

فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين منخفضي التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثره في تحصيلهم الدراسي إعداد

منال صلاح الدين إبراهيم محمود*

مقدمة

تعد الفئات الخاصة من أهم الفئات التي تحظى باهتمام كبير وذلك لكثرة ظهورها وتعدد فئاتها ، ومن هذه الفئات فئة المتفوقين والموهوبين ويندرج تحت هذه الفئة فئة يطلق عليها "المتفوقين منخفضي التحصيل" ويشير فتحي الزيات (٢٠٠٢) إلى أن هذه المشكلة (أي المتفوقين منخفضي التحصيل) قد ظهرت لأول مرة بجامعة جونز هوبكنز بالولايات المتحدة الأمريكية عام (١٩٨١) على يد نخبة من علماء التربية الخاصة ومن هنا ظهر الاهتمام بهم والالتفات إليهم كفئة هامة والنظر إلى مشاكلهم بعين الاعتبار ومحاولة حل تلك المشاكل وتفاديها والوصول بأدائهم لأعلى مستوى لديهم وما يتناسب مع نسبة ذكائهم ودعمهم لأنهم من الفئات ذات الأهمية الكبيرة والتي من خلالها تتقدم الشعوب وجميع المجتمعات.

وجدير بالذكر أن التلاميذ المتفوقين يختلفون اختلافاً إيجابياً عن أقرانهم العاديين ، وبالتالي فهم يحتاجون إلى برامج تربوية خاصة ، حتى نجنبهم ما قد يصيب مسيرة نموهم من المشكلات والصعوبات التي تتطلب الانتباه لها ، وتشخيصها ، وعلاجها حتى لا تؤثر على توظيف قدراتهم وإمكاناتهم ويعد انخفاض مستوى التحصيل أحد أهم المشكلات التي قد يواجهها التلاميذ المتفوقين ، والتي قد تؤدي إلى تبديد طاقتهم، حيث

* بحث مستخلص من رسالة ماجستير تحت إشراف :

أ. د/ محمد محمد شوكت: أستاذ ورئيس قسم التربية الخاصة كلية التربية بالإسماعيلية جامعة قناة السويس.

أ.م. د/ سامية صابر الدندراوي: أستاذ مساعد الصحة النفسية كلية التربية بالإسماعيلية جامعة قناة السويس.

يوجد العديد من العوامل التي تؤدي إلى انخفاض مستوى التحصيل ، والتي تحتاج إلى برامج تدخل موجهة للتلاميذ أنفسهم فضلاً عن تلك البرامج التي يتعين أن توجه للمعلمين والوالدين (١٠ - ١٤).

ويرجع ظهور مشكلة انخفاض التحصيل للطلاب المتفوقين وجودهم في فصول العاديين وعدم ملائمة أساليب التدريس لسرعتهم في التعلم. فيشعرون بالملل وعدم الاهتمام بما يدرس لهم. وبذلك يتدنى مستواهم التحصيلي عن المستوى المتوقع منهم.

فهناك دراسات اهتمت بتناول المتفوقين منخفضي التحصيل وعلاقة ذلك بقلق الاختبار مثل: دراسة (نرمن الصياد ، ٢٠٠٢) ودراسة إرجين (Ergene, 2003) ودراسة (سليمة سايجي ، ٢٠٠٤) ودراسة ويمز واخرون (Weems et al., 2009) ودراسة بينور وآخرون (Benor et al., 2009) ودراسة براون وآخرون (Brown, et al. 2011) ودراسة نيفين عبد الرحمن ، ٢٠١٤) ودراسة (محمد أبوتيم ، ٢٠١٥) ودراسة جرزيلي وإيفرهارت (Garzalli & Everhart 2002) ودراسة ستودارد (Studdard, 2010) ، ووجد أن هناك أسباب كثيرة تؤدي إلى انخفاض تحصيلهم. ولوحظ أن قلق الاختبار واحدة من أهم المشكلات التي تواجه الطلاب المتفوقين والتي بدورها تؤدي إلى انخفاض تحصيلهم.

وهناك دراسات اهتمت بعمل برامج إرشادية وتؤكد فعاليتها في خفض قلق الاختبار وتأثيره على التحصيل الدراسي مثل: مثل دراسة (سمر السنوسي ، ٢٠١٢) ودراسة (سليمة سايجي ، ٢٠٠٤) ودراسة نائل أبو عزب (٢٠٠٨) ودراسة واشنطن (Washington, 2009) ودراسة بينور وآخرون (Benor et al, 2009) ودراسة (مصطفى عطفا الله ، ٢٠١٠) ودراسة براون وآخرون (Brown et al. 2011) .

ومن خلال ملاحظة بعض الطلبة الفائقين، وكذلك الدراسات السابقة تم التوصل لهذه المشكلة (قلق الاختبار وتأثيره على تحصيل الطلبة المتفوقين) وهو أساس مشكله البحث التي نحن بصددنا وهذا النوع من القلق يطلق عليه قلق الحالة، وهو قلق خارجي المنشأ (٥ - ١٣).

مشكلة البحث

تتبع مشكلة البحث الحالي من ملاحظة الباحثة خلال قراءتها للدراسات السابقة في مجال المتفوقين منخفضي التحصيل انه يوجد ندرة في الدراسات التي تناولت قلق الاختبار لدى المتفوقين المتدني التحصيل. وهناك بعض الدراسات التي سعت إلى خفض

فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين ----- منال صلاح الدين إبراهيم

قلق الاختبار لدى عينات من العاديين. ومن هنا تظهر مشكلة البحث الحالي وبناءً على ذلك فإنه يمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال التالي :

ما فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين منخفضي التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثره في تحصيلهم الدراسي ؟ وذلك من خلال :

١. اعداد وتنفيذ برنامج ارشادى.
٢. التحقق من فعالية البرنامج فى تحقيق اثره وذلك بعد انتهاء فترة التدريب وخلال فترة المتابعة .

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى:

١. إعداد برنامج إرشادي لخفض قلق الاختبار لدى الطالبات المتفوقات منخفضات التحصيل.
٢. التحقق من فعالية البرنامج لخفض قلق الاختبار على مستوى التحصيل الدراسي لدى المتفوقات منخفضات التحصيل الدراسي.
٣. التحقق من استمرار فعالية البرنامج الإرشادي في خفض قلق الاختبار لدى الطالبات المتفوقات المنخفضات التحصيل.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في :

- ١- إيجاد الفروق بين الطلبة الفائقات في التحصيل.
- ٢- تطبيق برنامج إرشادي معتمد على الإرشاد المعرفي السلوكي في تحسين تحصيل الطلبة المتفوقين منخفضي التحصيل.
- ٣- رفع المستوى التحصيلي للطلبة الفائقات.

مصطلحات البحث:

- برنامج إرشادي (Counseling Program) :

يعرف بأنه برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل ولتحقيق

التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها، ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة وفريق من المسؤولين المؤهلين (٢- ٤٣٩).

وتعرف الباحثة البرنامج الإرشادي إجرائياً: بأنه مجموعة الجلسات المخططة والمنظمة التي استمدتها الباحثة من الأسس العلمية وتوجيهه وتقويم فريق من المختصين المؤهلين في مجال الإرشاد النفسي، وذلك لتقديم برنامجاً بجلسات تعتمد على التغيير السلوكي المباشر والغير مباشر فريداً وجماعياً لجميع أفراد المجموعة التجريبية بهدف مساعدتهم في علاج قلق الاختبار لدى الطالبات الفئات بالمرحلة الإعدادية.

- قلق الاختبار Test Anxiety :

يعرف قلق الاختبار بأنه سمة في الشخصية في موقف محدد ويتكون من الانزعاج Worry والانفعالية Emotionality وهما أبرز عناصر قلق الاختبار ، ويحدد الانزعاج Worry علي أنه اهتمام معرفي للخوف من الفشل وتحدد الانفعالية علي أنها ردود أفعال للجهاز العصبي الأوتونومي (٩- ٥١) ، ويقدر قلق الاختبار إجرائياً في الدراسة الحالية علي أنه " الدرجات التي تحصل عليها الطالبات من خلال الإجابة على بنود المقياس المستخدم لقياس قلق الاختبار.

وتُعرف الباحثة قلق الاختبار إجرائياً: بأنه حالة انفعالية تتسم بالتوتر والخوف تشعر بها الطالبات خلال استجابتهن لحل أسئلة الاختبار في المدرسة ، وتكون مصحوبة باضطرابات في النواحي المعرفية والانفعالية والجسمية، وهو التوتر الذي يحدث للطالبات المتفوقات مما يؤدي إلى خفض تحصيلهن الدراسي. وتحدد بالدرجة التي تحصل عليها الطالبات على مقياس قلق الاختبار.

- المتفوقات منخفضة التحصيل Gifted Underachievers :

يعرف المتفوق بأنه من وصل في أدائه إلى مستوى أعلى من مستوى العاديين في مجال من المجالات التي تعبر عن المستوى العقلي الوظيفي للفرد ، بشرط أن يكون ذلك المجال موضوع تقدير الجماعة (22- 333).

وتعرف الباحثة المتفوقات منخفضة التحصيل الدراسي إجرائياً : بأنهن الطالبات المتفوقات اللاتي يصل مستوى ذكائهن إلى ١٢٠ فأكثر، ولكن تحصيلهن الدراسي منخفض بحيث لا يتناسب مع قدراتهن، ويستخدم البحث الحالي درجات الطالبات للعام الدراسي ٢٠١٧- ٢٠١٨م كدرجات للتحصيل الدراسي.

- التحصيل الدراسي Academic Achievement:

يعرف التحصيل الدراسي بأنه مدى استيعاب الطلبة لما فعلوا من خبرات معينة من خلال مقررات دراسية ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطلبة في الاختبارات التحصيلية المعدة لها (١-٢٢).

وتعرف الباحثة التحصيل الدراسي إجرائياً : بأنه متوسط الدرجات التي تحصل عليها الطالبات (عينة الدراسة) للعام الدراسي ٢٠١٧ - ٢٠١٨ م .

محددات البحث :

- محدد بشري: وهو عينة أساسية قوامها (٢٠) طالبة من طالبات الصف الثاني الإعدادي بمدرسة المنار الخاصة للغات وتنقسم بالتساوي إلى تجريبية وضابطة.

- محدد مكاني: مدرسة المنار الخاصة للغات .

- محدد زمني: الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠١٧ - ٢٠١٨ م.

منهج البحث :

استخدمت الباحثة كلاً من المنهجين ، الوصفي وشبه التجريبي : المنهج الوصفي في تحديد مشكلة البحث، وتوضيح جوانبها، وعند عرض الدراسات السابقة ، كما استخدمت المنهج شبه التجريبي في اختيار مجموعة البحث، وضبط المتغيرات، وإجراء المعالجات الإحصائية لبيانات ونتائج البحث بهدف التحقق من صحة الفروض للتحقق من فعالية البرنامج الإرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين منخفضي التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثره في تحصيلهم الدراسي.

فروض البحث :

١- توجد فروق دالة احصائياً (عند مستوى دلالة ٠.٥) بين متوسطات درجات الاختبار القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في قلق الاختبار لصالح الاختبار البعدي .

٢- توجد فروق دالة احصائياً (عند مستوى دلالة ٠.٥) بين متوسطات درجات الاختبار القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في مستوى التحصيل لصالح الاختبار البعدي.

٣- توجد فروق دالة احصائياً (عند مستوى دلالة ٠.٥) بين متوسطات درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لقلق الاختبار لصالح المجموعة التجريبية .

- ٤- " توجد فروق دالة إحصائية (عند مستوى دلالة ٠.٥) بين متوسطات درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لمستوى التحصيل لصالح المجموعة التجريبية .
- ٥- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لقلق الاختبار وذلك بعد (شهر) من تطبيق البرنامج الإرشادي .

إجراءات البحث

أولاً : عينة البحث :

أشتملت عينة البحث النهائية على (٢٠) طالبة بالصف الثاني الإعدادي بمدرسة المنار الخاصة للغات بمحافظة الإسماعيلية ، حيث تم اختيار الطالبات من مدرسة المنار الإعدادية بنات، اللاتي يصل مستوى ذكائهن إلى ١٢٠ فأكثر، ولكن تحصيلهن الدراسي منخفض بحيث لا يتناسب مع قدراتهن ، والذين تتراوح أعمارهن الزمنية ما بين (١٣ - ١٥) سنة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين احدهما تجريبية قوامها (١٠) طالبة ، والأخرى ضابطة وقوامها (١٠) طالبة.

ثانيا : بناء التصور المقترح للبرنامج :لما كان البحث الحالي يستهدف خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين منخفضي التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثره في تحصيلهم الدراسي فقد قامت الباحثة ببناء تصور مقترح للبرنامج متبعة في ذلك الإجراءات الآتية :

١- تحديد الإطار الفكري للبرنامج المقترح :

استخدمت الباحثة برنامجا إرشاديا يستند في إطاره النظري وكذلك خطواته الإرشادية إلى نظرية ألبرت باستخدام أسلوب الارشاد الجماعي مع الطالبات المتفوقات منخفضات التحصيل لخفض قلق الاختبار لديهن ، واعتمادا على هذا ذلك فإن التصور المقترح للبرنامج استند إلى المنطلقات الفكرية الآتية :

- إمكانية تخفيف أو خفض حدة قلق الاختبار عن طريق تطبيق البرنامج الإرشادي .
- يطبق البرنامج في جلسات جماعية مغلقة مع أفراد العينة التجريبية .
- الموقف الإرشادي الجماعي يوفر التفاعل الاجتماعي ويستثير المسترشدين للبحث عن حلول لمشكلاتهم .
- أن تناسب موضوعات البرنامج الخصائص العقلية والانفعالية لأفراد المجموعة الإرشادية حتى لا يتوقفون أو يمتنعون عن الحضور .
- ضرورة أن يشمل البرنامج على أنشطة (واجبات منزلية) تساعد على اكتساب مهارات أخذ الاختبار .

فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين ----- منال صلاح الدين إبراهيم

• الاستمرار في تطبيق الإرشادات وممارسة التدريبات اللازمة لاكتساب المهارات وتنميتها ذلك لأن اكتساب أية مهارة أو تطويرها لا يتم بسهولة ويسر ، وإنما يتطلب مزيداً من المرن والتدريب .

٢- تحديد أهداف البرنامج :

الهدف الرئيسي للبرنامج : خفض قلق الاختبار لدى المتفوقات منخفضات التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثر ذلك في تحصيلهن الدراسي، وإكسابهن مهارات أخذ الاختبار لخفض مستوى قلق الاختبار لديهن.

الأهداف الفرعية للبرنامج : هدف تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية إلى:

- التعرف على مستوى قلق الاختبار لدى أفراد العينة التجريبية ، كما يحدده مقياس قلق الاختبار.

- تنمية مهارات أخذ الاختبار لأفراد العينة التجريبية .

- اكساب الطالبات عادات الاستذكار .

- تنمية الاتجاهات الإيجابية لدى الطالبات نحو المواد الدراسية.

- التعرف على مدى فاعلية الإرشاد الوقائي والعلاجي لمواجهة مشكلة قلق الاختبار.

- التعرف على مدى مساهمة التوافق الدراسي والصحة النفسية في علاج مشكلة قلق الاختبار لدى أفراد العينة التجريبية ، باستخدام أسلوب الإرشاد الجماعي المصغر.

محتوى البرنامج :

تم تحديد محتوى البرنامج في ضوء الأهداف المحددة سلفاً واستناداً إلى ما تم التوصل إليه خلال جمع المادة العلمية الخاصة بعادات الاستذكار ومهارات الاختبار من مقياس قلق الاختبار (محمد حامد زهران ٢٠٠٠) ، ومقياس قلق الاختبار (محمد عبدالظاهر الطيب ٢٠١٣) .

واشتمل البرنامج على مجموعة من الفنيات التي تناولت ما يلي :

- تقليل الخوف والرغبة من الاختبار ، وتخفيض مستوى قلق الاختبار.

- تعديل الأفكار والمعتقدات الخاطئة التي تتعلق في ذهن الطالبات عن الاختبار وتعديل السلوك الخاطئ الذي يلازمهن المتمثل في القلق أثناء فترة الاختبار.

- إتاحة فرصاً تدريبية متنوعة ومتعددة ، تمكن الطالبات من تنمية مآلديهم من مهارات ، واكتساب بعض المهارات التي يفقدونها مثل (التدريب على الإسترخاء مهارات التخطيط للمذاكرة - التحفيز وتنظيم الوقت - الثقة بالنفس وتحقيق التفوق الاستعداد للاختبار

ومهارات اللاجابة- تعريف القلق وأنواعه وأسبابه وعلاجه - استخدام التمثيل المسرحي والسيكودراما).

أساليب التقويم في البرنامج المقترح :

لما كان الهدف الاساسي من البرنامج هو خفض قلق الاختبار لدى المتفوقات منخفضات التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثر ذلك في تحصيلهن الدراسي ،لذا فقد راعت الباحثة أن يتم التقويم على النحو التالي :

- التقويم البعدي : بعد تطبيق البرنامج تم تقويم البرنامج من خلال مقارنة نتائج تطبيق أدوات البحث بعديًا بنتائج القياس القبلي.
- التقويم التتبعي : بعد مرور شهر من التقويم البعدي، تم تطبيق أدوات البحث ومقارنتها للوقوف على مدى استمرار فعالية البرنامج.

ثالثًا : أدوات البحث

استخدمت الباحثة عدداً من الأدوات لقياس متغيرات الدراسة وهي:-

(١) اختبار القدرة العقلية العامة: (فاروق عبدالفتاح موسى، ٢٠٠٢) .

(٢) اختبار قلق الاختبار (محمد عبدالظاهر الطيب ، ٢٠١٣م) .

(٣) البرنامج الإرشادي للطالبات الفائقات عقليا منخفضات التحصيل الدراسي (إعداد

الباحثة).

إجراءات البحث التجريبية

التطبيق القبلي لأدوات البحث :

تم إجراء التطبيق القبلي ، اختبار القدرات العقلية (فاروق عبدالفتاح موسى ،٢٠٠٢م) على (١٧٠) طالبة من طالبات الصف الثاني الإعدادي بمدرسة المنار الخاصة للغات، وقد حصل منهن (٦٠) طالبة على درجات أعلى من (١٢٠) درجة ، ثم قامت الباحثة باختيار الطالبات منخفضات التحصيل الدراسي، والتي تقل درجاتهن عن المتوسط في التحصيل للنصف الأول من العام الدراسة ٢٠١٧-٢٠١٨م، وقد كان عدد الطالبات (٢٠) طالبة من الفائقات عقليا منخفضات التحصيل الدراسي ، ودرجة الذكاء لديهن أعلى من (١٢٠) درجة وتتراوح أعمارهن الزمنية ما بين (١٣- ١٥) سنة ، ثم قسمت المجموعة إلى مجموعتين إحداها تجريبية و الأخرى ضابطة بالتساوي كلا منها (١٠) طالبات من الفائقات عقليا منخفضات التحصيل الدراسي.

تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي للطالبات الفائقات عقليا منخفضات التحصيل الدراسي، وهو عبارة عن (٢٩) جلسة، وزمن الجلسة (٥٠-٦٠) دقيقة تقريبا، بواقع (٣) جلسات في الأسبوع على المجموعة التجريبية، ثم قدرت الباحثة درجات قلق الاختبار لدى المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج إرشادي للطالبات الفائقات عقليا منخفضات التحصيل الدراسي .

التطبيق البعدي لأدوات البحث

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج لطالبات المجموعة التجريبية، تم تطبيق مقياس قلق الاختبار على المجموعتين التجريبية والضابطة ثم رصد الدرجات والقيام بالمعالجات الإحصائية للبيانات ، وتم تطبيق مقياس قلق الاختبار بعد (٤ أسابيع) من تطبيق البرنامج الإرشادي لطالبات المجموعة التجريبية وذلك كقياس تتبعي .

نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

تناول الباحثة في هذا الجزء من البحث المعالجة الإحصائية للبيانات التي حصلت عليها ثم عرض نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها ، وبالتالي الكشف عن مدى قبول أو رفض فروض البحث.

أولاً : اختبار الفرض الأول الذي ينص على:

" توجد فروق دالة احصائياً (عند مستوى دلالة ٠.٥) بين متوسطات درجات الاختبار القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في قلق الاختبار لصالح الاختبار البعدي .
وللتأكد من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار ت T-TEST البارامترى لحساب الفروق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لقلق الاختبار، ويوضح جدول (١) نتائج اختبار الفروق بين متوسطي رتب القياسين ودلالاتها الإحصائية.
جدول (١) نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في قلق الاختبار ودلالاتها الإحصائية (ن=١٠).

نوع القياس	المجموعة	قيمة T	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
قبلي			٦٥.٧	٥.٩	٠.٠١
التجريبية		٧.١٨			
بعدي			٥٠.٢٠	٥.٥	

وبالنظر إلى الجدول السابق فإنه توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي في قلق الاختبار للمجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (T) (٧.١٨) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٥) حيث إنخفض مستوى قلق الإختبار لدى طالبات المجموعة التجريبية في القياس البعدي ، مقارنة بدرجات القياس القبلي، وبالتالي فإنه يمكن قبول الفرض الأول ، ويرجع ذلك إلى تعرض أفراد العينة بالمجموعة التجريبية إلى البرنامج الإرشادي الذي استخدم فنيات وأساليب ساعدت على تقليل الخوف والرغبة من الاختبار ، وساهمت في تخفيض مستوى قلق الاختبار لدى طالبات المجموعة التجريبية .

ثانياً : اختبار الفرض الثاني والذي ينص على :

توجد فروق دالة احصائياً (عند مستوى دلالة ٠.٠٥) بين متوسطات درجات الاختبار القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في مستوى التحصيل لصالح الاختبار البعدي.

وللتأكد من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار T-TEST لحساب الفروق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي لمستوى التحصيل ، ويوضح جدول (٢) نتائج اختبار الفروق بين متوسطي رتب القياسين ودلالاتها الإحصائية.

جدول (٢) نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مستوى التحصيل ودلالاتها الإحصائية (ن = ١٠) .

نوع القياس	المجموعة	قيمة T	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
قبلي			٢١١.٢٢	١.٧	٠.٠١
التجريبية		٧.٨٧			
بعدي			٢١٢.٧٤	١.٢٨	

فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين ----- منال صلاح الدين إبراهيم

من الجدول السابق يتضح وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي في مستوى التحصيل لطالبات المجموعة التجريبية ، حيث بلغت قيمة (T) (٧.٧٨) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٥) وهذا يؤكد فعالية البرنامج ويشير أيضاً إلى أهمية وتأثير التدريب على المهارات الدراسية السليمة لطالبات المجموعة التجريبية من تحديد لاهدافهن وتنظيم لوقتهن ، وأن التدريب على تلك المهارات ساهم في تخفيف القلق وأدى إلي تحسين أداء الطالبات الدراسي ومن ثم زيادة درجات التحصيل .

ثالثاً : اختبار الفرض الثالث والذي ينص على :

توجد فروق دالة احصائياً (عند مستوى دلالة ٠.٠٥) بين متوسطات درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لقلق الاختبار لصالح المجموعة التجريبية ، وللتأكد من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار T-TEST البارامترى لحساب الفروق بين متوسطي رتب المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي لقلق الاختبار، ويوضح جدول (٣) نتائج اختبار الفروق بين متوسطي رتب القياس البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية ودلالاتها الإحصائية.

جدول رقم (٣) نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطي رتب القياس البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية ودلالاتها الإحصائية (ن = ١٠).

نوع القياس	المجموعة	قيمة T	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
بعدي	تجريبية		٥٠.٢٠	٥.٥٩	٠.٠١
بعدي	ضابطة	٤.٧٩	٦٤.٢٠	٦.٢١	

من الجدول السابق يتضح وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي لقلق الاختبار لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغت قيمة (T) (٤.٧٩) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٥) ، وذلك يدل على أن البرنامج قد حقق الهدف المنشود ، ألا وهو خفض قلق الاختبار أو التخفيف منه قدر الإمكان لدى عينة البحث .

رابعاً: الفرض الرابع ومناقشته والذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائية (عند مستوى دلالة ٠.٥) بين متوسطات درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لمستوى التحصيل لصالح المجموعة التجريبية .

وللتأكد من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار ت T-TEST البارامترى لحساب الفروق بين متوسطي رتب المجموعة الضابطة و التجريبية في القياس البعدي لمستوى التحصيل ، ويوضح جدول (٤) نتائج اختبار الفروق بين متوسطي رتب القياس البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية ودلالاتها الإحصائية.

جدول رقم (٤) نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطي رتب القياس البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية في مستوى التحصيل ودلالاتها الإحصائية (ن = ١٠).

نوع القياس	المجموعة	العدد	قيمة T	المتوسط	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
بعدي	تجريبية	١٠	٨.٧٢	٢١٢.٧٤	١.٢٨	٠.٠٠٠
بعدي	ضابطة	١٠		٢٠٨.٢١	٥٥.٠٠٠	

من الجدول السابق يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى التحصيل لصالح المجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (T) (٨.٧٢) وهذه القيمة دالة عند مستوى دلالة (٠.٥) ، وهذا يؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي ، وأن الطالبات الذين تلقوا تدريب على المهارات المتضمنة في البرنامج ، أجادوا في الاختبارات التحصيلية بشكل أفضل.

خامساً: اختبار الفرض الخامس والذي ينص على :

لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لقلق الاختبار (بعد شهر من التطبيق) .

وللتأكد من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (T -TEST) لحساب الفروق بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي لقلق الاختبار ، ويوضح جدول (٥) نتائج اختبار الفروق بين متوسطي رتب القياسين ودلالاتها الإحصائية.

فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين ----- منال صلاح الدين إبراهيم

جدول رقم (٥) نتائج اختبار (كروسكال واليس) للفروق بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي لقلق الاختبار ودلالاتها الإحصائية (ن = ١٠).

نوع القياس	المجموعة	العدد	قيمة T	المتوسط	مستوى الدلالة
بعدي	تجريبية	١٠		٥٠.٢	٠.٠٩
تتبعي	تجريبية	١٠	٥.٥٣	٦٠.٧	

من الجدول السابق يتضح أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي في قلق الاختبار حيث بلغت قيمة (T) (٥.٥٣) وهذه القيمة غير دالة احصائياً، ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي باستخدام بعض الفنيات والمهارات التعليمية المستخدمة في الدراسة الحالية لخفض قلق الاختبار لدى تلميذات المجموعة التجريبية، وذلك نتيجة مواظبة تلميذات المجموعة التجريبية على تنفيذ ما تعلموه أثناء جلسات البرنامج بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج، وذلك لمدة شهر من انتهاء التطبيق، وذلك نتيجة تأثرهم بجلسات البرنامج لأنها جلسات قائمة على أسس نفسية وتربوية واجتماعية، مما زاد من قوة تأثير البرنامج.

المراجع

- أحمد حسين اللقاني وعلى الجمل ، (٢٠٠٣) . معجم المصطلحات التربوية في المناهج وطرق التدريس . القاهرة : عالم الكتب .
- حامد عبدالسلام زهران ، (٢٠٠٢) . التوجيه والإرشاد النفسي . القاهرة : عالم الكتب .
- سلمية سايحي، (٢٠٠٤) . فاعلية برنامج إرشادي لخفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي . رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة ورقلة .
- سمر سمير السنوسي محمد حسن ، (٢٠١٢) . فاعلية بعض فنيات البرمجة اللغوية العصبية في خفض قلق الاختبار لدى تلميذات المرحلة الإعدادية . رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة قناة السويس .
- فاروق السيد عثمان ، (٢٠٠١) . القلق وإدارة الضغوط النفسية . القاهرة : دار الفكر العربي .
- فاروق عبد الفتاح موسى (٢٠٠٢) . اختبار القدرات العقلية للأعمار (٩-١٢، ١١-١٥، ١٤-١٧) : سنه كراسه التعليمات . القاهرة : مكتبه النهضة المصرية .
- فتحي مصطفى الزيات ، (٢٠٠٢) . المتفوقون عقليا ذوو صعوبات التعلم : قضايا التعريف والتشخيص والعلاج . القاهرة : دار النشر للجامعات .
- محمد خليل منصور أبو تيم، (٢٠١٥) . أثر اختلاف نمط الاستجابة وأسلوب التحكم في زمن الاستجابة بالاختبارات الإلكترونية في خفض قلق الاختبار لدى الطلاب واتجاهاتهم نحوها . رسالة دكتوراه ، كلية الدراسات العليا للتربية ، جامعة القاهرة .
- محمد عبد الظاهر الطيب ، (٢٠١٣) . اختبار قلق الامتحان . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- محمود محمد الطنطاوي، (٢٠٠٩) . فاعلية برنامج تدريبي لتحسين مستوى التحصيل الدراسي لدى المتفوقين عقلياً منخفضي التحصيل . رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- مصطفى خليل عطا الله (٢٠١١) . الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات إدارة قلق الامتحان لدى عينة من طلاب الجامعة . مجلة البحث في التربية وعلم النفس ، ٣٩ .
- نائل إبراهيم أبو عزم ، (٢٠٠٨) . فاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة غزة . رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة .
- نرمين محمد على الصياد (٢٠٠٢) . أثر العلاج بالاسترخاء والإرشاد النفسي التدميمي في تخفيض قلق الاختبار . رسالة ماجستير ، كلية التربية بالإسماعيلية ، جامعة السويس .

نيفين عبد الرحمن محمد السيد بكر (٢٠١٤). فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض قلق الاختبار وأثره في تحسين بعض مهارات الاستذكار والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة بأسسيوط. رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة أسسيوط.

Benor, D. J., Ledger, K., Toussaint, L., Hett, G., & Zaccaro, D. (2009). Pilot study of emotional freedom techniques, wholistic hybrid derived from eye movement desensitization and reprocessing and emotional freedom technique, and cognitive behavioral therapy for treatment of test anxiety in university students. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 5(6), 338–340.

Brown, L. A., Forman, E. M., Herbert, J. D., Hoffman, K. L., Yuen, E. K., & Goetter, E. M. (2011). A randomized controlled trial of acceptance-based behavior therapy and cognitive therapy for test anxiety: A pilot study. *Behavior modification*, 35(1), 31–53.

Ergene, T. (2003). Effective interventions on test anxiety reduction: A meta-analysis. *School Psychology International*, 24(3), 313–328.

Garzarelli, P., Everhart, B., & Lester, D. (2002). Self-concept and academic performance in gifted and academically weak students. *Adolescence*, 28(109), 235.

Weems, C. F., Taylor, L. K., Costa, N. M., Marks, A. B., Romano, D. M., Verrett, S. L., & Brown, D. M. (2009). Effect of a school-based test anxiety intervention in ethnic minority youth exposed to Hurricane Katrina. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(3), 218–226.

Washington, G. T. (2009). Effects of Anxiety Reducing Interventions on Performance Anxiety in Graduate Nurses.

Studdard.A. (2010) . Failing our best and brightest are eligibility criteria related to the underachievement of gifted high school students . phd . Dissertation . capella university..

Shaffer, David R ، (2002). Developmental Psychology Childhood And Adolescence, Sixth Edition, Wadsworth Thomson Learning, Austria.

الملخص

هدف البحث إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق الاختبار لدى المتفوقين منخفضي التحصيل الدراسي بالمرحلة الإعدادية وأثره في تحصيلهم الدراسي ، وتكونت عينة البحث من (٢٠) طالبة بالصف الثاني الإعدادي بمدرسة المنار الخاصة للغات، حيث تم اختيار الطالبات ، اللاتي يصل مستوى ذكائهن إلى ١٢٠ فأكثر، ولكن تحصيلهن الدراسي منخفض ، وتتراوح أعمارهن الزمنية ما بين (١٣ - ١٥) سنة، وتم تقسيمهم لمجموعتين إحداهما تجريبية (١٠) طالبات ، والأخرى ضابطة (١٠) طالبات ، وتمثلت أدوات الدراسة في اختبار القدرة العقلية العامة إعداد (فاروق موسى) اختبار قلق الاختبار إعداد (عبدالظاهر الطيب) ، و البرنامج الإرشادي (إعداد الباحثة) وقد أسفرت النتائج عن :

١. وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في قلق الاختبار للمجموعة التجريبية ترجع لتعرضهم للبرنامج الإرشادي .
٢. وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى التحصيل لطالبات المجموعة التجريبية.
٣. وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي لقلق الاختبار لصالح المجموعة التجريبية.
٤. وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى التحصيل لصالح المجموعة التجريبية .
٥. لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لقلق الاختبار.

Abstract

The objective of the research was to verify The Effectiveness of a Counseling Program in Reducing Test Anxiety Among Gifted Underachievers in Preparatory Stage and its Effect on their Academic Achievement. sample consisted of (20) students in the second grade of Al-Manar Private School for Languages, experimental group is (10) female students and control group is 10 female students.

1. There are statistically significant differences (at 0.05 level) between the mean and post test scores of the experimental group in the test anxiety in favor of the post-test.

2 .There are statistically significant differences (at 0.05 level) between the pre-test and post-test scores of the experimental group at the level of achievement in favor of the post-test.

3[.There are statistically significant differences (at 0.05 level) between the mean scores of the control and experimental groups in the post-test test anxiety test the experimental group.

4 .There are statistically significant differences (at 0.05 level) between the mean scores of the control and experimental groups in the post-test of the achievement level in favor of the experimental group.

5. There are no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in the post-measurement and follow-up of the test anxiety.