

الخصائص السيكومترية لمقياس قلق الاختبار لدى عينة من طالبات الثانوية الأزهرية

شيريهان صبرى محمد أحمد

باحثة دكتوراه – قسم الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد

أستاذ الصحة النفسية أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية

د/ إيناس حافظ على العوضى

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

المستخلص :

يهدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس قلق الاختبار بحيث يكون ملائماً للبيئة والثقافة المصرية، والتحقق من خصائصه السيكومترية لدى طالبات الثانوية الأزهرية ، وتحقيقاً لهذا الهدف تكونت عينة البحث من (١٨٠) طالبة من معهد (فتيات بلبيس ع/ث أو فاطمة الزهراء بلبيس) بمحافظة الشرقية تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، حيث تتراوح أعمارهم ما بين (١٦ – ١٨) سنة، ويمتوسط عمرى (١٧,٣٢) عاماً، وانحراف معيارى (٠,٨٦) ، واستخدمت الباحثة مقياس قلق الاختبار (إعداد / الباحثة) فى صورته الأولية بعد عرضه على مجموعة من المحكمين ويتكون من (٤٨) مفردة موزعين على ستة أبعاد رئيسية وهى : البعد الأول : أعراض معرفية ، البعد الثانى : أعراض انفعالية ، البعد الثالث : أعراض

مستوى اضطراب العناد والتخدي المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيرهان صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيهاب حافظ علي العوضي

دافعية، البعد الرابع: أعراض فسيولوجية، البعد الخامس: أعراض سلوكية، البعد السادس: أعراض اجتماعية، وباستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة من خلال البرنامج الإحصائي (SPSS): الاتساق الداخلي، صدق المفردات عن طريق حساب معاملات الارتباط لكل مفردة والبعد الذى تنتمى إليه معامل ثبات ألفا كرونباخ فكانت نتيجة ثبات ألفا كرونباخ للمقياس ككل (٠,٩١٩)، وأسفرت نتائج البحث الحالي عن إعداد مقياس قادر على قياس درجة قلق الاختبار لدى الطالبات وأصبح مكون من (٣٨) مفردة فى صورته النهائية وملائم للبيئة والثقافة المصرية، ويتمتع بالكفاءة السيكومترية الجيدة من الصدق والثبات والاتساق الداخلي

الكلمات المفتاحية: قلق الاختبار، طالبات الثانوية الأزهرية

The psychometric properties of the test anxiety scale for Al-Azhar high school students.

Abstract:

Sherehan Sabry Mohamed Ahmed.

The current research aims to prepare a test anxiety scale appropriate to our Egyptian environment and culture, and to verify its psychometric properties among Al-Azhar high school students. To achieve this goal, the research sample consisted of (180) students from the Belbeis Girls Institute (Fatima Al-Zahra) in Belbeis, eastern Tamm. They were chosen randomly, with their ages ranging between (16 - 18) years. The average age was (17.32) years, and the standard deviation was (.86) The researcher used the test anxiety scale (prepared by the researcher) in its initial form after presenting it to a group. From the judges, it consists of (48)

items distributed over six main dimensions, which are: The first dimension: Cognitive symptoms , The second dimension: Emotional symptoms , The third dimension: Motivational symptoms, The fourth dimension: Physiological symptoms , Fifth Dimension: Behavioral Symptoms , Sixth Dimension: Social Symptoms , and using appropriate statistical methods through the statistical program (SPSS): Internal consistency, validity of items by calculating correlation coefficients for each item and dimension by . To which the Cronbach's alpha reliability coefficient belongs by (0.919), the results of the current research resulted in the preparation of a scale capable of measuring the degree of test anxiety among female students and it became composed of (38) items in its final form and is appropriate for the Egyptian environment and culture, and has good psychometric efficiency in terms of validity, reliability and internal consistency.

Keywords: test anxiety·high school Azhar students.

مقدمة :

تعتبر المرحلة الثانوية مرحلة من أهم مراحل المراهقة وهى المراهقة المتوسطة فهي واحدة من أهم المراحل في حياة الإنسان ، التي تضمن عبور الطالب عنق الزجاجة الخاص به ،وهى آخر مرحلة من مراحل التعليم الإلزامي الذي يتلقاه جميع الطلبة ،وهى أيضا المرحلة التي تقرر طبيعة التخصص الجامعي الذي سيلتحق به الطالب بعد تخرجه من الثانوية أي أنها المرحلة التي تساعد على تحقيق أحلامه أو قد يحدث العكس ، كذلك هي المرحلة التي تهىء شخصية الطالب لمواجهة واقع الحياة العملية ، وتدفعه نحو الابتكار ، والتجديد من خلال تمتعه بالعديد من المهارات الفكرية ، التعرف على قدرات

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصر في ضوء بعض التغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد / د. عبد الباسط متولى خضر / د. / أشرف محمد عبد الحميد / د. / إناس حافظ علي العوضي

الطلبة ومهاراتهم وتطويرها، كما أنها المرحلة التي تنمى شعور الطالب بالمسؤولية اتجاه نفسه ، دراسته ، مجتمعه ، وطنه ، ومعرفة حقوقه وواجباته .

وتعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حرجة في حياة الفرد يتحمل فيها المسؤولية ولكنه يحتاج لأن يظل طفلاً ينعم بالأمن ويسعى للاستقلال ولكنه ما زال يحتاج إلى المساندة والدعم من الآخرين خاصة الوالدين ، الأسرة والمدرسة ، وهو يسعى للحرية الشخصية ولكن المعايير والقيم الاجتماعية تحكمه أحياناً ، والضغط الاجتماعي (الخارجية) كثيرة علي المراهق (عبدالكريم بن محمد الحسن بكار، ٢٠١١، ١٣) .

لذا ينبغي أن ننمي داخل المراهقين والمراهقات الكثير من القدرات الإيجابية ، الأخلاقية ، الروحية ، الجسمية ، العلمية وغيرها لكي نخلق منهم مواطنين صالحين مؤمنين بربهم وعروبة وطنهم وقادريين علي دفع عجلة التقدم والإنتاج والازدهار وإثبات وجودهم تحت الشمس في عالم لم يعد يعترف إلا بالأقوياء (عبدالرحمن محمد العيسوي، ٢٠٠٠، ٢٢٧) .

والقلق من الموضوعات المهمة التي حازت على اهتمام علماء النفس منذ فترة طويلة حيث أدركوا أهمية دراسة العلاقة بين اضطراب القلق وعملية التعلم ، وتوصلت كثير من دراساتهم إلى أن بعض المتعلمين ينجزون أقل من مستوى قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتقويم كمواقف الاختبارات والامتحانات حيث عرف هذا النوع من القلق بقلق الامتحان والذي يظهر لدى الطلبة في مواقف مرتبطة بالامتحانات بشتى أشكالها فمواقف الامتحانات والتقييمات تعتبر أحد التصنيفات القوية والفعالة لمثيرات القلق في المجتمع الحديث ، ومن الصعب ان ينشأ الفرد في مجتمع يمتلئ بالاختبارات دون أن تواجهه بعضها (موشي زيدنر ، جيرالد ماثيوس ، ٢٠١٦، ٤١) (

ومن أسباب قلق الاختبار بل وأبرزها نقص المعرفة بالموضوعات الدراسية ، نقص الرغبة في النجاح والتفوق ، وجود مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظيمها أو مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته ، أو ارتباط الامتحان بخبرة الفشل في حياة الطالب ، أو تكرار مرات الفشل ، أو قصور الاستعداد للامتحان كما يجب ، أو قصور في مهارات أخذ الامتحان ، التمرکز حول الذات أو نقص الثقة بالنفس ، أو الاتجاهات السالبة لدي الطلاب والمعلمين والوالدين نحو الامتحانات ، أو عجز المتعلم وتوقع الفشل ونقص السيطرة (محمد حامد زهران ، ٢٠٠٠ ، ٩٩) .

ولقلق الاختبار تأثير كبير على مستوى أداء الطالب فقد يكون له أثر إيجابي فينتج عنه أعمال وإنجازات مهمة في غاية التمكن والإتقان في صورة واضحة لذلك "القلق المحفز" الذي يدفع صاحبه نحو التفوق والنجاح، غير أنه إذا وصل القلق إلى حالة يشعر فيها التلميذ بالعجز من ضغوط الدراسة والامتحانات ونتائجها هنا يصبح القلق معوقا ويقلل من العمل بفعالية وكفاءة (محمد الساسي الشايب ، عبد الناصر غريب ، ٢٠١٣ ، ٢٦٩)

وتستخلص الباحثة مما سبق أن قلق الاختبار يمثل حالة نفسية أو ظاهرة انفعالية يمر بها الطالب خلال الاختبار وتنشأ عن تخوفه من الفشل أو الرسوب فيه ، أو تخوفه من عدم الحصول على نتيجة مرضية له ولتوقعات الآخرين منه، ويعرفه "سارسون" بأنه نوع من أنواع قلق الحالة يحدث حينما يدرك الفرد المثيرات المتعلقة بموقف الاختبار ويستجيب لها استجابات انفعالية وسلوكية . وينظر الفرد لموقف الاختبار على أنه مواقف تهديد ولما يترتب على هذه الحالة من نتائج تكون جيدة أحيانا ووخيمة في معظم الأحيان بحيث تؤدي إلى تدني التحصيل وعدم حصول الطالب على ما يحقق فيه غاياته، والاختبار هو مجرد وسيلة لقياس أداء الطالب وليس هو الغاية في حد ذاته.

**مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد محمد عبد الحميد د/ إيهاب حافظ علي العوضي**

ويمثل المعلمون أحيانا مصدرا لإثارة قلق الاختبار وذلك عند تهويل قيمة الاختبار واعتباره مرحلة مصيرية في حياة الطالب، وتحدي الطلاب عن طريق وضع أسئلة تعجيزية ومعقدة والتوعد بترسيب البعض، إضافة إلى الجو العام الذي يخلقه المعلمون في قاعة الاختبارات كعدم السماح بالحديث أو السؤال أو النظر إلا في ورقة الاختبار ومعالج الوجه العابسة والتشكيك بحركات الطالب أثناء الامتحان وما إلى هنالك من قيود صارمة تثير القلق والتوتر.

وأن قدرا قليلا من القلق يكون مفيدا ومحمودا للطالب ويشكل مصدرا دافعيته للدراسة وتحقيق نتائج مرضية وهو قلق الرغبة في النجاح والحصول على أعلى الدرجات وهو قلق محفز ومطلوب، إلا أن المستوى المرتفع من القلق والخوف فهو المرفوض ، ذلك لأنه يؤثر على الثقة بالنفس ويثبط الهمة ويقلل من درجات بالرغم من سهره ومجهوده. ويؤثر على طريقة الاستذكار السليم للمادة الدراسية . وأن الدور المهم الذي يقوم به دافع الإنجاز في رفع مستوى أداء الفرد وقد تبين أن كلا من القلق المرتفع، والقلق المنخفض يعتبر من المعوقات التي تعوق الطلاب عن الانجاز وتحقيق الأهداف، فالقلق المرتفع يشل قدرة صاحبه عن التفكير والحركة والأداء العقلي ككل، ويؤدي القلق المنخفض إلى ضعف الدافعية والاهتمام واللامبالاة أما القلق المتوسط فيعد من الطاقات الدافعة للعمل

والأداء والانجاز .

مشكلة البحث:

تأتى مشكلة البحث الحالي لمتغير البحث من قلة الأدوات التي تقيس قلق الاختبار لدى طالبات الثانوية الأزهرية في البيئة المصرية والوطن العربي وهذا في حدود علم الباحثة ، ويرجع ذلك إلى ندرة البحوث والدراسات التي عنت بمجال قلق الاختبار، ويتم تحديد

مشكلة البحث فى دراسة الخصائص السيکومترية لقلق الاختبار متعدد الأبعاد لدى عينة
مصرية من طالبات الثانوية الأزهرية من خلال الإجابة عن التساؤلات الآتية :

- ما مدى قوة الاتساق الداخلى لمفردات قلق الاختبار متعدد الأبعاد لدى طالبات
الثانوية الأزهرية ؟

-ما مدى صدق مقياس قلق الاختبار لدى طالبات الثانوية الأزهرية ؟

-ما مدى ثبات مقياس قلق الاختبار لدى طالبات الثانوية الأزهرية ؟

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالى إلى ما يلى :

- (١) إعداد مقياس لقلق الاختبار لدى طالبات الثانوية الأزهرية
- (٢) التحقق من الخصائص السيکومترية لمقياس قلق الاختبار وقياس الأعراض
النفسية والجسمية للقلق لدى طالبات الثانوية الأزهرية

أهمية البحث :

للبحث جانبان يوضحان أهميته :

أولا : الأهمية النظرية : أنه يتناول التحقق من الخصائص السيکومترية لمقياس قلق
الاختبار، كما أنه محاولة للتأصيل النظرى لهذا المفهوم فى مجال الصحة النفسية

ثانيا : الأهمية التطبيقية :

**مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد / د. عبد الباسط متولى خضر / د. / أشرف محمد محمد عبدالحميد / د. / إناس حافظ علي العوضي**

يفيد هذا المقياس فى تصميم برامج ارشادية وعلاجية لمساعدة طالبات الثانوية الأزهرية
فى تحسين عادات الاستذكار وتنمية مفهوم الذات الأكاديمية وزيادة الثقة بالنفس
والتحصيل الدراسى لكون قلق الاختبار اضطراب يؤثر على النفس والسلوك للطالبة
والذى بدوره يعرضها للإصابة بالاضطرابات النفسية

مصطلحات البحث

١- قلق الاختبار Test Anxiety؛

هو حالة تتنبأ الفرد قبل الاختبار وأثناءه تتضمن عددا من الأعراض، منها: الأعراض
المزاجية المتمثلة بالتوتر، وسرعة الإستثارة، والأعراض المعرفية المتمثلة في صعوبة
التركيز، وفراغ الذهن، وإنخفاض فاعلية الذات ، بالإضافة إلى الأعراض الدافعية المتمثلة
في تجنب المواقف، وزيادة الإعتمادية ، والرغبة في الهروب من مواقف الاختبار، وعلاوة عليها
الأعراض الفسيولوجية المتمثلة في خفقات القلب، وصعوبة التنفس،
والتعرق، والغثيان، وجفاف الفم (طارق محمد عبد الوهاب، ٢٠١٠، ٤٢).

التعريف الإجرائى: " هو حالة انفعالية مؤقتة سببها ادراك المواقف التقويمية علي أنها
مواقف مهددة للشخصية مصحوبة بتوتر وتحفز وحدة انفعالية وانشغالات عقلية سلبية
تتداخل مع التركيز المطلوب أثناء الامتحان وهو ما يؤثر على المهام العقلية والمعرفية
لكثير من التلاميذ في مواقف الامتحانات "

٢- المرحلة الثانوية High school students

هى المرحلة التى تظهر فيها الانفعالات قوية مصحوبة بحماس ، وتطور كبير يمتاز بالحساسية الانفعالية لا يستطيع الفرد التحكم في المظاهر الخارجية للانفعال ويغلب عليه التناقض الوجداني المتمثل فى ثنائية الشعور (الحب / الكراهية) والغضب وازدياد القدرات العقلية وخاصة القدرات اللفظية، سرعة الإدراك، الإبداع والشعور بالمسؤولية الاجتماعية

محددات البحث :

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (٢٠) طالبة من الثانوية الأزهرية بمعهد فتيات بلبيس ع / ث أو فاطمة الزهراء ببلبيس) بمحافظة الشرقية ، حيث تتراوح أعمارهن ما بين (١٦ - ١٨) سنة بمتوسط عمر زمني بمقدار (١٧,٣٢) وانحراف معياري بمقدار (٠,٨٦) . □

بعض الدراسات التى تناولت هذا المجال :

هدفت دراسة عبد الكريم محمد جرادات (٢٠١٣) إلى قياس أثر برنامجى إرشاد جمعى فى تخفيض قلق الاختبار وتحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية لدى عينة من طلبة الصف العاشر وهدفت إلى قياس أثر برنامجى إرشاد جمعى فى تخفيض قلق الاختبار وتحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية لدى عينة من طلبة الصف العاشر، وتكون مجتمع الدراسة من (١٨٦) طالبا فى الصف العاشر فى إحدى مدارس محافظة عجلون ، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس سبيلبيرجر (١٩٨٣م) لقلق الاختبار يتكون من (٢٠) فقرة ، كما استخدم مقياسا آخر للفاعلية الذاتية الأكاديمية يتكون من

(٣٠) فقرة ، وتكونت عينة الدراسة من (٤٥) طالبا تم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وتألّفت كل مجموعة من (١٥) طالبا ، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن كلا من التدريب على المهارات الدراسية وتقليل الحساسية المنتظم قد أظهرتا فاعلية أكثر من عدم المعالجة في تخفيض قلق الاختبار في القياس البعدي ، وقد تبين أن فاعلية تقليل الحساسية المنتظم في تخفيض قلق الاختبار قد إستمرت في قياس المتابعة ، أما فاعلية برنامج التدريب على المهارات الدراسية في تخفيض قلق الاختبار لم تستمر، كما بينت النتائج أيضا أن برنامج التدريب على المهارات الدراسية كان أكثر فاعلية من عدم المعالجة في تحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية في القياس البعدي ، واستمرت فاعليته في قياس المتابعة ، حيث أظهر تفوقا على كل من عدم المعالجة وبرنامج تقليل الحساسية المنتظم .

-ودراسة (Khaleghi,et al,2017) التى هدفت إلى خفض أعراض القلق الإجتماعي وتقليل القلق المدرسى وتقدير الذات السلبي والعلاقات الشخصية اللاتوافقية لدى المراهقين وهدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية برنامج قائم على العلاج بالواقع في خفض أعراض القلق الإجتماعي وتقليل القلق المدرسى وتقدير الذات السلبي والعلاقات الشخصية اللاتوافقية لدى المراهقين، شارك في الدراسة أولا (٢٤) طالب من طلاب المرحلة الثانوية للعام الجامعي (٢٠١٥ - ٢٠١٦)، طبق عليهم جميعا استبيان القلق الإجتماعي، ثم تم اختيار (١٢) طالب ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس القلق الإجتماعي ، تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعة تجريبية تتلق التدخل بالبرنامج بواقع (٦) أفراد ،ومجموعة ضابطة لم تتعرض لأي تدخل بواقع (٦) أفراد،تم تصميم برنامج قائم على فنيات العلاج بالواقع بواقع (٨) جلسات تدريبية ولمدة ساعتين لكل جلسة، إستخدمت الدراسة مقياس القلق الإجتماعي لدى المراهقين ومقياس تقدير الذات السلبي ومقياس تقييم العلاقات الشخصية، تعرضت المجموعة التجريبية لجلسات البرنامج في

حين لم تتلق المجموعة الضابطة أي تدخل، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام برنامج (SPSS)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج المستخدم في الدراسة، حيث أشارت النتائج إلى أن أفراد المجموعة التجريبية قد أظهروا تحسن ملحوظ في أعراض القلق الاجتماعي كما زادت ثقتهم بأنفسهم، وأظهر طلاب المجموعة التجريبية ارتفاع في درجات التقدير السلبي للذات، وتحسن في العلاقات الشخصية مع الآخرين وقدرة أفضل على حل المشكلات، وتؤكد نتائج الدراسة أن فنيات العلاج بالواقع تؤدي دورا جوهريا في خفض أعراض القلق الاجتماعي وتقليل القلق المدرسي وتقدير الذات السلبي وتحسين العلاقات الشخصية وتحسين الحياة الأكاديمية والنفسية لدى المراهقين.

- كذلك دراسة (Vahidiborji&Jadidi, 2017) التي هدفت إلى تحسين التوافق الأكاديمي لدى عينة من المراهقات اللاتي يعانين من القلق هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية برنامج قائم على العلاج بالواقع في تحسين التوافق الأكاديمي لدى عينة من المراهقات اللاتي يعانين من أعراض القلق، وللتحقق من هدف الدراسة تم استخدام المنهج التجريبي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية تراوحت أعمارهم ما بين (١٤ - ١٨) عاما، تم تقييم أعراض القلق والاكتئاب لدى جميع الطالبات، وتم اختيار العينة وفقا للطالبات اللاتي حصلن على الدرجات الأعلى في القلق والاكتئاب، وذلك وفقا لاستبيان القلق والاكتئاب من إعداد: (Laviandand, 1995) وكذلك تم تطبيق قائمة درجة التوافق لطلاب المدارس من إعداد: (Sinha&Sinha, 1997)، تم تصميم برنامج قائم على فنيات العلاج بالواقع، وتم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعة تجريبية (ن=١٠)، ومجموعة ضابطة (ن=١٠)، تلقى أفراد المجموعة التجريبية جلسات البرنامج بواقع (٨) جلسات تدريبية ساعتين لكل جلسة، في حين لم يتعرض أفراد المجموعة الضابطة لجلسات البرنامج، تم تحليل البيانات

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيرهان صبرى محمد أحمد / أ.د/ عبد الباسط متول خضر / أ.د/ أشرف محمد محمد عبد الحميد / د/ إيهاب حافظ علي العوضي

إحصائيا باستخدام برنامج (SPSS) ، وبعد تطبيق الاختبار القبلي والاختبار البعدي بهدف التحقق من فاعلية البرنامج ، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة في التوافق الإنفعالي ، والإجتماعي والنفسي والأكاديمي والتحصيل لصالح المجموعة التجريبية وبالمقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي تدخل، وإنتهت الدراسة إلى أن العلاج بالواقع هو وسيلة فعالة لدى المراهقات لزيادة توافقهن النفسي والإجتماعي والإنفعالي وتقليل أعراض القلق لديهن مما يساعد على تحسين معدل أدائهن الأكاديمي والتحصيلي داخل الفصول الدراسية.

- ثم دراسة (Wahyuningsih، 2018) حيث هدفت إلى خفض قلق الأداء التحصيلي وتحسين تقدير الذات وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية برنامج تدريبي قائم على العلاج بالواقع في خفض قلق الأداء التحصيلي وتحسين تقدير الذات ، شارك في الدراسة (٥) طلاب تراوحت أعمارهم ما بين (١٣ - ١٥) عاما وجميع أفراد العينة يعانون من عدم القدرة على التعبير عن احتياجاتهم ومشكلاتهم الشخصية لوالديهم، ويعانون من صعوبة في التعامل مع الآخرين ، والخوف من الظهور في الأماكن العامة ، وضعف التحصيل الدراسي والتسويف في الاستذكار، والكسل في أداء الواجبات المدرسية ، استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي ، وتم اختيار مجموعة متنوعة من الأدوات مثل مقياس تقدير الذات ، واختبار قلق الأداء التحصيلي، تم تصميم البرنامج وفقا لفنيات العلاج بالواقع ، تم تقييم قلق الأداء التحصيلي وتقدير الذات لدى أفراد العينة ثم تم تطبيق البرنامج عليهم بواقع (٧) جلسات تدريبية (قبلي وبعدي) ، توصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج المستخدم في الدراسة كان فعالا في رفع ثقة الطلاب بأنفسهم داخل الفصول الدراسية، كما ساعدهم البرنامج على الشعور بالتشجيع في الإفصاح عن مشكلاتهم واحتياجاتهم لوالديهم ، كذلك تحسنت قدرتهم على التعامل مع الآخرين

،وانخفضت أعراض القلق لديهم مما كان له بالغ التأثير على شعورهم بالحماس للتعلم والاستذكار ،وتؤكد نتائج الدراسة أن التدخل القائم على العلاج بالواقع له بالغ الأثر الإيجابي في تعزيز السلوكيات الإيجابية لدى المراهقين بوجه عام.

- ودراسة (Joon Hee Kwon . et. al , 2020) التي هدفت إلى التعرف على مدى فعالية برنامج الواقع الافتراضي في إدارة قلق الاختبار على الطلاب الذين يعانون من القلق ، حيث تكونت العينة من (٢٢) طالب ممن يعانون من درجات متفاوتة من قلق الاختبار وليس لديهم تاريخ من الأمراض النفسية متوسط عمر العينة (١١.٦) ، والانحراف المعياري لها (١.٨٤) ، وقد استخدم البحث الحالي استبيان لقياس قلق الاختبار ، قلق سمة الحالة والإكتئاب ، وكان هناك إختلاف كبير في الشعور بالقلق الذاتي أثناء البرنامج ($P < 0.001$) بالإضافة إلى ذلك أن هناك علاقة مهمة بين التغيرات الموارد البشرية والقلق أثناء الحصول على الاختبار ، وقد أشارت نتائج هذا البحث إلى فعالية البيئة الافتراضية على مستويات القلق المختلفة واستخدام برنامج الواقع الافتراضي كطريقة فعالة لإدارة المشاعر السلبية لدى الطلاب

خطوات بناء المقياس :

أولاً : بناء الصورة الأولية للمقياس من خلال الإطلاع على الإطار النظري الخاص بمفهوم القلق بصفة عامة وقلق الاختبار بصفة خاصة ، وبالتعريفات المختلفة التي تناولت مفهوم قلق الاختبار

ثانياً : الإطلاع على بعض المقاييس العربية والأجنبية المتاحة التي تقيس قلق الاختبار من زوايا متعددة، ولعل من أبرز هذه المقاييس ما يلي:

**مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريها مبري محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيهاب حافظ علي العوضي**

-قائمة قلق الاختبار (Test Anxiety Inventory لشارلز سبيلبيرجر) فقد تم إعداد أكثر من صورة منها للبيئة العربية ، كالصورة التي أعدها (محمد عبد الظاهر الطيب) ،والصورة التي أعدها (نبيل عيد رجب الزهار) ، والقائمة المختصرة لقلق الاختبار Short form of the test anxiety Inventory (TAI) لكل من (جانيت تايلور)، و(دين) Taylor.J.&2002,Dean,F. لقلق الصريح ، ومقياس قلق الاختبار لسارسون Test anxiety scale sarason,I.1984 والذي يرمز له بالرمز (TAS) ، وأيضاً تم الإطلاع على مقياس قلق الاختبار (محمد حامد زهران) ، ومقياس (سبنس) للقلق (ترجمة : عبد العزيز موسى ثابت)

-إعداد المقياس في صورته الأولى:

بناء على ما سبق، تم إعداد الصورة الأولى للمقياس التي اشتملت على (٨) مفردة، مقسمة على ستة أبعاد وهم: البعد الأول : أعراض معرفية (٨) مفردة، البعد الثاني: أعراض انفعالية (٨) مفردة، البعد الثالث : أعراض دافعية (٨) مفردة، البعد الرابع : أعراض فسيولوجية (٨) مفردة، البعد الخامس : أعراض سلوكية (٨) مفردة، البعد السادس : أعراض اجتماعية (٨) مفردة

-البعد الأول: أعراض معرفية، ويعرف بأنه:

شعور الإنسان بالصعوبة في التفكير ، وعدم القدرة على التركيز، وتوقع كل ما هو سيء

-البعد الثاني: أعراض انفعالية، ويعرف بأنه:

الشعور بالقلق ، والإرتباك، والتوتر، والخوف، وخيبة الأمل، والعصبية الزائدة

-البعد الثالث: أعراض دافعية ، ويعرف بأنه:

الشعور بالإحباط ، وعدم قدرة الطالبات على تحقيق أهدافهن

-البعد الرابع: أعراض فسيولوجية ، ويعرف بأنه:

الشعور بالإجهاد ، والتعب الجسمي العام ، والإغماء أثناء الاختبارات

-البعد الخامس: أعراض سلوكية ، ويعرف بأنه:

الشعور بعدم الراحة والاستقرار، والقلق المستمر والتوتر في الأداء سواء قبل أو أثناء أو بعد الاختبار

-البعد السادس: أعراض اجتماعية ، ويعرف بأنه:

الشعور بالعزلة، والانطواء ، وعدم المشاركة في المناسبات الاجتماعية ، وفتور العلاقات الاجتماعية ، وافتقاد الجو الأسرى المشجع على الدراسة

- العرض على المحكمين :

تم عرض الصورة المبدئية للمقياس، والتي اشتملت على (٤٨) مفردة موزعة على الأبعاد الستة على مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعددهم (١٠) محكمين، وهم من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية بجامعة الزقازيق، وكلية الآداب (قسم علم النفس) بجامعة الزقازيق ، وقد اشتملت الصورة المبدئية للمقياس على تعريفاً لكل بعد من أبعاد المقياس، وما يقيسه كل بعد من هذه الأبعاد للحكم على المقياس من خلال ما يلي:

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيناس حافظ علي العوضي

- مدي ملائمة وارتباط عبارات كل بعد بالمقياس.

- مدي انتماء العبارات لكل بعد من أبعاد المقياس.

- مدي ملائمة العبارات لعينة البحث.

- إضافة أي ملاحظات تساعد في تحسين المقياس.

جدول (١)

بيان بأبعاد وعبارات مقياس قلق الاختبار بعد استبعاد بعضها وتعديل البعض الآخر من

قبل لجنة التحكيم

م	أبعاد مقياس قلق الاختبار	عدد العبارات قبل التغيير	حذف التكرار	تعديل الصياغة اللفظية	حذف لعدم انتماء عبارة للبعد	إضافة عبارات مقترحة	حذف البعد	عدد العبارات بعد التغيير
١	أعراض معرفية	٨	—	٣	—	—	—	٨
٢	أعراض انفعالية	٨	—	٢	—	—	—	٨
٣	أعراض دافعية	٨	—	٣	٢	—	—	٦
٤	أعراض فسيولوجية	٨	—	٢	٢	—	—	٦

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونيو ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

م	أبعاد مقياس قلق الاختبار	عدد العبارات قبل التغيير	حذف التكرار	تعديل الصياغة اللغوية	حذف لعدم انتماء عبارة للبعد	إضافة عبارات مقترحة	حذف البعد	عدد العبارات بعد التغيير
٥	أعراض سلوكية	٨	١	٢	—	—	—	٧
٦	أعراض اجتماعية	٨	—	—	١	١	—	٨
٧	العدد الكلى للعبارات	٤٨						٤٣

وبناء على ما سبق تبين لنا أن عدد العبارات قبل التحكيم (٤٨) عبارة، وبعد التحكيم أصبح (٤٣) عبارة، وذلك بعد فرز العبارات من خلال (حذف التكرار، وتعديل الصياغة اللغوية، حذف بعض العبارات لعدم انتمائها للبعد، وإضافة عبارات مقترحة من السادة المحكمين) قامت الباحثة بإعداد الصورة المعدلة للمقياس من خلال ما يأتي :

- إعداد الصورة المعدلة للمقياس :

قامت الباحثة بإعداد الصورة المعدلة للمقياس وذلك بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمين، وبالتالي نجد أن مقياس قلق الاختبار بعد العرض على المحكمين تكون من (٤٣) مفردة تدرج تحت ستة أبعاد .

- الخصائص السيكمترية للمقياس :

مستوى اضطراب العناد والتخدي المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيهاب حافظ علي العوضي

تم التأكد من كفاءة مقياس قلق الاختبار من خلال قيام الباحثة بتقنين المقياس الذي استخدمته في البحث الحالي من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (١٨٠) طالبة بمعهد فتيات بلبيس ع / ث (فاطمة الزهراء) بلبيس بمحافظة الشرقية وذلك للتأكد من كفاءة المقياس المتمثلة في الاتساق الداخلي له ، صدق، وثبات المقياس

□ الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معامل ارتباط المفردة بالبعد الذي تنتمي له ثم علاقة البعد بالدرجة الكلية للمقياس على عينة قوامها (١٨٠) طالبة وتلخيص النتائج في الجدولين (٣،٢)

جدول (٢) الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس قلق الاختبار

أعراض معرفية			أعراض انفعالية			أعراض دافعية		
م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	.٥٩٠	.٠١	٢	.٢٦٤	.٠١	٣	.٤٧٩	.٠١
٧	.٤١٣	.٠١	٨	.٥٠٣	.٠١	٩	.٥٦٦	.٠١
١٣	.٤٤٩	.٠١	١٤	.٦٨٢	.٠١	١٥	.٦٤١	.٠١

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونيو ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

أعراض معرفية			أعراض انفعالية			أعراض دافعية		
م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١٩	.٤٨٩	.٠١	٢٠	.٣٦٩	.٠١	٢١	.٥٥٢	.٠١
٢٥	.٤٨٢	.٠١	٢٦	.٧٣١	.٠١	٢٧	.٥٣١	.٠١
٣١	.٤٢٢	.٠١	٣٢	.٦٨٢	.٠١	٣٣	.٤٧٦	.٠١
٣٧	.٥٨٥	.٠١	٣٨	.٦٣٨	.٠١	٣٩	.٧٢٧	.٠١
٤٣	.٦٢٧	.٠١	٤٤	.٥٣٨	.٠١	٤٥	.٦٥٧	.٠١
أعراض فسيولوجية			أعراض سلوكية			أعراض اجتماعية		
م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
٤	٧٠٩	.٠١	٥	.١٩٢	غير داله	٦	.٣٢٠	.٠١
١٠	٣٥٦	.٠١	١١	.٢٩٨	.٠١	١٢	.٦٣٤	.٠١
١٦	٥٠٩	.٠١	١٧	.٦٨٩	.٠١	١٨	.٥٠٨	.٠١
٢٢	٤٨٥	.٠١	٢٣	.٣٢٥	.٠١	٢٤	.٤٧٩	.٠١
٢٨	٥٥٨	.٠١	٢٩	.٤٧٥	.٠١	٣٠	.٤٠٣	.٠١
٣٤	٤٩٤	.٠١	٣٤	.٥٨٨	.٠١	٣٥	.٧٥٢	.٠١
٤٠	٧٣٦	.٠١	٤١	.٦٠٢	.٠١	٤٢	.٧٢٠	.٠١
٤٦	٦٠٠	.٠١	٤٧	.٨٠٦	.٠١	٤٨	.٦٢٨	.٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع بنود المقياس ترتبط بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، ويتمتع المقياس بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي

جدول (٣) الاتساق الداخلي للمقياس ككل :

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيناس حافظ علي العوضي

البعد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة
أعراض معرفية	.٨٢٠	.٠١
أعراض انفعالية	.٨٩٣	.٠١
أعراض دافعية	.٧٧٥	.٠١
أعراض فسيولوجية	.٨٨١	.٠١
أعراض سلوكية	.٧٨٤	.٠١
أعراض اجتماعية	.٨١١	.٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع أبعاد المقياس ترتبط إحصائياً بالدرجة الكلية له مما يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي

□ صدق المقياس :

تم إتباع عدة طرق للتأكد من صدق المقياس وهي: الصدق الظاهري، صدق المفردة، ويتم تناولهم بالتفصيل فيما يلي:

١- الصدق الظاهري:

وللتأكد من الصدق الظاهري للمقياس اعتمدت الباحثة على آراء السادة المحكمين وعددهم (١٠) محكمين من أساتذة الصحة النفسية بكلية التربية بجامعة الزقازيق، وأساتذة كلية الآداب (قسم علم النفس) بجامعة الزقازيق وللتأكد من مدي ملائمة العبارات للبعد الذي تنتمي إليه، وبعد العرض على السادة المحكمين وإبداء آرائهم التي كانت نسبة الاتفاق عليها مرتفعة تصل بحد أدنى إلى (٨٥٪)، ثم قامت الباحثة بإجراء كافة التعديلات التي اتفق عليها معظم السادة المحكمين، والتي تمثلت معظمها في تعديل الصياغة اللغوية سواء للعبارات أو للإبعاد نفسها، وإضافة عبارات مقترحة،

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونيو ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

وحذف بعض العبارات لتكرار المعنى، وقد أظهرت آراء المحكمين أن هذا النوع من الصدق يتوفر في عبارات المقياس وهذا يدل على ارتفاع صدق المحكمين لمقياس قلق الاختبار لطالبات الثانوية الأزهرية بالإضافة إلى تقنين المقياس على مجموعة من طالبات الثانوية الأزهرية بلغ عددهم (١٨٠) طالبة بمعهد فتيات بلبيس ع / ث (فاطمة الزهراء) بلبيس، ومعرفة مدي وضوح العبارات وفهمهن لها ولتعليمات المقياس.

٢- صدق المفردة :

تم التحقق من صدق المفردة بحساب معامل ارتباط المفردة بالبعد الذي تنتمي له بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد ، وتلخيص النتائج في الجدول التالي :

جدول (٤) صدق مفردات المقياس

أعراض معرفية			أعراض انفعالية			أعراض دافعية		
م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	.٤٣٣	.٠١	٢	.٠٤٤	غير دالة	٣	.٢٨٤	.٠١
٧	.١٦٤	غير دالة	٨	.٣٢٦	.٠١	٩	.٣٩٧	.٠١
١٣	.٢٣٣	.٠٥	١٤	.٥٢٤	.٠١	١٥	.٤٤٤	.٠١
١٩	.٢٧٩	.٠١	٢٠	.١٦٩	غير دالة	٢١	.٣٥٣	.٠١
٢٥	.٢٢٦	.٠٥	٢٦	.٥٨٩	.٠١	٢٧	.٣٥٨	.٠١
٣١	.١٨٧	غير دالة	٣٢	.٥٢٥	.٠١	٣٣	.٢٩٣	.٠١
٣٧	.٣٤٩	.٠١	٣٨	.٤٧٠	.٠١	٣٩	.٥٩٢	.٠١
٤٣	.٤٥٢	.٠١	٤٤	.٣٣٢	.٠١	٤٥	.٥١١	.٠١
أعراض فسيولوجية			أعراض سلوكية			أعراض اجتماعية		

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاكس في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد / د. عبد الباسط متولى خضر / د. أشرف محمد عبد الحميد / د. إيناس حافظ علي العوضي

م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	م	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
٤	.٥٦٥	.٠١	٥	.٠٥١	غير دالة	٦	.٠٩٥	غير دالة
١٠	.١٤٦	غير دالة	١١	.٠٥٦	غير دالة	١٢	.٤٩٢	.٠١
١٦	.٢٨٨	.٠١	١٧	.٥٣١	.٠١	١٨	.٣١٦	.٠١
٢٢	.٢٩٣	.٠١	٢٣	.١٠٨	غير دالة	٢٤	.٨٧٢	.٠١
٢٨	.٣٧٩	.٠١	٢٩	.٢٣٩	.٠٥	٣٠	.١٨٣	غير دالة
٣٤	.٢٩٩	.٠١	٣٤	.٣٧٣	.٠١	٣٥	.٦١٦	.٠١
٤٠	.٦٠٤	.٠١	٤١	.٤٠٧	.٠١	٤٢	.٥٦٩	.٠١
٤٦	.٤٢٦	.٠١	٤٧	.٦٦٨	.٠١	٤٨	.٤٦٠	.٠١

يتضح من الجدول السابق أن المضردات رقم (٣١، ٧) من البعد الأول (٢٠، ٢) من البعد الثاني (١٠) من البعد الرابع (٢٣، ١١، ٥) من البعد الخامس (٣٠، ٦) من البعد السادس لا تتمتع بدرجة جيدة من صدق المفردة ومن ثم سيتم حذفها والمضردات المستبعدة بالترتيب هي: (٢، ٥، ٦، ٧، ١٠، ١١، ٢٠، ٢١، ٣٠، ٣١) (١٠ عبارات)

❑ ثبات المقياس:

لحساب معامل الثبات تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ :

معامل الثبات ألفا كرونباخ Cronbachs Alpha Coefficient :

جدول (٥) حساب ثبات المقياس بطريقة الفاكرونباخ مع حذف المفردة وتلخيص النتائج

أعراض معرفية			أعراض انفعالية			أعراض دافعية		
معامل الفاكرونباخ = ٠.٥٧٧			معامل الفاكرونباخ = ٠.٦٧٨			معامل الفاكرونباخ = ٠.٧١١		
م	معامل	الحالة	م	معامل	الحالة	م	معامل	الحالة

داسات تهريرة ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونية ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

الفاكرونباخ		الفاكرونباخ		الفاكرونباخ		الفاكرونباخ		
١	٠.٥٠٦	٢	٠.٧١٩	تحذف	٣	٠.٧٠٨		
٧	٠.٥٨٣	٨	٠.٦٥٨	تحذف	٩	٠.٦٨٤		
١٣	٠.٥٥٩	١٤	٠.٦٠٩		١٥	٠.٦٧٤		
١٩	٠.٥٤٥	٢٠	٠.٦٩١	تحذف	٢١	٠.٦٩٥		
٢٥	٠.٥٦٥	٢٦	٠.٥٩١		٢٧	٠.٦٩٢		
٣١	٠.٥٧٤	٣٢	٠.٦٠٩		٣٣	٠.٧٠٥		
٣٧	٠.٥٢١	٣٨	٠.٦٢٣		٣٩	٠.٦٤٠		
٤٣	٠.٤٩٢	٤٤	٠.٦٥٨		٤٥	٠.٦٦٠		
أعراض فسيولوجية معامل الفاكرونباخ = ٠.٦٨٠			أعراض سلوكية معامل الفاكرونباخ = ٠.٥٧٨			أعراض اجتماعية معامل الفاكرونباخ = ٠.٦٧٩		
م	معامل الفاكرونباخ	الحالة	م	معامل الفاكرونباخ	الحالة	م	معامل الفاكرونباخ	الحالة
٤	٠.٦٠٢		٥	٠.٦٤٠	تحذف	٦	٠.٧١٢	تحذف
١٠	٠.٧٠٠	تحذف	١١	٠.٦١٢	تحذف	١٢	٠.٦٢٥	
١٦	٠.٦٧٣		١٧	٠.٤٦٦		١٨	٠.٦٦٢	
٢٢	٠.٦٦٨		٢٣	٠.٥٩٣		٢٤	٠.٦٦٨	
٢٨	٠.٦٤٨		٢٩	٠.٥٥٩		٣٠	٠.٦٩٤	تحذف
٣٤	٠.٦٦٧		٣٤	٠.٥١٣		٣٥	٠.٥٨٤	
٤٠	٠.٥٩٣		٤١	٠.٥٠٤		٤٢	٠.٥٩٧	
٤٦	٠.٦٣٧		٤٧	٠.٣٩٤		٤٨	٠.٦٢٨	

يتضح من الجدولين السابقين أن المفردات رقم: (٢، ٥، ٦، ١٠، ١١، ٢١، ٢٠، ٣٠، ٣١) لا ترتبط بالبعد الذي تنتمي له ومن ثم سوف يتم حذفها وعددها (١٠ مفردات).

ومن ثم يصبح العدد النهائي لبنود المقياس (٣٨ مفردة)

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهان صبرى محمد أحمد أ.د./ عبد الباسط متولى خضر أ.د./ أشرف محمد عبد الحميد د./ إيهاب حافظ علي العوضي

جدول (٦) بيان بالعبارات المحذوفة، والعبارات المتبقية وفقا لمعاملات الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وطريقه
الاتساق الداخلي

البيد	أرقام العبارات المحذوفة	العدد	نص العبارات	أرقام العبارات المتبقية	العدد	نص العبارات
الأول	٣١، ٧	٢	٧- أفكر أثناء الاختبارات فيما إذا كنت سأتمكن من إكمال دراستي ٣١- أتوقع ألا أنجح في الاختبارات	١-١٣- ١٩-٢٥- ٣٧-٤٣	٦	١- أجد صعوبة في التركيز أثناء الاختبارات ١٣- أفكر في عواقب الرسوب أثناء أداء الاختبارات ١٩- تفكيرى في قدوم ميعاد الاختبار يعيق استذكارى ٢٥- أفكر أثناء الاختبارات أنني لن أنتهى من الدراسة ٣٧- أنتخيل نفسى في مكان آخر أثناء تأدية بعض الاختبارات ٤٣- أتذكر معلومات غير مرتبطة بالاختبار أثناء الإجابة عن أسئلة الاختبار

داسات تهوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونيو ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

٢- أشعر بأننى عصبية معظم الوقت ٢٠- أمورى النفسية ليست على ما يرام	٢	٢٠، ٢	٦	٨، ١٤، ٢٦، ٣٢، ٣٨، ٤٤،	٦	٨- أتوتر كلما تقدم ميعاد الاختبار ١٤- أتعصب بشدة عند أدائى لأى اختبار ٢٦- ينتابنى القلق والتوتر قبل وأثناء الاختبار ٣٢- أتعصب عندما يكون لدى اختبار ٣٨- أرتبك عندما يوجه المعلم سؤالا لى ٤٤- أخاف كثيرا من الاختبارات الفجائية
١٠- أشعر باضطراب فى معدتى أثناء الاختبارات	١	١٠	٧	٤، ١٦، ٢٢، ٢٨، ٣٤، ٤٠، ٤٦	٧	٤- ترتجف يدي وتغرق أثناء الاختبارات ١٦- ينبض قلبى بسرعة أثناء الاختبارات المهمة ٢٢- يضطرب نومى عندما يكون لدى اختبار ٢٨- كلما اقترب ميعاد الاختبار كلما شعرت بالغثيان والدوار والصداع ٣٤- أنا سريعة النسيان ٤٠- أتلعثم فى الكلام عند أدائى اختبارا شفويا

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيهاب حافظ علي العوضي

٤٦- أشعر بفقدان الشهية كلما اقترب موعد الاختبار						
١٧- لا أبذل جهدا كافيا فى التحضير لأداء الاختبار ٢٩- أتسرع فى الإجابة عن أسئلة الاختبار ٣٥- أنا بطيئة فى استيعاب طريقة الإجابة عن أسئلة الاختبار ٤١- لا أتذكر المادة العلمية يوم الاختبار ٤٧- الاختبار بالنسبة لى موقف صعب	٥	١٧ ، ٢٩ ، ٣٥ ، ٤١ ، ٤٧ ،	٥- أشعر بالثقة والاسترخاء عند أدائى للاختبارات ١١- تقلقنى الحركة الزائدة داخل اللجنة من الملاحظين أو المراقبين ٢٢- لا يظهر أدائى فى الاختبارات بالكلم الذى أعرفه فى الواقع عن الموضوع	٣	١١ ، ٥ ٢٢	الخامس
١٢- أشعر بالخجل من زميلاتى عند اعلان نتيجة الاختبار ١٨- أشعر بالوحدة أثناء الاختبارات رغم وجودى مع أسرته ٢٤- أتمنى أن أكون سعيدة مثل الآخرين ٣٦- لا أشارك فى أى مناسبات اجتماعية خاصة بالأسرة أثناء الاختبارات ٤٢- أفتقد التشجيع الأسرى أثناء الاختبار ٤٨- لا أجد اهتمام من الوالدين بتهيئة جو مناسب لفترة الاختبارات	٦	١٢ ، ١٨ ، ٢٤ ، ٣٦ ، ٤٢ ، ٤٨	٦- أنا حساسة اتجاه الآخرين ٣٠- أقطع علاقاتى مع زميلاتى أثناء الاختبارات	٢	٣٠ ، ٦	السادس

- وصف الصورة النهائية للمقياس :

أصبحت الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٣٨) مفردة ، تم توزيعها علي ستة أبعاد، البعد الأول (٦) مفردة ، البعد الثاني (٦) مفردة ، البعد الثالث (٨) مفردة ، البعد الرابع (٧) مفردة ، البعد الخامس (٥) مفردة ، البعد السادس (٦) مفردة وتم ذلك بعد حذف المفردات التي نتج عن حساب ثباتها عدم ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، ويمكن توضيح ذلك من خلال جدول (٧) الآتي:

جدول (٧) أبعاد مقياس قلق الاختبار بأرقام عبارات كل بعد لطالبات الثانوية الأزهرية

م	البعد	أرقام العبارات التي تقيسه	المجموع
١	أعراض معرفية	٤٣-٣٧-٢٥-١٩-١٣-١	٦
٢	أعراض انفعالية	٤٤ ، ٣٨ ، ٣٢ ، ٢٦ ، ١٤ ، ٨	٦
٣	أعراض دافعية	٤٥ ، ٣٩ ، ٣٣ ، ٢٧ ، ٢١ ، ١٥ ، ٩ ، ٣	٨
٤	أعراض فسيولوجية	٤٦ ، ٤٠ ، ٣٤ ، ٢٨ ، ٢٢ ، ١٦ ، ٤	٧
٥	أعراض سلوكية	٤٧ ، ٤١ ، ٣٥ ، ٢٩ ، ١٧	٥
٦	أعراض اجتماعية	٤٨ ، ٤٢ ، ٣٦ ، ٢٤ ، ١٨ ، ١٢	٦
	المجموع		٣٨

- تعليمات المقياس :

يجب أن يوضح القوائم بتطبيق المقياس التعليمات المحددة للمقياس لكي تستوعب الطالبات طبيعة المقياس بالتحديد من خلال توضيح الأبعاد ، ومفردات كل بعد للمقياس ، والاستجابات التي توضع يتم وضعها طبقاً لآرائهن الشخصية ، وهي

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د./ عبد الباسط متولى خضر أ.د./ أشرف محمد عبد الحميد د./ إيناس حافظ علي العوضي

استجابة واحدة فقط يتم اختيارها أمام كل مفردة ، وأنه لا يوجد زمن محدد للاختيار المناسب ، والإجابات تكون في سرية تامة .

- مفتاح تصحيح المقياس:

تكونت عبارات المقياس من (٣٨) عبارة ، كل عبارة تمثل موقفاً يتضمن ثلاثة تصرفات متدرجة عند اختيار التصرف الأول تحصل الطالبة علي ثلاث درجات، وعند اختيار التصرف الثاني تحصل الطالبة علي درجتين، أما الاختيار الثالث فتحصل الطالبة علي درجة واحدة ، وبذلك تكون درجات المقياس كما يلي: الدرجة الكبرى للمقياس = ١١٤ ، والدرجة الصغرى للمقياس = ٣٨ ، علماً بأن الدرجة المرتفعة تدل علي ارتفاع قلق الاختبار، والدرجة المنخفضة تدل علي انخفاض قلق الاختبار لدي الطالبة

جدول (٨) مفتاح تصحيح مقياس قلق الاختبار

م	البعد	أرقام المفردات بعد الحذف	مدى الدرجات
١	أعراض معرفية	١-١٣-١٩-٢٥-٣٧-٤٣	٦-١٨
٢	أعراض انفعالية	٨ ، ١٤ ، ٢٦ ، ٣٢ ، ٣٨ ، ٤٤	٦-١٨
٣	أعراض دافعية	٣ ، ٩ ، ١٥ ، ٢١ ، ٢٧ ، ٣٣ ، ٣٩ ، ٤٥	٨-٢٤
٤	أعراض فسيولوجية	٤ ، ١٦ ، ٢٢ ، ٢٨ ، ٣٤ ، ٤٠ ، ٤٦	٧-٢١
٥	أعراض سلوكية	١٧ ، ٢٩ ، ٣٥ ، ٤١ ، ٤٧	٥-١٥
٦	أعراض اجتماعية	١٢ ، ١٨ ، ٢٤ ، ٣٦ ، ٤٢ ، ٤٨	٦-١٨

- توصيات :

- في ضوء البحث الحالي نوصي بما يأتي :
- الاهتمام بطلبات الثانوية العامة قصد التخفيف من حدة قلق الاختبار لديهن وزرع الثقة أنفسهن ورفع مستوى تقدير الذات لديهن .

داسات تهوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونية ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

- التعاون بين الأسرة والمدرسة قصد توفير ظروف مناسبة للطالبات فى جو خال من التهديد والتوتر.
- إجراء دورات تدريبية للأخصائيين النفسانيين حول التقنيات الحديثة فى مجال التكفل بحالات قلق الاختبار.

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د/ إيهاب حافظ علي العوضي

المراجع

عبد الكريم بن محمد الحسن بكار (٢٠١١) . المراهق: كيف نفهمه وكيف نوجهه ، الرياض : دار وجوه للنشر والتوزيع .

عبد الرحمن محمد العيسوي (٢٠٠٠) . علم النفس التعليمي ، بيروت : دار الراتب الجامعي .

عبد الكريم محمد جرادات (٢٠١٣) . أثر برنامج إرشاد في تخفيض قلق الاختبار وتحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية لدى عينة من طلبة الصف العاشر ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية ، جامعة اليرموك .

محمد حامد زهران (٢٠٠٠) . الإرشاد النفسي المصغر للتعامل مع المشكلات الدراسية ، القاهرة : دار الكتب .

محمد الساسي الشايب ، عبد الناصر غربي (٢٠١٣) . التوجه المدرسي وعلاقته بقلق الامتحان لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية ، الجزائر ، ع (١١) ، ص ٢٦٩ / ٢٨٣ ..

موشى زيدنر - جيرالد ماثيوس (٢٠١٦) . القلق ، ترجمة : معتز سيد عبد الله ، الحسين عبد المنعم ، الكويت : عالم المعرفة . □

Joon Hee Kwon , BA, Narae Hong, MS, Kwanguk (Kenny) Kim, PhD, Jiwoong Heo, MS Jae-Jin Kim , MD, PhD, and Eunjoo Kim, MD, PhD (2020): Feasibility of the virtual reality program in managing test anxiety: A pilot study. Cyperpsychology, Behavior`

, And social Networking Volume 00, number 00,2020,Mary Ann

liebert, inc. DOI:10.1089/cyber20.2019.0651

Khaleghi, N., Amiri, M., & Taheri, E. (2017): Effectiveness of group

reality therapy on symptomsof social anxiety,interpretation

bias and interpersonal relationships in adolescents. Journal

of Fundamentals of Mental Health, Vol.19(2),pp. 77-83.

Vahidiborji, G.,& Jadidi, M., (2017) : The study of effectiveness of reality therapy on adjustment of female adolescent with anxiety. Journalof Psychology and Clinical Psychiatry, Vol.7(1), pp.414-417.

Wahyuningish, Y. P. (2018): Group Reality Therapy to Increase Self-Esteem in Adolescents. Advances in Social Science , Education and Humanities Research, Atlantis Press,Vol.133,pp.71-75.

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاصر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شريهان صبري محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د /إيثار حافظ علي العوضي

ملحق رقم (1)

مقياس قلق الاختبار Test Anxiety

(كراسة الأسئلة)

إعداد الباحثة / شريهان صبري محمد أحمد

دكتوراه (صحة نفسية)

. بيانات عامة

الاسم (اختياري) :

العمر الزمني : السنة الدراسية :

عزيزتي الطالبة / فيما يلي مجموعة من العبارات وأمام كل عبارة ثلاث خانات
(دائماً - أحياناً - نادراً) من فضلك أقرئي كل عبارة جيداً فإذا كانت تنطبق عليكِ
تماماً وتعبر عن اتجاهاتك تماماً ووجهة نظرك تفضل بوضع علامة (✓) تحت كلمة
(دائماً)، وإذا كانت تنطبق عليكِ بدرجة متوسطة أو تعبر عن رأيك بدرجة متوسطة
تفضل بوضع علامة (✓) تحت كلمة (أحياناً)، وإذا كانت لا تعبر عن وجهة نظرك
تفضل بوضع علامة (✓) تحت كلمة (نادراً) وأود أن أذكرك عزيزتي الطالبة بأنه
ليس هناك وقتاً محدداً للإجابة، ولكن حاولي أن تجيبي بسرعة كما أنه لا توجد إجابات
صحيحة وأخرى خطأ فأول إجابة تأتي إلي ذهنك وتعبر عن وجهة نظرك تعتبر صحيحة.

شكراً

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالقاهرة) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونيو ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

م	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا
١	أجد صعوبة في التركيز أثناء الاختبارات			
٢	أتوتر كلما تقدم ميعاد الاختبار			
٣	لا أستطيع الاستمرار في الإجابة على أسئلة الاختبار حتى النهاية			
٤	ترتجف يدي وتعرق أثناء الاختبار			
٥	لا أبذل جهدا كافيا في التحضير لأداء الاختبار			
٦	أشعر بالخجل من زميلاتي عند اعلان نتيجة الاختبار			
٧	أفكر في عواقب الرسوب أثناء أداء الاختبارات			
٨	أتعصب بشدة عند أدائي لأي اختبار			
٩	أشعر بعدم الرغبة في مواصلة المذاكرة قرب ميعاد الاختبار			
١٠	ينبض قلبي بسرعة أثناء الاختبارات المهمة			
١١	أتسرع في الإجابة عن أسئلة الاختبار			
١٢	أشعر بالوحدة أثناء الاختبارات رغم وجودي مع أسرتي			
١٣	تفكيرتي في قدوم ميعاد الاختبار يعيق استذكاري			
١٤	ينتابني القلق والتوتر قبل وأثناء الاختبار			
١٥	أشعر بالاحباط عند أداء الاختبارات			
١٦	يضطرب نومي عندما يكون لدي اختبار			
١٧	أنا بطيئة في استيعاب طريقة الإجابة عن أسئلة الاختبار			
١٨	أتمنى أن أكون سعيدة مثل الآخرين			
١٩	أفكر أثناء الاختبارات أنني لن أنتهي من الدراسة			
٢٠	أتعصب عندما يكون لدي اختبار			

مستوى اضطراب العناد والتحدى المعاكض في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية
شيريهاك صبرى محمد أحمد أ.د/ عبد الباسط متولى خضر أ.د/ أشرف محمد عبد الحميد د /إيثار حافظ علي العوضي

م	العبارة	دائما	أحيانا	نادرا
٢١	ليس لدى أهداف محددة لأتعب من أجلها			
٢٢	كلما اقترب ميعاد الاختبار كلما شعرت بالغثيان والدوار والصداع			
٢٣	لا أتذكر المادة العلمية يوم الاختبار			
٢٤	لا أشارك في أى مناسبات اجتماعية خاصة بالأسرة أثناء الاختبار			
٢٥	أتخيل نفسى فى مكان آخر أثناء تأدية بعض الاختبارات			
٢٦	أرتبك عندما يوجه المعلم سؤالاً لى			
٢٧	أشعر أننى عاجزة فى الاختبارات			
٢٨	أنا سريعة النسيان			
٢٩	أفتقد التشجيع الأسرى أثناء الاختبار			
٣٠	أتذكر معلومات غير مرتبطة بالاختبار أثناء الإجابة عن أسئلة الاختبار			
٣١	أخاف كثيرا من الاختبارات الفجائية			
٣٢	لا أؤدي جيدا في الاختبارات			
٣٣	ألتئم فى الكلام عند أدائى اختبارا شفويا			
٣٤	لا أجد اهتمام من الوالدين بتهيئة جو مناسب لفترة الاختبارات			
٣٥	أعانى مشقة كبيرة فى فهم تعليمات الاختبار			
٣٦	أشعر بفقدان الشهية كلما اقترب موعد الاختبار			
٣٧	أتخيل نفسى فى مكان آخر أثناء تأدية بعض الاختبارات			
٣٨	أفتقد الطموح والرغبة فى تحقيق الأهداف			