحان وعلاقته بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة .

Test anxiety for intermediate level

The current study aims to measure the test anxiety of research's sample and to identify the statistical differences of test anxiety, considering two variables gender and students classes level (first and third intermediate class). To do this, a stratified random sampling of (300) student from first and third intermediate classes had selected from both the karkh and Rusafa sides of Baghdad province for the academic year 2015-2016. The author tested the whole sample by using the test anxiety scale that had tested for its validity and reliability. The results revealed that the research's sample as a whole was suffering from test anxiety, there were a statistical differences between male and female that account to female, there were no a statistical differences according to students classes levels, and finally, there were no a statistical differences in correlation between Gender and students classes levels.

المصادر العربية....

- أبو عزب ،نائل ابراهيم (٢٠٠٨): فعالية برنامج ارشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية لمحافظة غزة،رسالة ماجستير ، الجامعة الاسلامية ،غزه كلية التربية قسم علم النفس .
- الجبوري ، سناء لطيف حسون (٢٠٠٦): قلق الأمتحان وعلاقته بالمهارات ما بعد المعرفية لدى طلبة ثانويات المتميزين ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية .
- الجبوري ، محمد عباس محمد(٢٠٠٨): أستخدام استراتيجية (التصور العقلي) في التذكر عند الطلبة ذوي قلق الأمتحان العالي والطلبة ذوي قلق الأمتحان الواطئ ، رسالة ماجستير ، الجامعة المستنصرية ،كلية التربية
- الجلاي ، لمعان - مصطفى محمود ، (١٩٨٩): بناء مقياس قلق الأمتحان، لدى طلبة الجامعة المستنصرية ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية .
- حلمي، منير أحمد (١٩٦٥): مشكلات الفتاة المراهقة وحاجتها الأرشادية ، القاهرة ، دار — النهضة العربية.
- الدايري ، صالح حسن أحمد ، (٢٠٠١): قلق الأمتحان والمسؤولية الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدارس منطقة العين التعليمية ، المجلة العراقية للعلوم التربوية والنفسية وعلم الأجتماع ، مجلد ٢١ ، العدد ٢ .
- راجح ،أحمد عزت(١٩٩٣) : أصول علم النفس، دار المعارف، ط ١٥٠
- زهران ، حامد عبد السلام (٢٠٠٠): الإرشاد النفسي المصغر، طبعة عالم الكتب ، القاهرة .
- زهران ،حامد عبد السلام (٢٠٠٣): الصحة النفسية والعلاج النفسي ، مطبعة عالم الكتب القاهرة.
- الزويبي ، عبد الجليل إبراهيم وآخرون ١٩٨١ : الاختبارات والمقاييس النفسية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، بغداد .
- سعادة ، جودة أحمد ، وآخرون، (٢٠٠٤): أثر بعض المتغيرات النفسية والديمغرافية على مستوى قلق الأمتحان لدى طلبة الثانوية العامة في شمال فلسطين خلال أنتفاضة الأقصى مجلة مركز البحوث التربوية ، العدد ٢٥ ، عمان ، الأردن.
- سليمة ،سايجي (٢٠١٢): قلق الامتحان وبعض العوامل المساعدة لظهوره لدى التلاميذ، جامعة محمد ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، بحث منشور.
- الشحيمي محمد أيوب:(١٩٩٧) الإرشاد النفسي التربوي، دار الفكر اللبناني، ط ١.
- الشهري ، علي شهبول ، والصيخان ، إبراهيم سالم (٢٠٠٣): أمتحانات بلا قلق مجلة المعلم. السنة الثامنة ، العدد ٨ (انترنت) .

- الضامن، منذر عبد الحميد: (2003) الإرشاد النفسي، الطبعة الأولى، مكتبة الفلاح الكويت .
- عبادة احمد ، والزهار نبيل (١٩٨٧): أثر ارتفاع المعدل للمعلومات المعرفية في اختبار تحصيلي على السمة الاستثنائية وقلق الامتحان ،مجلة البحث في التربية وعلم النفس ،جامعة طنطا .
- عبد الله، مجدي احمد (١٩٩٦): علم النفس العام، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- عبد المعطي، حسن مصطفى (١٩٩٨) : علم النفس الإكلينيكي، الطبعة الأخيرة، دار قباء للنشر، القاهرة، مصر
- العناني، حنان عبد الحميد (١٩٩٨) :الصحة النفسية للطفل، الطبعة الرابعة، دار الفكر عمان،- فهمي، مصطفى(١٩٩٧): الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، الطبعة الثانية، مكتبة الخانجي، القاهرة، مصر.
- عوده ، احمد سليمان، ٢٠٠٢م: القياس والتقويم في العملية التدريسية ، كلية العلوم التربوية الإصدار الخامس ، جامعة اليرموك
- العيسوي، عبد الرحمن محمد (١٩٨٩): التوجه التربوي والمهني مع الدراسة الميدانية للميول الدراسية لدى الطلبة الجامعيين ، الرياض ، مكتبة التربية لدول الخليج العربي.
- فهمي ،مصطفى (١٩٩٧): سيكولوجية الطفولة والمراهقة ،دار مصر للطباعة.
- فيركسون ، جورج ، ١٩٩١م التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس ، ترجمة هناء محسن العكيلي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، الجامعة المستنصرية.
- كمال ، علي، (١٩٨٨): النفس: أنفعالاتها وامراضها وعلاجها ، ط٤، دار واسط للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد عباس محمد(٢٠٠٨): أستخدام ستراتيجية (التصور العقلي) في التذكر عند الطلبة ذوي قلق الأمتحان العالي والطلبة ذوي قلق الأمتحان الواطئ ، رسالة ماجستير ، الجامعة المستنصرية ،كلية التربية .
- المخلافي عبد الكريم عبدة قاسم (٢٠٠٨): قلق الامتحان وعلاقتة بمهارات التعلم لدى الطلبة الجامعة رسالة دكتوراه ،جامعة بغداد .
- مورجان ، كلفورد ،وديزن جون (١٩٨٥): كيف تذاكر الاسس العلمية الاستذكار ترجمة احمد محمد العيسوي ، الكويت ، ج١، مؤسسة دار الكتاب الحديث للطبع والنشر والتوزيع
- نجم ، نادية خليف (٢٠٠١) مراقبة الذات والقلق وعلاقتهما بالأداء المدرسي لدى طلاب الصف السادس الأعدادي ، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية.
- الوحش، عبد العزيز مهيبوب، (١٩٩٨): قلق الأمتحان وأثره على تحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، في الجمهورية اليمنية، مجلة الثقافة الفنية العدد ٣٣.

- وردية، ساعد (٢٠٠٣): علاقة قلق امتحان البكالورية بالتحصيل الدراسي، جامعة الجزائر كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، رسالة ماجستير .
- الوقفي، راضي، (١٩٨٩): علم النفس العصبي ، ط٢، كلية الأميرة ثروت ، عمان، الأردن.

المصادر الاجنبية

- Browne, James P. (1991). Test anxiety and achievement testing: Cognitive interference of skills deficit. Dissertation Abstracts International, 52, 3(A), 84.
- Ebel, R.L. (1972): Essentials of Education Measurement York prentice-Hall.
- Edwards, A.I 1952: Techniques of Attitude Scale construction New York ,Applet ion-Century Crotts.LNC.
- Gili,O&et.al,(2006): Randomized place bocontrolled trial of aself -help internt- based intervention for test anxiety ,Behavior R eearch and Theratpy,No 18
- Otomo, Yuko (1998). The relation ship of computer anxiety, mathematics anxiety, trait anxiety, test anxiety, gender, and demographic characteristics among community college student. Dissertation Abstracts international, 55, 5, (A), 1957.
- Sarason:(1984) Test anxiety theory research and application, `New Jersey.
- Spielberger. C.D. (1980) Test Anxiety Inventory, consulting psychologist, press.
- Spielberger:(1976) Anxiety currenttends in theory and research academic, Press New York & London, .
- Zeidner, M. (2001). Sex, ethnic, and social differences in test anxiety. *Journal of Genetic Psychology* .150. (2):175-185