قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي
لدى طلبة قسم علوم التربية بكلية الآداب جامعة مصراتة

أ. ربيعة أحمد الصديق كريم
قسم علوم التربية بكلية الآداب تخصص مناهج وطرق تدريس
r.kraim@art.misuratau.edu.ly

الملخص

هدف البحث إلى التعرف على قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة قسم علوم التربية كلية الآداب جامعة مصراتة، وتكون مجتمع البحث من جميع الطلبة المسجلين في مادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية خريف 2022 - 2023 والبالغ عددهم (34) طالبة، ونتيجة لصغر حجم المجتمع، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث الحالي، فقد تم تطبيق أداة البحث على جميع مجتمع البحث (عينة البحث)، ومن أجل تحقيق هدف البحث تم الاعتماد على مقياس تشارلز سبيلرجلر جاهز، والمطبق على البيئة الليبية للعام الدراسي (2007)، وتوصل البحث إلى النتائج الآتية: أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين قلق الامتحان، والتحصيل الدراسي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.22-) وهنا معامل الارتباط بسيط بين زيادة القلق وانخفاض التحصيل، وأن العلاقة عكسية ضعيفة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي، أي أن قلق الامتحان يفسر فقط جزءاً بسيطاً من التغير في التحصيل الدراسي، وفي ضوء نتائج البحث أوصت الباحثة ببعض التوصيات أهمها: تهيئة مناخ تعليمي إيجابي بدون أي تهديد أو ضغط على الطلبة بما يساعد على خفض مستويات القلق، وتقديم برامج تعليمية للطلبة حول أساليب الاستذكار الجيد؛ ليساعد على تحسين مستوى التحصيل الدراسي، وتوجيه أعضاء هيئة التدريس حول مراعاة الحالة النفسية للطلبة أثناء فترة الامتحانات، واستخدام أساليب تقييم متنوعة للتقليل من الضغط على الطلبة أثناء الامتحانات.

استلمت الورقة بتاريخ 2025/07/21، وقبلت بتاريخ 2025/08/24، ونشرت بتاريخ 2025/08/25

الكلمات المفتاحية: قلق الامتحان، والتحصيل الدراسي، الطالب الجامعي.

مقدمة:

يعد قلق الامتحان من المواضيع التي نالت حيزاً من الدراسات والبحوث التربوية والنفسية، وباعتبار المتعلم من العناصر المهمة والفاعلة في العملية التعليمية، وأن القلق من أبرز الانفعالات النفسية التي يمكن أن تؤثر في قدرة الطلبة على التكيف مع طبيعة الامتحانات بالقاعات الدراسية.

"يعد القلق جزءً طبيعياً من حياة الانسان يؤثر في سلوكه، وهو علامة على إنسانيته وحقيقة من حقائق الوجود، وجانب دينامي في بناء الشخصية ومتغير من متغيرات السلوك، وينشأ القلق عند جميع الأفراد في مختلف مواقف التحدي التي تواجههم، وفي هذه الحالة يعد شيئاً طبيعياً؛ لأنه يشكل دافعاً للفرد لاتخاذ الإجراءات السلوكية المناسبة لمواجهة الموقف ولكنه يصبح خطراً إذا زادت درجته عن الحد الطبيعي، وعندها قد يرتبط بالاضطرابات السلوكية، وقد يختلف ويتقاطع مع الخوف والصراع ومواقف الإحباط التي قد يتعرض لها الفرد في حياته **(أبو فاخرة، 2021، صـ 243)** فالقلق يعتبر من المواضع الرئيسية المؤثرة في الشخصية الإنسانية وموضوع القلق كان ومازال من أهم الموضوعات التي تفرض نفسها دائما على اجتهادات الباحثين في العلوم النفسية، والقلق عائق يحول نفسه بين الانسان وقدرته على التصرف".

(ضو، 2023، صـ553)

إن القلق ينشأ كلما تكرر حدوث الموقف الذي يستدعي القلق مستقبلاً، والقلق كما يراه فرويد عبارة عن رد فعل لخطر فقدان شيء، ولدراسة القلق أهمية كبيرة في علم النفس؛ لأنه الانفعال الأساسي الذي يقف خلف العديد من الاضطرابات النفسية، وخاصة الاضطرابات النفسية والعصبية، ويعتبر قلق الامتحان من احدى المشاكل التي يواجهها الطلبة، والتي تظهر في أي وقت من أوقات الفصل الدراسي كلما أعلن عضو هيئة التدريس عن موعد الامتحان، وتفيد الاختبارات التحصيلية في تعريفه بالمستوى العام للتحصيل للطلبة وهذا يساعد عضو هيئة التدريس في إمكانية تحسين خطته الدراسية وجعلها ملائمة لحاجات، ومستويات الفروق الفردية، وإمكانية التعرف على جوانب الضعف، والقوة عند الطلبة، وهذا مما يساعده على معالجة مواطن الضعف عند الطالب وتعزيز نقاط القوة عندهم، كما تفيد في الوقوف على الجوانب الصعبة في المقررات

الدراسية التي قد يعاني منها بعض الطلبة وهذا مما يساعد على محاولة إعادة صياغة الأهداف التعليمية التي وضعها سابقاً، كما أن التعرف على ما تحصل عليه الطلبة في الاختبار التحصيلي يساعد المشرفين، وأعضاء هيئة التدريس على عملية التدريس إلى معرفة وتحديد الأسباب التي أدت إلى انخفاض درجاتهم في مقرر معين من المقررات الدراسية، ومحاولة معالجتها بالطرق والاستراتيجيات المناسبة،**(الزيود،2002، صـ45)** فقلق الامتحان ينشأ من خوف الطالبة من الإخفاق الدراسي، وقلة خبراتهم بالامتحانات أو من التأكيد على النجاح لغاية في حد ذاته، أو من اعتبار النجاح الوسيلة الوحيدة، والممكنة لنقل الطالب من سنة دراسية إلى أخرى، وعندما يرتفع قلق الامتحان لدى الطلبة، فإن أدائه يتراجع، فيتفاقم إحساسه بقلق الامتحان ويظهر تأثير ذلك في انخفاض أداء الطالب في الامتحان، فقلق الامتحان يتداخل مع قدرة الطالب على استرجاعه للمعلومات بطريقة جيدة، وهو ما يعوق قدرته على الأداء، ويعد قلق الامتحان من المواقف الضاغطة التي تهدد الأنا أو تهدد بعض الخبرات الشخصية بالفشل، وقلق الامتحان سلاح ذو حدين، فهناك قلق امتحان يحفز الطالب على بذل الجهد والحصول على أعلى المعدلات، وهناك قلق امتحان عصبي يعوق أداء الطالب وقد يتسبب في فشله دراسياً، وتؤكد أدلة علمية كثيرة على أن ارتفاع قلق الامتحان يرتبط بالقلق العام وبالعجز عن التركيز في المذاكرة، وأن قلق الامتحان يرتبط بالاضطراب والانفعال، فقلق الامتحان يشل قدرة الطالب على بذل الاستعدادات اللازمة للأداء المناسب في الامتحان فالخوف يسبب اضطراباً للطالب، وهذا الاضطراب يصبح وسيلة تعيق الطالب،**(الأقصري، 2002، صـ32)**، وهذا ما أكدته نتائج دراسة الشوبكي (1991) التي أشارت إلى وجود فروق دالة معنوياً، ولصالح المجموعة التجريبية في تخفيض قلق الامتحان لدى الطالبات عند تطبيقها لبرنامج في الإرشاد المعرفي على قلق الامتحان لدى طالبات إحدى المدارس الثانوية في مدينة عُمان، ودراسة الأحرش (2002) التي توصلت إلى أن قلق الامتحان كان مرتفعاً لدى طلبة كلية الآداب الذين يتسمون بانخفاض مستوى التحصيل، وأنه لا توجد فروق بين طلبة كلية العلوم مرتفعي، ومنخفضي التحصيل الدراسي في مستوى قلق الامتحان، ولكن وجدت فروقاً لدى طلبة (الذكور) كلية الآداب في مستوى قلق الامتحان ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الدراسي المنخفض.

إن التحصيل الدراسي يلعب دوراً فعال في تكوين شخصية الطالب وقدراته المعرفية؛ لإن نجاحه في مختلف مراحل التعليم يتوقف على تحقيق التحصيل الدراسي الجيد، فالعوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي كثيرة منها قلق الامتحان الذي يعد نتيجة مباشرة لإمكانيات المتعلمين وقدراتهم ومستوى ذكائهم فحسب، فبزيادة القلق عند الطلبة يؤذي إلى انخفاض تحصيلهم الدراسي**(بن ضيف، وعوادي، 2019، صـ5)**، وبما أن التحصيل أحد الأهداف التربوية المهمة التي تسعى العملية التربوية إلى تحقيقها في كل المجتمعات فمن العلامات التي تدل على نجاح العملية التعليمية والتربوية هو تحقيق التحصيل الدراسي المرتفع للطلبة، وخفض الإهدار في التعليم الذي يعد من مظاهره ضعف مستويات التحصيل بين الطلاب

(كريم،2011، صـ5)

إن التحصيل الدراسي له دور كبير في العملية التعليمية، كما يعد هدف من الأهداف المقصودة التي تساعد في تطور قدرات الفرد والمجتمع، حيث يتوقف نجاح الطالب في دراسته وحصوله على الشهادة الدراسية التي يسعى إليها، ومن تم الحصول على العمل، وتحقيق ذاته، وتكيفه النفسي، وشعوره بالرضا عن نفسه، وبالسعادة الشخصية، كما يعد التحصيل الدراسي المرتفع بين الطلبة من أهم ما يشغل بال القائمين على شؤون التعليم، وأولياء أمور الطلبة، حيث تسخر كافة الوسائل والامكانيات للتعليم، بما في ذلك المناهج الدراسية، وأساليب التقييم، وطرق التدريس، وخدمات الاشراف التي توجه إلى المعلمين؛ لمساعدتهم على تحسين أدائهم، ورفع مستويات تحصيل طلابهم، **(عنيزة، 2005، صـ118)** وتكمن أهمية التحصيل الدراسي في العملية التعليمية كونه يعالج كمعيار لقياس مدى كفاءة العملية التعليمية ومدى كفاءتها في تنمية مختلف المواهب والقدرات المتوفرة في المجتمع، فبوصول الطالب لمستوى تحصيل جيد فإنه يبث في نفسه الثقة.

(مذقن، والاعور، 2014 ، صـ 19-20)

باعتبار التعليم العالي يحتل قمة التعليم، وقد تعيين خبرات الطلاب المتراكمة في مجالات الدراسة، والامتحانات كما يمثل طلبة الجامعة أهم الأطراف البشرية التي يتوقع أن تقوم بدور قيادي وتنموي في المجتمع مستقبلاً، مما سبق تستخلص الباحثة أن هناك قلق امتحان، وأن هذا القلق قد ينعكس سلباً على أداء الطالب في الامتحان، وقد استهدف البحث الحالي اختبار العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي.

2. مشكلة البحث:

لا شك أن القلق المرتبط بالامتحانات يُعد من المشكلات النفسية الشائعة بين الطلبة في مختلف المراحل التعليمية، وتزداد حدته في المراحل الجامعية؛ نظراً لما تحمله هذه المرحلة من تحديات أكاديمية وضغوط مستقبلية، وباعتبار الباحثة مرت بهذه المرحلة، وعاشت تفاصيلها، فقد لاحظت من خلال تفاعلها اليومي مع الطلبة داخل القاعات الدراسية ظهور مؤشرات واضحة عليهم تدل على ارتفاع مستويات القلق مع اقتراب موعد الامتحانات والمتمثلة في الاضطراب العام، وكثرة الاستفسار عن طبيعة أسئلة الامتحان وهو ما يؤثر سلباً على القدرة على التركيز، والأداء داخل قاعة الامتحان.

كما لاحظت الباحثة سلوك وتصرفات بعض أعضاء هيئة التدريس المتمثل في كثرة التوجيهات أثناء الامتحان قد يزيد من توتر الطلبة بدلاً من تهدئتهم إلى جانب الضغوط الأسرية ما يسهم في تعزيز شعور الخوف لديهم، مما يؤثر على تحصليهم

الدراسي، وهذا ما أكدته بعض الدراسات السابقة كدراسة الأحرش (2002)، ودراسة الزهراء (2019) التي أشارت نتائجها إلى أن ارتفاع درجة القلق كان أكثر شيوعاً بين الطلبة الذين يعانون من تدنٍ في مستوى التحصيل الدراسي، وأن العلاقة عكسية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى الطلبة.

وهذا ما دفع الباحثة لدراسة هذه المشكلة باعتبار الطلبة عنصر مهم من عناصر العملية التعليمية التي يجب الاهتمام بهم وتوفير المناخ المناسب لهم أثناء أداء الامتحانات. ومن هنا تحددت مشكلة البحث في الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى طلبة قسم علوم التربية بكلية الآداب.

ويمكن تحديد المشكلة في السؤال الآتي:

هل توجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة إحصائية 0.05 بين قلق الامتحان، والتحصيل الدراسي لدى الطالبات المسجلات بمادة التربية ومشكلا ت المجتمع بقسم علوم التربية بكلية الآداب جامعة مصراتة؟

3. هدف البحث: يهدف البحث إلى:

التعرف على قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الطالبات المسجلات بمادة التربية ومشكلا ت المجتمع بقسم علوم التربية بكلية الآداب - جامعة مصراتة.

4. أهمية البحث:

1. كونه أول بحث يدرس قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي بقسم علوم التربية بكلية الآداب/ جامعة مصراتة (في حدود علم الباحثة).
2. إن نتائج هذا البحث يمكن أن تفيد المعلمين بالمدارس في كيفية التقليل من القلق الذي يواجه الطلبة أثناء الدخول إلى الامتحانات.
3. يمكن أن يفيد في تقديم بعض التوصيات للتأكيد على دور المؤسسات التعليمية في مراعاة الجوانب النفسية والأكاديمية للطلبة من خلال الاهتمام بمشكلاتهم المرتبطة بالقلق الدراسي.
4. محاولة سد النقص في تلك الدراسات التي درست القلق كاضطراب نفسي ولم تدرس دوره في الامتحانات، وفي علاقته بمتغيرات أخرى كالتحصيل الدراسي.
5. يمكن أن تفيد نتائج البحث المرشدين وأعضاء هيئة التدريس في التعرف على الفئات الأكثر عرضه للقلق، وتقديم الدعم المناسب لهم؛ مما يسهم في تحسين جودة التعليم والأداء الأكاديمي لدى الطلبة.

5- حدود البحث: تحدد البحث فيما يلي:

- **الحدود الموضوعية:** اقتصر البحث على معرفة قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الطالبات المسجلات بمادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية.
- **الحدود البشرية:** تم إجراء البحث على جميع الطالبات المسجلات في مادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية.
- **الحدود المكانية:** تم إجراء البحث في قسم علوم التربية بكلية الآداب – جامعة مصراتة.
- **الحدود الزمانية:** تم إجراء البحث في الفصل الدراسي خريف 2022 - 2023.

6. مصطلحات ومفاهيم البحث:

1- القلق: "حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد للتكيف".

(ضو، 2023، صـ556)

2- قلق الامتحان: " عبارة عن شكل خاص من القلق العام يعيشه الطالب في وضعية الامتحان ويتصف بأنه حالة انفعالية تجاه الضغوط الناتجة عن مواقف التقويم **". (سايحي، 2012، صـ 77)**

التعريف الإجرائي لقلق الامتحان: بأنه حالة من التوتر يشعر بها الطالب في الامتحان وذلك بحدوث دقات قلب سريعة، وألم في المعدة، والصداع، بسبب توقع الفشل والخوف من الرسوب وتغيير الطالب من مكانه، وكثرة حركة المعلم في قاعة الامتحان ووقوفه بجنب الطالب.

3- التحصيل الدراسي:" الإنجاز التحصيلي للطالب في مادة دراسية أو مجموعة من المواد الدراسية مقدراً بالدرجات طبقاً للامتحانات التي تجريها المؤسسة آخر العام أو نهاية فصل دراسي". **(شكروا 2020، صـ107)**

التعريف الإجرائي للتحصيل الدراسي: هو مقدار ما يتحصل عليه الطلبة المسجلين في مقرر تربية ومشكلات المجتمع من درجات بناءً على أسئلة سيتم إجرائها في نهاية الفصل الدراسي خريف 2022- 2023 لقياس التحصيل الدراسي.

4- الطالب الجامعي:

هو الفرد الذي أنهى تعليمه المتوسط وتم قبوله في كليات جامعية حسب تحصيله العلمي، ويكون ملتزماً بحضور المحاضرات، ويمنح له صفة نظامي ورقم قيد، ويترتب عليه مجموعة من الواجبات والحقوق حسب قوانين الجامعية والذي طبقت عليه أداة البحث العلمي.

الإطار النظري

يتناول هذا الجزء عرضاً للإطار النظري للبحث وفقاً لمحورين رئيسين المحور الأول: قلق الامتحان والمحور الثاني: التحصيل الدراسي وفيما يلي توضيح لهذين المحورين.

المحور الأول: قلق الامتحان

مفهوم قلق الامتحان: هو "حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث في المستقبل، وهي من خصائص مختلف الاضطرابات النفسية".

تصنيفات قلق الامتحان: لقد توصل الباحثون والعلماء إلى أن قلق الامتحان عبارة عن مستويات فهناك مستوى على التحصيل (ميسر)، وهناك مستوى معيق للتحصيل (معسر):

1. **قلق الامتحان الميسر**: هو قلق الامتحان المعتدل، ذو التأثير الإيجابي المساعد، يدفع بالمتعلم إلى الدراسة والاستذكار، والتحصيل المرتفع حيث ينشطه ويدفعه إلى الاستعداد للامتحان، وحسب وجهة نظر حينا ارميندارير (1991) فإن قلق الامتحان المعتدل مع القدرة على التحكم في الانفعالات السالبة يؤديان إلى النجاح في الامتحان.

2. **قلق الامتحان المعسر:** وهو قلق الامتحان المرتفع ذو التأثير السلبي المعيق، حيث تتوتر الأعصاب في حالة الخوف والانزعاج والرهبة، وينتج عنه استجابات غير مناسبة للموقف؛ مما يؤدي إلى إعاقة المتعلم في التذكر والفهم ويربكه ويعسر أداءه في الامتحان. **(بن عربية، وحابس، 2017، صـ20)**

أعراض قلق الامتحان:

يستثير موقف الامتحان مشاعر وأحاسيس تتميز بأنها فردية ذاتية أي أن مشاعر أي طالب وأحاسيسه تختلف عن مشاعر أي طالب آخر، وتكون المشاعر والأحاسيس التي تستثار بموقف الامتحان أو موقف مشابهة على شكل أعراض جسمية فسيولوجية، وأخرى نفسية.

أ. الأعراض الجسمية الفسيولوجية:

وتتمثل في زيادة سرعة دقات القلب، وتسبب العرق، والشعور بالغثيان والصداع، وفقدان الشهية، وارتجاف اليد التي يكتب بها الطالب أثناء إجراء الامتحان، وعدم القدرة على النوم العميق في الليلة التي تسبق الامتحان، وتوتر العضلات والأزمات العصبية الحركية ومنها فتل الشعر وتقطب الجبهة ورمش العينين، وعض الشفاه، وقضم الأظافر، وهز القدم والتنهد والتثاؤب.

ب. الأعراض النفسية:

وتتمثل في الشعور بالضيق من الامتحان، وانتظار نتيجة الامتحان بتخوف والشعور أيضاً بالتقليل من الذات والإحساس الدائم بتوقع الهزيمة والعجز والاكتئاب، وعدم القدرة على تركيز الانتباه وضعف التركيز، وشرود الذهن والخوف الذي يصل إلى درجة الفزع، وضعف القدرة على العمل والإنتاج والإنجاز، والشعور بنسيان المعلومات.

مكونات قلق الامتحان:

1. المكون المعرفي: يتمثل في التأثيرات السلبية لهذه المشاعر على مقدرة الشخص على الادراك السليم للموقف والتفكير الموضوعي، والانتباه والتركيز والتذكر وحل المشكلة فيستغرقه الانشغال بالذات، والشك في مقدرته على الأداء الجيد، والشعور بالعجز، وعدم الكفاءة والتفكير في عواقب الفشل والخيبة من فقدان التقدير. **(صالح، وعلي،2009، صـ113)**

2. المكون الفسيولوجي: يتمثل المكون الفسيولوجي في الأعراض الجسمية والتغيرات الفسيولوجية التي تظهر على المتعلم أثناء تأدية الامتحان أو قبل الامتحان، أي في أوقات المراجعة والاستذكار وما يصاحب ذلك من مظاهر ناتجة عن القلق.

3. المكون السلوكي: يتمثل في انخفاض مستوى مهارات الاستذكار متمثلاً في عدم الاستغلال الجيد لوقت الدراسة، وقصور في تدوين الملاحظات وإدارة الوقت، والاستعداد الجيد للامتحان، وكذلك نقص أداء مهارات الامتحان.

4. المكون الانفعالي: حيث يشعر الفرد بالضيق والتوتر والهلع أثناء الإختبارات، وبالإضافة إلى مصاحبات فسيولوجية، وهذا يُمثل حالة القلق ويتمثل في مشاعر الخوف والتوتر والانزعاج، فيشير المكون الانفعالي إلى الحالة الوجدانية والنفسية المصاحبة والناتجة عن الأثار التلقائية والتي هي عبارة عن الإحساس بالتوتر والضيق التي يشعر بها الفرد في موقف التقويم. **(الضباطي، وآخرون، 2010، صـ 16، 17)**

المراحل التي يمر بها المتعلم المقبل على اجتياز الامتحان والموصلة للقلق: ومن هذه المراحل ما يلي:

1.مرحلة التحدي: يتغلب الفشل على المتعلم غير أنه يحتفظ بالثقة في قدرته على مواجهة الوضعية.

- المرحلة الأولى للتهديد: تظهر هذه المرحلة عندما يدرك المتعلم أن المهمة المطلوبة منه صعبة جداً، فيشعر بالتوتر والقلق لكنه يُبقى الثقة في نفسه ويواصل نشاطه.

- المرحلة الثانية للتهديد: إزاء القلق الذي يشعر به المتعلم يجعله لا يتأكد من قدرته على مواصلة النشاط، فيبدأ يشك في امكانياته وأدائه، وبالتالي يكون تفكيره محصوراً في الفشل والتخوف منه، وهذا التفكير يرهقه ويوصله إلى العجز، وتظهر بعض الاضطرابات الانفعالية والفسيولوجية.

2. مرحلة فقدان التحكم: يشعر المتعلم بعدم القدرة على التحكم في الوضع، وبالتالي يوقف جهده ولا يواصل النشاط المطلوب منه، الأمر الذي يجعل الفشل يظهر.

سمات ذوي قلق الامتحان المرتفع: يمكن اختصارها في الاتي:

- منزعجون حول أدائهم ويفكرون في أداء الاخرين.
- يفكرون في البدائل التي يمكن اللجوء إليها في حالة فشلهم في الاختبار.
- ينتابهم بشكل متكرر مشاعر العجز وعدم الكفاية.
- يتوقعون العقاب وفقدان الاحترام والتقدير.
- ينتابهم ردود فعل واضطرابات فسيولوجية مختلفة. **(سايحي،2010، صـ76)**

العوامل المساعدة على ظهور أعراض قلق الامتحان:

1. الشخصية القلقة: هذه الشخصية عرضة لقلق الامتحان أكثر من غيرها؛ لأنها تحمل سمة القلق، فمن المرجح أن يزيد قلق الامتحان لديهم كموقف أكثر من غيره.
2. عدم استعداد الطالب للامتحان يأتي من عدم الاستذكار الجيد، وعدم التهيؤ النفسي، وعدم تهيئة الظروف البيئة والمنزلية.
3. الأفكار والتصورات الخاطئة عن الامتحان وما يترتب عليها من نتائج.
4. طريقة الامتحانات وإجراءاتها ونظمها، وربطها بأساليب تبعث على الرهبة والخوف.
5. تعزيز الخوف من الامتحانات من قبل الأسرة وفق أساليب التنشئة التقليدية التي تستخدم العقاب مما يؤدي إلى خوف الطالب من النتائج السيئة.
6. أهمية التفوق الدراسي للطلاب، وخاصة لذوي الحساسية منهم بالإضافة إلى ضغط الأسرة الزائد على الطالب لتحقيقه ذلك.
7. ما يبثه بعض المعلمين من خوف في نفوس الطلبة من الامتحانات واستخدامها كوسيلة للعقاب في بعض الأحيان.
8. مواقف التقييم ذاتها فالإنسان إذا شعر أنه موضع تقييم واختبار فإن مستوى القلق سيرتفع لديه.
9. التعلم الاجتماعي من الآخرين، حيث إن الطالب قد يكتسب سلوك قلق الامتحان، تقليداً ومحاكاة لنموذج القلقين من الطلبة خاصة المتوترين منهم. **(الداهري، 2005، صـ 207)**

النظريات المفسرة لقلق الامتحان: ستقوم الباحثة بعرض بعض النظريات المفسرة لقلق الامتحان والمتمثلة في:

1/ النظرية المعرفية: حسب هذه النظرية الجانب المعرفي هو المسؤول عن نقص الأداء عند الطلبة القلقين في وضعية التقويم، وبالرغم من أن الجانب الانفعالي يظهر عند الطلبة القلقين يكون أقوى وأشد مما هي عليه عند الطلبة غير القلقين، ويندرج ضمن النظرية المعرفية ما يلي:

أ. **النظرية الانتباهية:** إن الطلبة القلقين يقضون قسطاً كبيراً من وقت الامتحان في التركيز على مثيرات ليست لها علاقة بالمهمة المطلوب لإنجازها (الامتحان) فهؤلاء الطلبة يقضون معظم وقت الامتحان في طرح أفكار نقد ذاته، الايمان بفرص ظليلة النجاح في الامتحان، فانتباه الطالب مقسم بين الأفكار التقليدية والمهمة الواجب تأديتها والتي في الحقيقة تتطلب كل الانتباه والتركيز، حيث تم تقديم النظرية المعرفية (الانتباهية) لقلق الامتحان في ثلاث محاور أساسية:

- الوصف الذاتي السلبي.
- تقليص الانتباه.
- ارتباط الانزعاج بالمهمة.

ب. **النظرية مشنيوم وبولتز**: ترى هذه النظرية أن الطلبة القلقين يختلفون عن غيرهم من الطلبة غير القلقين في حديثهم الداخلي، سلوكهم، ردود أفعالهم، وكل الجانب المعرفي لهؤلاء مختلف عن غيرهم، والطالب القلق يختلف عن غيره في طريقة المذاكرة والمراجعة وفي طريقة الإجابة عن أسئلة الامتحان. **(كاملية، وأسماء، 2021، صـ 31)**

2. نظرية تجهيز المعلومات: يعود قصور الطلبة ذوي القلق العالي للامتحان حسب بنجامين وزملائه (1981) إلى مشكلات في تعلم المعلومات أو تنظميها أو مراجعتها قبل الامتحان أو استدعائها في موقف الامتحان ذاته، أي أنهم يُرجعون الانخفاض في التحصيل عند الطلبة ذوي القلق العالي في موقف الامتحان إلى قصور في عمليات التشفير أو الترميز أو تنظيم المعلومات واستدعائها في موقف الامتحان وبهذا فإن مستوى قلق الطلبة في الامتحان يختلف باختلاف استراتيجيات الترميز المستخدمة لديهم. **(سايحي، 2021، صـ 85)**

3. النظرية الانفعالية: قلق الامتحان لا يختلف عن الأشكال الأخرى للقلق والفوبيا؛ لأن موضوع الخوف واضح، فقلق الامتحان يظهر كرد فعل انفعالي أقل شدة من الخوف، وبالنسبة للنظرية الانفعالية قلق الامتحان سببه نشاط كبير في الجهاز العصبي، فرد فعل الجسم وظهور بعض الأعراض هي نتاج النشاط الفيزيولوجي الذي يعتبر كمسبب للأخطاء المعرفية.

كيفية علاج قلق الامتحان: يمكن علاج قلق الامتحان في الاتي:

1. التركيز على المادة التي يتم دراستها من قبل المتعلم عن طريق طرح أسئلة من المنهج الدراسي ودفتر المحاضرات.
2. التركيز على الأفكار الرئيسية والأمثلة الواردة في المنهج الدراسي.
3. استعمال فنون الاسترخاء.
4. العمل على وضع مخططات وأفكار رئيسية، الأمر الذي ينظم المعلومات لدى الطلبة.
5. توفير أخصائي نفسي وتربوي واجتماعي في المدارس للعناية بالإرشاد والتوجيه.
6. محاولة الاستماع لهم، وتحسين علاقاتهم بالأسرة والمجتمع.

المحور الثاني: التحصيل الدراسي

مفهوم التحصيل الدراسي هو مقدار أو كمية المعرفة المستوعبة خلال برنامج دراسي أو التقييم الكمي للنشاط المبذول من طرف المتعلم سواءً كان هذا النشاط عقلي أو بدني. **(كاملية، وأسماء، 2021، صـ 33)**

شروط الحصول على تحصيل دراسي جيد: ومن شروطه ما يلي:

1/ الذكاء: إن عامل الذكاء شرطاً أساسياً في عملية التحصيل الدراسي، فقد أثبتت العديد من الدراسات العلاقات الارتباطية الموجبة بين الذكاء والتحصيل الدراسي حيث يلعب دوراً مهماً في عملية التفوق في التحصيل الدراسي.

2/ الدافع: أكدت العديد من الدراسات والأبحاث العلاقة الطردية بين الدافعية والتحصيل الدراسي، كما أكدت على أهمية الدافعية في ارتفاع مستوى التحصيل الدراسي لدى الطلبة.

3/ التكرار: إن للتكرار فوائد عديدة في ترسيخ وحفظ المادة العلمية؛ مما يؤدي إلى تحسين الأداء، واتقان المادة العلمية.

4/ الارشاد والتوجيه: إن التعليم القائم على أساس الارشاد والتوجيه يعمل على رفع المستوى التحصيلي للطلبة ومن خلال الارشاد والتوجيه يتعلم الطلبة الأساليب الصحيحة منذ البداية.

5/ النشاط الذاتي: إن النشاط الذاتي يجعل المتعلم فعالاً في عملية البحث والاطلاع، واكتشاف الحقائق العلمية بنفسه، ويساعد في ترسيخ المعلومات وابتكارها، وزيادة الثقة بالنفس، والقدرة على التحليل والمناقشة والنقد البناء.

(عبد الرحمن، والشعراوي، ب. ت، صـ44،43)

أنواع التحصيل الدراسي: يختلف التحصيل الدراسي من طالب لأخر، حسب اختلاف قدراتهم العقلية والادراكية لميولهم النفسية والاجتماعية، ويمكن تحديد أنواعه كالتالي:

1/ التحصيل الجيد: هو سلوك يعبر عن تجاوز الأداء التحصيلي للفرد للمستوى المستطاع في ضوء قدراته واستعداداته الخاصة، أي الفرد المفرط في التحصيل يستطيع أن يحقق مستويات تحصيلية ومتوسطات أداء أقرانهم من نفس العمر العقلي، ويتجاوزهم بشكل غير متوقع.

2/ التحصيل الدراسي الضعيف: هو حالة من حالات عدم التكيف المدرسي وبمفهوم أدق هو عدم القدرة على استيعاب المعلومات التي تقدم للمتعلمين وذلك لأسباب ذاتية واجتماعية واقتصادية تؤثر على قدرات المتعلمين وتجعلهم غير قادرين على استيعاب البرامج التعليمية المقدمة لهم مما يضطر لإعادة السنة أو الانقطاع النهائي على الدراسة.

3/ التحصيل الدراسي المتوسط: حيث يقع بين التحصيل الدراسي المتدني أو الضعيف وبين التحصيل الجيد أي أن المتعلم قد يحقق 50% من الأهداف التي خططها له المعلم، ويمكن للمتعلم أن يلتزم بالمستوى الجيد إن وجد اهتماماً من قبل المعلم في المؤسسة التعليمية. **(كاملية، وأسماء، 2021، صـ 40،41)**

أهداف التحصيل الدراسي: إن التحصيل الدراسي يهدف إلى:

1. الحصول على معلومات وصفية تبين مدى ما تحصل عليه المتعلم من خبرة معينة بطريقة مباشرة.
2. معرفة مستوى المعلم التعليمي، وذلك بمعرفة مركزه بالنسبة لمعايير لها صفة العمومية، أي بالنسبة للتلاميذ في فرقته، أو في مثل سنة.
3. الحصول على معلومات عن ترتيب المتعلم في التحصيل في خبرة معينة، ومركزه بالنسبة لمجموعته.
4. الحصول على معلومات عن نموه في فترة معينة حتى يستطيع أن يستنتج ما إذا كان هذا النمو طبيعياً مستمراً، أو نمواً وقتياً متقطعاً.
5. التوصل إلى معلومات تساعده في عمل صورة نفسية لقدرات المتعلم العقلية والمعرفية.

(البريك، 2004، صـ 47-48)

أهمية التحصيل الدراسي: يمكن تحديد أهمية التحصيل الدراسي في النقاط التالية:

1. يعمل على تحقيق التقدم حيث أن الاجتماعات تتقدم بناءً على التطلعات المختلفة، والتقدم يحدث مما توفره لها مخرجات التعلم.

2. يعتبر التحصيل الدراسي من النشاطات العقلية المهمة التي يقوم بها المتعلم الذي يظهر من خلالها مدى التفوق الدراسي.

3. يساعد في قياس مدى الاستفادة التي يحصل عليها المتعلم ومعرفة مستواه.

4. يساعد الطلبة على معرفة نقاط القوة والضعف لديهم.
5. يجعل المتعلم يبحث عن ذاته وقدراته. **(كاملية، وأسماء، 2021، صـ44)**
فوائد قياس التحصيل الدراسي: هناك مجموعة من الفوائد لقياس التحصيل الدراسي يمكن تحديدها فيما يلي:
أولاً: بالنسبة للمتعلم:
1.يُمكن المتعلم من معرفة مستواه التعليمي، ومعرفة المواد التي تحتاج إلى اهتمام ودراسة أكثر.
2. يساعد على معرفة المتعلم معوقات تحصيله وعيوب طريقته في المذاكرة.
3. يساعد على معرفة نواحي القوة والضعف عند كل متعلم.
4. يشجع على المذاكرة والتدريب على التعبير عن الأفكار.
ثانياً: بالنسبة للمعلم:
1.تقويم التحصيل يساعده على معرفة مدى استفادة المتعلمين منه.
2. قد يجعل المعلم يعدل طريقة تدريسه، عندما تكون نتائج طلابه دون مستوى طلاب المعلمين الاخرين.
3. يساعد على اكتشاف الفجوات التحصيلية ومعالجتها.
4. يُمكن المعلم من اكتشاف ما لدى المتعلمين من قدرات ورعايتها والاهتمام بالمتفوقين.
ثالثاً: بالنسبة للأسرة:
1. يساعد على معرفة مستوى الأبناء.
2. يحفز الأسرة على تهيئة الجو المدرسي المناسب.
3. تعتبر فرصة أمام الأسرة لنقد طريقة التدريس التي يتبعها المعلم.
رابعاً: بالنسبة إلى المدرسة:
1.بيان نقاط القوة والضعف في المناهج.
2. تستعين به بعض المؤسسات في توجيه الطلبة في نواحي التخصص التي يتميز تحصيليهم فيها.
(كريم، 2011، صـ 48،49)
العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي: هناك كثير من العوامل التي يمكن أن تؤثر في عملية التحصيل المدرسي لدى التلاميذ بعضها يرتبط بالفرد نفسه، وبعضها يتعلق بالعملية التعليمية، وبعضها الآخر خاص بالبيئة التي يعيش فيها الفرد، ومن هذه العوامل ما يلي:
أولاً: الأسباب الذاتية المتعلقة بالطالب منها:
1. الأسباب الجسمية والصحية.
2. الأسباب العقلية.
3. خبرات الفشل السابقة.
4. الأسباب النفسية الانفعالية.
ثانياً: عوامل أسرية: ومن هذه العوامل ما يلي:
أ- الأسرة ودورها في التربية.
ب- اتجاهات الوالدين نحو تحصيل الأبناء.
ثالثاً: أسباب بيئية مدرسية: من أهم هذه المتغيرات ما يلي:
1. ضعف المعلم.
2. المنهج الدراسي.
3. الجو المدرسي.
4. أسلوب الامتحان. **(الفقيه، 2006، صـ61)**
النظريات المفسرة للتحصيل الدراسي: هناك عدة نظريات مفسرة للتفوق المدرسي والتحصيل الدراسي عامة منها ما يلي:
1.النظرية الوراثية:
إن للوراثة أثر في تحديد مستوى القدرات العقلية للفرد ويعتمد أصحاب هذه النظرية على دراسة العلاقات القائمة بين التوائم المتناظرة والتوائم غير المتناظرة والاسقاط وغير ذلك من الاحتمالات المختلفة للقرابة ومدى اقترابه أو ابتعاده عن الخصائص الوراثية للأفراد.
2. النظرية البيئية:
تقوم على أساس التعرقل في التحصيل الدراسي يتأثر بالبيئة أكثر من الوراثة بمعنى هذه العوامل يمكنها أن تساعد على التفوق.

3. النظرية التكاملية:

تفسر هذه النظرية التفوق الدراسي كما يلي:

- أن ظاهرة التفوق الدراسي تخضع لبعض العمليات والأنشطة الفيزيولوجية.
- يحتاج المتفوق في التحصيل الدراسي إلى قدر من الذكاء والدافعية.
- توفير البيئة المناسبة سواءً الأسرية أو المدرسية.
- الاستعانة بالمقاييس النسبية والأساليب الإحصائية في إيجاد الفروق الفردية في التفوق بالتحصيل الدراسي.

(كاملية، وأسماء، 2021، صـ 48،49)

ومن خلال ما سبق تستخلص الباحثة بعض الطرق التي يمكن أن تسهم في علاج ضعف التحصيل الدراسي:

1. ضرورة التركيز على المهارات الأساسية أثناء المذاكرة من حيث تحديد الأفكار الرئيسة وعمل مخططات تساعد على سهولة تذكر المعلومات.
2. ضرورة تعليم الطلبة على كيفية تنظيم الوقت وإدارته بشكل جيد.
3. التأكيد للطلبة بضرورة التواصل مع أعضاء هيئة التدريس لمناقشتهم في أي صعوبة تواجههم أثناء المذاكرة.
4. التركيز على النوم الكافي والتغذية السليمة خصوصاً أثناء فترة الامتحانات.
5. توفير مناخ وبيئة تعليمية مناسبة أثناء المذاكرة؛ حتى لا يتشتت انتباه الطلبة.
6. أن يحرص الطلبة على مراجعة المحاضرات أول بأول؛ حتى لا تتراكم عليهم ويصعب دراستها في وقت ضيق عند تحديد موعد الامتحان.

الدراسات السابقة

سوف تعرض الباحثة الدراسات المتعلقة بقلق الامتحان، والدراسات المتعلقة بالتحصيل الدراسي، تم سيتم التعقيب على الدراسات السابقة، وتحديد موضوع البحث الحالي منها، وتحديد أوجه الاستفادة منها، وفيما يلي عرض ذلك تفصيلا:

أولاً: الدراسات التي تناولت قلق الامتحان:

1. دراسة الأحرش (2002) بعنوان:

"قلق الامتحان وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة السابع من أبريل"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان وعلاقته ببعض المتغيرات (الجنس والتخصص) لدى طلبة كليتي الآداب والعلوم، وتكونت عينة الدراسة من (140) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استخدام مقياس "سبيلرجلر" Spielberg الذي أعدته الباحثة ليلى موسى، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (ت)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن قلق الامتحان مرتفع لدى طلبة كلية الآداب الذين يتسمون بانخفاض مستوى التحصيل، أي وجود فروق في مستوى قلق الامتحان بين الطلبة (الذكور) كلية الآداب لصالح الطلبة الذكور ذوى التحصيل الدراسي المنخفض، وعدم وجود فروق بين طلبة كلية العلوم ذوي التحصيل الدراسي المنخفض والمرتفع في مستوى قلق الامتحان.

2- دراسة الزيود، (2002) بعنوان:

" فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتخفيض قلق الامتحان لدى عينة من طلبة الصف الأول الثانوي" تكونت عينة الدراسة من (120) طالب من طلاب الصف الأول الثانوي (الأدبي-العلمي) وتم اختيار (30) طالب منهم للدراسة، وهم يمثلون النسبة الأعلى؛ لحصولهم على أعلى الدرجات في مقياس قلق الامتحان، وتم توزيع أفراد عينة الدراسة عشوائياً على مجموعتين، أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، حيث بلغ عدد أفراد كل واحدة منها (15) طالب، وتم استخدام مقياس قلق الامتحان كأداة للدراسة، واستخدمت المنهج التجريبي الملائم لأهداف الدراسة، حيث استخدمت الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، ومعامل ارتباط سبيرمان تحليل التباين، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج منها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلاب المجموعتين (الضابطة والتجريبية) ولصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج خفض قلق الامتحان، أي فعالية البرنامج الارشادي في تخفيض قلق الامتحان ؛ مما يشير إلى أهمية البرامج الارشادية في مساعدة الطلبة على التعامل مع قلق الامتحان.

3- دراسة الزهراء (2019) بعنوان:

" علاقة قلق الامتحان بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي بمدينة مستغانم" هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة - الأولى ثانوي بمدينة مستغانم للسنة الدراسية (2014-2015)، تكونت عينة الدراسة من (60) تلميذاً وتلميذة، ولتحقيق أهداف الدراسة فقد استخدمت الباحثة مقياس قلق الامتحان المعد من قبل الباحث بشير معمريه، وتم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لأهداف الدراسة، حيث تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كوسيلة إحصائية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: هناك علاقة عكسية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي، ووجود فرق دال إحصائيا في قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي يعزى

لمتغير الجنس ولصالح الإناث، كما يوجد فرق دال إحصائيا في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

ثانياً: الدراسات التي تناولت التحصيل الدراسي:

1. دراسة الحجازين، (2002) بعنوان: "تحري شكل العلاقة بين القلق ودافعية الإنجاز، والتحصيل لدى طلبة الصف الأول الثانوي في مدارس لواء القصر "، هدفت الدراسة إلى استقصاء طبيعة العلاقة بين القلق بنوعيه (السمة والحالة) ودافعية الإنجاز من جهة، والتحصيل الدراسي لطلبة الصف الأول الثانوي من جهة أخرى، وتكونت عينة الدراسة من (450) طالباً وطالبة من مديرية التربية والتعليم في لواء القصر، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام الباحث الأدوات التالية:

- مقياس القلق بنوعية (السمة، والحالة)
- مقياس الدافعية للإنجاز للأطفال والراشدين.
- بيانات التحصيل الدراسي التي تم الحصول عليها من مديرية التربية والتعليم.

واعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الأساليب الإحصائية التالية: معاملات الارتباط، وتحليل الانحدار المتعدد المتدرج، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها: إن العلاقة بين القلق (بنوعيه: السمة والحالة) والتحصيل الدراسي تتخذ شكلاً منحياً U حيث ترتفع مستويات التحصيل مع زيادة القلق إلى حد معين، ثم تبدأ بالانخفاض مع المزيد من الارتفاع في القلق، ووجود علاقة شبه خطية بين دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي، بحيث يرتفع مستوى التحصيل كلما ارتفعت دافعية الإنجاز، كما أن قلق الحالة يفسر نسبة من التباين في التحصيل الدراسي، وكانت هذه النسبة أكبر لدى طلبة الفرع العلمي مقارنة بغيرهم، وأن العلاقة بين قلق الحالة والتحصيل الدراسي تبدأ بطابع طردي؛ حيث يزداد التحصيل مع زيادة القلق إلى مستوى معين" منتصف المنحنى" تم تتحول العلاقة إلى عكسية أي أن التحصيل ينخفض كلما زاد القلق بعد هذا الحد، كما أظهرت النتائج أن العلاقة بين قلق الحالة ودافعية الإنجاز تتبع النط الطردي ثم تنعكس بعد حد معين لتصبح علاقة سالبة بحيث تبدأ دافعية الإنجاز بالانخفاض مع ارتفاع مستويات القلق، ووجود علاقة طردية مستقرة بين دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي.

2. دراسة هواش، (2004) بعنوان:

" العلاقة بين دافعية الإنجاز وقلق الامتحان وأثرها في التحصيل في مادة اللغة الإنجليزية لدي طلبة المرحلة الأساسية والثانوية في محافظة المفرق" حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين دافعية التحصيل وقلق الامتحان وتأثيرهما على تحصيل اللغة الإنجليزية لدى طلبة المرحلتين الأساسية والثانوية في محافظة المفرق، وتكونت عينة الدراسة من (180) طالبًا وطالبة، منهم (99) طالب و(81) طالبة، تم اختيارهم من مدرستين من نفس البيئة الجغرافية، وتم استخدام المنهج الوصفي، واعتمد الباحث لجمع البيانات على الأدوات التالية: الاختبار التحصيلي، ومقياس قلق الامتحان، ومقياس دافعية الإنجاز، وتم استخدام الوسائل الإحصائية التالية: الانحرافات المعيارية، وتحليل التباين الثلاثي، وتحليل التباين أحادي الاتجاه، وكشفت النتائج أن تحصيل الطلاب في اللغة الإنجليزية يختلف بناءً على مستويات تحفيزهم، ولا يمكن أن يعزى ذلك فقط إلى القلق من الامتحان أو المستوى الأكاديمي أو التفاعل بينهم، إضافة إلى ذلك لم يختلف دافعية التحصيل لدى الطلاب بناءً على مستوياتهم الأكاديمية، في حين اختلف القلق من الامتحان بين المستويات الأكاديمية المختلفة، لصالح طلبة الصف التاسع من مرحلة التعليم الأساسي.

3. دراسة الشيخي، (2006) بعنوان:

" التحصيل الدراسي وعلاقته بمستويات قلق الامتحان والدافعية للإنجاز "وهدفت الدراسة إلى التعرف إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التحصيل الدراسي من جهة وقلق الامتحان ودافعية الإنجاز من جهة اخرى لدى طلبة جامعة قاريونس ممن يتمتعون بمستوى مرتفع من دافعية الانجاز، وتكونت عينة الدراسة من (257) طالباً وطالبة من كلية الآداب، والقانون، والعلوم والصيدلة بمدينة بنغازي موزعين على النحو التالي: (209) إناث و(48) ذكور، واستخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس قلق الامتحان المعد من قبل "سبيلرجلر" والمعرب من قبل محمد الطيب، ومقياس دافعية الإنجاز من إعداد وتعريب فاروق موسى، ودرجات التحصيل الدراسي تم قياسها بنتائج نهاية العام الدراسي، وتم استخدام المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لتحليل طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة ولتحليل البيانات تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، ومعامل سبيرمان، ومعادلة ألفا كرونباح لحساب الثبات، والمتوسطات الحسابية، والإنحرافات المعيارية واختبار (ت)، وقد توصلت الباحثة إلى مجموعة من النتائج أهمها ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية ضعيفة جداً سالبة غير دالة إحصائياً ما بين التحصيل الدراسي، وقلق الامتحان عند مستوى الدافعية للإنجاز المرتفعة.
- وجود علاقة ارتباطية ضعيفة جداً موجبة وغير دالة إحصائياً ما بين التحصيل الدراسي، والدافعية للإنجاز عند مستوى قلق الامتحان المرتفع.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة وغير دالة إحصائية بين التحصيل الدراسي، والدافعية للإنجاز عند مستوى قلق الامتحان المنخفض.
- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين قلق الامتحان، والدافعية للإنجاز عند الإناث.
- عدم وجو فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في قلق الامتحان.
- عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الدافعية للإنجاز.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال إطلاع الباحثة على الدراسات التي تناولت موضوع قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي، فوجدت عدداً من الدراسات السابقة التي تناولت قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي.

أولاً: من حيث مكان إجراء الدراسة:

لقد اختلفت الدراسات من حيث مكان إجرائها، حيث أجرى بعض منها في الأردن كدراسة الزيود (2002)، ودراسة الحجازين (2002)، أما دراسة هواش (2004) فقد أجريت في البحرين، أما دراسة الزهراء (2019) فقد أجريت في الجزائر، وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة الأحرش (2002)، ودراسة الشيخي (2006) التي أجريت في ليبيا.

ثانياً: من حيث الأهداف:

لقد تشابهت أغلب الدراسات السابقة في أهدافها مع البحث الحالي، حيث أنها تسعى إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق الامتحان، والتحصيل الدراسي مع إضافة بعض الدراسات متغير دافعية الإنجاز.

ثالثاً: من حيث المرحلة المستهدفة:

أجريت بعض الدراسات على طلبة المرحلة الثانوية كدراسة الزيود (2002)، ودراسة الزهراء (2019)، ودراسة الحجازين (2002)، وأخيراً دراسة هواش (2004) التي أجريت على مرحلة التعليم الثانوي والإعدادي، وأجريت البعض منها على المرحلة الجامعية كدراسة الأحرش (2002)، ودراسة الشيخي (2006)، أما الدراسة الحالية اتفقت مع الدراسات التي أجريت على المرحلة الجامعية.

رابعاً: من حيث المنهج المستخدم:

يتفق البحث الحالي مع أغلب الدراسات السابقة باستخدامها المنهج الوصفي، ماعدا دراسة الزيود (2002) فقد اتبعت المنهج التجريبي.

خامساً: من حيث النتائج:

اختلفت نتائج الدراسات السابقة باختلاف الأهداف التي تسعى إلى دراستها حيث توصلت دراسة الزيود (2002) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلاب المجموعتين (الضابطة والتجريبية)، ولصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج خفض قلق الامتحان، كذلك دراسة الحجازين (2002) حيث توصلت إلى أن العلاقة بين قلق الحالة والتحصيل يكونان في البداية طردية حيث يزداد التحصيل مع زيادة قلق الحالة إلى حد المنتصف، ثم تصبح عكسية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الزهراء(2019) في أحد نتائجها وهي وجود علاقة عكسية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي، أما دراسة الأحرش (2002) التي توصلت إلى أن قلق الامتحان جاء لصالح طلبة الجامعة الذين يتسمون بانخفاض مستوى التحصيل، واتفقت دراسة هواش مع دراسة الشيخي (2006) في بعض النتائج من حيث وجود علاقة ارتباطية ضعيفة جداً سالبة غير دالة إحصائياً ما بين التحصيل الدراسي وقلق الامتحان عند مستوى الدافعية للإنجاز باختلاف مستوياتهم الصفية، كما اختلفت بعض النتائج بين دراسة الشيخي(2006) ودراسة الزهراء (2019) حيث توصلت دراسة الشيخي (2006) إلى عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في قلق الامتحان ، أما دراسة الزهراء (2019) توصلت إلى وجود فرق دال إحصائياً في قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

وقد استفادت الباحثة من الاطلاع على الدراسات السابقة فيما يلي:

1. تحديد مشكلة البحث.
2. صياغة هدف البحث.
3. توضيح أهمية البحث.
4. تعريف بعض مصطلحات البحث.
5. تحديد عينة البحث.
6. تحديد واختيار أفضل الأساليب الإحصائية المستخدمة.
7. الاستفادة منها في كيفية تفسير النتائج.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لطبيعة البحث الحالي، والذي يعد من أكثر المناهج شيوعاً وانتشاراً نظراً لما يتميز به من التوصل إلى الحقائق الدقيقة، والظروف القائمة، ويعرف المنهج الوصفي بأنه "المنهج الذي يستخدم للكشف عن آراء الناس واتجاهاتهم نحو موقف معين ". **(سايحي، 2012، صـ173)**

ثانياً: مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث الحالي من جميع الطلبة المسجلين في مادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية بكلية الآداب - جامعة مصراتة خريف 2022 -2023

ثالثا: عينة البحث: تكونت عينة البحث الحالي من جميع الطلبة المسجلين في مادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية خريف2022 - 2023 والبالغ عددهم (34) طالبة.

رابعاً: أداة البحث:

من أجل تحقيق هدف البحث ثم الاعتماد على مقياس تشارلز سبيلرجلر، والمطبق من قبل الباحثة زينب الغويل على البيئة الليبية للعام الجامعي 2007 م، وقبل تطبيق أداة البحث على العينة الأساسية قامت الباحثة بإجراء الاتي:

1. اعتمدت الباحثة على مقياس تشارلز سبيلرجلر كأداة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع البحث الحالي من أجل التعرف على العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي لدى الطالبات المسجلات في مادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية.
2. استخدمت الباحثة تحصيل الطالبات " الدرجات" ولقد تم إعداد الاختبار التحصيلي بناءً على أسئلة تم إجرائها في نهاية الفصل الدراسي خريف 2022-2023 بمقرر التربية ومشكلات المجتمع لقياس التحصيل الدراسي.

خامساً: صدق الأداة:

يقصد بالصدق أن يقيس الاختبار فعلاً ما يقصد أن يقصده للتأكد من صدق مضمون الأداة ومدى ملائمتها لأهداف التي وضعت من أجلها، واعتمدت الباحثة الصدق الظاهري للأداة، وذلك بعرض المقياس بشكله الأول المكون من (30) فقرة ، وقد ثم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين وكان عددهم إحدى عشر عضو هيئة التدريس من مختلف الأقسام بكلية الآداب حيث طلب منهم بيان صحة صياغة وصلاحية الفقرات التي تتمثل في قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية الآداب، وبعد جمع المقياس من المحكمين وفي ضوء توجيهاتهم تم الأخذ بملاحظاتهم وإجراء التعديلات المطلوبة حيث تم حذف بعض الفقرات، وبذلك أصبحت الأداء المقياس بصورته النهائية يتكون من(25) فقرة، وأصبحت الأداء تتصف بصفة الصدق الظاهري واختير مدرج الرباعي (أبداً – أحياناً- غالباً- دائماً)، وتم تصحيحه وفقاً لمقياس ليكارث حيث أعطيت الدرجة 4 للبديل أبداً، والدرجة 3 للبديل أحياناً، والدرجة 2 للبديل غالباً، والدرجة 1 دائماً.

سادساً: ثبات الأداة:

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (10) طالبات، وبعد تجميع المقياس وترجمته إلى درجات وطبقاً للمقياس المتدرج ثم استخدام معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي لحساب الثبات حيث تعتمد هذه المعادلة على حساب مصفوفة الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية واتضح أن قيمة الثبات بألفاكرونياخ (0.673) تعد قيمة معامل الثبات جيدة وتشير إلى تجانس فقرات المقياس.

سابعاً: التطبيق النهائي:

تم توزيع استمارة المقياس بصورته النهائية على أفراد العينة البالغ عددهم (34) طالبة، وقد اعتمدت الباحثة في توزيع استمارات المقياس بطريقة الاتصال المباشر حيث أشرفت الباحثة على عملية التطبيق، وقامت الباحثة بتوضيح أهداف المقياس وطريقة الإجابة عنه، وطلبت من أفراد العينة الإجابة عنه بكل صدق وموضوعية عن المقياس.

ثامناً: الوسائل الإحصائية:

لإيجاد العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي سيتم استخدام الوسيلة الإحصائية الأتية:

- معامل ارتباط بيرسون:

$$س = ن \text{ مج } س \text{ ص} - \text{مج } س \text{ مج ص}$$

$$[\text{ن مج } س^2 - (\text{مج } س)^2] \ [\text{ن مج ص}^2 - (\text{م ص})^2]$$

- معادلة ألفاكرونباخ للاتساق الداخلي لحساب قيمة الثبات.

عرض النتائج وتفسيرها: من أجل الإجابة على سؤال البحث والذي ينص على:

هل توجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة إحصائية 0.05 بين قلق الامتحان، والتحصيل الدراسي لدى الطالبات المسجلات بمادة التربية ومشكلات المجتمع بقسم علوم التربية بكلية الآداب جامعة مصراتة؟

ومن أجل تحقيق هدف البحث وهو التعرف على قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الطالبات المسجلات بمادة التربية ومشكلا ت المجتمع بقسم علوم التربية بكلية الآداب، وبعد الانتهاء من تطبيق أداة البحث (المقياس) المتعلق بقلق

الامتحان وتفريغ بياناته، قامت الباحثة بحساب قيمة معامل الارتباط (بيرسون) لمعرفة نوع هذه العلاقة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (1)
يوضح معامل ارتباط "بيرسون" بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي

المؤشرات الاحصائية / المتغيرات	عدد أفراد العينة	معامل الارتباط (بيرسون)	الدلالة
مقياس قلق الامتحان	34	(0.22-)	غير دالة عند مستوي (0.05)
درجات التحصيل الدراسي			

من خلال الجدول السابق يتضح أن معامل الارتباط "بيرسون" على مقياس قلق الامتحان ودرجات تحصيلهم الدراسي يبلغ (-0.22) وهي قيمة غير دالة عند مستوى دلالة (0.05)، بمعنى أن هناك ارتباط بسيط بين زيادة القلق وانخفاض التحصيل، كما أن الإشارة السالبة (-) تعني أن العلاقة عكسية أي أنه كلما زاد قلق الامتحان قل التحصيل الدراسي، والعكس، كما تشير القيمة (0.22) إلى أن العلاقة ضعيفة أي أن قلق الامتحان يفسّر فقط جزءاً بسيطاً من التغير في التحصيل الدراسي، وقد ترجح الباحثة العلاقة العكسية الضعيفة بين المتغيرين (قلق الامتحان والتحصيل الدراسي) بأن هذه النتيجة تعني أن التحصـــيل الدراســـي لا يتأثر فقط بقلق الامتحان بل هناك عوامل كثيرة قد يكون تأثيرها أقوى والتي تتمثل في أساليب التعلم والمذاكرة، وجودة التعليم وأعضاء هيئة التدريس، أو الذكاء والقدرات العقلية، والدعم الأسري والاجتماعي كل هذه العوامل قد تؤدي إلى انخفاض قوة العلاقة الإحصائية بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي. وهذه النتيجة قد تتفق مع بعض النتائج كدراسة الأحرش (2002)، ودراسة هواش (2004) التي أشارت في نتائجهما بعدم وجود فروق بين طلبة كلية العلوم ذوي التحصيل الدراسي المنخفض والمرتفع في مستوى قلق الامتحان، واختلاف مستوى تحصيل الطلبة في اللغة الإنجليزية باختلاف مستوى دافعيتهم ولا يرجع إلى قلق الامتحان.

ثانياً: التوصيات: بناء على نتائج هذا البحث يمكن وضع التوصيات الآتية:

1- العمل على خفض مستويات القلق لدى الطلبة من خلال تقديم ورش عمل تهدف إلى تدريبهم على استراتيجيات التعامل مع التوتر والقلق مثل تقديم الدعم الأسري والاجتماعي، وتنظيم الوقت.

2- تهيئة مناخ تعليمي إيجابي بدون أي تهديد أو ضغط على الطلبة بما يساعد على خفض مستويات القلق.

3- تقديم برامج تعليمية للطلبة حول أساليب الاستذكار الجيد؛ ليساعد على تحسين مستوى التحصيل الدراسي.

4. توجيه أعضاء هيئة التدريس حول مراعاة الحالة النفسية للطلبة أثناء فترة الامتحانات، واستخدام أساليب تقييم متنوعة للتقليل من الضغط على الطلبة أثناء الامتحانات.

ثالثاً: المقترحات: في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث، تقترح الباحثة إجراء الدراسات التالية:

1- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين قلق الامتحان، وبين الاتجاه نحو التفوق الدراسي.

2- إجراء دراسة لمعرفة قلق الامتحان، وعلاقته بالتحصيل الدراسي بمراحل تعليمية أخرى.

3- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين قلق الامتحان والدافعية للإنجاز.

قائمة المراجع

- أبو فاخرة، ياسمين جميل حافظ (2021) القلق وعلاقته بالطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة دورية محكمة تصدر عن كلية التربية، جامعة حلوان، المجلد السابع والعشرين، العدد (2).
- الأحرش، يوسف أبو القاسم (2002). قلق الامتحان وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة السابع من أبريل، مجلة فكرية علمية ثقافية، مجلة كلية الآداب، جامعة السابع من أبريل بالزاوية، العدد 5، السنة الأولى.
- الأقصري، يوسف (2002)، كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل. القاهرة: دار الطائف للنشر والتوزيع.
- البريك، سميرة محمد (2004). الرضا والميل وعلاقته بالتحصيل الدراسي لطلبة المعاهد العليا لإعداد المعلمين، شعبية النقاط الخمس. رسالة ماجستير غير منشورة، مركز البحوث العليا، جامعة السابع من أبريل.
- بن ضيف، عبد الحق، وعوادي، ريمة (2019). الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ البكالوريا. الجزائر: جامعة البويرة.
- بن عربية، مروة، حايس، مريم (2017) قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، دراسة ميدانية بثانوية عيسى بن طبوله – قالمة، بحث مقدم لمرحلة الماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
- الجلالي، لمعان مصطفى (2007). سيكولوجية القلق دراسات في قلق الامتحان. غريان: الدار الجامعية للنشر والطباعة.
- الحجازين، بشير شاهر (2002). تحري شكل العلاقة بين القلق ودافعية الإنجاز والتحصيل لدى طلبة الصف الأول الثانوي في مدارس لواء القصر. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة.
- الداهري، صالح حسن (2005). مبادئ الصحة النفسية. بغداد: دار وائل للنشر.
- رزق، ألاء حسن (2024) العلاقة بين قلق الاختبار والتحصيل الدراسي لطلاب الصف الثالث الأساسي في محافظة رام الله والبيرة، الجامعة العربية الأمريكية، مجلة كلية التربية، المجلد الأربعون، العدد التاسع، الجزء الثاني.
- الزهراء، سيسيان (2019). قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي دراسة وصفية لتلاميذ السنة الأول ثانوي، مجلة التنمية البشرية، جامعة عبد الحميد بن باديس، الجزائر، المجلد السادس، عدد (4).
- زهران، حامد عبد السلام (2000). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط3. مصر: عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- الزيود، غسان عبد الكريم (2002). فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتخفيض قلق الامتحان لدى عينة من طلبة الصف الأول الثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية.
- سايحي، سليمة (2012) قلق الامتحان وبعض العوامل المساعدة لظهوره لدى التلاميذ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيصر بسكرة، العدد السابع.
- شكروا، عادل عون الله (2020) تدني مستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الشق الثاني من التعليم الأساسي في مادة الرياضيات، مجلة جامعة سرت العلمية (العلوم الإنسانية)، المجلد (10)، العدد الثاني.
- الشوبكي، نايفة حمدان (1991). تأثير برنامج في الإرشاد المعرفي على قلق الامتحان لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدينة عمان. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية.
- الشيخي، حليمة عبد الله (2006). علاقة التحصيل الدراسات بمستويات قلق الامتحان والدافعية للإنجاز لدى عينة من طلبة جامعة قاريونس. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاريونس.
- صالح، منيرة، علي، ريم سالم (2009) قلق الاختبار وعلاقته بالدافعية للإنجاز، مجلة كلية التربية، المجلد 25، العدد (5)، الجزء الأول، جامعة أسيوط.
- الضباطي، مصطفى، وآخرون (2010) دافع الإنجاز وعلاقته بمستوى قلق الاختبار ومستوى الثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الثانوية دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية الزقازيق، العدد (68).
- ضو، فتحية مصباح (2023) القلق لدى أبناء المعلمات، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنصورة، البحرين، المجلد الثامن، العدد (4).
- عبد الرحمن، وائل، والشعراوي، أحمد، (ب. ت) أصول التربية التاريخية، ط2، دار الهدى للنشر والتوزيع، عمان: الأردن.
- عنيزة، فاطمة علي بشير (2005). التأهيل التربوي لمعلمي مرحلة التعليم المتوسط وعلاقته بمستوى تحصيل الطلاب في ضوء متطلبات العصر. رسالة ماجستير غير منشورة.
- الفقيه، خليفة ابراهيم (2006). اتجاهات طالبان كلية المعلمين بمصراتة جامعة السابع من أكتوبر نحو مهنة التدريس وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة 7 أكتوبر ليبيا.
- قدارة، سكينة عثمان (2005). مفهوم الذات، وعلاقته بالقلق لدى طلبة الثانويات التخصصية بمدينة زليتين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم.

- كاملية، أقران، بوكاري، أسماء (2021) قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، ورقة بحثية لنيل الماجستير في علوم التربية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولد تيزي وزو.
- كريم، ربيعة أحمد الصديق (2011). فاعلية استخدام استراتيجية طرح الأسئلة ذات المستويات المعرفية العليا في تنمية التحصيل وبقاء أثر التعلم لدى طلبة جامعة مصراتة. رسالة ماجستير، كلية الآداب - جامعة مصراتة.
- مذقن، رابح، الأعور، نعيمة، (2014). التوجيه بالرغبة وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي، رسالة ماجستير، دراسة ميدانية بثانوية المصالحة، الجزائر.
- هواش، خالد (2004) العلاقة بين دافعية الإنجاز، وقلق الاختبار، وأثرها في التحصيل في مادة اللغة الإنجليزية لدى طلبة المرحلة الأساسية والثانوية في محافظة المفرق، مجلة العلوم التربوية والنفسية، البحرين، المجلد (07)، العدد (03) ص ص18-66

Exam anxiety and its relationship to academic achievement among students of the College of Education at the Faculty of Arts in Misurata

Rabia Ahmed Alsideeg Krayem
Assistant Professor Department of Education Faculty of Arts (University of Misurata)
r.kraim@art.misuratau.edu.ly

Article information

Key words: Exam anxiety, academic achievement. university student

Received **21**/**07**/ 2025,
Accepted **24** / **08** / 2025,
Available online **25** / **08** /2025

Abstract

This study aims to investigate the relationship between exam anxiety and academic achievement among the students of the Faculty of Arts in Misurata. The research population consisted of all students who enrolled in Education and Community Problems Course at the Department of Education, Fall 2022- 2023. They were 34 students and as a result of the population small size, the study applied the research tool on the entire study sample. Furthermore, to accomplish the aim of the study, the researcher employed Chales Spellerler Scale which was utilized by the researcher; Zainab Al-Ghawil in her study of the Libyan environment during the academic year 2007. The results of the current study indicated that there was a negative correlation between exam anxiety and academic achievement because the correlation coefficient value was (0.22-0.22). As the correlation coefficient is negative, this indicates that the type of correlation between anxiety and academic achievement was inverse correlation and the size of correlation is weak and non-significant at the level (0.05). Based on this result, it is explicit that the correlation relationship between exam anxiety and academic achievement is logical. Thus when the exam anxiety level is high, academic achievement level is low and when the exam anxiety level is low, the level of academic achievement is high. Based on these results, the researcher came up with some recommendations that were: conducting university exams in conditions which take into account the psychological state of the student; such as setting exam dates on prior dates known to the student, setting a suitable exam schedule based on exam difficulty, and taking into account the time required for exam preparation. Also, reconsidering the process of evaluating university student, and not focusing on the results of paper exams as a means of granting the student a certificate.