مركز أ . د . احمد المنشاوى
للنشر العلمى والتميز البحثى
مجلة كلية التربية
=======

العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لطلاب الصف الثالث الاساسي في محافظة رام الله والبيرة

إعـــــــــــــداد

أ/ الآء حسن رزق

باحثة دكتوراة في التربية الخاصة

الجامعة العربية الامريكية

rizeqalaa@gmail.com

﴿المجلد الأربعون– العدد التاسع– جزء ثانى – سبتمبر ٢٠٢٤م﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

مستخلص الدراسة:

يُعد القلق حالة من التوتر يعاني منها الكثير من الطلاب في المرحلة الأساسية لاسيما الدنيا منها وتؤثر في العمليات العقلية كالانتباه والتذكر والادراك وغيرها، والتي تعتبر بدورها من المتطلبات الأساسية للنجاح في الدراسة. وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة القائمة بين التحصيل الدراسي وقلق الاختبار لطلاب الصف الثالث الاساسي في محافظة رام الله والبيرة وأهم البرامج العلاجية لحل مشكلة القلق عند الطلاب في المرحلة الأساسية من التعليم. وتمثل مجتمع الدراسة بطلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة. وطبقت على عينة عشوائية بلغت ١٠٠ طالب وطالبة. وتم اتباع المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة ، واستخدمت الاستبانة لجمع البيانات، وأثبتت النتائج وجود علاقة عكسية بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لطلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة، وبالتالي فان تدني التحصيل الدراسي قد يرتبط بعلاقة واضحة مع ارتفاع معدلات القلق لدى الطلاب مما قد يضعف دافعيتهم للتحصيل الدراسي المرتفع. وبلغ المتوسط الحسابي لمجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي (١.٨٠) مما يمثل نسبة مئوية قدرها (٥٩.٩).

الكلمات المفتاحية: قلق الإختبار، التحصيل الدراسي، طلاب الصف الثالث الأساسي.

The relationship between test anxiety and academic achievement of third grade students in Ramallah Governorate.

PREPARED BY : Alaa Hassan Rezeq
rizeqalaa@gmail.com

Abstract:

The purpose of this study is to determine the most effective treatment programs to address kids' anxiety issues and the link between academic success and test anxiety for third-grade children in Ramallah and the Al-Bireh Governorate. A random sample of one hundred male and female students was subjected to it. The results validated the analytical descriptive technique, which was employed together with a questionnaire to gather data. For third-grade students in Ramallah and the Al-Bireh Governorate, there is an inverse relationship between test anxiety and academic achievement. As a result, low academic achievement may be negatively correlated with high levels of anxiety among students. The association between test anxiety and academic success had an arithmetic mean of 1.80 and a percentage of (59.9).

Keywords: test anxiety, academic achievement, third- grade students

أولا : مقدمة الدراسة:

يشكل القلق، خاصة قلق الاختبار، تحديا أكاديميا ونفسيا يؤثر على العديد من الطلاب، وبالرغم من كونه استجابة طبيعية المواقف والضغوط التي يتعرض لها الطالب، إلا أن التفاقم في مستويات القلق لدى الطلاب يمكن أن يؤثر سلبا على تحصيلهم الدراسي وصحتهم النفسية. وتعد العمليات العقلية كالإنتباه، والتذكر، والإدراك، مكونات أساسية للنجاح الدراسي، إلا أن قلق الاختبار يمكن أن يعيق هذه العمليات، مما يؤدي إلى تشتت الانتباه، وصعوبة الاسترجاع، وضعف القدرة على معالجة المعلومات. وقد يتجلى ذلك في انخفاض الدافعية، والشعور بالإحباط، وظهور أعراض جسدية كآلام المعدة أو الصداع.

وقد أظهرت بعض الدراسات العلاقة العكسية بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى الطلاب. فقد وجدت دراسة الزهراء (٢٠١٩) التي أجريت على طلاب المرحلة الثانوية أن ارتفاع مستويات قلق الاختبار ارتبط بانخفاض التحصيل الدراسي. كما أشارت دراسة السايحي (٢٠٠٤) إلى أن البرامج التي تعنى بتزويد الطلاب باستراتيجيات التعامل مع قلق الاختبار ساهمت في تحسين أدائهم الأكاديمي.

وتركز هذه الدراسة على فهم العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة.

ثانيا مشكلة الدراسة

يشكل قلق الاختبار تحديا بارزا يؤثر على العديد من الطلاب في مختلف المراحل التعليمية، مما قد يؤدي إلى عرقلة تحصيلهم الدراسي ونموهم الأكاديمي، ويزداد الأمر خطورة مع تأثيره السلبي على الصحة النفسية للطالب، وذلك مما يبرز الحاجة الملحة إلى معالجة هذه الظاهرة بشكل فاعل. وتتمثل مشكلة هذه الدراسة في الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة.

وتنبع أهمية هذه الدراسة من عدة جوانب:

- معالجة فجوة بحثية على الرغم من إهتمام المجتمعات المتقدمة بدراسة ظاهرة قلق الاختبار وتأثيره على التحصيل الدراسي، إلا أن هذا المجال لا يزال بحاجة إلى مزيد من الدراسات في السياق الفلسطيني بشكل خاص، لتوفير فهم أعمق لهذه الظاهرة وتحديد سبل التعامل معها بفعالية.

- توجيه الجهود التعليمية من خلال تحديد مدى تأثير قلق الاختبار على التحصيل الدراسي لهذه الفئة العمرية، تسهم الدراسة في توجيه جهود المعلمين والمربين نحو تطوير استراتيجيات فعالة للتخفيف من حدة القلق وتحسين الأداء الأكاديمي للطلاب.
- دعم صحة الطالب النفسية من خلال التعرف على أهمية معالجة قلق الاختبار، تساهم الدراسة في نشر الوعي حول أهمية الصحة النفسية للطالب وتوفير الدعم اللازم له للتعاملمع التحديات الأكاديمية بشكل صحي.

وتسعى هذه الدراسة إلى الإجابة عن التساؤل الرئيس التالي: ما طبيعة العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة؟

ثالثا: هدف الدراسة:

-الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة وسيتم ذلك من خلال قياس مستويات قلق الاختبار لدى عينة من طلاب الصف الثالث الأساسي في المحافظة.

- تحليل العلاقة بين هذه المستويات ومعدلاتهم الدراسية في مواد دراسية محددة.

رابعا: أهمية الدراسة:

- يتناول مرحلة دراسية حساسة بعد الصف الثالث الأساسي من المراحل الدراسية المهمة في حياة الطالب، حيث يتم فيها ترسيخ العديد من المفاهيم والمبادئ الأساسية. لذلك، فإن فهم تأثير قلق الاختبار على التحصيل الدراسي في هذه المرحلة بالذات بعد أمرًا حيويا.
- يركزعلى بيئة محلية محددة ستوفر نتائج البحث معلومات قيمة عن واقع قلق الاختبار وتأثيره على التحصيل الدراسي في محافظة رام الله والبيرة تحديداً، مما سيساعد في وضع برامج واستراتيجيات ملائمة لهذه البيئة.
- **يساهم في توجيه المعلمين وأولياء الأمور:** ستساعد نتائج البحث على توعية المعلمين وأولياء الأمور بأهمية التعامل مع قلق الاختبار لدى طلاب الصف الثالث الأساسي، وتزويدهم باستراتيجيات فعالة للحد من آثاره السلبية.
- يشكل أرضية لبحوث مستقبلية يمكن أن يشكل هذا البحث نقطة انطلاق الدراسات وأبحاث أخرى أكثر تعمقاً في نفس المجال، سواء من حيث فئات الطلاب المستهدفة أو المناطق الجغرافية.

خامسا: المفاهيم الاجرائية للدراسة

1/5قلق الامتحان:

هو استجابة انفعالية سلبية يتسم بالتوتر والخوف وعدم الارتياح والتي تنشأ لدى بعض الأطفال في المواقف المتعلقة بالتقييم والاختبارات .يوثر قلق الامتحان على تركيز الطالب و قدرته على استرجاع المعلومات و التقدم الأكاديمي .

يزداد قلق الامتحان بتأثير عدة عوامل منها : الخوف من الفشل، والضغط الناتج عن توقعات الأهل والمعلمين ، و طبيعة أساليب التدريس وأشكال التقييم المتبعة.

التحصيل الأكاديمي:

هو قياس موضوعي لمدى تحقيق الطالب الأهداف التعلم واتقانه للمهارات المحددة في المناهج الدراسية. يتم تقييم التحصيل الأكاديمي من خلال درجات الطالب في الاختبارات والواجبات والمشاريع التي تعكس مستوى فهمه للمادة الدراسية. يعتبر التحصيل الأكاديمي معياراً رئيسياً لتقييم أداء الطالب وتقدمه في المسار التعليمي.

سادسا : حدود الدراسة:

1/6حدود الموضوع:

تناولت هذه الدراسة ظاهرة قلق الاختبار وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة محددة من طلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة.

2/6الحدود الزمانية:

تم جمع بيانات الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣م.

3/6الحدود المكانية:

اقتصرت الدراسة على أربع مدارس أساسية في محافظة رام الله والبيرة.

4/6الحدود البشرية:

شملت عينة الدراسة ١٠٠ طالب وطالبة من طلاب الصف الثالث الأساسي في المدارس المختارة بمحافظة رام الله والبيرة.

- تم تطبيق الاستبانة بمساعدة معلمة الصف وبإشراف الباحثة، مع الحرص على شرح فقراتها للطلاب بشكل كاف لضمان فهمهم لها واجابتهم بشكل صحيح.

5/6حدود الأداة:

اعتمدت الدراسة على استبانة مكونة من ٣٠ فقرة موزعة على مجالين لقياس مستويات قلق الاختبار لدى الطلاب، وقد تم التأكد من صدق وثبات الأداء قبل استخدامها في جمع البيانات.

(7)الاطار النظري:

القلق هو الشّعور بالضيق والاضطراب وعدم الاستقرار النّفسي، يصحبه شعور مبهم بالخوف من شيء غير مُحدد أو شيء من المتوقّع حدوثه، فهو حالة من التوتّر والخوف والتفكير أكثر من اللازم في أمور مجهولة، وللقلق أنواع كثيرة وأسباب متعدّدة.

من الطبيعي أن يشعر الإنسان بالقلق أو بالفزع من حين إلى آخر، أما إذا كان الإحساس بالقلق يتكرر في أحيان متقاربة دون أي سبب حقيقي إلى درجة أنه يعيق مجرى الحياة اليومي الطبيعي فالمرجح أن هذا الإنسان يعاني من اضطراب القلق، هذا الاضطراب يُسبب القلق الزائد وغير الواقعي وشعورًا بالخوف، وهو يفوق ما يمكن اعتباره رد فعل طبيعيًا على حالة معينة.

يعد القلق من الامتحان مشكلة سائدة بين الطلاب ، لا سيما على مستوى الطفولة المبكرة. هناك العديد من العوامل التي تساهم في هذه الحالة ، وفهمها أمر بالغ الأهمية لوضع استراتيجيات فعالة للتخفيف من حدتها. أحد الأسباب الرئيسية للقلق من الامتحان هو الخوف من الفشل أو ضعف الأداء. غالبا ما يكون لدى طلاب المرحلة الاساسية توقعات عالية لأنفسهم ويخشون أن يعيق الأداء الضعيف آفاقهم المستقبلية. علاوة على ذلك ، فإن الطبيعة التنافسية للبيئات الأكاديمية تؤدي إلى تفاقم هذا الضغط ، حيث غالبا ما يقارن الطلاب أنفسهم بأقرانهم. سبب آخر مهم للقلق من الامتحان هو الكم الهائل من المحتوى الذي يجب تغطيته والوقت المحدود للتحضير. تميل الامتحانات الاساسية إلى أن تكون شاملة ، مما يتطلب من الطلاب أن يكون لديهم فهم متعمق للموضوع.

يمكن أن يؤدي هذا المطلب إلى الشعور بالنقص والقلق حيث يشعر الطلاب بالإرهاق من حجم المواد التي يحتاجون إلى إتقانها في فترة قصيرة. أخيرا ، يمكن أن يساهم الضغط لأداء جيد بسبب التوقعات الخارجية مثل الضغط الأسري أو المجتمعي في قلق الامتحان بين الطلاب.

لمعالجة قلق الامتحان ، من الضروري تنمية استراتيجيات مواجهة فعالة. تتضمن إحدى الاستراتيجيات تطوير خطة دراسة واقعية تسمح بوقت إعداد كاف وفترات راحة لتجنب الإرهاق. تعد مهارات إدارة الوقت أمرا بالغ الأهمية هنا، لأنها تمكن الطلاب من تخصيص وقت دراستهم بكفاءة والحفاظ على توازن صحي بين العمل والحياة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يوفر طلب الدعم من الأقران أو الموجهين أو مجموعات الدعم منفذا قيما لمناقشة المخاوف ومشاركة الاستراتيجيات لإدارة قلق الامتحان. في بعض الحالات، يمكن أن يكون طلب المشورة أو العلاج من أخصائيي النفس والنفس التربوي مفيدا للأفراد الذين يتعاملون مع فئات تعاني من القلق.

ومن الأمور المؤدية لإثارة قلق الامتحان مبالغة وسائل الإعلام بقضية الامتحانات، مما ينتقل أثره إلى نفسية الطالب فيصيبه ذلك بالخوف والذعر والقلق ويتصور أن الامتحان عبارة عن موقف رهيب ومفزع.

بالإضافة إلى ما يقوم به بعض الأهالي من سلوكيات يظنون أنها نافعة وناجحة ولكنها تؤدي إلى نتائج عكسية وسلبية على الطالب، حيث يتبع بعض الأهل أسلوب المراقبة المشددة الحرص الزائد على الطالب.

ومن الأمور السلبية المرتبطة بإثارة القلق، اعتماد الطلاب على تعاطي المشروبات والمنبهات والمواد التي تدفعهم للسهر أكثر من اللازم، وهي من الأمور الضارة صحياً وتربوياً، ولذلك ينبغي تحاشيها بكل الطرق والاعتماد على الراحة الجيدة. لى جانب توفير الظروف الفيزيقية الجيدة كالإضاءة والهدوء والحرارة وما إلى ذلك، مما يشجع على التركيز وعدم تشتت الانتباه .

التحصيل الأكاديمي:

هو مفهوم متعدد الأوجه يشمل مجموعة من القدرات والإنجازات الفكرية. إنه لا ينطوي فقط على اكتساب المعرفة ولكن أيضا القدرة على تحليل المعلومات بشكل نقدي والتفكير الإبداعي وحل المشكلات المعقدة. وتكمن أهمية التحصيل الأكاديمي في تعزيز الأهداف التعليمية والمهنية.

يشير الذكاء ، الذي غالبا ما يعتبر عنصرا أساسيا في التحصيل الأكاديمي ، إلى القدرة على التفكير والفهم والتعلم. ويشمل القدرات المعرفية المختلفة مثل التفكير المنطقي والوعي المكاني والفهم اللفظي. ومع ذلك ، فإن الذكاء وحده لا يضمن النجاح الأكاديمي. يتطلب مزيجا من العمل الجاد ومهارات الدراسة الفعالة والدافع للاستفادة من القدرات الفكرية للفرد بكفاءة.

الاداء المعرفي:

يعد من أهم الجوانب التي ينبغي على الطالب المدرسة أن يراعيها. فهو يشمل القدرة على التفكير النقدي والتحليل العميق للمفاهيم والأفكار المعقدة. وبفضل الاداء المعرفي الجيد يتمكن الطالب من فهم وتطبيق المعرفة العلمية بشكل أفضل في مجال دراسته. وللوصول إلى هذا الاداء المعرفي المرموق، يجب أن يتمتع الطالب بالقدرة على تحليل المعلومات، استخلاص الأفكار الأساسية، وبناء العلاقات المعرفية المنطقية.

إضافة إلى ذلك، فالاداء المعرفي يمتد إلى مجالات أخرى مثل الذاكرة والانتباه وحل المشكلات. فالذاكرة القوية تمكن الطالب من تخزين المعلومات واسترجاعها بكفاءة، مما يعزز الأداء العام ويسهم في التفوق الأكاديمي. وبالإضافة إلى ذلك، تعتبر القدرة على توجيه الانتباه وتركيزه على مهمات الدراسة أمراً حاسماً في تعزيز الاداء المعرفي للطالب.

ولعل معظم الدرسات اشارات الى ان وجود مستويات متوسطة وضعيفة من القلق تعد حافزا للتحصيل الدراسي المرتفع على خلاف القلق المرضي او الذي ترتفع مستوياته ليشكل حجر عثرة في طريق الطالب لما يودي اليه من اثار سلبية على نفسيته وتحصيله الدراسي.

أخيراً، تعد مهارة حل المشكلات أحد العوامل المهمة في تحسين الاداء المعرفي. فالقدرة على تحديد المشكلات، وتحليلها، وابتكار حلول مبتكرة تعزز القدرة على التفكير الانتقادي وتنمي المرونة المعرفية للطالب. ومن خلال ممارسة هذه المهارات بشكل منتظم، يتم تعزيز قدرات الطالب العقلية وتطوير أدائه المعرفي ليكون عالياً ومميزاً في المجال الأكاديمي والمهني.

الدراسات السابقة:

يعتبر موضوع قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي من الموضوعات التي حظيت نسبياً باهتمام المجتمعات المتقدمة، لكنها لم تحظ بنفس الاهتمام من الدول العربية بشكل عام وفلسطين بشكل خاص .

وسيتم استعراض بعض الدراسات التي تناولت موضوع قلق الامتحان بشكل عام والدراسات التي اهتمت بعلاقته بالتحصيل الدراسي.

هدفت دراسة الزهراء (٢٠١٩) إلى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة - الأولى ثانوي - دراسة وصفية - بمدينة مستغانم للسنة الدراسية (٢٠١٤-٢٠١٥)، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) تلميذاً وتلميذة، ولتحقيق أهداف الدراسة فقد استخدمت الباحثة مقياس قلق الامتحان للأستاذ الدكتور بشير معمرية، وبعد عرض ومناقشة نتائج الدراسة توصلت الباحثة إلى ما يلي: هناك علاقة عكسية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي. هناك فرق دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث، كما أن هناك فرق دال إحصائيا في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

في حين كشفت دراسة السايحي (٢٠٠٤) فعالية البرنامج الارشادي لخفض قلق الامتحان لدى طلاب السنة الثانية ثانوي". حيث تناولت هذه الدراسة فعالية البرنامج الإرشادي لخفض مستوى فلق الامتحان لدى حيث تناولت طلاب السنة الثانية ثانوي وذلك بولاية ورقلة جنوب الجزائر شملت هذه الدراسة عينة من تلميذات السنة الثانية ثانوي شعبة علوم الطبيعة والحياة للعام ٢٠٠٣ ٢٠٠٤ قسمت الطالبات الى مجموعة تجريبية وتضم ١٤ طالبة ومجموعة ضابطة وتضم ١٤ طالبة وقد تراوحت أعمارهم ما بين ١٦- ١٨ سنة وقد تم التحكم ببعض المتغيرات لدى عينة التجربة مثل مستوى الذكاء والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، السن التخصص الدراسي المستوى التعليمي الجنس. وقد تم تطبيق عدة أدوات في هذه الدراسة منها مقياس قلق

الامتحان، مقياس المصفوفات المتتابعة المقتن للذكاء البرنامج الإرشادي استمارة المستوى الاقتصادي الاجتماعي، وقد أسفرت نتائج الدراسة على تحقيق جميع فرضيات البحث، حيث أظهرت النتائج أثر البرنامج الإرشادي واستمرار أثره في خفض مستوى قلق الامتحان وزيادة بسيطة في مستوى التحصيل الدراسي.

هدفت دراسة أجراها دواش (٢٠٠٤) بعنوان "العلاقة بين دافعية التحصيل والقلق الامتحاني وأثرهما على تحصيل اللغة الإنجليزية لدى طلبة المرحلتين الأساسية والثانوية في محافظة المفرق" إلى استقصاء العلاقة بين دافعية التحصيل والقلق الامتحاني وتأثيرهما على تحصيل اللغة الإنجليزية لدى طلبة المرحلتين الأساسية والثانوية في محافظة المفرق. وتكونت عينة الدراسة من ١٨٠ طالبا وطالبة، منهم ٩٩ طالبا و٨١ طالبة تم اختيارهم من مدرستين ضمن نفس البيئة الجغرافية. استخدم الباحث دافعية التحصيل وقلق الامتحان ومقاييس الإنجاز لجمع البيانات. تم تحليل النتائج التي تم الحصول عليها باستخدام الوسائل والانحرافات المعيارية وتحليل التباين وتحليل التباين أحادي الاتجاه. كشفت النتائج أن تحصيل الطلاب في اللغة الإنجليزية يختلف بناء على مستويات تحفيزهم ، ولا يمكن أن يعزى ذلك فقط إلى القلق من الامتحان أو المستوى الأكاديمي أو التفاعل بينهم.علاوة على ذلك، لم يختلف دافعية التحصيل لدى الطلاب بناء على مستوياتهم الأكاديمية، في حين اختلف القلق من الامتحان بين المستويات الأكاديمية المختلفة، لصالح الصف التاسع.

وقام كل من أشرف عبدالقادر وإسماعيل بدر (١٩٩٩) بدراسة عن التنبؤ بقلق التحصيل من خلال عادات الاستذكار لدى طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية وتوصلا إلى أن مكونات قلق التحصيل تتمثل فى الضغط النفسي أثناء الاستذكار والضغط النفسى قبل الامتحان والخوف والرهبة من الأستاذ والاضطرابات الجسمية والفسيولوجية المصاحبة لقلق التحصيل، كما اتضح أنه يمكن التنبؤ بقلق التحصيل من خلال بعض العوامل المرتبطة بعادات الاستذكار لدى طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية وأن طلاب الجامعة تميزوا بأنهم أقل تنظيماً للوقت ولا يتبعون أساليب جيدة للاستذكار بالمقارنة مع طلاب المرحلة الثانوية وأن الطلبة يعانون أكثر فى قلق التحصيل بالمقارنة بالطالبات فى المرحلتين الثانوية والجامعية وأوصت الدراسة بضرورة وضع استراتيجية لمساعدة طلاب الجامعة للتغلب على قلق التحصيل.

في حين هدفت دراسة محمد إبراهيم (١٩٩٧) للكشف عن فعالية الإرشاد الفردى والجماعى فى تحسين عملية الاستذكار على عينة من طلبة الجامعة بلغت (٢٦) طالباً بالسعودية قسمت إلى مجموعتين تجريبيتين أحدهما طبق عليها الارشاد الفردى والمجموعة الأخرى طبق عليها الإرشاد الجماعى، وكان البرنامج الارشادى يدور حول عملية الاستذكار والدافع إليها والمشكلات المعوقة لها مثل الأسرة، وضغط الوقت، الظروف الصحية، نقص الكفاءة العملية، وتوصلت الدراسة إلى فعالية الإرشاد الفردى والجماعى فى زيادة كفاءة عملية الاستذكار لدى عينة الدراسة.

لذلك كانت هناك هذه الدراسة التي أجراها أبو مرق (١٩٨٨) بعنوان "دراسة حول العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى الطلاب والطالبات". أراد الرجل بشكل أساسي معرفة ما إذا كان هناك أي صلة بين مدى توتر الطلاب قبل الامتحانات ودرجاتهم الفعلية. الآن ، هذه بعض الأشياء المثيرة للاهتمام لأننا نعلم جميعا مقدار اختبارات الإجهاد التي يمكن أن تسببها ، أليس كذلك؟ على أي حال، وجد أبو مرق أن هناك بالفعل علاقة كبيرة بين قلق الامتحان والتحصيل الأكاديمي. بمعنى آخر ، يميل الطلاب الأكثر قلقا إلى أداء أسوأ في امتحاناتهم. إنه أمر منطقي نوعا ما عندما تفكر في الأمر - إذا كنت متوترا وقلقا أثناء الامتحان ، فلا بد أن يؤثر ذلك على تركيزك وقدرتك على الأداء الجيد. لذا نعم ، تلقي هذه الدراسة بعض الضوء على عامل مهم يمكن أن يؤثر على نجاح الطلاب في المدرسة

ثامنا اجراءات الدراسة

1/8المجتمع والعينة

المجتمع طلاب الصف الثالث الأساسي في المدارس الأساسية الحكومية بمحافظة رام الله والبيرة للعام الدراسي العينة: ١٠٠ طالب وطالبة من طلاب الصف الثالث الأساسي، موزعين على ٥ شعب دراسية في ٤ مدارس أساسية حكومية بمحافظة رام الله والبيرة. تم اختيار المدارس بطريقة عشوائية بسيطة، وكذلك تم اختيار الشعب الدراسية والطلاب بطريقة عشوائية بسيطة.

2/8أداة الدراسة :

الاستبانة تم إعداد استبانة بناء على مراجعة الدراسات والبحوث السابقة وخاصة مقياس " تايلور " لقلق الاختبار. اذكر اسم المقياس كاملاً تحتوي الاستبانة على ٣١ فقرة تقيس مستوى قلق الامتحان لدى الطلاب.

- مقياس الاستجابة: استخدم مقياس ليكرت ثلاثي الدرجات

(3) دائماً.

(2) أحياناً.

(1) أبداً.

تم الحصول على الموافقات اللازمة من الجهات المعنية لإجراء الدراسة، وتم تطبيق الاستبانة بشكل استطلاعي على عينة صغيرة من الطلاب عددها عشرون طالب وطالبة للتأكد من وضوح الفقرات وملاءمتها.

التطبيق الفعلي: تم توزيع الاستبانة على أفراد العينة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي حددي العام) بمساعدة معلمة الصف وبإشراف الباحثة، تم شرح أهداف الدراسة و كيفية الإجابة على فقرات الاستبانة بشكل واضح للجميع.

تحليل البيانات بعد جمع البيانات تم إدخالها وتحليلها باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية.(SPSS)

الإحصاء الوصفي: تم حساب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية البيانات الدراسة والإحصاء الاستدلالي: تم استخدام الاختبارات الإحصائية المناسبة للإجابة على أسئلة الدراسة و اختبار فروضها.

صدق وثبات الأداء الصدق :

تم التأكد من صدق الاستبانة من خلال:

صدق البناء حيث تم التأكد من دقة الفقرات و صياغتها بشكل جيد وتنقيحها بما يتلائم مع الفئة العمرية المستهدفة بعد عرضها على مدقق لغوي ومشرف تربوي للمرحلة الأساسية.

صدق المحتوى تم عرض الاستبانة على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية الخاصة وعلم النفس التربوي للحصول على أرائهم حول ملاءمة فقراتها و وضوحها وشموليتها بما يتناسب مع موضوع الدراسة وأهدافها.

الثبات تم حساب معامل ثبات الاستبانة باستخدام معادلة كرونباخ ألفا على عينة الدراسة و بلغ (٠.٨٠٥) وهي قيمة مقبولة كل على ثبات الأداة.

3/8منهجية البحث:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث يهدف إلى وصف واقع قلق الاختبار لدى عينة الدراسة و الكشف عن العلاقة بينه و بين مستوى تحصيلهم الدراسي.

4/8 النتائج:

جدول (١)

يوضح معاملات ثبات مقياس العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي بطريقة كرونباخ ألفا

	عدد الفقرات	كرونباخ الفا
الدرجة الكلية	٣١	٠.٨٠٥

يتضح من الجدول (١) أن معامل ثبات كرونباخ ألفا للدرجة الكلية للعلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي بلغ (٠.٨٠٥). وتعتبر هذه القيمة مقبولة وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية .

تصحيح الأداة

لقد تم اعتماد التوزيع التالي للفقرات في عملية تصحيح فقرات أداة الدراسة واستخراج النتائج وفقاً للطريقة التالية.

دائما	احيانا	ابدا
٣	٢	١

جدول (٢)

يوضح درجات احتساب مستوى العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي

مستوى منخفض جدا	١.٤٠-١.٠٠
مستوى منخفض	١.٨٠-١.٤١
مستوى متوسط	٢.٢٠-١.٨١
مستوى مرتفع	٢.٦٠-٢.٢١
مستوى مرتفع جدا	٢.٦١ – ٣.٠٠

منهجية البحث

اتبعت الباحثة منهج وصفي تحليلي، وترى أنه كفيل لتفصيل الدراسة، والخروج بنتائج وافية، ويتمثل ذلك في منهج يقوم على تحليل الأرقام ونواتج الاستبانة. حيث يعتبر الاستبيان من اهم طرق البحث وجمع البيانات في علوم التربية خاصة في البحوث الوصفية فهو كذلك يعتبر اهم خطوة من الخطوات التي يتبعها الباحث في البحوث الوصفية.

النتائج:

استعرضت الباحثة في هذا الفصل المعلومات التي جمعوها من مجموعة من طلاب الصف الثالث في محافظة رام الله والبيرة. لقد أرادوا معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين مدى شعور الطلاب بالقلق ومدى نجاحهم في المدرسة. لمعرفة ذلك، قاموا بإعداد قائمة من الأسئلة ليجيب عليها الطلاب. تحتوي الأسئلة على ثلاثة خيارات ليختار الطلاب من بينها: صحيح دائمًا، أو صحيح أحيانًا، أو غير صحيح. كان لديهم ٣٠ سؤالا في المجموع.

نتائج الدراسة:

فيما يلي نستعرض النتائج التي توصلت الدراسة إليها في ضوء أسئلتها وفرضيتها التي تم طرحها، وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض، وهي كما يلي :

نتائج السؤال الرئيس: ما العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي لطلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة؟

للإجابة عن السؤال الأول، حُسبت المتوسطات الحسابية لمقياس العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي، والجدول (٣) يوضح ذلك :

جدول (٣)
يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي مرتبة تنازلياً

رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
٢٨	أخشى الوقوع في الخطأ عند اجابتي عن أسئلة الاختبار.	2.44	0.70	81.4	مرتفع
٢٢	انزعج عندما لا يحدد المعلم موعدا ثابتا للاختبار.	2.26	0.82	75.5	مرتفع
٦	افكر كثيرا قبل دخولي قاعة الاختبار.	2.25	0.76	74.8	مرتفع
١٨	افرح عند الغاء موعد الاختبار او تأجيله.	2.25	0.75	74.8	مرتفع
١٦	انتظر انتهاء فترة الاختبار بفارغ الصبر.	2.08	0.88	69.3	متوسط
٤	اشعر بتوتر شديد قبل اداء الاختبار وبعده.	2.06	0.69	68.6	متوسط
٢١	اهتم دائما ان اكون مستعدا لاي طارئ	2.06	0.72	68.6	متوسط
١٩	يصعب علي اختيار السؤال الذي ارغب الإجابة عنه اولا.	2.01	0.80	67.0	متوسط
٣	اخاف كثيرا من الاختبارات الفجائية.	1.99	0.75	66.3	متوسط
٣٠	ارتبك في الاختبار.	1.97	0.75	65.7	متوسط
٢٠	اجد صعوبة في اختيار ما ارغب في دراسته.	1.92	0.79	64.1	متوسط
٢	اصاب بذعر شديد عند دائي للامتحان.	1.91	0.66	63.7	متوسط
١١	يضعف تركيزي اثناء اداء الاختبار.	1.90	0.70	63.4	متوسط
٢٤	الاختبار بالنسبة لي مصدر قلق.	1.86	0.72	62.1	متوسط
٧	سريع النسيان.	1.85	0.79	61.8	متوسط
٢٥	قدرتي على تذكر مادة الاختبار ضعيفة.	1.84	0.70	61.4	متوسط
٢٩	اتسرع في الإجابة عن اسئلة الاختبار في كثير من الاحيان.	1.81	0.70	60.5	متوسط
١	اجد صعوبة في التركيز.	1.77	0.61	59.2	منخفض
٢٧	بطيء في استيعاب طريقة الإجابة عن اسئلة الاختبار.	1.76	0.66	58.8	منخفض
١٥	اشعر بالملل لدى بدء الاختبار.	1.67	0.76	55.6	منخفض
٩	اتعب بسرعة.	1.66	0.71	55.2	منخفض
٥	ارتبك عندما يوجه المعلم سؤالا لي.	1.60	0.66	53.3	منخفض
١٤	اشعر بفقدان الشهية كلما اقترب موعد الاختبار.	1.58	0.71	52.6	منخفض
٨	ترتعش يداي اثناء دائي للاختبار.	1.57	0.71	52.3	منخفض
١٣	اتلعثم في الكلام عند توجيه المعلم سؤالا لي.	1.53	0.69	51.0	منخفض
٢٦	اعاني مشقة كبيرة في فهم تعليمات الاختبار.	1.51	0.64	50.3	منخفض
٣١	اشعر اني خامل.	1.47	0.67	49.0	منخفض
١٠	يتعرق جسمي اثناء دائي الاختبار.	1.34	0.61	44.8	منخفض جدا
١٢	ينتابني المرض كلما اقترب موعد الاختبار.	1.32	0.58	44.1	منخفض جدا
٢٣	لا يهتم المعلمون بتحديد موعد ثابت لاختباراتهم.	1.24	0.55	41.2	منخفض جدا
١٧	اتغيب عن المدرسة كلما حدد المعلم موعد الاختبار.	1.22	0.50	40.5	منخفض جدا
	مجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي	1.80	0.27	59.9	منخفض

يتضح من الجدول (٣) بأن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي تراوحت ما بين (٢.٤٤-١.٢٢)، وجاءت فقرة " أخشى الوقوع في الخطأ عند اجابتي عن أسئلة الاختبار " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدرة (٢.٤٤) وبنسبة مئوية (٨١.٤) وبتقدير مرتفع، بينما جاءت فقرة " أتغيب عن المدرسة كلما حدد المعلم موعد الاختبار " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (١.٢٢) وبنسبة مئوية (٤٠.٥) وبتقدير منخفض، وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي (١.٨٠) وبنسبة مئوية (٥٩.٩) وبتقدير منخفض.

تم استخدام اختبار الانحدار الخطي Regression لإختبار فرضية الدراسة التي تنص على: هل هناك علاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي، حيث يتبين من خلال الجداول التالية وجود علاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي.

تفترض الفرضية الصفرية بعدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى α=.05 بين القلق والتحصيل الدراسي،

Ho: ρ=0

وتفترض الفرضية البديلة بوجود علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى α=.05 بين القلق والتحصيل الدراسي.

Hα: ρ≠0

جدول (٤)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.371[a]	.137	.129	9.58487

من خلال جدول (٤) نلاحظ أن قيمة معامل التحديد R Square للنموذج تساوي ٠.١٣٧، حيث أن متغير قلق الإختبار يفسر ١٤% من التغير في التحصيل الدراسي، كما يظهر اختبار f صلاحية النموذج، الذي يحاول اختبار تأثير قلق الإختبار على متغير التحصيل الدراسي، حيث أن sig أقل من ٥%، وبالتالي فإن قلق الإختبار يفسر التغير في التحصيل الدراسي.

جدول (٥)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1463.900	1	1463.900	15.935	.000[b]
Residual	9186.978	100	91.870		
Total	10650.878	101			

a. Dependent Variable: التحصيل الدراسي

b. Predictors: (Constant), قلق الاختبار

جدول (٦)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	114.189	6.428		17.764	.000
	قلق الاختبار	-14.123	3.538	-.371	-3.992	.000

a. Dependent Variable: التحصيل الدراسي

بناء على جدول ANOVA فقد بلغت قيمة الدلالة الإحصائية ٠.٠٠ أقل من ٠.٠٥ فهذا يعني رفضنا للفرضية الصفرية أي انه يوجد علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى α=.05 بين القلق والتحصيل الدراسي.

وعن نوع العلاقة وحجمها فهي علاقة عكسية حسب جدول المعاملات حيث انه كلما زاد القلق بمقدار وحده واحده قل التحصيل العلمي بمقدار ١٤.١٢٣ باستخدام اختبار.T-test

المناقشة

السؤال الأول: ما العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لدى طلبة الصف الثالث الاساسي في محافظة رام الله والبيرة؟

بعد الاطلاع على نتائج الدراسة لوحظ وجود علاقة عكسية بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لطلاب الصف الثالث في محافظة رام الله والبيرة، وبالتالي فان تدني التحصيل الدراسي قد يرتبط بعلاقة واضحة مع ارتفاع معدلات القلق لدى الطلاب وقد ينعكس سلباً على دافعيتهم للتحصيل الدراسي المرتفع. وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (الزهراء ٢٠١٩).

يتضح من الجدول (٣) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي تراوحت ما بين (٢.٤٤-١.٢٢)، وجاءت فقرة " أخشى الوقوع في الخطأ عند اجابتي عن أسئلة الاختبار " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدرة (٢.٤٤) وبنسبة مئوية (٨١.٤) وبتقدير مرتفع، بينما جاءت فقرة " أتغيب عن المدرسة كلما حدد المعلم موعد الاختبار " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (١.٢٢) وبنسبة مئوية (٤٠.٥) وبتقدير منخفض، وقد بلغ المتوسط الحسابي لمجال العلاقة بين قلق الإختبار والتحصيل الدراسي (١.٨٠) وبنسبة مئوية (٥٩.٩).

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $0.05 \geq \alpha$ في مستوى قلق الاختبار لدى الطلاب تعزى الى الفروق في مستوى التحصيل الدراسي؟

بناء على جدول ANOVA فقد بلغت قيمة الدلالة الإحصائية ٠.٠٠ أقل من .٠٥ فهذا يعني رفضنا للفرضية الصفرية أي انه يوجد علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى α=.05 بين القلق والتحصيل العلمي، وعن نوع العلاقة وحجمها فهي علاقة عكسية حسب جدول المعاملات حيث انه كلما زاد القلق بمقدار وحده واحده قل التحصيل العلمي بمقدار ١٤.١٢٣ باستخدام اختبار.T-test

بناءً على ما سبق يتضح أن نتائج الدراسة تتفق مع ما تم عرضه من دراسات سابقة تظهر الارتباط الوثيق بين ارتفاع مستويات القلق و تدني التحصيل الاكاديمي لطلاب الصف الثالث الأساسي، ويلاحظ بأن أسباب القلق كثيرة في المجتمع الفلسطيني التي تختلف البيئة التعليمية فيها كل الاختلاف عن غيرها من المجتمعات، فالطفل الفلسطيني شأنه شان أي فرد في المجتمع الفلسطيني يتعرض فيها لاشكال وأنواع وألوان وصنوف مختلفة من العذابات كالسجن، والاعتقال والمداهمات الليلية، وهدم المنازل، ومصادرة الأراضي، واعتقال احد الوالدين، أو كليهما و الابعاد، والحرمان من التعليم، كل ذلك في كفة وشعور أطفالنا الدائم بقلة الأمان واختلاف المعيشة عن اقرانهم في دول العالم اسره قي كفة آخرى.

يبدو أن الأطفال الفلسطينيين يجب أن يمروا بالكثير من المعاناة. إنهم يواجهون تحديات من أسرهم ومدرستهم ووسائل الإعلام، التي لها تقاليد مختلفة عن ثقافتهم. وفوق كل ذلك، عليهم أيضًا أن يتعاملوا مع العنف والإرهاب الذي يسببه الاحتلال الصهيوني. ولا يُمنح هؤلاء الأطفال الحقوق الأساسية التي يستحقونها، مثل الحق في التعبير عن أنفسهم، وفي أن يكونوا آمنين، وفي الذهاب إلى المدرسة، وغيرها من الحقوق التي تحميها القوانين.

الاستنتاج والتوصيات

لقد أجرينا دراسة لنرى كيف يؤثر الشعور بالقلق بشأن الاختبارات على مدى جودة أداء طلاب الصف الثالث في المدرسة. لقد طلبنا من ١٠٠ فتى وفتاة الإجابة على أسئلة حول قلقهم وأحوالهم في المدرسة. لقد وجدنا أنه عندما يشعر الطلاب بالقلق الشديد بشأن الاختبارات، فإنهم عادةً لا يكون أداؤهم جيدًا في المدرسة. وهذا يمكن أن يجعلهم يشعرون بدافع أقل لتحقيق أداء جيد في المدرسة. وفي المتوسط كانت العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي ١.٨٠، مما يعني أن هناك علاقة بين الاثنين بنسبة ٥٩.٩%.

التوصيات

- إجراء دراسات مستقبلية على فئات عمرية مختلفة ومتغيرات أخرى لبيان أثر قلق الاختبار على الطلبة وتحصيلهم الدراسي.
- أهمية التواصل مع المختصين لعلاج الحالة ان تم رصدها من قبل المعلم أو ولي الأمر.
- يجب ان يحظ المعلمون بتدريب كاف يضمن جودة وكفاءة التعليم بعيدا عن اشكال العنف ومسببات القلق للطلاب.
- التواصل الإيجابي مع أولياء الأمور من أنجع وسائل القضاء على القلق لدى الطلاب في المراحل التعليمية المختلفة وتضافر الجهود بين البيت والمدرسة كفيل بحل أي إشكاليات قد يتعرض لها الطالب اثناء مسيرته التعليمية.

قائمة المراجع والمصادر

المراجع العربية

أبو مرق، ج. ز. ع.، و شعيب، ع. م. ع. (١٩٨٨). دراسة العلاقة بين قلق الاختبار و التحصيل الدراسي لدى طلاب و طالبات الصف الأول الثانوي بمدينة مكة المكرمة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم القرى، مكة المكرمة. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/529341

أبو زيتون، م. س. ص.، و التل، ش. أ. (١٩٨٨). العلاقة بين قلق الامتحان و التحصيل الدراسي العام لدى طلبة الثانوية العامة بمدارس محافظة - إربد (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، إربد. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/568517.

أشرف عبد القادر، إسماعيل بدر: التنبؤ بقلق التحصيل من خلال بعض العوامل المرتبطة بعادات الاستذكار لدى عينة من طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية، مجلة كلية التربية ببنها، المجلد العاشر، العدد (٣٩)، يونيو ١٩٩٩، ص١١-٦٣ .

إسماعيل بدر: مدى فاعلية فنية التخيل فى تخفيف القلق لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد السادس، سبتمبر ١٩٩٣، ص ٨ – ١٨ ٠

الزهراء، سيسيان (٢٠١٩)، قلق الامتحان وعلاقته بالتحصبل الدراسي- دراسة وصفية لتلاميذ السنة الأولى ثانوي بولاية مستغانم. مجلة التنمية البشرية، مجلد ٦، العدد ٤.

سايحي، سليمة (٢٠١٢). قلق الامتحان وبعض العوامل المساعدة لظهوره لدى التلاميذ. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد السابع. جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر).

محمد إبراهيم (١٩٩٧) فعالية الإرشاد الفردى والجماعى فى تحسين عملية الاستذكار لدى طلاب الجامعة، المؤتمر الدولى الرابع، مركز الإرشاد النفسي، المجلد الأول .

هواش، خليف (٢٠٠٤). العلاقة بين دافعية الإنجاز وقلق الامتحان وأثرها في التحصيل في مادة اللغة الإنجليزية لدي طلبة المرحلة الأساسية والثانوية في محافظة المفرق. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين.