[١]

الثقة بالنفس وعلاقتها بقلق الامتحان لدي عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت

أ.د. فريح عويد العنزي

أستاذ علم النفس– كلية التربية الأساسية

الثقة بالنفس وعلاقتها بقلق الامتحان لدي عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت

أ.د. فريح عويد العنزي*

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى فحص العلاقة الارتباطية بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان وتكونت عينة البحث من (٤٣٦) مفردة من طلبة وطالبات الصف الحادي عشر والثاني عشر، واستخدم الباحث مقياس الثقة بالنفس من إعداد الباحث، ومقياس قلق الامتحان من وضع (سبيلبيرجر) ترجمة محمد عبدالظاهر الطيب، وأظهرت نتائج الدراسة إلى علاقة ارتباطية سالبة بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان وعدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والاناث في الثقة بالنفس، وكشف نتائج الدراسة عن فروق جوهرية دالة لصالح عينة الذكور في قلق الامتحان بمعنى أن الطلبة يستشعرون الخوف من الامتحان أكبر من الإناث.

كما أسفرت نتائج الدراسة عن فروق جوهرية دالة لصالح عينة الأكبر عمرا في متغير الثقة بالنفس، وانتهت النتائج إلى فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات قلق الامتحان حيث حصل منخفض قلق الامتحان على متوسط مرتفع في الثقة بالنفس والعكس بالعكس صحيح أن ذوي قلق الامتحان المرتفع حصلوا على درجات منخفضة في الثقة بالنفس.

المصطلحات الأساسية: الثقة بالنفس، قلق الامتحان، المرحلة الثانوية.

* أستاذ علم النفس– كلية التربية الأساسية.

يشكر الباحث الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب علي دعمها البحث رقم (BE-18-06).

Abstract:

The aim of the present study is to investigate the relationship between self- confidence and anxiety. The study sample consists of 434 male and female high school students. All participating students undertook a self- confidence test designed by the researcher. Several measurements, adopted from Spillberg (translated by Mohammed Altoyab) were utilized to test anxiety levels. The results found indicated that there is a signification connection between self- confidence and test anxiety. While, no statistical significance was found between the two genders in relation to self- confidence, significance was found in connection with test anxiety, as male students gained the highest mean score. In a one- way ANOVA by age by self- confidence, significance was found as the older age group displayed the most confidence. Finally, the results showed anegetive relationship between self- confidence and test anxiety. The statistics show that the higher the self- confidence level, the more anxiety was reflected; hence low self- confidence showed low anxiety levels.

Keywords: Self- confidence, test anxiety, high school.

مقدمة الدراسة:

يُعد مفهوم الثقة بالنفس من مفاهيم الشخصية في علم النفس ويلعب دورا مهما في العملية التعليمية، وتسعى النظم التربوية الي الاهتمام بشخصية المتعلم وبناءها على نحو سليم، ومن خلال خبرة باحث هذه الدراسة وجد أن عددً ليس قليلا من الطلبة والطالبات يستشعرون الخوف والقلق من الامتحانات التي يقدمونها في مدارسهم وظل الاعتقاد سائدا لفترة طويلة أن للجوانب غير المعرفية أو الوجدانية والاجتماعية دورا ثانويا في العملية التعليمية، ولكن بعد مزيدا من البحث والدراسة وجد أنه لا يمكن الفصل بين الجوانب المعرفية وغير المعرفية في التعلم، حيث أن الجوانب غير المعرفية ترتبط بوظيفة الدماغ، وتعمل بوصفها قوة شاحنة ومنشطة، ومحركة للخطط المعرفية والبنية الفكرية، كما أن السلوك الظاهر الذي يختلف باختلاف الأشخاص مع تساويهم في الجانب المعرفي، ويعتبر دليلا على دور الجوانب غير المعرفية في تحديد السلوك، وهذا ما جعل المتخصصين في علم النفس والتربية يقسمون العوامل التي تؤثر على التحصيل الدراسي إلى أربعة أنواع هي العوامل العقلية، والعوامل الانفعالية والدافعية والعوامل الاجتماعية (عادل العدل، ١٩٩٦).

وقد كشفت بحوث متعددة أن قلق الامتحان Test Anxietyيتضمن مكونين أساسين الأول هو الجانب المعرفي (Cognitive) أو ما يسمى الانزعاج (worry) والذي يشكل انشغال الفرد بأدائه المعرفي، ويتضمن التفكير في تبعات الفشل وإدراك الذات والوعي بها بشكل مسرف وخاصة في موقف الامتحان الفعلي (Corsini , 1987).

ومرحلة المراهقة التي تقابل المرحلة الثانوية على السلم التعليمي تعد مرحلة مركبة ذات مشكلات متعددة، إذ تحدث فيها تغيرات كثيرة ومتناقضات تجعل الطالب المراهق يشعر أنه في عالم غريب لا يدرك له تفسيرا يرضى عنه فيشتت انتباهه ويؤثر بشكل سلبي على أداءة التحصيلي (فريح العنزي، محمد الحوراني، ٢٠١٨).

والقلق له مستويات عدة، فمنه المستوى البسيط الذي يعد مهما في حفز الطالب على النجاح والمثابرة، ومنه الشديد الذي يعرض الطالب للمعاناة من بعض

الأعراض النفسية التي يمكن أن تصبح حجر عثرة في تحصيله العلمي فالقلق والخوف من بين الاضطرابات التي تترك أثراً غير محسوب في الفرد فتجعل منه انسانا غير منتج، وتصيبه بالعجز عن اداء مسئولياته، ولعل أكثر ما يتأثر به المراهق نتيجة لهذا القلق هو عجزه عن التحصيل الدراسي (السعيد عبد الخالق، ١٩٩٦).

ويمكن القول بأن الخبرات الدراسية السيئة والفشل الدراسي الذي يتعرض له بعض الطلاب أثناء مسيرة حياتهم الدراسية يعدان نتاجا لعوامل متعددة منها: العوامل المعرفية، والعوامل الأسرية مثل عدم اهتمام الأسرة بالتحصيل الدراسي، وضعف الرقابة الأسرية، والخلافات العائلية، والتعرض لأساليب التنشئة الخاطئة، ويتعدى ذلك إلى مشكلات في التحصيل الدراسي وسوء التوافق الدراسي بين الطالب وزملائه أو بين الطلبة ومدرسيهم، مما يترتب عليه سوءا في أداءهم التحصيلي وفي هذا السياق لاحظ الباحث حالة إحدى طالباته أثناء أداء الامتحان حيث لاحظ سقوط القلم منها عدة مرات، كما بدى عليها بشكل واضح علامات القلق الشديد وتعرق اليدين وعدم التماسك إلى حد يصعب عليها مواصلة الامتحان مثل زميلاتها، وبعد متابعة حالة الطالبة تبين تكرار هذا السلوك مع كل اختبار، وفي كل المقررات الدراسية وقد شكل القلق المرتفع والحاد إلى خوف الطالبة من الامتحانات وهو خوف تراكمي بسبب قلق الامتحان وثقافة الخوف من أداء الاختبارات وتلعب العوامل البيئة والأسرية دورا مهما في إذكاء المخاوف من الامتحانات وتشددها تجاه أبناءها في مطالبتهم بمعدلات مرتفعة في المواد الدراسية.

مشكلة البحث واهميته:

تتمحور مشكلة البحث في الثقة بالنفس وقلق الامتحان لدى طلاب وطالبات المدارس في المرحلة الثانوية فقد كشفت عدد من الدراسات عن وجود عديد من العوامل والمتغيرات الاجتماعية المسؤولة مباشرة عن قلق الامتحان منها علاقة الطالب بأسرته، والأسلوب الذي تستخدمه الأسرة مع أبناءها قبل الامتحانات وبعدها، وشعور الابن أو البنت أن درجة القلق عند الوالدين مرتفعة وهو ما يلمسه الابن من خلال الأوامر والنواهي في كيفية المذاكرة وطريقة الاجابة والتشدد الزائد في الحد من

هذه الأمور، وعواقب نتيجة الامتحان، سيفضي ذلك حتما إلى ارتفاع حدة القلق المرتبط بالامتحان، حيث يتأثر الطلاب بمثل هذه الضغوط التي يتعرضون لها، وأما العامل الآخر فله علاقة مباشرة بالمدرسين وأسلوب معاملتهم لتلاميذهم قبل الامتحان، فمنهم من يذكر التلاميذ أن الاختبارات التي ستقدم لهم صعبة وغير عادية، وتتطلب جهدا في مذاكرة الدروس وأنها مختلفة عن الاختبارات التقليدية مما يترتب عليه تفكير وانشغال غير مبرر وهو أمر يضع الأبناء تحت وطأة قلق الامتحان والخوف الشديد الذي يشتت التفكير ويصبح معوقا للتحصيل الدراسي ناهيك عن انخفاض درجة الثقة بالنفس إزاء هذه الضغوط، فريح العنزي (٢٠٠٣). وقد أشارت عدداً من الدراسات إلى علاقة قلق الامتحان في عدد من المتغيرات انخفاض الأداء الأكاديمي وانخفاض دافعية الانجاز انظر (Eliot, M, Gregov, 1999, Symes, 2010 Silverstien, Hancok, 2005, 2003 فريح العنزي، 2006 وعليمات وهوامش عطاف أبو غالي 2011.

ومما يسوغ إجراء دراستنا الحالية هو طبيعة العلاقة بين متغير الثقة بالنفس وهو أحد أبعاد الشخصية وقلق الامتحان وهو يقيس دافعية الطالب أو الطالبة في أداءه التحصيلي وتوافقه الدراسي، وفي ضوء ذلك إن محاولة فهم العلاقة بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان ومعرفة منحى هذه العلاقة ووجهتها السيكولوجية التربوية يساعدنا في وضع رؤي تساعد التربويين في بيان تأثير الجوانب الشخصية والانفعالية والاجتماعية وأثرها على التحصيل الدراسي.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

١- ما درجة الثقة بالنفس لدى عينة الدراسة؟

٢- ما درجة قلق الامتحان لدى عينة الدراسة؟

٣- هل توجد فروق بين الطلاب والطالبات في الثقة بالنفس وقلق الامتحان؟

٤- هل توجد فروق بين الطلبة والطالبات في متغير العمر؟

٥- هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان لدى عينات الدراسة؟

٦- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات قلق الامتحان مقابل الثقة بالنفس لدى عينة الدراسة؟

متغيرات البحث:

سوف نتناول متغيرات البحث وهي كالتالي:

١- الثقة بالنفس Self- Confidence:

عرف فريح العنزي (٢٠٠٤) على أنها قدرة الفرد على أن يستجيب استجابات توافقية تجاه المتغيرات التي تواجهه وإدراكه تقبل الآخرين له وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة، والثقة بالنفس ذات صلة بالتوافق النفسي والاجتماعي للفرد، فكلما حصل على درجة مرتفعة على مقياس الثقة بالنفس ارتفعت درجة التوافق لديه.

وقد توصل (جيلفورد) إلى اعتبار الثقة بالنفس عاملا عاماً لا يقتصر على مجال السلوك الانفعالي أو الاجتماعي، وأيده في ذلك (كاتل) الذي أشار إلى أن الثقة بالنفس تقع ضمن مجموعة من السمات التي تحدد درجة التكامل الدينامي للشخصية أو التكيف العام، والتي تتعلق بمفهوم الذات، كما ربط بين ضعف الثقة بالنفس، وسوء التكيف والميول العصابية وقد بين أيزنك العلاقة بين الميل العصابي وعدم الاتزان الانفعالي ومظاهر ضعف الثقة بالنفس (العادل بو علام ١٩٨٧).

٢- قلق الامتحان Testanxiety:

عرف أحمد عبد الخالق، ومايسه النيال (١٩٩٠) بأنه مشاعر الضيق والرهبة والانزعاج وردود الفعل الفيزيولوجية الصادرة عن الجهاز العصبي الأتونومي أو اللاإرادي والتي تثيرها خبرة الامتحان وتقترن به.

وقد كشفت بحوث متعددة أن قلق الامتحان يتضمن مكونين أساسين الأول هو الجانب المعرفي (cognitive) أو ما يسمى الانزعاج (worry) والذي يشكل انشغال الفرد بأدائه المعرفي ويتضمن الانزعاج بالتفكير في تبعات الفشل وإدراك الذات والوعي بها بشكل مسرف وبخاصة في موقف الامتحان الفعلي (corisini, 1987) ومن مظاهر الانزعاج بوصفة مكونا معرفيا لقلق الامتحان ما يلي: - التفكير في عواقب الفشل والتعبير عن الشكوك المتصلة بقدرة الفرد فضلا عن الشعور بعدم الكفاءة او العجز والخشية من فقدان المكانة أو التقدير إما المكون الثاني فهو الانفعالية (Emotionality) ويتضمن جانبين أحدهما وجداني (Affective) والآخر فيزيولوجي فأما الجانب الوجداني فيتجه نحو الشعور بالآسى

والضيق والتوتر والمشاعر غير السارة، أما الجانب الفيزيولوجي فينتج عن التنبيه الأتونومي (Autonomic Arousal) العائد إلى تأثير الجهاز اللاإرادي المستقل والذي يحدث قبل توقف الامتحان مباشرة ومن مظاهر هذه التنبيه زيادة إفراز العرق وبخاصة في اليدين وارتفاع معدل النبض وسرعة التنفس وسرعة ضربات القلب وتوتر العضلات وغير ذلك من ردود الافعال (أحمد عبدالخالق ١٩٩٤).

وقد ذكر جيري واين (1982) Wine فرضا أسماه "اتجاه الانتباه" (Direction of atte ntion) حيث يرى أن ذوى القلق المرتفع في الامتحان يقسمون انتباههم إلى مجالين هما: الاهتمام المتصل بالعمل (Task- Relevant) والجوانب المتصلة بذواتهم (Self- Relevant) أو ما يسميه التركيز على (Self- Foucus, Versus Task- Focus).

الدراسات السابقة:

١- دراسة فريح العنزي، وعبدالله الكندري (٢٠٠٤) التحصيل الدراسي وعلاقته بالثقة بالنفس هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين التحصيل الدراسي وعلاقته بالثقة بالنفس وكانت عينة البحث (١٤١٠) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية وقد استخدم في الدراسة مقياس الثقة بالنفس ومعدل التحصيل الدراسي وقد أظهرت نتائج الدراسة تفوق مستوى التحصيل الدراسي لدى الإناث مقارنة بالذكور في نظام المقررات وبينت النتائج أن الارتباط جوهري دال بين التحصيل الدراسي والثقة بالنفس لدى الذكور والإناث في نظام الفصلين والارتباط موجب عند عينة الذكور في نظام المقررات فقط، بينما لم تظهر ارتباطات دالة بين المتغيرين عند عينة الإناث في نظام المقررات.

٢- دراسة أحمد السعيدان العازمي (٢٠١٨) القلق الاجتماعي وعلاقته بكل من نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت هدفت الدراسة إلى التعرف على دور كل من نمط السلوك (أ، ب) والثقة النفس في ظهور أعراض القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) من الطلبة والطالبات، وأسفرت نتائج الدراسة إلى ارتباط القلق الاجتماعي بصورة سالبة ودالة إحصائيا بنمط السلوك أ والثقة بالنفس وكشفت

النتائج على أن الثقة بالنفس تسهم في التنبؤ بصورة عكسية ودالة إحصائيا بدرجات القلق الاجتماعي، بينما لا يسهم السلوك في التنبؤ بالقلق الاجتماعي.

٣- دراسة عادل محمد العدل (١٩٩٦) التنبؤ بالتحصيل الدراسي من بعض المتغيرات غير المعرفية، وكانت عينة البحث (١٨٨) طالباً بالصف الأول الثانوي في المملكة العربية السعودية، وقد انتهت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة بين درجات الطلاب في التحصيل الدراسي ودرجاتهم في كل من سلوك المخاطرة والاحتراق النفسي والضغوط النفسية وارتباط موجب بين التحصيل الدراسي وكل من الشعور والضغوط النفسية وارتباط موجب بين التحصيل الدراسي وكل من الشعور بالاغتراب والعدوانية.

٤- دراسة فريح العنزي (٢٠٢٠) الصحة النفسية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى عينة طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية حيث هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين الصحة النفسية والثقة بالنفس وتكونت عينة البحث من (٢٤٠) طالبا وطالبة وكانت أدوات القياس المقياس العربي للصحة النفسية ومقياس الثقة بالنفس، وقد أسفرت نتائج الدراسة حصول عينة الذكور على درجة مرتفعة جوهريا عن الإناث في مقياس الصحة النفسية ومقياس الثقة بالنفس، كما بينت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين الصحة النفسية والثقة بالنفس لدى عينتي الذكور والإناث وانتهت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بالثقة بالنفس من خلال درجة الصحة النفسية وذلك لدى عينتي الذكور والإناث.

٥- دراسة فريح العنزي (٢٠٠٣) التحصيل الدراسي وعلاقته بالمخاوف المرضية وقلق الامتحان لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت فقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التحصيل الدراسي من جهة والمخاوف المرضية وقلق الامتحان من جهة أخرى، وتكونت عينة الدراسة من (٥٨٤) طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية بدولة الكويت وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في متغيرات المخاوف والتحصيل الدراسي إلى جانب الإناث في حين اختفت الفروق بينهما في قلق الامتحان وكشفت النتائج أن العلاقة سلبية ودالة إحصائيا بين المعدل الدراسي وكل من المخاوف وقلق الامتحان داخل عينة الإناث، بينما اختفت الدلالة على مستوى

الذكور وكانت الارتباطات ايجابية ودالة بين المقاييس الفرعية للمخاوف والدرجة الكلية لقلق الامتحان كما كشف التحليل العاملي لقائمة المخاوف عن ثمانية عوامل لدى مجموعتي الذكور والإناث.

٦- دراسة Elliot, M, Gregor (1999) فقد أجريت الدراسة على قلق الامتحان وإلى أي حد يمكن دمجه في النموذج التدريجي المتعلق بالأقدام الاحجام في الدافع للإنجاز وقد أسفرت عن تأكيد قوى للتنبؤات حيث ظهر أن حالة قلق الامتحان متغيرا وسيطا بين أهداف الاحجام عن الأداء والآداء في الامتحان وكشفت الدراسة عن ارتباط ايجابي بين الأهداف المرتبطة بالإتقان والحفظ طويل المدى، وارتباط بين الامتحان وأهداف الإحجام عن الأداء.

٧- دراسة Ruisel (2000) بحثت العلاقة بين القلق والذكاء وكشفت النتائج على التأثير السلبي لحالة القلق في الأداء العقلي، حيث ينخفض قلق الامتحان عادة في الأداء المدرسي ويحدث ذلك بالدرجة الأولى بزيادة ملاحظة الفرد لنفسة مما يؤدي إلى نقص الثقة بالنفس والخوف من كل من الفشل والتقويم ونقص التركيز ونقص الانتباه فضلا عن نفص في مقاومة الضغوط.

٨- دراسة محمود عطا حسين (١٩٨٥) مفهوم الذات وعلاقته بالكفاية في التحصيل الدراسي والتخصص في المرحلة الثانوية (العلمي- الادبي) وتكونت عينه البحث من (٢٠١) طالب من طلاب الصف الثاني والصف الثالث الثانوي بقسميه العلمي والادبي في مدينه الرياض واسفرت نتائج الدراسة عن حصول المتفوقين تحصيليا علي متوسط درجات اعلي في مفهوم الذات من الطلبة متوسطي التحصيل، وكذلك ارتفاع متوسط الدرجات التي حصل عليها الطلاب متوسطو التحصيل في مفهوم الذات عن الطلاب المتأخرين تحصيليا، مما يشير الي انا مفهوم الذات لدي الطالب متوسط التحصيل اكثر ايجابيه من مفهوم الطالب المتأخر عن نفسه، كما فسر ارتفاع الدرجة علي مقياس مفهوم الذات بارتفاع درجة التحصيل علي انها علاقة خطيه مؤداها انه مفهوم الذات الإيجابي يرتفع بارتفاع درجة التحصيل.

المنهج والإجراءات:

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (٤٣٦) طالب وطالبة في الصف الحادي عشر والثاني عشر في ثانوية الجهراء بنات وثانوية خالد بن سعيد للبنين بمنطقة الجهراء التعليمية، وقد قام الباحث باستخراج موافقة رسمية للتطبيق في هاتين المدرستين وقد تم التطبيق بصورة جمعية في الفصل الدراسي من خلال جلسة واحدة وتراوح المدى العمري من ١٦- ١٩ عاما بمتوسط حسابي ١٧.٤٥، وأنحراف معياري ٠.٠٩٩

جدول (١)

المتغيرات الديموغرافية لعينة الدراسة ن = ٤٣٦

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	٢٣٢	٤٣.٢
	انثى	٢٠٤	٤٦.٨
العمر	١٧ فأقل	٢٥٩	٥٩.٤
	١٨ فأكثر	١٧٧	٤٠.٦

بالنظر إلى جدول (١) يوضح بيانات عينة الدراسة حيث عدد الطلبة ن = (٢٣٢) بينما عدد الطالبات ن = (٢٠٤) بنسبة ٥٣.٢ و٤٦.٨ على التوالي وأما العمر فقد بلغ عينة الطلبة والطالبات أقل من ١٧ عاما ن = ٢٥٩ بنسبة ٥٩.٤ والطلبة والطالبات من ذوي الأعمار ١٨ فأكثر فقد بلغ ١٧٧ بنسبة ٤٠.٦.

٢- أدوات الدراسة:

أ- مقياس بالنفس:

أعد المقياس فريح العنزي (١٩٩٩) وقد مر وضعه بخطوات متتابعة، أو لها السؤال المفتوح حيث طبق على عينة استطلاعية Pilotstudy من طلبة الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وجامعة الكويت وبلغ قوام العينة الاستطلاعية (ن = ٣٠٠) بهدف جمع أكبر عدد من العبارات التي تشير إلى الثقة بالنفس مثال: " أثق بنفسي ثقة مطلقة" ثم طلب من عينة البحث كتابة العبارات المتعلقة بالثقة

بالنفس والمتغيرات التي تدعم الثقة لدى الإنسان واستخدام السؤال مفتوح النهاية open- ended question بوصفه مصدرا لوضع البنود، ويفيد هذا المنهج عادة في البحوث الكشفية أو المجالات الجديدة للبحث، عندما يتركز الاهتمام على نوع الاستجابة وليس درجتها (التحليل الكيفي وليس الكمي) وبعد ذلك جمعت استجابات العينة الاستطلاعية وكانت كثيرة، وروجعت مراجعة دقيقة واختيرت العبارات التي رأى الباحث أنها تتعلق بمفهوم الثقة بالنفس مع استبعاد البنود المنفية والمكررة والمعقدة وروعي أن تكون العبارات مختصرة واستخدمت لغة سهلة وواضحة وأمكن بعد المراجعة الدقيقة التوصل إلى قائمة تحتوي ٤٧ عبارة وقد اعدت تعليمات موجزة كما وضعت بدائل خمسة للإجابة كما يلي: (لا: ١، قليلا: ٢، متوسط: ٣، كثيراً: ٤، كثيرا جدا: ٥).

وفي الخطوات التالية عرضت على عدد من أعضاء هيئة التدريس في قسم علم النفس بكلية العلوم الاجتماعية جامعة الكويت بغرض التأكد من أن العبارات تقيس ما وضع لقياسه وبيان مدى تعلق البنود بالثقة بالنفس، ومراجعتها في صورتها النهائية، واستقرت أراء المحكمين على ٣٣ عبارة بعد ذلك استخرجت معاملات ارتباط بنود مقياس الثقة بالنفس التي تقيس مفاهيم قريبة منه، وكان المحكان هما مقياس تقدير الذات من وضع (روزنبيرج) ومقياس الثقة بالنفس (٣٣ بندا) على عينة ضمت (٤٠٥) من طلاب وطالبات جامعة الكويت، وكلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب وكان الهدف استبعاد البنود ذات الارتباط المنخفض بالمحكمين المستخدمين، وقد حذفت نتيجة هذه الدراسة ثمانية بنود وأصبح طول المقياس ٢٥ بندا واستخرجت معاملات ثبات ألفا (كرونباخ) لمقياس الثقة بالنفس في الدراسات السابقة، حيث كشفت النتائج عن معاملات ثبات مرتفعة (فريح العنزي، ١٩٩٩، ٢٠٠٠، ٢٠٠١).

معاملات ثبات المقياس: حسبت معاملات ثبات ألفا " كرونباخ" لمقياس الثقة بالنفس في الدراسة الحالية قيمة الثبات (٩٧٧%) وكشفت النتائج عن معاملات ثبات مرتفعة عند الذكور والإناث مما طمئن الباحث على ثبات الأداة.

ب- مقياس قلق الامتحان:

قام "تشارلز سبيلبرجر" بتأليف هذا المقياس وأعده للبيئة العربية محمد عبد الظاهر الطيب عام ١٩٩٧، وهدف المقياس تقدير الفروق الفردية في قلق الامتحان بوصفة سمة في الشخصية في موقف محدد لدى طلاب المراحل المتوسطة والثانوية والجامعية، ويتكون المقياس من (٢٠) عبارة تضم مقياسين فرعيين لتحديد درجتي الانزعاج والانفعالية بوصفهما مكونين لقلق الامتحان ومقياس قلق الامتحان مقياس تقدير ذاتي، يفرز فيه المفهوم مدى تكرار المعاناة من أعراض القلق قبل الامتحانات وإثناءها وبعدها وذلك باختيار درجة من (٤) درجات لتقرير مدى تكرار ما يشعر به المبحوث من أعراض محددة للقلق من مواقف الاختبار (سبيلبرجر وآخرون ١٩٨٤، مصطفى الصفدي ١٩٩٥).

وقد استخدم هذا المقياس في عدد من الدول العربية منها مصر، والأمارات، والسعودية وغيرها من الدول.

معاملات ثبات المقياس:

حسب معاملات ثبات الفا (كرونباخ) في الدراسة الحالية وحصل المقياس على ٠.٨٠٨ ويعد ثباته مرتفعاً.

٣- المعالم السيكو مترية لمقاييس الدراسة:

أ- صدق أدوات الدراسة:

تم تقنين المقياس قلق الامتحان والثقة بالنفس على البيئة الكويتية والعربية.

ب- ثبات أدوات الدراسة:

يهدف الثبات إلى التحقق من قدرة المقياس على قياس ما وضع لقياسه.

فقد تم تطبيق المقياسين على عينة استطلاعية قوامها (٣٠) طالب وطالبة بالصفوف الحادي عشر والثاني عشر بالمرحلة الثانوية وتم استخراج معامل الثبات باستخدام معامل ثبات الفاكرونباخ coronpachAlpaوبلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الثقة بالنفس (٩٨%) والمقياس قلق الامتحان (٨١.٥%) مما يشير إلى إنساق داخلي مرتفع للمقياسين.

ويوضح جدول (٢)

معاملات قيم الثبات على عينة استطلاعية ن = ٣٠

	البنود	قيمة ألفا كرونباخ
الثقة بالنفس	٢٥	٠.٩٧٧
قلق الامتحان	٢٠	٠.٨٠٨

نتائج الدراسة ومناقشتها:

سوف نتناول عرضا لنتائج الدراسة مع مناقشة استجابات عينة الدراسة تبعا للمقياسين الأول (الثقة بالنفس) والثاني (قلق الامتحان) ويتم عرض نتائج الدراسة حسب نوع الاحصاء المستخدم على النحو التالي (١) الاحصاء الوصفي الذي يشمل على مقاييس النزعة المركزية الذي تم استخدامه للإجابة على السؤالين الأول والثاني الإحصاء الاستدلالي للإجابة على السؤال الثالث والرابع والخامس.

اولا: الإحصاءات الوصفية:

السؤال الأول: ما درجة الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الثانوية بالصفوف الحادي عشر والثاني عشر؟

للإجابة على هذا السؤال قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي والوسيط والمنوال والتعرف على أقل درجة وأكبر درجة وحساب المدى والانحراف المعياري لعينة الدراسة على مقياس الثقة بالنفس.

جدول (٣)

الاحصاء الوصفي لمتغير الثقة بالنفس

	المتوسط	الوسيط	التباين	الانحراف المعياري	اقل درجة	أكبر درجة	المدى
الثقة بالنفس	٩٥.٧٠	٩٨.٠٠	٤٣٥.٩١	٢٠.٨٨	٢٥.٠٠	١٢٥.٠٠	١٠٠.٠٠

يتضح من جدول (٣) نتائج الاحصاء الوصفي حيث جاءت قيمة المتوسط (م) لدرجات عينة الدراسة على مقياس الثقة بالنفس أكثر من المتوسط وحيث أن الحد الأدنى لدرجة المقياس كانت ٢٥ والتي تعكس درجة ضعيفة للثقة بالنفس والحد الأعلى للمقياس ١٢٥ والتي تعكس درجة عالية للثقة بالنفس وجاء المتوسط الفعلي

الذي تم الحصول عليه وهو ٩٥.٧٠ يعكس وبشكل واضح ارتفاع درجة الثقة بالنفس لدى عينة الدراسة الكلية

السؤال الثاني: ما درجة قلق الامتحان لدى طلبة المرحلة الثانوية بالصفوف الحادي عشر والثاني عشر؟

للإجابة على السؤال قام الباحث بأجراء الاحصاء الوصفي لمقياس قلق الامتحان، وتم حساب المتوسط (م) والوسيط والمنوال للتعرف على أقل درجة وأكبر درجة وحساب المدى والانحراف المعياري لعينة الدراسة على مقياس قلق الامتحان.

جدول (٤)

الاحصاء الوصفي لمتغير قلق الامتحان ن = ٤٣٦

المقياس	المتوسط	الوسيط	التباين	الانحراف المعياري	أقل درجة	أكبر درجة	المدى
قلق الامتحان	٥٠.٧٦	٥٠.٠٠	١٢٠.٤٩	١٠.٩٨	٢٠.٠٠	٨٠.٠٠	٦٠.٠٠

يتضح من جدول (٤) قيمة المتوسط لدرجات عينة الدراسة على مقياس قلق الامتحان أعلى من المتوسط وحيث أن الحد الأدنى لدرجة المقياس هو ٢٠ درجة والتي تعكس درجة ضعيفة للقلق والحد الأعلى للمقياس هو ١٠٠ والتي تعكس درجة مرتفعة للقلق وجاء المتوسط الفعلي الذي حصلت عليه عينة الدراسة وهو ٥٠.٧٦ يؤشر الى أن القلق متوسط لدى العينة المبحوثة. وقام الباحث بتصنيف مستويات القلق إلى ثلاثة مستويات وحسبت درجة القطع للفصل بين المستويات الثلاثة من خلال جمع وطرح واحد انحراف معياري من المتوسط الحسابي للمقياس وقسمت العينة إلى ثلاثة مستويات بالمقياس كما يلي:

جدول (٥)

مستويات قلق الامتحان

	منخفض من ٢٠- ٤٠	متوسط ٤١- ٦٠	مرتفع ٦١- ١٠٠	المجموع
التكرار	٦٧	٣١٠	٥٩	٤٣٦
النسبة المئوية	١٥.٤	٧١.١	١٣.٥	١٠٠.٠

ثانيا: الإحصاء الاستدلالي:

السؤال الثالث: ما شكل العلاقة بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان لدى عينة الدراسة؟

استخدم الباحث معامل إرتباط بيرسون لمعرفة العلاقة الارتباطية بين متغيري الثقة بالنفس وقلق الامتحان.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان

	الثقة بالنفس	
قلق الامتحان	درجة الارتباط	-٠.٤٤٠**
	مستوى الدلالة	٠.٠٠٠
	العدد	٤٣٦

أظهرت نتائج الدراسة من خلال جدول (٦) معاملات الارتباط حيث أشارت النتائج إلى علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان بدرجة متوسطة عن مستوى (٠.٠١) بمعنى كلما ارتفعت درجة الثقة بالنفس قلت درجة قلق الامتحان عند الطلبة والطالبات وهي علاقة عكسية بين متغيري الدراسة الثقة بالنفس وقلق الامتحان.

السؤال الرابع: هل توجد فروق دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ في الثقة بالنفس وقلق الامتحان تعزي للجنس؟

تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة وجاءت النتائج بالجدول التالي:

أ- الفروق بين الذكور في متغير الجنس:

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ن = ٤٣٦

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت	الدلالة
الثقة بالنفس	ذكر	٢٣٢	٩٥.٥٦	٢٠.٩٠	٤٣٤	١.٨٣	٠.٠٦٨
	أنثى	٢٠٤	٩٩.٠٦	١٨.٧٣			
قلق الامتحان	ذكر	٢٣٢	٥٢.٦٢	١١.٨٨	٤٣٤	٢.٨٧	٠.٠٠٤
	أنثى	٢٠٤	٤٩.٦٦	٩.٢٥			

بالنظر إلى جدول (٧) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس بين عينة الذكور والاناث وكانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (١.٨٣) وهي قيمة غير دالة عند مستوى ٠.٠٥.

كما يظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في قلق الامتحان حيث كانت قيمة ت المحسوبة تساوي (٢.٨٧) قيم دالة عند مستوى ٠.٠٥ حيث حصل الذكور على متوسطات مرتفعة عن الاناث مما يعني شعور الذكور بالقلق أكثر من الاناث وتعزي النتيجة في ضوء تفوق الاناث في التحصيل الدراسي على عينة الذكور.

السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس وقلق الامتحان تعزى لمتغير العمر؟

ب- الفروق بين الذكور والإناث للمتغير العمر:

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها في العمر

(ن = ٤٣٦)

المقياس	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت	الدلالة
الثقة بالنفس	١٧ فأقل	٢٥٩	٩٤.٥٧	٢١.٣٨	٤٣٤	3.37 -	٠.٠٠١
	١٨فأكثر	١٧٧	١٠١.٠٥	١٧.٠٤			
قلق الامتحان	١٧فأقل	٢٥٩	٥٠.٤٤	١١.٢٤	٤٣٤	-١.٨٥	٠.٠٦٥
	١٨فأكثر	١٧٧	٥٢.٣٩	١٠.٠٩			

بالنظر إلى جدول (٨) يتضح وجود فروق ذات دلال إحصائية بين العمر في الثقة بالنفس حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (٣.٣٧) قيمة دالة عند مستوى ٠.٠١ حيث حصلت الأعمار الأكبر (١٨ سنة فأكثر) على متوسطات أعلى من متوسطات الاعمار الأصغر، مما يعني أن المرحلة العمرية الأكبر لديها شعور بالثقة بالنفس أكبر من الأعمار الأصغر فيها لم تظهر نتائج الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية في متغير العمر في قلق الامتحان حيث قيمة (ت) المحسوبة تساوي (١.٨٥) قيمة غير دالة عند مستوى ٠.٠٥.

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات قلق الامتحان (منخفض– متوسط– مرتفع) والثقة بالنفس؟

جدول (٩)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين عينة الدراسة وفقا لمستويات قلق الامتحان (ن = ٤٣٦)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة
الثقة بالنفس	بين المجموعات	٣٣٠٢٦.٥٤	٢	١٦٥١٣.٢٧	٤٥.٦٦	٠.٠٠٠
	داخل المجموعات	١٥٦٥٩٥.١٠	٤٣٣	٣٦١.٦٥		
	المجموع	١٨٩٦٢١.٦٤	٤٣٥			

بالنظر إلى جدول (٩) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات قلق الامتحان في الثقة بالنفس عند مستوى أقل من (٠.٠٥) وباستخدام اختبار (TUkey) كشفت النتائج عن وجود فروق دالة احصائيا بالثقة بالنفس بين مستويات قلق الامتحان (منخفض) مقابل مستوى قلق الامتحان (متوسط، مرتفع) لصالح مستوى قلق الامتحان (منخفض) أي كلما قل مستوى قلق الامتحان ارتفع مستوى الثقة بالنفس.

جدول (١٠)

اختبار Tukey في الفروق بين مستويات قلق الامتحان مقابل الثقة بالنفس

	عدد المقارنات	مستوى القلق	المتوسط الحسابي	مستوى القلق	المتوسط الحسابي	الفرق	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس	١	منخفض	١١٢.٠٢	متوسط	٩٦.٠٦	١٥.٩٥٣*	٠.٠٠٠
	٢	منخفض	١١٢.٠٢	مرتفع	٧٩.٦٤	٣٢.٣٧٥*	٠.٠٠٠

مناقشة النتائج:

سوف نستعرض تفسير نتائج الدراسة وفقا للتساؤلات التي تم وضعها في بداية البحث فكان السؤال الأول ما درجة الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الثانوية في

الصفين الحادي والثاني عشر حيث أشارت الجداول الاحصائية الى حصول عينة الدراسة المكونة لطلبة وطالبات الصف الحادي عشر والثاني عشر إلى درجة مرتفعة على متغير الثقة بالنفس وتفسر هذه النتيجة أن الصفوف الدراسية المتقدمة في المرحلة الثانوية تعكس قدرة الطلبة على اجتياز عشر مراحل دراسية سابقة وهذا يؤشر على ثقة الطالب بنفسه في تحقيق هدفه وهو اجتياز المرحلة الثانوية لكي يواصل تعليمه الجامعي وأما الطلبة المتأخرين دراسيا أو المتعثرين فإن وصولهم إلى هذه المرحلة يشكل عامل صعوبة تواجههم وبالتالي نجد أن الثقة بالنفس تنخفض بانخفاض أداء الطالب التحصيلي وأما السؤال الثاني ما درجة قلق الامتحان لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية في الصفوف الحادي عشر والثاني عشر فقد استحصلت عينة الدراسة على درجة متوسطة على مقياس قلق الامتحان وهي نتيجة منطقية فأن قلق الامتحان مرتفعا فإنه يربك الطالب ويشتت انتباهه وتركيزه بسبب الخوف من الامتحان والرسوب في المادة الدراسية ولكن حصول الطالب على درجة منخفضة على قلق الامتحان فإنه بلا شك سيدفعه إلى المذاكرة والاهتمام والتركيز دون المبالغة في الخوف من الامتحان وهذا ما كشفته نتائج دراستنا الحالية.

وعن السؤال الثالث الذي استهدف شكل العلاقة بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان فقد اسفرت نتائج الدراسة إلى ثبات العلاقة الارتباطية العكسية بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان أي كلما ارتفعت درجة الثقة بالنفس انخفضت درجة القلق إلى مستوى منخفض وقد جاءت نظرية سبيلبيرجر الذي

افترض ان المستويات المرتفعة من حالة القلق تشتت الفرد الذي يعاني من قلق الامتحان وتعوقه عن الأداء الفعال واعتمدت على نظريتين الحافز ونظرية القلق.

ونظرية القلق: الحالة والسمة state- traitanxiely spieluerger, bedll, 1976.

السؤال الرابع الذي استهدف معرفة الفروق بين الطلبة والطالبات في متغيري الثقة بالنفس وقلق الامتحان فقد جاءت النتائج بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين عينة الدراسة على متغير الثقة بالنفس، نظرا لأن الطلبة والطالبات في نفس

المرحلة الدراسية الصف الحادي عشر والثاني عشر وإن أظهرت النتائج ارتفاع المتوسط الحسابي لدى الطالبات ولكن لم يصل إلى حد الدلالة الاحصائية.

وفي متغير قلق الامتحان فقد حصل الطلاب على متوسط مرتفع في هذا المتغير وتفسر هذه النتيجة في ان شعور الطلبة الذكور بالقلق من الامتحانات أكبر من الطالبات.

ويمكن أن تعزى النتيجة إلى ارتفاع الاناث من جانب التحصيل الدراسي مما ترتب عليه انخفاض درجة قلق الامتحان قياسا للطلبة الذكور وفيما يتعلق بالسؤال الخامس الذي استهدف معرفة الفروق بين الطلبة والطالبات في الثقة بالنفس وقلق الامتحان وفقا لمتغير العمر فقد أظهرت نتائج الدراسة حصول الأعمار الأكبر على مستويات مرتفعة في متغير الثقة بالنفس وتقيس هذه النتيجة في ضوء خبرات الطلبة الأكبر عمرا الذين مروا بخيرات حياتية جعلتهم أكثر إدراكا وثقة بأنفسهم من الأعمار الصغيرة والتي مرت بتجارب وخبرة أقل من الكبار وأما السؤال السادس هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات قلق الامتحان (منخفض– متوسط– مرتفع) والثقة بالنفس فقد أسفرت النتائج عن أن الطلبة والطالبات الذين حصلوا على مستوى منخفض من القلق حصلوا على درجات مرتفعة في الثقة بالنفس وكذلك الطلبة والطالبات الذين استحصلوا على درجات متوسط على قلق الامتحان فأنهم حصلوا على درجة أفضل في الثقة بالنفس من الذين حصلوا على درجة مرتفعة في قلق الامتحان وعليه فأن المحصلة النهائية توضح أن ثمة علاقة عكسية بين الثقة بالنفس وقلق الامتحان وهذا ما اظهرته نتائج البحث.

ويمكن الخروج بالتوصيات التالية في ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة:

–

١– تنمية مهارة الثقه بالنفس لدي الطلبه والطالبات في مراحل التعليم العام وذلك بوضع برنامج ارشادي تربوي نفسي يهدف الي تعزيز الثقة بالنفس.

٢– وضع برنامج ارشادي في المدارس الثانوية يقلل من المخاوف التي يعاني منها بعض الطلبة من الامتحانات وتخفيف حد قلق الامتحان.

٣- اخضاع المعلمين والمعلمات بوزارة التربية لدورات تدريبيه مهنيه لكيفية التعامل مع حالات الطلبة الذين يشعرون بالقلق وسوء التوافق وانخفاض في تقدير ذاواتهم بهدف تصويب مسارهم العلمي.

٤- التعرف علي الطلبة والطالبات الذين يعانون من ضعف الثقة بالنفس وذلك باستخدام مقياس الدراسة بهدف الكشف عن هؤلاء الطلبة ومساعدتهم في رفع درجة الثقة بالنفس فضلا عن استخدام مقياس قلق الامتحان لتشخيص الحالات التي تعاني من القلق المرتفع وتحويلها الي الاخصائي النفسي في مدرسة لدراسة الحالة ووضع خطة علاجية لرفع مستوي تقدير الذات او الثقة بالنفس وخفض درجة القلق المرتفع حتي يتحقق الاتزان النفسي والتوافق الدراسي المطلوب.

المراجع:

- **أحمد سعيدان العازمي (٢٠١٨). القلق الاجتماعي وعلاقته بكل من نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، المجلة التربوية للتربية النوعية العدد (٣). ١٣٥- ١٦٥.**
- **أحمد عبدالخالق (١٩٩٤). الدراسة التطورية للقلق وحولية كلية الآداب جامعة الكويت، الحولية الرابعة عشر، الرسالة التسعون.**
- **أحمد عبدالخالق، ومايسة النيال (١٩٩٥). الفروق في قلق الامتحان بين طلاب الجامعة في السنتين الأولى والأخيرة مؤتمر التعليم العالي في الوطن العربي، القاهرة، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣٥٩- ٤٨٠.**
- **السعيد عبدالخالق (١٩٩٦). القلق لدى الوالدين وعلاقته بالقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين بين طلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة عين شمس (غير منشورة).**
- **العادل أبو علام (١٩٨٧). مقياس الثقة بالنفس عند الطالبات في الكويت، على الصباح للنشر والتوزيع.**
- **سبيلبيرجر وآخرون (١٩٧٦). اختبار قلق الامتحان (تعليمات الاختبار) ترجمة وتعريب محمد عبد الظاهر الطيب: القاهرة- دار الم.عارف.**
- **عادل محمد العدل (١٩٩٦). التنبؤ بالتحصيل الدراسي من بعض المتغيرات غير المعرفية، القاهرة، دراسات نفسية ٦: ٨١- ١١٩.**
- **عفاف محمود ابو غالي (٢٠١١). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض قلق الامتحان لدى عينة من طالبات الثانوية العامة بمحافظة رفح، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين ١٢ (٣).**

- فريح العنزي (١٩٩٩). الثقة بالنفس وعلاقتها بالعوامل الخمس الكبرى في الشخصية، القاهرة، دراسات نفسية، ٩: ٤١٧- ٤٤٣.
- فريح العنزي (٢٠٠٠). المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل: دراسة ارتباطية، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، ٢٩ (٣)، ٤٧- ٧٧.
- فريح العنزي (٢٠٠١). الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية، دراسات نفسية، ١١ (٣): ٣٥١- ٣٧٦.
- فريح العنزي (٢٠٠٣). التحصيل الدراسي وعلاقته بالمخاوف المرضية وقلق الامتحان لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، العدد ١١١، ١٧١- ٢٢٢.
- فريح العنزي، عبدالله الكندري (٢٠٠٤). التحصيل الدراسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الثانوية وطالباتها، مجلة العلوم الاجتماعية وجامعة الكويت مجلس النشر العلمي، ٣٢ (٢) ٣٧٧- ٤٠٠.
- فريح العنزي، محمد الحوراني (٢٠١٧). علم النفس النمائي، الطبعة الثانية، الكويت، الدار الاكاديمية.
- فريح العنزي (٢٠٢٠). الصحة النفسية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الاساسية، المؤتمر العلمي السابع والدولي الخامس لكلية التربية النوعية، المجلة المصرية للدراسات المتخصصة، جامعة عين شمس، ص٧٣- ٩٣.
- محمد منيزة، عليمات، هواش، خالد خليف (٢٠٠٦). العلاقة بين دافعية التحصيل وقلق الامتحان وأثرها على التحصيل في

مادة اللغة الانجليزية لدى طلبة المرحلة الأساسية والثانوية في محافظة المفرق، مجلة العلوم التربوية والنفسية جامعة البحرين ٧ (٣) ٢٠٢- ٢٢٢.

- محمود عطا حسين (١٩٨٥). مفهوم الذات وعلاقته بالكفاية في التحصيل الدراسي والتخصص في المرحلة الثانوية (علمي- ادبي) الرياض، رسالة الخليج العربي، العدد السادس عشر.

- Chapell, M. S., Blanding, Z, B,. Silverstien, M. E Takahashi, M., Newman B., Gubi A., & McCann, N (2005). Test Anxiety and Academic Performance in Under-Graduate and Graduate Students, Journal of Education Psychology, 97 (2) 268- 274.

- Corsini, R. J., & Auerbach, H. A. (1998). Concise Encyclopedia of Psychology.

- Elliot, A. J., & McGregor, H. A (1999). Test Anxiety and the Hierarchical Model al Approach and Avoidance Achievement Motivation. Journal of Personality and, social psychology, 76 (4), 628-466.

- Ruisel, 1. (2000). Is the Anxiety– Intelligence Relationship Relevant Studio Psychological, 42 (1/2), 3- 14