عمادة الدراسات العليا

جامعة القدس

مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

صبا نصير أحمد العالم

رسالة ماجستير

القدس – فلسطين

1440هـ / 2019م

مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

إعداد:

صبا نصير العالم

بكالوريس خدمة إجتماعية – جامعة القدس المفتوحة / فلسطين

المشرف: د. إياد الحلاق

قدمت هذه الخطة استكمالا لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من عمادة الدراسات العليا / كلية العلوم التربوية / جامعة القدس

1440هـ/ 2019م

جامعة القدس
عمادة الدراسات العليا
برنامج الإرشاد التربوي والنفسي

إجازة الرسالة

مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

إعداد الطالبة: صبا نصير أحمد العالم
الرقم الجامعي:21520214
المشرف: د.إياد الحلاق

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ: 2019/4/24م، من أعضاء لجنة المناقشة المدرجة أسماؤهم، وتواقيعهم:

1. رئيس لجنة المناقشة	د. اياد الحلاق	التوقيع .....
2. ممتحناً داخلياً	د. عمر الريماوي	التوقيع .....
3. ممتحناً خارجياً	د. محمد براغيث	التوقيع .....

القدس – فلسطين

1440هـ / 2019م

الإهداء

إلى والدي العزيزين، وإخوتي

وإلى جميع الباحثين، والدّارسين، والمهتمين

وإلى كل من وقف إلى جانبي، ودعمني، وعلّمني

وإلى وطني الحبيب الجريح، وإلى كل من ضحّى من أجله ليحيا حرا مستقلا، أهدي رسالة الماجستير هذه .

الباحثة

صبا نصير العالم

إقرار

أقرّ أنا مقدمة الرسالة بأنها قدمت لجامعة القدس، لنيل درجة الماجستير، وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة، باستثناء ما تم الإشارة له حيثما ورد، وأن هذه الدراسة، أو أي جزء منها، لم يقدم لنيل درجة عليا لأي جامعة أو معهد آخر.

الاسم: صبا نصير أحمد العالم

التوقيع: .....

التاريخ: 2019/4/24

شكر وتقدير

الحمد لله ربّ العالمين الذي وفّقني ويسّر لي أمري في رسالتي هذه، والتي آمل أن تكون إضافة بحثيّة جديدة إلى المكتبات الجامعيّة.

ولا يسعني إلا أن أتقدم بجزيل شكري وامتناني إلى أساتذتي الكرام، وإلى المشرف د. إياد الحلاق الذي مدّني بخبراته، ومعارفه العلميّة ومساعدتي، وكذلك إلى جميع أعضاء لجنة المناقشة الموقّرين على ما تكبّدوه من عناء في قراءة رسالتي وإثرائها بمقترحاتهم وآرائهم القيّمة.

تعريف المصطلحات:

القلق العام (General Anxiety Disorder): يعرف القلق العام بأنه "مجموعة من مشاعر الخوف والتوتر والإنهاك والتوجس والترقب، مصحوبة بأعراض نفسية وجسمية، فضلاً عن اعتبار القلق حالة نفسية غير سارة عاة، وخارجة عن نطاق سيطرة الفرد، وبالتالي سهولة استثارته من مصدر غر معروف لديه، أو خوفه من المستقبل، وخصوصاً عند تعرضه لنوبات قلق حادة تجعله مصاباً بالقلق ومتشائماً ومضطرباً، ويبتعد بالتالي عن الأحلام والتأمل والتفكير بالأهداف التي يسعى لتحقيقها مستقبلاً" (الكلباني، 2016: 14-15).

اضطراب تشتت الانتباه (Attention Disorder): وعرف اضطراب (تشتت) الانتباه بـــ"عدم القدرة على الاستمرار في التركيز على المثير ولفترة محددة، وذلك لنشاط حركي زائد، أو التأثر بمثيرات متنوعة، أو معاناة الفرد من صعوبة خاصة في الانتباه" (عبد القادر، 2018: 16).

المرحلة الأساسية (Elementary Stage): هي "الحلقة الأولى من السّلم التعليمي الرسمي، وهي تمثل التعليم الإلزامي الذي على الدولة أن تقدمه لأبناء مجتمعها والتزام من أولياء الأمور لإرسال أبنائهم إلى المدرسة في السن المحددة للقبول، ويهدف هذا النوع من التعلم إلى تنمية قدرات الطلبة واستعداداتهم وإشباع ميولهم، وتزويدهم بالقدر الضروري من: القيم، والسلوكيات، والمعارف، والمهارات المختلفة" (حلبي، 2015: 9). وقد حددت وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية هذه المرحلة حيث تتراوح أعمار الطلبة ما بين سن (6-15) سنة للذكور والإناث، والتي تشمل الصفوف من الأول إلى التاسع الأساسي (وزارة التربية والتعليم الفلسطينية، 2019).

بني زيد الغربية (Western Bani Zaid): وهي إحدى المدن الواقعة ضمن التقسيم الإداري لمحافظة رام الله والبيرة، وتم افتتاح مقر البلدية سنة 1966م، وتضم المدينة بلدتي بيت ريما ودير غسانة، وتقع شمال غرب رام الله، وتبعد نحو 27 كم، وترتفع نحو 510م عن سطح البحر، وتعتبر

مركزاً هاماً للنشاط: التعليمي، والتجاري، والصحي، والإداري في المنطقة، نظراً لتوسطها مجموعة من القرى والبلدات، وتقدم البلدية خدمات توفير المياه الصالحة للشرب، وجمع النفايات، وتأهيل الطرق المعبدة والزراعية، وإنارة الشوارع، وإقامة الحدائق العامة وصيانتها، وطوّرت البلدية المركز الصحي والذي أضيف إليه قسمي، النساء والولادة و الطوارئ، وتعمل البلدية على متابعة تطوير أوضاع مدارس المدينة من خلال صندوق ضريبة المعارف، وافتتحت مقرا لروضة أطفال نموذجية (بلدية بني زيد الغربية، 2018).

الملخص

هدفت الدراسة التعرّف إلى مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في المدارس الفلسطينية في الضفة الغربية، ولتحقيق ذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الإرتباطي، إذ صممت استبانة كأداة لاستقصاء آراء عينة الدراسة، وقسّمت الاستبانة إلى جزئين، بحيث تناول الجزء الأول مقياس القلق العام، أما الجزء الثاني فتناول مقياس الانتباه، وتكونت العيّنة من (196) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وبواقع (84) طالباً و(112) طالبة من طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية الواقعة في محافظة رام الله والبيرة، وتم التحقق من صدق وثبات المقياسين.

وتوصّلت الدّراسة إلى أن مستوى القلق العام لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية قد جاء بدرجة متوسطة (2.08)، كما أن درجة صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية قد جاء بدرجة متوسطة (2.02)، وقد بيّنت النتائج وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين مستوى القلق العام ودرجة صعوبة الانتباه لدى عيّنة الدراسة، كما أشارت النتائج إلى وجود أعلى متوسط حسابي إجابات عيّنة الدراسة لمستوى القلق العام تبعاً لمتغير (المعدل الدراسي) ولصالح الطلبة من ذوي المعدل الدراسي (المتوسط)، ووجود أعلى متوسط حسابي بين إجابات عيّنة الدراسة لدرجة الانتباه تبعاً لمتغيرات (جنس الطالب) ولصالح الطلبة الذكور، و(المعدل الدراسي) ولصالح الطلبة من ذوي المعدل الدراسي (متوسط)، ولمتغير (نوع الأسرة) ولصالح الأسرة الممتدة.

وأوصت الدراسة بضرورة تدخل المرشد التربوي، والإدارة المدرسية، والمعلم بهدف تعزيز مستوى الثقة بالنفس، وذلك بهدف الحدّ من العوامل التي تؤدي إلى ازدياد مستوى القلق العام لدى الطلبة والتي تؤدي إلى تشتت الانتباه لديهم.

The Level of General Anxiety and The Attention Among Elementary Students of Bani Zaid Schools at Western Ramallah and Al-Bireh Governorate

Prepared By: Saba Naseer Ahmad Al-Alem

Supervisor: Dr. Eyad Halak

Abstract

The study aimed at indentity the level of general anxiety and the attention among elementary students in Palestinian schools in West Bank, to achieve these goals, the study applied the descriptive and analytical methodlogy, where a questionnaire was designed as a study tool to find out the sample's point of view, the questionnaire was consisted of two parts: the first one included general anxiety scale, while the second one included general attention, the sample consisted of (196) students, whome had been chosen randomly, among them were (84) male students and (112) female students who study in the elementary stage at Western Bani Zaid Elementary schools in Ramallah and Al-Berieh govrnorate, the study tool had been checked for its reliability and consistency.

The findings showed that the general anxiety level among elementary students at Western Bani Zaid schools where at medium degree, with (2.08) mean score, and there was a medium degree of attention difficulty with (2.02) mean score, it also found that there was a positive and statistical relationship between general anxiety level and the degree of difficulty of attention among the sample, the findings also showed that there were a statistical differences between mean scores of the sample answers toward the general anxiety level related to student grade, and these differences were in favor to (medium) grade, and there where a statistical differences netween mean scores of the sample answers toward the degree of attention related to student's gender, in

favour to male students, and related to students with (medium) grades, and related to family type, in favour to the extended families.

The study recommended educational guide, school administration, and teacher to direct intervent for supporting student's level of confidence, where it may lead to reduce the effect of negative factors that may lead to increase general anxiety level among students which may lead to attention deficit.

الفصل الأول:

خلفية البحث

1.1 المقدمة (Introduction):

تعاني معظم الدول والشعوب من ازدياد حالات القلق والتوتر، إذ يمكن تسمية العصر الحالي بعصر القلق والتوتر والاضطرابات وعدم اليقين، وتشير الإحصاءات العالمية إلى وجود ارتفاع مضطرد في حالات القلق، والاضطرابات النّفسية التي يعاني منها الأفراد والمجتمعات، وفي معظم دول العالم، إذ تبيّن أن النسبة العظمى منهم يعانون من مظاهر القلق العام، إلا أن هناك من يعاني من إحدى مظاهر وأشكال القلق، والتي تؤثر سلباً على درجة تركيز الفرد، وسعيه نحو تحقيق أهدافه وطموحاته(المصري، 2011).

يتنوع القلق العام ما بين القلق الإيجابي والقلق السلبي، فالقلق الإيجابي ينتج عن بعض من مسببات الشعور بالقلق كحافز للإنجاز والإبداع والتفوق، في حين نجد أن معظم الحالات المنتشرة تعود إلى النوع السلبي، حتى وإن كانت في بداياتها إيجابية، وذلك لبروز ظاهرة عدم اليقين في ظل النزاعات والتوترات على الساحات: الدولية، والإقليمية، والمحليّة، مع عدم قدرة الأفراد على تحقيق طموحاتهم وأهدافهم المرسومة (المصري، 2011: 3).

وفي نفس السياق، يعاني الأفراد من بروز ظاهرة عدم التركيز وتشتت الانتباه، ويظهر ذلك في انشغالهم بأمور جانبية عديدة، فضلاً عن ارتفاع درجة تشتت الانتباه والتركيز على إنجاز الأعمال، وتبرز هذه الظاهرة بشكلٍ جليّ لدى طلبة المدارس، إذ نجد أن الغالبية العظمى منهم مشغولون باهتمامات شخصية لا علاقة لها بالدراسة، مثل انشغالهم بالهواتف والأجهزة التقنية المحمولة، أو انشغال التفكير بأمور الحياة الاجتماعية والاقتصادية، مما حدا بعلماء النفس والاجتماع، وصنّاع القرار لوضع مجموعة من القوانين واللوائح والأنظمة الضابطة لذلك، وخصوصاً في المؤسسات التربوية والتعليمية (البطنيجي، 2015).

وفلسطين ليست ببعيدة عن تلك الظاهرة، إذ غزت منتجات العولمة عقول الأفراد، وانتشر مفهوم الاستهلاك المعولم، في ظل الانتشار الواسع لوسائل الاتصال الحديثة، ويظهر ذلك جليّاً في انشغال الطلبة بمواقع التواصل الاجتماعي، والألعاب المحمّلة على الأجهزة، والتوجه نحو العمل والحصول على المال بعيداً عن التفكير في الدراسة والتحصيل العلمي، بهدف تحقيق أقصى درجة ممكنة من الاستقلال المادي بعديداً عن الوالدين (البطنيجي، 2015).

وعليه، نجد أن هناك مجموعة من العوامل الداخلية والخارجية التي تؤدي إلى ارتفاع مستوى القلق العام لدى طلبة المدارس الفلسطينية، والتي تؤدي إلى ارتفاع في درجة التشتت وعدم الانتباه، وعدم التركيز على الدراسة، وهو ما تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيقه.

نظراً للحالة الاستثنائية التي تمر بها فلسطين من استمرار الاحتلال والاجتياحات المستمرة، تبرز لدى المواطن الفلسطيني عامة حالة من عدم اليقين، وتتجلّى تلك الحالة لدى طلبة المدارس على وجه التحديد، إذ يجد الطالب المدرسي نفسه في حيرة من أمره في متابعة التعليم المدرسي أو الجامعي، أو السعي نحو الاندماج في سوق العمل، من خلال تعلُّم مهنة أو حرفة تساعده في الحصول على وظيفة تُعيله مستقبلاً، إذ أن تفشي ظاهرتي الفقر والبطالة وخصوصاً لدى خريجي الجامعات الفلسطينية قد زاد من درجة القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية، وخصوصاً المرحلة الأساسية العليا منها، وبالتزامن مع تلك الحالة، تلعب العديد من العوامل دوراً فاعلاً في تشتت انتباههم وتركيزهم في الدراسة، سواء في الغرفة الصفية أم في المنزل. وتبرز عوامل النمط الاستهلاكي المعولم، وضعف الاستقرار الأمني والاقتصادي كأبرز الظواهر التي تؤدي إلى تشتت الانتباه، وعدم القدرة على وضع أهداف موضوعية قابلة للتطبيق، بالإضافة إلى سيطرة التفكير السلبي لدى الطالب، وانشغاله في أمور جانبية، واهتمامات شخصية ترفيهية تبعده عن جو الدراسة (حمادي والمعموري، 2018).

وعليه، تكمن مشكلة الدّراسة الحالية في وقوع الطالب المدرسي، في المرحلة الأساسية العليا– والذي يعيش في مرحلة المراهقة– في حالةً من القلق العام التي تُصيبه نتيجة التغيرات الفسيولوجية التي تطرأ عليه في مثل هذا العمر، فضلاً عن عدم وضوح الأهداف، وعدم القدرة على وضع الخطط الاستراتيجية المستقبلية، في ظل تعدد الظروف التي تُعيق عملية التعلم والبناء الذاتي، مما

يؤدي به إلى حالة من تشتت الانتباه العام، وعدم التركيز على الدّراسة. في ظل تلك المعاناة، ينشغل تفكير الطالب في الوصول إلى حلول لتلك المشاكل والأمور التي تشغله. وقد أشارت مجموعة من الدراسات السابقة (Malboeuf-Hurtubise, et al., 2017؛ Guadalupe, et al., 2018؛ Fernandez,et al., 2017؛ Yadav, et al., 2017؛ Walczak and Estrada, 2017؛ البطنيجي، 2015؛ الشبؤون، والأحمد، 2011؛ Bunce, et al., 2010) إلى شيوع حالة من القلق العام لدى طلبة المدارس، والتي تؤدي إلى تشتت الانتباه لديهم.

2.1 مشكلة الدّراسة (Problem statement):

تتحدد مشكلة الدراسة في الكشف عن مستوى القلق العام، ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.

3.1 أهمية الدراسة (Importance):

الأهمية النظرية

تنبع أهمية الدّراسة الحالية في تسليطها الضوء على مستوى القلق العام الذي يتعرض له الطلبة في المرحلة الأساسية، وما قد يترتب عليه من آثار يمكن أن تنعكس سلباً على انتباههم، ومعرفة أبعاد وجوانب درجة القلق على الانتباه لسد الفجوة البحثية، وتمهد الطريق لمزيد من إجراء الدّراسات العلمية بهدف الإرتقاء بالمستوى التعليمي.

كما تأتي أهمية الدّراسة من أهمية متغيراتها ذات الصلة بموضوع القلق العام، وتشتت الانتباه الناتجين عن ضغوطات مختلفة من ظروف إقتصادية، أو اجتماعية، أو بيئية، أو سياسية، أو

صحية، تعاني منها المجتمعات بصورة عامة، لأنه يؤثر على نمو وتطور المجتمعات، والتي تؤدي إلى ضعف فرص النجاح والإنجاز الدراسي لدى الطالب في المرحلة الأساسية.

يُعد القلق عند طلبة المدارس مؤشر سلبي على قدرة الطالب على الانتباه داخل الحصة الصّفيّة مما يساعد على تنشئة جيل قلق على مستقبله التعليمي والحياتي. وبالتالي تسعى الدّراسة إلى تبيان أسباب القلق العام، والعوامل المؤثرة على الفرد التي تؤدي إلى تشتت الانتباه والتركيز، فضلاً عن التعرف على عمليات تشخيص حالة القلق العام، وتشتت الانتباه من خلال استعراض مجموعة من النظريات التي تناولت الموضوع.

وتعتبر الدّراسة الحالية الأولى من نوعها – بحسب علم الباحثة – وتحديدا لأنها تختص بطلبة المدارس في منطقة بني زيد الغربية.

وكذلك تساهم الدّراسة في إثراء المكتبات الفلسطينية في الجامعات، والمدارس والمراكز المتخصصة بالإرشاد الطلابي.

2. الناحية التطبيقية :

1. يمكن الاستفادة من النتائج التي ستسفر عنها الدراسة في تحديد أساليب الوقاية من مشكلات القلق العام لدى طلبة المدارس، وما يترتب عليه من مشكلات تتركز في تشتت الانتباه لديهم، كذلك رسم البرامج والخطط الإرشادية والعلاجية.
2. وتساعد هذه الدّراسة المرشدين التربويين، والمراكز الإرشادية وأصحاب القرار ذات الصلة وتزودهم بالمعلومات والبيانات الضرورية عن مدى حجم ظاهرة القلق العام، ودرجة الانتباه لدى طلبة المدارس.

3. كما تكشف هذه الدراسة عن بعض مظاهر القلق ودرجة تركزه في هذه المدارس، وقد تكون هذه الدراسة بداية لإجراء دراسات وبناء هذا الموضوع في المستقبل من قبل الدارسين والباحثين.
4. كما أنه من المتوقع أن يستفيد من نتائج الدّراسة الحالية الجهات المعنية بأمور الطلبة، سواء أكانوا من الجهات الرسمية في وزارة التربية والتعليم، أم من قبل الإدارة المدرسية، والمعلمين، والأخصائيين، والمرشدين الاجتماعيين.

4.1 أهــداف الدراسة (Objectives):

1. معرفة مستوى القلق العام لدى طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.
2. معرفة مستوى الانتباه لدى طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.
3. التعرف على العلاقة بين مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.
4. الكشف عن الاختلافات الدالة إحصائياً بين متوسطات استجابات طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) لدرجة القلق العام تبعاً لمتغيرات (الجنس، مستوى الصف، المعدل الدراسي، نوع الأسرة).
5. الكشف عن الاختلافات الدالة إحصائياً بين متوسطات استجابات طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) لمستوى الانتباه تبعاً لمتغيرات (الجنس، مستوى الصف، المعدل الدراسي، نوع الأسرة).

5.1 أسئلة الدراسة (Questions):

تحاول هذه الدّراسة الإجابة على عدد من الأسئلة، وهي:

1. ما مستوى القلق العام لدى طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة؟
2. ما درجة الانتباه لدى طلبة الصفوف (الثامن والتاسع والعاشر) في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة؟
3. هل توجد علاقة بين مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام لله والبيرة؟
4. هل يختلف مستوى القلق العام لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام لله والبيرة حسب متغيرات (الجنس ومستوى الصف، والمعدل الدراسي، ونوع الأسرة)؟
5. هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام لله والبيرة حسب متغيرات (الجنس، ومستوى الصف، والمعدل الدراسي، ونوع الأسرة)؟

6.1 حدود الدراسة:

1. **الحدود المكانية:** تتحدد الحدود المكانية في هذه الدراسة بمدارس بني زيد في محافظة رام الله والبيرة.
2. **الحدود الزمنية:** الفصل الأكاديمي الثاني 2018-2019.

3. **الحدود البشرية:** تقتصر الدراسة على طلبة الصفوف في المرحلة الأساسية العليا (الثامن، التاسع، العاشر).

7.1 متغيرات الدراسة

وبذلك نجد أن الدراسة تشمل على المتغيرات الآتية:

- **المتغيرات المستقلة:**
  - متغير الجنس، وله مستويان (ذكر، أنثى).
  - متغير مستوى الصف، وله ثلاثة مستويات (الثامن، التاسع، العاشر)
  - متغير المعدل الدراسي، وله أربعة مستوات (ممتاز، جيد جدا، جيد، متوسط).
  - متغير نوع الأسرة، وله مستويان (نووية، ممتدة).
- **المتغيرات التابعة:**
  - متغير (مستوى القلق العام).
  - متغير (درجة الانتباه).

8.1 الحدود والمفاهيم

القلق العام (General Anxiety):

"هو الانفعال الذي نشعر به عندما نجد أنفسنا محاصرين في ركن ضيق، ونشعر حينئذ بأننا مهددون، على الرغم من أن مصدر التهديد قد لا يكون دائماً واضحاً لنا" (ماركس، 1978).

كما يُعرف بأنه "حالة من التحسس الذاتي يدركها الفرد على شكل شعور من الضيق وعدم الارتياح مع توقّع وشيك للضرر أو السوء" (الإسي، 2014: ص9).

ويُعرّف بأنه "خبرة انفعالية مؤلمة يتوقع فيها الإنسان الخطر، أو أنها توجّس مؤلم يستشعر معه الإنسان أن حدثاً خطيراً يوشك أن ينزل بهن، وغالباً ما يجهل الإنسان طبيعة الخطر الذي يستشعر تهديده على نحو محدد" (الحشحوش، 2013: 13).

وتُعرّفه الباحثة إجرائياً بالدرجة التي يتم الحصول عليها بناء على إجابات عينة الدراسة على مقياس القلق المُعد من قبل الباحثة.

الانتباه العام (General Attentio):

هو "تركيز الذهن على شيء ما، والانتباه يُوجّه إدراك الفرد نحو شيء معين، وهو نوعان: إرادي ولا إرادي، يكون النوع الأول تابعاً للفرد ومحفزاته، أما النوع الثاني فيكون تابعاً للعالم الخارجي، وذلك في الإطار الإدراكي للفرد" (عز الدين، 2011: 13).

كما يُعرّف الانتباه بأنه "عملية إرادية ينتخب الفرد من خلالها منهجا أو موضوعاً معيناً يهمّه ويحسر شعوره وحواسه فيه، فهو توجيه الشعور وتركيزه نحو جهة معينة" (البياتي، 2006: 7).

وتُعرّفه الباحثة إجرائياً بالدرجة التي يتم الحصول عليها بناء على إجابات عيّنة الدّراسة على مقياس الانتباه المعد من قبل الباحثة.

المرحلة الأساسية (Elementary Stage):

هي "الحلقة لأولى من السلم التعليمي الرسمي، وهي تمثل التعليم الإلزامي الذي على الدولة أن تقدمه لأبناء مجتمعها والتزام من أولياء الأمور لإرسال أبنائهم إلى المدرسة في السن المحددة للقبول، ويهدف هذا النوع من التعلم إلى تنمية قدرات الطلبة واستعداداتهم وإشباع ميولهم وتزويدهم بالقدر الضروري من: القيم، والسلوكيات، والمعارف، والمهارات المختلفة" (حلبي، 2015: 9). وقد حددت وزارة التربية والتعليم الفلسطينية هذه المرحلة، حيث تتراوح أعمار الطلبة ما بين سن (6-

15) سنة للذكور والإناث والتي تشمل الصفوف من الأول إلى التاسع الأساسي (وزارة التربية والتعليم الفلسطينية، 2019).

وتعرّفه الباحثة إجرائياً بالصفوف الدراسية (الثامن، والتاسع، والعاشر) لطلبة مدارس بني زيد في محافظة رام الله والبيرة.

محافظة رام الله والبيرة (Ramallah and Al-Beried Governorate):

وتُعرّف بأنها عبارة عن "تقسيم إداري بُني على أساس أن المدينتين متلاصقتان لدرجة أنهما تبدوان كمدينة واحدة، إضافة إلى مدينة بيتونيا، وتضم (77) قرية وبلدة، بالإضافة إلى مجموعة من المخميات الفلسطينية (الجلزون، الأمعري، قدورة)، وهي إحدى المحافظات الـ(16) التابعة للسلطة الوطنية الفلسطينية، ويقع مركز المحافظة في مدينة البيرة، وتعتبر أقرب مدن الضفة الغربية إلى محافظة القدس، ويبلغ عدد سكان المحافظة نحو 590,401 نسمة حسب إحصائيات السكان والمساكن للعام 2017، وترأس المحافظة حالياً د. ليلى غنام" (الجهاز المركزي الفلسطيني، 2018).

بني زيد الغربية (Western Bani Zaid):

وهي إحدى المدن الواقعة ضمن التقسيم الإداري لمحافظة رام الله والبيرة، وتم افتتاح مقر البلدية سنة 1966م، وتضم المدينة بلدتي بيت ريما ودير غسانة، وتقع شمال غرب رام الله، وتبعد نحو 27 كم، وترتفع نحو 510م عن سطح البحر، وتعتبر مركزاً هاماً للنشاط التعليمي، والتجاري، والصحي، والإداري في المنطقة، نظراً لتوسطها مجموعة من القرى والبلدات، وتقدم البلدية خدمات توفير المياه الصالحة للشرب، وتقوم بجمع النفايات، وتأهيل الطرق المعبدة والزراعية وإنارتها، وإقامة الحدائق العامة وصيانتها، كما قامت بتطوير الوضع الصحي من خلال تطوير أوضاع المركز الصحي والذي أضيف له قسمي النساء والولادة، و الطوارئ، وتقوم بتطوير أوضاع

مدارس المدينة من خلال صندوق ضريبة المعارف، كما قامت ببناء مقر لروضة أطفال نموذجية. (بلدية بني زيد الغربية، 2018).

9.1 هيكلية البحث (Thesis Outline):

تم تقسيم هذه الدراسة إلى خمسة فصول:-

حيث يتناول الفصل الأول: خلفية الدراسة.

والفصل الثاني: الإطار النظري والأدبيات السابقة، ويتضمن عرضا لكل من (المفاهيم الخاصة بتعرييف القلق العام، والانتباه، والعلاقة ما بين درجة القلق العام والانتباه)، وفي قسمه الثاني يتناول الدراسات السابقة التي تناولت موضوع البحث.

الفصل الثالث: منهجية وإجراءات الدراسة.

الفصل الرابع: عرضا للنتائج ومناقشتها، وتحليل البيانات احصائيا، والإجابة عن تساؤلات الدراسة.

الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.

قائمة المراجع والمصادر.

الملاحق.

الفصل الثاني:

الإطار النظري والدّراسات السابقة:

أولاً: الإطار النظري للدّراسة.

1.2 المقدمة:

يتناول هذا الفصل تعريفاً لمفهومي القلق العام والانتباه، فضلاً عن استعراض مجموعة من النظريات التي تناولت موضوعي الدراسة، وأبرز العوامل المؤثرة عليهما، وأساليب التشخيص والعلاج الشائعة، أما الجزء الثاني، فقد تم فيه استعراض عددا من الدراسات السابقة التي تناولت موضوعي القلق العام والانتباه، والعلاقة ما بينهما، وفي النهاية تم التعقيب على تلك الدراسات، وإيضاح ما تتميز به الدراسة الحالية عن تلك الدراسات، وفيما يلي عرض لذلك.

2.2 القلق العام:

انتشرت حالة القلق في مختلف مناطق العالم، نظراً للتغيرات الكثيرة والمؤثرة على حياة الأفراد والمجتمعات؛ سواء المتعلقة بالأمور الأمنية، أم السياسية، أم الاقتصادية، أم الشخصية، إذ تشير الإحصائيات الرسمية إلى أن ما يزيد عن 5% من سكان العالم يعانون بشكلٍ أو بآخر حالةً من القلق المزمن، وتزداد احتمالات حدوثه في مراحل عمرية متنوعة، تتركز في الانتقال من مرحلة الطفولة إلى المراهقة، والانتقال إلى مرحلة التقاعد عن العمل (إبراهيم، 2010: 147).

نظراً لتفاقهم تلك الظاهرة، انتشرت برامج علاج اضطرابات القلق على المستوى الدولي، فقد أشارت الإحصائيات إلى أن نحو 14% من تلك الشعوب تستفيد من برامج علاج اضطرابات القلق القائمة والتي أثبتت نجاعتها في عديد من الحالات (مكنزي، 2013).

ويُعرّف القلق العام بأنه حالة من "عدم الاستقرار العام نتيجة للضغط النفسي الذي يقع على عاتق الفرد، مما يسبب اضطراباً في سلوكه، ويصاحبه مجموعة من الأعراض النفسية والجسمية" (عبد الفتاح، 2004، ص52).

في حين عرّفه (عكاشة 2003: 134) بأنه "شعور عام غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر، مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي، ويأتي في نوبات متكررة مثل: الشعور بالفراغ في فم المعدة، أو السحبة في الصدر، أو ضيق في الصدر، أو الشعور بنبضات القلب، أو كثرة الحركة.."

كما يُعرّف القلق بأنه "خبرة انفعالية مؤلمة يتوقع فيها الإنسان الخطر، أو أنها توجّس مؤلم يستشعر معه الإنسان أن حدثاً خطراً يوشك أن ينزل به، وغالباً ما يجهل الإنسان طبيعة الخطر الذي يستشعر تهديده على نحوٍ محدد" (الحشحوش، 2013).

وقد عبّر سيجموند فرويد عن مفهوم القلق بأنه "حالة من الخوف الشديد الذي ينتاب الفرد، ويؤدي به إلى الشعور بدرجة كبيرة من الضيق والألم" (قواسمة، وحمادنة، 2015: 2).

كما عرّف سبيلبرجر (Spielperger, 1976: 3) القلق النفسي العام (GAD) بأنه "توتر وانشغال البال لأحداث عديدة لأغلب اليوم، ويكون مصحوباً بأعراض جسمية كآلام العضلات، والشعور بعدم الطمأنينة، وعدم الاستقرار، وضعف التركيز، والشعور بالإعياء".

ويستمر تأثير حالة القلق العام على الأفراد من وقت لآخر، وبحسب العوامل والظروف القاهرة التي يمر بها الفرد، إلا أن معظم تلك الآثار تزول تدريجياً بزوال وانعدام الأسباب المؤدية إليها (الإسي، 2014: 50).

وقد عرّف التصنيف الدولي الأمريكي للأمراض النفسية والعقلية (American Psychiatric Association, 2013) اضطرابات القلق إلى مجموعة من الأنواع، والتي يمكن تلخيصها بالآتي:

- اضطراب الهلع غير المصحوب برهاب الأماكن المتسعة Panic Disorder Without Agoraphobia.
- اضطراب الهلع المصحوب برهاب الأماكن المُتسعة Panic Disorder with Agoraphobia.

- رهاب الأماكن المُتسعة بدون تاريخ من الهلع Agoraphobia Without History of Panic.
- الرّهاب المتعدد Specific Phobia.
- الرّهاب الاجتماعي Social Phobia.
- اضطراب الوسواس القهري Obsessive Compulsive Disorder.
- اضطراب كرب ما بعد الصدمة Post Troumatic Disorder.
- اضطراب الضغط الحاد Acute Stress Disorder.
- اضطراب القلق المعمم Generalized Anxiety Disorder.
- اضطراب القلق المرتبط بالوضع الصحي Anxiety Due to General Medical Condition.
- القلق المرتبط بتعاطي الأدوية Substane Induced Anxiety Disorder.
- القلق غير المحدد Anxiety Disorder Otherwise Specified.

وعليه، يمكننا تعريف القلق بأنه يشتمل على مشاعر، الخوف، والتوتر، والإنهاك، والتوجس، والترقب مصحوبة بأعراض نفسية وجسمية، فضلاً عن اعتبار القلق كحالة نفسية غير سارة عادة، وخارجة عن نطاق سيطرة الفرد، وبالتالي سهولة استثارته من مصدر غير معروف لديه، أو خوفه من المستقبل، وخصوصاً عند تعرضه لنوبات قلق حادة تجعله مصاباً بالقلق والتوتر والتشاؤم وحالات من الاضطراب، ويبتعد بالتالي عن الأحلام والتأمل والتفكير بالأهداف التي يسعى لتحقيقها مستقبلاً.

1.2.2 أسباب القلق:

تتعدد الأسباب المؤدية إلى ظهور أعراض وبوادر القلق بين الأفراد، إذ أشارت (النفيسة، 2015: 136) إلى أن هناك مجموعة من العوامل التي تتسبب بارتفاع حدة القلق العام، والتي أشارت فيها إلى أنها قد تعود إلى "الضغوط النفسية، وتعتبر العامل المشترك لجميع أنواع الضغوط الأخرى، مثل: الضغوط الاجتماعية، والضغوط المهنية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الأسرية".

2.2.2 القلق كحالة، والقلق كسمة وكإضطراب:

يمكننا التمييز بين مستويات القلق العام الذي يعاني منه الفرد، إذ يمكننا اعتبار القلق كحالة طبيعية عندما "يكون المحفز ويدفع للإنجاز والإبداع، ويزول بزوال الموقف المُسبب له"، وهنا نجد أن الفرد الذي يعاني من حالة القلق والإرباك، تتبلور لديه حالة من وضوح الهدف والموضوع، والتعامل معه بشكل منطقي وواقعي، يؤدي به إلى النجاح، وبالتالي تزول حالة القلق تلك بزوال المؤثر. ومن جانب آخر، فإن استمرار المثير، مع عدم توفر السبب المنطقي والواقعي له، وعدم وضوح الهدف، يؤدي بالفرد إلى الشعور بالقلق بشكل مستمر ودائم، ويصبح مستثاراً ومتشائماً، وتظهر لديه علامات السوداوية في تعامله مع المواقف، وهنا يمكننا تسمية حالة القلق بـــ"القلق كسمة" (الإسي، 2014: 53).

وعليه، يمكننا التمييز ما بين تصنيف القلق كسمة (Trait Anxiety)، "إذ يكون ثابتاً نسبياً، ويختلف مستوى تأثيره واضطرابه بين الأفراد"، وبين القلق كحالة (State Anxiety)، والتي "تتغير من موقف لآخر لدى الفرد نفسه" (عوفي، 2016: 14).

وقد أشار "سبيلبرجر" في تعريفه للقلق كحالة بأنه: "حالة انفعالية مؤقتة تنشط في مواقف الضغط والشدة، كما يُدركها الفرد كمواقف مهددة لذاته، وتنخفض وتختفي هذه الحالة بزوال مصدر التهديد"، أما القلق كسمة فقد عرّفها بأنها عبارة عن: "استعداد ثابت نسبياً في الفرد نتيجة خبرة مُتعلّمة من مواقف مؤلمة سابقة تتحدد بطريقة ما في الفروق الفردية للاستعداد للقلق، فيُدرك الفرد مواقف معينة على أنها خطر ومن ثم يستجيب لها بالقلق" (الإسي، 2015: 54).

أما (قواسمة، وحمادنة، 2015: 2) فقد عرّفا القلق بأنه: "ظاهرة تتعلق بالفرد نتيجة خوفه الديناميكي عند البحث عن الخطر الخارجي الذي قد يتعرض له". فالقلق كسمة (Trait) يعود إلى "وجود فروق فردية ثابتة نسبياً من حيث التكرار والشدة"، في حين نجد أن القلق كحالة (State) فيتمثل بما "يتولد لدى الفرد بشكل مؤقت وبشكل أتوماتيكي عند مواجهة مؤثر ما في موقف ما، ويكون ذلك مرتبطاً بأثر الجهاز العصبي أثناء ذلك الموقف، حيث تزول تلك الحالة بزوال المؤثر المُسبب لها".

3.2.2 أعراض القلق:

تبرز عدد من المظاهر الدالة على تطور حالة اضطراب القلق لدى الفرد، وقد بيّنها (مكنزي، 2013: 15) في الحالتين الآتيتين:

- المظاهر الجسدية: والتي تتمثل في أعراض "رجفان بالقلب، والتعرق، والارتعاش، وصعوبة في التنفس، وجفاف الفم، والاختناق، وتصلب الصدر، وألم في البطن، والانزعاج الزائد، والغثيان، وموجات من الحرارة (الحمى)، ونمنمة الأطراف والأصابع".

- الأعراض النفسية: وتتركز في كل من، مظاهر "الدوّار، والخوف من فقدان السيطرة على مجريات الأمور، والخوف من الموت، والشعور المتواصل بالانفصال عن الواقع، وفقدان الشهية، فضلاً عن قلة النوم، والتعب والإنهاك المستمرين، والشعور بالتوتر والانفعال، والتململ والشكوى المستمرة، وعدم القدرة على التركيز، ومظاهر الاكتئاب".

وفي توضيح آخر، أشارت (الإسي، 2015: 59-60) إلى مجموعة من الأعراض التي تصيب الفرد في حالة تعرضه للقلق العام، ومن أبرزها:

- الأعراض الجسمية: والتي تؤثر على "الجهاز الدوري، والجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي، والجهاز العصبي، والجهاز البولي التناسلي، بالإضافة إلى الجهاز العضلي للفرد".
- الأعراض النفسية: والتي تتركز في ظهور حالة من "الخوف والرهاب، والتوتر أو التهيج العصبي، واضطراب الانتباه والتركيز، فضلاً عن فقدان أو ضعف الشهية للطعام، والتوجه نحو المنبهات والكحوليات والمهدئات".

في حين ترى (النفيسة، 2013: 137) أن القلق هو: "مرض نفسي وظيفي يتخذ مجموعة من الأعراض، والتي تتركز في شعور الفرد بالخوف والقلق من مثيرات، قد لا يكون لها شأن يُذكر في إثارة حالة القلق لدى الفرد، وخصوصاً تلك المثيرات التي لا تهدد حياة الفرد أو تعرضها للخطر، كما تبرز أعراض القلق في آلام قد تصيب الصدر، فضلاً عن ارتفاع ضغط الدم، والسرعة في التنفس، وجفاف الحلق".

كما يرى (قواسمة، وحمادنة، 2015: 2) أن مظاهر القلق تبرز في المظهر الفسيولوجي، والذي يتمثل في "برود الأطراف والاضطراب في الجهاز الهضمي، مع ازدياد في ضربات القلب،

والشعور بالصداع، وآلام في المعدة، وازدياد حالة النسيان، والتكيّف السلبي تجاه الموقف الضاغط، أما المظهر النفسي فيتمثل في خوف الفرد من الفشل، وتوقع الإصابة بالأذى، وضعف رد فعل الفرد في ضبط انفعالاته وتصرفاته".

بناء على ما سبق، يمكننا تحديد مفهوم اضطراب القلق بأنه: قلق زائد وانشغال "توقع توجسي"، يصيب الفرد، وتستمر تلك الحالة مدة قد تزيد عن ستة شهور، ويعاني الفرد أثناءها من صعوبة السيطرة على مجريات الأمور، وتحديد الأولويات، بالإضافة إلى ارتباطه بمجموعة من المظاهر المؤشرات، مثل، التململ والشعور بالقيود، وسهولة التعب، والصعوبة في التركيز، والاستثارة السريعة، والتوتر العضلي، بالإضافة إلى اضطراب النوم، مما يؤدي إلى حالة من الإحباط والانخفاض في الأداء الاجتماعي أو المهني أو الدراسي.

4.2.2 تشخيص القلق العام:

قامت الرابطة الأمريكية للطب النفسي والإحصائي بتشخيص الاضطرابات العقلية ضمن DSM-IV، والتي من المرجح أن تعرف كمتلازمة سلوكية أو نفسية لدى الفرد، والتي تعكس نوعاً من الخلل النفسي الكامن لديه، فضلاً عن أنها قد تؤدي إلى ضائقة كبيرة إكلينيكياً، وعجزاً أو انخفاضاً في مجالات الأداء الرئيسة" (Butcher, et al., 2013: 5). كما أصدرت منظمة الصحة العالمية (WHO) التصنيف العالمي للأمراض، والتي تشمل الاضطرابات النفسية والذي يُعرف بـــ(International Classification of Diseases (ICD)) (منظمة الصحة العالمية، 2017).

وكان تقسيم الـــ(DSM-III) والـــ(DSM-IV) إلى محورين بهدف تفسير وتعريف حالات الاضطرابات النفسية التي يعاني منها الفرد، إذ تم تقسيم تلك الاضطرابات في التسميات النفسية

القياسية إلى مجموعتين؛ إذ ضمّت المجموعة الأولى الاضطرابات الإكلينيكية، أما المجموعة الثانية فشملت الاضطرابات الشّخصية، كما تم إدخال مبدأ الاختلاطية (Co-Morbidity Principle) على اعتبار وجود اضطرابات عدة قابلة للتحديد وصفياً، وقد جاءت مستقلة عن بعضها، بهدف التشخيص الكامل لجميع الأعراض، كما تم التخلي عن الدمج بين الأعراض المتنوعة تحت تشخيص مركب وحيد، وبذلك يتم التشخيص الأساسي على المظاهر التي تبرز لدى الفرد في التشخيص العيادي.

وبناء على ذلك، فإن هناك خمسة محاور تندرج في تصنيف النسخ المتعددة لما يعرف بـــ(DSM) متعدد المحاور، والتي نوجزها في الآتي (APA, 2013):

- المحور الأول I: الاضطرابات الإكلينيكية.
- المحور الثاني II: اضطرابات الشخصية والتخلف العقلي.
- المحور الثالث III: حالات طبية عامة.
- المحور الرابع IV: مشكلات نفسية اجتماعية ومشكلات بيئية.
- المحور الخامس V: تقييم شامل للأداء الوظيفي.

ويأتي دور العلاج النفسي كعملية منهجية هادفة لمساعدة الأفراد الذين يعانون من صعوبات نفسية، بغرض تغيير السلوك المضطرب، والتحوّل التدريجي إلى سلوك طبيعي سوي، ونظراً لاختلاف تلك الصعوبات ما بين عديد من الحالات، فعلى المعالج النفسي دراسة شخصية الفرد المريض دراسة تفصيلية مُعمّقة، بحيث يبحث في الوضعية الراهنة التي يعيشها الفرد، والتطور التاريخي لتلك الحالة، وذلك كي يتعرف على أبرز الأسباب الكامنة وراء تراكم الحالة والتي أدت إلى حدوث وبروز اضطراب الحالة لديه (مشاعل، 2015: 37–39).

5.2.2 النظريات التي تناولت القلق:

لقد ركّزت الدراسات النفسية والاجتماعية، والمتعلقة بسلوك الإنسان جُلّ اهتمامها لدراسة ظاهرة القلق، وخصوصا في ظل النزاع والتنافس الحاد، واضطراب الأوضاع المعيشية والأمنية والاقتصادية والسياسية في معظم البلدان، إذ أصبحت السمة السائدة لسلوك الإنسان المعاصر، ونظراً لأهمية تلك الظاهرة، فسوف يتم التطرق لمجموعة من النظريات التي تناولت ظاهرة القلق، وفيما يلي عرض موجز لتلك النظريات.

نظرية التحليل النفسي:

أشار سيجموند فرويد (Sigmund Freud) في نظريته إلى ارتباط القلق بخبرات الطفولة، وقد أطلق مصطلح عقدة الحصى، وعقدة الخوف من فقدان الجهاز التناسلي، أو الشعور بالذنب، والذي يحيط بالرغبة الجنسية. وأضاف رانك (Rank) عقدة الميلاد، إذ أشار إلى أن ميلاد الطفل يؤثر على نفسية الطفل كونه قد انفصل عن أمه وتركته لينتقل من العيش في عالم آمن مطمئن ليدخل إلى عالم مليئ بالضجة والضوضاء، وتنبت بذور القلق لدى الطفل أثناء عملية الولادة، إلا أن هناك تحليلاً جديداً لتلك النظرية مفاده أن أسباب القلق تعود إلى خبرات الطفولة في علاقة الطفل الاجتماعية بوالديه، إذ أن اعتماد الطفل اعتماداً كلياً على الكبار في سد حاجاته قابله نوع من الحرمان والإهمال في بعض المواقف، فضلاً عن فقدان الحب في مواقف أخرى، وبالتالي فإن هذا الشعور يستثير حالة من فقدان الأمن والخوف، مما يؤدي إلى بروز ظاهرة القلق لديه" (مكنزي، 2013: 25-26).

وترى (البطنيجي، 2015: 37) أن "القلق ينشأ من ضغط الغرائز والرغبات المكبوتة داخل الفرد، أي كميكانيزم داخلي غير مدرك عندما تهدد ألهو بالتغلب على دفاعات الأنا وإشباع الرغبات والغرائز بطريقة لا توافق المجتمع، لذا يقوم الأنا بكبتها، مما يعني أن القلق هو مؤشر إنذار تطلقه الأنا لتحفيزها على العمل لكبت تلك الرغبات، فيتم اللجوء لاستخدام وسائل دفاعية جديدة لكبتها، إلا أنها لا تؤدي إلا إلى الراحة المؤقتة، ومن ثم تعود إلى حالة القلق، والتي تزداد شدتها تباعاً".

النظرية المعرفية لــ(بيك) Beck's Cognitive Theory

تبنّى عالم النفس بيك (Beck, 1993: 194-198) الفكرة التي مفادها أن "ما يفكر به الناس وما يقولونه حول أنفسهم، واتجاهاتهم، وإراداتهم، ومُثلهم، إنما هي أمور هامة ذات صلة وثيقة بسلوكهم الصحيح". (مشار إليه في دراسة: الإسي، 2015: 21).

ويتبنّى أصحاب النظرية المعرفية العلاجَ المعرفي، إذ يعتبرونه الأسلوب الأمثل لتعديل السلوك الإنساني، وذلك من خلال العمل على تعديل وجهة نظر الفرد تجاه الموقف، وبالتالي فإن الدور السببي للتفكير هو السبب في تطور حالة القلق لدى الفرد، وهنا تتبنّى النظرية المعرفية عملية تغيير سلوك الفرد من خلال تغيير طريقة التفكير وردود الانفعال لديه.

العلاج المعرفي السلوكي لميكينبوم (Mechinboum):

وتستند تلك النظرية إلى مصطلح السلوك المعرفي باعتبار أن السلوك "هو انعكاسات إدراكات الفرد وأفكاره وقناعاته وتخيلاته، وعليه سعى رواد ومنظرو تلك النظرية إلى ابتكار أساليب معالجة ترتكز على قيمة العوامل الذهنية والفكرية، وتأثيراتها المحتملة في اضطراب القلق لدى الفرد" (عبد القادر، 2017).

نظرية أدلر (Adler) للعلاج التحليل النفسي:

تُرجِع تلك النظرية جذور القلق الذي يُعاني منه الفرد إلى مراحل عمره الأولى، والتي أشارت إلى أن "القلق النفسي يعود إلى طفولة الإنسان الأول، كأن يشعر الفرد بالقصور الذي ينتج عنه عدم الشعور بالأمن، ثم ذهب هذا الإنسان لتعميم ذلك حتى اشتمل هذا القصور وبمعناه المعنوي والاجتماعي، والمقصود بنظرية القصور العضوي في النظرية أنه يؤثر على حياة الفرد النفسية، إذ يعتبر نفسه قاصراً، فتزداد حالة الشعور بعدم الأمن، ومن ثم ينشأ القلق النفسي لدى الفرد، وأشار أدلر في نظريته إلى أن نوع التربية التي يتلقاها الطفل في أسرته لها أثر كبير في نشأة القلق النفسي لديه، ومحاولة منه التعويض عن ذلك" (الإسي، 2015: 23).

كما وضحت (البطنيجي، 2015: 37) تلك النظرية في ربط القلق بمشاعر العجز والنقص لدى الفرد، مع التركيز على أهمية العوامل الاجتماعية والأسرية في تلك المشاعر، مثل: الدلال الزائد، أو الإهمال، والذي قد يزيد من مشاعر العجز لدى الفرد، وبالتالي ارتفاع حدة القلق لديه. وهو ما بيّنه أدلر في قوله: "إن القلق يتولد عن شعور الفرد بالنقص والعجز بين ما هو عليه من إمكانيات وما يحيط به من إمكانيات، والشعور بالعجز قد يكون جسمي أو معنوي أو مادي، ويعتبر أن وظيفة القلق هي تحذير الشخص من خطر وشيك".

نظرية كارن هورني (Hornay):

وتفسر نظرية "هورني" أسباب بروز ظاهرة القلق لدى الفرد، إذ ترى أن "القلق يعود إلى ثلاثة عناصر رئيسة تتمثل في الشعور بالعجز، والشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة، ومن هنا تنشأ

ظاهرة القلق لديه، وتعود أسباب ظاهرة القلق بالنسبة للنظرية إلى انعدام الدفئ العاطفي في الأسرة، والذي يؤدي بالطفل إلى الشعور بأنه شخص منفرد ومحروم من الحب والعطف والحنان، وأنه مخلوق ضعيف يعيش في عالم عدواني متوحش، فضلاً عن تأثير بعض أنواع المعاملة الوالدية، إذ أن السيطرة المباشرة وعدم المساواة في المعاملة بين الأخوة، وعدم الالتزام، وعدم احترام الطفل، وشيوع العداء بين أفراد الأسرة، تؤدي وبالضرورة إلى ارتفاع مشاعر القلق في نفس الطفل، وتناولت النظرية البيئة المحيطة، والتي تشتمل على مجموعة من التعقيدات والتناقضات التي تؤدي بالإنسان إلى الشعور بالإحباط" (البطنيجي، 2015: 38).

من جانب آخر، فقد فسرت نظرية هورني القلق باعتباره "نتاج الظروف الحضارية والاجتماعية القائمة على مبدأ التنافس والذي تبنى على أساسه كل العلاقات التي تتكون مع الأفراد، مما يتوجب على الفرد حماية نفسه من هذا النوع من القلق الذي فرضته الحضارة المعاصرة على الفرد" (الجباري، والنعيمي، 2010، 280).

النظرية السلوكية:

أشار تشافيز ودوركسي (Shafees & Dorksi) بأن القلق المرضي هو "استجابة مكتسبة قد تنتج عن القلق العادي تحت ظروف أو مواقف معينة، ثم تعمم الاستجابة بعد ذلك". وبالتالي برزت فكرة الاشتراط الكلاسيكي لديهم، وهو ما أكده واطسون (Watson) في أن "الفرد يتعلم القلق والخوف والسلوك المرضي والسوي، ومن هنا يستجيب الفرد لظاهرة الخوف أو القلق، ويصبح الخوف لديه من المؤثرات الشرطية الدافعة لتصرفاته، ويقوم بتعميم ذلك على المثيرات المشابهة" (الإسي، 2015: 68).

وعليه، نجد أن اضطراب السلوك بشكل عام، واضطراب القلق العام على وجه التحديد يمكن إرجاعه إلى تعلم الفرد سلوكيات خاطئة في البيئة المحيطة، والتي تُسهم فيها الظروف الاجتماعية تلك السلوكيات وتدعمها، وتعمل على استمرارها، وهو ما نجده في الحالة الفلسطينية، إذ نجد أن عديد من طلبة المدارس، وخصوصاً في عمر المراهقة يتبعون سلوكيات مضطربة ناتجة عن الظروف الأمنية والاقتصادية والسياسية المضطربة، فضلاً عن الظروف الاجتماعية والنفسية التي يمر بها المراهق في تلك المرحلة العمرية.

3.2 اضطراب الانتباه:

1.3.2 مفهوم الانتباه:

ويُعد الانتباه أحد أهم المتطلبات السابقة لحدوث عملية التعلّم، وشرطًا أساسياً للتعلم الجيّد، لأن الانتباه شرط لحدوث الإدراك الفعّال، وهو عملية مستمرة لا تتوقف عند مرحلة معينة، كما أن إجراءات تنفيذه تتغير بتغير عوامل مرتبطة بالطلبة، وبطبيعة الموقف التعليمي، وبنوع المهام والأنشطة التعليمية، وبظروف المدرسة وإمكاناتها.

يُعرّف الانتباه بأنه "قدرة الفرد على اختيار مثير محدد والاستمرار في عملية التركيز عليه" (عبيدات، 2013).

كما عرف الانتباه بأنه "استغراق الوعي ولمدة كافية في موضوع واحد، والانصراف في الوقت نفسه عن كل ما عداه من الموضوعات الأخرى بقصد التمعن فيه واستيعابه والاستجابة له" (الحطاب، 2014).

وبتوافر الظروف الحياتية والمادية للطلبة، وفي ظل ازدياد التركيز على الطالب كمحور للعملية التعليمية التعلمية، يزداد توجّه الطلب لتعلم المهارة المطلوبة مع ازدياد درجة التركيز الزمني الذي يستغرقه الطالب في إنجازه لعملية التعلم (العمايرة، 2002).

بالتالي، فإن العجز عن الانتباه يعني عدم قدرة الفرد الاستمرار في التركيز على ذلك المثير ولفترة محددة، وتعود أسباب تلك الظاهرة لعدة أسباب، فقد تنبع من النشاط الحركي الزائد لديه، أو التأثر بمثيرات متنوعة، أو ناتجة عن معاناة الفرد من صعوبة خاصة في الانتباه.

وهنا نجد أن كثيراً من عمليات الاتصال الصفي تفشل لأسباب تتعلق بمضمون الرسالة أو بمدى وضوحها، أو بسبب العجز عن جذب انتباه الطلبة. ويساعد الانتباه الفرد على أن ينتقي المثيرات التي يريدها ويعزل المثيرات الأخرى وكأنها غير موجودة، وبذلك فإن تحديد الفرد لعدد المثيرات التي يسمح لها بالدخول إلى نظام معالجة المعلومات لديه تجعل من عملية الإدراك ممكنة وفعالة وتعمل على توفير الطاقة والجهد الجسدي والعقلي، لأن الانتباه يكلف الكثير من الجهد والطاقة العقلية والجسدية (الراشيدي، 2003).

وقد أشار (عوفي، 2016: 25) إلى أن الانتباه عبارة عن "تلقي الإحساس بمثير ما؛ سواء أكان هذا الإحساس على مستوى الحواس الخارجية أم الإحساس الباطني، أم مستوى الإدراك الفعلي، بحيث يشعر الفرد بهذا الإحساس بطريقة واضحة".

2.3.2 مظاهر تشتت الانتباه لدى الطلبة:

يتميز الطفل الذي يُعانى من اضطراب الانتباه بقصر مدى الانتباه؛ إذ لا يستطيع ذلك الطفل تركيز انتباهه على أي منبه لأكثر من بضع ثوانٍ متتالية، ثم يتقطع انتباهه عن هذا المنبه في نفس الوقت

الذي تكون فيه المعلومات ما زالت تنبعث منه لدرجة أن بعض العلماء قد شبّهوه بالطلقات النارية من حيث مدى استمراره وسرعة تنقله بين المنبهات المختلفة، ومن الأمثلة التي تثير انتباه الطالب وتشتت التركيز لديه وجود رائحة نفّاذة، أو مرور تيار من الهواء وصدور صوت تقليب صفحات الكتب والتي تؤدي إلى جذب انتباهه إليها مما تجعله يحول انتباهه بعيداً عن المنبه الرئيس الذي كان منتبهاً إليه من قبل، ويضاف إلى ذلك ضعف قدرته على التفكير نظراً لسهولة تشتته وضعف قدرته على الإنصات فإن المعلومات التي يكتسبها تكون مبهمة، وغير واضحة، وغير مترابطة، مما يؤدى إلى ضعف قدرته على التفكير. وفضلاً عما سبق، فإن الذاكرة بعيدة المدى تكون مضطربة لديه، فلا تُسعفه المعلومات التي يحتاجها عند قيامه بالتفكير في موضوع معين، ولهذا السبب نجده يخطئ كثيراً عند قيامه بعمل الأشياء التي سبق تعلّمها، وهذا بدوره يؤدى إلى خاصيّة جديدة يتميز بها هذا الطفل وهي "تأخر الاستجابة". فعلى سبيل المثال: نجد أن الطفل الذي يقوم بالعد على أصابعه عند قيامه بحل مسألة حسابية بسيطة يستغرق وقتاً طويلاً في عملية التفكير، ولهذا السبب يحصل على درجات منخفضة في الاختبارات المختلفة للمواد الدراسية والتي لا تتماشى مع مستوى ذكائه العام (عبد الفتاح، 2016).

وما تجدر الإشارة إليه، خلو أعمال ونشاطات تلك الفئة من الأطفال من النظام والترتيب، وابتعادها عن المشاركة في الأعمال التي تتطلب مجهوداً عقلياً سواء كانت تتعلق بالأنشطة التي يمارسها أو بالمواد الدراسية، ودائماً ما ينسى الأشياء الضرورية التي يحتاجها، وينسى الأعمال اليومية المعتادة التي يقوم بها (عبد الكريم، وعطوة، 2017).

وقد أشار جريسات والطحان (2010) إلى أن من أبرز مظاهر خلل الانتباه "القصور الواضح في الانتباه إلى التفاصيل، مع ظهور أخطاء تشير إلى الإهمال في حل الواجبات المدرسية، فضلاً عن

ضعف القدرة على الاحتفاظ في الانتباه فيما يقوم به من مهام أو نشاطات اللعب، وتبرز ظاهرة ضعف الإصغاء الجيد عند توجه الكلام مباشرة إليه، مع الفشل في تنفيذ التعليمات والأوامر الصادرة إليه، وضعف القدرة على تنظيم المهام والأنشطة، وتشتت الانتباه نتيجة التعرض لأي منبه خارجي سواء أكان ذلك المنبه عرضياً أو جوهرياً، مع سرعة في نسيان الأنشطة المطلوبة".

كما أشار عدد من الباحثين إلى أن الأشخاص الذين يعانون من تشتت الانتباه تظهر لديهم عديد من المظاهر؛ مثل "الفشل في تركيز الانتباه للتفاصيل، والصعوبة في تركيز الانتباه للأعمال السهلة منها أو الصعبة، والسرحان المستمر، كما يبدو على الشخص الذي يعاني من عدم الانتباه بعض من مظاهر التشتت، وعدم القدرة على اتباع أو متابعة التعليمات، مع الفشل في إنجاز الأعمال، إذ يجد الشخص المشتت صعوبة في تنظيم أعماله، مما يؤدي به إلى تجنب الاشتراك مع الآخرين في أداء المهام، وخاصة التي تتطلب مجهوداً ذهنياً، وبالتالي يعاني هؤلاء الأشخاص من صعوبات في التعلم، والمعاناة من التشتت وأحلام اليقظة، ويتعرض الأشخاص الذين يعانون من تشتت الانتباه للحوادث الناتجة عن عدم التركيز وتشتت الانتباه للمثيرات الخارجية" (مطران، ومسافر، 2012).

وأشار شهولي(2018: 17) إلى مجموعة من المؤشرات الدالة على اضطراب الانتباه لدى الفرد تتمثل في "عدم الاستقرار المصحوب بـــ(النرفزة)، وعدم القدرة على التركيز بفعالية، فضلاً عن كثرة النسيان، والشرود الذهني لدى الفرد، وتقلب المزاج، وارتفاع حدة العصبية لديه، مع عدم القدرة على الصبر حتى تحقيق الهدف، والصعوبة في التفكير في حل المشاكل، مما يؤدي إلى التسرع في الحكم، وعدم المبالاة، وكثرة الفظاظة والفوضى، وضعف التصور الشخصي للأشياء الحسية".

وقد أشارت دراسة حمد (2018: 31-33) إلى أن هناك ستة أعراض على الأقل قد استمرت لمدة تزيد عن ستة شهور لدرجة لا تتوافق مع المستوى التطوري للطفل، والتي تؤثر سلباً وبشكل مباشر على نشاطاته الاجتماعية والمهنية والأكاديمية، ويمكننا تلخيصها بالآتي:

- ضعف قدرة الطفل التركيز على التفاصيل، مما يؤدي إلى ارتكابه أخطاء ناتجة عن عدم مبالاته في حل الواجبات المدرسية، أو في العمل أو في إنجاز النشاطات الأخرى.
- وغالباً ما يصعب عليه المحافظة على الانتباه في أدائه للأعمال، أو في ممارسته للأنشطة؛ مثل "صعوبة المحافظة على التركيز لمدة طويلة أثناء الحصة الصفية، أو عدم القدرة على القراءة المطوّلة".
- ويلاحظ على الأطفال ضعيفي الانتباه عدم الإصغاء الجيد عند توجيه الحديث إليهم بشكل مباشر، إذ يكون تركيزهم منصباً على أمور جانبية أخرى بغض النظر عن وجود مُلهٍ واضح.
- ولا يتبع هؤلاء الأطفال التعليمات، مما يؤدي إلى إخفاقهم في إنجاز وحل السؤال، أو إنجاز الأعمال الروتينية اليومية، أو الواجبات المنزلية.
- ويعاني الطفل صعوبة في تنظيم المهام والأنشطة، مثل إدارة المهام المتسلسلة، وصعوبة الاحتفاظ بالأشياء والمتعلقات الشخصية، وشيوع الفوضى لديه، وعدم التنظيم في العمل، بالإضافة إلى افتقاده لمهارة إدارة الوقت، والفشل المستمر بالالتزام بالمواعيد المحددة التي قطعها على نفسه.
- ويتجنب الطفل الانخراط بمهام تحتاج جهداً عقلياً متواصلاً لمدة طويلة، وخصوصاً حل الواجبات المنزلية، وتحضير الدروس، والمراجعة الشاملة للمواد المدرسية.
- وتظهر كذلك أعراض إضاعة الطفل لأغراضه الأساسية لممارسة مهامه وأنشطته، مثل كتبه الدراسية وأقلامه ودفاتره، وأدواته.

- كما تظهر عليه عوارض الاستثارة السريعة للمنبهات الخارجية.
- وتكثر لدى هذا النوع من الأطفال ظاهرة النسيان في الأنشطة اليومية، والتي تتمثل في إنجاز الأعمال الروتينية اليومية، وإنجاز المهام، وعدم الرد على التساؤلات المطروحة أمامه بشكل تلقائي وسلسل ناتجة عن عدم تركيزه وانتباهه لما يُطرح عليه.

3.3.2 العوامل التي تؤدي إلى تشتت الانتباه:

أشار عبد القادر وقشوش (2015) إلى مجموعة من العوامل التي قد تؤدي إلى تشتت الانتباه لدى الفرد، وجاء من أبرزها: العوامل الجسمية، والنفسية، والاجتماعية، والفيزيقية، وفيما يلي عرض لتلك العوامل:

- **العوامل الجسمية:** إذ يؤدي "التعب والإرهاق الشديدين، وقلة النوم والأرق، وعدم الحصول على الوقت الكافي للاستجمام والاسترخاء، مع عدم انتظام وجبات الطعام، وسوء التغذية، تؤدي إلى ضعف التركيز وتشتت الانتباه لدى الفرد وضعف قدرته على المقاومة والسيطرة والتركيز" (شهولي، 2018: 17).
- **العوامل النفسية:** إذ أن "انشغال الفرد بهموم تؤرقه، والشعور بالألم والقلق والنقص، والكره والبغضاء، تؤدي وبالضرورة إلى تشتت انتباه الفرد للحدث" (عبد القادر وقشوش، 2015).
- **العوامل الاجتماعية:** إذ تؤدي المشكلات الاجتماعية المتراكمة إلى "ازدياد حالة اضطراب تشتت الانتباه لدى الفرد، فكلما ازدادت المشاكل والمشاغل الاجتماعية التي يصعب التغلب عليها أو تجاوزها، كلما تشتت انتباه الفرد".

- **العوامل الفيزيقية:** ويقصد بها الظروف البيئية المادية المحيطة، والمتمثلة بسوء الإضاءة وسوء التهوية، وارتفاع أو انخفاض درجة الحرارة والرطوبة عن المعدل الطبيعي، وازدياد درجة الضوضاء والإزعاج (شهولي، 2018: 17).

4.3.2 النظريات التي تناولت درجة الانتباه:

نظرية الانتباه لزيمان وهاوس (Zeman & House):

تركز نظرية الانتباه على "أن انتباه الطالب يُعد المرحلة الأولى من مراحل العملية التعليمية، وبالتالي يُعتبر الانتباه الجوهر في استقباله للمعلومات، وتتضمن هذه المرحلة سلامة الحواس التي تستقبل المعلومات، وتليها مرحلة معالجة المعلومات، والتي تُعد من قبيل الاستراتيجيات المعرفية لدى الطالب، والتي تتباين بتباين درجة الانتباه المسبقة ما بين الطلبة" (خزاعلة، ونصراوي، 2018: 802).

وهناك مجموعة من العوامل التي تؤثر على حُسن تنظيم البناء المعرفي لدى الفرد، ومحتوى البناء المعرفي لديه – كماً وكيفاً – في زيادة فاعلية الانتباه لديه، وسعته، ومداه، وبالتالي فإن المثيرات من حول الفرد تؤثر عليه وبشكل فعّال، ويأتي دور المعالج في حالة ضعف تأثيرها، فيقوم بترميزها ومعالجتها بشكل آني وبحسب الحالة التي يمر بها هذا الفرد (الواقفي، 2009: 137).

نظرية معالجة المعلومات

قسّم علماء النفس نظرية معالجة المعلومات إلى ثلاثة مراحل، والتي تتمثل في: مرحلة الترميز، ومرحلة الاحتفاظ، ومرحلة الاستعادة. ففي مرحلة الترميز يقوم الفرد بوضع رمز دال على المعلومة التي تلقاها، والتي قد يحتاجها لاحقاً، وتأتي مرحلة الاحتفاظ بالمعلومة وحفظها في ذاكرته

بعد قناعته بأهميتها، وأخيراً تأتي مرحلة استعادة تلك المعلومة وتوظيفها بناء على الموقف الذي تتطلب استحضارها وتوظيفها" (خزاعلة، ونصراوي، 2018: 803).

نظرية سوليفان (Sullivan):

تشير هذه النظرية إلى أن "نفسية الطفل تتكون من النظام الخاص باستحسان الكبار لأعمال الطفل، أو عدم استحسانهم لها، مما يدفع الطفل إلى الانتباه لأنواع السلوك التي يتلقاها، مما يكسبه نوعاً من نظام واتجاه سلوكي معين، يحتفظ به طول حياته، كما أكدت النظرية على أن الخبرات التي تهدد هذا النظام تؤدي به إلى القلق، إذ تؤثر حالة اللاوعي المتراكمة لدى الفرد على بعض أعماله التي تؤدي إلى التقليل من حيرته وقلقه، وبالتالي تفسر نظرية سوليفان القلق بأنه عبارة عن وسيلة يلجأ إليها الإنسان لإضعاف الإدراك والشعور اللاواعي لديه". وعليه، نجد بأن هذا الاتجاه يركز على أهمية العلاقات الشخصية المتبادلة والتي يقيمها الفرد خلال مراحل العمر المختلفة. والقلق بناء على تلك النظرية هو "حالة مؤلمة للغاية تنشأ من معاناة وعدم الاستحسان في العلاقات البينشخصية، ويعتقد أن القلق حين يكون موجوداً لدى الأم فإنه ينعكس على وليدها"، وبالتالي فإن القلق هو أحد المحركات الأولية في حياة الفرد (الإسي، 2015: 67).

4.2 الدراسات السابقة:

يتناول هذا الجزء عرضاً موجزاً لأبرز الدراسات التي تناولت العلاقة ما بين القلق العام والانتباه في بيئات محلية وعربية وأجنبية، إذ استعرضت الدراسات المتعلقة بمقياس القلق أولاً، تلاها الدراسات المتعلقة بالانتباه، ثم تم استعراض مجموعة من الدراسات التي تناولت العلاقة ما بين القلق العام والانتباه، وفي النهاية تم التعقيب على الدراسات السابقة وما تتميز به الدراسة الحالية، وفيما يلي عرض لذلك.

1.4.2 الدراسات المتعلقة بالقلق العام:

دراسة أفوليان وآخرون (Afolayan, et al., 2018): "العلاقة ما بين القلق والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة التمريض في جامعة دلتا النيجيرية، مدينة بايسيلا – نيجيريا". هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعات النيجيرية تخصص تمريض، والكشف عن مستوى القلق الذي يعاني منهم طلبة التمريض، فضلاً عن التعرف على العلاقة ما بين مستوى القلق والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعات النيجيرية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ صممت استبانة ووزعت على عيّنة مكونة من (200) طالباً وطالبة يدرسون في جامعة دلتا النيجيرية، تخصص تمريض، وعلى مستويات أكاديمية متنوعة، اختيروا بالطريقة القصدية، وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة التمريض يعانون من مستوى قلق متوسط أثناء تقديم الاختبارات الأكاديمية في الجامعة، وبمتوسط حسابي بلغ (2.14)، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً للعلاقة ما بين مستوى القلق والتحصيل الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس، وأوصت الدراسة أن يحضر الطلبة دورات استشارية إرشادية نفسية لتجاوز الضغوط النفسية والحد من حالة القلق التي يعانون منها فترة تقديم الامتحانات.

دراسة مالبوليف هرتوبايس وآخرون (Malboeuf-Hurtubise, et al., 2017): "التدخل الذهني المركز لعلاج حالات القلق والإحباط لطلبة المرحلة الأساسية: سلسلة محاولات لدراسة التأثير والجدوى من العلاج". هدفت الدراسة إلى تقييم التدخل الذهني العلاجي للقلق والإحباط لدى طلبة المدارس الذي يعانون من اضطرابات القلق والإحباط، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج التجريبي، إذ صمم برنامج علاجي تدريبي للحد من مستوى الإحباط والقلق لدى طلبة المدارس الأساسية الدنيا، وطبق البرنامج على عيّنة من الطلبة الذين يدرسون في ثلاثة مدارس كندية بهدف الكشف عن مستويات القلق والإحباط لديهم، وأظهرت النتائج تحسن حالة الاضطراب من الإحباط والقلق لدى ثلثي عينة الدراسة بعد تلقيهم البرنامج العلاجي المتركز على الكشف عن أسباب اضطراب القلق والإحباط لدى الطلبة، وأوصت الدراسة بضرورة التعرف على مسببات القلق والإحباط وتصميم برامج علاجية تستهدف الحد من مستويات القلق والإحباط لدى طلبة المدارس.

دراسة بايتون وسو (Payton and So, 2018): "القلق الطلابي المعاصر: تأثير دور الضغط الدراسي، والضغط المالي، والدعم". هدفت الدراسة إلى التعرف على آثار تراكم المخاوف على الصحة العقلية لدى طلبة الجامعات، والكشف عن تأثير كل من الضغوط (الدراسية، المالية، توفير الدعم) على الصحة العقلية لدى طلبة الجامعات، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت الدراسة على مراكز الاستشارات الصحية في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وبريطانيا، وتكونت عينة الدراسة من (80,509) طالباً جامعياً من الذين يراجعون مراكز الاستشارات الصحية في (140) مركزاً، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائياً ما بين تأثير الضغوط الدراسية والمالية والدعم المّقدم وبين الشعور بالقلق لدى عينة الدراسة، وقد جاء ترتيب تلك الآثار لصالح الضغوط الدراسية، كما بيّنت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً لتأثير الضغوط الدراسية والمالية والدعم المقدم للطلبة على الشعور بالقالق تبعاً لمتغير (الجنس) ولصالح

الطالبات، في حين لم تتوصل الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغيرات (مكان السكن، السنة الدراسية، الطلبة الأجانب).

دراسة أكوستا جوميز وآخرون (Acosta-Gómez, et al., 2018): "الضغوط والقلق في المدارس: دراسة وصفية". هدفت الدراسة إلى تحديد درجة الضغط والقلق العام لدى طلبة المدارس، والتعرف على أبرز مسببات القلق والضغط لدى الطلبة، فضلاً عن الأساليب المتبعة في مواجهة تلك الضغوط ومسبباتها، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وصممت استبانة ووزعت على عينة عشوائية مكونة من (335) طالباً وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (15–19 سنة) ويدرسون في المدارس المكسيكية في مقاطعة جواناجواتو، وخلصت الدراسة إلى أن ما نسبته (54%) من الطلبة لديهم درجة متوسطة من الضغوط والقلق العام، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً ما بين مستوى الضغوط والقلق العام لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، وأشارت النتائج إلى أن أكثر الأساليب المتبعة في مواجهة حالات الضغط والقلق العام كانت لصالح الاستماع للموسيقى، والتحدث مع الآخرين عن المشكلة، وممارسة التمارين الرياضية.

دراسة فيرناندز (Fernandez, et al., 2017): "التحقق من صحة مقياس التناظر البصري للقلق – رفض المدرسة من خلال تعريف القلق". هدفت الدراسة إلى تقييم مقياس التناظر البصري للقلق لدى الطلبة، والتحقق من وجود ظاهرة اضطراب القلق وعلاقتها برفض المدرسة لدى الطلبة الإسبانيين، ولتحقيق أهداف الدراسة طبق المنهج التجريبي، إذ استخدم مقياس التناظر البصري للقلق وطُبّق على (911) طالباً وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (8–12) عاماً يدرسون في المرحلة الأساسية، وأظهرت النتائج وجود درجة مرتفعة من القلق العام لدى الطلبة الإسبانيين، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين مستويات القلق العام لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس ولصالح

الإناث، ولمتغير العمر ولصالح 12 سنة، كما بينت النتائج أن درجات القلق العام قد جاءت أولاً لصالح مجال القلق العام، تلاها مجال القلق من المدرسة، ثم القلق من التحصيل الدراسي.

دراسة ياداف وآخرون (Yadav, et al., 2017): "دراسة مقطعية لأعراض القلق لدى الطلبة فترة ما قبل الاختبار". هدفت الدراسة إلى تقييم وجود أعراض القلق لدى الطلبة فترة ما قبل الاختبار، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدام المنهج الوصفي التحليلي، إذ صممت استبانة ووزعت على عينة عشوائية مكونة من (619) طالباً وطالبة يدرسون في الصفوف من الثامن وحتى الحادي عشر، وتوصلت الدراسة إلى أن نحو (27.5%) من الطلبة يعانون من أعراض القلق، وبيت الدراسة أن من أبرز أسباب اضطراب القلق تعود إلى وجود ضغوط داخلية وشخصية لدى الطالب، ووجود مشاكل أسرية، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً لمستوى القلق الذي يعاني منه الطالب تبعاً لمتغيرات العمر، والسنوات التي قضاها الطالب في نفس المدرسة، كما أشارت النتائج إلى انخفاض درجات الطالب الدراسية كلما زادت درجة القلق لديه.

دراسة أبو سمهدانة، وبني هاني (2016): "مصادر القلق لدى طالبات مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة". هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر القلق لدى طالبات مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة الأردنية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وصممت استبانة بهدف استقصاء آراء عيّنة الدراسة والمكونة من (39) طالبة واللواتي تم اختيارهن بطريقة المسح الشامل، وأظهرت النتائج أن مصادر القلق لدى الطالبات في مساق الجمباز قد جاءت بدرجة متوسطة، كما بيّنت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغيرات (السكن، المعدل التراكمي، السنة الدراسية).

دراسة البطنيجي (2015): "فعالية برنامج سلوكي لخفض مستوى القلق النفسي لدى طلاب المدارس في المناطق الحدودية بشرق غزة". هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض مستوى القلق النفسي لدى طلبة المدارس الغزية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج التجريبي، وطبقت الدراسة على عيّنة عشوائية مكونة من (20) طالباً خضعوا لاختبار مقياس القلق النفسي والذين أظهروا درجة مرتفعة على المقياس، وأظهرت النتائج وجود درجة متوسطة من القلق النفسي لدى طلبة المدارس في المناطق الحدودية، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط إجابات عينة الدراسة في القياس القبلي والبعدي للدرجة الكلية لمقياس القلق النفسي ولصالح التطبيق البعدي، في حين توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغيرات (حجم الأسرة، المستوى الاقتصادي، المستوى الثقافي).

دراسة قواسمة، وحمادنة (2015): "دلالات الصدق البنائي لمقياس القلق كسمة والقلق كحالة". هدفت الدراسة إلى التعرف على دلالات الصدق البنائ لمقياس القلق كسمة ومقياس القلق كحالة، كما هدفت إلى التأكد من درجة الثبات لدى عيّنة من الطلبة الجامعيين، ولتحقيق أهداف الدراسة صممت استبانتين: الاستبانة الأولى كأداة لاستقصاء درجة القلق كسمة، والاستبانة الثانية كأداة لاستقصاء درجة القلق كحالة لدى عيّنة مكونة من (349) طالباً وطالبة يدرسون في جامعة جدارا في العام الأكاديمي 2011/2010، وأظهرت النتائج توافر دلالات الثبات والصدق لمقيياسي القلق كسمة والقلق كحالة، كما بيّنت النتائج أن أفراد العينة قد أظهروا مستوى متوسطاً من امتلاك القلق كسمة والقلق كحالة.

دراسة النفيسة (2015): "القلق والاكتئاب لدى طلاب جامعة نايف من المدخنين وغير المدخنين". هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق الدالة إحصائياً بين المدخنين وغير المدخنين، ولتحقيق

أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي المقارن، وصمم مقياسان، إذ استخدم مقياس القلق لتايلور، أما المقياس الثاني فتناول مقياس الاكتئاب لبك، ووزع المقياسان على عيّنة عشوائية مكونة من (220) فرداً وبواقع (107) مدخن، و(113) غير مدخن، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً ببن المدخنين وغير المدخنين في مستوى القلق ولصالح المدخنين، كما بيّنت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين المدخنين وغير المدخنين في مستوى الاكتئاب ولصالح المدخنين.

دراسة الإسي (2014): "العلاج المعرفي السلوكي لاضطراب القلق العام: دراسة إكلينيكة". هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في الخفض من أعراض اضطراب القلق العام في فلسطين، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم المنهج التجريبي، إذ طُبق برنامج علاجي إكلينيكي على عيّنة مكونة من (12) مريضاً يترددون على عيادة الزوايدة في المنطقة الوسطى من قطاع غزة، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات متوسطات التطبيق القبلي والنصفي والبعدي والتتبعي في درجات اضطراب القلق العام، وقد جاءت تلك الفروق لصالح القياس النصفي.

دراسة شاما وآخرون (Shama, et al., 2014): "القلق، الإحباط، الضغوط وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لطلبة الثانوية العامة". هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة ما بين القلق، والضغوط، والإحباط الذي يعاني منه طلبة المدارس الثانوية الحكومية في مقاطعة ماهاساموند، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت الدراسة على (120) طالباً وطالبة يدرسون في الصف الحادي عشر، والمسجلين في بعض من المدارس الحكومية المقامة في مقاطعة "ماهاساموند" الهندية، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك درجة مرتفعة من القلق والضغوط وحالات الإحباط والتي

يعاني منها طلبة المرحلة الثانوية، كما بينت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً لتأثير عوامل القلق والضغوط والإحباط على التحصيل الدراسي للطلبة.

دراسة فروبورج (Froborg, et al., 2013): "اختلاطية اضطرابات الشخصية في اضطرابات القلق: استخلاص من تحليل 30 عاماً من البحث". هدفت الدراسة إلى التعرف على نسبة اضطرابات الشخصية المختلطة عبر الأنواع الفرعية الرئيسة لاضطرابات القلق، ولتحقيق أهداف الدراسة، تمت مراجعة معمقة لـــ(125) ورقة بحثية تجريبية منشورة خلال الفترة (1980–2010) مطبقة على المرضى الذين يعانون من اضطرابات الهلع، والرّهاب الاجتماعي، والقلق العام، والوسواس القهري، واضطراب ما بعد الصدمة، وخلصت الدراسة إلى أن معدل اضطرابات الشخصية المختلط عبر جميع اضطرابات القلق قد بلغ (35) اضطراب ما بعد الصدمة و(52) اضطراب للوسواس القهري، كما بيّنت النتائج أن المجموعة "C" في أحيان كثيرة قد حصلت على أكثر من ضعفي المجموعتين (A, B)، لاضطرابات الشخصية، كما أشارت النتائج إلى أن اضطراب الشخصية التجنبية أكثر تكراراً، يليه اضطراب الشخصية القهرية والتابعة، وأظهر اضطراب ما بعد الصدمة بصورة إكلينيكية أكثر تبايناً والرّهاب الاجتماعي مختلطاً بشكل مرتفع مع اضطراب الشخصية التجنبية، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً للاضطرابات الشخصية تبعاً لمتغيرات الجنس، ومدة اضطراب القلق.

دراسة قريشي وقريشي (2013): "مستوى القلق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية – دراسة ميدانية بمدينة ورقلة". هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق لدى تلاميذ المرحلة النهائية للثانوية متعددة الاختصاصات بمدينة ورقلة، والكشف عن الفروق في مستوى القلق بين الجنسين، وبين الشُّعب المختلفة، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ استخدم مقياس القلق

ووزع على عينة عشوائية مكونة من (200) طالب وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة المرحلة الثانوية متعددة الاختصاصات لا تعاني من مشكلة القلق إلا في الحدود العادية، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين ولصالح الإناث، في حين بينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة الشعب المختلفة في درجة القلق.

دراسة هاني (2013): "علاقة قلق الحالة بمستوى أداء الحكام المساعدين لمحافظة بغداد بكرة القدم". هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة قلق الحالة بمستوى أداء الحكام المساعدين لمحافظة بغداد بكرة القدم، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ صمم مقياس قلق المنافسة الرياضية ووزع على عيّنة قصدية مكونة من (20) حكماً، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائياً بين قلق الحالة وأداء الحكام المساعدين.

دراسة الشبؤون، والأحمد (2011): "القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين – دراسة ميدانية ارتباطية لدى عيّنة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية". هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة، وبين الاكتئاب لدى المراهقين من طلبة الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ صممت استبانة مكونة من اختبار حالة وسمة القلق للكبار STAI واختبار الشعور بالاكتئاب لدى المراهقين، واختبار الشعور بالاكتئاب لدى المراهقين. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين الاكتئاب، ووجود علاقة ارتباطية بين القلق بوصفه حالة والقلق بوصفه سمة وبين الاكتئاب لدى الطلبة من كلا الجنسين، كما بينت النتائج وجود فروق دالة

إحصائياً في القلق بوصفه سمة بين الجنسين ولصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الاكتئاب بين الجنسين ولصالح الإناث.

2.4.2 الدراسات المتعلقة بالانتباه:

دراسة الشبول (2017): "تصورات معلمي المدارس الأساسية بالأردن حول اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة". هدفت الدراسة إلى التعرف على تصورات معلمي المدارس الأساسية في الأردن عن اضطراب تشتت انتباه وفرط الحركة، والكشف عن أثر مجموعة من المتغيرات (التخصص، الخبرة التدريسية) في تصورات المعلمين حول اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى طلبة المدارس، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وصمم مقياس لتصورات المعلمين لاضطرابات النشاط الزائد وتشتت الانتباه، وطبق المقياس على عيّنة الدراسة من (377) معلماً ومعلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من العاملين في المدارس الأساسية في مديرية التربية والتعلم لمنطقة عمان الأولى. وتوصلت الدراسة إلى أن تصورات المعلمين لاضطراب تشتت الانتباه لدى طلبة المدارس قد جاءت بدرجة متوسطة، أما تصورات المعلمين لنشاط فرط الحركة لدى طلبة المدارس فقد جاءت بدرجة منخفضة، وبيّنت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات استجابات المعلمين في تقدير تصورهم لاضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى طلبة المدارس تبعاً للتخصص والخبرة التدريسية.

دراسة هامشو (Hamsho, 2017): "تأثير اضطراب الانتباه وتصرفات الطلبة على التعابير الكتابية في الغرفة الصفية". هدفت الدراسة إلى اختبار تصرفات الطلبة في الغرفة الصَّفيّة واضطراب الانتباه كمؤشرات مؤثرة على الأداء الكتابي لدى طلبة السنة الدراسية الثالثة في الجامعات الكندية، والتعرف على تأثير التدخل المبكر على أداء الطلبة الكتابي، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، فضلاً عن المنهج التجريبي، إذ استخدم مقياس الأداء الأكاديمي للكشف عن مستوى الكتابة لدى الطلبة، وطبقت الدراسة على (80) طالباً وطالبة مسجلين في مستوى السنة الأكاديمية الثالثة في جامعة سوراكوس الكندية، وأشارت النتائج إلى وجود أثر دال إحصائياً لتشتت الانتباه وتصرفات الطلبة على مستوى الأداء الكتابي لدى الطلبة، كما بيّنت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات أداء الكتابة لدى الطلبة تبعاً لمتغير جنس الطالب ولصالح الطالبات، كما بيّنت النتائج وجود أثر للتدخل الإرشادي في تحسين مستوى الكتابة لدى الطلبة وذلك من خلال الحد من درجات تشتت الانتباه في الغرفة الصفية.

دراسة الديب (2016): "فاعلية التدريب على استراتجية التعلم للاتقان في تنمية الانتباه الانتقائي لدى التلميذات (القابلات للتعلم) ذوات الإعاقة الفكرية". هدفت الدراسة إلى تنمية الانتباه الانتقائي لدى الطالبات ذوات الإعاقة الفكرية والقابلات للتعلم، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج التجريبي، إذ صمم مقياس الانتباه الانتقائي ومقياس الوحدة القائمة على استراتيجية التعلم للاتقان لتنمية الانتباه الانتقائي، وطبقت الدراسة على مجموعتين، وتكونت المجموعة التجريبية من (10) طالبات واللاتي طبق عليهن برنامج التدريب المصمم من قبل الباحثة، أما المجموعة الضابطة فتكونت من (10) طالبات واللاتي تم تدريبهن بالطريقة التقليدية من الطالبات المسجلات في مركز الرعاية النهارية في محافظة الرس بالقصيم في المملكة العربية السعودية. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية على مقياس الانتباه الانتقائي

البصري في القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى رتب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياسي الانتباه الانتقائي السمعي والانتباه الانتقائي البصري ولصالح المجموعة التجريبية، وخلصت الدراسة إلى فاعلية استراتيجية التعلم للإتقان المستخدمة في الدراسة.

دراسة زكور، وعبد الفتاح (2015): "تقدير معلمي مرحلة التعليم الابتدائي لانتشار اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط لتلاميذهم – دراسة ميدانية بمدينة ورقلة". هدفت الدراسة إلى التعرف على نسبة انتشار اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط، والكشف عن الفروق بين الجنسين في المدارس الابتدائية بمدينة ورقلة الجزائرية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ صممت قائمة ملاحظة سلوك الطالب، وطبق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (251) معلماً من معلمي المدارس الابتدائية بمدينة ورقلة. وتوصلت الدراسة إلى أن نسبة انتشار اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط لدى طلبة المرحلة الأساسية وبنسبة (25%)، كما بيّنت النتائج أن نسبة انتشار اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط لدى الطلبة الذكور في المرحلة الأساسية أعلى منها لدى الإناث، إذ بلغت نسبتها (15.7%، 9.3%) على الترتيب.

دراسة عوشاش (2015): "دور العملية التربوية في التخفيف من حدة اضطراب الانتباه وفرط الحركة لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين". هدفت الدراسة إلى التعرف على الاضطرابات التعلمية التي تواجه الطلبة الموهوبين ذوي اضطراب الانتباه وفرط الحركة في مرحلة التعليم الابتدائي، وقياس آراء المعلمين في الدور الذي تقوم به العملية التربوية في التعرف على الطلبة الموهوبين من ذوي اضطراب الانتباه وفرط الحركة، بالإضافة للكشف عن الدور الذي حققته تلك العملية في تنمية

مهارات الطلبة الموهوبين من ذوي اضطراب فرط الحركة، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ صممت استبانة تناولت متغيرات الدراسة، ووزعت على عشوائية مكونة من (19) معلماً ومعلمة بالمرحلة الابتدائية بمدينة رأس العيون بولاية باتنة الجزائرية. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات استجابات المعلمين نحو الممارسات التربوية التي تتبع للتعرف على الموهوبين ذوي اضطراب الانتباه وفرط الحركة لا تتسق مع المعايير العلمية ولا تحقق التنمية الدراسية للطلبة الموهوبين والذين يعانون من اضطراب الانتباه وفرط الحركة.

دراسة جابر، وعبد الحميد، وعوض (2015): "أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات الأم الاجتماعية في خفض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى أبنائها". هدفت الدراسة إلى تنمية مهارات الأم الاجتماعية في خفض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى طفلها، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي التحليلي التطبيقي (التجريبي)، إذ صمم برنامج تدريبي لتنمية مهارات الأم الاجتماعية لخفض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الأبناء استناداً إلى "مقياس ذكاء جود أنف هاريس"، ومقياس تقدير اضطراب نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى الأطفال ومقياس مهارات الأم الاجتماعية مع الطفل ذي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، وطبقت الدراسة على مجموعتين؛ شملت المجموعة التجريبية (30) من الامّهات اللواتي يعاني أطفالهن من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة من المترددات على المركز النفسي بعيادة أحمد عرابي، أما المجموعة الضابطة فشملت (30) من الأمّهات. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة ولصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة

إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة ولصالح القياس البعدي.

دراسةالزعبي، والقحطاني (2015): "أثر التعزيز الرمزي في خفض مظاهر اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم". هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التعزيز الرمزي في خفض مظاهر اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الطلبة الذين يعانون من صعوبات تعلم، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التجريبي، وطبقت الدراسة على مجموعتين تجريبية وضابطة، تكونت المجموعة التجريبية من (9) طلاب طبق عليهم التدريس بأسلوب التعزيز الرمزي، في حين تلقى أفراد المجموعة الضابطة وعددهم (8) طلاب التدريس بالطريقة التقليدية، وطبقت أداة (بطاقة الملاحظة) بهدف رصد مظاهر اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياسين البعدي والمتابعة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية تبعاً لمتغيري (الصف الدراسي، نوع الصعوبة التعليمية).

دراسة عبيدات (2013): "مستوى معرفة معلمي التعليم العام في مدينة جدة باضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد". هدفت الدراسة إلى تقييم مستوى معرفة معلمي التعليم العام في مدينة جدة باضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد لدى طلبة المدارس، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، ووزع اختباراً تحصيلياً على (616) معلماً ومعلمة اختيروا بالطريقة العشوائية الميسرة. وأظهرت النتائج أن مستوى معرفة المعلمين بالاضطراب لدى طلبة المدارس قد

جاء بدرجة منخفضة للدرجة الكلية ولأبعاد الاضطراب (الخصائص والتشخيص، التدخلات العلاجية، المعرفة العامة) وعلى الترتيب، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى معرفة المعلمين تبعاً لمتغيرات (الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، المستوى الصفي)، ووجود فروق دالة إحصائياً لصالح ذوي المعرفة المسبقة بالاضطراب على بُعد الخصائص والتشخيص.

دراسة تومر (Tomer, 2012): "التأثيرات المتباينة لاضطرابات الشخصية على نتائج علاج المرضى البالغين الذين يعانون من اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه". هدفت الدراسة إلى الكشف عن أعراض اضطراب الشخصية والذي يعيق العلاج ويؤدي إلى نتائج سيئة للعلاج لدى الأشخاص الذين يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ طبق مقياس براون المصمم على معايير DSM-IV لقياس فرط النشاط ونقص الانتباه (قائمة بيك للاكتئاب)، و(قائمة بيك للقلق)، ومقياس المعتقدات الشخصبية لبيك PBQ-1991، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (35) من المرضى البالغين الذين يعانون من اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه، وبينت النتائج انخفاضاً دالاً إحصائياً في أعراض اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط، واضطرابات المزاج بعد المعالجة المشتركة المتضمنة الأدوية والعلاج السلوكي المعرفي، كما بينت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين أعراض اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط، والمعتقدات غير القادرة على التأقلم، سواء قبل وبعد المعالجة، ووجود التفكير غير المُتكيّف، كما أشارت النتائج أن اضطرابات الشخصية المرافقة لم تتعارض مع خفض أعراض اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط لدى ذوي أعراض اضطراب الشخصية المتعلقة، والمعادية للمجتمع، والانطوائية، والذين أظهروا تحسناً أكبر في أعراض المزاج بعد العلاج.

دراسة بيونسيه وآخرون (Bunce, et al., 2010): "كم من الوقت يركز الطالب انتباهه في الغرفة الصفية؟ انخفاض اضطراب انتباه الطلبة باستخدام استراتيجية النقر Clickers". هدفت الدراسة إلى الكشف عن المدة الزمنية التي تضيع على الطالب عند تشتت انتباهه، والبحث عن جدوى تطبيق استراتيجية النقر (Clickers) على طلبة تخصص الكيمياء في الحد من تشتت الانتباه لديهم، ولتحقيق أهداف الدراسة طبق المنهج الوصفي التحليلي، وصممت استبانة ووزعت على عيّنة من طلبة تخصص الكيمياء المسجلين في الجامعة الكاثوليكية في ولاية واشنطن، والذين قسموا إلى ثلاث مجموعات، وتوصلت الدراسة إلى أن وجود درجة مرتفعة من تشتت الانتباه لدى عينة الدراسة، كما بيّنت النتائج انخفاض مستويات تشتت الانتباه لديهم عند تطبيق استراتيجية النقر باستخدام الأجهزة المحمولة الشخصية (الموبايل)، وقد أدى استخدام تلك الاستراتيجية على الحد من درجة تشتت الانتباه بمعدل دقيقة واحدة لكل طالب، وبيّنت النتائج أن درجات تشتت الانتباه تختلف باختلاف المساق الدراسي.

3.4.2 الدراسات المتعلقة بالعلاقة ما بين القلق العام والانتباه:

دراسة شهولي (2018): "تأثير القلق على درجة الانتباه (التركيز) أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم". هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين القلق ودرجة الانتباه أُثناء المنافسات الرياضيات التي يقوم بها لاعبو كرة القدم في الجزائر، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وصممت استبانة بهدف التعرف عن مدى تأثير القلق على درجة تركيز لاعبي كرة القدم، ووزعت الاستبانة على (40) لاعب كرة قدم في فرقي شباب الرياضي لعين قشرة، والشبيبة الرياضية بولاية سكيكدة، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك تأثير للقلق على درجة الانتباه وبدرجة مرتفعة.

دراسة أندرا وآخرون (Indra, et al., 2017): "العلاقة ما بين تشتت الانتباه وفرط الحركة وبين اضطراب القلق واضطرابات النوم لدى طلبة المدارس في المرحلة الأساسية". هدفت الدراسة إلى الكشف عن درجة اضطراب تشتت الانتباه والتعرف على أسبابه، فضلاً عن الكشف عن العلاقة ما بين تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى طلبة الجامعات الإندونيسية، وبين اضطرابات القلق وقلة النوم لديهم، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج التجريبي، إذ طبقت الدراسة على (387) طالباً وطالبة يدرسون في الصفوف: الأول، والثالث، والخامس الأساسية في مدارس جاكرتا الإندونيسية، ووزعت الاستبانة على أولياء أمور الطلبة بهدف التعرف على درجة اضطراب النوم واضطراب القلق العام لدى أبنائهم، وتوصلت الدراسة إلى أن (31.5%) من عيّنة الدراسة يعانون من اضطراب قلق النوم واضطراب القلق العام لدى الطلبة، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائياً ما بين اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة، وبين اضطراب القلق واضطراب النوم لدى عينة الدراسة.

دراسة حمادنة (2017): "فاعلية برنامج إرشادي جماعي في خفض مستوى قلق الاختبار، وتحسين عادات الاستذكار لدى عينة من الطلاب المتفوقين في كلية التربية بجامعة نجران". هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي جماعي في خفض مستوى قلق الاختبار، وتحسين عادات الاستذكار لدى عينة من الطلبة المتفوقين، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي، إذ صممت استبانة ووزعت على عيّنة عشوائية مكونة من (20) طالبا وطالبة مسجلين في كلية التربية في جامعة نجران الجزائرية، والذين تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين: الأولى تجريبية طبق عليها البرنامج الإرشادي، أما المجموعة الثانية فكانت عيّنة ضابطة لم يطبق عليها البرنامج الإرشادي، وتم استخدام مقياس قلق الاختبار ومقياس عادات الاستذكار، وأظهرت النتائج

وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي الجماعي في خفض مستوى قلق الاختبار وتحسين عادات الاستذكار لدى أفراد المجموعة التجريبية والتي طُبق عليها البرنامج الإرشادي.

دراسة ماجيلنسكيت وآخرون (Magelinskaite-Legkauskiene, 2018): "مستوى إدراك المعلمين نحو كفاءة الطلبة الاجتماعي وانضابطهم الصفي في المدارس الأساسية". إذ هدفت الدراسة لاختبار مدى إدراك العلمين لكفاءة الطلبة الاجتماعي وانضابطهم الصفي في مدرسة أساسية في ليتوانيا، ولتحقيق أهداف الدراسة طبق المنهج الوصفي التحليلي، إذ طبقت الدراسة على عيّنة مكونة من (403) طلاب وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية الميسرة، يدرسون في الصفين الأول والثاني الأساسيين، وتراوحت أعمارهم ما بين (7–8) سنوات، واعتمدت الدراسة على بطاقة الملاحظة للإجابة على تساؤلات الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أن أنه كان للجوانب الاجتماعية والتعليمية علاقة دالة إحصائياً بالكفاءة الاجتماعية لدى الطلبة تبعاً للتعديل المدرسي الذي تم تقييمه من قبل المعلم، كما أظهرت النتائج أن الكفاءة الاجتماعية المعدلة قد أظهرت سبباً في النزاع الدائر بين الطلبة والمعلمين، وأن الكفاءة الاجتماعية المعدلة ترتبط ارتباطاً دالاً إحصائياً مع معدل القلق العام للطالب، ومع تكوين علاقات اجتماعية قريبة مع المعلمين في المدرسة.

دراسة والزاك واسترادا (Walczak and Estrada, 2017): "تحسين التصورات السلبية عن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه". هدفت الدراسة إلى التحسين من النظرة السلبية لدى الطلبة نحو درجة اضطراب الحركة وتشتت الانتباه لديهم، ولتحقيق أهداف الدارسة طبق المنهج التجريبي، إذ صمم برنامج يعتمد على لعبة تركز على عيّنة من الطلبة والذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة، فضلاً عن الحد من ظاهرة القلق العام لدى الطالب، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائياً ما بين متغيري ظاهرة تشتت الانتباه وفرط الحركة ومتغيري

مستوى القلق العام والتحصيل الدراسي، كما بيّنت النتائج وجود أثر إيجابي للبرنامج التدريبي في الحد من تشتت الانتباه لدى الطلبة، والذي قلل من ظاهرة القلق لديهم.

دراسة عوفي (2016): "العلاقة بين مستوى القلق ومستوى وتركيز الانتباه لدى حكام الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم في الضفة الغربية". هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مستوى القلق ومستوى تركيز الانتباه لدى حكام الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم في الضفة الغربية، فضلاً عن الكشف عن الفروق في مستوى العلاقة بين القلق وتركيز الانتباه تبعاً لمتغيرات (الخبرة في التحكيم، الاختصاص في التحكيم، درجة التحكيم)، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي المسحي، إذ صممت استبانة ووزعت على عينة مسحية شاملة تكونت من (75) حكماً معتمداً لدى الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم، وخلصت الدراسة إلى انخفاض مستوى القلق لدى حكام الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم، وبالتالي ارتفاع مستوى تركيز الانتباه لديهم، وبينت النتائج وجود علاقة عكسية ما بين مستوى القلق ومستوى تركيز الانتباه، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الحكام المساعدين وحكام الساحة في مستوى تركيز الانتباه، في حين بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياُ في مستوى القلق لصالح الحكام المساعدين.

دراسة كوينكو وآخرون (Koyuncu, et al., 2016): "اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة وعلاقته باضطراب القلق الاجتماعي: دراسة تجريبية لاختبار العلاقة ما بين تاريخ الصدمة والاندفاع". هدفت الدراسة إلى التحقق من معدل تجارب الصدمة لدى الأطفال، بالإضافة إلى تقييم اختبار العلاقة بين الصدمات التي يتعرض لها الأطفال والاندفاع واضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي، ولتحقق أهداف الدراسة طبق المنهج التجريبي، وأجريت الدراسة على (123) طفلاً يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي،

وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين مروا بتجارب عاطفية واندفاعية صادمة يعانون من مستوى قلق اجتماعي أعلى من الأطفال الآخرين وتظهر لديهم أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه بشكل ملفت للنظر.

دراسة سكريبراس وآخرون (Sciberras, et al., 2014): "القلق لدى الأطفال الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة". هدفت الدراسة إلى اختبار العلاقة ما بين اضطرابات القلق والأداء لدى الطلبة الذين يعانون من تشتت الانتباه وفرط الحركة، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم المنهج التجريبي، إذ أجريت الدراسة على (392) طالباً وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (5–13) سنة، وأظهرت النتائج أن الأطفال الذين يعانون من اضطرابات في مستوى القلق العام لديهم صعوبات في السلوك، والتي ظهرت في أدائهم مع الآخرين، وتركزت تلك الصعوبات في تشتت الانتباه وفرط الحركة، وضعف العلاقات الاجتماعية والأسرية.

دراسة دورلاك وآخرون (Durlak, et al., 2011): "تأثير التدخل المبكر في تحسين تعلم الطلبة الاجتماعي والعاطفي: دراسة عملية للتدخل المبكر على طلبة المدارس". هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التدخل العلاجي المبكر على الجوانب الاجتماعية والعاطفية لدى طلبة المدارس، ولتحقيق أهداف الدراسة طبق المنهج التجريبي، إذ أجريت الدراسة على (213) طالباً وطالبة يدرسون في المدارس الريفية والذين يعانون من اضطراب القلق العام وتشتت الانتباه، وأظهرت النتائج وجود أثر للبرنامج التدريبي على التقليل من ظاهرة اضطراب القلق العام والضغوط للطالب، والحد من ظاهرة تشتت الانتباه وفرط الحركة.

4.4.2 التعقيب على الدراسات السابقة

تناولت الدراسات السابقة موضوعي القلق العام والانتباه، واستخدمت عدداً من المناهج، إذ أن بعض الدراسات استخدمت المنهج الوصفي التحليلي (Afolayan, et al., 2018؛ Payton and So, 2018؛ Guadalupe, et al., 2018؛ Hamsho, 2017؛ Magelinskaote-Legkauskiene, 2017؛ Yadav, et al., 2017؛ شهولي، 2018؛ حمادنة، 2017؛ أبو سمهدانة، وبني هاني، 2016؛ قواسمة، وحمادنة، 2015؛ النفيسة، 2015؛ قريشي، وقريشي، 2013؛ الشبؤون، والأحمد، 2011؛ الشبول، 2017؛ Walczak and Estrada, 2017؛ زكور، وعبدد الفتاح، 2015؛ عوشاش، 2015؛ Shama, et al., 2014؛ عبيدات، 2013؛ Bunce, et al., 2010)، في حين استخدمت دراسات أخرى المنهج التجريبي، مثل دراسة كل من (Malboeuf-Hurtubise, et al., 2017؛ Fernandez,etal.,2017؛ Indra, et al., 2017؛ Koyuncu,et al., 2016؛ الديب، 2016؛ جابر وعبد الحميد، وعوض، 2015؛ الزعبي، والقحطاني؛ الإسي، 2104؛ Sciberras, et al., 2014).

أما فيما يتعلق بمجتمع وعيّنة الدراسة، فقد تباينت الدراسات السابقة في تحديدهما، إذ استخدمت بعض من تلك الدراسات عيّنة من المعلمين والمعلمات، مثل دراسة (الشبول، 2017؛ زكور، وعبد الفتاح، 2015؛ عوشاش، 2015؛ عبيدات، 2013)، في حين اختيرت العينة من الوالدين، مثل دراسة (جابر، وعبد الحميد، وعوض، 2015)، والبعض الآخر تم فيه اختيار عيّنة مكونة من الطلبة أنفسهم، مثل، دراسة (أبو سمهدانة، وبني هاني، 2016؛ الديب، 2016؛ الزعبي، والقحطاني؛ قواسمة، وحمادنة، 2015؛ النفيسة، 2015؛ قريشي، وقريشي، 2013؛ الشبؤون،

والأحمد، 2011)، كما تناولت عدد من الدراسات عينة مكونة من المرضى العياديين، مثل (الإسي، 2014).

وتم تطبيق عدد من أدوات القياس، مثل دراسة (أبو سمهدانة، وبني هاني، 2016؛ فواسمة، وحمادنة، 2015؛ النفيسة، 2015؛ قريشي، وقريشي، 2013؛ الشبؤون، والأحمد، 2011؛ الشبول، 2017؛ عوشاش، 2015؛ شهولي، 2018؛ جمادنة، 2017) والتي استخدم فيها الاستبانة كأداة لاستقصاء آراء العيّنة نحو القلق أو الانتباه، في حين صمم برنامج تدريبي في كل من دراسة (الديب، 2016؛ جابر، وعبد الحميد، وعوض، 2015؛ الزعبي والقحطاني، 2015؛ الإسي، 2014؛ حمادنة، 2017)، فضلاً عن استخدام اختبار تحصيلي لاستقصاء آراء عيّنة الدراسة، مثل، دراسة (عبيدات، 2013)، بالإضافة إلى أن بعض من تلك الدراسات استخدمت بطاقة الملاحظة، مثل دراسة (زكور، وعبد الفتاح، 2015).

وتباينت نتائج الدراسات السابقة في مستوى القلق والانتباه لدى الطلبة، إلا أن السمة العامة للنتائج التي خلصت إليها تلك الدراسات قد أشارت إلى أن هناك درجة ما بين متوسطة ومرتفعة لوجود حالة من القلق لدى عيّنة الدراسة، فضلاً عن وجود درجة ما بين متوسطة إلى مرتفعة لتشتت الانتباه لدى عيّنات الدراسة المختارة، كما أظهرت بعض من الدراسات السابقة إلى وجود علاقة طردية ما بين مستوى القلق العام ودرجة الانتباه.

الفصل الثالث:

الطريقة والإجراءات:

1.3 تمهيد:

يتناول هذا الفصل المنهج المتبع في هذه الدراسة، ويتضمن وصفاً تفصيلياً للإجراءات التي اتبعتها كباحثة في تنفيذ هذه الدراسة، من حيث وصف مجتمع الدراسة وعيّنتها، والطريقة التي اختيرت بها، وأدوات الدراسة، وطرق اعدادها، واجراءات الصدق والثبات، وخطوات تطبيقها، ومتغيرات الدراسة، والمعالجة الاحصائية المستخدمة لتحليل البيانات والوصول إلى النتائج .

2.3 منهج الدّراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي. ويعرف بأنه المنهج الـــذي يدرس ظاهرة أو حدثاً أو قضية موجودة حالياً يمكن الحصول منها على معلومات تجيب على أسئلة البحث دون تدخل من الباحثة فيها. والتي حاولت من خلاله وصف الظاهرة موضـــوع الدراســـة،

وتحليل بياناتها، وبيان العلاقة بين المكونات والآراء التي تطرح حولها، والعمليات التي تتضمنها، والآثار التي تحدثها، وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو المشـــكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسات الدقيقة بالفحص والتحليل.

3.3 مجتمع الدّراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة، والبالغ عددهم (1,878) طالباً وطالبة، وبواقع (875) طالبا وطالبة يدرسون في المرحلة الأساسية الدنيا، و(1,003) طلاب في المرحلة الأساسية العليا.

4.3 عيّنة الدّراسة:

تم اختيار العينة بشكل عشوائي، حيث اشتملت الدراسة على (196) فرداً من المجتمع الكلي بنسبة تبلغ نحو (10%) من مجتمع الدراسة، إذ اختير (88) طالباً وطالبة يدرسون في الصف الثامن ويتوزعون على ثلاثة صفوف، و(53) طالباً وطالبة يدرسون في الصف التاسع يتوزعون على صفين دراسيين، في حين بلغ عدد الطلبة الذين يدرسون في الصف العاشر (55) طالباً وطالبة يتوزعون على صفين، وقد تم التأكد من حضور الطلبة في الصفوف الدراسية أثناء توزيع الاستبانات عليهم. والجداول (1.3) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة على الشعب الدراسية في مدرسة بشير البرغوثي الثانوية للذكور، ومدرسة بنات قاسم الريماوي الثانوية .

جدول (1.3): توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب المدرسة والشعبة.

المدرسة	الصف الثامن	الصف التاسع	الصف العاشر	المجموع
مدرسة بشير البرغوثي الثانوية للذكور	شعبة (ب) 29	شعبة (أ) 27	شعبة (أ+ب) 28	84
مدرسة بنات قاسم الريماوي الثانوية	شعبة (أ+ب) 59	شعبة (أ) 26	شعبة (أ) 27	112
المجموع	88	53	55	196

1.4.3 وصف متغيرات أفراد عيّنة الدّراسة:

يبين الجدول (2.3) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس، ويظهر أن نسبة 42.9% للذكور، ونسبة 57.1% للإناث. ويبيّن متغير مستوى الصف أن نسبة 44.9% للثامن، ونسبة 27% للتاسع، ونسبة 28.1% للعاشر. ويبيّن متغير المعدل الدراسي أن نسبة 34.7% لممتاز، ونسبة 27.6% لجيد جداً، ونسبة 24% لجيد، ونسبة 13.8% لمتوسط. ويبيّن متغير نوع الأسرة أن نسبة 82.7% لأسرة نووية، ونسبة 17.3% لأسرة ممتدة.

جدول (2.3): توزيع أفراد عيّنة الدراسة حسب متغيرات الدراسة.

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	84	42.9
	أنثى	112	57.1
مستوى الصف	ثامن	88	44.9
	تاسع	53	27.0
	عاشر	55	28.1
المعدل الدراسي	ممتاز (90–100)	68	34.7
	جيد جداً (80–89)	54	27.6
	جيد (70–79)	47	24.0

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
	متوسط (60–69)	27	13.8
نوع الأسرة	نووية (الأم، والأب، والأولاد)	162	82.7
	ممتدة (الأجداد، والعمات، والأعمام، وأبناء العم)	34	17.3
المجموع		196	100.0%

5.3 صدق أداتي الدراسة (Validity):

لقد صممت الاستبانة بصورتها الأولية، ومن ثم تحققت من صدق أداة الدراسة بعرضها على المشرف، وعلى مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة وبلغ عددهم (10) محكمين، حيث وزعت الاستبانة عليهم، و طلبتُ منهم إبداء آرائهم في فقرات الاستبانة من حيث: مدى وضوح لغة الفقرات وسلامتها لغوياً، ومدى شمول الفقرات للجانب المدروس، وإضافة أية معلومات أو تعديلات أو فقرات يرونها مناسبة، ووفق هذه الملاحظات تم إخراج الاستبانة بصورتها النهائية.

من ناحية أخرى تم التحقق من صدق الأداة أيضاً بحساب معامل ارتباط بيرسون لفقرات الاستبانة مع الدرجة الكلية للأداة، واتضح وجود دلالة إحصائية في جميع فقرات الاستبانة ويدل على أن هناك التصاق داخلي بين الفقرات. والجداول التالية تبين ذلك:

جدول (3.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.410**	0.000	19	0.407**	0.000	37	0.525**	0.000
2	0.455**	0.000	20	0.429**	0.000	38	0.556**	0.000
3	0.517**	0.000	21	0.592**	0.000	39	0.449**	0.000
4	0.354**	0.000	22	0.428**	0.000	40	0.632**	0.000
5	0.434**	0.000	23	0.468**	0.000	41	0.486**	0.000
6	0.518**	0.000	24	0.371**	0.000	42	0.640**	0.000
7	0.461**	0.000	25	0.454**	0.000	43	0.515**	0.000
8	0.353**	0.000	26	0.537**	0.000	44	0.578**	0.000
9	0.484**	0.000	27	0.528**	0.000	45	0.555**	0.000
10	0.512**	0.000	28	0.523**	0.000	46	0.498**	0.000
11	0.516**	0.000	29	0.543**	0.000	47	0.517**	0.000
12	0.284**	0.000	30	0.569**	0.000	48	0.376**	0.000
13	0.183*	0.010	31	0.506**	0.000	49	0.341**	0.000
14	0.407**	0.000	32	0.591**	0.000	50	0.569**	0.000
15	0.345**	0.000	33	0.429**	0.000	51	0.330**	0.000
16	0.413**	0.000	34	0.516**	0.000	52	0.224**	0.002
17	0.536**	0.000	35	0.467**	0.000			
18	0.482**	0.000	36	0.616**	0.000			

. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

جدول (4.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.552**	0.000	8	0.601**	0.000	15	0.585**	0.000
2	0.492**	0.000	9	0.567**	0.000	16	0.570**	0.000
3	0.592**	0.000	10	0.510**	0.000	17	0.640**	0.000
4	0.547**	0.000	11	0.627**	0.000	18	0.598**	0.000
5	0.407**	0.000	12	0.475**	0.000	19	0.542**	0.000
6	0.523**	0.000	13	0.681**	0.000	20	0.544**	0.000
7	0.538**	0.000	14	0.579**	0.000	21	0.485**	0.000

. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

6.3 ثبات أداتي الدراسة:

لقد قمت بالتحقق من ثبات الأداة، من خلال حساب ثبات الدرجة الكلية لمعامل الثبات حسب معادلة الثبات كرونباخ الفا، وكانت الدرجة الكلية لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة (0.897)، و(0.888) لمستوى صعوبة الانتباه، وهذه النتيجة تشير إلى تمتع هذه الاداة بثبات يفي بأغراض الدراسة. والجدول التالي يبين تلك النتائج.

جدول (5.3): نتائج اختبار معامل "كرونباخ ألفا" المطبق على أداتي الدراسة.

المحور	قيمة معامل كرونباخ ألفا
المحور الأول: مقياس القلق العام	0.897
المحور الثاني: مقياس الانتباه	0.888

7.3 إجراءات الدراسة

تم اتباع الخطوات التالية لإجراء الدراسة :

- تحضير أدوات الدراسة، وهي عبارة عن اختبار لقياس درجة مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة، وذلك بالرجوع إلى العديد من البحوث والدراسات المحكّمة، والكتب ذات الصلة بموضوع الدراسة.

- تم عرض أدوات الدراسة على مجموعة من المحكمين من أجل أخذ ملاحظاتهم واقتراحاتهم بما يختص بمواضيع: الصياغة، والمحتوى ،والبناء، للوصول إلى الصورة النهائية لهذه الأدوات.

- وزعت الأدوات على أفراد عينة الدراسة، ثم جمعتها، وتم التأكد من عددها، حيث تم توزيع (210) استبانات وتم استرجاع (196) استبانة خضعت للتحليل الإحصائي، ومن ثم عملت على تفريغها لاسترجاع النتائج بعد تحليلها إحصائيا باستخدام الأنواع الإحصائية المناسبة لمتغيرات الدراسة.

8.3 المعالجات الإحصائية

بعد جمع الاستبيانات، والتأكد من صلاحيتها للتحليل تم ترميزها (بإعطائها أرقاما معينة)، وذلك تمهيدا لإدخال بياناتها إلى جهاز الحاسوب الآلي لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة، وتحليل البيانات وفقا لأسئلة الدراسة، وقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات الاستبانة، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعادلة الثبات

كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، وذلك باستخدام الرزم الإحصـــائية (SPSS) (Statistical Package For Social Sciences).

9.3 معيقات الدراسة:

1. قلة المراجع والكتب الحديثة المتعلقة بموضوع القلق والانتباه، وعلى وجه الخصوص المرتبطة بطلبة المدارس.
2. الحاجة إلى عقد اجتماعات مع إدارات المدارس التي تمثل عينة الدراسة وتنسيق المواعيد مع معلمي ومعلمات تلك المدارس لتعريف الطلبة بموضوع الدراسة.
3. توفر مجموعة من المراجع والدراسات الأجنبية لكنها تتطلب وقتاً كبيراً لترجمتها.

الفصل الرابع:

نتائج الدراسة:

1.4 تمهيد

يتضمن هذا الفصل عرضا لنتائج الدراسة، التي توصلت إليها كباحثة عن موضوع الدراسة، وهو "**مستوى القلق العام وعلاقته بصعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة** " وبيان أثر كل من المتغيرات من خلال استجابة أفراد العيّنة على أداة الدراسة، وتحليل البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها.

2.4 نتائج أسئلة الدراسة:

1.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ما مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة ؟

للإجابة عن هذا السؤال قمت كباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبّر عن مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.

جدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
49	أحلم بأشياء أُفضّل الإحتفاظ بها لنفسي	2.95	1.046	متوسطة
24	أود أن أصبح سعيداً كما يبدو الآخرين	2.92	1.211	متوسطة
22	أشعر بالقلق على شخص ما	2.77	1.004	متوسطة
15	أصبح عصبيا عندما يتوجب علي الإنتظار طويلا	2.76	1.101	متوسطة
30	لا يقلقني سوء الحظ	2.73	1.129	متوسطة
33	لا أبكي بسهولة في اللحظات الصعبة	2.68	1.195	متوسطة
4	أعتقد أني عصبية من معظم الناس	2.47	1.020	متوسطة
32	لاحظت أن قلبي يخفق بشدة	2.46	1.093	متوسطة
36	أتأثر بسهولة بالأحداث التي تدور حولي	2.44	1.133	متوسطة
25	أجد نفسي قلقاً على شيءٍ ما	2.37	1.017	متوسطة
39	أستطيع أن أركز تفكيري في شي واحد	2.37	1.056	متوسطة
16	أشعر بالإثارة لدرجة أن النوم يتعذر علي	2.35	1.174	متوسطة
31	إني حساس بدرجة عالية	2.34	1.154	متوسطة

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
46	مررت بأوقات عصيبة شعرت خلالها بعصبية لا أستطيع التغلب عليها	2.33	1.065	متوسطة
21	أشعر بالقلق على شيء ما طوال الوقت	2.28	1.099	متوسطة
48	يداي وقدماي تبردان	2.28	1.107	متوسطة
18	تمر فترات من عدم الاستقرار لدرجة أنني لا أستطيع الجلوس طويلاً في مقعدي	2.26	1.075	متوسطة
11	أخشى أن يحمر وجهي خجلا	2.20	1.132	متوسطة
17	أكون هادئاً	2.20	0.985	متوسطة
14	أتعب بسرعة	2.17	1.003	متوسطة
38	أعترف بأنني شعرت بالقلق على أشياء لا قيمة لها	2.17	1.119	متوسطة
12	أشعر بجوع في كل الأوقات تقريبا	2.16	0.979	متوسطة
50	لا تنقصني الثقة بالنفس	2.13	1.165	متوسطة
29	الحياة صعبة بالنسبة لي	2.10	1.081	متوسطة
40	أرتبك بسهولة	2.10	1.112	متوسطة
44	يحمرّ وجهي خجلاً بدرجة عندما أتحدث مع الأخرين	2.09	1.075	متوسطة
19	لا أشعر بالسعادة معظم الأوقات	2.08	1.042	متوسطة
23	أخاف من مواجهة الأزمات والشدائد	2.08	1.120	متوسطة
37	أصاب بصداع	2.07	1.091	متوسطة
34	أخشى من أشياء رغم أنها لا تستطيع إيذائي	2.05	1.032	متوسطة
20	من السهل أن أركز في عمل ما	2.00	0.928	منخفضة
52	يحمر وجهي أبداً من الخجل	1.97	1.083	منخفضة
3	لدي مخاوف	1.96	1.064	منخفضة
42	أنا شخص متوتر جداً	1.93	1.030	منخفضة
2	مرت بي أوقات أفتقدت فيها النوم بسبب القلق	1.91	0.870	منخفضة
9	تثير قلقي أمور العمل	1.91	0.962	منخفضة
47	أكون متوتراً للغاية أثناء القيام بعمل ما	1.90	0.953	منخفضة
1	نومي مضطرب ومتقطع	1.85	1.035	منخفضة
45	عندي حساسية عن غالبية الناس	1.85	1.049	منخفضة
7	تنتابني أحلام مزعجة أو (كوابيس) من حين لأخر	1.84	0.982	منخفضة
27	أشعر أني أتمزق من البيئة المحيطة	1.79	0.951	منخفضة
28	أعرق بسهولة حتى في الأيام الباردة إذا كنت متوتراً	1.77	1.089	منخفضة
6	يداي ترتجفان عندما أحاول القيام بعمل من الأعمال	1.71	0.894	منخفضة
35	أخشى من أشخاص لا يستطيعون إيذائي	1.67	0.980	منخفضة

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
5	أعاني من ألم في معدتي	1.61	0.890	**منخفضة**
43	أرتبك بدرجة تجعل العرق يتساقط مني بصورة تضايقني جداً	1.61	1.040	**منخفضة**
26	أشعر وبشكل مؤكد أنه لا فائدة منّي	1.55	0.890	**منخفضة**
41	أعتقد أنني لا أصلُح بالمرة	1.48	0.874	**منخفضة**
51	أصاب بالإمساك دون سبب واضح	1.43	0.836	**منخفضة**
10	تصيبني نوبات من الغثيان	1.41	0.728	**منخفضة**
13	أثق في نفسي	1.32	0.726	**منخفضة**
8	أعاني من نوبات الإسهال	1.27	0.657	**منخفضة**
	الدرجة الكلية	**2.08**	**0.412**	**متوسطة**

يلاحظ من الجدول (1.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.08) وانحراف معياري (0.412) وهذا يدل على أن مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة جاء بدرجة متوسطة.

كما وتشير النتائج في الجدول رقم (1.4) أن الفقرة رقم (21) والتي نصت على " أشعر بالقلق على شيء ما طوال الوقت " قد حصلت على أعلى متوسط حسابي والذي بلغ (2.28) وبدرجة متوسطة، تلتها الفقرة رقم (48) والتي نصت على أن (يداي وقدماي تبردان) إذ بلغ متوسطها الحسابي (2.28) وبدرجة متوسطة أيضاً، في حين جاءت أدنى الإجابات لصالح الفقرة رقم (8) والتي نصت على "أعاني من نوبات الإسهال" إذ بلغ متوسطها الحسابي (1.27) وبدرجة منخفضة.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ما درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة؟

للإجابة عن هذا السؤال قمت كباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.

جدول (2.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	يصعب علي الإستمرار في أي عمل حتى أنهيه	2.31	1.077	**متوسطة**
17	أجد صعوبة في إنتظار دوري في الألعاب أو المواقف	2.29	1.147	**متوسطة**
4	أجد صعوبة في أن أظل محتفظاً بإنتباهي في المهام التي تتطلب تركيز الإنتباه	2.22	1.037	**متوسطة**
13	يتشتت إنتباهي لأي مثيرات خارج مواقف التعلم	2.22	1.056	**متوسطة**
2	أبدو شارداً لما أسمع أو أقرأ أو أرى	2.21	0.993	**متوسطة**
5	أجد صعوبة في التوقف عن أنشطة اللعب	2.20	1.098	**متوسطة**
18	أقحم نفسي بدنياً في أنشطة خطرة دون اعتبار لنتائجها	2.09	1.106	**متوسطة**
6	أجد صعوبة بأن أظل هادئاً خلال الحصة أو الدرس أو الجلوس بصفة عامة	2.06	1.122	**متوسطة**
14	أبدو مشوشاً وتتداخل لدي مثيرات وتختلط علي المعلومات	2.05	0.996	**متوسطة**
11	أتحول من نشاط إلى آخر قبل إكتمال النشاط الذي يبدأه	2.03	1.057	**متوسطة**
9	أجد صعوبة في اللعب بهدوء	2.02	1.091	**متوسطة**
7	أبدو عصبياً خلال أداء المهام أو الأنشطة الأكاديمية	2.00	1.013	**منخفضة**
12	أجد صعوبة في متابعة الدروس أو التوجيهات التي تصدر عن المعلميين	1.99	1.028	**منخفضة**
3	يسهل تشتيتي	1.93	0.990	**منخفضة**

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
19	أجيب مندفعاً دون التأكد من معرفتي الصحيحة للإجابات	1.92	0.978	**منخفضة**
8	أجد صعوبة في العمل بهدوء	1.91	1.099	**منخفضة**
10	أتحدث كثيراً ، وبصورة مفرطة ، وبلا ضوابط أو هدف	1.91	0.970	**منخفضة**
16	أجيب على الأسئلة بإندفاع ، وبلا تفكير، وقبل إكمال سماعها	1.91	1.012	**منخفضة**
20	أفقد أو أنسى أدواتي المدرسية أو الرياضية	1.88	0.974	**منخفضة**
21	أبدو غير مهتم بما أكلف به من أنشطة أو مهام	1.65	0.946	**منخفضة**
15	أقاطع أو أتطفل أو أقتحم الأخرين دون مبرر أو إستئذان	1.63	0.933	**منخفضة**
	الدرجة الكلية	**2.02**	**0.575**	**متوسطة**

يلاحظ من الجدول (2.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.02) وانحراف معياري (0.575) وهذا يدل على أن مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة جاءت بدرجة متوسطة.

كما وتشير النتائج في الجدول رقم (2.4) إلى أن أعلى إجابة قد جاءت لصالح الفقرة رقم (1) والتي تنص على " يصعب علي الإستمرار في أي عمل حتى أنهيه"، إذ بلغ المتوسط الحسابي للفقرة (2.31) وبدرجة متوسطة، تلتها الفقرة رقم (17) والتي تنص على " أجد صعوبة في إنتظار دوري في الألعاب أو المواقف" إذ بلغ متوسطها الحسابي (2.29) وبدرجة متوسطة أيضاً، في حين جاءت أدنى الإجابات لصالح الفقرة رقم (15) والتي تنص على " أقاطع أو أتطفل أو أقتحم الآخرين دون مبرر أو إستئذان"، إذ بلغ متوسطها الحسابي (1.63) وبدرجة منخفضة.

3.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

هل توجد علاقة بين مستوى القلق العام ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم تحويله للفرضية التالية:

" يوجد علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين مستوى القلق ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة "

تم فحص الفرضية بحساب معامل ارتباط بيرسون والدلالة الاحصائية بين مستوى القلق وصعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.

جدول (3.4): معامل ارتباط بيرسون والدلالة الاحصائية للعلاقة بين مستوى القلق وصعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة

المتغيرات		معامل بيرسون	مستوى الدلالة
مستوى القلق	صعوبة الانتباه	0.573	0.000

يتبين من خلال الجدول السابق أن قيمة معامل ارتباط بيرسون للدرجة الكلية (0.573)، ومستوى الدلالة (0.000)، أي أنه توجد علاقة طردية ذات دلاله إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين مستوى القلق ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة، أي أنه كلما زاد مستوى القلق زاد ذلك من مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة. والعكس صحيح.

4.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغيرات الجنس ومستوى الصف والمعدل الدراسي، ونوع الأسرة ؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم تحويله للأسئلة الفرعية التالية:

نتائج السؤال الفرعي الأول:

هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس ؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس.

جدول (4.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد العينة في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر	84	2.0318	0.42889
أنثى	112	2.1144	0.39681

يتبين من خلال الجدول (4.4) أن المتوسط الحسابي للإناث حصل على أعلى متوسط حسابي (2.11)، يليه المتوسط الحسابي للذكور (2.03).

نتائج السؤال الفرعي الثاني:

هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف.

جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير مستوى الصف.

مستوى الصف	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ثامن	88	2.0647	0.37301
تاسع	53	2.0689	0.47723
عاشر	55	2.1115	0.40921

يتبين من خلال الجدول (5.4) أن المتوسط الحسابي للصف العاشر حصل على أعلى متوسط حسابي (2.11)، يليه المتوسط الحسابي للتاسع (2.068)، ومن ثم للصف الثامن بمتوسط حسابي (2.064).

نتائج السؤال الفرعي الثالث:

هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير المعدل الدراسي؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير المعـــدل الدراسي.

جدول (6.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير المعدل الدراسي.

المعدل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ممتاز (90-100)	68	1.9774	0.41544
جيد جداً (80-89)	54	2.0598	0.42041
جيد (70-79)	47	2.1485	0.41274
متوسط (60-69)	27	2.2521	0.31293

يتبين من خلال الجدول (6.4) أن المتوسط الحسابي للمعدل المتوسط حصل على أعلى متوسط حسابي(2.25)، يليه المتوسط الحسابي للمعدل الجيد بمتوسط حسابي(2.14)، يليه لجيد جداً بمتوسط حسابي (2.05)، ومن ثم للمعدل الممتاز بمتوسط حسابي (1.97).

نتائج السؤال الفرعي الرابع:

هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغيـــر نـــوع الأسرة.

جدول (7.4): نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة

نوع الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نووية	162	2.0698	0.42251
ممتدة	34	2.1227	0.35896

يتبين من خلال الجدول (7.4) أن المتوسط الحسابي للأسرة الممتدة حصل على أعلى متوسط حسابي (2.12)، يليه المتوسط الحسابي للأسرة النووية بمتوسط حسابي (2.06).

5.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغيرات الجنس ومستوى الصف والمعدل الدراسي، ونوع الأسرة؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم تحويله للأسئلة الفرعية التالية:

نتائج السؤال الفرعي الأول:

هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس ؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس.

جدول (8.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد العينة في مستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر	84	2.1270	0.63128
أنثى	112	1.9413	0.51731

يتبين من خلال الجدول (8.4) أن المتوسط الحسابي للذكور حصل على أعلى متوسط حسابي (2.12)، يليه المتوسط الحسابي للإناث (1.94).

نتائج السؤال الفرعي الثاني:

هل تختلف درجة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربيـــة بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف.

جدول (9.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير مستوى الصف.

مستوى الصف	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ثامن	88	2.0985	0.57533
تاسع	53	1.9030	0.62017
عاشر	55	2.0104	0.51579

يتبين من خلال الجدول (9.4) أن المتوسط الحسابي للصف الثامن حصل على أعلى متوسط حسابي (2.09)، يليه المتوسط الحسابي للصف العاشر (2.01)، ومن ثم للصف التاسع بمتوسط حسابي (1.90).

نتائج السؤال الفرعي الثالث:

هل تختلف درجة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربيـــة بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير المعدل الدراسي؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد عيّنة الدراسة على مستوى صـــعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغيـــر المعدل الدراسي.

جدول (10.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عيّنة الدراسة لمستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير المعدل الدراسي.

المعدل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ممتاز (90-100)	68	1.9671	0.65127
جيد جداً (80-89)	54	1.9630	0.52309
جيد (70-79)	47	2.0446	0.57224
متوسط (60-69)	27	2.2310	0.43216

يتبين من خلال الجدول (10.4) أن المتوسط الحسابي للمعدل المتوسط حصل على أعلى متوسط حسابي (2.23)، يليه المتوسط الحسابي للمعدل الجيد بمتوسط حسابي(2.04)، يليه للممتاز بمتوسط حسابي (1.967)، ومن ثم لمعدل جيد جداً بمتوسط حسابي (1.963).

نتائج السؤال الفرعي الرابع:

هل تختلف درجة انتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربيـــة بمحافظـــة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة؟

تم فحص السؤال بحساب المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد عيّنة الدراسة على مستوى صـــعوبة انتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعـــزى لمتغيـــر نوع الأسرة.

جدول (11.4): نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في مستوى صعوبة انتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة.

نوع الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نووية	162	1.9909	0.58332
ممتدة	34	2.1639	0.51677

يتبين من خلال الجدول (11.4) أن المتوسط الحسابي للأسرة الممتدة حصل على أعلى متوسط حسابي (2.16)، يليه المتوسط الحسابي للأسرة النووية (1.99).

الفصل الخامس:

مناقشة النتائج والتوصيات:

يتناول هذا الفصل مناقشة لأبرز النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الميدانية، ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة والأدب النظري، وذلك في جزئه الأول، أما الجزء الثاني فقد تم فيه تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات، والتي قد تفيد صُنّاع القرار المهتمين بموضوع الدراسة، وفيما يلي عرض لذلك.

1.5 مناقشة النتائج

1.1.5 مناقشة نتيجة الإجابة على السؤال الأول:

ينص السؤال الأول على "ما مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة" ؟

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى القلق العام لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة جاء بدرجة متوسطة، وبمتوسط حسابي مقداره (2.08)، وقد تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (قريشي، وقريشي، 2013) والتي أشارت إلى عدم معاناة طلبة المرحلة الثانوية متعددة الاختصصات من مشكلة القلق إلا في الحدود العادية، وهو ما أكدته دراسة (البطنيجي، 2015) والتي أظهرت وجود درجة متوسطة من القلق النفسي لدى طلبة المدارس الحدودية في قطاع غزة، كما تشابهت مع ما توصلت إليه دراسة (Guadalupe, et al., 2018) والتي أظهرت نتائجها أن أكثر من نصف الطلبة المراهقين الذين يدرسون في المدارس المكسيكية يعانون من الضغوط والقلق العام. في حين تعارضت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الشبؤون، والأحمد، 2011) والتي أظهرت وجود درجة مرتفعة من القلق والاكتئاب لدى عيّنة من المراهقين من طلبة الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية، كما تعارضت مع نتيجة دراسة (Malboeuf-Hurtubise, et al., 2017) والتي أظهرت وجود درجة مرتفعة لحالة الاضطراب والإحباط والقلق لدى طلبة المدارس الأساسية الدنيا في المدارس الكندية، كما تناغمت تلك النتيجة مع دراسة (Shama, et al., 2014) والتي أظهرت وجود درجة مرتفعة من القلق والضغوطات وحالات الإحباط التي يعاني منها طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الهندية، وهو ما أكدته دراسة (Fernandez, et al., 2017) والتي أشارت إلى وجود درجة مرتفعة بين مستويات القلق العام لدى الطلبة الإسبانيين والذين يدرسون في المرحلة الأساسية وتتراوح أعمارهم ما بين (8–12) عاماً. ومن جهة ثانية، تعارضت نتيجة الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة (Yadav, et al., 2017) والتي أشارت إلى أن ما نسبته (27.5%) من طلبة الصفوف من الثامن وحتى الحادي عشر يعانون من أعراض القلق العام.

أعزو كباحثة هذه النتيجة إلى أن (30) فقرة قد حصلت على درجة تأييد متوسطة، إذا أشارت عيّنة الدراسة بأنها تحلم بأشياء تفضل الاحتفاظ بها وبمتوسط حسابي مقداره (2.95)، كما تود عيّنة الدراسة أن تصبح سعيدة كما يبدو للآخرين وبمتوسط حسابي مقداره (2.92)، كما أن هناك شعور بالقلق على الأشخاص بمتوسط حسابي بلغ (2.77)، وقد أكدت عيّنة الدراسة بأنها تصبح عصبية عندما يتوجب عليها الانتظار الطويل وبمتوسط حسابي بلغ (2.76)، إلا أن العيّنة لا تقلق من سوء الحظ حيث بلغ متوسط الإجابات الحسابي (2.73)، كما أكدت عيّنة الدراسة أنها لا تبكي بسهولة في اللحظات الصعبة وبمتوسط حسابي مقداره (2.68)، وتعتقد عيّنة الدراسة بأنها عصبية من معظم الناس وبدرجة متوسطة بلغت (2.47)، وعلى الرغم من ذلك فقد أشارت إجابات العيّنة أن قلبها يخفق بشدة وبدرجة متوسطة بلغت (2.46)، كما أن العينة تتأثر بسهولة بالأحداث التي تدور من حولها وبدرجة متوسطة بلغت (2.44)، وتجد العينة نفسها قلقة على شيء ما وبدرجة متوسطة بلغت (2.37)، وعلى الرغم من ذلك إلا أن العينة تستطيع التركيز في تفكيرها في شيء واحد فقط وبمتوسط حسابي بلغ (2.37)، كما تعتقد العينة بأنها تشعر بالإثارة لدرجة تعذّرها عن النوم وبمتوسط حسابي مقداره (2.35)، كما أكدت عيّنة الدراسة بأنها ترى بنفسها درجة متوسطة من الحساسية وبمتوسط حسابي بلغ (2.34)، كما بيّنت النتائج أن عينة الدراسة قد مرّت بأوقات عصيبة شعرت خلالها بعصبية لم تستطع التغلب عليها وبمتوسط حسابي مقداره (2.33)، كما أن عينة الدراسة تعتقد بأنها تشعر بالقلق على شيء ما طوال الوقت وبدرجة متوسطة بلغت (2.28)، وهو ما يؤدي إلى شعورها بالبرود في اليدين والقدمين وبدرجة متوسطة بلغت (2.28)، كما تعتقد عينة الدراسة بأنها تمر في فترات من عدم الاستقرار لدرجة أنها لا تستطيع الجلوس طويلاً على المقعد وبدرجة متوسطة أيضاً بلغ متوسطها الحسابي (2.26)، وأنها تخشى الشعور بالخجل كي لا تظهر علامات ذلك من خلال احمرار الوجه وبدرجة متوسطة والتي بلغت (2.20)، وبالتالي فإن عينة

الدراسة تعتقد أنها هادئة بدرجة متوسطة كرد فعل على مستوى القلق العام الذي تشعر به وبدرجة متوسطة بلغت (2.20)، كما أكدت عينة الدراسة بأنها تتعب بسرعة وبمتوسط حسابي مقداره (2.17)، وقد اعترفت عينة الدراسة بأنها قد شعرت بالقلق مسبقاً على أشياء لا قيمة لها وبمتوسط حسابي بلغ (2.17)، كما أن عينة الدراسة تشعر بالجوع في معظم الأوقات تقريباً وبدرجة متوسطة بلغت نسبتها (2.16)، وأن تثق بنفسها وبمتوسط حسابي مقداره (2.13)، إلا أنها تعتقد بأن الحياة صعبة بالنسبة لها وبدرجة متوسطة أيضاً إذ بلغت نسبتها (2.10)، وبالتالي فإن هناك شعور بالارتباك لدى عينة الدراسة وبدرجة متوسطة بلغت (2.10)، كما أن هناك اعتقاد بأنها تخجل كثيراً عند التحدث مع الآخرين وتظهر أعراض ذلك الخجل في احمرار الوجه وبدرجة متوسطة بلغت (2.09)، وعليه فإن هناك عدم شعور بالسعادة معظم الأوقات وبمتوسط حسابي مقداره (2.08)، كما أن هناك شعور بالخوف من مواجهة الأزمات والشدائد وبدرجة متوسطة بلغت (2.08)، وتشعر العيّنة بالصّداع بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي مقداره (2.07)، وعلى الرغم من قناعة العينة بأن هناك أشياء لا يمكنها الأذية إلا انها تخشى منها بدرجة متوسطة بلغت (2.05).

كما أظهرت النتائج أن (22) فقرة قد حصلت على متوسط حسابي بدرجة منخفضة لدرجة القلق العام لدى طلبة مدارس بني زيد الغربية، وقد أكدت العيّنة أنه ليس من السهل عليها التركيز على الأعمال وبدرجة منخفضة إذ بلغ متوسطها الحسابي (2.00)، ورفضت العيّنة تأكيد أن الوجه لا يحمرّ من الخجل، إذ جاءت الإجابة بمتوسط حسابي مقداره (1.97)، كما أن العيّنة لديها مخاوف وبدرجة منخفضة بلغت (1.96)، وأنها لا ترى في نفسها متوترة جداً، حيث بلغ متوسطها الحسابي (1.93)، كما أكدت العينة بأنها قد مرت بأوقات افتقدت فيها النوم بسبب القلق وبمتوسط حسابي مقداره (1.91)، كما بينت النتائج أن عينة الدراسة تعتقد بأن أمور العمل تثير قلقها وبمتوسط حسابي بلغ (1.91)، وأن العينة تكون متوترة أثناء القيام بالأعمال وبمتوسط حسابي مقداره

(1.90)، وقد أشارت النتائج أيضاً إلى أن عينة الدراسة تشعر باضطراب في النوم وتقطعه وبدرجة منخفضة بلغت (1.85)، كما أن درجة الحساسية من الناس الآخرين قد جاءت بمتوسط حسابي مقداره (1.85)، وقد تبين أن الأحلام المزعجة تنتابها من حين لآخر وبمتوسط حسابي مقداره (1.84)، فهي تشعر بأنها قد تتمزق من البيئة المحيطة وبمتوسط حسابي مقداره (1.79)، كما أن عينة الدراسة تعتقد بأنها تعرق بسهولة حتى في الأيام الباردة نتيجة الشعور بالتوتر وبمتوسط حسابي مقداره (1.77) وبدرجة منخفضة، كما تظهر أعراض القلق العام على عينة الدراسة بدرجة منخفضة من خلال ارتجاف اليدين عند المحاولة بالقيام ببعض الأعمال وبمتوسط حسابي مقداره (1.71)، وبالتالي هناك خشية لدى عينة الدراسة من أشخاص لا يستطيعون إيذاءها وبمتوسط حسابي مقداره (1.67)، كما أن عينة الدراسة تشعر بألم في المعدة وبمتوسط حسابي بلغ (1.61)، وبالتالي فهي ترتبك بدرجة تجعل العرق يتساقط منها بصورة تضايقها وبمتوسط حسابي مقداره (1.61)، كما أن هناك شعور بعدم وجود فائدة من ذاتها ووجودها وبدرجة منخفضة إذ بلغ متوسطها الحسابي (1.55)، كما أن عيّنة الدراسة تعتقد بأنها لا تصلح لأي شيء وبمتوسط حسابي مقداره (1.48)، وأنها تشعر بالإمساك دون سبب واضح وبدرجة منخفضة، كذلك بلغ المتوسط الحسابي لها (1.43)، وقد تصاب بنوبات من الغثيان وبمتوسط حسابي مقداره (1.41)، فضلاً عن أن عيّنة الدراسة تشعر بنوبات من الإسهال وبمتوسط حسابي مقداره (1.27)، وبالتالي فإن درجة ثقة عيّنة الدراسة بنفسها قد جاءت بدرجة منخفضة وبمتوسط حسابي مقداره (1.32).

أعزو كباحثة وجود درجة متوسطة من القلق العام لدى طلبة المدارس في الصفوف (الثامن، والتاسع، والعاشر) إلى مجموعة من الظروف البيئية المحيطة، والتي تتجلى أساساً في استمرار الاحتلال الإسرائيلي لأراضينا الفلسطينية، والاعتداءات المتكررة على مواطنينا الفلسطينيين، والاستمرار في حالات الاعتقال وخصوصاً لدى الشباب الفلسطيني، وبسبب اقتحامات جيش

الاحتلال للمدرسة بإستمرار وإلقاء قنابل الغاز المسيلة للدموع على الصفوف، والطلبة بالإضافة إلى تمركز عناصر من جيش الإحتلال الإسرائيلي باستمرار على مداخل بوابة المدرسة يزيد من تهيجهم وقلقهم ، وبسبب القوانين المتشددة في المدرسة وهناك طرق من التعرّض للعقاب من قبل المدير والمعلميين ، بالإضافة إلى سوء المعاملة اللفظية التي يتلقاها الطلبة من المعلمين ، كما أرى كباحثة أن هناك عوامل داخلية في البيئة المدرسية تحتاج إلى تجديد لدى مدرسة الذكور ، وأما بخصوص مدرسة الإناث فمن أسباب القلق أن الطالبات يتعرضن لتغيير المدرسة والإنتقال إلى مبنى جديد عبارة عن نادٍ رياضي، والمبنى لا يصلح للتعليم، وتعاني الطالبات من اكتظاظ في الصفوف حيث أصبحت الأعداد كبيرة، ويتم تقسيم الدوام إلى مرحلتيين: صباحية ومسائية ، فضلاً عن أن مرحلة المراهقة تتقاطع فيها رغبات الطلبة وحاجاتهم في إشباع الحاجات ويواجه المراهق/ة العديد من المشاكل في هذه الفترة، وهو ما أكدته نظرية التحليل النفسي ، مما يولّد لديه حالة من القلق. فضلاً عن تدخل عدد من العوامل المؤثرة على تطور تلك الحالة، وخصوصاً سعي الطلبة نحو التميز، والتفوق بهدف الوصول إلى مستقبل آمن والحصول على وظيفة تتلاءم مع طموحاتهم وآمالهم، وهو ما أكدته نظرية "بيك" والتي تعكس الحالة الفسيولوجية التي تتبلور لدى المراهقين في تلك المرحلة العمرية، والتي تعكس وبالضرورة اتجاهاتهم وسلوكهم. كما أشارت نظرية أدلر إلى ذلك، إذ ركزت النظرية على اعتبار الفرد قاصراً عن أداء وظيفته الاجتماعية مما يؤثر على حياته النفسية وازدياد حالة الشعور بعدم الأمن، والتي تصطدم مع مجاله وطموحه الشخصي، مما يؤدي إلى ظهور حالة من التحذير الذاتي من خطر وشيك قد يتعارض مع إمكانيات الفرد وإمكانية تحقيق أهدافه المرسومة. كما أظهرت النظرية السلوكية ذلك من خلال تبيانها لظاهرة القلق والخوف والسلوك الناتج عن استجابة الفرد لمؤثر خارجي.

2.1.5 مناقشة نتيجة الإجابة على السؤال الثاني:

ما مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة؟

لقد بيّنت النتائج أن مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة جاءت بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي مقداره (2.02)، وقد تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الديب، 2016) والتي بينت وجود درجة متوسطة من الانتباه الانتقائي لذوات الإعاقة الفكرية من الطالبات المسجلات في مركز الرعاية النهارية في محافظة الرس بالقصيم – السعودية، كما تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الشبول، 2017) والتي أظهرت وجود درجة متوسطة من اضطراب تشتت الانتباه لدى طلبة المدارس الأساسية في الأردن من وجهة نظر المعلمين والمعلمات. في حين تعارضت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (جابر، وعبد الحميد، وعوض، 2015) والتي بيّنت وجود درجة مرتفعة من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال، وهو ما أكدته النتيجة التي توصلت إليها دراسة (Walczak and Estrada, 2017) والتي أظهرت وجود درجة مرتفعة لاضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى الطلبة، ومن جانب آخر توصلت دراسة (Indra, et al., 2017) إلى وجود درجة منخفضة من تشتت الانتباه وفرط الحركة، وتعارضت هذه النتيجة مع ما خلصت إليه دراسة (عوشاش، 2015) والتي أظهرت وجود مستوى مرتفع من اضطراب الانتباه، وفرط الحركة لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين في المرحلة الأساسية، كما تعارضت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الزعبي، والقحطاني، 2015) والتي بيّنت وجود درجة مرتفعة من مظاهر اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الطلبة الذين يعانون من صعوبات التعلم، وهو ما

خلصت إليه دراسة (عبيدات، 2013) والتي أظهرت كذلك وجود درجة مرتفعة من اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد لدى طلبة المدارس. كما تعارضت مع ما توصلت إليه دراسة (زكور، وعبد الفتاح، 2015) والتي أظهرت وجود درجة منخفضة من اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط لدى طلبة المدارس الأساسية بمدينة ورقلة الجزائرية

وأعزو كباحثة هذه النتيجة إلى أن (11) فقرة قد حصلت على درجة متوسطة، وقد تبيّن من نتائج الدراسة الميدانية أن عيّنة الدراسة تعتقد بأنه يصعب عليها الاستمرار في أي عمل حتى تنهيه وبدرجة متوسطة بلغت (2.31)، كما أن عيّنة الدراسة ترى صعوبة في انتظار دورها في الألعاب أو المواقف وبمتوسط حسابي بلغ (2.29)، وأنها تجد صعوبة في البقاء محتفظة بانتباهها في المهام التي تتطلب تركيز الانتباه وبدرجة متوسطة أيضاً إذ بلغ متوسطها الحسابي (2.22)، كما أن المثيرات الخارجية تشتت الانتباه لديها، وبالتالي تبتعد عن التعلم وبدرجة متوسطة بلغت (2.22)، وقد أكدت عيّنة الدراسة أنها تبدو شاردة لما تسمع أو تقرأ أو ترى وبمتوسط حسابي مقداره (2.21)، وأنها تجد صعوبة في التوقف عن أنشطة اللعب وبدرجة متوسطة بلغت (2.20)، كما بينت النتائج أن عينة الدراسة تقوم بإقحام نفسها في أنشطة خطرة دون اعتبار نتائجها وبدرجة متوسطة بلغت (2.09)، كما تجد عينة الدراسة صعوبة في أن تبقى هادئة خلال الحصة الصّفيّة أو الدرس أو الجلوس بصفة عامة وبمتوسط حسابي مقداره (2.06)، وبالتالي قد تبدو العينة مشوشة وتتداخل لديها مثيرات تختلط بالمعلومات التي تتلقاها وبدرجة متوسطة بلغت (2.05)، كما أن العيّنة تقوم بالتحوّل من نشاط لآخر قبل اكتمال النشاط الذي بدأته وبدرجة متوسطة بلغت (2.03)، وقد أكدت عينة الدراسة أنها تجد صعوبة في اللعب بهدوء وبدرجة متوسطة إذ بلغ متوسطها الحسابي (2.02).

كما حصلت (10) فقرات على درجة منخفضة، وأعزو كباحثة هذه النتيجة إلى أن عيّنة الدراسة لديها درجة منخفضة من العصبية التي تمر بها خلال تأدية المهام أو الأنشطة الأكاديمية، كما تجد العينة صعوبة منخفضة في متابعة الدروس أو التوجيهات الصادرة من المعلمين وبمتوسط حسابي مقداره (1.99)، وترى العينة بأن القدرة على تشتيتها بمتوسط حسابي مقداره (1.93)، وأنها عندما تجيب تكون مندفعة دون التأكد من معرفتها الصحيحة للإجابات وبمتوسط حسابي مقداره (1.92)، وأنها تجد صعوبة في العمل بهدوء بدرجة منخفضة بلغت (1.91) وبالتالي فإن عينة الدراسة تستطيع التحكم بهدوئها، كما أن نتائج الدراسة قد أكدت أن العيّنة تتحدث وبصورة مفرطة وبلا ضوابط أو هدف بدرجة منخفضة وبمتوسط حسابي مقداره (1.91)، كما أنها تفقد أو تنسى أدواتها المدرسية أو الرياضية وبمتوسط حسابي مقداره (1.88)، وتبدو عينة الدراسة غير مهتمة بما تُكلف به من أنشطة أو مهام وبدرجة منخفضة مقدارها (1.65)، كما بينت النتائج أن درجة مقاطعتها أو تطفلها واقتحامها للآخرين دون مبرر أو استئذان قد جاءت بدرجة منخفضة وبمتوسط حسابي مقداره (1.63).

وأرى كباحثة أن وجود درجة متوسطة من تشتت الانتباه لدى طلبة مدارس بني زيد الغربية يعود إلى التباين في اكتساب المعلومات وتحليلها وربطها بالمشاكل والأحداث، والمهارات المعرفية الواجب تعلمها في المدرسة، إذ تؤثر مجموعة من العوامل الخارجية على درجة الانتباه لدى الطلبة، فضلاً عن بروز ظاهرة تشتت الانتباه لدى طلبة المدارس عامة، والمناخ المدرسي الذي يعيش به الطلبة بالاضافة إلى المشتت بالشعور بالتهديد .

3.1.5 مناقشة نتيجة الإجابة على السؤال الثالث:

هل توجد علاقة بين مستوى القلق ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة؟

للإجابة على السؤال الثالث، تمت صياغة الفرضية التالية:

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين مستوى القلق ودرجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة.

بيّنت نتائج اختبار الفرضية وجود علاقة إيجابية متوسطة (R=0.573) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.000) بين مستوى القلق العام ودرجة الانتباه، مما يشير إلى أن عامل القلق العام يؤثر بشكل متوسط على درجة الانتباه لدى عينة الدراسة، مما يعني أن هناك عوامل أخرى قد تؤثر على بروز حالة القلق لدى الطلبة والتي تؤدي إلى تشتت انتباههم نحو الدراسة، والتي قد تعود أسبابها إلى استمرار الاحتلال الإسرائيلي والاجتياحات المتكررة لأراضينا الفلسطينية، والاعتقالات المستمرة في صفوف الشباب الفلسطيني، إذ لا يخلو بيت من البيوت إلا ولديه شهيد أو أسير أو معتقل إداري أو مبعد، مما يُبعد الفرد عن التركيز في شؤونه الذاتية، وسعيه نحو التعلم والتطور والنمو.

وقد تشابهت هذه النتيجة جزئياً مع ما توصلت إليه دراسة (شهولي، 2018) والتي أظهرت وجود تأثير لعامل القلق على درجة الانتباه (التركيز) أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم وبدرجة مرتفعة. كما تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Indra, et al., 2017) والتي أظهرت وجود علاقة طردية بين اضطراب تشتت الانتباه، واضطراب القلق لدى الطلبة في

الصفوف الأساسية في مدارس جاكرتا الإندونيسية، كما تشابهت نتائج الدراسة الحالية نسبياً مع ما توصلت إليه دراسة (Walczak and Estrada, 2017) والتي خلصت إلى وجود أثر إيجابي للبرنامج التدريبي في الحد من تشتت الانتباه لدى الطلبة والذي أدى إلى الحدّ وبشكل ملحوظ من ظاهرة القلق لدى الطلبة. كما تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Koyuncu, et al., 2016) والتي أظهرت نتائجها أن الأطفال الذين مروا بتجارب عاطفية واندفاعية صادمة يعانون من مستوى قلق اجتماعي أدى إلى ظهو أعراض نقص الانتباه وبشكل ملف للنظر، كما تشابهت هذه النتيجة نسبياً مع ما توصلت إليه دراسة (Sciberras, et al., 2014) والتي بيّنت أن الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين (5–13) سنة والذين يعانون من اضطرابات في مستوى القلق العام لديهم صعوبات في السلوك والأداء مع أقرانهم، والتي ظهرت في تشتت الانتباه وفرط الحركة مع ضعف في تكوين العلاقات الاجتماعية والأسريّة السليمة، كما تشابهت هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (Durlak, et al., 2011)، والتي أظهرت وجود علاقة ما طردية بين معاناة الطالب من اضطراب القلق العام وتشتت الانتباه.

4.1.5 مناقشة الإجابة على السؤال الرابع:

هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغيرات الجنس ومستوى الصف والمعدل الدراسي ونوع الأسرة؟

للإجابة على السؤال الرابع، تم تقسيمه إلى الأسئلة الفرعية الآتية:

1.4.1.5 هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس؟

بيّنت النتائج أن المتوسط الحسابي للطلبة (الإناث) قد جاء أعلى من الطلبة (الذكور)، وقد بلغت المتوسطات الحسابية لإجابات عيّنة الدراسة (2.11، 2.03) على الترتيب، وبالتالي نجد أن هناك اختلاف في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة تبعاً لمتغير جنس الطالب وبدرجة ضعيفة ولصالح الإناث.

وقد تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Guadalupe, et al., 2018) والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلبة الذكور والإناث ولصالح الطالبات، وهو ما أكدته نتيجة دراسة (Fernandez, et al., 2017)، والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مستويات القلق العام لدى طلبة المرحلة الأساسية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، كما تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الشبؤون، والأحمد، 2011)، والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً ما بين درجتي القلق والاكتئاب لدى عيّنة من المراهقين من طلبة الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية ولصالح الإناث. وهو ما أكدته نتائج دراسة (قريشي وقريشي، 2013) والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة المرحلة الثانوية بين الجنسين ولصالح الإناث.

ويعود السبب إلى نقل الطالبات المدرسى بنات قاسم الريماوي إلى مقر النادي بني زيد الرياضي ، وذلك من أجل عمل الإصلاحات اللازمة وصيانة مبنى المدرسة القديم من قبل وزارة التربية والتعليم ، مما أدى إلى تقسيم الدوام المدرسي إلى فترتيين صباحية ومسائية بسبب قلة الغرف الصفية ، ناهيكم عن أن جميع غرف مبنى النادي الرياضي ضيقة وعدد الغرف قليل وغير مؤهله

لتكون غرف صفية مدرسية ومن الجدير ذكره بأن صيانة مدرسة بنات قاسم الرياماوي ما زالت قائمة حتى الآن .

2.4.1.5 هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف؟

بيّنت النتائج أن المتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة في الصفوف الثامن والتاسع والعاشر قد بلغت (2.065، 2.07، 2.01) على الترتيب، مما يشير إلى عدم وجود اختلاف ظاهر ما بين إجابات الطلبة، وعليه نستنتج أنه لا يوجد اختلاف في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف وبدرجة منخفضة.

تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (أبو سمهدانة، وبني هاني، 2016)، والتي خلصت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً لدرجة القلق والاكتئاب تبعاً لمتغير السنة الدراسية لدى طلبة مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة الأردنية. وهو ما أكدته نتائج دراسة (Malboeuf-Hurtubise, et al., 2017) والتي أظهرت تشابهاً نسبياً في مستويات القلق العام لدى طلبة المرحلة الأساسية الدنيا مع اختلاف المدارس التي طبقت عليها الدراسة. كما خلصت دراسة (قريشي وقريشي، 2013) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة الشعب المختلفة في درجة القلق العام. في حين تعارضت هذه النتيجة جزئياً مع ما توصلت إليه دراسة (Fernandez, et al., 2017) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مستويات القلق العام لدى طلبة المدارس والذين تتراوح أعمارهم بين (8–12) عاماً تبعاً لمتغير العمر ولصالح الفئة العمرية (12) سنة.

ويعود تشابه هذه النتائج نظرا لان الطلبه يعيشون بنفس الظروف علماً بأن مبنيي المدرستين قديمان وقد تم عمل صيانة لمدرسة بشير البرغوثي قبل مدرسة بنات قاسم الريماوي بسنتيين تقريباً.

3.4.1.5 هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير المعدل الدراسي؟

بينت النتائج أن المتوسطات الحسابية لإجابات طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة نحو مستوى القلق تبعاً لمتغير المعدل الدراسي (ممتاز، جيد جداً، جيد، متوسط) قد بلغت (1.98، 2.06، 2.15، 2.25) على الترتيب، مما يشير إلى أنه كلما انخفض المعدل الدراسي للطالب ازداد مستوى القلق العام لديه، وبالتالي نستنتج أن هناك اختلاف في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة تبعا لمتغير المعدل الدراسي وبشكل عكسي، حيث أنه كلما انخفض التحصيل الدراسي (المعدل الدراسي) ازداد مستوى القلق العام لدى الطالب/ة.

وقد تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Yadav, et al., 2017) والتي أظهرت نتائجها أن انخفاض درجات الطالب الدراسية تؤدي إلى ازدياد درجة القلق لديه. وهو ما أكدته نتيجة الدراسة التي أجرتها (Shama, et al., 2014) والتي توصلت إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً لتأثير عوامل القلق والضغوط والإحباط على التحصيل الدراسي للطلبة.

يعود السبب في انخفاض المعدل الدراسي لدى الطلبة في بني زيد الغربية إلى الأوضاع السياسية ،والاقتصادية ، والاجتماعية ، والبيئية ، والبنية التحتية للمدارس .

4.4.1.5 هل يختلف مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة؟

بيّنت النتائج أن المتوسطات الحسابية لإجابات طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة نحو مستوى القلق تبعاً لمتغير نوع الأسرة قد جاءت متقاربة نوعاً ما، حيث بلغ المتوسط الحسابي لأسر الطلبة (النووية، الممتدة) (2.07، 2.12) على الترتيب، وبالتالي نستنتج أن هناك اختلاف في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة، إذ أن الأسر الممتدة يزداد لديها مستوى القلق عن الأسر النووية وبدرجة منخفضة.

وتشابهت هذه النتيجة جزئياً مع ما توصلت إليه دراسة (البطنيجي، 2015) والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط إجابات عيّنة الدراسة في مقياس القلق النفسي تبعاً لمتغير حجم الأسرة، ولصالح الأسرة كبيرة الحجم.

وسبب زيادة القلق في الأسرة الممتدة يعود إلى كبر عدد أفرادها وتفرعها ، وكذلك إلى البيئة السكنية المحيطة وأوضاعها الإقتصادية والمتردية أحيانا ، أو عدم تماسك أفراد الأسرة الممتدة .

5.1.5 مناقشة الإجابة على السؤال الخامس:

هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغيرات الجنس ومستوى الصف والمعدل الدراسي، ونوع الأسرة ؟

وللإجابة على السؤال الخامس، تم اشتقاق الأسئلة الفرعية التالية:

1.5.1.5 هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس؟

بيّنت نتائج الدراسة إلى أن هناك اختلاف بسيط بين المتوسطات الحسابية لإجابات عيّنة الدراسة نحو درجة الانتباه لديها تبعاً لمتغير جنس الطالب (ذكر، أنثى)، إذ بلغ المتوسط الحسابي للإجابات (2.12، 1.94) على الترتيب، وبذلك نستنتج أن درجة الانتباه تزداد لدى الطلبة (الذكور) أكثر من الطلبة (الإناث) وبدرجة بسيطة. وقد تعارضت هذه النتيجة مع ما خلصت إليه دراسة (زكور، وعبد الفتاح، 2015) والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً لنسبة انتشار اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط لدى الذكور أعلى منها لدى الإناث. كما تعارضت مع ما توصلت إليه دراسة (عبيدات، 2013) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الانتباه لدى الطلبة تبعاً لمتغير جنس الطالب.

وأغزي سبب عدم الإنتباه عند الذكور إلى البيئة المدرسية (إكتظاظ الصفوف ، وصغر حجم الغرفة الصفية) ، العنف الطلابي البيني ومنه العنف الجسدي ، اللفظي ، وكذلك الأساليب والطرق المتبعه من قبل المعلميين المرشديين اتجاه الطلبة .

2.5.1.5 هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير مستوى الصف؟

بيّنت نتائج الدراسة إلى أن هناك اختلاف بسيط بين المتوسطات الحسابية لإجابات عيّنة الدراسة نحو درجة الانتباه لديها تبعاً لمتغير مستوى الصف (الثامن، التاسع، العاشر) وقد جاءت متقاربة نسبياً، إذ بلغت المتوسطات الحسابية لها (2.09، 1.9، 2.0) على الترتيب، وبذلك نستنتج أن تقارب

الإجابات لا يشير إلى وجود اختلاف في درجة الانتباه لدى طلبة مدارس بني زيد الغربية تبعاً لمتغير مستوى الصف الذي يدرسه الطالب.

لقد تشابهت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الزعبي والقحطاني، 2015) والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب الطلبة الذين يعانون من مظاهر اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

يعود السبب إلى تشابه الظروف السياسية، والاجتماعية، والاقتصادية، والبيئية المدرسية، والمرحلة النمو (مرحلة المراهقة) .

3.5.1.5 هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير المعدل الدراسي؟

بيّنت نتائج الدراسة إلى وجود اختلاف بين المتوسطات الحسابية لإجابات عيّنة الدراسة نحو درجة الانتباه لديها تبعاً لمتغير المعدل الدراسي للطالب (ممتاز، جيد جداً، جيد، متوسط)، إذ بلغت المتوسطات الحسابية للإجابات (1.97، 1.96، 2.05، 2.23)، وبالتالي نستنتج أنه كلما ازدادت علامات الطالب (المعدل الدراسي للطالب) انخفضت درجة انتباهه والعكس صحيح.

بسبب ظاهرة التسرب من المدرسة ، مرور الطلبة بمرحلة المراهقة ، تطور التكنولوجيا وانتشار الانترنت التواصل الاجتماعي الموبايلات تأخذ حيز كبير من وقتهم ، وعدم متابعه الأهالي لأبنائهم.

4.5.1.5 هل تختلف درجة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة؟

بينت نتائج الدراسة إلى وجود اختلاف بين المتوسطات الحسابية لإجابات عيّنة الدراسة نحو درجة الانتباه لديها تبعاً لمتغير نوع الأسرة (نووية، ممتدة)، حيث بلغت المتوسطات الحسابية لها (1.99، 2.16) على الترتيب، مما يشير إلى أن درجة الانتباه، لدى الأسر الممتدة أعلى منها لدى الأسر النووية.

وقد تشابهت هذه النتيجة جزئياً مع ما توصلت إليه دراسة (Sciberras, et al., 2014) والتي أشارت نتائجها إلى وجود درجة من الصعوبة في تشتت الانتباه وضعف العلاقات الاجتماعية والأسرية لدى الطلبة الذين تتراوح أعمارهم ما بين (5–13) سنة.

نظراً لكبر أفراد العائلة وإهمال الوالديين لدورهم في متابعة أبنائهم الطلبة وانتشار المشاكل داخل الأسرة الممتدة وكما ذكرت أنفاَ بوجود عوامل سياسية اقتصادية اجتماعية بيئية وسكنية .

2.5 التوصيات:

بعد الإنتهاء من تفسير النتائج الدراسة توصلت كباحثة إلى التوصيات التالية :

- العمل على تعزيز ثقة الطلبة بأنفسهم من خلال توفير وقت خاص للمعلم والمرشد التربوي في توعية الطلبة بمفهوم تحقيق وتقدير الذات.
- العمل على تقليل مستوى القلق في المدارس يتم من خلال تركيز المرشديين على اجراء تفريغات نفسية للطلبة وعمل توعية وفعاليات مثل: رسومات ، و مسرحيات .....إلخ .
- تهيئة المناخ المناسب للتعليم عن طريق بناء غرف صفية ملائمة للطلبة والاهتمام بالبيئة المدرسية وتحسينها بحيث تصبح صديقة للطلبه .
- التنويع في أساليب التدريس بهدف اشغال الطلبة بالخطوات والمراحل التعليمية والابتعاد عن المثيرات الخارجية التي تشتت التركيز.
- الاستفادة من نتائج البحوث والدراسات العالمية الناجحة والتي استخدمت استراتيجيات تدريس تساعد الطلبة على التركيز، وتحد من حالة تشتت الانتباه لديهم.

وأوصي كباحثة بضرورة إجراء دراسات ميدانية أوسع وأعم على جميع المراحل التعليمية في جميع محافظات الوطن الشمالية والجنوبية، كي يتم تعميم النتائج بهدف استنباط أبرز العوامل التي تؤدي إلى زيادة مستوى القلق لدى الطلبة، والتي تؤدي بهم إلى التشتت وعدم الانتباه، وبالتالي يضعف أداء الطالب.

كما أوصي بضرورة إجراء دراسات معمّقة على عدد من الخصائص الشخصية لعينة الطلبة، والمتمثلة في نوع الأسرة، والوضع الاقتصادي للأسرة، ومستوى تعليم الوالدين، ومكان الإقامة،

ونوع المدرسة التي يتعلم فيها الطالب، وذلك بهدف تغطية جميع العوامل التي قد تؤدي إلى بروز ظاهرة القلق العام لدى الطلبة، فضلاً عن التعرف على أبرز العوامل المؤدية إلى ارتفاع مستوى تشتت الانتباه لدى الطلبة.

قائمة المصادر والمراجع (References):

- القرآن الكريم.

أولاً: المراجع العربية

- إبراهيم، علا (2010). **الخوف والقلق والتعرف على أوجه التشابه والاختلاف بينهما وعلاجهما وإجراءات الوقاية منهما**، ط1، القاهرة: عالم الكتاب.
- أبو سمهدانة، سكينة وبني هاني، زين العابدين (2016). مصادر القلق لدى طالبات مساق الجمباز في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة، **مجلة دراسات**، العلوم التربوية، مج43، ع(2)، 497-512.
- الإسي، هدير (2014). العلاج المعرفي السلوكي لاضطراب القلق العام – دراسة إكلينيكية، **رسالة ماجستير غير منشورة**، علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلاميةــ، غزة، فلسطين.
- البطنيجي، عايدة (2015). فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض مستوى القلق النفسي لدى طلاب المدارس في المناطق الحدودية بشرق غزة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، علم النفس، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- بلدية بني زيد الغربية (2018). **صفحة البلدية**، الموقع الإلكتروني الرسمي للبلدية عبر الإنترنت (www.beitreema.com)، تاريخ المشاهدة: 2019/1/30.
- البياتي، بسام (2006). ثبات الانتباه وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة بسلاح الشيش – دراسة مسحية تحليلية للاعبي الشباب أندية القُطر بسلاح الشيش، **مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد**، مج21، ع(2)، ج(1)، 1-43.

- جابر، جابر وعبد الحميد، أسماء وعوض، رضا (2015). أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات الأم الاجتماعية في خفض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى أبنائها، **مجلة العلوم التربوية**، العدد الثاني، ج1، ص1-38.
- الجباري، جنار والنعيمي، هادي (2010). قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في مركز محافظة كركوك، **مجلة التربية والعلم**، مج17، ع(3)، 271-296.
- جريسات، رائدة والطحان، محمد (2010). بناء مقياس لتشخيص اضطراب خلل الانتباه والنشاط الزائ والتحقق من فاعليته لدى الطلبة العاديين وذوي صعوبات التعلم والإعاقة العقلية وحالات التوحد في عينة أردنية، **مجلة دراسات – العلوم التربوية**، 37(1): 79-93.
- الجهاز المركزي الفلسطني (2018). **المساكن والسكان**، رام الله، فلسطين.
- الحشحوش، خالد (2013). **القالق عند الرياضيين**، ط1، عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- حطاب، لين (2014). مشكلات التوافق عند الموهوبين وأثرها على الانتباه الصفي، **مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإنسانية**، 14(1): 32-41.
- حلبي، تمارا (2015). المشكلات التي يواجهها معلمو المرحلة الأساسية الدنيا في تدريس اللغة الإنجليزية في مدارس مديرية نابلس الحكومية، **رسالة ماجستير غير منشورة**، في المناهج وطرق التدريس، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- حمادنة، برهان (2017). فاعلية برنامج إرشادي جماعي في خفض مستوى قلق الاختبار وتحسين عادات الاستذكار لدى عينة من الطلاب المتفوقين في كلية التربية بجامعة نجران، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، 13(1): 119-131.

- حمادي، شريف والمعموري، علي (2018). الانتباه التنفيذي وعلاقته بالشخصية القلقة لدى طلبة المرحلة الإعدادية، **مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية**، ع(39)، 1537-1555.
- حمد، جهاد (2018). الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية: معايير DSM-5، ترجمة الدكتور أنور الحمادي، كتاب منشور عبر الموقع الإلكتروني (www.slideshare.net)، تاريخ المشاهدة: 209/1/18.
- خزاعلة، أحمد ونصراوي، معين (2018). أثر برنامج تدريبي على تنشيط الذاكرة البصرية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم في منطقة لواء الجامعة، **مجلة جذور علوم التربية والعلوم الاجتماعية**، مج5، ع(6)، 796-825.
- الديب، هالة (2016). فاعلية التدريب على استراتيجية التعلم للاتقان في تنمية الانتباه الانتقائي لدى التلميذات (القابلات للتعلم) ذوات الإعاقة الفكرية، **مجلة رسالة التربية وعلم النفس**، (53): 171-191.
- الراشيدي، هارون (2003). **الضغوط النفسية وطبيعتها ونظرياتها**، القاهرة: المكتبة المصرية.
- الزعبي، سهيل والقحطاني، محمد (2015). أثر التعزيز الرمزي في خفض مظاهر اضطراب عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، 11(3): 373-386.
- زكور، مفيدة وعبد الفتاح، أبو مليود (2015). تقدير معلمي مرحلة التعليم الابتدائي لانتشار اضطراب قلة الانتباه المصحوب بفرط النشاط لتلاميذهم – دراسة ميدانية بمدينة ورقلة، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، ع(18): 255-270.

- الشبول، مهند (2017). "تصورات معلمي المدارس الأساسية بالأردن حول اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة، **مجلة الفتح**، العدد 69، متوفر عبر الموقع الإلكتروني الرسمي للمجلة (ww.alfatehmag.uodiyala.edu.iq).
- الشبؤون، دانيا والأحمد، أمل (2011). القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين – دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية، **مجلة جامعة دمشق**، 27(3+4): 759-797.
- شهولي، بلال (2018). تأثير القلق على درجة الانتباه (حدة التركيز) أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم – دراسة ميدانية لبعض نوادي للقسم الشرفي ولاية سكيكة – صنف أقل من 19 سنة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، علوم وتقنيات النشاطات البدية والرياضية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر.
- عبد الفتاح، محمد (2016). **استراتيجيات التدريس لذوي اضطراب الانتباه المصحوب بفرط الحركة**، الرياض: دار الزهراء.
- عبد الفتاح، نيرة (2004). مدى فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تخفيض القلق والاكتئاب والخوف من الموت لدى عينة من الأطفال مرضى القلب، **أطروحة دكتوراه**، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، جمهورية مصر العربية.
- عبد القادر، إسماعيلي وقشوش، صابر (2015). **الدماغ والعمليات العقلية**، ط2، عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- عبد القادر، سيدي عايد (2017). الخلفية الثقافية وعلاقتها بتصور الاضطراب النفسي واختيار أسلوب العلاج في ضوء متغيري المستوى التعليمي والجنس عند زوار الضريح، **أطروحة دكتوراه**، كلية العلوم، تخصص علم النفس، جامعة وهران2، الجزائر.

- عبد القادر، كوثر (2018). فاعلية برنامج سلوكي لخفض اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم بمدارس الامتياز المتكاملة بمحلية بحري – ولاية الخرطوم، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، قسم علم النفس – التربية الخاصة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، الخرطوم، السودان.
- عبد الكريم، محمد وعطوه، محمد (2017). أنماط المشكلات المدرسية السائدة لدى التلاميذ ذوي اضطراب نقص الانتباه المصحوب بفرط الحركة بالمرحلة الابتدائية حسب تقدير المرشدين الطلابيين، **مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية – جامعة بابل**، (36): 130–149.
- عبيدات، يحيى (2013). مستوى معرفة معلمي التعليم العام في مدينة جدة باضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد، **المجلة الدولة التربوية المتخصصة**، 2(1): 41–59.
- عز الدين، بن هبري (2011). **دراسة بعض السيروات المعرفية: الانتباه، الإدراك، الذاكرة لدى التلاميذ الذين يعانون من صعوبات التعلم الأكاديمية: عسر القراءة نموذجاً**، جامعة منتوري القسنطينية، الجزائر.
- عكاشة، أحمد (2003). **الطب النفسي المعاصر**، ط2، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- العمايرة، محمد (2002). **المشكلات الصفية: مظاهرها، أسبابهـا، علاجها**، ط1، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- عوشاش، نواري (2015). دور العملية التربوية في التخفيف من حدة اضطراب الانتباه، **مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية**، جامعة الشهيد حمة لخضر – الوادي، (13+14): 256–269.

- عوفي، معاذ (2016). العلاقة بين مستوى القلق ومستوى وتركيز الانتباه لدى حكام الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم في الضفة الغربية، **رسالة ماجستير غير منشورة**، التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- قريشي، محمد وقريشي، عبد الكريم (2013). مستوى القلق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية – دراسة ميدانية بمدينة ورقلة، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، (37): 57–67.
- قواسمة، أحمد وحمادنة، راتب (2015). دلالات الصدق البنائي لمقياس القلق كسمة والقلق كحالة، **المجلة الدولية التربوية المتخصصة**، مج4، ع(6)، 2–10.
- الكلباني، سالم (2016). قلق ركوب الطائرات وعلاقته ببعض السمات الشخصية والمتغيرات الديموغرافية لدى عينة من الراشدين العمانيين، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، الإرشاد النفسي، جامعة نزوى، سلطنة عمان.
- ماركس، كارل (1978). **التعايش مع الخوف فهم القلق ومكافحته** (ترجمة محمد عثمان نجاتي)، جامعة الكويت، دار الشروق.
- مشاعل، فاتن (2015). أثر اضطرابات الشخصية المصاحبة لبعض الاضطرابات النفسية (الاختلاطية) على الاستجابة العلاجية لمرضى نفسيين بعد العلاج الطبي النفسي، **أطروحة دكتوراه**، في الإرشاد النفسي، تخص علاج نفسي، جامعة دمشق، الجمهورية العربية السورية.
- المصري، نيفين (2011). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى المستوى الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر، **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة الأزهر، مصر.

- مطران، عبد الفتاح ومسافر، علي (2012). فعالية برنامج تدريبي لتنمية الانتباه المشترك لدى عينة من الأطفال التوحديين وأثره في تحسين التواصل اللغوي لديهم، **مجلة كلية التربية**، جامعة بنها، الجزء الثالث، أكتوبر 2012، ص139-182.
- مكنزي، كوام (2013). **القلق ونوبات الذعر**، ط1، ترجمة هلا أمان الدين، الرياض: المجلة العربية، ردمك، المملكة العربية السعودية.
- منظمة الصحة العالمية (WHO) (2017). **الوقاية من الاضطرابات النفسية – التدخلات الفعالة والخيارات السياسية**، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- النفيسة، عبد العزيز (2015). القلق والاكتئاب لدى طلاب جامعة نايف من المدخنين وغير المدخنين – دراسة مقارنة، **المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب**، مج31، ع(63)، 123-154.
- هاني، أحمد (2013). علاقة قلق الحالة بمستوى أداء الحكام المساعدين لمحافظة بغداد بكرة القدم، **مجلة كلية التربية الرياضية**، مج26، ع(1)، جامعة بغداد، العراق.
- الواقفي، راضي (2009). **مقدمة في علم النفس**، ط4، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- وزارة التربية والتعليم (2019). **التعليم في فلسطين**، رام الله، فلسطين، منشورة عبر موقع الوزارة الإلكتروني عبر الإنترنت (www.mohe.ps)، تاريخ المشاهدة: 2019/2/18.

المراجع الأجنبية:

- Acosta-Gómez, M., , De la Roca-Chiapas, J., Zavala-Bervena, A., Cisneros, A., Pérez, V., Rodrigues, Ch., and Novack, K. (2018). Stress in high school: a descriptive study, *Open Access Pub*, 1(1), 1-10.
- Afolayan, J., Donald, B., Onasoga, O., Babafemi, A., and Juan, A. (2018). Relationship between anxiety and academic performance of nursing students, Niger Delta University, Bayelsa State, Nigeria, *Adv. Appl. Sci. Res.*, 4(5), 25-33.
- American Psychiatric Association (APA) (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed. Rev.). Washington DC, Americam Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association (APA) (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th ed., Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Beck, A. & Steer, R. (1993). **Beck Anxiety Inventory Manual**. San Antonio: Harcourt Brace and Company.
- Bunce, D., Flens, E., and Neiles, K. (2010). How long can students pay attention in class? A study of student attention decline using clickers, *Journal of Chem Educ*, 87(12), 1438-1443.
- Butcher, J., Mineka, S., and Hooley, J. (2013). Abnornal psychology, 15th ed., New York: United States of America.
- Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., & Schellinger, K. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions, Ediotopia, available online at < http://static.squarespace.com/static/513f79f9e4b05ce7b70e9673/t/52e9d8e

6e4b001f5c1f6c27d/1391057126694/meta-analysis-child-development.pdf>, reviewed at 1/2/2019.

- Fernández-Sogorba, A. Inglésb, C., Sanmartína, R., Gonzálveza, C., Vicenta, María V., and García-Fernándeza, J. (2017). Validation of the Visual Analogue Scale for Anxiety-Revised and school refusal across anxiety profiles, *ELSEVIER*, 18(3), 189-282.
- Froborg, O., Martinussen, M., Jaiser, S., Overgard, K., and Rosenvinge, J. (2013). Comorbidity of personality disorders in anxiety disorders: A meta-analysis of 30 years of research, *Journal of Affective Disorders*, 145(2), 143-155.
- Hamsho, N. (2017). The impact of classroom behaviors and student attention on written expression, **Master Thesis in Psychology**, Syracuse University,
- Indra, R., Kevin, Y., Hardianti, T., Gust, N., Wiweka, G, and Bernie, M. (2017). Correlation between attention deficit hyperactivity disorder and sleep quality in elementary school students, *Advanced Science Letters Journal,* 23(7), 6817-6819.
- Koyuncu, A., Celebi, F., Ertekin, E., Kok, B., and Tikel, R. (2016). Attention deficit and hyperactivity in social anxiety disorder: relationship with trauma history and impulsivity, *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorder*, 8(2), 95-100.
- Magelinskaitė-Legkauskienė, Š., egkauskas, V., and Kepalaitė, A. (2018). Teacher perceptions of student social competence and school adjustment in elementry school, *Cogent Psychology Journal,* doi: 10.1080 / 23311908.2017.1421406
- Malboeuf-Hurtubise, C., Lacourse, E., Herba,C., Taylor, G., and Amor, L. (2017). Mindfulness-based Intervention in Elementary School Students With Anxiety and Depression: A Series of n-of-1 Trials on Effects and

Feasibility, *Journal of Evid Based Complementary ltern Med*, 22(4), 856-869.

- Payton, J., and So, P. (2018). "Contemporary College Student Anxiety: The Role of Academic Distress, Financial Stress, and Support", *Journal of College Counseling*, 21(3), 252-264.
- Sciberras, E., Lycett, K., Efron, D., Mensah, F., Gerner, B., and Hiscock, H. (2014). Anxiety in Children With Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder, *Pediatrics*, 133(5), 801-809.
- Shama, G., and Pandey, D. (2014). Anxiety, Depression, and Stress in relation to academic achievement among higher secondary school students, *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 82-89.
- Spielberger, C. D. (1976). **The nature and measurement of anxiety**. In C. D. Spielberger & R. Diaz-Guerrero (Eds.), Cross-cultural anxiety (pp. 3–10). Washington, DC: Hemisphere.
- Tomer, E. (2010). The Differential effects of personality disorders on treatment outcome for adult patients with ADHD, *Doctoral Dissertation*, Philadelphia College of Osteopathic Medicine, Department of Psychology.
- Walczak, S., and Estrada, R. (2017). Ameliorating Negative Perceptions of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Students, *SM Journal Community Med*., 3(1), 1025-1031.
- Yadav, P., Chauhan, V., Bhat, P., Agarwal, N., Yadav, Ch., and Bhatia, S. (2017). Cross-sectional study of anxiety symptoms in students in preexamination period, *Industrial Psychiatry Journal*, 26(1), 56-63.

الملاحق:

الملحق (1)

قائمة بأسماء المحكمين

ت	اسم المحكم	التخصص	مكان العمل
.1	د.عبد الكريم مزعل	خدمة إجتماعية	جامعة القدس المفتوحة
.2	د.إنشراح نبهان	خدمة إجتماعية	جامعة القدس المفتوحة
.3	د.عمر الريماوي	علم نفس	جامعة القدس
.4	د.سهير الصباح	تربية	جامعة القدس
.5	د.فاخر الخليلي	علم النفس الإكلينيكي	جامعة النجاح
.6	أ.موريس بقلة	تربية وعلم نفس	جامعة بيرزيت
.7	د.سما بطني	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة بيرزيت
.8	د.بيهان القيري	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة بيرزيت
.9	د.لبنة ميعاري	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة بيرزيت
.10	د.أمال دحيدل	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة بيرزيت

ملحق (2)

الاستبانة بصورتها النهائية والمعدلة

جـــــامعـــــة القـــــدس

كلية العلوم التربوية

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة عنوان :" **مستوى القلق العام والإنتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة** " استكمالاً لدرجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة القدس .

لذا، أعزائي الطلبة، أرجو من حضرتكم التعاون في تعبئة البيانات الموجودة في الإستبانة المرفقة والإجابة على جميع فقراتها، وذلك بوضع إشارة (X) ، علماً بأن جميع إجاباتكم ستكون سرية لا يطلع عليها سوى الباحثة ، وسوف تستعمل لغايات البحث العلمي فقط.

أشكركم على حسن تعاونكم

الباحثة: صبا نصير أحمد العالم

المشرف: د. إياد الحلاق

القسم الأول: المعلومات العامة

الرجاء وضع (×) داخل المربع الذي ينطبق على حالتك أو الذي تراه مناسبا :

1- الجنس

□ ذكر □ أنثى

2- مستوى الصف

□ ثامن □ عاشر □ تاسع

3- االدراسي العام

□ ممتاز (90-100)
□ جيد جدا (80-89)
□ جيد (70-79)
□ متوسط (60-69)

4- نوع الأسرة

□ نووية (الأم والأب والأولاد)
□ ممتدة (مكونة من الأجداد والعمات والأعمام وأبناء العم)

القسم الثاني : فيما يلي مقياس القلق ، الرجاء وضع إشارة (/) في الخانة التي تناسبك :

رقم	أولاً: مقياس القلق	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا
1	نومي مضطرب ومتقطع				
2	مرت بي أوقات أفتقدت فيها النوم بسبب القلق				
3	لدي مخاوف				
4	أعتقد أني عصبية من معظم الناس				
5	أعاني من ألم في معدتي				
6	يداي ترتجفان عندما أحاول القيام بعمل من الأعمال				
7	تنتابني أحلام مزعجة أو (كوابيس) من حين لأخر				
8	أعاني من نوبات الإسهال				
9	تثير قلقي أمور العمل				
10	تصيبني نوبات من الغثيان				
11	أخشى أن يحمر وجهي خجلا				
12	أشعر بجوع في كل الأوقات تقريبا				
13	أثق في نفسي				
14	أتعب بسرعة				
15	أصبح عصبيا عندما يتوجب علي الإنتظار طويلا				
16	أشعر بالإثارة لدرجة أن النوم يتعذر علي				
17	أكون هادئاً				
18	تمر فترات من عدم الاستقرار لدرجة أنني لا أستطيع الجلوس طويلاً في مقعدي				
19	لا أشعر بالسعادة معظم الأوقات				
20	من السهل أن أركز في عمل ما				
21	أشعر بالقلق على شيء ما طوال الوقت				
22	أشعر بالقلق على شخص ما				
23	أخاف من مواجهة الأزمات والشدائد				
24	أود أن أصبح سعيداً كما يبدو الآخرين				
25	أجد نفسي قلقاً على شيءٍ ما				
26	أشعر وبشكل مؤكد أنه لا فائدة منّي				
27	أشعر أني أتمزق من البيئة المحيطة				
28	أعرق بسهولة حتى في الأيام الباردة إذا كنت متوتراً				
29	الحياة صعبة بالنسبة لي				
30	لا يقلقني سوء الحظ				

رقم	أولاً: مقياس القلق	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا
31	إني حساس بدرجة عالية				
32	لاحظت أن قلبي يخفق بشدة				
33	لا أبكي بسهولة في اللحظات الصعبة				
34	أخشى من أشياء رغم أنها لا تستطيع إيذائي				
35	أخشى من أشخاص لا يستطيعون إيذائي				
36	أتأثر بسهولة بالأحداث التي تدور حولي				
37	أصاب بصداع				
38	أعترف بأنني شعرت بالقلق على أشياء لا قيمة لها				
39	أستطيع أن أركز تفكيري في شي واحد				
40	أرتبك بسهولة				
41	أعتقد أنني لا أصلُح بالمرة				
42	أنا شخص متوتر جداً				
43	أرتبك بدرجة تجعل العرق يتساقط مني بصورة تضايقني جداً				
44	يحمرّ وجهي خجلاً بدرجة عندما أتحدث مع الأخرين				
45	عندي حساسية عن غالبية الناس				
46	مررت بأوقات عصيبة شعرت خلالها بعصبية لا أستطيع التغلب عليها				
47	أكون متوتراً للغاية أثناء القيام بعمل ما				
48	يداي وقدماي تبردان				
49	أحلم بأشياء أُفضّل الإحتفاظ بها لنفسي				
50	لا تنقصني الثقة بالنفس				
51	أصاب بالإمساك دون سبب واضح				
52	يحمر وجهي أبداً من الخجل				

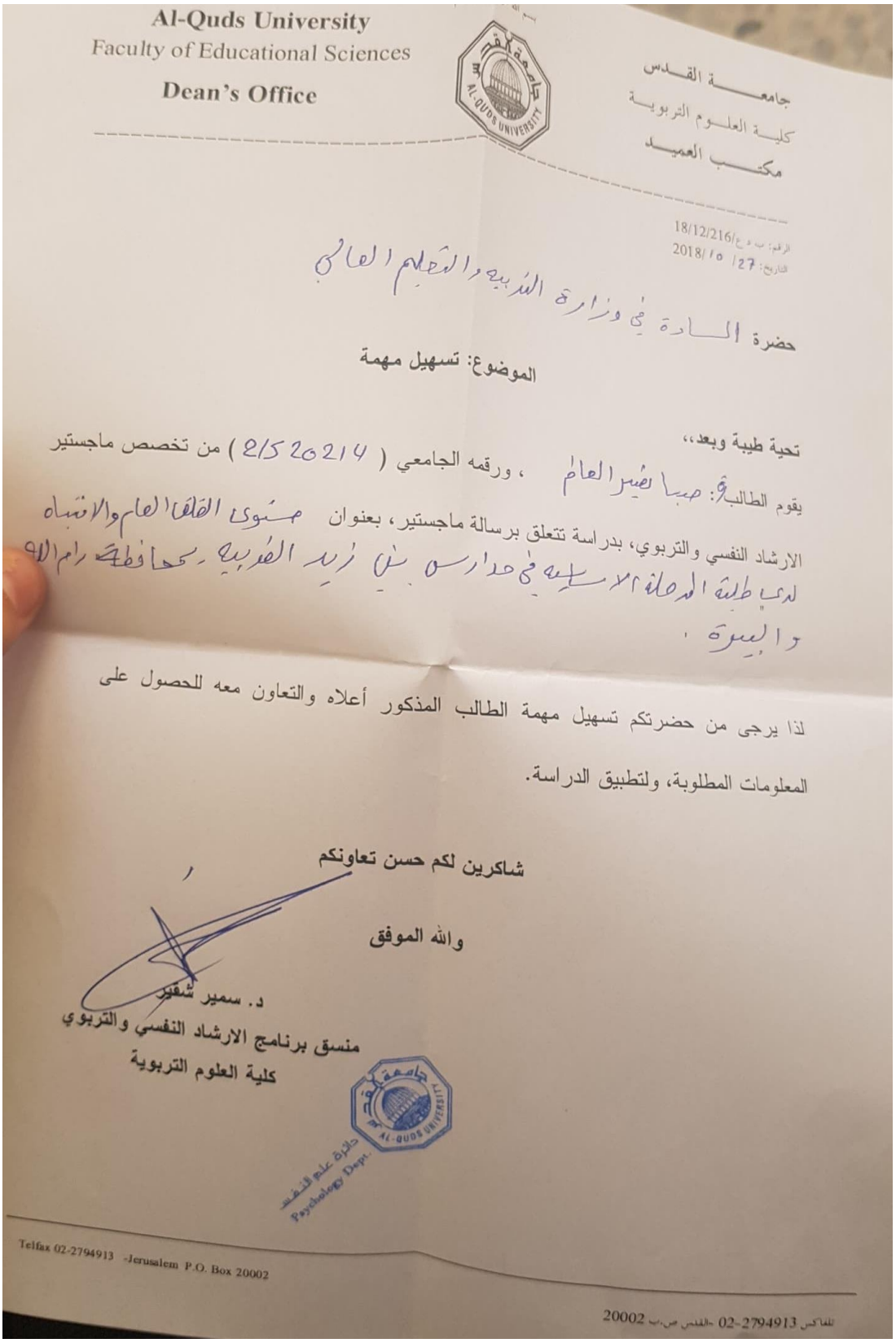
القسم الثالث : فيما يلي مقياس صعوبات الإنتباه ، يرجى وضع (×) في الخانة التي تراها مناسبة :

رقم الفقرة	ثانياً: مقياس صعوبات الإنتباه	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا
1	يصعب علي الإستمرار في أي عمل حتى أنهيه				
2	أبدو شارداً لما أسمع أو أقرأ أو أرى				
3	يسهل تشتيتي				
4	أجد صعوبة في أن أظل محتفظاً بإنتباهي في المهام التي تتطلب تركيز الإنتباه				
5	أجد صعوبة في التوقف عن أنشطة اللعب				
6	أجد صعوبة بأن أظل هادئاً خلال الحصة أو الدرس أو الجلوس بصفة عامة				
7	أبدو عصبياً خلال أداء المهام أو الأنشطة الأكاديمية				
8	أجد صعوبة في العمل بهدوء				
9	أجد صعوبة فياللعب بهدوء				
11	أتحدث كثيراً ، وبصورة مفرطة ، وبلا ضوابط أو هدف				
12	أتحول من نشاط إلى آخر قبل إكتمال النشاط الذي يبدأه				
13	أجد صعوبة في متابعة الدروس أو التوجيهات التي تصدر عن المعلمين				
14	يتشتت إنتباهي لأي مثيرات خارج مواقف التعلم				
15	أبدو مشوشاً وتتداخل لدي مثيرات وتختلط علي المعلومات				
16	أقاطع أو أتطفل أو أقتحم الأخرين دون مبرر أو إستئذان				
17	أجيب على الأسئلة بإندفاع ، وبلا تفكير ، وقبل إكمال سماعها				
18	أجد صعوبة في إنتظار دوري في الألعاب أو المواقف				
19	أقحم نفسي بدنياً في أنشطة خطرة دون اعتبار لنتائجها				
20	أجيب مندفعاً دون التأكد من معرفتي الصحيحة للإجابات				
21	أفقد أو أنسى أدواتيالمدرسية أو الرياضية				
22	أبدو غير مهتم بما أكلف به من أنشطة أو مهام				

انتهت

مع فائق الإحترام والتقدير

ملحق (3) كتاب تسهيل المهمة



Al-Quds University
Faculty of Educational Sciences
Dean's Office

جامعة القدس
كلية العلوم التربوية
مكتب العميد

الرقم: ب د ع/18/12/216
التاريخ: 27/ ١٥/ 2018

حضرة السادة في وزارة التربية والتعليم العالي

الموضوع: تسهيل مهمة

تحية طيبة وبعد،،

يقوم الطالب/ة: صبا نصير العالم ، ورقمه الجامعي (21520214) من تخصص ماجستير الارشاد النفسي والتربوي، بدراسة تتعلق برسالة ماجستير، بعنوان مستوى القلق العام والانتباه لدى طلبة المرحلة الاساسية في مدارس بني زيد الشرقية - محافظة رام الله والبيرة .

لذا يرجى من حضرتكم تسهيل مهمة الطالب المذكور أعلاه والتعاون معه للحصول على المعلومات المطلوبة، ولتطبيق الدراسة.

شاكرين لكم حسن تعاونكم

والله الموفق

د. سمير شقير
منسق برنامج الارشاد النفسي والتربوي
كلية العلوم التربوية

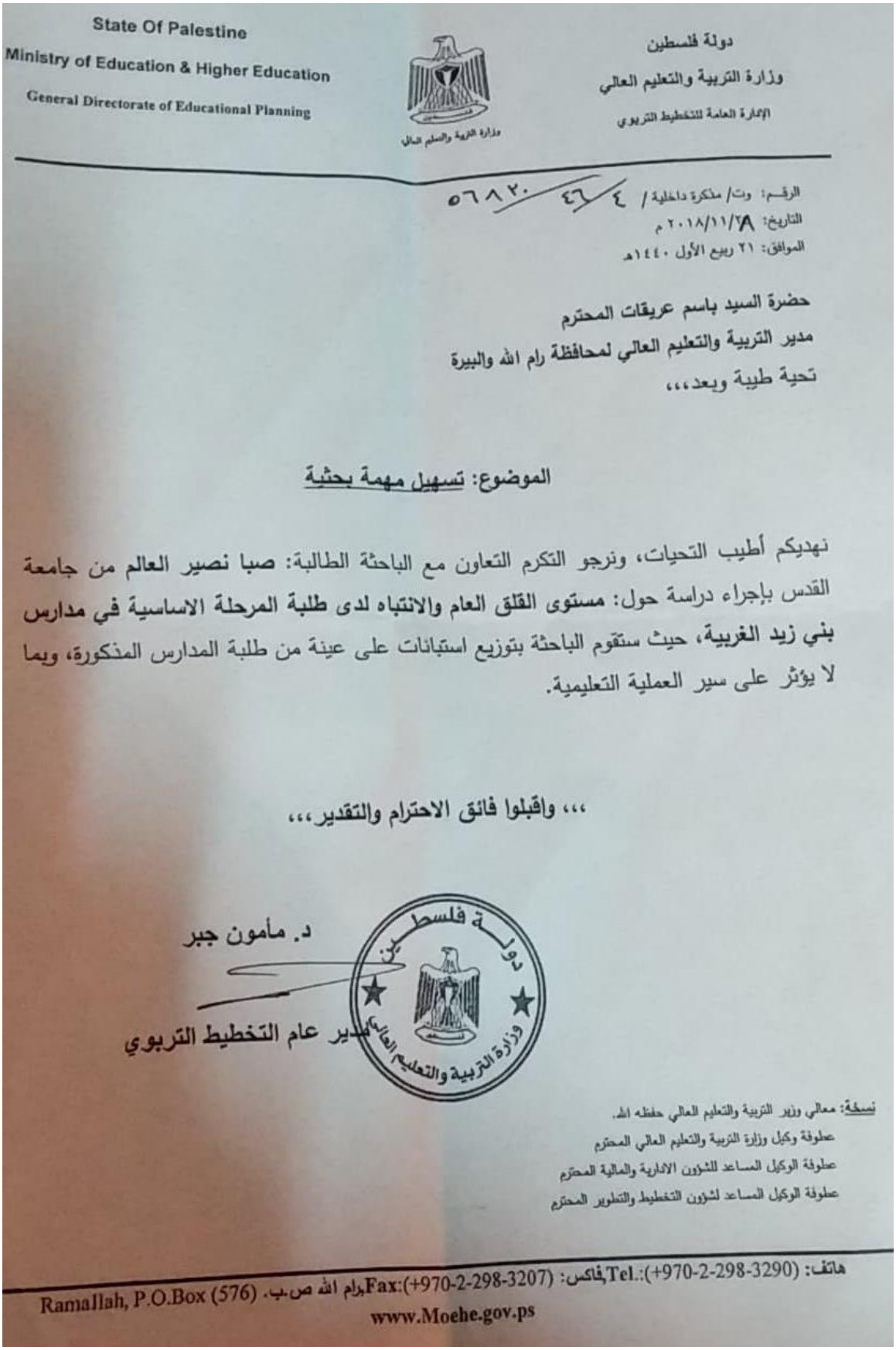
دائرة علم النفس
Psychology Dept.

Telfax 02-2794913 -Jerusalem P.O. Box 20002

تلفاكس 02-2794913 -القدس ص.ب 20002

ملحق (4)

كتاب وزارة التربية والتعليم الفلسطينية



State Of Palestine
Ministry of Education & Higher Education
General Directorate of Educational Planning

دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي
الإدارة العامة للتخطيط التربوي

وزارة التربية والتعليم العالي

الرقم: وت/ مذكرة داخلية/ ٤٦/ ٥٦٨٢٠
التاريخ: ٢٠١٨/١١/٢٨ م
الموافق: ٢١ ربيع الأول ١٤٤٠هـ

حضرة السيد باسم عريقات المحترم
مدير التربية والتعليم العالي لمحافظة رام الله والبيرة
تحية طيبة وبعد،،،

الموضوع: تسهيل مهمة بحثية

نهديكم أطيب التحيات، ونرجو التكرم التعاون مع الباحثة الطالبة: **صبا نصير العالم** من جامعة القدس بإجراء دراسة حول: **مستوى القلق العام والانتباه لدى طلبة المرحلة الاساسية في مدارس بني زيد الغربية**، حيث ستقوم الباحثة بتوزيع استبانات على عينة من طلبة المدارس المذكورة، وبما لا يؤثر على سير العملية التعليمية.

،،، واقبلوا فائق الاحترام والتقدير،،،

د. مأمون جبر
مدير عام التخطيط التربوي

دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي

نسخة: معالي وزير التربية والتعليم العالي حفظه الله.
عطوفة وكيل وزارة التربية والتعليم العالي المحترم
عطوفة الوكيل المساعد للشؤون الادارية والمالية المحترم
عطوفة الوكيل المساعد لشؤون التخطيط والتطوير المحترم

هاتف: Tel.:(+970-2-298-3290) فاكس: Fax:(+970-2-298-3207) رام الله ص.ب. Ramallah, P.O.Box (576)
www.Moehe.gov.ps

قائمة الملاحق:

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
1	قائمة بأسماء المحكمين	107
2	الاستبانة بصورتها النهائية والمعدلة	108
3	كتاب تسهيل مهمة	113
4	كتاب وزارة التربية والتعليم الفلسطينية	115

قائمة الجداول:

رقم الجدول	الجدول	الصفحة
جدول (1.3)	توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب المدرسة والشعبة	56
جدول (2.3)	توزيع أفراد عيّنة الدراسة حسب متغيرات الدراسة	56
جدول (3.3)	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة	58
جدول (4.3)	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة	59
جدول (5.3)	نتائج اختبار معامل كرونباخ ألفا المطبق على أداتي الدراسة	59
جدول (1.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة	63
جدول (2.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمستوى صعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة	66
جدول (3.4)	معامل ارتباط بيرسون والدلالة الاحصائية للعلاقة بين مستوى القلق وصعوبة الانتباه لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة	68
جدول (4.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد العينة في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس	69
جدول (5.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير مستوى الصف	70

رقم الجدول	الجدول	الصفحة
جدول (6.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير المعدل الدراسي	71
جدول (7.4)	نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في مستوى القلق لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة	72
جدول (8.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد العينة في مستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير الجنس	73
جدول (9.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير مستوى الصف	74
جدول (10.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لمستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة يعزى لمتغير المعدل الدراسي	75
جدول (11.4)	نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في مستوى صعوبة الانتباه طلبة المرحلة الأساسية في مدارس بني زيد الغربية بمحافظة رام الله والبيرة حسب متغير نوع الأسرة	76

الفهرس المحتويات:

إقرار .....أ

شكر وتقدير .....ب

تعريف المصطلحات: .....ج

الملخص .....ه

Abstract .....و

الفصل الأول: خلفية البحث.....1

1.1 المقدمة (Introduction): 1

2.1 مشكلة الدّراسة (Problem statement):.....4

3.1 أهمية الدراسة (Importance): 4

4.1 أهــداف الدراسة (Objectives): 6

5.1 أسئلة الدراسة (Questions): 7

6.1 حدود الدراسة:.....7

7.1 متغيرات الدراسة 8

8.1 الحدود والمفاهيم.....8

9.1 هيكلية البحث (Thesis Outline):.....11

الفصل الثاني: الإطار النظري والدّراسات السابقة: 12

1.2 المقدمة: 12

2.2 القلق العام: 13

1.2.2 أسباب القلق: 16

2.2.2 القلق كحالة، والقلق كسمة وكإضطراب: 16

3.2.2 أعراض القلق: 17

4.2.2 تشخيص القلق العام: 19

5.2.2 النظريات التي تناولت القلق: 21
3.2 اضطراب الانتباه: 25
1.3.2 مفهوم الانتباه: 25
2.3.2 مظاهر تشتت الانتباه لدى الطلبة: 26
3.3.2 العوامل التي تؤدي إلى تشتت الانتباه: 30
4.3.2 النظريات التي تناولت درجة الانتباه: 31
4.2 الدراسات السابقة: 33
1.4.2 الدراسات المتعلقة بالقلق العام: 33
2.4.2 الدراسات المتعلقة بالانتباه: 41
3.4.2 الدراسات المتعلقة بالعلاقة ما بين القلق العام والانتباه: 47
4.4.2 التعقيب على الدراسات السابقة 52
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات: 54
1.3 تمهيد: 54
2.3 منهج الدّراسة: 54
3.3 مجتمع الدّراسة: 55
4.3 عيّنة الدّراسة: 55
1.4.3 وصف متغيرات أفراد عيّنة الدّراسة: 56
5.3 صدق أداتي الدراسة (Validity): 57
6.3 ثبات أداتي الدراسة: 59
7.3 إجراءات الدراسة 60
8.3 المعالجات الإحصائية 60
9.3 معيقات الدراسة: 61
الفصل الرابع: نتائج الدراسة: 62
1.4 تمهيد 62

2.4 نتائج أسئلة الدراسة: 63
1.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: 63
2.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: 66
3.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: 68
4.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: 69
5.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: 72
الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات: 77
1.5 مناقشة النتائج 77
1.1.5 مناقشة نتيجة الإجابة على السؤال الأول: 77
2.1.5 مناقشة نتيجة الإجابة على السؤال الثاني: 83
3.1.5 مناقشة نتيجة الإجابة على السؤال الثالث: 86
4.1.5 مناقشة الإجابة على السؤال الرابع: 87
5.1.5 مناقشة الإجابة على السؤال الخامس: 91
2.5 التوصيات: 95
قائمة المصادر والمراجع (References): 97
الملاحق: 107
قائمة الملاحق: 115
قائمة الجداول: 116