

القلق وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية

م. خولة احمد محمد سعيد البريفكاني (*)

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على القلق وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية، بلغ حجم عينة البحث (١٢٠) طالباً وطالبة من الصفين الثاني والثالث وبواقع (٦٠) من طلبة الصف الثاني و (٦٠) من طلبة الصف الثالث واعتمدت الباحثة على مقياس جاهز للفلق المعد من قبل (عسيري ٢٠٠٧) ويكون المقياس من (٤٠) فقرة وأعدت الباحثة مقياساً لمفهوم الذات مكون من (٥٠) فقرة وتم التأكد من صدق وثبات المقياسين واستعملت الباحثة الوسائل الاحصائية الآتية في معالجة البيانات إحصائياً: (معامل ارتباط بيرسون، الاختبار الثنائي لعينة واحدة، الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين واظهرت نتائج البحث الآتي :

- ١- يوجد مستوى عالٍ من القلق لدى الطلبة.
- ٢- يوجد مستوى عالٍ من مفهوم الذات لدى الطلبة.
- ٣- لا يوجد علاقة دالة احصائية بين متغيري القلق ومفهوم الذات.

وفي ضوء نتائج البحث قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات والمقترنات، ومن أهم التوصيات (وضع برامج إرشادية للتخفيف من القلق النفسي لدى الطلبة مما يساهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم) ومن أبرز المقترنات (إجراء دراسة عن القلق وعلاقته بالأساليب الوالدية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية).

(*) مدرس في كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل.

١)

Anxiety And Its Relation With The Concept Of Self – Identity Of Emigrant Students College Of Basic

Dr. Khawla Ahmed AL- Brefkani

ABSTRACT

The present research aims to investigate the concept of anxiety and its relation with self- identity in the college of basic education .The sample consisted of (120 third and second year male and female students (60) second year students and another (60) third year students .

The researcher depend on the descriptive research methodology because it suits the nature and aims of the research .The researcher has also depended on already scale of anxiety prepared by (Asiri -2007) .The scale consisted of 50 items . A scale of (50) items self-concept was also prepared .The reliability and credibility of the research were also ensured. The following statistical tools were used: (pearson correlation factor – one item t-test – two independent items t-test) .

The results showed the following :

Students have a high level of enxiety .

Students have a high level of positive self- identity .

There is no statistically significant relationship between the two variables of anxiety and the concept of self- identity .

On the basis of the results a number of recommendations and suggestions were provided .

(Preparing guidance programs to reduce psychological anxiety of the students that will help to increase their confidence) .

(Making a study on anxiety and its relation with parents' styles in the secondary stage) .

اولاً : مشكلة البحث :

لاحظت الباحثة خلال عملها في التدريس الجامعي انتشار ظاهرة القلق لدى طلبة الجامعة وخاصة الطلبة النازحين في السنوات الثلاثة الماضية اثناء النزوح والظروف الصعبة والمعوقات التي تعرضوا لها مع أسرهم ودوامهم في الموقع البديل (سميـل) والبيئة التعليمية غير الملائمة وكثرة أعداد الطلبة في القاعة الدراسية وازدحام الجدول الدراسي بالمحاضرات وعدم وجود أماكن ترفيهية للطلبة بالإضافة الى تغير الحياة الجامعية في الكلية عن الموقع البديل والظروف البيئية والاسرية الصعبة والتغيير بالمستقبل وما سوف تؤول اليه الظروف مما أثر كثيراً على شخصياتهم وذواتهم وقلقهم الشديد على اكمال دراستهم وتحدي الظروف والتغلب على المعوقات بعزيمة وارادة وأصرار وثقة عالية بأنفسهم .

وعليه يمكن صياغة مشكلة البحث بالأسئلة التالية :

- ١- ما مستوى القلق لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية ؟
- ٢- ما مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية ؟
- ٣- ما العلاقة الارتباطية بين متغيري القلق ومفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية ؟

ثانياً : أهمية البحث :

يشهد العالم اليوم ثورة معلوماتية و تكنولوجية شملت جميع جوانب حياة الإنسان وشكلت هذه الثورة تحدياً للنظام التربوي والتعليمي بضرورة مواكبة هذا التغيير والتطور واستيعاب الكم الهائل من المعرفة واستثماره عن طريق إعداد الكوادر التي تأخذ دورها الفعال في التنمية بجميع بعادها ومواجهة التحديات . (محمود ، ٢٠٠٩ ، ١٨٥)

وتعتبر المرحلة الجامعية مرحلة مهمة جداً في بناء شخصيات الطلبة عبر سنوات الدراسة وما يكتسبونه من خبرات وتجارب تجعلهم قادرين على قيادة أنفسهم في سبيل تحقيق أهدافهم وتحقيق

سعادتهم وسعادة الآخرين وتكوين المجتمع الأخلاقي الفاضل الذي يتمتع أفراده بصحة نفسية سليمة قادرين على تحدي الصعوبات والمعوقات مستقبلا . (جبر وكاظم ، ٢٠١٣ ، ٤١) ووصف علماء النفس العصر الحالي بأنه عصر القلق والتوتر على المستويين الفردي والجماعي لكثره الصراعات والضغط النفسي ويتضمن القلق عصب الحياة النفسية السوية والمدخل الجوهرى لدراسة الصحة النفسية للأفراد . (الاحمد وآخرون ، ٢٠١١ ، ٧٦١)

ولاشك ان القلق يعتبر من المشكلات النفسية التي تواجه كافة الافراد وخاصة طلبة الجامعة لأنهم يتعرضون للعديد من الضغوط والتوتر النفسي نتيجة خوفهم من المستقبل ، وتنقاوت درجات حالات القلق بين الطلبة وفقا لمتغيرات الحالة الاقتصادية وفهم المواد الدراسية والاستعداد للاختبارات ونوع التخصص ومستوى التحصيل وهذه المشكلات تؤثر على ردود الافعال واتجاهاتهم وروحهم المعنوية . (عسيري ، ٢٠٠٧ ، ٢)

ويشير بطرس الى (٢٠٠٨) ان القلق يدل على انفعال شعوري مؤلم مركب من الخوف أو توقع خطر محتمل او مجهول او توقع حدوث شر في اي لحظة ويتضمن هذا التوقع تهديدا داخليا او خارجيا للشخصية . (بطرس ، ٢٠٠٨ ، ٤٠٧)

واختلف علماء النفس في النظرة الى منشأ القلق وتطوره تبعا لاختلاف منطقاتهم النظرية ، وأكد العالم فرويد ان القلق ينبع من كبت التجارب النفسية الفاشلة في الطفولة لتعارضها مع قيود المجتمع وصنف العالم فرويد القلق الى ثلاثة أنواع : الاول : القلق الموضوعي : وهو الخوف من اخطار محسوسة كالخوف من النار ، النوع الثاني : القلق العصبي : يتمثل في الصراع بين الـهو وـالـانا ، النوع الثالث : القلق الاخلاقي : يتمثل في الصراع بين الـهو وـالـانا العليا . (الـدـاهـريـ والـكـبـيـسـيـ ، ١٩٩٩ ، ٢١٠)

ويجب التمييز بين القلق الطبيعي الذي يحرض الانسان على المزيد من الدقة والانتاج ويكون مصدرا هنا الخوف من عدم النجاح في العمل وبين القلق المرضي الذي يؤدي إلى تخفيض انتاجية الفرد واحساسه بعدم الرضا عن نفسه وبأن الآخرين لا يعترفون بكتافته في العمل ويكون القلق النفسي المرضي هو أولى المراحل إلى الامراض النفسية المتعددة وهذا النوع من القلق تزايد

مؤخراً بسبب ازدياد الوعي الصحي النفسي مما يجعل الإنسان يلاحظ أي تغيير في وظائفه النفسية ويسهل وبالتالي اكتشاف المرض وصعوبة الحياة التي يعيشها الفرد بتعقيداتها المختلفة وأزدياد الحاجة إلى متطلبات الحياة العصرية وأزدياد احترام الإنسان للزمن وأزدياد أهمية الزمن بالنسبة للفرد مما يجعله يعمل وكأنه آلة ميكانيكية . (عبدالقادر، ٢٠٠٥، ٦-٧)

ويعد مفهوم الذات من الأبعاد المهمة في بناء شخصية الفرد لما له من أثر كبير في سلوكه وتصرفاته، فسلوك الفرد في البيئة يعكس فكرته عن نفسه فأي تغيير أو تعديل في ذلك السلوك لا يمكن أن يتم إلا بتعديل فكرته عن ذاته فالنمو النفسي السليم للذات يحدث في جو يتمكن فيه الفرد من أنه يعيش الخبرة فعلاً ويكون قادراً على قبول ذاته والآخرين . (المعاضيدي، ٢٠٠٩، ٧-٨) ومن نعم الله سبحانه وتعالى على الإنسان أن وهبه القدرة على فهم ومعرفة ذاته والقدرة على وضعها في الموضع اللائق بها حيث أن جهل الإنسان بنفسه وعدم معرفته بقدراته يجعله يفهم ذاته فهماً خطأً والفهم الخاطئ للنفس له تأثير كبير في تعطيل الجوانب الإيجابية ونقطات القوة التي يملكها الفرد . (المعايطة، د.ت، ١)

ويشير العزي (٢٠٠٢) ان الاهتمام بمفهوم الذات له تاريخ طويل يعود الى الفلاسفة والمفكرين القدماء امثال افلاطون و ارسطو ، فقد اشار العالم افلاطون الى ان الهيكل الاساس للفرد يتكون من ثلاثة نفوس وهي العاقلة والغضبية والشهوية ويؤكد العالم افلاطون ان النفس تسبق الجسد بالوجود وتبقى خالدة من بعده وانها تختلف عنه بطبيعتها الروحية، اما العالم ارسطو فقد اكده ان الجسد بدون النفس جثة هامدة حيث تمثل النفس الوظيفة الحيوية للجسم والنفس بدون الجسد لا معنى لها . (العزي، ٢٠٠٢، ٤٠)

ووردت كلمة الذات بمعنى النفس في القرآن الكريم (٢٩٥) مرة بمعانٍ مختلفة فجاءت بمعنى الروح كما في قوله تعالى ((الله يتوفى الأنفس حين موتها و التي لم تمت في منامها)) سورة الزمر / آية (٤٢)

وجاءت بمعنى ذات الإنسان في قوله عزوجل ((وانقوا يوماً لا تجزي نفس عن نفس شيئاً)) سورة البقرة / آية (٤٨) ، وتنقسم النفس (الذات) في القرآن الكريم إلى الأنواع الآتية:

- ١- النفس المطمئنة كما في قوله تعالى ((يا ايتها النفس المطمئنة ارجعى الى ربك راضية مرضية فادخلي في عبادي وادخلي جنتي)) سورة الفجر / اية (٢٧)
- ٢- النفس اللوامة لقوله عزوجل ((لا اقسم بيوم القيمة ولا اقسم بالنفس اللوامة)) سورة القيمة / اية (٢٠)

٣- النفس الامارة بالسوء قال الباري تبارك وتعالى ((وما ابرى نفسي ان النفس لأمارة بالسوء الا ما رحم ربى إن ربى غفور رحيم)) سورة يوسف / اية (٥٣) (العاني ، ٢٠٠٥ ، ٣٢-٣١)
واهتم العلماء المسلمين بمفهوم الذات فقد اكده الغزالى ان النفس البشرية تولد صفحة بيضاء خالية من اي نقش ،اما العالم ابن سينا فقد اكده على ثنائية الجسد والنفس ويرى ان النفس هي جوهر مغاير للجسم و لا يوجد لها مكان محدد في اي جزء من اجزاء الجسم و ان النفس صورة الجسد الا ان هذه الصورة لا تؤثر على الجسد الا عند حدوث الاستعداد لها وان النفس مبدأ الانفعال . (جبر وكاظم ، ٢٠١٣ ، ٥٤-٥٥)

ويؤكد قطامي وعدس (٢٠٠٥) ان محاولات الانسان للتعرف على ذاته وتحديد معالمها تبدأ بشكل ملح في مرحلة المراهقة وتستمر طوال حياته تبعا لما قد يحل عليه او على البيئة من حوله من تغيرات ، فبعض الافراد قد ينجحوا في تحديده في وقت مبكر بينما البعض الآخر يحتاج الى وقت اطول وان فكرة الفرد عن نفسه تتميز بالتفرد وهي عبارة عن تنظيم الخبرات التي يمر بها طوال حياته وفكرة الفرد عن ذاته تعتمد في تكوينها وتشكيلها على البناء البايولوجي المترافق والخاص به ولكنها عرضة للتعديل في ما بعد بسبب الظروف البيئية والاجتماعية التي تحيط به . (قطامي و عدس ، ٢٠٠٥ ، ٣٤٤)

وبناء على ما تقدم ذكره اعلاه تكمن أهمية البحث الحالي في النقاط الاتي :

- ١- أهمية القلق وضرورة ارشاد وتوجيه وتوعية الطلبة بضرورة التمتع بالقلق الطبيعي مما يساعد ذلك على تحقيق أهدافهم ومواجهة الصعوبات والمشاكل التي تواجههم .

٢- ضرورة الاهتمام بمفهوم الذات وتعزيز ثقة الطلبة بأنفسهم ومساعدتهم على معرفة الجوانب الإيجابية ونقطة القوة في شخصياتهم واستثمارها بشكل أفضل ومعرفة الجوانب السلبية ونقطة الضعف لغرض تعديلها وتصحيحها .

٣- أهمية المرحلة الجامعية ودورها الفعال في تنمية شخصيات الطلبة والاسهام في تطويرها في كافة الجوانب التربوية والاجتماعية والنفسية وتهيئتهم للعمل والاسهام بشكل فعال في المجتمع .

ثالثا : اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف على :

١- قياس مستوى القلق لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية .

٢- قياس مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية .

٣- التعرف على العلاقة الارتباطية بين متغيري القلق ومفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية .

رابعا : حدود البحث :

يقتصر البحث الحالي على الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية في جامعة الموصل للعام

الدراسي ٢٠١٥/٢٠١٦

خامسا : تحديد المصطلحات :

القلق : عرفه كل من :

١- الدهري والكبيسي (١٩٩٩) :

خوف من شيء مجهول يصاحبه أعراض جسمية تتمثل بزيادة ضربات القلب وسرعة التنفس وجفاف الفم ويرتبط القلق بالاكتئاب والأرق واضطراب النوم ويؤثر القلق على العمليات العقلية وضعف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين . (الدهري والكبيسي ، ١٩٩٩ ، ٢١٠)

٢- محمد (٢٠٠٤) :

حالة داخلية مؤلمة من العصبية والتوتر والشعور بالرهبة الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد للتكييف وينتج عن القلق عمليات انفعالية متداخلة تحدث بسبب الاحتقان والصراع والتجارب الفاشلة التي تعرض لها الفرد . (محمد ، ٢٠٠٤ ، ٢٤١)
٣- الاحمد واخرون (٢٠١١) :

خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عند شعوره بخوف او تهديد من شيء مجهول لا يستطيع الفرد تحديه بشكل واضح مما يعيق الفرد من القيام بعملياته وفقدان السيطرة والاحساس بالتعب والارهاق المستمر .

(الاحمد واخرون ، ٢٠١١ ، ٧٦٦)

التعريف الاجرائي للقلق : تعرف الباحثة القلق اجرائياً بأنه :

الخوف والتوتر النفسي الموجود لدى الطلبة النازحين نتيجة ظروفهم الصعبة التي يعانونها وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطلبة على فقرات مقياس القلق .

مفهوم الذات : عرفها كل من :

١- العكيدى (٢٠٠٢) :
خصائص الفرد وصفاته الشخصية (الايجابية والسلبية) والانفعالية والعقلية والجسمية كما يدركها هو عن نفسه . (العكيدى ، ٢٠٠٢ ، ٣٧)

٢- العمر (٢٠٠٧) :
مفهوم الشخص عن نفسه اي محصلة المشاعر والافكار والاتجاهات التي لدى الفرد عن نفسه وقراراته وتصورات ومدارات الفرد عن نفسه التي تمكنه من التفكير والتصريف وتشعره بالثقة بالنفس .

(العمر ، ٢٠٠٧ ، ٢٩١)

٣- سعيد (٢٠٠٨) :

منظومة مكونة من تصورات الفرد تجاه افكاره ومشاعره وسلوكه ومظهره الخارجي وطبيعة رؤية الآخرين عنه وما يطمح ان يكون عليه الفرد في ضوء انطباعاته عن واقعه . (سعيد ، ٢٠٠٨ ، ١٠٨،)

التعريف الاجرائي لمفهوم الذات : تعرف الباحثة مفهوم الذات اجرائيا بانها :

سمات وصفات الطلبة الجسمية والانفعالية والعقلية وتصورهم عن انفسهم وادرائهم لما يمتلكونه من قدرات وامكانيات وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطلبة على مقياس مفهوم الذات .

اطار نظري ودراسات سابقة :

أولاً: القلق:

استخدم علماء النفس مفهوم القلق لتقسيير ردود الأفعال المختلفة للاحباط والقسر والضغط، وإن أي موقف يهدد كيان الفرد ينظر إليه على أنه مصدر من مصادر القلق الأساسية فالاحباطات والصراعات ليست المصادر الوحيدة للقلق فهناك أيضاً التهديد بالإيذاء الجسدي وتهديد احترام الذات والضغوط الناجمة عن توقع فشل الانجاز كل هذه المواقف تعتبر مصادر للقلق . (محمد، ٢٠٠٤ ، ٢٥٢)

وتختلف مصادر القلق عند الصغار عن مصادر القلق عند الكبار فتتمثل مصادر القلق عند الصغار في فراق الطفل عن والديه والغيرة والفشل في العلاقات والتهديد بالإيذاء، أما مصادر القلق عند الكبار تتمثل في الظروف التي تهدد سلامة الشخص وافراد عائلته وشعوره بالنقص وتحمله مسؤوليات أكبر من طاقاته وامكانياته والشعور بالعزلة والاغتراب النفسي . (الداهري والكبيسي، ١٩٩٩ ، ٢١٠-٢١١)

ويؤكد عبدالقادر (٢٠٠٥) ان هناك فترات في حياة الشخص تتميز بإزدياد القلق منها فترة المراهقة بما تحمله في انفعالات ورغبات وكذلك فترة الشيخوخة بما تحمله من نقص في القوة الجسمية والمستوى الاقتصادي وضعف الاتصال بالمجتمع مما يساعد على تكوين الاسباب المهيأة لمزيد من القلق النفسي. (عبدالقادر ، ٢٠٠٥ ، ٧)

وينشأ القلق من زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللا إرادي بنوعيه (السمباثاوي والباراسمباثاوي) ومن ثم تزيد نسبة هرمون الادرينالين والنورادرينالين في الدم وبناءً على ذلك فإن علامات واعراض القلق هي: ارتفاع ضغط الدم وزيادة ضربات القلب وفي هذه الحالة يتحرك السكر من الدم وتزيد نسبته في الدم مع شحوب في الجلد وزيادة التعرق وجفاف الحلق واحياناً ترتفع الاطراف واضطراب في التنفس ويصحب هذه الاعراض كثرة التبول والاسهال وسقوط الشعر واضطراب في الهضم وقلة الشهية والنوم ويحدث القلق نتيجة لترتبط عدة عوامل وهي: الاستعداد التكويني ، الوراثة ، مراحل النمو وبالاخص فترة الطفولة ، العوامل الحضارية والاستعداد الفسيولوجي للجهاز العصبي . (بطرس، ٢٠٠٨ ، ٤٠٣-٤٠٤)

وهناك مصطلحات عديدة في علم النفس تترابط و تتدخل مع القلق وفي نفس الوقت هناك اختلافاً بين هذه المصطلحات النفسية والقلق وهذه المصطلحات هي :

١-التوتر: هو قلقاً مزمناً من مستوى متدين يشعر به الفرد كجزء من موقف أو وضع يشغل به الفرد.

٢-الخوف: هو قلق شديد يحدث لدى الفرد كرد فعل لتهديد محدد .

٣-الرهاب: هو خوف شديد وغير منطقي يرتبط بشئ أو موقف محدد مثل الرهاب من الامكان العالية أو الامكان المغلقة.

٤-الذعر: هو حالة من القلق الشديد بحيث يفقد فيها الشخص زمام السيطرة على الموقف.

٥-الضغط النفسي: هو علاقة بين الشخص والبيئة يقدرها الشخص بأنها مرهقة له أو أنها تفوق امكانياته وتهدد سلامته. (والكر، ٢٠٠٣ ، ١٣-١٦)

طرائق علاج القلق:

ينتفق علماء الصحة النفسية على حقيقة مهمة في العلاج النفسي وهي أن الطريق غير المباشر في العلاج أفضل من الطريق المباشر سواءً قام أحد بمهمة العلاج أم قام الشخص نفسه بعلاج نفسه، وإن ثقافة الفرد الصحية والأخذ بالأفكار السليمة فيما يتعلق بموقف الشخص نفسه وموقفه من غيره والفلسفة الحياتية التي يأخذ منها لمن العوامل الأساسية التي تكفل للفرد أن يتخلص من الحالة النفسية السيئة التي يجب عليه التحرر منها حتى يستمتع الفرد بحياة تتسم بالهدوء والطمأنينة بعد أن يكون قد نفى الفرد نفسه من عوامل الخوف الشعوري والقلق اللاشعوري .

(محمد، ٤، ٢٠٠٤، ٢٥١-٢٥٢)

ويرى بطرس (٢٠٠٨) أن علاج القلق يختلف حسب الفرد وشدة القلق ومن أنواع العلاج :

- ١-العلاج النفسي والمقصود به التفسير والتشجيع والتوجيه والاستماع إلى صراعات المريض .
- ٢-العلاج البيئي والاجتماعي وذلك بإبعاد المريض عن مكان الصراع النفسي .
- ٣-العلاج الكيميائي: مثل اعطاء بعض العقاقير التي تقلل من القلق والتوتر العصبي .
- ٤-العلاج السلوكي.
- ٥-العلاج الكهربائي.
- ٦-العلاج الجراحي لبعض الحالات النادرة التي تتطلب تدخلاً جراحيًّا .

(بطرس، ٤٠٩، ٢٠٠٨)

بعض النظريات التي فسرت القلق:

١-نظريّة تحليل النفسي:

يرى العالم فرويد أن القلق هو رد فعل لحالة خطر ويعود للظهور كلما حدثت حالة الخطر وإن سبب القلق عند الطفل تعود إلى صدمة الميلاد و رد فعله تجاهها وهو لا يدرك سببها وإن حالة غياب الأم وعدم حصول الطفل على اشباع حاجاته عن طريقها وزيادة توتره الناشئ عن عدم اشباعها فيتكرر الخطر .

وميز العالم فرويد بين ثلاثة انواع من القلق وهي: القلق الموضوعي وهو القلق السوي ويكون مصدره العالم الخارجي والقلق الاخلاقي الذي يعد نتيجة للتفكير بعملٍ ما مخالف للسلوك الاخلاقي والقلق العصابي وهو خوف عاًمض غير مفهوم فهو رد فعل لخطر غريزي داخلي لا يمكن معرفة سببه .
(عسيري، ٢٠٠٧، ٢٨)

٢- النظرية السلوكية :

يرى اصحاب هذه النظرية أن القلق سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الايجابي والسلبي وتقسّر النظرية السلوكية القلق في ضوء الاشتراط الكلاسيكي وهو ارتباط مثير جديد بالمثير الاصلي وبذلك يصبح المثير الجديد قادرًا على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمثير الاصلي وهذا يعني ان مثيراً محايدها، يمكن ان يرتبط بمثير آخر من طبيعته ان يثير الخوف وبذلك يكتسب المثير الجديد صفة المثير المخيف ويكون قادرًا على استدعاء استجابة القلق، ولما كان هذا الموضوع لا يثير طبيعته) الخوف فإن الفرد يستشعر هذا الخوف المبهم الذي هو القلق ، ويرى اصحاب هذه النظرية أن المعالج النفسي يجب ان يبني هرماً لمثيرات القلق من أقلاها إشارة للفرد إلى أكثرها إثارة للفرد عن طريق اسلوب تقليل الحساسية أو عن طريق الخيال . (القططاني، ٢٠١٤، ٢)

ثانياً: مفهوم الذات :

لا شك أن ما يحمله الفرد من مفهوم حول ذاته له دور كبير في تحديد سلوكه وشخصيته حيث إن مفهوم الذات هو الذي يميز الإنسان عن غيره من الكائنات، فالإنسان هو الوحدة الذي يمكنه إدراك ذاته وحتى نستطيع فهم شخصية الإنسان فلا بد من التأكيد على مفهوم الذات الذي يعد حجر الزاوية في الشخصية ومن خلال ما يعكسه مفهوم الذات في تصور ورؤيه الفرد لذاته واحترامه وقبله لها يكون لديه مفهوم ذات ايجابي وقرب الفرد من الصحة النفسية وتأثير البيئة والاسرة والأشخاص المحيطون بالفرد دوراً هاماً في تكوين الفرد لمفهوم الذات الخاص به . (القططاني ، ٢٠١١ ، ٢٦)

وإن مفهوم الذات يمكن أن يتحدد إلى درجة كبيرة من خلال معرفة الفرد بوجهات نظر الآخرين عنه وأيًّا كانت الطريقة التي يلجأ إليها الفرد في تحديد ذاته فإن محور العملية يكون في إيجاد جواب مناسب للسؤال : من أنا؟ والاجابة عن هذا السؤال تختلف من فرد لآخر كما إنها تختلف من موقف لآخر بالنسبة للفرد الواحد نفسه وذلك بحسب متطلبات وظروف الحياة، فالفرد قد يرى نفسه بصورة ايجابية أحياناً وبصورة سلبية أحياناً أخرى بحسب الحالة النفسية الداخلية للفرد . (قطامي و عدس، ٢٠٠٥ ، ٣٤٤)

ويشير العمري (٢٠٠٥) ان مفهوم الذات يتكون من مجموعة من الشعور والعمليات التأملية التي يستدل عنها بواسطة سلوك ملحوظ أو ظاهرة ومفهوم الذات بمثابة تقييم الشخص لنفسه ككل من حيث مظهره وخلفيته الثقافية والمعرفية وأصوله وقدراته ووسائله واتجاهاته وشعوره حتى يبلغ كل ذلك ذروته حيث تصبح قوة موجهة لسلوكه وإن وعي الفرد الشعوري وتفكيره واحساسه تقوم جمِيعاً بصفة أساسية بالتوجيه والتنظيم والتحكم في مستوى ادائه . (العمري، ٢٠٠٥، ١٢)

ابعاد مفهوم الذات:

١-مفهوم الذات الاساسي: والمقصود به ادراك الفرد لنفسه على حقيقته وليس كما يرغبتها هو، حيث يتضمن هذا الادراك جسمه ومظهره وقدراته و دوره في الحياة وقيمه ومعتقداته وطموحاته .

٢-مفهوم الذات المؤقت: وهو غير ثابت يحمله الفرد فترة وجيزة ثم يتخلى عنه وقد يكون مرغوباً فيه أو غير مرغوب فيه وهذا يعتمد على الموقف الذي يجد الفرد نفسه فيه ويتأثر هذا النوع في المفهوم بمزاج الشخص وحالته العاطفية وخبراته الذاتية. (مقابلة ويعقوب، ١٩٩٤، ٢٦)

٣-مفهوم الذات الاجتماعية: ويرتبط هذا المفهوم بالحياة الاجتماعية للفرد وكيفية نشوئها وتطورها فالفرد في حالات التفاؤل يرى أن الآخرين ينظرون إليه بطريقة حسنة وعندما يكون الفرد حزيناً فإنه يتصور أن الناس لا يعيرونه الاهتمام اللائق به .

٤-مفهوم الذات المثالية: وهي الذات التي يطمح الفرد الوصول إليها وهذا يعتمد على نوعية الخبرات التي يمر بها الفرد ونوعية الارشاد والتوجيه الذي يتلقاه من الآخرين ويتم وصول الفرد إلى الذات المثالية عن طريق التفكير والادراك السليم واتخاذ القرارات الصائبة . (بطرس، ١٩٩٨ ، ٢٤)

العوامل المؤثرة في مفهوم الذات:

١-التأثيرات الاسرية: والمقصود بها أثر ادراك الفرد لاتجاهات الوالدين نحوه فالفرد الذي يراه والده على انه محبوب وذكي يرى نفسه كذلك، كما تلعب الاجواء الاجتماعية السائدة والخبرات الاسرية مع والديه وإخوته دوراً مهماً في تكوين مفهوم الذات لدى الفرد .

٢-التأثيرات الجسمية: والمقصود بها أثر صورة الجسم على بناء مفاهيم معينة عن الذات فالعيوب الجسمية والعاهات تتميّز بمشاعر النقص وتحول دون امكانية القيام ببعض الاعمال.

٣-الخبرات المدرسية: ويتبّع ذلك من خلال تقويم المدرسين للفرد فإذا رأى المدرسوّن أن هذا التلميذ سُيُّ الخلق فإن هذا سيولد انطباعاً سلبياً عند التلميذ وينمي مفاهيم سلبيّة عنه كما إن خبرات النجاح والفشل تتميّز بفشل المتردّد يكُونون مفاهيم سلبيّة عن ذاتهم وقدراتهم أما التلاميذ الذين يحقّقون نجاحات متكرّرة ومستوى تحصيل عالي فهذا يشعرهم بالثقة بالنفس وتكوين اتجاهات وانطباعات ايجابية عن ذاتهم .

٤-الاتصال بالأقران: إن نظرة الأقران للفرد وتقديرهم له يحدّد إلى حد ما فكرته عن نفسه فهذه التقويمات إن كانت مقبولة فإنها تؤدي إلى استحسان الفرد لنفسه وإن كانت غير مقبولة فإنه ينقص من نفسه وينمي مفهوماً سلبياً عن ذاته . (حسين، ١٩٨٥ ، ٢٥٦ - ٢٥٧)

النظريات التي فسّرت مفهوم الذات

١-نظريّة التحليل النفسي:

اسهمت نظرية التحليل النفسي للعالم (فرويد) في بروز مفهوم الذات وتطوره وتقوم هذه النظرية على فهم الشخصية بناء على تقسيم الجهاز النفسي إلى ثلاثة أجزاء لكل منها خصائصه ووظائفه وهي: الهو أو الذات العليا أو الأنماط العليا وبالرغم من أن كل جزء له وظائفه وخصائصه إلا أنها تتفاعل جميعاً تفاعلاً وثيقاً ينتج عنه سلوك الفرد وإذا كانت هذه الأجزاء متتسقة التركيب في وحدة متألقة فإن الشخصية تكون منسجمة ومتزنة أما إذا كانت متنافرة مع بعضها البعض ف تكون الشخصية مضطربة وغير سوية. والأنماط عند (فرويد) هي خبرة الفرد عن ذاته أو مفهومه هو لذاته ويتمثل هذا الجانب بالواقع الخارجي أو ما يتصل به مباشرة، وهي تمثل كل ما هو عقلاني في الحياة العقلية للفرد كما إنها مجموعة من العمليات العقلية مثل الإدراك والتفكير، ويقصد فرويد بالأنماط (الشخص) وأحياناً يقصد بها عملية تعمل على إيجاد التوازن النفسي بين الهو والأنماط العليا ويصفها فرويد بأنها قوة تتنفيذية تتجاوز العمليات المعرفية، وأكد فرويد في نظريته على أهمية اللاشعور والمحددات اللاشعورية غير العقلانية للسلوك كجزء أساس من مكونات الذات .

(جبرو كاظم، ٢٠١٣، ٥٨-٥٩)

٢- النظرية الاجتماعية:

أكَد العالم (كولي) في النظرية الاجتماعية أن الذات تنمو في سياق العلاقات الاجتماعية وإن المفهوم الرئيس في نظريته هو مفهوم المرأة العاكسة للذات والمرأة هي المجتمع الذي يستطيع الأفراد بواسطتها أن يراقبوا ردود أفعال الآخرين ومفهومهم عن ذاتهم فمن خلال ملاحظة اتجاهات الآخرين نعلم ما إذا كنا محبوبين أم لا؟ وبمراقبة ردود فعل الآخرين بتصور ما يمكن أن تكون عليه ردودهم تجاه سلوك معين نقوم به نستطيع أن نقوم أنفسنا وأفعالنا وإذا كانت الصورة التي نراها أو نتخيلها في مرآة المجتمع ايجابية فإن مفهومنا الذاتي يتعزز ويمكن أن يتكرر سلوكنا وإذا كانت الصورة غير ايجابية فإن سلوكنا يض محل ويمكن أن يتغير فنحن محدودين

بآخرين ترسم شخصيتنا طبقاً لهم ولا يمكن أن توجد ذات من دون الجميع وإن ذات الفرد هي أمر مستحيل من دون تفاعل اجتماعي . (العكيدى، ٢٠٠٢، ٥٣-٥٤)

٣-نظريّة الذات:

أكَد العالم (كارل روجرز) من نظرية أن وظيفة مفهوم الذات هو العمل على وحدة وتماسك الجوانب المختلفة للشخصية وإكسابها طابعاً متميزاً ويقوم مفهوم الذات بتنظيم عالم الخبرة المحيط بالفرد في إطار متكامل ومن ثم يكون مفهوم الذات هو الطاقة الدافعة لسلوك الفرد وأوجه نشاطه المتعددة في الحياة ولا يصل الفرد إلى تكوين صورة محددة واضحة المعالم عن ذاته إلا بعد أن يمر بمراحل تتواكب وتتلازم مع مراحل نموه الجسمى والاجتماعي. (يعقوب، ١٩٩٢، ٤٦).

وحدد العالم كارل روجرز في نظرية خصائص الذات بالآتي:

أ-إن الذات تتموّن نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة.

ب-قد تتمثل الذات بقيم الآخرين.

ج-تحاول الذات الوصول إلى حالة الاتساق.

د-الخبرات التي لا تنسق مع الذات فإن الذات تدركها على إنها تهديدات.

ه-تتغير الذات بسبب تأثير النضج والتعلم والخبرات البيئية.

(قطامي وعدس، ٢٠٠٥، ٣٤٥)

دراسات سابقة

المحور الأول: الدراسات التي تناولت القلق:

١-دراسة الزبيدي (١٩٩٨):

((العدائية وعلاقتها بمستوى القلق ودخل الأسرة والخلفية الاجتماعية لطلبة الجامعة))

اجريت هذه الدراسة في العراق (بغداد) وهدفت إلى التعرف على مستوى العدائية وعلاقتها بالقلق ودخل الأسرة و الخلفية الاجتماعية لطلبة الجامعة، بلغ حجم عينة الدراسة (١٦٤٠) من طلبة الجامعات العراقية وتم اختيارهم من خمس جامعات عراقية واستخدم الباحث مقاييس جاهزة للعدائية والقلق، واعد الباحث معياراً لتحديد الخلفية الاجتماعية لطلبة الجامعة والمعيار هو (مدينة/ريف) واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية: (معامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان-برانون، الاختبار الثنائي لعينة واحدة، الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الثلاثي) واظهرت نتائج الدراسة ان مستوى العدائية عند الطلاب كان أعلى من الطالبات ومتغير القلق كان أكثر المتغيرات تأثيراً في درجة العدائية يليه متغير الخلفية الاجتماعية ولم تظهر النتائج تأثيراً لمتغير الدخل الأسري في درجة العدائية .(نقاً عن الموسوي وآخرون، ٢٠٠٢، ٤٦٦ - ٤٦٨)

٢- دراسة عسيري (٢٠٠٧)

((مستويات القلق لدى طلاب الجامعة))

اجريت هذه الدراسة في السعودية (الرياض)، وهدفت الدراسة إلى قياس مستوى القلق لدى طلاب جامعة الملك سعود وعلاقته بالمتغيرات (الحالة الاقتصادية، التخصص ، الحالة النفسية، علاقة الطالب بالأساند، مستوى التحصيل).

بلغ حجم عينة الدراسة (٢٠٠) طالب من كليات العلوم الادارية، (الاداب ، العلوم)، واعد الباحث مقياساً للقلق مكوناً من (٤٠) فقرة ذي البدائل الثلاثة (دائمًا، أحياناً ، نادراً) واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية: (معادلة ألفا كرونباخ ، الانحراف المعياري، برنامج SPSS)، واظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة احصائية في متغيرات: التخصص، علاقه الطالب بالأساند ، الحالة النفسية ولا توجد فروق دالة احصائية في المتغيرات الآتية: مستوى التحصيل، الحالة الاقتصادية . (عسيري، ٢٠٠٧، ١)

٣- دراسة الاحمد وآخرون (٢٠١١)

((القلق وعلاقته بالإكتئاب عند المراهقين- دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية))

اجريت هذه الدراسة في سوريا (دمشق) وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين القلق بوصفه حالة و القلق بوصفه سمة وبين الإكتئاب لدى المراهقين من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي من مدارس مدينة دمشق الرسمية، بلغ حجم عينة الدراسة (٦٥٥) طالباً و طالبة من تلاميذ الصف التاسع الأساسي بواقع (٣٠٣) ذكور و (٣٥٢) إناث، واعتمدت الباحثتان على اختبار جاهز للقلق و اعدت الباحثتان اختبار الشعور بالإكتئاب، واستخدمت الباحثتان الوسائل الاحصائية الآتية: (الانحراف المعياري، الاختبار الثنائي لعينة واحدة ، الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين)، واظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في القلق بوصفه حالة، و اظهرت نتائج الدراسة ايضاً وجود فروق ذات دلالة احصائية في القلق بوصفه سمة بين الذكور والإناث ولصالح الإناث و وجود فروق ذات دلالة احصائية في الشعور بالإكتئاب بين الذكور والإناث ولصالح الإناث. (الاحمد وآخرون، ٢٠١١، ص ٧٥٩-٧٦٠)

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت مفهوم الذات:

١- دراسة العكيدى: (٢٠٠٢)

((موقع الضبط لدى طلبة جامعة الموصل وعلاقته بالقيم ومفهوم الذات))

اجريت هذه الدراسة في العراق (الموصل) وهدفت الدراسة التعرف على موقع الضبط لدى طلبة جامعة الموصل وعلاقته بالقيم ومفهوم الذات، بلغ حجم عينة الدراسة (٥١٧) طالباً وطالبة في الصفين الأول والرابع في اربع مجتمعات من الكليات الآتية :

(المجموعة الطبيعية، المجموعة الهندسية، مجموعة العلوم الصرفة، مجموعة العلوم الإنسانية) .

واعتمدت الباحثة على ثلاثة أدوات جاهزة وهي: (مقياس موقع الضبط ، اختبار القيم ومقياس مفهوم الذات)، و استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الآتية : (معامل ارتباط بيرسون، الاختبار الثاني لعينة واحدة، الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين)، واظهرت الدراسة النتائج الآتية:

- ١- يتصف افراد العينة بموقع ضبط داخلي.
- ٢- ان مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة عالي.
- ٣- وجود علاقة ايجابية بين مفهوم الذات وموقع الضبط والقيم لدى طلبة الجامعة.
- ٤- ترتيب القيم لدى افراد العينة كالاتي : (الدينية، الاجتماعية، السياسية، النظرية، الاقتصادية، الجمالية) (العكيدى، ٢٠٠٢، ب - ه)

٢- دراسة الدليم (٢٠٠٩)

((الفروق في أبعاد مفهوم الذات لدى المراهقين والشباب))

اجريت هذه الدراسة في السعودية (الرياض) وهدفت الدراسة الكشف عن الفروق في ابعاد مفهوم الذات لدى الاحداث الجانحين في دار الملاحظة الاجتماعية ونزلاء مؤسسة التربية النموذجية والافراد العاديين من طلبة الثانوية في مدينة الرياض، وبلغ حجم عينة الدراسة (٢٠٣)، واعتمد الباحث على مقياس جاهز لمفهوم الذات المعد من قبل مركز ابحاث مكافحة الجريمة والمقياس مكون من تسعين بندًا وأربعة ابعاد، واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية(تحليل التباين الاحادي، الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين)، واظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة احصائياً لصالح الافراد العاديين في مفهوم الذات الكلي و وجود فروق دالة احصائياً لصالح الافراد العاديين في ابعاد الذات(النفسية والاجتماعية والاسرية) و اظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة احصائياً بين افراد المجموعة في مفهوم الذات تبعاً لمتغير العمر.(الدليم، ٢٠٠٩)

٣- دراسة القحطاني (٢٠١١)

((ال حاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في
ضوء نظرية محددات الذات))

اجريت هذه الدراسة في فلسطين (غزة) وهدفت الدراسة التعرف على الحاجات النفسية
ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء محددات الذات،
بلغ حجم عينة الدراسة (٥٣٠) طالباً وطالبةً من جميع التخصصات في جامعة الأزهر بغزة، و
اعتمد الباحث على مقياسين جاهزين لل حاجات النفسية و مفهوم الذات وأعدّ الباحث مقياساً
للطموح في ضوء نظرية محددات الذات، واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية: (الانحراف
المعياري، الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان-براؤن،
معادلة ألفا-كرونباخ، تحليل التباين الاحادي، تحليل التباين الثنائي، اختبار شيفيه)، واظهرت
الدراسة النتائج الآتية:

- ١-وجود فروق دالة احصائياً لصالح طلبة الكليات الادبية (الانسانية) في الحاجات النفسية.
- ٢-عدم وجود فروق في مفهوم الذات بين الطلبة في الكليات الادبية (الانسانية) والكليات العلمية.
- ٣-وجود فروق دالة احصائياً لصالح طلبة الكليات الادبية (الانسانية) في الطموح.

(القططاني، ٢٠١١، أ)

٤- دراسة جبرو كاظم (٢٠١٣)

((السلوك الاجتماعي وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلبة كلية الفنون الجميلة في جامعة بابل))

اجريت هذه الدراسة في العراق(بابل) وهدفت الدراسة التعرف على السلوك الاجتماعي وعلاقته
بمفهوم الذات لدى طلبة كلية الفنون الجميلة في جامعة بابل، بلغ حجم عينة الدراسة (٣٨٤)
طالباً و طالبة في الصف الاول إلى الصف الرابع في الدراسة الصباحية من كلية الفنون الجميلة،
وأعد الباحثان مقياسان للسلوك الاجتماعي ومفهوم الذات، واستخدم الباحثان الوسائل الاحصائية
الآتية: (معامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان-براؤن، الاختبار الثنائي لعينة واحدة، الاختبار

الرائي) ، واظهرت الدراسة النتائج الآتية : تمنع افراد العينة بمستوى عالٍ في السلوك الاجتماعي لكون افراد العينة من الشرائح الاجتماعية الواعية التي تمنع بالمرونة وبذلك توصلت الدراسة الى ان مستوى مفهوم الذات كان عالياً وايجابياً لدى افراد العينة ووجود علاقة معنوية بين السلوك الاجتماعي ومفهوم الذات. (جبرو كاظم، ٢٠١٣، ٤٢)

مؤشرات و دلائل من الدراسات السابقة:

١-الاهداف: اختلفت الدراسات السابقة من حيث الاهداف تبعاً لمتغيرات الدراسات فقد هدفت دراسة المحور الأول التعرف على القلق وعلاقته بالمتغيرات الآتية: (العائية، دخل الاسرة، علاقة الخلفية الاجتماعية، الحالة الاقتصادية، المعدل التراكمي، صعوبة المواد، التخصص، علاقة الطالب بأستاذ المادة، الاكتئاب) أما دراسات المحور الثاني فقد هدفت التعرف على مفهوم الذات وعلاقته بالمتغيرات الآتية: (موقع الضبط، القيم، الحاجات النفسية، الطموح، السلوك الاجتماعي). أما البحث الحالي فيهدف التعرف على القلق وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية.

٢-حجم العينة: تراوحت حجم عينة الدراسات السابقة بين (٢٠٠-١٦٤٠) طالباً وطالبةً كما في دراستي الزبيدي (١٩٩٨) وعسيري (٢٠٠٧).

أما البحث الحالي فسيتم اختيار عينة مناسبة من الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية .

٣-الادوات: اختلفت الدراسات السابقة من حيث المقاييس التي اعتمدها الباحثين في دراساتهم فعد البعض مقاييس لدراساتهم كما في دراسة كل من عسيري (٢٠٠٧) ، جبرو كاظم (٢٠١٣). في حين اعتمد معظم الباحثين على مقاييس جاهزة كما في دراسة كل من : (الزبيدي ١٩٩٨) ، (الاحمد و آخرون ٢٠١١)، (العكيدى ٢٠٠٢) ، (الدليم ٢٠٠٩) و (دراسة القحطاني ٢٠١١).

أما البحث الحالي فقد اعتمدت الباحثة على مقياس جاهز للقلق المعد من قبل عسيري (٢٠٠٧) ، وأعدت الباحثة مقياساً لمفهوم الذات .

٤-الوسائل الاحصائية: يمكن إجمال الوسائل الاحصائية التي استخدمها الباحثين في الدراسات السابقة بالآتي: (معامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان-برانون، الاختبار الثاني، تحليل التباين الثلاثي، معادلة ألفا-كرونباخ، الانحراف المعياري، برنامج spss ، اختبار شيفي، الاختبار الزائلي) .

أما البحث الحالي فستستخدم الباحثة الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات احصائياً.

٥-النتائج: تبينت الدراسات السابقة من حيث النتائج، وستستفاد الباحثة من نتائج الدراسات السابقة في تفسير نتائج البحث الحالي .

منهجية البحث واجراءاته

اعتمد الباحثة على منهجية البحث الوصفي لملاعنته لطبيعة وأهداف البحث:

اجراءات البحث:

أولاًً: مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بجميع طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة الموصل النازحين إلى محافظة دهوك للعام الدراسي (٢٠١٥/٢٠١٦) والبالغ عددهم (٣٦٢) طالباً وطالبةً بواقع (١١٤) في الصف الأول و (٩٣) في الصف الثاني، و (٨٨) في الصف الثالث، و (٦٧) في الصف الرابع.

ثانياً: عينة البحث:

اختيرت عينة البحث بصورة عشوائية من طلبة كلية التربية الأساسية للصفين الثاني والثالث والبالغ عددهم (١٢٠) طالباً وطالبةً بواقع (٦٠) من طلبة الصف الثاني و (٦٠) من طلبة الصف الثالث.

ثالثاً: اداتا البحث:

١-مقياس القلق:

أطلعت الباحثة على العديد من الدراسات السابقة عن القلق واعتمدت الباحثة على مقياس جاهز للقلق المعد من قبل (عسيري، ٢٠٠٧)، والمقياس مكون من (٤٠) فقرة ذي البائل الثلاثة : (دائماً ، أحياناً ، نادراً) ، ويكون المقياس من خمسة مجالات وهي: (التخصص ، الحالة الاقتصادية ، علاقة الطالب بالاساندة ، المعدل التراكمي ، صعوبة المواد الدراسية) .

صدق المقياس :

يقصد بالصدق هو أن يقيس الاختبار فعلاً القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه، أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه. (العيسوي، ٢٠٠٣، ٣٢٣)

وتم الاعتماد على الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء اختصاص العلوم التربوية والنفسية (ملحق ١) وتم أخذ ملاحظات وتعديلات الخبراء على فقرات المقياس وبدون حذف اي فقرة .

ثبات مقياس القلق :

(الثبات هو ان يعطي الاختبار نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه على نفس الافراد وفي نفس الظروف)

(المندلاوي وآخرون، ١٩٨٩، ٦٨)

وتم حساب ثبات مقياس القلق بطريقة اعادة الاختبار بتطبيق معادلة معامل ارتباط بيرسون وطبقت الباحثة المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٤٠) طالباً وطالبة بواقع (٢٠) من طلبة الصف الثاني و (٢٠) من طلبة الصف الثالث و تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية للمرة الأولى يوم السبت المصادف ٢٠١٦/٣/٢٦ وبعد مرور اسبوعين تم تطبيق المقياس على نفس العينة للمرة الثانية يوم الاحد المصادف ٢٠١٦/٤/١٠ وبعد تطبيق معادلة معامل ارتباط بيرسون بلغ معامل ثبات مقياس القلق (٠،٩٣) وهو معامل ثبات مرتفع، علمًا أنه تم استبعاد عينة ثبات من العينة الأساسية .

معيار تصحيح مقياس القلق :

تم تصحيح المقياس بالاعتماد على الأوزان الآتية: (٣، ٢، ١) حيث اعطيت للبديل (نادراً) (٣) درجات، والبديل (احياناً) (٢) درجتان، والبديل (دائماً) (١) درجة واحدة وبذلك انحصرت درجة المقياس بين (٤٠-١٢٠) إذ أن أقل درجة للمقياس هي (٤٠) واعلى درجة للمقياس هي (١٢٠) .

٢- مقياس مفهوم الذات:

اطلعت الباحثة على العديد من المقاييس والدراسات والادبيات السابقة وقامت الباحثة بإعداد مقياساً لمفهوم الذات والمقياس مكون من (٥٠) فقرة ذي البديل الاربعة () تتطبق على بدرجة كبيرة ، تتطبق على بدرجة متوسطة ، تتطبق على بدرجة قليلة ، لاتتطبق على)، ويكون المقياس من (٢٩) فقرة ايجابية و (٢١) فقرات سلبية.

صدق مقياس مفهوم الذات:

تم التأكد من الصدق الظاهري لمقياس مفهوم الذات من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء اختصاص العلوم التربوية والنفسية (ملحق ١) وتمأخذ تعديلات وملحوظات الخبراء وبدون حذف اي فقرة .

ثبات مقياس مفهوم الذات:

تم حساب ثبات مقياس مفهوم الذات بطريقة اعادة الاختبار وتطبيق معادلة معامل ارتباط بيرسون حيث تم اختيار نفس العينة التي طبقة عليها مقياس القلق وهم (٤٠) من طلبة الصف الثاني والثالث ويوافق (٢٠) من طلبة الصف الثاني و (٢٠) من طلبة الصف الثالث حيث تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية للمرة الاولى يوم الاحد المصادف ٢٧/٣/٢٠١٦ وبعد مرور اسبوعين اعيد تطبيق المقياس يوم الاحد المصادف ١٠/٤/٢٠١٦ وبعد تطبيق معادلة

معامل ارتباط بيرسون بلغ معامل ثبات مقياس مفهوم الذات (٠,٨٩) وهو معامل ثبات مرتفع ، علمًاً انه تم استبعاد عينة الثبات من العينة الأساسية .

معيار تصحيح مقياس مفهوم الذات :

تم تصحيح فقرات مقياس مفهوم الذات بالاعتماد على المعيار الاتي : اوزان الفقرات الايجابية هي (٤,٣,٢,١) حيث تعطى للبديل (تنطبق على بدرجة كبيرة)(٤) درجات و(تنطبق على بدرجة متوسطة) (٣) درجات، و(تنطبق على بدرجة قليلة)(٢) درجتان ، و(لاتنطبق على) (١) درجة واحدة .

أما اوزان الفقرات السلبية هي (٤-٣-٢-١) حيث تعطى للبديل (لا تنطبق على) (٤) درجات والبديل (تنطبق على بدرجة قليلة) (٣) درجات، والبديل (تنطبق على بدرجة متوسطة) (٢) درجتان، والبديل (تنطبق على بدرجة كبيرة) (١) درجة واحدة.

رابعاً: التطبيق النهائي لأداتي البحث :

طبقت الباحثة مقياسى القلق ومفهوم الذات يومي السبت والأحد المصادف ٢٤-٢٣/٤/٢٠١٦

خامساً: الوسائل الاحصائية :

- ١-معامل ارتباط بيرسون .
 - ٢-الاختبار الثاني لعينة واحدة .
 - ٣-الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين .
- (عودة ، ٢٠٠٢ ، ٣٨ ، ٦٩ -)

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الأول: قياس مستوى القلق لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية.

ولتحقيق هذا الهدف، تم حساب المتوسط الحسابي المتحقق والانحراف المعياري لأفراد عينة البحث، ويبلغ متوسط درجات أفراد عينة البحث (٨٧،٤٠) وبلغ المتوسط النظري (٨٠) و بالمقارنة بين المتوسطين يتضح أن متوسط درجات افراد العينة أكبر من المتوسط النظري وتم تطبيق الاختبار الثاني لعينة واحدة لأجل اختبار دلالة الفروق احصائياً كما هو موضح في الجدول (١)

الجدول (١)

نتائج الاختبار الثاني لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط النظري لمقياس القلق

مستوى الدلالة	القيمة التائية		المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المتحقق	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠٠،٥) و درجة حرية (١١٩)	١،٦٦	٤،٥٣	٨٠	١٧،٨٨	٨٧،٤٠	١٢٠

ويتضح من الجدول (١) أن هناك فرق دال إحصائياً بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط النظري (الفرضي) وكان الفرق لصالح المتوسط الحسابي المتحقق وهذا يدل أن الطلبة لديهم مستوى عال من القلق وهذا يدل على انهم لديهم الدرجة الطبيعية من القلق والتحليل المرجح لهذه النتيجة هو اصرار وعزيمة الطلبة على تحقيق اهدافهم وطموحاتهم وامكان دراستهم بنجاح والقلق الذي لديهم بسبب ظروف النزوح التي مروا بها و الصعوبات والمعوقات التي يواجهونها وعدم استقرار الطلبة من حيث المكان والبيئة الدراسية الغير مناسبة .

الهدف الثاني: قياس مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية:

ولتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي المتحقق والانحراف المعياري لأفراد عينة البحث وبلغ متوسط درجات أفراد عينة البحث (١٥٠،٨٥) وبلغ المتوسط النظري (١٢٥) وبالمقارنة بين المتوسطين يتضح أن متوسط درجات أفراد العينة أكبر من المتوسط النظري، وتم تطبيق الاختبار الثاني لعينة واحدة لأجل اختبار دلالة الفروق احصائياً كما هو موضح في الجدول (٢).

الجدول (٢)

نتائج الاختبار الثاني لايجاد دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط النظري لمقياس مفهوم الذات

مستوى الدلالة	القيمة الثانية		المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المتحقق	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠٠٥) و درجة حرية (١١٩)	١،٦٦	١١،٣٤	١٢٥	٢٤،٩٥	١٥٠،٨٥	١٢٠

ويتضح (الجدول ٢) أن هناك فرق دال إحصائياً بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط النظري الفرضي وكان الفرق لصالح المتوسط الحسابي المتحقق وهذا يدل أن الطلبة يتمتعون

بمستوى عالٍ من مفهوم الذات والتحليل المرجح لهذه نتيجة هو معرفة وإدراك الطلبة بأنفسهم ونقطة القوة و الجوانب الإيجابية في شخصياتهم واستثمارها بشكل جيد بالإضافة إلى ثقتهم العالية بأنفسهم مما يجعلهم يحققون أهدافهم ويواجهون الظروف الصعبة ويحلون مشكلاتهم ويستطيعون التكيف إيجابياً مع الواقع ويتغلبون على المعوقات.

الهدف الثالث: العلاقة الارتباطية بين القلق ومفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية

ولتحقيق هذا الهدف تم حساب معامل ارتباط بين القلق ومفهوم الذات لدى أفراد عينة البحث البالغ عددهم (١٢٠) وبلغ قيمة معامل الارتباط (٠٠٢٤) وللكشف عن مستوى الدلالة لمعامل الارتباط تم تطبيق الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين، وأظهرت النتيجة عدم وجود علاقة احصائية عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) ودرجة حرية (١١٨)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٠٠١٢١) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (٠٠١٩)، كما موضح في الجدول (٣)

الجدول (٣)

قيمة معامل الارتباط بين القلق ومفهوم الذات لدى افراد عينة البحث

مستوى الدلالة	القيمة التائية		قيمة معامل الارتباط	العينة
	الجدولية	المحسوبة		
دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) و درجة حرية (١١٨)	٠،١٩	٠،١٢١	٠،٠٢٤	١٢٠

ويتبين الجدول (٣) انه لا توجد علاقة دالة احصائية بين متغيري القلق ومفهوم الذات و التحليل المرجح لهذه النتيجة هو امتلاكم الدرجة معتدلة من القلق ورغبتهم وارادتهم على تحقيق

طموحاتهم واهدافهم و حل المشكلات ومواجهة الصعوبات على الرغم من اختلاف شخصياتهم وسماتهم وصفاتهم النفسية وتبالين مفهوم الذات لديهم وتحقيق رغباتهم بالطريقة التي تتلائم مع شخصياتهم وفهمهم لأنفسهم .

الاستنتاجات :

- ١- وجود مستوى عال من القلق لدى الطلبة النازحين نتيجة خوفهم على مستقبلهم ودراستهم في ظل الظروف الصعبة التي مرت بهم .
- ٢- تمعن الطلبة النازحين بمستوى عال من مفهوم الذات وهذا يعكس ثقفهم العالية بأنفسهم واصرارهم على مواجهة الصعوبات والمعوقات .
- ٣- لا توجد علاقة دالة احصائية بين متغيري القلق ومفهوم الذات لدى الطلبة النازحين بسبب امتلاكهم القلق الطبيعي واصرارهم على تحقيق الاهداف على الرغم من اختلاف ذواتهم .

النحوتات : في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بالاتي :

وضع برامج ارشادية للتخفيف من القلق النفسي لدى الطلبة مما يساهم في تعزيز ثقفهم بأنفسهم . تعزيز ثقة الطلبة بأنفسهم مما يتاح لهم فرص النجاح والابداع وتحقيق مستويات عليا من النجاح . توجيه الطلبة على ضرورة وأهمية التمتع بدرجة معتدلة وطبيعية من القلق كي يجعلهم أكثر حيطة وحذر وأخذ بأسباب النجاح .

زيادة الاهتمام بالبرامج التربوية والارشادية التي تعتمي بمفهوم الذات لدى الطلبة لتحقيق النجاح الأكاديمي للطلبة .

المقترحات: استكمالا للبحث الحالي تقترح الباحثة اجراء الدراسات المستقبلية الآتية :

- ١- لقلق وعلاقة بالاساليب الوالدية لدى الطلبة النازحين في المرحلة الثانوية .
- ٢- مفهوم الذات وعلاقته بالذكاءات المتعددة لدى طلبة كلية التربية الاساسية وعلاقته بمتغيرات (الجنس/القسم/الصف) .

ملحق (١)

اسماء السيدات الخبراء

- ١-١. د. خشمان حسن علي / كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل .
 - ١-٢. ايناس يونس العزو / كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة الموصل .
 - ١-٣. ا.م.د. امل فتاح العباجي / كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل .
 - ١-٤. ا.م.د. محمد علي عباس / كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة الموصل .
 - ١-٥. ا.م.د. قيس المعلم / كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة الموصل .
 - ١-٦. م.د. رائد ادريس يونس / كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة الموصل .
 - ١-٧. ا.م. سفانة احمد داؤد / كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل .
 - ١-٨. ا.م. اياد محمد يحيى / كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل .

مُلْحَق (٢)

مقياس القلق بصورة النهاية

اخى الطالب

اختي الطالبة

يرجى الاجابة على فقرات المقياسيين بوضع علامة (✓) امام البديل الذي ترونوه مناسباً وعدم ترك اي فقرة بدون اجابة ولا داعي لذكر الاسم .

شاكرين تعاونكم

يرجى تدوين الملاحظات الآتية :

الجنس :

القىسىم :

الصف :

نادرا	احيانا	دائما	الفقرات	ت
			المجال الاول :التخصص	
١			ينتابني الحزن لعدم رغبتي في التخصص الحالي.	
٢			أشعر بالتوتر بسبب صعوبة المواد الدراسية في تخصصي .	
٣			أشعر برغبة ملحة في تغيير تخصصي .	
٤			لا يلقى تخصصي قبولا لدى الكثير من الاقران .	
٥			أشعر بنظرات دونية من اقراني بسبب وجودي في هذا التخصص .	
٦			قبولي في هذا التخصص راجع الى ضعوط نفسية وليس نابع من رغبتي .	
٧			لا يمكن تحقيق طموحاتي في هذا التخصص .	
٨			أشعر بالتردد في اتخاذ قراراتي فيما يخص تخصصي.	
			المجال الثاني :الحالة الاقتصادية :	
٩			أشعر بالانفعال بسبب سوء الحالة الاقتصادية .	
١٠			ينخفض مستوى طموحي لعدم حصولي على المكافأة المادية	
١١			أشعر بالتوتر لعدم قدرتي على شراء الكتب ومتطلبات الدراسة	

**القلق وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية
د.خولة احمد محمد سعيد البير فكتاني**

١٢	ضعف الحالة الاقتصادية لاسرتى يجعلنى متوتراً كثيراً.
١٣	أشعر بالاحراج لعدم قدرتى على تحقيق التزاماتي الدراسية والاسرية .
١٤	انفعل لعدم وجود وظائف بعد التخرج لتدنى حالي الاقتصادية
١٥	المجال الثالث : علاقة الطالب بالاساتذة :
١٦	أشعر بالتوتر من بعض اعضاء هيئة التدريس .
١٧	يؤلمى وجود بعض التفرقة في معاملة بعض اعضاء هيئة التدريس .
١٨	أشعر بالاحراج من مناقشة الاستاذ خشية ان يجرحني امام زملائي.
١٩	احس بالخوف خشية حرمانى من اداء الاختبار.
٢٠	أشعر بالتوتر بسبب عدم تقبلي لشرح بعض الاساتذة .
٢١	اتعنى الجلوس في الامكان الخلفية في القاعة لتجنب تركيز الاستاذ .
٢٢	اكره محاولات الطلبة الذين يحاولون التودد لاعضاء هيئة التدريس .

٢٣	يلاقني عدم مراعاة هيئة التدريس للظروف الاجتماعية للطالب		
	المجال الرابع :المعدل التراكمي :		
٢٤	أشعر ان معدل التراكمي لا يتناسب مع جهدي المبذول في الدراسة .		
٢٥	صعوبة المواد الدراسية ادت الى انخفاض معدل التراكمي .		
٢٦	أشعر بالتوتر خوفا من الفصل من الدراسة بسبب غياباتي المستمرة .		
٢٧	اخشى ان يؤثر معدلى على طموحاتي في المستقبل .		
٢٨	احس بنظرة دونية من اسرتي بسبب انخفاض معدلى .		
٢٩	اخاف ان تهتز صورتي امام زملائي واسأنتني لانخفاض معدلى التراكمي .		
٣٠	احاول الحصول على درجات عالية في المواد الدراسية لارضاء نفسي و اسرتي .		
٣١	أشعر بالغيرة من زملائي ذوي المعدلات المرتفعة .		
	المجال الخامس : صعوبة المواد الدراسية :		
٣٢	اتوتر بسبب صعوبة المواد الدراسية .		
٣٣	تنخفض دافعي نحو التعلم بسبب نقص الوسائل التعليمية .		

٣٤	اشعر بالتوتر داخل قاعة المحاضرات .
٣٥	احس بالنفور من المقررات الدراسية الصعبة .
٣٦	احاول الهروب من استذكاري للمواد الدراسية .
٣٧	اشعر ان تحصيلي متدني في المواد الدراسية .
٣٨	ليس لدى الدافع لإنجاز واجباتي .
٣٩	اتوتر من قراءة المواد الدراسية الصعبة .
٤٠	اتصنع الحيل للهروب من المذاكرة .

ملحق (٣)

مقياس مفهوم الذات بصورة النهائية

الفقرات	ت	الطبق على بدرجة قليلة	الطبق على بدرجة متوسطة	الطبق على بدرجة كبيرة	الطبق على بدرجة لا تتطبق
١				اشعر ان مهاراتي وقدراتي افضل من الاخرين	
٢				لا احب المواضيع الاكاديمية .	
٣				اربط بين الافكار بطريقة مبدعة .	

٤	لا اشعر بسعادة مع اسرتي .
٥	ليس لدى قدرات لابتكار .
٦	استطيع ان اكون علاقات جيدة مع الاخرين .
٧	أشعر بالسعادة عند الاهتمام بمظاهري .
٨	اخجل عند الكلام امام الاخرين .
٩	اهتم بالقراءة المستمرة بشكل جيد .
١٠	اسعى الى التفوق على زملائي علميا .
١١	أشعر ان علاقتي مع والدي ايجابية .
١٢	اصدقائي يعتمدون علي .
١٣	لا استطيع التحكم والسيطرة على انفعالاتي .
١٤	استثمر اوقات فراغي باعمال مفيدة .
١٥	أشعر بالرضا عن شكلي ومظاهري .
١٦	استشير اسرتي في حل مشاكلتي .
١٧	تعاون مع اصدقائي .
١٨	ارغب البقاء وحدي والابتعاد عن الاخرين.

**القلق وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة النازحين في كلية التربية الأساسية
د.خولة احمد محمد سعيد البير فكتاني**

١٩	اعترف باخطائي واحاول عدم تكرارها .
٢٠	اكره الاشخاص الذين يزعجونني .
٢١	اتكلم بصوت عالي .
٢٢	لدي ثقة بنفسي .
٢٣	أشعر بالفرح عند مساعدة الآخرين .
٢٤	اطمح في اكمال الدراسات العليا في المستقبل .
٢٥	أشعر بالتفاؤل بالمستقبل .
٢٦	احس بالقلق في المواقف الصعبة .
٢٧	لا استطيع تكوين علاقات مع الجنس الآخر .
٢٨	اتعامل مع المواقف بسطحية واستهتار .
٢٩	افكر في الماضي واهمل المستقبل .
٣٠	اقول الحقيقة دون خوف .
٣١	يسعدني نجاح وتفوق الآخرين .
٣٢	احافظ على هدوئي في الظروف الصعبة .
٣٣	ارغب في زيادة معرفتي ومعلوماتي .

٣٤	احس بالاحباط والفشل في تحقيق طموحاتي .
٣٥	اشعر بالنقص ولا ارضي عن ادائى .
٣٦	انظر الى الحياة بتساؤم .
٣٧	اهتم براء وملاحظات الاخرين .
٣٨	امارس الانشطة الرياضية للحفاظ على صحتي .
٣٩	الجأ الى الكذب خوفا من العقاب .
٤٠	ارغب في كسب احترام الاخرين .
٤١	يصعب علي التخلص من عيوبى وسلبياتي .
٤٢	استفاد من تجارب الاخرين .
٤٣	اقضي وقتا طويلا في تأنيب نفسي .
٤٤	لا اتعامل مع امورى الشخصية بجدية .
٤٥	لا اثق باصدقائي المقربين .
٤٦	اطمح بتحقيق ذاتي في الحياة .
٤٧	استمتع في كشف اسرار الاخرين .
٤٨	اتجنب الحديث عن مشاكل امام الاخرين .

٤٩	أشعر بالندم على اخطائي في الماضي .
٥٠	ارغب في تطوير شخصيتي .

المصادر:

- ١-الأحمد، أمل وآخرون، (٢٠١١)، "القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين - دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الاساس في مدارس مدينة دمشق الرسمية" ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد (٢٧) العدد (٣) ص (٧٥٩-٧٩٧).
- ٢-طرس، حافظ بطرس، (٢٠٠٨)، التكيف والصحة النفسية للطفل، الطبعة الاولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان-الأردن.
- ٣-طرس، نوال كوكو، (١٩٩٨)، أثر استخدام الموسيقى المصاحبة لدرس التربية الرياضية في الادراك الحسركي و مفهوم الذات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل .
- ٤-جبر، حسين عبيد وبشرى سليمان كاظم، (٢٠١٣)، "السلوك الاجتماعي وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلبة كلية الفنون الجميلة في جامعة بابل " ، مجلة مركز بابل للدراسات الإنسانية، المجلد (٤)، العدد (٢) ، ص (٤٣-١٠٢) .
- ٥-حسين، محمود عطا محمود، (١٩٨٥)، "مفهوم الذات وعلاقته بالكفاية في التحصيل الدراسي والشخص في المرحلة الثانوية (علمي أو أدبي)" ، مجلة رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، المجلد (٥)، العدد (١٦)، الرياض-السعودية، ص (٢٥٣-٢٨٢) .
- ٦-الداهري، صالح حسن احمد و وهيب مجید، (١٩٩٩)، علم النفس العام، الطبعة الاولى، دار الكندي للنشر والتوزيع، أربد،الأردن
- ٧-الدليم، فهد بن عبدالله، (٢٠٠٩)، "الفرق في أبعاد مفهوم الذات لدى المراهقين والشباب " ، مجلة كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض، السعودية ، مجلد (١٣) ، عدد (٤) ، ص (٨٥ - ١٢٤) .

- ٨- سعيد، سعاد جبر، (٢٠٠٨)، علم النفس التربوي، الطبعة الأولى، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، اربد-الأردن.
- ٩- العاني ، نزار محمد سعيد ، (٢٠٠٥) ، الشخصية الإنسانية في الفكر الإسلامي ، الطبعة الثانية ، مكتبة بيروت للنشر والتوزيع ، لبنان .
- ١٠- عبدالله، حسن الموسوي والآخرون، (٢٠٠٢)، بيلوغرافيا العلوم التربوية والنفسية، بيت الحكمة للنشر ، بغداد، العراق.
- ١١- عبدالقادر، فاضل، (٢٠٠٥)، كيف تتغلب على القلق والاكتئاب، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.
- ١٢- العزي، لمياء حسن عبدالقادر أحمد، (٢٠٠٢)، السلوك الذاتي لدى طلبة جامعة الموصل، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الموصل.
- ١٣- عسيري، عبدالله ابراهيم محمد آل عمر، (٢٠٠٧)، مستويات القلق لدى طلاب الجامعة، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الإنسانية، الرياض، السعودية .
- ٤- العكيدى، رنا كمال جياد، (٢٠٠٢)، موقع الضبط لدى طلبة جامعة الموصل وعلاقته بالقيم ومفهوم الذات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الموصل.
- ١٥- العمر، عبدالعزيز بن سعود، (٢٠٠٧)، لغة التربويين، مكتبة التربية العربي لدول الخليج للنشر، المملكة العربية السعودية .
- ٦- العمرية، صلاح الدين، (٢٠٠٥)، مفهوم الذات، الطبعة الأولى، مكتبة المجتمع العربي للنشر، عمان -الأردن.
- ٧- عودة، احمد سليمان وفتحي حسن ملکاوي، (١٩٨٧)، اسسیات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية، عناصره ومناهجه والتحليل الاحصائي لبياناته، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.
- ١٨- عودة ، احمد ، (٢٠٠٢) ، القياس والتقويم في العملية التدريسية ، الطبعة الخامسة، دار الاصل للنشر والتوزيع ، اربد ،الأردن .

- ١٩-العيسوي، عبدالرحمن محمد، (٢٠٠٣)، الاختبارات والمقاييس النفسية والعقلية، منشأة المعارف بالاسكندرية ، مصر.
- ٢٠-القططاني، سارة محمد عبدالله، (٢٠١٤)، القلق، مقالة منشورة على الموقع (WWW.ALMUALEM.NET)
- ٢١-قطامي، يوسف و عبدالرحمن عدس، (٢٠٠٥)، علم النفس العام، الطبعة الثانية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.
- ٢٢-القطناني، علاء سمير موسى، (٢٠١١)، الحاجات النفسية و مفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الازهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة الازهر بغزة، فلسطين
- ٢٣-محمد، محمد جاسم، (٢٠٠٤)، علم النفس الاكلينيكي، الطبعة الأولى، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.
- ٢٤- محمود ، رائد ادريس ، (٢٠٠٩) ، " اثر استخدام التعليم البنائي في تحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط واتجاهاتهم نحو مادة الكيمياء " ، وقائع المؤتمر العلمي الثالث لكلية التربية الأساسية المنعقد في الفترة (٢٩-٣٠ / ايلول) ، مجلد (٤) ، ص (١٨٣ - ٢٢٤) .
- ٢٥-المعاضيدي، عمر فالح عبداللطيف، (٢٠٠٩)، اثر استخدام اسلوب المجموعات التعليمية في اكتساب احكام التلاوة والاحتفاظ بها لدى طلبة قسم القرآن الكريم والتربية الاسلامية في كلية التربية ، جامعة الموصل .
- ٢٦-المعايطة، فيلما، (د.ت)، تقدير الذات، انتربنيت ، مقالة منشورة على الموقع (WWW.ALMUALEM.NET)
- ٢٧-مقابلة، نصر يوسف وابراهيم يعقوب، (١٩٩٤)، "أثر الجنس ومركز التحكم على مفهوم الذات لدى طلبة جامعة اليرموك"، المجلة العربية للتربية، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، المجلد (٤)، العدد (٢)، تونس، ص (٤٩-٢٤) .

- ٢٨-المندلاوي، قاسم آخرون، (١٩٨٩)، الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، بيت الحكمة للنشر والتوزيع، بغداد، العراق .
- ٢٩-والكر، سي. ايوجين و وكر، (٢٠٠٣)، تعلم أن تسترخي، تعریب: جمال الخطيب، الطبعة الثانية. مكتبة العبيكان للنشر، الرياض، المملكة العربية السعودية .