



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية المقداد
قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي



أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية

الى مجلس كلية تربية المقداد/ جامعة ديالى وهو جزء من متطلبات شهادة البكالوريوس في
(الارشاد النفسي والتوجيه التربوي)

مقدم من قبل الطالبتان

شذى عبد الكريم

هيام محمد إسماعيل

أ.م.د. سلوان عبد احمد

2025م

1446هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{ وَلَقَدْ آتَيْنَا دَاوُودَ وَسُلَيْمَانَ عِلْمًا وَقَالَا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي فَضَّلَنَا عَلَى
كَثِيرٍ مِّنْ عِبَادِهِ الْمُؤْمِنِينَ } [النمل: 15]

صدق الله العظيم

الاهداء..

لعائلتي الرائعة، أمي وأبي، إخوتي وأخواتي، هذا الاهداء يترجم مشاعر
الامتنان والحماس الذين يملؤون قلبي. من خلال تفضيحاتكم
ودعمكم، وجدته القوة والالهام لتحقيق هذا الإنجاز الأكاديمي. كانت
رحلة البحث هذه لنا جميعاً، وأطلع إلي مشاركتكم مزيد من النجاحات
معكم في المستقبل. شكرًا لكم على كل شيء.

بكل حبه وامتنان،

الباحثان

شكر وتقدير

الحمد لله الذي خلق الليل والنهار بقوته وميز بينهما بقدراته، وجعل لكل منهما حدا محدودا واما ممدودا، الهم أني اعتذر اليك من معروف اسدي الي فلم اشكره، ايدا بشكر الله (عز وجل) على جعل عسير الأمر يسيرا ، وانطلاقا من قول الحبيب المصطفى (صلى الله عليه واله وسلم).

من لا يشكر الناس لا يشكر الله

كما نتقدم بوافر الشكر والتقدير للدكتور (سلوان عبد احمد) المشرف على هذا البحث الذي غمرنا بفضله وعلم لما قدمه من جهد علمي بناء وما ابداه من توجيهات ليرفدنا بدافع اقوى وعزيمة اشد لإتمام هذا البحث.

الباحثان

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي إلى تعرف على أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية اتبعت الباحثتان المنهج الوصفي تكون مجتمع البحث من طلبة المرحلة الإعدادية في المديرية العامة تربية ديالى /قضاء المقدادية تم اختيار عينة عشوائية بلغت (١٠٠) طالب وطالبة بواقع (٥٠)طالب (٥٠) طالبة تبنت الباحثتان مقياس (البديري ٢٠٠٩) وتم تأكد من صدقه وثباته ذلك النتائج على أن طلبة المرحلة الإعدادية بما ان يعانون من القلق وعدم وجود فروق ذو دلالة احصائية بين ذكور والاناث وعلية اوصت الباحثتان بعدد من التوصيات وقدمتا عدد من المقترحات /أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية

The current research aims to identify the patterns of anxiety among middle school students. The researchers followed the descriptive approach. The research community consisted of middle school students in the General Directorate of Education in Diyala / Muqdadia District. A random sample of 100 male and female students was selected, with 50 male and 50 female students. The researchers adopted the (Al-Badri 2009) scale and its validity and reliability were confirmed. The results indicated that middle school students suffer from anxiety and there are no statistically significant differences between males and females. Therefore, the researchers recommended a number of recommendations and presented a number of proposals / patterns of anxiety among middle school students.

ثبت المحتويات

رقم الصفحة	العناوين	ت
ب	الآية القرآنية	1
ج	الاهداء	2
د	الشكر والتقدير	3
هـ	جدول المحتويات	
6-1	الفصل الاول	4
2	اولاً: مشكلة البحث	5
3-2	ثانياً: اهمية البحث	6
4	ثالثاً: اهداف البحث	7
4	رابعاً: حدود البحث	8
6-5	خامساً: تحديد المصطلحات	9
	الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة	19
8	اولاً: مفهوم القلق	11
8	ثانياً : أنماط القلق	12
9	ثالثاً: اسباب القلق	13
11-10	رابعاً : العوامل التي تزيد من حدة القلق :	14
14-12	خامساً : النظريات التي فسرت مفهوم القلق:	14
16-15	المطلب الثاني: الدراسات سابقة:	16
	الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته	17
18	اولا منهج البحث	18
18	ثانيا مجتمع البحث	19
19	ثالثاً عينة البحث	20
19	رابعاً: أداة البحث	21
20	خامساً / الوسائل الإحصائية	22
23-22	الفصل الرابع: اولاً عرض النتائج وتفسيرها مناقشتها	23
23	ثانيا الاستنتاجات	24
23	ثالثا التوصيات	25
23	رابعاً المقترحات	26
25-24	المصادر	
29-26	الملاحق	

الفصل الاول

- اولا : مشكلة البحث .
- ثانيا : اهمية البحث .
- ثالثا : اهداف البحث .
- رابعا : حدود البحث .
- خامسا : تحديد المصطلحات .

أولاً: مشكلته البحث :

نلاحظ أن عصرنا الحالي مليء بالصراعات والقلق التي تكون ناتجة اما من الماضي وخبراته السلبية أو من الحاضر وضغوطه ومشاكله، فعندما نتطرق لموضوع مثل القلق اقرب مجتمع يمكن تناوله بالدراسة هو المجتمع العراقي لأنه يتصف على المستوى الفردي والجماعي بالتوتر والقلق والصراعات نتيجة الحروب المتتالية التي مر بها العراق والتي كان آخرها وأكثرها ضراوة ووحشية هي الحرب الداعشية وما خلقت من ظروف عصيبة تاركة وراءها فقرا ودمارا وانتشارا للأمراض الجسمية والنفسية التي أدت إلى خلق جو من القلق بمختلف أنماطه ومستوياته وخاصة لمرحلة عمرية حرجة كمرحلة المراهقة لان فئة هذه المرحلة تتصف بعدم الاتزان الانفعالي والحساسية الزائدة لجميع المؤثرات الخارجية ومحاولة التطلع للمستقبل وهذا كان من جانب. (حسين، 2004: 8)

ومن جانب آخر فإن الانفتاح والتقدم العلمي والتكنولوجي والانتشار للتقنيات الحديثة وما افرزته الحياة المعاصرة كان له تأثير مباشر على افكار الشباب كافة والمراهقين خاصة خصوصا بعد 2003 وكانت معظم هذه الأفكار تتعارض مع عادات وأعراف ومعتقدات المجتمع مما خلق فجوة بين أفكار المراهق وسلوكه الاجتماعي الذي له اثر على نفسيته ويخلق له جو من الصراع بين الواقع الخيالي والواقع الحقيقي مما يجعله في قلق دائم ويؤثر على ردود أفعال المراهق في التعامل مع مواقف الحياة اليومية المختلفة. (الخالدي، 2002: 12).

ونتيجة الحروب المتتالية التي مر بها المجتمع العراقي والتي كان آخرها وأكثرها وحشية هي الحرب الداعشية تمكنا من القول إن هذا المجتمع قد يمر بحقبة زمنية أكتنفها القلق والخوف والتوتر إذ لاشك في إن الحياة في جو وبيئة على هذا النسق لا تخلو من التوتر والضيق والقلق والاحباط 0 (الخالدي، 2002، 1)

فقد أكدت العديد من الدراسات أن القلق بعد عصب الحياة النفسية السوية وغير السوية ونظرا للآثار السلبية المتمخضة عن القلق في جميع الميادين التربوية والنفسية والاجتماعية والصحية وحتى الاقتصادية وتتجلى مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل الآتي:

هل يعاني طلبة المرحلة الإعدادية من القلق؟

ثانيا : أهمية البحث:

أصبح القلق في عصرنا الحالي القاعدة الأساسية التي يستند عليها في تفسير السلوك الإنساني وتوجيهه لأنه يؤثر على حياة الإنسان إما يكون سبب لتقدمة ونجاحه أو مشكلة تؤدي إلى شعوره بالخوف والتوتر وتبعده عن الحياة الاجتماعية وتسيطر على تفكيره لان القلق يؤثر على سلوكيات الفرد واسلوبه في التعامل مع أمور الحياة المعتادة ويؤثر على ردود أفعاله في المواقف اليومية المختلفة. (ابراهيم ، 1989 : 6)

ويتعرض الإنسان في مجرى حياته لكثير من الأزمات الناجمة عن طبيعة الحياة نفسها، فهو معرض للكوارث الطبيعية والحروب والمشكلات الاجتماعية والأسرية وحتى المهنية التي تسبب له الإرهاق النفسي وتترك لديه آثار عابرة في بعض الأحيان وشديدة في أحيان أخرى . (ارميا ، 2005 : 72)

وفي العصر الحديث لم يقف الأمر عند هذا الحد، إذ أصبح الإنسان يواجه ظروف أكثر شدة. فهو الآن يعاني من مواجهة التعقيد الحضاري والتغيير الاجتماعي والتفكك الأسري بمختلف أشكاله وضعف القيم الدينية والخلقية وزيادة أعباء الحياة ومتطلباتها و انتشار الفقر والجهل والصراع الطبقي والطائفي، بالإضافة إلى الحروب الوحشية التي كانت أكثر ضراوة (تونسي، 2002، 1)

وبعد القلق المنطلق لكل الانجازات البشرية، والأساس لكل اختلال في الشخصية واضطراباتها والسلوك واضطراباته إذ إن القلق العادي يعمل على دفع السلوك نحو العمل والبناء إما في حالات القلق الشديد يصبح السلوك متغيرا غير منتظم (حسين، 2004 : 4)

وبما إن الدراسة الحالية تبحث في أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية فان أهمية الدراسة تظهر في الجوانب الآتية:

1. أهمية الموضوع نفسه حيث يتناول إحدى الموضوعات البحثية المهمة في مجال علم النفس هو القلق وانماطه حيث يعد القلق من أخطر المشاكل النفسية التي يمكن أن يواجهها المراهقون والتي لها أثر على نمو شخصياتهم وسلوكهم نحو السلوك السوي أو غير السوي.

2. أهمية المرحلة العمرية التي يدرسها البحث ، لان الاهتمام بهذه الفئة العمرية يعد مؤشرا على تقدم المجتمع لأنهم هم قادة المستقبل وثروته لذا من الضروري الاهتمام بالصحة النفسية وتحقيقها لهذه الفئة..
3. أهمية إجراء هذه الدراسة ميدانيا هو الاستفادة من نتائجها والحصول على معلومات تساعد في إعداد برامج إرشادية للعاملين بمجال التربية والتعليم والإباء والمربين في كيفية التعامل مع المراهقين، وفهم مشكلاتهم وكيفية التخفيف منها أو التغلب عليها.

ثالثا : أهداف البحث : يهدف البحث الحالي التعرف على :

- 1 - أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية
- 2- مستوى دلالة الفرق في أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).

رابعا : حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية في مدارس قضاء المقدادية التابع لمحافظة ديالى للعام الدراسي (2024- 2025) .

خامسا : تحديد المصطلحات:

أولا : - أنماط القلق عرفه كل من ما يأتي:

- 1 - روويل(2005) : خوف يظهر كاستجابة لخطر يبدو حقيقيا، فهو شعور بالفزع أو الخوف ردا على مواقف غير مؤذية، وقد يكون رد فعل عاطفي غير مقاس مع الدرجة الحقيقية للخطر الحقيقي(روويل ،2005: 1)
- 2 - فرويد (1982) : هي حالة من الخوف الغامض الشديد الغامض الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق والألم (فرويد ، 1982، 18)
- 3 - العزاوي (2002) : شعور بالخوف أو الفزع أو الهلع أو الارتعاد، أو خوف متوقع غير محدد (العزاوي ، 2002: 8)
- 4 - حبيب (1994) : حالة وجدانية تمتلك الإنسان ، ترتبط بشيء غير واضح ، قد يكون موجودا أو غير موجود تسبب له كثيرا من الكدر والضيق والألم (حبيب، 1994: 9)

وتعرفه الباحثان بأنه: مجموعة من الاستجابات الانفعالية التي تصاحبها بعض المظاهر الفسيولوجية تحدث نتيجة أسباب معينة قد تكون واقعية أو متوهمة ، أو قد تكون واقعية لكن مبالغ فيها أو ناتجة عن شعور الفرد بالذنب.

ثانيا: أنماط القلق:

1 - القلق الموضوعي وعرفة كل من:

1- عبد الخالق (1998)

هو القلق الذي يعزى إلى موقف محدد، كما يحدث في زمن معين وبعد حينئذ استجابة سوية لمواقف طبيعية تسبب القلق في الحقيقة لدى معظم البشر (عبد الخالق، 1998، 28:27).

2- زهران (1977)

هو الاستجابة المتعلقة بعوامل خارج الفرد، ويكون مصدرة موجود فعلا، يحدث في مواقف الخوف من فقدان شيء كالقلق المتعلق بالنجاح في عمل جديد أو امتحان (زهران، 1977، 97).

وتعرفه الباحثان إجرائيا بأنه:- الاستجابة الانفعالية المتعلقة بأسباب واقعية موجودة فعلا تعد مصدر تهديد خارجي للفرد محصول حادث غير متوقع حريق، انفجار ، كوارث طبيعية (.....) أو خوف الفرد من الفشل أو فقدان شيء ما.

2 - القلق العصابي: -

عرفة كل من:

1- دمنهوري (2000)

هو القلق الذي تكون شدته فوق قدرة احتمال الفرد مما يدفع الفرد لسلوك طرق غير واقعية وغير منطقية ومرضية. (<http://www.qszoom.com>)

2- الألوسي (1990)

هو القلق الذي لا يعرف فيه سبب المخاوف ويعجز الفرد عن تشخيص أو تحديد موضوع محدد يرتبط بقلقة. (الألوسي، 1990، 80)

التعرف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يصل عليها طلبة (عينه) بعد اجابتهم على مقياس انماط القلق المعد لهذا البحث .

ثالثاً:- المرحلة الإعدادية:

هي المرحلة التي تبدأ بعد الدراسة المتوسطة وتتكون من ثلاث مراحل تبدأ بالمرحلة الإعدادية وتنتهي بالسادس الإعدادي والدخول إلى المعاهد والكليات ، بعد ما ينهي الطالب المرحلة المتوسطة يختار في الصف الرابع إما الدراسة العلمية أو الأدبية ويوجد فرعان في الدراسة العلمية حيث يبدأ الطالب بالتخصص في الصف الخامس العلمي إلى العلمي الإحيائي أو العلمي التطبيقي).

الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات السابقة :

أولاً: مفهوم القلق :

يعتبر القلق خوف غامض لا يعرف سببه بوضوح . فالشخص القلق يشعر بالخوف ولكنه لا يدرك بوضوح مصدر خوفه وينشأ القلق نتيجة الصراع النفسي الذي يهدد أمن الإنسان وبات يشعره بالخطر (بخاني، 1958: 5)

وعرفه آخرون بأنه حالة تؤثر تأثير شامل ومستمر نتيجة لتهديد خطر فعلي أو رمزي يحدث ويصحبها خوف غامض واعراض نفسية وجسمية . وفي جانب آخر يعرف على انه حالة انفعالية نشأ من الخوف من مجهول وتتمثل في انها نوع من عدم الراحة الذهنية وتعتبر حالة انفعالية نتيجة الخوف من المستقبل سواء الدراسي أو الوظيفي بعد التخرج ويدركها الفرد في المجال الحركي النفسي الفسيولوجي والعقلي والانفعالي . (عز الدين، 1998، 327) .

ثانياً : أنماط القلق :

يصنف القلق الى عدة انواع هي : ..

1 - القلق الموضوعي Objective Anxiety

هو خوف من خطر خارجي معروف كالخوف من حيوان مفترس أو من الحريق ، أو من الغرق، وهذا النوع من الخوف أمر مفهوم ومعقول، فالإنسان عادة يخاف من الأخطار الخارجية . (فرويد، 1989، 14) .

والقلق الذي يعزى الى موقف محدد، كما يحدث في زمن معين، ويعد حينئذ استجابة سوية لمواقف طبيعية تسبب القلق في الحقيقة لدى معظم البشر .(عبد الخالق ، 1998 ، 27 - 28).

ويمكن القول انه الاستجابة المتعلقة بعوامل خارج الفرد، ويكون مصدره موجود فعلاً، يحدث في مواقف الخوف من فقدان شيء كالقلق المتعلق بالنجاح في عمل جديد أو في مواقف الحياة .

2 - القلق العصابي :

هو خوف داخلي المصدر غير مفهوم لا يعرف له الفرد اصلاً أو سبباً ولا يوجد له مبرر موضوعي واضح، فهو خوف اسبابه لا شعورية مكبوتة . (النواب 1991، 39) .

أو هو خوف غامض غير مفهوم، ولا يستطيع الشخص الذي يشعر به أن يعرف سببه، ويأخذ هذا القلق يتربص الفرص لكي يتعلق بأية فكرة أو أي شيء خارجي، أي أن هذا القلق يميل إلى الاسقاط على أشياء خارجية . (فرويد 14,1989) .

والقلق الشديد لا تتضح فيه معالم المثيرات المسببة له يظهر على شكل الخوف المجهول، ويلجا صاحبه لألقاء اللوم على أكثر من مؤثر بدون وجود صلة واضحة أو واقعية بين القلق والمثير . (الرفاعي، 1987، 210) .

3 - القلق الخلفي:

ويكون على شكل احساسات كبيرة بالذنب يثيره إدراك الضمير، وهو عامل باطني للسلطة الابوية والذي يهدد الشخص بالعقاب الأقدمه على ارتكاب فعل قبيح أو مجرد التفكير في شيء من شأنه أن يثير سخط الأنا الأعلى . (فرويد 27,1962) .

والقلق الذي يحدث نتيجة حكم الأنا الأعلى بارتكاب ذنباً أو احتمال أن يكون لإحباط أمر موجود بين مكونات الأنا الأعلى . (الرفاعي 210,1987 - 211) .

ثالثاً: اسباب القلق :

هناك أسباب عديدة للقلق منها:

1 - وجود عامل قوي يشكل خطراً على استقرار وجود الشخص، ويؤثر بشكل سلبي على راحته وسلامته، سواء البدنية أو العقلية أو حتى النفسية كالحروب الأهلية و العالمية . والمشاكل السياسية والاجتماعية في المحيط الذي يعيش فيه الانسان، حيث أن الاصطدامات العسكرية من شأنها أن تشكل خطراً على حياة الأنسان، مما يجعله في حالة خوف دائم من القادم والمجهول

2 - تتولد بعض حالات القلق من اذى بعض الأشخاص الذين يحملون داخلهم كماً هائلاً من الشر كما أن هناك خوفاً بسبب العيش في مناطق خالية من الأمن والنظام والقانون

3 - القلق من الموت. وكذلك من المرض والأوجاع المرافقة للحالات المرضية المختلفة

4 - هنالك قلق نفسي من التعامل مع الناس والحديث معهم أو من الوقوف على المنصات

والمنابر والحديث امام الجماهير ويطلق على هذا النوع من القلق (الرهاب الاجتماعي) .

5 - الفراغ الكبير في حياة الإنسان وعدم وجود هدف واضح للحياة، وعدم ضمان المستقبل، والذي ينتج عنه عدم اكتمال التعليم أو اكتساب مهنة معينة وهذا بدوره يزيد من قلق الشخص من المصير القادم (التحريري 2018: 112) .

رابعاً : العوامل التي تزيد من حدة القلق :

هناك عدة عوامل تساعد على زيادة القلق عند الانسان منها :

1 - التركيز في متابعة تفاصيل كل الأمور اليومية يرهق التفكير ويزيد القلق والشعور بالتوتر والخوف والتوقعات غير الجيدة .

2 - رسم سيناريوهات خيالية عن نتائج كل فعل ونهايته وتكون في الغالب سلبية ومخيفة مما يزيد من المشاعر السلبية تجاه الأمور بشدة

3- الشعور بحالة من التفكير الدائم وعدم ترك العقل ينعم ببعض الراحة بسبب المزيد من الشعور بالمشكلة وعدم التوقف عن الشعور بالقلق وتوابعه .

4 - قضم الأظافر على الدوام من العادات التي تزيد المشكلة وتشعرك بوجود مشكلة ما غير موجودة .

5 - الالتفاف في الغرفة على قدميك والمشي ذهاباً وأياباً بداخلها يزيد من الأحاسيس غير الإيجابية . (سمير 2016: 67) .

كيفية الحد (التخلص) من القلق :

هناك عدة أمور على على الانسان ان يقوم بها للحد من القلق وهي :

1 - تنظيم الوقت :

ان ادارة الوقت تمنح الانسان التنظيم اللازم حتى ينجز المهمات التي يحتاج الى القيام بها، حيث تساعد ادارة الوقت على تقرير ما هي الأمور الملحة وكم من الوقت يلزم لها، وما هي الأمور الأقل اهمية وهذا يجعل الحياة اسهل واقل اجهاداً واكثر وضوحاً مما له اثر كبير في التخفيف من التوتر والقلق .

2 - اعادة التفكير في نمط الحياة الذي يعيشه الفرد :

ان الخيارات التي يتخذها الانسان بشأن الطريقة التي يختار ان يعيش عليها، تؤثر بشكل كبير في مستوى التوتر والقلق لديه، بل وهي قد تعيق امكانية تخلص الفرد من القلق والتوتر في حال وجودها.

وهناك امور قد تجعل نمط الحياة الذي يعيشه الفرد اكثر صحة وفعالية هي :-

أ - ايجاد توازن بين الاحتياجات الشخصية وبين متطلبات العمل والعائلة والواجبات الاجتماعية.

ب - الحصول على النوم الكافي والمريح الذي يسمح للجسم للتخلص من الضغوطات اليومية .

ج - استخدام مفكرة للتذكير بالمهام لعدم القلق بشأن نسيانها أو التأخر عنها .

3 - الحصول على الدعم :

أن وجود اشخاص يدعمون الانسان سواء من العائلة أو الاصدقاء أو من المجتمع دعماً مادياً أو بالوقت والمشورة وبتقديم الحب والثقة والتعاون، له تأثير قوي في التخلص من القلق ويساعد على البقاء في حالة نفسية جيدة وهمة عالية .

4 - التغيير من طريقة التفكير :

أن الأحداث المزعجة قد تجعل الانسان يشعر بالسوء تجاه نفسه، وقد يبدأ في التركيز على سلبياته والأمور السيئة التي تحصل معه، ولا يفكر في ميزاتهِ والأمور الجيدة التي تحصل معه، وهذا ما يسمى بالتفكير السلبي، فأن التغيير من الطريقة التي يفكر بها الانسان وكيفية رؤيته للأشياء يمكن ان تساعد على الحد من القلق .

ومن الأمور التي تساعد على ذلك هي :-

أ - العلاج المعرفي السلوكي الذي يساعد الانسان على التعامل مع مشاكله .

ب - اتباع نظام حل المشكلات من خلال تحديد المشكلة واسبابها ونتائجها والبحث عن الحلول التي يمكن القيام بها .

ج - التعبير عن النفس والطريقة التي يشعر بها الشخص بطريقة لبقة ومناسبة تساعد من التخفيف من حدة القلق . (محمد مروان، 2018، 56) .

خامساً : النظريات التي فسرت مفهوم القلق:

هناك عدة نظريات تناولت مفهوم القلق ومن تلك النظريات :

1 - نظرية التحليل النفسي

يرى فرويد انه اذا شعر الشخص بخطر في موقف معين فإنه يأخذ بعد ذلك بتوقع الخطر في المستقبل في المواقف المشابهة واذا توقع الشخص وقوع الخطر يشعر ايضاً من خلال القلق كأن الخطر وقع فعلاً، ويؤدي القلق في هذه الحالة الأخيرة وظيفة هامة . بمثابة اشارة تنذر بحالة الخطر المقبلة حتى تستطيع (الانا) تستعد لمواجهة الخطر المتوقع . (الهيتي . 1985، 74) (العناني ، 1998، 111) .

فالقلق اذا هو (اشارة) بأن الخطر مقبل ، ولا شك ان ادراك الفرد للخطر قبل ان يباغته فعلاً امر مفيد لحفظ حياته، وهو يدل على تقدم مهم في قدرته على حفظ ذاته . (فرويد 1989، 30) . ان الاخطار التي تثير القلق تختلف باختلاف مراحل الحياة، فالعجز النفسي وعدم القدرة على السيطرة التنبهات الشديدة التي يتعرض لها الانسان هو العامل الذي يثير القلق وكذلك الخوف من الانا الأعلى هو الذي يثير القلق في مرحلة ما من حياة الانسان .

2 - النظرية السلوكية :

أ - السلوكية التقليدية

يركز اصحاب هذه النظرية على عملية التعلم. فهم يؤكدون ان الانسان يتعلم القلق والخوف والسلوك المرضي كما يتعلم السلوك السوي ، ويرى واتسن ان القلق خوف مرتبط بالتاريخ التعليمي حياته (Hilgard) للفرد الذي يشمل الاشتراطات والمعززات كافة، وان هناك استجابة خاصة لكل مثير، وان كل استجابة مثيرها الخاص (ارميا، 2005 34)

واكد بافلوف (Pavlov، 1906) ان القلق ينجم عن اشارة الخطر التي ترد من المنبه الشرطي، ليأخذ نفس رد الفعل الذي ينتج سابقاً بالتأكيد الحقيقي الذي يرد فيه المنبه الطبيعي . (العيسوي 1989، 79) .

اما سكنر (Skinner ،1904) فيرى أن القسم الأكبر من التعلم يتم عن ضمن نموذج التعلم الاجرائي، اذ يشكل السلوك المتعلم عن طريق التعزيزات الخارجية، وان القلق ينشأ بسبب الاضطرابات في عملي الاستثارة والكف للنظام العصبي .(233، 1978رايكمان)

ب - النظرية المعرفية :

يرى اليس (Ellis) ان الم الكائن الحي يصدر عن مصدرين الأول هو المحيط الخارجي الذي يؤثر على الجسد من جوع او مرض ... الخ فتكون هناك علاقة مولدة للألم .

ويرى ان انسب طريقة لعلاج القلق هو ازالة الاضطرابات الانفعالية أو خفضها لدى الفرد ويشتمل على هدفين :

الأول : تقليل القلق الى اقل قدر ممكن .

الثاني : تزويد العملاء بطريقة تمكنهم من ان يكون لديهم اقل مستوى من القلق، وذلك من خلال تحليل الافكار والاحاديث الذاتية ومهاجمتها. (الصهقان، 2005 :17) .

اذ يرى اليس بأن الناس الذين يختارون بفعالية ويتمسكون بإصرار بالمعتقدات التي تسبب لهم القلق والاحباط وانهزام الذات، يمكنهم ايضاً أن يغيروا افكارهم ومشاعرهم وسلوكهم اذا ما تم تعليمهم بطرق فعالة وتوجيههم .(Ellis، 1992، 199 :200) .

3 - نظرية المنظور الانساني

ينظر اصحاب هذه النظرية الى القلق من زاوية تختلف جوهرياً عما سبقها من نظريات. اذ تؤكد خصوصية الانسان بين الكائنات الحية، فتركز على موضوعات مثل : الارادة الحرة المسؤولية الابتكار، والقيم. وترى ان التحدي الرئيسي امام الانسان يتمثل في تحقيق وجوده وذاته كإنسان . (اسماعيل، 1994، 49 - 70) .

وعلى وفق هذا المنطلق يرون ان القلق لا ينشأ من ماضي الفرد وانما هو خوف من المستقبل وما قد يحمله من احداث تهدد وجود الانسان وانسانية الفرد . (شلتز، 1983، 307) .

ويرى روجرز (Rogers، 1912) ان الانسان يشعر بالقلق حين يجد التعارض وبين الذات الواقعية الممارسة وبين الذات المثالية بين امكانيته وطموحاته.

4- النظرية الوجودية :-

يرى الوجوديون أن سبب شعور الانسان بالقلق انه هو المسؤول عن الاختيار في الحياة والاتجاه نحو المستقبل وماهيته (الحنفي، 404 ، 1995) حيث يرى كير كجارڊ ان هذا الاختيار يجر الى المخاطرة، والمخاطرة بطبيعتها تؤدي الى

القلق. (تونسي ، 27 ، 2002) ويرى ان القلق خاصية انسانية وليست حيوانية ، وانه مجموعة معقدة من المخاوف التي على الرغم من كونها عدما في ذاتها الا انها تطور ذاتها (العزتوي ، 2002 : 17).

ويعتقد فرانكل ان الفرد يعيش خبرة القلق نتيجة لوعيه الحاد الذي يترتب على افعاله وقراراته وما ينتج عنها وعلى الفرد أن يواجه القلق؛ لانه في حال لو تجنب القلق سيتخلى عن النمو والفردية والقيم والاهداف وايضا سينكمش ويتوقف عن اختيار المستقبل (الجبوري ، 25، 2006) . في حين يرى May ان القلق ليس شعور غير سار أو شعور بعدم الراحة وانما هو استجابة تجاة الخطر الذي يهدد الوجود والمعنى بصورة اساسية (البديري ، 23 ، 2003) وكما يمكن ان تتدرج درجة القلق من المقبول الى الشديد المعوقه للنمو، وقد يدفع الفرد لتجاهلها وكتبتها لتحقيق الاستقرار، الا ان هذا لا يحقق له الاستقرار الفعلي الا بقبول المهددات المثيرة للقلق كجزء من الوجود واستغلاله كدافع لتحقيق التكامل بين نماذج الوجود (تونسي ، 28، 2002).

وان اصحاب هذا المنظور يؤكدون ان الفرد لديه القدرة على الارتفاع بنفسه، ولكي يتخلص من القلق عليه ان يدرك ذاته ويسمو بها ويتقبل قيود الحياة والوجود مهما كانت (باترسون 1990 ، 227-446)

5- نظريه القلق حالة - سمة :-

ان جميع النظريات السابقة لم تميز بين القلق كحالة طارئة ام سمة لازمه الا ان (كاتل وسبيلبرجر (توصلوا الى وجود عاملين للقلق، هما قلق الحالة وقلق السمة (القريطي 132 ، 1998)، اذ يرى كاتل ان الفرد القلق له حالتان ، اما ان يكون قلقا في اللحظة الراهنة كاستجابة لمثير مهدد او ظرف معين مما يضمن حالة غير ثابتة ، او ينظر اليه بانه فرد ذو شخصية قلقة (اراميا ، 35 ، 2005) او قلق كحالة انفعالية مؤقتة زائلة يشعر فيها الفرد عند ادراكه الموقف المهدد مما يؤدي الى نشاط الجهاز العصبي اللا ارادي وتتوتر عضلاته، ويستعد للمواجهة. (البديري ، 25، 2003) اما سمة القلق والتي حسب ما عرضها (كاتل ، سبيلبرجر ، وكامبل ، اتكينسون) بانها سمة ثابتة نسبيا في الشخصية حيث يكون استعداد سلوكي كامن للقلق مكتسبه الفرد منذ الطفولة وانه يبقى

كامنا حتى تبطئها المنبهات الخارجية والداخلي (العزاوي ، 19، 2002) وبذلك نصل الى ان القلق كحاله ما هو الا قلق سوي يزول بزوال مسبباته ، اما القلق كسمه فهوي غير سوي لان اسبابه غير موضوعيه.

الدراسات سابقة:

اولاً : دراسات عربية

1- دراسة قلندر (2003): هدفت الدراسة الى التعرف على القلق وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل .

واستخدمت الباحثة مقياس القلق - اعداد سلوى جمال 1997، ومقياس التكيف الدراسي اعداد الباحثة . تكونت عينة الدراسة من (435) طالب وطالبة من التخصصات الطبية والهندسية بجامعة الموصل وتوصلت الباحثة الى وجود علاقة دالة احصائية بين مستوى انماط القلق والتكيف الدراسي، كما انه متوسط القلق للطلبة متوسط اما متغير الجنس وجد الباحث ان ان الاناث لديهم قلق أكثر من الذكور، أما التخصص فقد ظهر ان التخصص العلمي أكثر قلقاً من التخصص الانساني .

2- دراسة سعيد (2005): هدفت الدراسة الى بناء برنامج ارشادي في توكيد الذات، اضافة الى التعرف على اثر توكيد الذات في تنمية الذات للطلبة ذوي القلق من طلبة كلية التربية الاساسية في الجامعة المستنصرية وتكونت العينة من (16) طالب وطالبة ممن لديهم شعوراً عالياً بالقلق وفاعلية الذات ومقياس القلق . وقد تم اعدادها من قبل الباحث واسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط عكسي بين فاعلية الذات والقلق. اي انه كلما تمتع الفرد بفاعلية ذات مرتفعة انخفض الشعور بالقلق وبالعكس ، ووجد ان الذكور أعلى قلقاً من الاناث ، اما التخصص فوجد الباحث ان التخصص الانساني اكبر من العلمي ..

3- دراسة العويضة (2009): هدفت الدراسة الى الكشف عن كل من تفضيلات الاتصال الشائعة ومستويات القلق والشعور بالوحدة وكشف الذات لدى طلبة جامعة عمان الاهلية، عند عينة بلغت (400) طالب وطالبة من الجامعة. وقد استخدم الباحث مقياس تفضيلات الاتصال الريد - و - ريد (Reid & Reid، 2003) ومقياس القلق ومقياس الشعور بالوحدة، ومقياس كشف الذات وهي من اعداد امجد ابو جدي (2004) وقد توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة احصائياً بين تفضيلات الاتصال وجها لوجه والقلق، كما توصلت الدراسة الى وجود علاقة

ارتباطية ايجابية دالة احصائياً بين تفضيلات الاتصال باستخدام الرسائل النصية والقلق ، واطهرت النتائج ان الاناث اعلى قلقاً من الذكور وذوي التخصص الانساني يغلب التخصصات العلمية

4- دراسة العاسمي والضبيح، (2011) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين استراتيجيات تقديم الذات والقلق وذلك لدى طلبة جامعتي دمشق وسوهاج وقد تكونت العينة من (300) طالب وطالبة بواقع (150) طالب وطالبة من كل جامعة تم اختيارهم من طلاب الفرقة الأولى، وقد استخدم الباحثان مقياس استراتيجيات تقديم الذات (اعداد الباحثين) ومقياس القلق اعداد العاسمي (2001) وقد اسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين استراتيجيات تقديم الذات بابعادها المختلفة والقلق . وان الذكور ذو التخصص الانساني اكثر قلقاً .

ثانيا: دراسة اجنبيه :

1- دراسة لوركر (2003)

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الافكار اللاعقلانية والقلق لدى طلبة كليات المجتمع، وتكونت عينة الدراسة من (153) طالب وطالبة، وأشارت نتائج الدراسة الى ان انماط القلق ارتبطت بشكل كبير ببعض الافكار اللاعقلانية وهي وجوب ان يكون الفرد محبوباً ومقبولاً من المجتمع وان ماضي الفرد هو المحدد لسلوكه في الحاضر، وانه من المرئى ان تأتي الأمور على غير ما يتوقع الفرد . غير ان الافراد الذين لا يملكون الافكار اللاعقلانية ليس لديهم قلق .

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً: منهج البحث

ثانياً: مجتمع البحث

ثالثاً: عينة البحث

رابعاً: أداة البحث

خامساً: وسائل الاحصائية

اولا منهج البحث

اتبعت الباحثتان المنهج الوصفي لأنه يعد من انسب المناهج ملائمة الدراسة العلاقات الارتباطية وبين المتغيرات والكشف عن الفروق بينها ان هذا المنهج يدرس متغيرات البحث كما هي لدى أفراد العينة دون أن تكون الباحثتان دور في ضبط المتغيرات ويعنى بوصف الظاهرة وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبير كفييا وكمي فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها والتعبير الكمي يعطينا وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر لأخرى مختلفة (ملحم ٢٠١٠: ٣٦٩)

ثانيا مجتمع البحث

يقصد بالمجتمع البحث هو مجموعة من لأفراد أو الأشياء أو اعداد والتي لها خاصية مشتركة يمكن ملاحظتها أو تحليلها (صبري واخرون ١٥:٢٠٠١)

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة المرحلة الإعدادية في مدارس قضاء المقدادية محافظة ديالى واستندت الباحثتان في احصاء مجتمع البحث إلى شعبة التخطيط والمتابعة في مديرية تربية المقدادية الحصول على بيانات المدارس إذ بلغ مجموع طلبة مجتمع البحث الحالي (٤,٥٥٢) طالب وطالبة كما مبين في الجدول التالي

جدول (١)

اسم المدارس	ذكور	إناث	مجموع
١ اعدادية علي بن أبي طالب البنين	٤٥٦		٤٥٦
٢ اعدادية المقدادية البنات		٩٤٠	٩٤٠
٣ اعدادية رساله للإسلام البنات		٤٦٨	٤٦٨
٤ اعدادية ابي حنيفة النعمان البنين	٨٧٠		٨٧٠
٥ اعدادية تطوان البنات		٤٦٩	٤٦٩
٦ اعدادية البراءه البنات		٥٠٠	٥٠٠
٧ اعدادية المقدادية البنين	٤٧٤		٤٧٤
٨ اعدادية منابع العلم البنين	٣٧٥		٣٧٥
مجموع	٢,١٧٥	٢,٣٧٧	٤,٥٥٢

ثالثاً عينة البحث

تعرف عينة البحث على أنها جزء من المجتمع ممن تتم دراسة الظاهرة حيث يختارها الباحث لغرض إجراء دراسة عليها و على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (داود وعبد الرحمن ١٩٩٠: ٦٧)

اذ يتحدد عينة البحث الحالي على (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية التابعة القضاء المقدادية /محافظة ديالى

وفقاً لذلك تم اختيار العينة بطريقة العشوائية البسيطة ذات التوزيع المتساوي بلغت عينة البحث الكلية (١٠٠) طالب وطالبة كما مبين في الجدول (2)

جدول (٢)

المدرسة	ذكور	إناث	مجموع
١اعدادية علي بن أبي طالب البنين	٥٠		٥٠
٢ اعدادية المقدادية البنات		٥٠	٥٠
مجموع	٥٠	٥٠	١٠٠

رابعاً: أداة البحث

بعد طلاع الباحثان على الادبيات والدراسات السابقة تبنت الباحثتان مقياس (البيديري ٢٠٠٩) الذي يتكون (٣٠) فقرة ووضعت لكل فقرة أربعة بدائل هيه (دائماً، غالباً، أحياناً، ابدأ) واعتمدت الباحثتان على نظرية (فرويد ١٩٨٩) عرفه أنماط القلق (بأنه الخوف من خطر خارجي معروف كالخوف من الحيوانات مفترسة أو من حريق الغرض من هذا النوع من الخوف امر مفهوم فالإنسان عادة يخاف من الأخطار الخارجية) اعتمدت الباحثتان هذا تعريف كالتعريف نظري البحث

الخصائص السايكومترية المقياس أنماط القلق

اولاً الصدق

يجب أن يكون المحتوى ممثلاً تمثيلاً جيداً لنطاق المفردات الذي تم تحديده سابقاً (ابو علام 190-2000)

١ صدق الظاهرة* وقد تحقق هذا النوع من الصدق في عرضت فقراته على مجموعة من خبراء من ذوي الاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية ملحق (١) حيث كانت نسبة الاتفاق هي ١٠٠ ٪ على فقرات المقياس اما البدائل كانت رباعية هي (دائماً، غالباً، أحياناً، ابدأ) كما مبين في ملحق (٢)

ثانياً الثبات

يشير الثبات الى درجة الدقة او الضبط او الاحكام في عملية القياس ، بحيث تعطي معاملات لثبات فكرة عن درجة الاتساق أو التوافق في نتيجة القياس عند تكراره (ملحم ٢٠٠٢.٣٠٧).

١ طريقة إعادة الاختبار فقامت الباحثتان بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٠) طالب وطالبة بعد مرور (١٥) يوم على التطبيق لأول تم إعادة التطبيق على العينة نفسها باستعمال معامل الارتباط بيرسون بين درجات التطبيق بلغ معامل ارتباط (٠,٨٩) هذا يعد مؤشر جيداً

٢ طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معامل الفاكرونباخ

تعتمد هذه المعادلة على حساب الارتباطات بين الفقرات الداخلة في المقياس وتشير نائلي (Nunnally1978:230) بهذه الطريقة طبقت معامل الفاكرونباخ على درجات أفراد العينة فكانت قيمة معامل ثبات مقياس الهندسة النفسية (٠,٨٤) وهذا يدل على أن معامل ثبات مقياس جيداً

خامساً / الوسائل الإحصائية

المعالجة بيانات هذا البحث تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية

١ لاختبار التائي العينة واحدة

٢ – معامل ارتباط بيرسون

٣ الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين

٤ معادلة الفاكرونباخ

ه استخدمت الباحثتان الحقيبة الاحصائية العلوم الاجتماعية Spss لاستخراج النتائج عن طريق الحاسبة إلكترونية

الفصل الرابع

أولاً عرض النتائج وتفسيرها مناقشتها

ثانياً الاستنتاجات

ثالثاً التوصيات

رابعاً المقترحات

أولاً عرض النتائج وتفسيرها مناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت لها الباحثة، وفقاً للأهداف البحث التي تم عرضها في الفصل الأول، ومناقشة هذه النتائج وتفسيرها، وقد تبلور في ضوء ذلك بعض التوصيات والمقترحات وكما يلي :-

الهدف الأول :- التعرف على انماط القلق لدى طلبة المرحلة الاعدادية

بعد تطبيق مقياس انماط القلق على طلبة المرحلة الاعدادية والبالغ عددهم (٤,٥٥٢) طالب وطالبة والمكون من (30) فقرة قد تبين أن الوسط الحسابي لدرجات افراد العينة قد بلغ (٨٠,٤٩٠) درجه و بانحراف معياري قدره (١١,٦٥٠) ، وعند مقارنه الوسط الحسابي بالوسط الفرضي للمقياس الاي بلغت قيمة (70) باستعمال الاختبار الثاني لعينة واحده أظهرت القيمة الثانية المحسوبة والبالغة (٤,١١) درجة لأنها أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.98) فهي دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) كما موضح بالجدول ادناه

جدول (٣)

العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة حرية	قيمة التائية المحسوبة	قيمة التائية الجدولية	دالة الإحصائية
100	80.49	11.65	70	99	4.11	1.98	٠,٠٥

ويتضح مما سبق أن طلبة المرحلة الاعدادية يعانون من القلق لان المراهق في هذه المرحلة يشعر بالقلق على دراسته ومستقبله الدراسي وخوفه من الفشل وما يصاحب ذلك من التوتر في الاختبارات كذلك الخوف والقلق حيال ما يمر به المجتمع من معاناة نفسية وصحبه واقتصادية خصوصاً بعد الحروب والازمات التي مر بها مجتمعنا العراقي والتي كان آخرها الحرب الداعشية والازمة الاقتصادية التي يعاني منها البلد لكونه قد انفق كل احتياطيه من اجل شراء الأسلحة والمعدات لمواجهة الدواعش وهذا الوضع قد فرض على المراهق الشعور بالمسؤولية الذي يرتفع مستواه في هذه المرحلة هذا من جانب اما من الجانب البيولوجي فان المراهق في هذه المرحلة ينمو الدافع الجنسي لدى المراهق ويرى فرويد أن هذا الدافع يسبب للمراهق القلق الشديد كونه يقابله على الجانب الآخر النمو الديني والخلفي للقيم والعادات والمعايير الخاصة بذلك المجتمع فيحدث هنا صراع بين رغبة المراهق على تلبية دوافعه ورغباته وبين مقتضيات المجتمع وتقاليده مما يزيد من خوف وقلق المراهق بسبب هذا الصراع وتتنفق هذه النتيجة مع دراسه البديري (2009) حيث اشار الى ان طلبة المرحلة الاعدادية يعانون من القلق كظاهرة موجودة بين هذه الفئة بكافة انماطه حتى وان كان بنسب متفاوتة من نمط إلى آخر.

الهدف الثاني: التعرف على مستوى دلالة الفرق في انماط القلق لدى طلبة المرحلة الاعدادية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث)

بعد تطبيق مقياس انماط القلق على طلبة المرحلة الاعدادية البالغ عددهم (100) طالب وطالبة والمكون من (30) فقرة فقد كان عدد الذكور (50) واطهرت النتائج ان الوسط الحسابي للذكور

(٧٩,٨٨) وانحراف معياري (٩,٢٠) اما عينة الاناث التي كان عددها (50) فوسطها الحسابي كان (٨٠,١٦) والانحراف المعياري (١٢,07). والقيمة المحسوبة تساوي (٠,٥٦) عند مستوى دلالة (0.05) ولائها اصغر من القيمة الجدولية البالغة (1,98)، فهي غير دالة احصائيا كما هو موضح في الجدول ادناه

جدول (٤)

نتائج انماط القلق لطلبة المرحلة الاعدادية حسب النوع (ذكور اناث)

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة حرية	قيمة التائية المحسوبة	قيمة التائية الجدولية	دالة الإحصائية
ذكور	٥٠	٧٩,٨٨	٩,٢٠	٩٨	٠,٥٦	١,٩٨	غير داله
إناث	٥٠	٨٠,١٦	١٢,٠٧				

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى انماط القلق بين الذكور والاناث وتفسير ذلك ان عينة الذكور والاناث تنتمي الى نفس البيئة الاجتماعية وتتعرض لنفس الضغوط والظروف الاقتصادية والاجتماعية .

ثانيا الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث الحالي تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :

- أن طلبة المرحلة الاعدادية لديهم قلق
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير النوع (ذكور اناث)
-

ثالثا التوصيات

بناء على ما توصل اليه البحث من نتائج توصي الباحثان بما يلي :-

1. ضرورة تنشيط دور المرشد التربوي والارشاد في كل المدارس الثانوية والاعدادية للتغلب على مشكلات القلق التي تواجههم ووضع الحلول المناسبة لها.
2. اضافة بعض المناهج النفسية والتربوية المتخصصة في علم نفس المراهقة وخصوصا في المرحلة الاعدادية من اجل مساعدة المراهق على فهم هذه المرحلة التي يمر بها.
3. انشاء برامج ارشادية لمساعدة الطلبة اللذين يعانون من القلق بشكل فردي للتخفيف من حدته التي يعاني منها بعض طلبة المراهقة.

رابعاً المقترحات

- اجراء دراسة عن انماط القلق وعلاقته بالمستوى الاقتصادي للأسرة.
- اجراء دراسة تتناول فعالية البرامج الارشادية في تخفيض القلق .
- اجراء دراسة عن العلاقة بين مستوى القلق واساليب التفكير

المصادر

القرآن الكريم

- احمد زكريا توفيق (1986) دراسة قلق الاختبار وعلاقته بالمهارات الدراسية والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية الكتاب السنوي في علم النفس الجمعية المصرية للدراسات النفسية مج (5)
- اراميا ، ريموندا اشعيا (2005) قلق فقدان الحب والرعاية وعلاقته بالتنشئة الاسرية، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية الآداب جامعة بغداد.
- الألوسي ، جمال حسين (1990) الصحة النفسية، المكتبة الوطنية بغداد.
- باترسون (1990) : نظريات الارشاد والعلاج النفسي ، ج 2 ، ترجمة حامد عبد العزيز دار القلق الكويت ط1
- البديري ، نبيل عبد العزيز عبد الكريم (2003) القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة : رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية - جامعة تكريت.
- تونسي ، عديلة حسن ظاهر (2002) القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة رسالة ماجستير ، كلية التربية جامعة ام القرى.
- الجبوري، كاظم جبر (2005) اثر العلاج السلوكي المعرفي في تعديل البنى المعرفية للمصابين بالاكتئاب ، اطروحة دكتوراة غير منشورة كلية الآداب جامعة المستنصرية.
- حبيب ، صموئيل (1994) القلق حالة وجدانية تبنى وتهدم دار الثقافة ، القاهرة 15.
- حسين سهلة حسين قلندر (2003) القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية جامعة الموصل
- حسين طه عبد العظيم (2004) الارشاد النفسي ، دار الفكر عمان طا.
- الحفني، عبد المنعم (1995) القلق - الكف والعرض والقلق ، مكتبة مدبولي - القاهرة
- الخالدي امل ابراهيم حسون (2002) اثر برنامج ارشادي في توكيد الذات وخفض قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية للبنات - جامعة بغداد.

- الربيعي ، طالب عبد سالم (1997) الاسناد الاجتماعي وعلاقتة بسمة القلق ودافع الانجاز لدى موظفي دوائر الدولة اطروحة دكتوراة (غير منشورة) كلية الآداب الجامعة المستنصرية.
- الرفاعي، نعيم (1987) الصحة النفسية جامعة دمشق دمشق
- زهران ، حامد عبد السلام (1977) الصحة النفسية والعلاج النفسي القاهرة ط2
- شقير ، زينب (2002) علم النفس العيادي والمرضى للاطفال والراشدين دار الفكر
- شلتز ، داون (1983) نظريات الشخصية، ترجمة : حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي - مطبعة جامعة بغداد - بغداد. طا.
- الشناوي، محمد محروس وخضر على السيد (1988) الاكتئاب وعلاقتة بالشعور بالوحدة وتبادل العلاقات الاجتماعية ، بحوث المؤتمر الرابع لعلم النفس في مصر، مركز التنمية البشرية والمعلومات الجيزة.
- عبد الخالق النيال ، مایسة احمد (1991) الدافع للانجاز وعلاقتة بالقلق والانبساط دراسات نفسية ع(4).
- عبد الغفار ، عبد السلام (1976) علم نفس النمو دار الفكر العربي القاهرة.
- عثمان فاروق السيد (2001) القلق وادارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي القاهرة
- العثماني ، مهدي جاسم حسن (2005) ستراتيجيات التعلم والاستذكار وعلاقتها بقلق الامتحان لدى طلبة المرحلة الثانوية رسالة ماجستير (غير منشورة كلية التربية ابن الهيثم (جامعة بغداد)
- العزاوي نبيل رفيق محمد ابراهيم (2002) قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة المرحلة الاعدادية رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية ابن الهيثم)
- العناني ، حنان حميد (1998) الصحة النفسية للطفل، دار الفكر عمان ط4
- العيسوي ، عبد الرحمن (1989) الاسلام والعلاج النفسي ، دار النهضة ، بيروت
- فرويد (1989) الكف والعرض والقلق ، ترجمة عثمان نجاتي دار النهضة العربية - القاهرة ط4
- فرويد ، س (1962) القلق ، ترجمة عثمان (2001) دار النهضة العربية - القاهرة
- القريطي، عبد المطلب امين (1998) في الصحة النفسية دار الفكر العربي - القاهرة.
- ط1 32 كامل، وحيد مصطفى (2003) علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الاطفال ضعاف السمع ، كلية التربية النوعية بينها جامعة الزقازيق

- المحاميد شاكر و السفاسفة ، محمد (2007) قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الاردنية وعلاقته ببعض المتغيرات مجلة العلوم التربوية والنفسية 3(8)
- ملحم (2002) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس دار المسيرة، عمان 35 الهيتي، مصطفى عبد السلام (1985) علم الشخصية ، مكتبة الشروق الجديدة بغداد

ملحق(1)

جامعة ديالى

كلية تربية المقداد

قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

مقياس اراء الخبراء المحكمين المختصين صلاحية المقياس أنماط القلق لدى طلبة المرحلة
الإعدادية

حضرة الدكتور /.....الفاضل /ة

تحية طيبة

تروم الباحثان إجراء بدراسة علمية البحث الموسوم (أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الإعدادية) ولذي عرفه(فرويد ١٩٨٩) بانه الخوف من خطر خارجي معروف كالخوف من حيوانات مفترسة أو من حريق الغرض من هذا النوع من الخوف امر مفهوم فالإنسان عادة يخاف من الأخطار الخارجية وقد تبنت الباحثان مقياس (البديري ٢٠٠٩) الذي يتكون من ٣٠ فقرة وفق البدائل التالية (تنطبق عليه بدرجة كبيرة، تنطبق عليه بدرجة متوسطة، تنطبق عليه بدرجة قليلة، لا تنطبق عليه)

وانظرا لما نعهده فيكم من خبره ودراية في هذا المجال لذا نرجوا الباحثان تعاونكم في ابداء ارائكم السديده في صلاحيات فقرات المقياس

شكرا التعاونكم معنا

المشرف

أ. م. د سلوان عبد احمد.

الباحثان

هيام محمد

شذى عبد

الفقرات	صالحة	غير صالحة	تعديل
1			وانظر الحياة نظره متشائمه
2			اخاف من بعض الحيوانات والحشرات المضره
3			الوم نفسي عند تفواهي بكلمات غير مقبولة مع الآخرين
4			تنتابني المخاوف من دون سبب ظاهر
5			أحرج بسهولة عندما يوبخني احد المدرسين امام زملائي
6			اتلعثم بالنطق أثناء التحدث مع الآخرين
7			اخشي ان افشل في دراستي
8			اشعر بالتقصير في أداء واجباتي الدينية
9			تنتابني تقلبات في المزاج العواطف
10			استاء من حالات القتل الاختطاف
12			اشعر بالخجل من تفكير بالجنس لآخر
13			ارى ان فرص العيش تتضاءل في المستقبل
14			اخشي الإصابة بالأمراض المعدية الكوليرا
15			اتردد في اتخاذ القرارات المصرية
16			تتراودني أفكار غير معقولة يصعب عليه التخلص منها
17			انزعج حينما ينظر الي الناس في الشارع أو لأماكن العامة
18			عند تعرض الموقف مفاجئ أشعر أن معدتي تضطرب
19			أشعر بالحزن التقصير باتجاه ولدي
20			عندما انام اخشي ان استيقظ ابد
21			لا عرف ماذا يخبي الي المستقبل
22			اميل الى البكاء كلما تذكرت أخطائي
23			اشعر بأن المتاعب تتراكم عليه لدرجة اني لا استطيع تغلب عليها
24			أخشى ان أقع في أخطاء قدا ارتكبتها في الماضي
25			أشعر ذنوبي تزداد باستمرار
26			تربكني الأفعال السيئة التي تصدر من اصدقائي المقربين
27			احس بأن يدي ترتعش عند قيامي بعمل ما لأول مره امام التجمع الطلابي
28			أرى أن من صعب على لانسان التحكم في دوافعه جنسية
29			أشعر بالخوف من نتائج اي عمل جديد اقوم به احسا بفشل
30			أشعر بالضيق عندما احصل على درجات متدنية في

ملحق (2)

أسماء الخبراء المحكمين

اسماء السادة الخبراء	التخصص	مكان العمل
ا.م. د نادية محمد رزوقي	العلوم التربوية والنفسية	جامعة ديالى كلية تربيته المقداد
ا.م. د سعد فياض عبدالله	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة ديالى كلية تربيته المقداد
أ.م. جلال محمد جاسم	العلوم التربوية والنفسية	جامعة ديالى كلية تربيته المقداد
ا.م. د حسن عبد الله حسن	إرشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة ديالى كلية تربيته المقداد

ملحق (٣)

جامعة ديالى

كلية تربية المقداد

قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

استبيان أنماط القلق لدى طلبة المرحلة الاعدادية

عزيزي طالب..... عزيزتي الطالبة.....

يرجوا منكم الباحثان التعاون معهما في الإجابة عن هذا الاستبانة التي تتضمن مجموعة من الفقرات التي تعكس بعض مواقف الحياة التي من الممكن أن تتعرض لها والمطلوب قراءة كل فقرات وابداء آرائكم بصدق موضوعية بوضع إشارة (✓ □) امام الموقف الذي تختاره علما ان الإجابة ستكون سرية ولن يطلع عليه احد سوا الباحثان ولن تستخدم الا الأغراض البحث العلمي فقط ولا حاجة لذكر الأسم

ذكر ()

أنثى (.)

شكرا لتعاونكم معنا

المشرف

م. د سلوان عبد احمد.

الباحثان

هيام محمد

شذى عبد