

الوعي بالذات وعلاقته بالقلق المدرسى لدى طلاب المرحلة الثانوية بالرياض

إعداد

د/ سامى محمد موسى هاشم
أستاذ الصحة النفسية المساعد.

- مدخل إلى الدراسة:-

تعتبر الذات self من المفاهيم الهامة فى دراسة الشخصية بل تعتبر حجر الزاوية لفهم الشخصية وما يصدر عن الفرد من سلوك. وقد استخدم روجرز Rogers الذات ومفهوم الذات self-concept كبديلين واعتبر كل منهما يعبر عن الشيء نفسه. ويشير روجرز فى هذا الصدد إلى أن مفهوم الذات يتضمن مجموعة الخصائص التى يدرکها الفرد على أنها جزء من ذاته (وهو فى ذلك يشبه وجهة نظر أريكسون حول الهوية Ego-Identity) كما استخدم أيضاً كلمة الذات ليشير إلى الوعي الذاتى بكيونة الفرد. كما افترض (متفقاً فى ذلك مع بياجيه) أن الذات لا تتحقق عند الميلاد، ولكن الطفل يتعلم مع النمو كيف يفرق بين ما يخص الذات وما لا يخصها، فالذات ليست ثابتة ولكنها فى تغير مستمر. (Carver, c.s & Scheier, M.F.- ١٩٨٨)

ويزمى بوس (١٩٨٠) Buss بين الذات الحسية التى تظهر مبكراً فى الطفولة early, sensory self والذات المعرفية التى تتكون مع تقدم الطفل فى العمر. Advanced, cognitive self وتعتبر الذات الحسية مشتركة بين الحيوان والإنسان (الراشد والطفل) وهى ترتبط بالعمليات التى تعتمد على الحواس. أما الذات المعرفية فهى تظهر مع تقدم العمر ولذا يطلق عليها الذات المتقدمة وهى توجد فقط لدى الإنسان الراشد وليس الأطفال أو الحيوانات. وتبدو هذه الذات فى ثلاثة أنماط رئيسية من السلوك هى :-

- تقدير الذات self-Esteem حيث يصدر الفرد تقيماً لذاته كما يصدر تقيماً للآخرين وفى نفس الوقت يدرك تقيماً للآخرين لذاته .

- أما النمط الثانى من السلوك فهو السلوك الداخلى غير الظاهر inner behavior مثل المشاعر والأفكار والتخيلات التى يطلق عليها covertness فالإنسان يستطيع أن يميز بين ما يفكر فيه وينفعل به ويتخيله وبين ما يصدر عنه من سلوك خارجى ظاهر، وهذه الحياة الداخلية inner life تعتبر أساساً آخر لنشأة الذات المعرفية.

وأخيراً يعتبر النمط الثالث للسلوك هو التمييز بين إدراك الفرد وتفسيره ومنظوره لما يدور حوله من أحداث وبين إدراك وتمييز الآخرين لنفس الأحداث.

كما يميز بوصف Buss بين المظاهر الخاصة private aspects للذات والتي تشير إلى الخبرات الداخلية للفرد والتي يشعر بها وحده مثل الإحساس بالألم والتخيل وغيرها، والمظاهر العامة للذات public aspects والتي تكون ظاهرة وخارجية تماماً مثل طريقة الكلام أو المظهر الخارجي وغيرها.

وتتعدد المفاهيم والعمليات الخاصة بالذات مثل مفهوم الذات، تقدير الذات، فعالية الذات، والوعي بالذات وغيرها من المفاهيم والعمليات التي تحدد كيف يسلك الفرد بطريقة معينة في موقف ما. ويعتبر الوعي بالذات self-consciousness من العمليات الهامة التي تحوز على اهتمام العلماء حتى أن البعض أسس نظرية متكاملة للبحث في هذه العملية وعلاقتها ببعض العمليات الأخرى والسلوك.

ويشير الوعي بالذات إلى اهتمام الفرد بالجوانب المختلفة للذات ووضعها في بؤرة تركيزه. وقد استخدم العديد من الباحثين مصطلحات بديلة للإشارة إلى نفس المعنى تقريباً مثل self-focus , self-awareness

self-perception ففي كتابة عن الوعي بالذات والقلق الاجتماعي

self-consciousness and social anxiety يحاول آرنولد بوصف

Buss, A. (١٩٨٠) أن يميز بين هذه المفاهيم إلا أنه يرى أن الفروق بينها بسيطة ولذا فهو يستخدمها كبديل.

وقد قسم بوصف Buss الوعي بالذات إلى ثلاثة أبعاد رئيسية هي الوعي بالذات الخاصة private self-consciousness والوعي بالذات العامة public self-consciousness والقلق الاجتماعي social Anxiety. وفيما يلي عرض لنظرية بوصف Buss حول الوعي بالذات. أولاً: الوعي بالذات الخاصة:-

وهو يشبه فكرة كارل يونج عن الانطوائية وما قام به من تطوير لهذا المفهوم فهما يتعلقان بجوانب معرفية وتفكير خاص عن الذات ويؤكدان على أهمية الخبرات الداخلية التي ربما تكون معروفة فقط للفرد نفسه. (Fengstein & scheier & Buss ١٩٧٥).

ويرى بوصف Buss أن الوعي بالذات الخاصة هي التي تحدد الفروق بين الأفراد في الوعي بالمظاهر الخاصة بذواتهم. وتتكون الذات الخاصة من أربعة مكونات أساسية هي:-

- الاستثارات الجسدية Focal stimuli، مثل الإحساس بالجوع والعطش أو توتر العضلات أو سماع دقات القلب في غرفة هادئة..... إلخ. وأيضاً بعض الاستثارات المرضية مثل الإحساس

بالوحدة، الاكتئاب، الغضب، الرومانسية، الضياع... تلك المشاعر التي لا يمكن أن يشعر بها سوى الفرد ذاته.

- الحالات الداخلية Defuse internal states وهي العمليات الداخلية التي لا يمكن أن يبوح بها الفرد للآخرين.

- الدوافع Motives مثل الإنجاز والانفعالات Emotions والتي تعتبر جزءا من الذات الخاصة لأن الفرد يخبرها بصورة خاصة وليست عامة.

- الانعكاسات النفسية self-Reflections مثل أحلام اليقظة أو مشاعر الإعجاب بالآخرين أو ربما التفكير في تقييم الفرد لذاته وتحديد مستوى تقدير الفرد لذاته.

ويرى بوس Buss أن الانتباه أو التركيز على المظاهر الخاصة لذات الفرد تزيد من الشحنة المؤثرة للاستثارة الجسدية. فيمكن أن تصبح الأشياء المولمة أكثر ألماً، تزداد العدائية، يتعمق الإحساس بالوحدة، ويزداد أو يقل تقدير الذات. فالأشياء السلبية تزداد سلبية والأشياء الإيجابية تزداد إيجابية نتيجة التركيز على الذات الخاصة. فعندما تكون الطاقة قطبية مثل الغضب، الخوف، فإن الوعي بالذات الخاصة ينشط فقط الشحنة الانفعالية. ويكون هناك تأثير واضح لهذا التركيز على السلوك الظاهر خاصة إذا كانت هناك علاقة قوية بين العمليات الداخلية والسلوك الظاهري والمثال على ذلك التركيز على مشاعر الغضب الذي يمكن أن يؤدي إلى زيادة السلوك العدوانى. ويجب التأكيد على أن الأحداث Events الداخلية ذات الطبيعة الانفعالية أو العاطفية هي فقط التي يتم تقويتها عن طريق الوعي بالذات الخاصة بينما لا يتم تضخيم الأشياء الحيادية.

ويقترض بوس Buss أن وضع الذات الخاصة في بؤرة إنتباه الفرد يجعل جميع الأحداث الخاصة private events ذات الشحنة الانفعالية وأيضاً الحيادية أكثر وضوحاً وأكثر تمايزاً، فالوعي بالذات الخاصة يؤدي إلى زيادة الإدراك والمعرفة بالذات وما يتعلق بها من أحداث والأشخاص الذين لا يميلون إلى فحص نواتهم الداخلية يجهلون كثيراً عن هذه الذات وربما تكون أحكامهم غير حقيقية حول الذات.

ويضيف بوس (١٩٨٠) Buss في نظريته أن الوعي بالذات الخاصة يمكن أن تستثيره

الأحداث التالية:-

- الاهتمام بالذات.

- كتابة مذكرات يومية.. إلا أن الإجابة على استبيان أو كتابة التقارير الذاتية self-reports لا تؤدي إلى التركيز على الذات الخاصة حيث أن هذه الأنشطة تعتمد على شخص آخر في المقابلة أو أسئلة محددة في المقياس وكلاهما بعيد عن ذات الفرد.

- التأمل Meditation وأحلام اليقظة.

- النظر في امرأة صغيرة .. حيث تجعلنا على وعى بما يحدث من تغيرات في صورتنا

(أما المرأة الكبيرة فقد تجعلنا على وعى بالذات العامة حيث تحدد صورتنا التي تبدو بها أمام الآخرين).

وقد أشارت الدراسات الحديثة إلى وجود علاقة إيجابية بين الوعى بالذات والميل للتعبير أو الإفصاح عن الذات self-disclosure، حيث يتميز الوعى بالذات الخاصة بالتركيز أو الاهتمام بالمظاهر الداخلية للذات.

ويضيف رينووكيني(1٩٩٢)، Reno, RR. & Kenny D.A، أن الأشخاص ذوى الوعى بالذات الخاصة المرتفع يكونون أكثر ميلا للتعبير الصريح عن أنفسهم لأن لديهم الكثير الذى يمكنهم التعبير عنه، حيث أنهم أكثر معرفة بزواتهم. وقد أيدت بعض الدراسات ذلك من حيث أن المراهقين الأكثر وعيا بذواتهم يكونون أكثر ميلا للتعبير عن الذات لرفاقهم. ويعتبر الوعى بالذات الخاصة من وجهة نظر Buss حالة انتقالية، فعندما يستثار عن طريق أحد المثيرات المذكورة يودى إلى التركيز على الذات Self-focus. ويمكن أن يقسم الناس فى هذه الصفة على متصل طرفه الأول يمثل الذين يميلون إلى التركيز بشدة على الذات الخاصة بينما يمثل طرفه الآخر الذين لا يهتمون ولا يفحصون ذواتهم.

ويوضح بوس Buss فكرته الأساسية عن الوعى بالذات الخاصة، والتي يمكن أن تستثار تجريبيا أو بصورة طبيعية من خلال الأشياء التى سبق ذكرها، ويرى أن ذلك يودى إلى وضع بعض العمليات (مثل العمليات الجسمية، الأمزجة، الإنفعالات، الدوافع، الخيالات وتقييم الذات) فى بؤرة الانتباه والذى ينتج عنه الاهتمام بالمظاهر التى تؤدى إلى فهم أوضح للذات والانتباه للمظاهر العاطفية أو الدافعية والذى يودى إلى تقويتها.

ثانيا- الوعى بالذات العامة: -Public self-consciousness

يرى بوس (1٩٨٠) Buss أن المظاهر العامة للفرد تتضمن كل ما يبدو عليه أمام الآخرين. وأكثر هذه المظاهر هو المظهر العام للفرد Appearance فجميع المجتمعات تحدد حدا أدنى للمظهر الذى يجب أن يبدو عليه الفرد، مثل طريقة إرتداء الملابس وتصنيف الشعر وغيرها.. ومن بين العناصر الهامة الأسلوب style أو النمط العام للفرد فهناك أساليب محددة يودها المجتمع لكل من البنين والبنات، الكبار والصغار، ويتضمن ذلك أيضا الطريقة التى يتعامل بها الشخص مع الآخرين فى السياق الاجتماعى.

ويعتبر إدراك الآخرين وردود أفعالهم ذو أهمية كبيرة لدى ذوى الوعى بالذات العامة، فهم يهتمون بمظاهرهم كما يدركها الآخرون وبسلوكهم كما يفسره الآخرون. ولا يمكن أن يركز الفرد على ذاته العامة إلا إذا وضع فى موقف يكون فيه محل ملاحظة الآخرين وهذا يجعله يعود إلى فحص مظهره الخاص وسلوكه الظاهر، وأكثر المواقف التى تؤدى إلى إدراك الذات العامة هى تصرفات الآخرين.

* ويرى رينو وكيني (١٩٩٢) Reno & Kenny أن الوعي بالذات العامة كسمة تتميز بالتركيز على الذات كموضوع اجتماعي، أي من وجهة نظر الآخرين في المجتمع. فالأفراد ذوي الوعي بالذات العامة المرتفع يهتمون بترك إنبطاع طيب عن ذواتهم لدى الآخرين ويحدث هذا الاهتمام عندما يدركون أنهم محل تقييم من قبل الآخرين ولذا فهم يميلون إلى السلوك الذي يؤدي إلى ترك إنبطاع طيب لدى الناس.

إلا أن بوس (١٩٨٠) Buss يقرر بأن إدراك الذات self-awareness لا يحدث حينما يكون الفرد مع المقربين من الأصدقاء والأسرة ولكن مع مجموعة من الغرباء. فالفرد يشعر بإدراكه الشديد لذاته عندما يتحدث أمام مجموعة من الغرباء وقد يؤدي ذلك إلى القلق الاجتماعي. ولا تعتبر كل المواقف الاجتماعية في الحقيقة غير سارة بالنسبة للفرد. فوجود الفرد تحت الملاحظة المدققة من الآخرين أو الإهمال التام يمكن أن يكونا من المواقف غير السارة إلا أن بينهما تنوع كبير من المواقف التي تكون متوسطة الحدة وتكون سارة بالنسبة للفرد.

ويشير بوس Buss إلى أن هناك مجموعتان رئيسيتان من الأحداث التي يمكن أن تؤدي إلى إدراك الذات العامة والوعي بها وهي :-

- أن يكون الفرد تحت الملاحظة الدقيقة من قبل الآخرين أو أن يكون في موقف تسجيل عن طريق مسجل أو فيديو كاسيت.

- تلقي الفرد لتغذية راجعة عن طريق التسجيل أو رؤية نفسه في مرآة ثلاثية الأبعاد ذات الحجم الكبير.

فهذه الأحداث توضح بصورة كبيرة كيف ينظر الآخرون للفرد وكيف يفسرون نظراته وسلوكه وتصرفاته.

ويميل الأشخاص مرتفعي الوعي بالذات العامة إلى التركيز على أنفسهم كموضوعات اجتماعية، فهم في حاجة إلى التأكد من قبل الآخرين والتغذية الراجعة حول ما يذكرونه من إنبطاعات لدى الناس، وهم يقومون بإختبار ملاحظاتهم لذواتهم بمقارنتها بالتوقعات الاجتماعية النمذجية أو الصور الذاتية النمذجية للشخص في نظر المجتمع.

ويلخص بوس Buss نظريته حول الوعي بالذات العامة على أنها يمكن أن تستتار نتيجة أن يكون الفرد تحت الملاحظة أو نتيجة التغذية الراجعة للإدراك الحسي مما يجعل الفرد يضع المظاهر العامة للذات في بؤرة الإنتباه والذي قد يؤدي إلى عدم الإرتياح وكبح نشاط الفرد وربما إلى اضطراب السلوك الاجتماعي. كما أن التغذية الراجعة للإدراك الحسي يمكن أن تؤدي إلى تمييز سلبي بين الإدراك والصورة مما يؤدي إلى إنخفاض تقدير الذات.

ويمكن أن يحدث الوعي بالذات الخاصة والوعي بالذات العامة بالتبادل ويعتمد ذلك على مثيرات الحالة وقوة كل منها ويمكن أن يسيطر أحدهما على الآخر حسب قوة كل منهما.

ويميز بوضوح (Buss ١٩٨٠) بين الحالة state والسمة Trait حيث يشير إدراك الذات الخاصة private self-awareness إلى الحالة العابرة (state) بينما يشير الوعي بالذات الخاصة private self-consciousness إلى السمة البديلة (Trait) وينطبق نفس الشئ على الذات العامة حيث يمثل إدراك الذات العامة (awareness) الحالة (state) العابرة السريعة بينما يمثل الوعي بالذات العامة (consciousness) السمة (trait) البديلة الأكثر إستمرارية. ويؤدى الإدراك الحاد للذات عند ذوى سمة الوعي بالذات الخاصة إلى تقوية مشاعر الألم والإنفعالات والدافعية والنواحي المزاجية.

ثالثاً: القلق الإجتماعى: social anxiety:-

ويعرف (Buss ١٩٨٠) القلق الاجتماعى بأنه "الشعور بعدم الإرتياح فى وجود الآخرين" فعندما يتحدث الفرد للآخرين أو عندما يكون موضع إهتمامهم أو تقييمهم فإنه يكون أكثر إدراكاً لذاته كموضوع إجتماعى. وهناك أربعة أنماط رئيسية للقلق الإجتماعى هى :-

- الخزى أو العار Shame

- التأثر Embarrassment

- قلق المواجهة Audience Anxiety

- الخجل shyness

وتحدث ردود الأفعال الأربعة هذه فى وجود شخص واحد آخر على الأقل وتكون نتيجة وعى عام حاد بذات الفرد كموضوع إجتماعى. وطبقاً لوجهة نظر بوضوح Buss فإن القلق الإجتماعى يمكن أن تستثيره مجموعتان من الأسباب هما :-

١- خصائص المجال الإجتماعى الذى يوجد به الفرد: فالمجال الإجتماعى الذى يوجد به الفرد له دور كبير فى نشأة القلق الإجتماعى ويمكن تحديد خمس خصائص لهذا المجال تؤثر فى درجة القلق هى :-

أ- الألفة بالمجال الإجتماعى Familiarity

فكلما كان المجال مألوفاً للفرد كان يتحدث فى بلدته أو مدرسته أو كليته أو أمام من يعرفهم ويعرفونه فإن ذلك يؤدى إلى إنخفاض القلق الإجتماعى.

ب- حجم الجماعة:

فكلما كانت الجماعة التى يتحدث أمامها الفرد صغيرة كان القلق أقل، ويزداد القلق بزيادة عدد أفراد الجماعة.

ج- مدى إنتباه أعضاء الجماعة:

حيث يزداد القلق الإجتماعى بزيادة إنتباه أعضاء الجماعة و تركيزهم على المتحدث.

د- الطبيعة الرسمية/غير الرسمية للمجال:-

حيث يقل القلق في المواقف غير الرسمية عنه في المواقف الرسمية عنه في المواقف الرسمية.
ه- مدى التقييم:

حيث يتوقف مستوى القلق على مدى ما يتضمنه الموقف من تقييم للمتحدث.

كما يمكن أن تؤدي نجومية الفرد إلى زيادة قلقه الاجتماعي. فكلما زاد انتباه الآخرين له وتركيزهم على طريقة حديثه أو مظهره الشخصي زاد القلق الاجتماعي. كلما يمكن أن تؤدي تعليقات الآخرين وملاحظاتهم أو حتى إهمالهم إلى مزيد من القلق الاجتماعي.

ويشير أميس (١٩٨٣) Amies, et. al. إلى أن القلق الاجتماعي يظهر لدى الأفراد ذوي الحساسية المفرطة للمواقف الاجتماعية مع عدم وضوح أو ترتيب الأفكار حول العادات والتقاليد. ويضيف أميس وآخرون Amies,et.al أن العوامل المعرفية لدى الفرد يمكن أن تؤدي إلى استمرار القلق الاجتماعي فالوعي الزائد بأعراض لا إرادية مثل إحمرار الوجه مثلاً يمكن أن يزيد الوعي الذاتي لدى الفرد مما يؤدي إلى زيادة القلق الاجتماعي.

ويعتبر القلق الاجتماعي social-anxiety من وجهة نظر بوس Buss أحد اضطرابات القلق التي يمكن أن يتعرض لها الأفراد والذي يتميز ببعض الأعراض التي من بينها الخوف من المواقف الاجتماعية والإنسحاب منها وهو ينقسم إلى قلق المواجهة والذي يحدث في مواقف التفاعل بين شخصين أو أكثر. ويشير رينو وكيني (١٩٩٠) Reno & Kenny إلى أن القلق الاجتماعي يؤدي إلى إحساس الأفراد بالخجل shyness خاصة في المواقف الجديدة ويرتبط سلبياً مع تقارير الزملاء التي تحدد الإنفتاح على الآخرين.

وتشير نظرية دوفال وويكلوند Duval & wiclund عن الوعي الموضوعي بالذات إلى افتراض مؤداه أن الإنتباه في أي وقت يوجه إما للذات أو لموضوعات البيئة الخارجية، وأن وضع الذات في بؤرة الإنتباه يؤدي إلى تأثير سلبي وذلك لأن التركيز على الذات self-attention يجعل الناس دائماً على وعى بأنهم أقل بكثير من المثاليات..(١٩٨٨) Carver. c.s. & scheier, m.f. ويعتبر القلق من المتغيرات الهامة التي تحوز على الإهتمام في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي وذلك لما له من أثر على شخصية الفرد ومستويات الأداء لديه وأيضاً على التوافق في مجالات الحياة المتعددة، ويعرف القلق من وجهات نظر متعددة فيعرفه أحمد عكاشة (١٩٨٨) بأنه شعور عام غامض غير سار بالتوقع والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية يأتي في نوبات متكررة بينما يورد الدليل التشخيصي الإحصائي DSM IIIIR تعريفاً مفصلاً للقلق كإضطراب يمكن أن يعاني منه الفرد فهو شعور بالخوف والتوتر ترجع جذوره الأساسية إلى شعور مسبق بالخطر (داخلياً-خارجياً) أما مصدره فهو غير معروف بشكل عام ويبدو في التوتر الحركي والنشاط الزائد والتيقظ والتحفز، ويكون مركزاً على

موضوع أو نشاط أو وضع معين يحاول الفرد تجنبه كما أنه يكون مصحوبا بأعراض جسمية. والقلق بهذه الصورة المرضية لا يرتبط بالواقع ولا بموضوعات محددة بل يكون فى صورة قلق عام. ويميز الدليل التشخيصى بين نوعين من القلق هما المخاوف المرضية PHOBIAS حيث يظهر القلق فى صورة خوف مبالغ فيه من موضوعات محددة قد لا تستدعى الخوف فى حد ذاتها والقلق العام الذى يخبره الفرد عندما يحاول التحكم فى أعراضه، وهذا النوع من القلق يمكن أن يظهر فى صورة عجز عن التركيز والإنتباه وإضطراب فى بعض العادات مثل النوم، علاوة على بعض الأعراض الجسمية مثل توتر العضلات وإرتفاع ضغط الدم والألام فى منطقة الصدر وغيرها من الاعراض.

ويقسم القلق إلى أنواع متعددة مثل:-

- القلق الموضوعى.

- القلق المرضى (العصابى)

- القلق الخلقى.

ويشير القلق الموضوعى إلى تلك الحالة الإنفعالية المؤقتة التى يشعر فيها الفرد بالتهديد من وجود خطر محدد ومعروف وتزول هذه الحالة بزوال الخطر. بينما يكون القلق المرضى (العصابى) فى صورة قلق عام غير محدد ولا يرتبط بالواقع كما أنه يصاحبه بعض الاعراض المرضية (الجسمية والنفسية) التى تحددتها أدلة التشخيص مثل DSM IIIR أما القلق الخلقى فهو ما أشار إليه فرويد Freud وهو الذى يرتبط بالأنا العليا وعقدة الذنب والصراع بين مطالب الهو وضوابط الأنا العليا (حامد زهران ١٩٧٧ أو رجاء أبو علاء ومحمد غالى ١٩٧٧، أحمد عكاشة ١٩٨٨)

ويشير البعض إلى أنواع أخرى عديدة من القلق مثل القلق المدرسى (موضوع الدراسة الحالية) وهو يشير إلى القلق الذى يحدث مرتبطا بالمواقف والمتغيرات المدرسية فالمدرسة يمكن أن تكون مصدرا للضغط النفسى والقلق حيث أنها توفر البيئة المليئة بمتطلبات الإنجاز والعلاقات. ويقترح فورمان Forman وأومالى O'Malley (١٩٨٤) فى هذا الصدد أن توفير الأخصائيين النفسيين المدرسين school psychologists لتقديم الخدمات النفسية للطلاب يمكن أن يودى إلى تحسن فى الجوانب الجسمية والإنفعالية، كما توصل الباحثان إلى أن الطرق السلوكية والسلوكية المعرفية ذات فعالية فى التحكم فى الضغط النفسى والقلق داخل المدرسة.

ويرى البعض أن القلق المدرسى يوجد بصورة كبيرة بين طلاب المرحلة الثانوية فقد أجرى وينسترا وكومنج Wynstra & Cumming (١٩٩٣) دراسة مسحية لتحديد أنواع القلق الموجود لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث تضمنت عينة الدراسة (١٠٠٠) طالب وطالبة وتوصل الباحثان إلى أن الأنواع التالية من القلق يمكن أن توجد لدى طلاب المرحلة الثانوية:-

- القلق من الأخطار Danger Anxiety
- قلق الاختبار Test Anxiety
- قلق الرياضيات وحل المشكلات Maths. and Problem-solving Anxiety
- قلق الأداء performance Anxiety
- قلق حجرة الدراسة classroom Anxiety

وقد ناقشت بعض الدراسات العلامات التي تدل على القلق المدرسي والأسباب التي يمكن أن تؤدي إليه مثل دراسة ادمستر ولويس (١٩٨٣) Edmister, p.g, lewis التي أشارت إلى أن الخوف من المدرسة والقلق من الاختبارات والخوف من العلاقات الاجتماعية مع الأقران داخل المدرسة وغيرها من المظاهر تدل على وجود القلق المدرسي. وأشار الباحثان إلى إمكانية التغلب على هذا النوع من القلق عن طريق تقديم البرامج الإرشادية للوالدين. كما توصل الباحثان إلى أن هذا النوع من القلق يمكن أن ينشأ عندما يذهب الطفل إلى المدرسة لأول مرة أو عندما ينتقل الطفل من مدرسة إلى أخرى، وعند دخول الجامعة، كما يمكن أن ينشأ نتيجة مشكلة أسرية أو مرض جسدي.

وتتعدد الأسباب التي تؤدي إلى القلق بصورة عامة حيث ترى كارين هورنى karen Horny أن القلق يمكن أن يرجع إلى ثلاثة أسباب رئيسية هي الشعور بالعجز والشعور بالعداوة والشعور بالعزلة وتؤكد كارين هورنى على أهمية البيئة في هذا الشأن وما تؤدي إليه من تهديد لأمن الفرد وإستقراره، وما قد تفرضه من حرمان وإحباط يمكن أن يؤدي إلى شعور بالتوتر والقلق. (فهيمى ١٩٧٦)

وترى مدرسة التحليل النفسى أيضا أن القلق يكون نتيجة لخبرات الطفولة المؤلمة المكبوتة في اللاشعور حيث يؤدي عجز الإنسان عن الكبت أو عدم نجاحه في هذا الصدد إلى شعور الفرد بالتوتر والقلق. بينما ترى المدرسة السلوكية أن القلق سلوك متعلم حيث أن جميع أنماط السلوك (السوى وغير السوى) مكتسب ومتعلم وفقا لقوانين ومبادئ التعلم. (حامد زهران، ١٩٧٨)

ويرى كيلي Kelly, G أن القلق يحدث عندما يدرك الفرد أن بعض الأحداث events التي تواجهه تقع خارج نطاق بناءه المعرفى، أى عندما يدرك الفرد انه غير قادر على التفسير أو السيطرة على الأحداث. (Pervin, L.A. ١٩٩٣)

ويرى البعض أن القلق يرتبط ببعض متغيرات الشخصية الأخرى مثل مفهوم الفرد عن ذاته وتقدير الذات والوعى بالذات self-consciousness وقد اعتبر ويكلاند Wicklund, R.A. (١٩٩٠) الوعى بالذات عملية سيكولوجية تتميز بالارتباط بظهور القلق Manifestations of Anxiety فى مجال:-

- الحزن أو المحن Distress

- آليات التحكم الاجتماعي (الأخرون ذوي الأهمية في حياة الفرد)

- التحكم أو الضبط الذاتي self-control

- الفرد Individuation

وقد اتفق العديد من العلماء والباحثين حول هذه العرصة بين التركيز على الذات وظهور القلق بصورة المتعدده.

ويشير بك Beck إلى أنه من خلال دراساته للفروق بين الأشخاص الأكثر والأقل عرضة للإكتئاب أن الأشخاص الأكثر عرضة للإكتئاب هم الأكثر تركيزاً على الذات self-focus فهم يركزون بصورة كبيرة على أنفسهم ويميلون إلى التقييمات السلبية فيما يتعلق بالذات. كما أنه طبقاً لوجهة نظر روجرز Rogers فإن الفرد يستطيع أن يكبح الوعي prevent awareness من خلال إنكار أو تشويه الخبرات التي تترك على أنها مهددة لبناء الذات. ويعتبر القلق هو الإستجابة المحتملة لوعي الفرد بعدم إنسجام الخبرة مع بناء الذات self-structure ومن ثم يؤدي ذلك إلى تغيير في مفهوم الذات ويستخدم الفرد دائماً دفاعاته النفسية لتخفيف هذا القلق. (pervin, L.A. ١٩٩٣)

وطبقاً لنظرية التحكم في مصدر القلق (الرعب) Terror Management فإن تقدير الذات يتضمن قبول الفرد للمفهوم الثقافي للواقعية ويعتقد أن الفرد يكون على استعداد للحياة في المستوى الذي يتضمنه هذا المفهوم. ويعمل تقدير الذات كحاجز بين القلق الذي ينشأ عن الوعي أو الحساسية للنقد الموجه من قبل الآخرين والضجر الناتج عن القابلية للوعي أو التركيز على الذات. حيث يؤدي الوعي بالذات إلى مقارنات مع هذه المستويات كما يؤدي إلى سلوك موجه لتخفيف التناقضات التي يتم إكتشافها بسبب الطاقة الكامنة للرعب (القلق) والذي يعتبر مظهراً إنفعالياً لعزلة حفظ أو حماية الذات self-preservation (pyszczynski, ١٩٩٠) كما يشير جيبونز Gibbons, F.X. (١٩٩٠) إلى أن الاهتمام أو الوعي بالذات self-awareness يؤدي إلى القلق وذلك لسبب مباشر هو استئارة الاهتمام بالحالة الانفعالية وبدء عملية تقييم الذات الضرورية لحدوث القلق، وبصورة غير مباشرة عن طريق الإجبار على القيام ببعض السلوكيات (القهرية) وكبح سلوكيات أخرى. فالاهتمام أو الوعي بالذات يؤدي إلى زيادة الدقة في إدراك الذات self-perception وتؤدي العملية الثانية إلى صقل الفرد في مواجهة حالات مثل القلق والاكئاب وتؤدي إلى آثار مفيدة للصحة النفسية للفرد.

وقد دعمت هذه الأراء العديد من الدراسات التي أجريت في هذا المجال منها دراسات غير مباشرة على بعض المتغيرات ذات الصلة بالقلق والوعي بالذات ومنها ما تطرق مباشرة إلى

دراسة العلاقة بين القلق والوعي بالذات بل والقلق المدرسي بصورة محددة في علاقته بالوعي بالذات.

فقد توصل ويلز Wells, A (١٩٨٥) إلى أنه عند مواجهة موقف مهدد، فإن الأفراد الذين يميلون إلى التركيز على الذات يظهرون ارتفاعاً في قلق الحالة State-Anxiety وذلك مقارنة بالأشخاص منخفضي التركيز على الذات self-focus وفي حالة المواقف المهددة فإن التركيز على الذات يرتبط بالإنزعاج (worry).

وقد تم قياس العلاقة بين خبرة القلق وإتجاه الانتباه باستخدام مقياس الوعي بالذات كمقياس للميل للتركيز على الذات وتضمنت عينة الدراسة (٣٠) من الإناث و (٣٤) من الذكور كانوا جميعاً من المرتفعين على مقياس حالة القلق state-Anxiety الذى طبق عليهم قبل الامتحان. وكانت السيدات أكثر قلقاً من الرجال في (حالة القلق). وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباطات دالة بين الوعي بالذات الخاصة (private S.C.) وكل من حالة القلق وسمه القلق والإنزعاج (worry).

كما أجرى آلأم وسرايفاستافا (١٩٨٦) Alam, Q.G. & Srivastava دراسة للتعرف على أثر التوافق (جيد-متوسط-ضعيف) والقلق (مرتفع-متوسط-ضعيف) على إدراك الذات. وأوضحت النتائج أن ارتفاع مستوى التوافق يرتبط بالادراك الإيجابي للذات. كما أن ارتفاع مستوى القلق يرتبط بصورة دالة بالادراك السلبي للذات. كما أشارت النتائج أيضاً إلى أن انخفاض مستوى التوافق وارتفاع مستوى القلق يؤدي إلى مشاعر عدم الكفاءة، وعدم الأمان، الدونية والتقييم السلبي للذات وهي جميعاً ذات أثر سلبي على إدراك الذات.

وقام هال وستولتبرج Hale, K.K. & stoltenberg, c.d. (١٩٨٨) باختبار نتائج نظرية الوعي بالذات في مجال تدريب المرشدين النفسيين مع عزل أى أثر يمكن أن يعود إلى تقييم سرعة الفهم أو الادراك لدى المرشد. وكان الهدف من الدراسة التوصل إلى دور القلق في عملية تدريب المرشد. وتم تقسيم (٤٠) من طلاب الجامعة إلى ثلاثة مجموعات الأولى (وعى بالذات+تقييم سرعة الفهم) والثانية (وعى بالذات فقط) أما المجموعة الثالثة فضابطة. وبعد برنامج التدريب أوضحت النتائج أن الوعي بالذات قد ارتفع بصورة دالة بين جميع المجموعات التجريبية والضابطة. كما صاحب هذا الوعي أو التركيز على بؤرة الذات self-focus زيادة في مستوى القلق لدى المجموعات الثلاثة. علاوة على ذلك فإن مشاعر تقييم سرعة الفهم والادراك على الرغم من أنها تختلف عن الوعي بالذات إلا أنها ترتبط بالتركيز على الذات self-focus وتؤدي إلى زيادة أخرى في مستوى القلق.

أما ما ثيوس وويلز Matthews, G.&Wells, A. (١٩٨٨) فقد توصلوا إلى أن هناك علاقة ذات دلالة بين درجات الأفراد على مقياس الفشل المعرفى (CFQ) وجميع سمات الشخصية (PF ١٦) والقلق كما توصل في دراسة أخرى إلى أن هذه العلاقة الإيجابية بين الفشل المعرفى

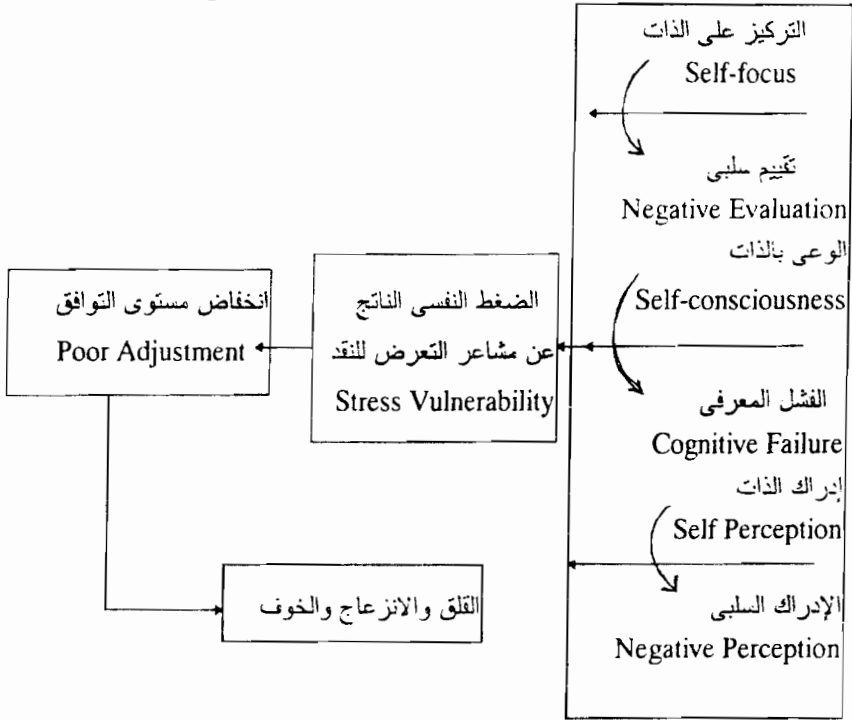
والقلق يتوسطها الفروق بين الافراد فى الوعى بالذات self-consciousness فالافراد الذين يرتفعون على مقياس الفشل المعرفى يكونون أكثر قابلية للاستجابة للضغط النفسى وذلك لأن الوعى بالذات يعوق إستراتيجيتهم للمسايرة أو التكيف.

كما أجرى هندرسون ودويك (١٩٨٩) Henderson & Dweck دراسة لتوضيح العلاقة بين النظريات المتضمنة للذات والقلق المدرسى بين التلاميذ المنقولون إلى المدراس الثانوية. وقد افترضت الدراسة أن الطلاب الذين يميلون إلى عزو attribution النجاح والفشل إلى عوامل ثابتة خاصة بالذات هم الأعلى فى القلق المدرسى، خاصة إذا كانت العوامل الخاصة بالذات تتضمن إنخفاض الثقة بالنفس. وتضمنت عينة الدراسة ١١٠ من الطلاب وقد تم قياس الذكاء، والثقة فى الذكاء. وأوضحت النتائج أن الذكاء يرتبط بصورة موجبة بارتفاع القلق المدرسى. كما أوضحت النتائج أن الطلاب منخفضى الثقة فى ذكائهم يكونون أكثر قلقاً مدرسياً. كما أن تفاعل هذه المتغيرات كان له أثر فعال. إلا أن جنس أفراد العينة لم يكن له أى أثر على القلق المدرسى ولم يظهر أيضاً أثر للصف الدراسى. وقد أوضحت النتائج أن التغييرات التى تحدث فى المراهقة يمكن أن يدركها البعض على أنها مهددة للذات بينما يدركها مراهق آخر على أنها مصدر للنمو وفرصة للنضج والتطور وهنا يكمن مصدر القلق.

وفى دراسة أجراها هاس وايزنستادت (١٩٩٠) Hass, r.g & Eisenstadt, D. لاختبار فرضين أساسيين فى نظرية الوعى بالذات Self - awareness حيث يشير الافتراض الأول إلى أن الاهتمام المركز حول الذات يدفع الفرد إلى تكوين صور أو منظورات خارجية يرى فيها نفسه كملاحظ خارجى لسلكه. كما أن النظرية تشير على أن التركيز على الذات يؤدي إلى عدم الرضا الذاتى والتأثير السلبى. وقد أجريت التجربة على ٣٣ من طلاب الجامعة قاموا بالاجابة على أحد اختبارات المزاج Mood وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما ينظرون إلى صورتهم فى المرآة أثناء الاجابة على المقياس والأخرى لا ينظرون فى المرآة. وقد اتضح من النتائج أن المجموعة الأولى كانت أكثر فى التأثير السلبى وقد اجريت دراستان لمعرفة العلاقة بين الاهتمام المركز حول الذات والقلق لدى عينة مكونة من ١٤٧ من طلاب الجامعة. وقد افترضت الدراسة الأولى أن الاهتمام بالذات يرتبط بالقلق فى مواقف التحدى ومن العوامل الوسيطة فى هذه العلاقة التقييم العقلانى للموقف حيث ارتبطت هذه المشاعر بالتقييم السلبى. وقد أوضحت النتائج أنه لا يوجد دلالة إحصائية للتفاعل بين التركيز على الذات والتقييم السلبى على القلق كحالة. إلا أن التركيز على الذات كان مرتبطاً بارتفاع قلق الحالة والمستويات المرتفعة من الإنزعاج Worry والأعراض المرضية النفسية التى تم الإفصاح عنها فى مواقف التحدى. لقد كان من بين العوامل الوسيطة فى تحديد العلاقة بين التركيز على الذات وحالة القلق تلك الخبرات الكثيرة بالأعراض المرضية التى تظهر فى مثل تلك المواقف.

وقد استخدمت الدراسة الثانية بعض تعليمات التركيز على الذات وعلى الاعراض المرضية النفسية وتوصلت إلى صحة الفرض بأن التركيز الذاتي على استثارة الاعراض المرضية يرتبط عادة بالقلق (Wells, A. ١٩٩١)

ويمكن من خلال الأراء التي تناولت الوعي بالذات وبعض عمليات الشخصية إعتبار القلق نتيجة لسوء التوافق الناتج عن الضغط النفسى المترتب على الوعي بالذات أو تركيز الفرد على ذاته وإدراكه لهذه الذات ويوضح الشكل التالى شكل توضيحي مقترح لهذه العلاقة.



شكل توضيحي للقلق كنتيجة لبعض عمليات الشخصية

ومن ثم فإن هذه العلاقة تحتاج إلى إختبار في البيئة العربية حيث تندر الدراسات في هذا المجال وهو ما ستحاول الدراسة الحالية عمله.

* أهمية الدراسة:

أشار العديد من الباحثين إلى أهمية القلق كأحد العوامل الأساسية فى تحديد مستوى التكيف والتحصيل للطلاب داخل المدرسة.

كما أن الوعي بالذات self-consciousness يعتبر من العمليات الهامة في الشخصية والتي تؤثر بدرجة ملحوظة على بعض العمليات الأخرى مثل إدراك الذات.. ولذلك فإن الدراسة الحالية تستمد أهميتها من تناولها لمتغيرين من المتغيرات الهامة التي ترتبط بالتحصيل والتكيف في الحياة المدرسية وهما هدفان رئيسيان للعملية التربوية كما أن الدراسة الحالية تقدم مقياسا جديدا للوعي بالذات يمكن استخدامه في البيئة العربية في مجالات الإرشاد. علاوة على ذلك فإن هذه الدراسة سوف توضح دور بعض العمليات غير الأكاديمية في نشأة القلق المدرسي مما سيكون له دور كبير للمساعدة في مجال الإرشاد التربوي.. وأخيراً فإن هذه الدراسة سوف تسد فراغا كبيرا في هذا المجال حيث أن الدراسات التي أجريت في البيئة العربية في مجال القلق المدرسي أو الوعي بالذات تكاد تكون نادرة لذا فإن الدراسة الحالية هي محاولة على هذا الطريق لفتح الباب أمام دراسات أخرى متعمقة.

- مشكلة الدراسة :-

تعددت الدراسات التي تتناول القلق بصورة عامة لدى الطلاب والعوامل المؤدية إليه وأثر ذلك على التحصيل الدراسي والتوافق وتوصلت هذه الدراسات إلى دور عوامل كثيرة في هذا المجال. وأشارت بعض هذه الدراسات إلى دور العوامل البيئية مثل مناخ المدرسة والعلاقة بالملاء والمعلمين والمناخ الأسرى وغيرها مثل مستوى الطموح ومفهوم الذات .. إلا أن هذه الدراسات لم تركز على القلق المدرسي بصورة خاصة وأيضاً لم تركز على بعض عمليات الشخصية لدى الفرد مثل الوعي بالذات ولذا فإن الدراسة الحالية من خلال تركيزها على هذين المتغيرين.

نحاول الإجابة على التساؤلات التالية:-

- ١- هل يختلف الوعي بالذات والقلق المدرسي باختلاف تخصص الطالب (علمي - أدبي).
- ٢- هل يختلف الوعي بالذات والقلق المدرسي باختلاف الصف الدراسي.
- ٣- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الوعي بالذات والقلق المدرسي.

- فروض الدراسة:-

للإجابة على التساؤلات السابقة في ضوء الأطار النظري ونتائج بعض الدراسات السابقة

في هذا المجال يمكن صياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:-

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب القسم العلمي وطلاب القسم الأدبي في الوعي بالذات أو القلق المدرسي.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الصف الأول والثاني والثالث الثانوى فى الوعى بالذات أو القلق المدرسى.

٣- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الوعى بالذات والقلق المدرسى.

العينة:

تتضمن عينة الدراسة الحالية (١٩٩) من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض تتراوح أعمارهم من ١٥ إلى ١٩ سنة، من مختلف المستويات الاقتصادية الاجتماعية. وتمثل هذه العينة الصف الأول والثاني والثالث الثانوى (العلمى والأدبى).
ويوضح الجدول التالي توزيع العينة حسب متغيرات الدراسة.

جدول رقم (١)

توزيع العينة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	الصف الدراسى			التخصص		المجموع
	الأول	الثانى	الثالث	علمى	(الصف الثانى والثالث)	
العدد	١٠٢	٥١	٤٦	٦٢	٣٥	١٩٩

الأدوات:

استخدم الباحث فى الدراسة الحالية مقياس الوعى بالذات self-consciousness scale

ومقياس القلق المدرسى school Anxiety وفيما يلى وصف للمقياسين:-

أولاً: مقياس الوعى بالذات:

أعد هذا المقياس فى صورته الأصلية فنجستين وآخرون Fengstein, A. & Scheier, M

(١٩٧٥) & Buss. وقام الباحث بترجمته وضبطه على البيئة السعودية.

ويتكون المقياس من ٢٣ عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية هى:-

- الوعى بالذات الخاصة private self-consciousness
- الوعى بالذات العامة -public self-Conseiousness
- القلق الاجتماعى social Anxiety

ويتم تقدير الدرجات لكل عبارة من عبارات المقياس وفقاً لاحتمالات إجابة المفحوص على النحو

التالى:-

صفر	صفة غير مميزة إطلاقاً
١	صفة غير مميزة أحياناً
٢	لا أدرى
٣	صفة مميزة أحياناً
٤	صفة مميزة دائماً

ويتم الحصول على الدرجة الكلية للمقياس بجمع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص على جميع عبارات المقياس (٢٣) وبنفس الطريقة يتم الحصول على الدرجة على كل بعد فرعى للمقياس (بجمع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على جميع عبارات هذا البعد) . وتتراوح الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها الفرد على هذا المقياس من صفر إلى ٩٢ درجة . وهي تمثل الوعي العام بالذات لدى الفرد .

* تفسير الدرجات :-

يتم تفسير الدرجات التي يحصل عليها الفرد على هذا المقياس وعلى أبعاده الفرعية على النحو التالي :-

- الوعي العام بالذات General self - consciousness

يعتبر الوعي العام بالذات هو المجموع الكلي لعبارات المقياس أي مجموع الأبعاد الفرعية المكونة له . وتتراوح الدرجة التي يمكن أن يحصل عليها الفرد على هذا المقياس من صفر إلى ٩٢ . ويتراوح متوسط الدرجات لهذا المقياس من ٥٣ - ٦٣ درجة فالأشخاص الذين يحصلون على درجة أقل من هذا المدى يتميزون بأنهم لا يميلون إلى بذل الجهد أو قضاء وقت كبير لفحص سلوكهم أو التدقيق في أفكارهم . ويعتبر ذلك في رأى البعض نقص في فهم الذات أو عدم رغبة في الاهتمام بالنمو الشخصي . أما الدرجة العالية على هذا المقياس فهي تعنى أن هؤلاء الأفراد يركزون على تفكيرهم وتصرفاتهم أغلب الوقت ويكونون مهتمين بالدوافع الخاصة بسلوكهم . أما ارتفاع الدرجة بصورة كبيرة فيعنى زيادة الوعي بصورة حادة أو متطرفة ويبدو كهاجس ذو علاقة بفحص المرء لأفكاره ودوافعه .

- الوعي بالذات الخاصة :-

يمثل هذا البعد في المقياس عشرة عبارات هي العبارات أرقام ١،٣،٥،٧،٩،١٣،١٥،١٨،٢٠،٢٢ وعلى ذلك تتراوح الدرجة التي يمكن أن يحصل عليها الفرد على هذا المقياس من صفر إلى ٤٠ درجة ويتراوح متوسط مدى الدرجات لهذا المقياس الفرعى من ٢٣ - ٢٩ درجة ويشير انخفاض الدرجة على هذا المقياس إلى أن الشخص يميل إلى تحاشي التفكير في ذاته كما يكون لديه عدم اكتراث بفحص أفكاره الخاصة به ومشاعره الداخلية

ودوافعه . أما ارتفاع الدرجة على هذا المقياس فهي تشير إلى أن الفرد على درجة كبيرة من الاهتمام بشأن ذاته الداخلية (Inner self) وهو يبذل جهداً كبيراً في فحص الذات . علاوة على ذلك فإنه يكون أكثر حساسية للحوادث التي تؤثر عليه في البيئة المحيطة به . ولذلك فإن البعض يرى أن المستوى المرتفع من الوعي بالذات الخاصة يمكن أن يكون إلى حد ما غير مرغوب فيه، حيث إن الفحص الدائم للأفكار والحساسية الشديدة يمكن أن يكبحا النشاطات المطلوبة .

- الوعي بالذات العامة :-

يتضمن هذا البعد الفرعي (٧) عبارات هي العبارات أرقام ٢، ٦، ١١، ١٤، ١٧، ١٩، ٢١ وعلى ذلك تكون أقل درجة يمكن أن يحصل عليها الفرد على هذا المقياس هي صفر وأكبر درجة هي (٢٨) . ويتراوح متوسط مدى الدرجات لهذا البعد الفرعي من ١٦ إلى ٢٢ درجة . ويظهر الأشخاص الذين يحصلون على درجات منخفضة اهتماماً قليلاً برود أفعال الآخرين تجاههم في المواقف الاجتماعية، ويمكن أن يكون ذلك ذو علاقة بنقص الاهتمام بالكيفية التي يظهرون بها أمام الآخرين، أو لعدم الحساسية التي تولدت لديهم نتيجة الثقة العالية بالنفس . أما الأشخاص الذين يحصلون على درجة مرتفعة فإنهم يكونون على درجة عالية من الاهتمام بتصرفات وآراء الآخرين نحوهم، ومثل هذا الوعي يمكن أن يجعل الفرد حساساً بصورة شديدة أو يجعله عرضة بدرجة كبيرة إلى مشاعر الرفض .

- القلق الاجتماعي :-

ويمثل هذا البعد الفرعي في المقياس العبارات أرقام ٤، ٨، ١٠، ١٢، ١٦، ٢٣ . وعلى ذلك تكون أقل درجة يمكن أن يحصل عليها الفرد صفر وأكبر درجة ٢٤ . ويتراوح متوسط مدى الدرجات لهذا المقياس الفرعي من ٩ إلى ١٦ درجة . ويبدو الأشخاص الذين يحصلون على درجات منخفضة على ثقة كبيرة من أنفسهم في المواقف الاجتماعية ويشعرون بالراحة في تعاملهم مع الآخرين . أما الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة فإنهم يبدون عدم ارتياح في هذه المواقف الاجتماعية . ويمكن أن يكون هذا القلق نتيجة فحص الذات الذي يجعل الفرد مهتماً ببعض نواقصه . وحيث أن خطر الفحص الداخلي الاستبطاني للذات يمكن أن يطلق مشاعر القلق، فإن الفرد القلق اجتماعياً يمكن أن يبدأ في تجنب جميع العلاقات الاجتماعية . ويعتبر القلق الاجتماعي المرتفع صورة مرضية تحتاج إلى مساعدة متخصصة .

- صدق المقياس :-

قام الباحث بترجمة عبارات المقياس وعرضها على بعض أساتذة علم النفس (٣) للتأكد من تطابق الترجمة العربية، مع العبارات الأصلية للمقياس .. ثم طبق المقياس على عينة مكونة من ٤٦ طالب من طلاب المرحلة الثانوية كما تم تطبيق مقياس الخواف الاجتماعي (الفرنسي ١٤١٣ هـ) على نفس العينة وهو يتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية هي البعد النفسي والبعد الجسمي

والبعد الاجتماعي .. وتم حساب معامل الارتباط بين المقياسين وذلك لحساب صدق المحك وكان معامل الارتباط ٠,٥٦ وهو دال عند مستوى ٠,٠١ وذلك يشير إلى أن الصورة العربية للمقياس صادقة في تحديد الوعي بالذات لدى الطلاب السعوديون .

- الاتساق الداخلي للمقياس :-

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الوعي بالذات self - Consciousness وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس (٢٣ عبارة) كما تم حساب الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه في المقياس ويوضح الجدول التالي معاملات الارتباط :

جدول رقم (٢)

معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه
والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٤٦)

رقم العبارة بالمقياس	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة بالمقياس	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية
١	٠,٦٢	٠,٤١	١٣	٠,٤٧	٠,٢٦
٢	٠,٥٠	٠,٣٢	١٤	٠,٤٦	٠,٥٦
٣	٠,٥٣	٠,٢٧	١٥	٠,٥٥	٠,٥٤
٤	٠,٣٦	٠,٣٧	١٦	٠,٦٤	٠,٣٦
٥	٠,٦٣	٠,٣٩	١٧	٠,٥٨	٠,٤٤
٦	٠,٦٠	٠,٣٤	١٨	٠,٣٢	٠,٥٣
٧	٠,٤٣	٠,٣٦	١٩	٠,٤٣	٠,٣١
٨	٠,٧٢	٠,٣٦	٢٠	٠,٥٤	٠,٣٢
٩	٠,٤٣	٠,٤٥	٢١	٠,٤٢	٠,٣١
١٠	٠,٨٣	٠,٤٤	٢٢	٠,٥١	٠,٣١
١١	٠,٤٨	٠,٣٣	٢٣	٠,٧٥	٠,٤٣
١٢	٠,٧٧	٠,٤٧			

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات ارتباط العبارات بالأبعاد التي تنتمي إليها جميعها دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ وهو ما يوضح الاتساق الداخلي القوي في كل بعد من أبعاد المقياس كما أن ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس دال عند مستوى ٠,٠٥، ٠,٠١ ومن ثم

فإن ذلك يوضح ترابط عبارات المقياس في أبعاده الفرعية مع الدرجة الكلية للمقياس . وهذا يؤكد على التماسك الداخلي القوي للمقياس وصلاحيته للأستخدام.

كما تم حساب الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت : (الوعي بالذات الخاصة ٠,٧٦) و (الوعي بالذات العامة ٠,٧٤) و (القلق الاجتماعي ٠,٥٥) - الثبات :

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وطريقة إعادة الاختبار وكانت النتائج كما يلي :-

أولاً : التجزئة النصفية :

تم تقسيم المقياس وأبعاده إلى نصفين متكافئين وتم إيجاد معامل الارتباط بين النصفين وإيجاد معامل الثبات بطريقة سبيرمان براون لتصحيح الطول وكانت معاملات الثبات كما يلي :-

جدول رقم (٣)

معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس

الكلية والابعاد الفرعية (ن = ٤٦)

البعد	الثبات بالتجزئة النصفية
الوعي بالذات الخاصة	٠,٧٦
الوعي بالذات العامة	٠,٧٢
القلق الاجتماعي	٠,٦٤
المجموع الكلي	٠,٧٢

ويتضح من الجدول السابق أن جميع الابعاد والصورة الكلية تتمتع بثبات مرتفع يمكن الاعتماد عليه .

الثبات بطريقة إعادة الاختبار :-

تم حساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار وذلك بتطبيق المقياس على نفس العينة بعد أسبوعين من التطبيق الاول وإيجاد معامل الارتباط بين درجات الافراد في التطبيقين وذلك للابعاد الفرعية والدرجة الكلية كما هو موضح بالجدول التالي :-

فهو يشير إلى مشاعر الضيق والقلق التي تتاب التلميذ لوجوده في المدرسة وتعكس مشاعره في عدم الرغبة في البقاء بالمدرسة .

بينما يشير القبول الاجتماعي إلى رغبة التلاميذ في القبول الاجتماعي والاستحسان من قبل الآخرين . وتقدر الدرجة الكلية للمقياس بمجموع الدرجات على جميع الأبعاد الفرعية .
وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع القلق المدرسي . بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى القلق لدى التلميذ .

وقد قام الباحث بتقنين المقياس على عينة مصرية من طلاب المرحلة الثانوية تتراوح أعمارهم من ١٤ إلى ٢٠ سنة وقد قام بحساب صدق وثبات المقياس بطرق متعددة .. وتشير النتائج التي توصل إليها الباحث إلى ارتفاع صدق وثبات المقياس وصلاحيته كمقياس جيد لقياس القلق المدرسي لدى طلاب المرحلة الثانوية .

ثبات المقياس في الدراسة الحالية :-

إعادة الاختبار :-

قام الباحث في الدراسة الحالية بتطبيق المقياس على عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بعد التأكد من خلال آراء بعض أساتذة علم النفس من ملائمة عبارات المقياس للثقافة السعودية .. وتضمنت العينة (٤٦) من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض . واعاد الباحث إجراء الاختبار على نفس العينة بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيقين وكان معامل الارتباط (٠,٨٣) وهو يشير إلى ارتفاع معامل ثبات المقياس في البيئة السعودية .

- صدق المقياس :-

نظراً للعلاقة الوطيدة بين الصدق والثبات فقد حسب الصدق الذاتي للمقياس الحالي والذي

يمثل الجذر التربيعي لمعامل الثبات .

$$\text{الصدق الذاتي} = ٠,٨٣ = ٠,٩١$$

- الاتساق الداخلي للمقياس :-

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي للمقياس على العينة السعودية وذلك بحساب معامل

الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية على المقياس وكانت النتائج كما يلي

جدول رقم (٤)

معاملات الثبات بإعادة الاختبار (ن = ٤٦)

المعامل الثبات	البعد
٠,٧٣	الوعي بالذات الخاصة
٠,٧٤	الوعي بالذات العامة
٠,٦٢	القلق الاجتماعي
٠,٧٠	الدرجة الكلية

ويتضح من الجدول السابق أن المقياس بإبعاده الفرعية الثلاثة يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات تجعل من الممكن الاعتماد على نتائجه . ويتضح من الخطوات السابقة أن مقياس الوعي بالذات في صورته العربية يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات ويمكن الاعتماد على نتائجه في الدراسة الحالية (أنظر الصورة النهائية للمقياس بالملاحق).

٢- إختبار القلق المدرسي للمرحلة الثانوية :-

أعد هذا المقياس حسنين الكامل (١٩٨٤) . لاستخدامه في التعرف على مستوى القلق الذي يسود الفصل الدراسي كمرشد للمعلم أو لاستخدامه في حالات التشخيص الفردي كأساس للإجراءات العلاجية .

وتم اشتقاق عبارات المقياس من بعض مقاييس القلق الظاهري للأطفال ، والقلق الظاهري للكبار وقلق الامتحان واستفتاء القلق للتلاميذ . ويتكون المقياس في الصورة النهائية من ٦٥ عبارة موزعة على أبعاد فرعية أساسية هي :-

- الاعراض الجسمية (الظاهرة) للقلق .
- قلق الامتحان .
- عدم الميل الدراسي .
- قلق المواجهة
- القبول الاجتماعي .

وتكون الإجابة على عبارات المقياس باختيار أحد أحمالين (تنطبق ، لا تنطبق) حسب رأى المفحوص وما يراه متفقاً مع ما يشعر به حقيقة .

ويشير بعد (الاعراض الظاهرة) إلى الاعراض العامة للقلق التي تظهر على الفرد والتي تم تحديدها في أدلة التشخيص كاعراض أساسية للقلق، ويشير بعد (قلق الامتحان) إلى مشاعر الطلاب قبل أو أثناء الامتحانات والخوف من مواقف الامتحان أو التفكير فيه .

بينما يشير بعد (قلق المواجهة) إلى اضطراب وخوف التلميذ من المواجهة سواء كانت مواجهة الامتحان أو المعلم أو التلاميذ . أما بعد (عدم الميل الدراسي) أو عدم الرغبة في الدراسة

جدول رقم (٥)

معاملات الارتباط بين درجات الافراد على العبارات
والدرجة الكلية على مقياس القلق المدرسي

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٤٦	١٩	٠,٤٥	٣٧	٠,٣٦	٥٥	٠,٢٩
٢	٠,٣٥	٢٠	٠,٣٣	٣٨	٠,٣٤	٥٦	٠,٣١
٣	٠,٣٧	٢١	مقياس كذب	٣٩	٠,٣٢	٥٧	٠,٤١
٤	٠,٣٧	٢٢	٠,٣٤	٤٠	٠,٣١	٥٨	٠,٤٥
٥	٠,٤٨	٢٣	٠,٣٢	٤١	٠,٣٥	٥٩	٠,٣٦
٦	٠,٥٥	٢٤	٠,٢٩	٤٢	٠,٤٠	٦٠	٠,٣٧
٧	٠,٤٢	٢٥	مقياس كذب	٤٣	٠,٣٠	٦١	٠,٣٢
٨	٠,٣٩	٢٦	٠,٤٢	٤٤	٠,٤١	٦٢	٠,٣١
٩	٠,٣٧	٢٧	٠,٣٥	٤٥	٠,٣٩	٦٣	٠,٣١
١٠	٠,٣٧	٢٨	مقياس كذب	٤٦	٠,٤٠	٦٤	٠,٣٠
١١	٠,٣٤	٢٩	٠,٣٩	٤٧	٠,٣٠	٦٥	مقياس كذب
١٢	٠,٣٢	٣٠	٠,٣٣	٤٨	٠,٣٠		
١٣	مقياس كذب	٣١	٠,٣١	٤٩	٠,٣٨		
١٤	٠,٦٧	٣٢	٠,٣٨	٥٠	٠,٣٧		
١٥	٠,٣٩	٣٣	٠,٣٦	٥١	٠,٣٩		
١٦	٠,٦٢	٣٤	٠,٤١	٥٢	٠,٤١		
١٧	٠,٣٤	٣٥	٠,٢٩	٥٣	٠,٤٠		
١٨	مقياس كذب	٣٦	٠,٣١	٥٤	٠,٤٠		

ويتضح من الجدول السابق أن جميع الارتباطات بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس هي ارتباطات دالة إحصائياً مما يشير إلى التماسك الداخلي للمقياس وعلى ذلك فإن اختبار القلق المدرسي للمرحلة الثانوية يصلح للتطبيق على طلاب المرحلة الثانوية بالبيئة السعودية .

النتائج:-

ينص الفرض الأول على أنه:-

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب القسم العلمي وطلاب القسم الأدبي فى الوعي بالذات أو القلق المنرسى"

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث إختبار (T) للفروق بين المتوسطات ويوضح الجدول التالى النتائج المتعلقة بهذا الفرض..

جدول رقم (٢)

قيم (T) ودلالاتها للفروق بين متوسطات طلاب القسم

العلمي وطلاب القسم الأدبي على مقياس الوعي بالذات والقلق المنرسى

التغير	التخصص	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
الوعي بالذات الخاصة	علمي	٦٢	٢٧,٠٠	٦,٣٠٧	١,٠١	غير دال
	أدبي	٣٥	٢٥,٨٠	٥,٢٢٣		
الوعي بالذات الاجتماعية	علمي	٦٢	١٩,٥٢	٥,٠٥٧	-	غير دال
	أدبي	٣٥	٢٠,٤٠	٤,٨٥٨		
القلق الاجتماعي	علمي	٦٢	٨,٦٠	٥,٢٦٣	-	غير دال
	أدبي	٣٥	٩,٤٣	٤,٥٠٧		
الدرجة الكلية (الوعي العام)	علمي	٦٢	٥٥,١٣	١١,٠٢٠	-	غير دال
	أدبي	٣٥	٥٥,٦٣	١٠,١٨٧		
قلق الامتحان	علمي	٦٢	١٣,١٣	٥,٥٧٤	-	٠,٠٥
	أدبي	٣٥	١٥,١٧	٤,٦٨١		
قلق المواجهة	علمي	٦٢	٦,٠٠	٣,٨٦٧	-	٠,٠١
	أدبي	٥٣	٨,٤٣	٣,٥٧٥		
القلق الظاهري	علمي	٦٢	٤,١٨	٢,٤٨٠	-	غير دال
	أدبي	٥٣	٤,٨٦	٢,٤٩٩		
عدم الرغبة فى المدرسة	علمي	٦٢	٢,٥٥	١,٥٩٦	-	٠,٠٠١
	أدبي	٥٣	٣,٦٩	١,٠٧٨		
القبول الاجتماعي	علمي	٦٢	٣,١٨	١,٥١٠	٠,٨٢	غير دال
	أدبي	٥٣	٢,٩٤	١,٢٥٩		
(المجموع) (القلق المنرسى)	علمي	٦٢	٢٩,٠٣	١٠,٦٤٢	-	٠,٠٠٥
	أدبي	٥٣	٣٥,٠٩	٩,٦٣٦		

ويتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب القسم العلمى وطلاب القسم الأدبى فى الوعى بالذات والابعاد الفرعية المكونة له. وربما يعود ذلك إلى أن اختيار الفرد للتخصص العلمى والادبى لا يتوقف على جوانب الشخصية بل ربما يكون تبعاً لمجموع الفرد فى الامتحان النهائى أو نتيجة لاختيار الطالب بناء على هوايته أو ربما يكون نتيجة لاختيار الوالدين أو للميل لبعض المواد الدراسية المرتبطة بتخصص ما دون الآخر.. ويتفق ذلك مع طبيعة عملية الوعى بالذات وما أشار إليه بوس Buss من أنها تتأثر باهتمام الفرد وتركيزه على ما يدور بداخله من أفكار أو تركيزه على وجهة نظر الآخرين نحوه ولم يحدد بوس Buss فى نظريته أن الوعى بالذات يتأثر بتخصص الفرد .. وربما يؤيد ذلك ما توصلت إليه بعض الدراسات فى المجالات القريبة من أن مفهوم الذات والمفاهيم المرتبطة به لا تتأثر كثيراً بتخصص الفرد أو بالصف الدراسى (النقيتان ١٠: ١٤هـ).

كما يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب القسم العلمى وطلاب القسم الأدبى فى قلق الامتحان حيث يرتفع مستوى القلق لدى طلاب القسم الأدبى عنه لدى طلاب القسم العلمى ويمكن أن نعزو ذلك إلى طريقة التقييم المتبعة حيث أن القسم الأدبى تتدخل فيه إلى حد كبير العوامل الذاتية فى تحديد درجات الطلاب فى الإمتحانات حيث أن معظم المقررات نظرية وليست مثل العلوم أو الرياضيات مما يجعل الطلاب فى القسم الأدبى أكثر قلقاً على هذه العملية. كما أن طبيعة الدراسة فى القسم الأدبى تعتمد إلى حد كبير على الحفظ كما هو شائع مما يجعل الطلاب أكثر قلقاً على إمكانية تذكر ما حفظوه من معلومات. وتثير هذه النتائج تساؤلاً يحتاج إلى الدراسة والبحث وهو هل يختلف طلاب القسم الأدبى عن القسم العلمى فى الثقة فى الذكاء حيث أشارت دراسة هندرسون و دويك (١٩٨٩) إلى أن عدم الثقة فى الذات أو فى الذكاء قد يودى إلى ارتفاع القلق المدرسى أو قلق الامتحان لدى الطلاب كما أن الطلاب الذين يعززون النجاح والفشل إلى عوامل ثابتة خاصة بالذات يكونون أكثر قلقاً مدرسياً. وهذا يفتح الباب أمام دراسات أخرى متعمقة فى هذا الصدد.

كما أن قلق المواجهة يزداد لدى طلاب القسم الأدبى، وبالرجوع إلى مفهوم هذا البعد فإنه يعنى أن طلاب القسم الأدبى أكثر خوفاً من مواجهة مواقف الامتحان أو المعلم وهذا يؤكد النتائج التى تم التوصل إليها فيما يختص بقلق الامتحان.

كما أن طلاب القسم الادبى يميلون نحو عدم الرغبة فى المدرسة وربما يعود ذلك إلى القلق من الامتحانات والقلق من مواجهة المعلم والمواقف المدرسية وهذا ما يشير إليه فورمان Forman واومالى (١٩٨٤) O'malley من أن المدرسة الثانوية يمكن أن تكون مصدراً للضغط النفسى والقلق حيث أنها توفر بيئة مليئة بمتطلبات الانجاز وهو ما يتضح لدى طلاب الادبى عنه لدى طلاب العلمى وفقاً لنتائج الدراسة الحالية.

وتشير النتائج أيضا إلى أن القلق المدرسي بصورة عامة يرتفع لدى طلاب الألبى عنه لدى طلاب العلمى مما يشير إلى أن الطلاب فى التخصص الألبى يكونون أكثر عرضة وتأثرا بالضغوط التى يواجهونها فى المدرسة.. وهذا يقتضى توفير بعض البرامج الإرشادية والمرشدين النفسيين فى المدارس النفسية كما أشار بذلك (فورمان وأومالى ١٩٨٤) لتخفيف أثر الضغوط النفسية على الطلاب ومساعدتهم على التكيف خاصة طلاب القسم الألبى الذين يحتاجون أكثر إلى الإرشاد التربوى لمساعدتهم على تنمية طرق استذكار تخفف حدة القلق والتوتر لديهم. وهذا ما أشار إليه فهد المهيزع (١٩٩٤) من أهمية وجود الإرشاد التربوى لتنمية عادات إستذكار جيدة لدى الطلاب فى التخصصات المختلفة حيث أن القلق والتوتر يقل لدى الطالب الذى يحدد استراتيجية واضحة للاستذكار ويستطيع تنظيم وقته وتحديد أهدافه بصورة واضحة ومحددة.

الفرض الثانى:

ينص الفرض الثانى على أنه:-

" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الصف الأول والثانى والثالث الثانوى فى الوعى بالذات أو القلق المدرسى".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث تحليل التباين الأحادى الاتجاه. ويوضح الجدول التالى النتائج المتعلقة بهذا الفرض:

جدول رقم (٧)

تحليل التباين أحادى الاتجاه للوعى بالذات والقلق المدرسى

عبر الصفوف الدراسية

مستوى دلالة	قيمة (F)	درجات الحرية		مجموع المربعات		المتغير
		داخل المجموعات	بين المجموعات	داخل المجموعات	بين المجموعات	
غير دال	٢.١٣	١٧٩	٢	٧١١٦.٤٥	١٥٣.٩١	الوعى بالذات الخاصة
غير دال	١.٨٥	١٧٩	٢	٥٠٨٤.٩٩	٩٥.٥٦	الوعى بالذات الاجتماعية
غير دال	٠.٤٩	١٧٩	٢	٤٢٦٠.٨١	٢١.١١	القلق الاجتماعى
غير دال	٠.٠٩	١٧٩	٢	٢٤١٦٠.١١	٢١.٨٧	المجموع (الوعى العام
غير دال	٠.١١	١٧٩	٢	٥٩٠٩.٢٣	٦.٥٩	قلق الامتحان
غير دال	٠.١٥	١٧٩	٢	٢٧٧٤.٨٥	٤.١١	قلق المواجهة
غير دال	٠.٣٤	١٧٩	٢	١٣٤٦.٦٦	٤.٧٢	القلق الظاهرى
غير دال	٠.٢٠	١٧٩	٢	٥٠٣.٧٤	١.٠١	عدم الرغبة فى المدرسة
غير دال	١.٨٦	١٧٩	٢	٤٢٦.٥٨	٨.٢٩	القبول الاجتماعى
غير دال	٠.٠٤	١٧٩	٢	٢٤٠٨٧.٤١	٨.٥٢	المجموع (القلق المدرسى)

ويتضح من الجدول السابق أن الوعي بالذات لا يختلف باختلاف الصف الدراسي ويمكن أن يرجع ذلك إلى أن تركيز الفرد على الذات يوجد في جميع المراحل العمرية بصور مختلفة .. والمرحلة العمرية موضوع الدراسة هي مرحلة المراهقة التي يزداد فيها الاهتمام بذات الفرد وصورته الجسدية وآراء الآخرين نحوه مما يجعل الفروق غير واضحة بين الصف الأول والثاني والثالث الثانوي حيث أن الاهتمام بالذات يكاد يكون متساوياً في هذه المرحلة. وهذا يتفق مع نتائج بعض الدراسات التي تتعلق بمفاهيم قريبة مثل مفهوم الذات وتحقيق الذات وغيرها حيث توصل بعض الباحثين إلى أن هذه المفاهيم المرتبطة بالذات لا يؤثر عليها الصف الدراسي للطلاب. (النقيثان ١٤١٠هـ).

كما أنه لا توجد فروق في القلق المدرسي بين الصفوف الأولى والثانية والثالثة وربما يعود ذلك أيضاً إلى أهمية المرحلة الثانوية ككل فالصف الأول هو الطريق إلى التخصص الأبدي والعلمي بينما الصف الثاني والثالث هما الطريق للمرحلة الجامعية مما يجعل جميع سنوات الدراسة ذات أهمية متساوية للطلاب.. كما أن المواقف والمناخ المدرسي لا يختلف بين الصف الأول والثاني والثالث وهذا ما جعل الفروق تتلاشى تقريباً في هذا المتغير.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة هندرسون ودويك (١٩٨٩) Henderson & Dweck التي أوضحت أنه لا يوجد أي تأثير للجنس أو الصف الدراسي على القلق المدرسي كما أشارت الدراسة إلى أن إدراك المراهقين للتغيرات التي تطرأ عليهم قد يختلف من مراهق لآخر وقد يعتبره البعض فرصة للنمو والنضج والتطور وهذا ما قد يكون غالباً على المراهقين موضوع الدراسة الحالية.

الفرض الثالث:-

ينص الفرض الثالث على أنه:-

"توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الوعي بالذات والقلق المدرسي". وللتأكد من صحة هذا الفرض استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون ويوضح الجدول التالي النتائج المتعلقة بهذا الفرض:-

جدول رقم (٨)

معاملات الارتباط بين أبعاد الوعي بالذات والقلق المدرس

ن = (١٩٩)

القلق الاجتماعي	الوعي بالذات الاجتماعية	الوعي بالذات الخاصة	الوعي بالذات/القلق المدرسي
٠,٣٤	٠,١٩	٠,٢٢	قلق الامتحان
٠,٤٩	٠,٤٢	٠,٣١	قلق المواجهة
٠,٣٥	٠,٣٩	٠,٤٨	القلق الظاهري
٠,٣٧	٠,٢٨	٠,١٩	عدم الرغبة في المدرسة
٠,٤١	٠,٢٩	٠,٢١	القبول الاجتماعي

ويتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين أبعاد الوعي بالذات والقلق المدرسي موجبة دالة عند مستوى ٠.٠١ وهذا يشير إلى ارتباط القلق المدرسي لدى الأفراد بإزدياد تركيزهم على ذواتهم وفحصها.. وهذا ما يتفق مع نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة هندرسون ودويك (١٩٨٩) التي توصلت إلى أن نقصان الثقة بالنفس قد يؤدي إلى القلق المدرسي لدى الأفراد الذين يميلون إلى عزو النجاح والفشل إلى عوامل خاصة بالذات. كما تتفق مع نتائج دراسة ويلز (١٩٩١) والتي توصلت إلى أن التركيز على بعض مظاهر الذات يؤدي إلى زيادة حالة القلق والإنزعاج لدى التلاميذ. كما توصل هاس وأيزنستادت (١٩٩٠) إلى أن التركيز على الذات يؤدي إلى عدم الرضا الذاتي كما يؤدي إلى بعض الآثار السلبية الأخرى. كما أشارت نتائج دراسة آلام وسرايفا ستافا (١٩٨٦) إلى ارتباط ارتفاع مستوى القلق بالادراك السلبي للذات، كما تتفق أيضا مع ما توصل إليه ماثيوس وويلز (١٩٨٨) من أن الوعي بالذات يعتبر من العوامل الوسيطة بين الفشل المعرفي (الذي قد يرتبط بالمواقف التعليمية) وظهور القلق لدى التلاميذ. فالتركيز على الذات والذي قد يرتبط به مشاعر التقييم السلبي (نظراً لأن الفرد الذي يركز على ذاته قد يجد نفسه بعيداً عن المثالية) قد يؤدي إلى الوعي الزائد بالذات والذي قد يرتبط به الفشل المعرفي والإدراك السلبي للذات مما يؤدي إلى زيادة الإحساس بالضغط النفسي الناتج عن الإحساس بالتعرض للنقد من قبل الآخرين وقد يؤدي ذلك إلى انخفاض التوافق الذي يؤدي بالضرورة إلى القلق والإنزعاج وهذا ما أشار إليه الإطار النظري للدراسة الحالية. ويتضح مما سبق أن نتائج الدراسة الحالية تتفق إلى حد كبير مع نظرية بوس Buss حول الوعي بالذات كما تتفق مع نتائج العديد من الدراسات التي توصلت إلى ارتباط القلق بالوعي بالذات لدى الأفراد.

كما أن جميع أبعاد القلق المدرسى ارتبطت بصورة دالة بأبعاد الوعي بالذات مما يشير إلى الارتباط القوي بين ظهور القلق والوعي بالذات إلى الحد الذي يمكن أن يؤكد أن القلق المدرسى يكون نتيجة لوعي التلاميذ بذواتهم ويحقق ما أشارت إليه نظرية الوعي بالذات في هذا الصدد.

□

المراجع

- (١) ابراهيم حمد النقيثان (١٤١٠هـ): دراسة مقارنة لمفهوم الذات بين الأطفال المتخلفي عقليا والأوسياء - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية جامعة الملك سعود - الرياض.
- (٢) أحمد عكاشة (١٩٨٨): الطب النفسي المعاصر - ط٧ مكتبة الأنجلو المصرية - القاهرة.
- (٣) حسنين الكامل (١٤١٣هـ): اختبار القلق المدرسى للمرحلة الثانوية - مكتبة النهضة المصرية - القاهرة.
- (٤) حامد زهران (١٩٧٧): الصحة النفسية والعلاج النفسي ط٢ - عالم الكتب - القاهرة.
- (٥) رجاء محمود أبو علام، محمد أحمد غالى (١٩٧٧): القلق وأمراض الجسم، ط٢ - مكتبة الفلاح - الكويت.
- (٦) عبد الستار ابراهيم (١٩٨٨): علم النفس الأكلينيكي مناهج التشخيص والعلاج النفسي دار المريخ للنشر - الرياض.
- (٧) فهد مهيزع المهيزع (١٩٩٤): التحصيل الدراسي وعلاقته بالعادات والاتجاهات الدراسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية - جامعة الملك سعود - الرياض.
- (٨) محمد سالم القرني (١٤١٣هـ): الخواف الاجتماعي وعلاقته ببعض أساليب المعاملة الوالدية كما يراها الأبناء - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية جامعة الملك سعود - الرياض.
- (٩) مصطفى فهمي (١٩٧٦): الصحة النفسية - دراسات في سيكولوجية التكيف - مكتبة الخانجي - القاهرة.

- (10) APA (1987) : **Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders. DSMIII-R** Washington D.C.
- (11) Alam, Q.G. & Srivastava (1986) : Self-Perception as Function of adjustment and anxiety; **Indian Psychological Review**; Jul. vol.30 (4) pp. 49-52.
- (12) Amies, P.L et al. (1983): Social phobia: A comparative clinical study; **British Journal of Psychiatry**; vol.142; pp. 174-179.
- (13) Bruch, M.O.(1989) : Familial and developmental Antecedents of Social phobia, Issues and Findings; **Clinical Psychology Review**; vol. 9 N.3 pp.37-47.
- (14) Buss, A. (1980): **Self-consciousness and social Anxiety**; W.H. Freeman & Co.; San Francisco.
- (15) Carver, C.S. & Scheier, M.F. (1981): **Attention and self regulation: A control theory approach to human behavior**, Springer-verlay; New York.
- (16) Carver, C.S & Scheier, M.F. (1988): A control-process perspective on anxiety, **Anxiety Research**; 1, pp. 17-22.
- (17) Carver, C.S. & Scheier, M.F. (1988) : **Perspectives on Personality**; Allyn and Bacon, Inc.; Boston. London.
- (18) Edmister, P. & Lewis, G. (1983) : School Anxiety: Could your child **PTA Today**; V9 no. 1 Oct., pp.5-8
- (19) Fengstein, A. & Scheier, M. & Buss, A.(1975): Self-consciousness Scale; in: Aero.R & Weiner, E. (1981) **The Mind Test**; William Morrow & company Inc. New York. PP.67-69

- (20) Forman, S.G. & O'malley, P.L. (1984) : School stress and Anxiety Interventions; School Psychological Review; V 13 no. 2 pp. 162-170
- (21) Gibbons, F.X. (1990) : Self-Evaluation and self-Perception: the role of Attention in the experience of Anxiety, Anxiety Research, vol. 2 (3) pp. 153-163.
- (22) Hale, K.K. & Stoltenberg, C.D. (1988) : The Effects of Self awareness and evaluation apprehension on counselor trainee anxiety; Clinical-Supervisor; vol. 6 (1) pp. 49-69.
- (23) Hass, R.G. & Eisenstadt, D. (1990) : The effect of self-focused attention on perspective-taking and Anxiety; Anxiety Research; vol. 2 (3) pp. 165-176.
- (24) Henderson & Dweck (1989): Predicting individual differences in school anxiety; paper presented for research in child Development, Kansas city, Mo; April.
- (25) Pervin, L.A. (1993): Personality "Theory and Research" 6th Ed. John Wiley & Sons, Inc. New York.
- (26) Pyszczynki, T. et al. (1990) : A terror management analysis of self awareness and anxiety: The hierarchy of terror Anxiety Research; vol. 2(3) pp. 177-195.
- (27) Reno, R.R. & Kenny, D.A. (1992): Effects of self consciousness and social Anxiety on self disclosure among Unacquainted individuals: An Application of the social Relations Model. Journal of Personality, p.p. 79-73.
- (28) Wells, A. (1985): Relationship between private self-consciousness and anxiety scores in threatening situations Psychological Reports; Dec. vol. 57 (3, pt.2) pp. 1063-1066.

- (29) Wells, A. (1991) : Effects of dispositional self-focus, Appraisal and Attention instructions on responses to a threatening stimulus; Anxiety Research; vol. 3(4), pp. 291-301.
- (30) Wicklund, R.A. (1990): Motivation, Flight, and distress: The self aware condition: an introduction to the special volume on self-awareness. Anxiety Research; Vol 2(3) pp. 149-152.
- (31) Wynstra, S. & Cummings, C. (1993): High school Science Anxiety, Science Teacher V 60 no. 7 Oct. pp. 18-21