



جامعة أحمد دراية - ولاية أدرار -



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية

قسم العلوم الاجتماعية

عنوان المذكرة:

القلق أثناء التعليم عن بعد لدى الطالب الجامعي
في ظل أزمة كورونا

- دراسة ميدانية بجامعة أدرار -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في العلوم الاجتماعية

تخصص علم النفس المدرسي

تحت إشراف الأستاذ:

عيسى بن سالم

من إعداد الطالبتين :

نسيمة رزوقة

جمعة بوزاك

لجنة المناقشة

رئيسا	جامعة أدرار	د/ بوفارس عبد الرحمان
مشرفا و مقررا	جامعة أدرار	د/ بن سالم عيسى
مناقشا	جامعة أدرار	د/ بكر اوي عبد العالي

الموسم الجامعي: 2020 / 2021 م

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République algérienne populaire et démocratique
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche scientifique

UNIVERSITE AHMED DRAYA - ADRAR
BIBLIOTHÈQUE CENTRALE
Service de recherche bibliographique
N°.....B.C/S.R.B//U.A/2021



جامعة احمد دراية - ادرار
المكتبة المركزية
مصلحة البحث البيبليوغرافي
الرقم.....م.م/م.ب.ب/اج.أ/2021

شهادة الترخيص بالإيداع

انا الأستاذ(ة): بن سالم عيسى

المشرف مذكرة الماستر.

الموسومة بـ: القلق أثناء التّعليم عن بعد لدى الطالب

الجامعي في ظل أزمة كورونا

من إنجاز الطالب(ة): رزوقة نسيمة

و الطالب(ة): بوزاك جمعة

كلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية

التسم: علوم اجتماعية

التخصص: علم النفس المدرسي

تاريخ تقييم / مناقشة: 2021/06/03

أشهد ان الطلبة قد تاموا بالتدريبات والتصحيحات المطلوبة من طرف لجنة التقييم / المناقشة، وان المطابقة بين
النسخة الورقية والإلكترونية استوفت جميع شروطها.

وإمكانهم إيداع النسخ الورقية (02) والأليكترونية (PDF).

ادرار في: 2021/06/20

امضاء المشرف:

- مساعد رئيس القسم:



ملاحظة: لاتقبل أي شهادة بدون التوقيع والمصادقة.

الإهداء

نحمد الله تعالى الذي قدرنا على شرب جرعة ماء من هذا العلم الواسع، فالعلم لا يتم إلا بالعمل، فقليل من العلم مع العمل به أنفع من كثير من العلم مع قلة العمل به. ومن عمل بما علم أورثه الله ما لم يعلم.

إلى كل من أضاء بعلمه عقل غيره

أو هدى بالجواب الصحيح حيرة سائليه

فأظهر بسماحته تواضع العلماء

وبرحابته سماحة العارفين

نهدي هذا البحث المتواضع إلى:

أمهاتنا آباتنا

وإلى أهلينا وعشيرتنا

وإلى أساتذتنا الكرام

وإلى إخواننا وأخواتنا الطلبة والطالبات

وإلى من كانوا يضيئون لنا الطريق ويساندونا

نهدي هذا البحث المتواضع راجين من المولى عز وجل أن يجد القبول والنجاح.



شكر وتقدير

لكل بداية نهاية مهما طالَت، وهانحن اليوم نخط حروف نهايتنا على أرصفة هذا المحور المبارك، الذي سعينا فيه لاستغلال وقتنا بأمر تقيدنا في ديننا ودينانا، آمليين من الله أن يكون حقق أهدافه وغاياته التي سطرت له، ونلتمس منكم العذر إن ورد منا بعض التقصير فالكمال لله وحده، والنقصان من شيم الإنسان ويبقى عزاؤنا أنها تجربتنا وسنسعى لتطويرها بإذن الله آخذين في الاعتبار كل الملاحظات والتوصيات..

ولأنه حديث حسن من لم يشكر القليل لم يشكر الكثير، ومن لم يشكر الناس لم يشكر الله عز وجل فإننا نشكر الله أولا أن وفقنا وأعاننا جميعا ونسال الله الإخلاص والقبول للجميع.. ونشكر جميع من ساهم في إنجاح هذا البحث خصوصا الأستاذ الدكتور بن سالم عيسى.

أوليك قوم إن بنوا أحسنوا البنا *** وان عاهدوا أوفوا وان عقدوا شدوا

وان كانت النعماء فيهم جزوا بها *** وان انعموا لا كد.



قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	إهداء
ب	شكر وتقدير
ج	ملخص الدراسة باللغة العربية
د	ملخص الدراسة باللغة الفرنسية
و	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
ر	قائمة المحتويات
ي	قائمة الجداول
1	مقدمة
الفصل الأول: الإطار التمهيدي	
5	الإشكالية
9	الفرضيات
9	أسباب اختيار الموضوع
10	أهداف الدراسة
10	أهمية الدراسة
11	المفاهيم الأساسية
12	التعريف الإجرائية
13	الدراسات السابقة
19	التعليق على الدراسات السابقة
الفصل الثاني: ماهية القلق	
23	تمهيد
23	تعريف القلق لغة واصطلاحا
24	أعراض القلق
28	الأسباب المؤدية للقلق

32	النظريات المفسرة للقلق
40	أنواع القلق
43	تشخيص القلق
49	أساليب علاج القلق
49	خلاصة المبحث
الفصل الثالث: ماهية التعليم عن بعد	
52	تمهيد
52	تعريف التعليم عن بعد
54	نشأة التعليم عن بعد
55	خصائص التعليم عن بعد
58	أهمية التعليم عن بعد
62	أهداف وجود التعليم عن بعد
64	مبررات التعليم عن بعد
68	التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا
71	خلاصة المبحث
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	
74	تمهيد
74	1/ الدراسة الاستطلاعية
74	أهداف الدراسة الإستطلاعية
74	الإطار الزمني للدراسة
74	الإطار المكاني للدراسة
75	خصائص عينة الدراسة الإستطلاعية
75	الخصائص السايكومترية لأداة الدراسة
79	2/ الدراسة الأساسية
79	منهج الدراسة

80	عينة الدراسة الأساسية
80	الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة
81	أدوات الدراسة
الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج	
86	عرض ومناقشة الفرضية الأولى
87	عرض ومناقشة الفرضية الثانية
89	عرض ومناقشة الفرضية الثالثة
91	خاتمة
92	الاقتراحات والتوصيات
94	قائمة المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان
75	الجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الجنس
75	الجدول رقم (2) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير التخصص
76	الجدول رقم (3) يوضح معامل ارتباط بيرسون للأبعاد فيما بينها ومع الدرجة الكلية
77	الجدول رقم (4) يوضح الصدق التمييزي لمقياس القلق
78	الجدول رقم (5) يوضح ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرومباخ
80	الجدول رقم (6) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس
80	الجدول رقم (7) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص
83	الجدول رقم (8) يوضح مستويات القلق لمقياس القلق العام
86	الجدول رقم (9) يوضح نتائج اختبار *ت* لعينة واحدة
88	الجدول رقم (10) يوضح نتائج اختبار *ت* لدلالة الفروق بين متوسطات الذكور والإناث في مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا
8	الجدول رقم (11) يوضح اختبار *ت* لدلالة الفروق بين متوسطات طلبة الآداب وطلبة العلوم في مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا

قائمة الملاحق:

الصفحة	العنوان
	الملحق رقم (1) يوضح مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا
	الملحق رقم (2) يوضح النسب المئوية لعينة الدراسة الإستطلاعية
	الملحق رقم (3) يوضح مخرجات spss لصدق وثبات المقياس
	الملحق رقم (4) يوضح النسب المئوية لعينة الدراسة الأساسية
	الملحق رقم (5) يوضح مخرجات spss بعد تفرغ الاستبيانات

مقدمة

مقدمة:

إن من أهم العوامل التي تؤثر على الفرد بصفة عامة وعلى الطالب الجامعي بصفة خاصة هو القلق الذي يعد من الاضطرابات النفسية التي تنتج من الضغوط نتيجة عدم قدرة الفرد على تجاوزها، فمنذ ظهور أزمة كورونا قد نال طلاب الجامعة ما نال غيرهم من كافة فئات المجتمع إذ فجأة وبدون مقدمات وجدوا أنفسهم شأنهم شأن باقي فئات المجتمع أمام مستقبل غامض ومجهول وأحداث عالمية متصاعدة الوتيرة كما وجدوا أنفسهم دون استعداد مسبق أمام ما يعرف بالتعليم عن بعد، ليس هذا فحسب بل كذلك إجبارهم القيام بتدابير العزلة الصارمة للتقليل من انتشار فيروس كورونا مما يجعلهم في حالة من الهلع والقلق.

وفي دراستنا هذه سنحاول التعرف على مختلف المفاهيم المرتبطة بموضوع الدراسة والوقوف على مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا.

ولبلوغ ذلك تطرقنا في هذه الدراسة إلى الفصول التالية:

الفصل الأول: يضم الإطار التمهيدي فقد خصص ل طرح إشكالية الدراسة و طرح الفرضيات، أسباب اختيار الموضوع، الأهداف، الأهمية، تحديد المفاهيم الأساسية، التعاريف الإجرائية والدراسات السابقة ثم التعليق عليها.

الفصل الثاني: وفيه تناولنا التعريف للقلق لغة واصطلاحا، أعراض القلق، الأسباب المؤدية للقلق، النظريات المفسرة للقلق، يليه أنواعه وتشخيصه وختامه أساليب العلاج.

أما الفصل الثالث: تناولنا فيه ماهية التعليم عن بعد ويندرج تحته التعريف والنشأة، الأهمية، والخصائص ومبررات وجود التعليم عن بعد ثم أهدافه بالإضافة إلى التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا.

الفصل الرابع: يتناول إجراءات الدراسة الميدانية وتضم الدراسة الإستطلاعية وأهدافها، الإطار الزمني للدراسة، خصائص عينة الدراسة، الخصائص السايكومترية لأداة الدراسة، بالإضافة إلى الدراسة الأساسية ويندرج تحتها منهج الدراسة، عينة الدراسة، الأساليب الإحصائية، أدوات الدراسة.

الفصل الخامس ويندرج تحته عرض ومناقشة نتائج الفرضيات الثلاثة.

الفصل الأول : الإطار التمهيدي

- 1- الإشكالية
- 2- الفرضيات
- 3- أسباب اختيار الموضوع
- 4- أهداف الدراسة
- 5- أهمية الدراسة
- 6- المفاهيم الأساسية
- 7- التعاريف الإجرائية
- 8- الدراسات السابقة
- 9- التعليق على الدراسات السابقة

1/الإشكالية:

يعيش سكان العالم اوقاتا عصبية بسبب انتشار فيروس كورونا أو كما يطلق عليه كوفيد19، وتسبب هذا الأخير بأزمة صحية وإنسانية عالمية واجتماعية واقتصادية واسعة النطاق شملت شتى بقاع العالم، وقد سجلت أول بؤرة لتفشي هذا المرض في مدينة ووهان الصينية يوم 2019/12/29. (منظمة التعاون الإسلامي، 2020، ص11)، وانتشر سريعا في بقاع جميع أنحاء العالم وهو فيروس حيواني المنشأ كما هو الحال مع الجوائح السابقة. وفي 2020/01/30 أعلنت منظمة الصحة العالمية رسميا أن تفشي الفيروس يشكل حالة طوارئ عامة تبعث القلق الدولي بالتزامن مع تسجيل 7818 إصابة مؤكدة على مستوى العالم في اليوم نفسه على امتداد 19 دولة أين اعترفت منظمة الصحة العالمية بتحول فاشية كوفيد19 إلى جائحة عالمية بتاريخ 2020/03/11.

ومع الانتشار الكبير لفيروس كورونا في كل البلدان وفي ظل غياب أي لقاح أو دواء ما تزال اليوم القضايا المتعلقة بالفيروس والوقاية منه وعلاجه موضع اهتمام. فمع ظهور العدوى وتحت تأثير الحجر المنزلي الذي يقصد به التزام كل فرد من أفراد المجتمع المكوث في المنزل وعدم الخروج منه إلا للضرورة والتباعد الاجتماعي لا بد من الانتقال إلى مرحلة التفكير في مشاكل الصحة النفسية والبحث في المعاناة النفسية وخطر الإصابة بالاكتئاب والقلق. فلا شك أن هذا الحجر ليس بالأمر السهل ذلك أن الإنسان معتاد طيلة

حياته على الخروج من المنزل إما للعمل أو لقضاء حاجاته أو للترفيه عن النفس فهو كائن اجتماعي ومن الصعب أن ينعزل عن الآخرين ويعيش في ظل التباعد.

(رشا عمر ندمري وآخرون، 2020، ص284)

في ظل هذا الوضع الراهن شهد العالم انقطاع أكثر من 1,6 مليار طفل من مؤسساتهم التعليمية في 161 دولة على مستوى العالم، بحيث واجهت أنظمة التعليم في العديد من الدول الكثير من التحديات التي فرضتها أزمة كورونا في شهر مارس وأدت لإغلاق المدارس والجامعات وتعليق الدروس حضورياً .

جاء هذه الجائحة اضطر العالم إلى اللجوء إلى التعليم عن بعد هذا النوع من التعليم الذي يتميز بوجود مسافة مكانية وزمنية بين المعلم والمتعلم وبالتالي الاعتماد الكلي والذاتي على نفسه مما يجعله في قلق دائم من الفشل، هذا النوع من القلق قد يكون حافزاً ودافعاً لتحقيق أهدافه وطموحاته، أو قد يكون هداماً في مستوياته المرتفعة بتأثيره على الجانب البدني والنفسي والمعرفي فيدخله في دوامة من التشاؤم والعجز والألم وبالتالي تضعف دافعيته وأدائه في كل الميادين. (جويده باحمد، 2018، ص394).

هذا وقد وجدت الدول العربية منها الجزائر نفسها أمام خيارين لا ثالث لها إما التعليم عن بعد أو لا تعليم، فكانت النتيجة توجه الدول نحو التعليم لضمان استمرارية العملية التعليمية وإدارتها. (منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة، 2020، ص04) أين أصبح هو النظام التعليمي السائد في العالم بشكل عام على الرغم من تحذيرات منظمة الصحة العالمية من مشكلة

الاستمرار فيه غير أن الضرورة الصحية تحتم استمرار الوضع الحالي والعمل على تقليل المساوئ على الطلاب. إلا أن هذه الأخيرة بات يهددها القلق أثناء القيام بعملية التعليم بعد والتي تعرف (على أنها حالة خاصة للتعليم المهيكل المعروض من خلال مواقع التعليم أين يشرف على فرق المتدربين الطلبة بمساعدة الاتصال المتلفز التفاعلي الذي يسمح بربط المتدربين والأساتذة والموارد). (نسيمة ضيف الله، 2017، ص134) باعتباره تجربة جديدة بالنسبة إلى الكثير منهم والذين قد يتأثرون سلباً أو إيجاباً لهذا التغيير المفاجئ في خطتهم التعليمية كما يشكل ضعفاً ويخلق نوعاً من التوتر والقلق. هذا فإن طلاب الجامعة عندما يتعرضون بشكل مستمر للضغط النفسي يجعلهم في حالة من الإجهاد والقلق، فممنذ بداية أزمة كورونا أصبح الشغل الشاغل للجميع وخاصة طلاب الجامعة متابعة النشرات الإخبارية وانتظار أعداد الإصابات والوفيات اليومية الناجمة عن هذا الفيروس ويضاف إلى ذلك القدر الكبير من المعلومات الخاطئة المنتشرة في وسائل التواصل الاجتماعي والأرقام المخيفة والمرعبة التي تتناقلها وسائل الإعلام المحلية والعالمية المختلفة على مدار الساعة من أعداد مهولة للإصابات والوفيات فأصبح الناس عامة والطالب الجامعي خاصة يعيشون حالة من الهلع والتوتر والقلق الذي أشار إليه العلماء على أنه حالة انفعالية غير سارة نتيجة لخطر يهدد البيئة المحيطة بالفرد، وقد يكون منشأه داخلياً (إيمان بنت عايل: 2018، ص11)، حيث ذكر (إبراهيم وعسكر، 1999، ص55) أن القلق يعتبر من الانفعالات التي تدخل في دائرة العصاب وهو جزء من الحياة البشرية أو هو أحد لوازم الوجود. وقد عرفه

هلجرد" بأنه يشبه في ذلك الخوف ويعتبر قوة دافعة ويرى أن لفظ القلق عبارة من العبارات اللغوية العامة تشير إلى توقع الشر أو الخطر أو الاهتمام الزائد وعدم الراحة أو عدم سهولة الحياة الداخلية للفرد"

(عبد الرحمان العسيوي, 2004ص77).

فمن المؤكد أن طلاب الجامعة في عصر فيروس كورونا قد نالهم من الصعاب ما نال غيرهم من كافة فئات المجتمع, فقد وجدوا أنفسهم ودون استعداد مسبق وجها لوجه أمام التعليم عن بعد والاضطرار للتعامل مباشرة مع هذا النظام من التعليم رغم أن غرض العملية التعليمية يعتبر واحدا لجميع الأساليب والطرق المستخدمة لكن هناك فروق جوهرية ما بين استخدام الأنظمة الالكترونية لتقديم الدروس والمحاضرات مع ملاحظة أن الاعتماد على التعليم عن بعد كان ضعيف جدا خلال الفترات الماضية وكان هناك بعض التخوف من التعامل مع الأنظمة الالكترونية لدى قطاع كبير من الطلاب ربما يعزي ذلك إلى قلة الخبرة السابقة في التعامل مع هذه الأنظمة والاعتقاد بصعوبة استخدامها. مما يستلزم معرفة الخطوات الصحيحة للتعامل مع النظام وكذلك التخوف من تعقيدات الأنظمة الالكترونية دون وجود سابق تجربة في التعامل مباشرة مع إدارة الأنظمة التعليمية الالكترونية الأمر الذي قد يخلق المشكلات النفسية لدى الطالب جراء هذا التحول المفاجئ من النظام التقليدي للتعليم إلى نظام التعليم عن بعد دون تدريب مسبق عليه وعلى تطبيقاته

المستخدمة هذا ما يجعل الطالب في حالة من القلق أثناء القيام بهذه العملية لذا، ومن منطلق هذه الإشكالية نطرح السؤال الذي تتمحور عنها دراستنا هذه:

- ما هو مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادرار في ظل أزمة كورونا؟
ويندرج ضمن هذا التساؤل العام التساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد فروق في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد بين طلبة جامعة ادرار في ظل أزمة كورونا تعزى إلى متغير الجنس؟

- هل توجد فروق في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد بين طلبة جامعة ادرار في ظل أزمة كورونا تعزى إلى متغير التخصص؟

2/ الفرضيات

- مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادرار في ظل تفشي فيروس كورونا متوسط.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادرار في ظل أزمة كورونا تعزى إلى متغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادرار في ظل أزمة كورونا تعزى إلى متغير التخصص.

3/ الأسباب المؤدية لاختيار الموضوع:

- معايشة الواقع بما يحمل من ايجابيات وسلبيات.
- أهمية إجراء دراسة ميدانية حول القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة الجامعة للاستفادة من نتائج هذه الدراسة في وضع برامج إرشادية للتخفيف من الشعور بالقلق.
- التعرف أكثر على التعليم عن بعد.
- مقاومة الطلاب والأساتذة لهذا النظام.

4/ الأهداف:

- محاولة التعرف على مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادرار في ظل أزمة كورونا.
- عرض ومناقشة المفاهيم المرتبطة بموضوع الدراسة
- محاولة التوصل إلى مجموعة من النتائج والتوصيات التي تساعد على انخفاض حدة القلق أثناء التعليم عن بعد.
- الكشف عن الفروق بين طلبة جامعة ادرار في مستوى القلق في ضوء متغير الجنس والتخصص.

5/ الأهمية:

مما لا ريب فيه أنه لكل دراسة علمية أهمية سواء من الجانب النظري أو التطبيقي وتنبثق أهمية الدراسة الحالية من خلال تناولها لأحد أهم الموضوعات التربوية ألا وهو القلق، والتعليم عن بعد الذي يعد هو الآخر موضوع أهم والذي حظي باهتمامات الكثير من الباحثين خاصة في ظل الظروف الراهنة، ويمكن توضيح أهمية هذه الدراسة في النقاط التالية:

- لفت انتباه القائمين على العملية التعليمية حول نظام التعليم عن بعد.
- إثارة اهتمام الباحثين لإجراء دراسات أخرى حول التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا.

6/ المفاهيم الأساسية:

6-1/ القلق: هو مرض نفسي وظيفي يتخذ أعراض من بينها شعور المريض بالخوف والقلق من مثيرات ليس من شأنها أن تثير القلق لدى الغالبية من الناس وذلك لأنها لا تتضمن خطر أو تهديداً لحياة الفرد. ومع علم المريض بذلك إلا أنه يشعر بالخوف والقلق الشديدين عندما يتعرض لمثل هذه المثيرات إضافة إلى الآلام التي تصيب الصدر وارتفاع ضغط الدم وسرعة التنفس وجفاف الحلق. (عبد العزيز بن علي النفيسة، 2015، ص132).

ويعرفه بديع القشاعله بأنه شعور مبهم يؤدي إلى الخوف والتوتر يصاحبه بعض

الأعراض الفسيولوجية مثل الشعور بالضييق في التنفس والصداع وكثرة الحركة.

(بديع القشاعله، 2018، ص14) .

6-2/ التعليم عن بعد: عملية تنظيمية ومستجدة تشبع احتياجات المتعلمين من خلال

تفاعلهم مع الخبرات التعليمية المقدمة لهم بطرق غير تقليدية تعتمد على قدراتهم الذاتية

وذلك من خلال استخدام تكنولوجيا الوسائط التعليمية المتعددة دون التقيد بزمان أو مكان

محدد ودون الاعتماد على المعلم بصورة مباشرة. (باحمد جويده وآخرون، 2018، ص398) .

ويعرف حذيفة مازن ومزهر شعبان العالي التعليم عن بعد بأنه: ذلك التعليم الجامعي

العالي عن بعد بواسطة الانترنت وتطبيقاتها على الشبكة العنكبوتية سواء كان تعلمًا

تزامنيا (وقت حقيقي وأماكن مختلفة) أو تعلمًا غير تزامني (أوقات مختلفة وأماكن مختلفة

) ويوظف طرق وأساليب وتقنيات التعليم التي تتصف بالمرونة وتستجيب لحاجاتهم

وتتناسب قدراتهم والفروق الفردية بينهم. (حذيفة مازن ومزهر شعبان العالي، 2015، ص13) .

6-3/ تعريف أزمة كورونا: يمثل فيروس كورونا فصيلة كبيرة من الفيروسات التي تسبب

أمراض متنوعة للإنسان كالزكام، نزلات البرد العادية متلازمة كورونا الشرق الأوسط

التنفسي ومتلازمة الالتهاب الرئوي. ويعد فيروس كورونا المستجد سلالة جديدة لم يسبق

تحديدها وإصابتها للبشر من قبل. (حنان عيسى ملكاوي، 2020، ص16) .

7/ التعاريف الإجرائية:

7-1/ تعريف القلق إجرائيا: فهو الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي أثناء التعليم عن بعد المتمدرس بجامعة ادرار بعد الإجابة على مقياس القلق المستخدم في الدراسة الحالية.

7-2/ تعريف التعليم عن بعد إجرائيا: هو نمط من أنماط التعليم يهدف إلى اكتساب المعارف والمهارات من خلال الاتصال غير المباشر بين المعلم والمتعلم دون الالتزام بوقت ومكان محدد باستخدام الوسائط التكنولوجية المتعددة مثل الهاتف.

8/ الدراسات السابقة:

أولاً: دراسات خاصة بالقلق:

أ/ الدراسات العربية:

أ/ 1- دراسة عايدة عثمان (2005): هدفت إلى التعرف على درجة القلق لدى طلاب وطالبات جامعة الضفة الغربية بفلسطين وكذلك معرفة الفروق في الجنس والسكن والتخصص والجامعة. وقد بلغت عينة الدراسة 604 طالب وطالبة، واستخدم في هذه الدراسة مقياس قائمة الحالة والسمة من إعداد سبيلبرجر وتعريب البحيري (1984)، وقد توصلت الدراسة إلى أن حالة القلق لدى العينة متوسطة، ووجود فروق في مستوى القلق

سمة بالنسبة للجنس لصالح الذكور في حين لا توجد فروق في العينة وفقا لمكان السكن والجامعة والتخصص. (موساوي، 2012، ص 291).

أ/ 2 دراسة المومني ومحمود نعيم (2013) هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل. حيث تكونت عينة الدراسة من (439) طالب وطالبة. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان مرتفعا حيث جاء المستوى الاقتصادي في المرتبة الأولى، في حين جاء المجال الأسري في المرتبة الأخيرة وبدرجة مرتفعة أيضا. وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى إلى اختلاف التخصص. ووجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى إلى الجنس. وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى للمستوى الدراسي. (ذيب راضية وهجراس ياسمينه، 2019، ص 14).

أ/ 3- دراسة مواهب الرشيد إبراهيم محمد (2018): هدفت الدراسة لمعرفة درجة القلق لدى بعض طالبات كلية التربية بالزلفي وعلاقته بمتغيري التحصيل الدراسي (المعدل) و التخصص. اتبعت الباحثة المنهج الوصفي، وتمثلت عينة الدراسة من طالبات كلية التربية بالزلفي (قسمي الدراسات الإسلامية والتربية الخاصة)، وكان العدد النهائي (72) طالبة، وقد تم اختيارهن بالطريقة العشوائية. كما استخدمت مقياس تايلور للقلق واستمارة معلومات أولية. وبعد إجراء الدراسة الميدانية وجمع البيانات تمت معالجتها إحصائيا بواسطة الحاسب الآلي، فاستخدمت اختبار (ت) لمتوسط مجتمع واحد. تحليل التباين الأحادي،

اختبار (ت) للفرق بين مجموعتين مستقلتين. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود درجة القلق لدى طالبات كلية التربية بمجتمع الدراسة الحالة (دون متوسط) لا توجد فروق في القلق الصريح تبعاً لمتغير مستوى التحصيل الدراسي، لا توجد فروق في القلق الصريح تبعاً لمتغير التخصص الدراسي للطالبات. (مواهب الرشيد ابراهيم، 2018، ص03)

ب/: الدراسات الأجنبية:

ب/1 - دراسة بولانسكي (2005): هدفت إلى التعرف إلى القلق اتجاه المستقبل المهني لدى طلبة كليات الطب في بولندا وتألفت العينة من (992) من طلبة السنة الأخيرة وتم استخدام استبانة لقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث، وكانت النتائج أن 81% من طلبة كليات الطب كان لديهم مستوى قلق مرتفع، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق تعزى إلى كل من الجنس والمستوى التعليمي للوالدين. (أشرف ابراهيم، 2019، ص42)

ب/2 - دراسة ريتشارد (2005): هدفت الدراسة إلى اكتشاف درجات القلق والخوف عند طلاب المدارس، قام الباحث باختيار عينة عشوائية مكونة من (220) طالب وطالبة من مدارس المرحلة الأساسية والثانوية في مدينة لاهاي. وقد تم تطبيق اختبار القلق والخوف، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق في القلق تبعاً لمتغير الجنس وكانت لصالح الإناث، وجد كذلك أن القلق مرتبط بدرجة كبيرة بالعمر فوجد أن طلاب المرحلة الثانوية يعانون من قلق بدرجة أكبر من المرحلة الأساسية ووجد أيضاً أن القلق يرتبط ارتباطاً

وثيقا بالتحصيل عند كل من الذكور والإناث ,كما بينت الدراسة أن القلق منتشر بصورة ظاهرة بين طلبة المدارس.

ب/3 - دراسة ليو وليو في الصين (2020) هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على مستوى الإدراك والحالة النفسية والقلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعات خلال فترة انتشار وباء كورونا وذلك لفهم الديناميات النفسية للطلاب الذين يعانون من الإجهاد.تم اعتماد المنهج الوصفي(509)طالب جامعي عن طريق استبيان تم تنفيذه عبر الانترنت، واستخدم مقياس القلق والاكتئاب التابع لمركز الدراسات الوبائية لتقييم أعراض القلق والاكتئاب، وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النوعين من طلاب الجامعات المختلفة في مشاعر القلق والذعر من التعرض للمخاطر. وكانت مستويات القلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعات أعلى مستويات المعايير الوطنية إضافة إلى ذلك تبين أن الذعر من الوضع الوبائي شكل عامل خطر للقلق.

(رشا عمر ندمري،2020، ص286)

ثانيا/- دراسات خاصة بالتعليم عن بعد:

أ: الدراسات العربية:

أ/1- دراسة عوض وحلس (2015): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الاتجاه نحو تكنولوجيا التعلم عن بعد وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الدراسات العليا في

الجامعات الفلسطينية. وتكونت عينة الدراسة من (91) طالب وطالبة يدرسون ببرامج الدراسات العليا كليات التربية بالجامعات الفلسطينية. وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وأسفرت نتائج الدراسة النتائج التالية:

اتجاه طلبة الدراسات العليا في الجامعات الفلسطينية كان ايجابيا على مستوى الأداء ككل.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات طلبة الدراسات العليا بالجامعات الفلسطينية نحو التعلم عن بعد تبعا لمتغير الجنس والمستوى التعليمي والتقدير العام على مستوى الأداء ككل.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات طلبة الدراسات العليا بالجامعات الفلسطينية نحو تكنولوجيا التعليم عن بعد تبعا لمتغير الجامعة ولصالح الجامعة الإسلامية.

(منير سعيد عوض وموسى صقر حلس، 2015، ص 219)

أ/ 2- دراسة حنان بن خدة وعائشة بن خدة(2015): هدفت الدراسة إلى معرفة دور التعليم عن بعد في زيادة التحصيل الدراسي لدى الطالبة بين المتغيرين والكشف عن العلاقة الارتباطية بحيث تم تطبيق هذه الدراسة على عينة من الطلبة الذين يزاولون دراستهم في الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الاستطلاعي ، كما تم استخدام أداة من أدوات جمع البيانات وهي الاستمارة التي كانت

مقسمة إلى أربع محاور حسب التساؤلات، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة بين التعليم عن بعد والتحصيل الدراسي. (حنان بن خدة وعائشة بن خدة، 2015، ص03).

- ب: الدراسات الأجنبية:

ب/ 1 - دراسة كارسويل وآخرون (2000): هدفت إلى معرفة آراء الطلبة في تجربة التعليم عن بعد بواسطة الانترنت وأثرها على نواتج التعلم مقارنة بالطريقة التقليدية، تكونت عينة الدراسة من (500) طالب تم توزيعهم على مجموعتين: المجموعة الأولى تكونت من (300) طالب درست المادة التعليمية من خلال الانترنت بطريقة التعليم عن بعد وتكونت المجموعة الثانية من (200) طالب درست المادة التعليمية نفسها بالطريقة الاعتيادية. وبينت نتائج الدراسة أن نواتج التعلم متماثلة رغم أن الطلاب فضلوا تجربة الانترنت وكانوا يرغبون في إعادتها.

ب/2- دراسة: (Draissi, yong2020)

هدفت إلى معرفة خطة الإستجابة لتفشي مرض كوفيد19 وتنفيذ التعليم عن بعد في الجامعات المغربية، في هذه الدراسة قام الباحثان بفحص وثنائق مختلفة تتكون من مقالات إخبارية خاصة بالصحف اليومية والتقارير والإشعارات من موقع الجامعات، استخدمت الدراسة منهج تحليل المحتوى، وأشارت نتائج الدراسة أن الأمر المقلق هو أن جائحة كوفيد 19 يتحدى الجامعات لمواصلة التغلب على الصعوبات التي تواجه كل من الطلاب

والأساتذة، والاستثمار في البحث العلمي وجهودها المستمرة لاكتشاف لقاح. واستندت أساليب التدريس الجديدة إلى زيادة الاستقلالية للطلاب، وكانت الواجبات الإضافية المخصصة للأساتذة للحفاظ على زخم أعمالهم في المنزل، وتوفير حرية الوصول إلى عدد قليل من منصات التعلم الإلكتروني المدفوعة أو قواعد بيانات. (سحر سالم، 2020، ص20)

9/ التعليق على الدراسات السابقة:

نلاحظ مما سبق أن الدراسات بمعظمها توجهت نحو فئة طلاب الجامعات كدراسة المومني مع مازن محمود ودراسة مواهب الرشيد ودراسة (بولانسكي) ودراسة (ليو ليو) ودراسة (عوض وحلس) ودراسة (حنان بن خدة وعائشة بن خدة) ودراسة (كارسويل).

كما اختلفت هذه الدراسات من حيث الأهداف وذلك بناء على اختلاف الموضوع والمتغيرات التي تعاملت معها حيث نجد أنه مجمل الدراسات الخاصة بالقلق اهتمت بالتعرف على مستويات القلق كدراسة (المومني) ودراسة (موساوي) ودراسة (مواهب الرشيد) ودراسة (ريتشارد) ودراسة (ليو ليو). في حين دراسة (بولانسكي).

أما دراسات التعليم عن بعد منها من هدفت إلى التعرف على اتجاه وأراء الطلبة نحو التعليم عن بعد كدراسة (عوض وحلس) ودراسة (كارسويل). أما دراسة (درايسي يونغ) فهدف إلى معرفة خطة تنفيذ التعليم عن بعد.

وتتفق الدراسة الحالية مع أغلب الدراسات السابقة من حيث العينة إذ نجد مجمل الدراسات الخاصة بالقلق على فئة طلاب الجامعة كدراسة (عايدة عثمان) ودراسة (المومني) ودراسة (مواهب الرشيد) ودراسة (بولانسكي) ودراسة (ليوليو) باستثناء دراسة (ريتشارد) التي كانت على فئة طلاب المرحلة الثانوية. واختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث المقياس المستخدم بحيث تم استخدام مقياس القلق العام المعد من طرف الدكتورة (بن عبد الله فوزية).

إذ تعد الدراسة الحالية هي الأولى من نوعها على مستوى المجتمع الأدراري إذ أنها تعمل على الوقوف على مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد، وقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة من خلال التعرف على المنهج المستخدم وطريقة اختيار العينة والاستعانة بالدراسات السابقة لاختيار مقاييس الدراسة الحالية كذلك الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في تفسير نتائج الدراسة الحالية.

الفصل الثاني: ماهية القلق

- تمهيد
- تعريف القلق لغة واصطلاحاً
- أعراض القلق
- الأسباب المؤدية للقلق
- النظريات المفسرة للقلق
- أنواع القلق
- تشخيص القلق
- أساليب علاج القلق
- خلاصة الفصل

تمهيد:

يصف كثير من الناس عصرنا الحالي بأنه عصر القلق والتوتر على المستويين الفردي والجماعي لأنه عصر يتميز بأنه ذو إيقاع سريع شديد التقلب، كما تكثر فيه الصراعات والتوترات والضغوط النفسية وهناك ثمة اتفاق بين المشتغلين بعلم النفس والطب النفسي في إن القلق يمثل عصب الحياة النفسية السوية وغير السوية. كما يعد من أهم مصطلحات علم النفس الشائعة حيث اختلفت حوله الدراسات والنظريات وبالتالي لم يسلم من تناقضاته العلماء والمختصين، وفي هذا المبحث نحاول التعرف أكثر حول موضوع القلق.

1/ تعريف القلق:

1/أ - لغة:

قلق - يقلق - قلقل: الشيء حركه الأمر أزعه

هو الاضطراب وعدم الاستقرار.

(جيران مسعود، 1992، ص644).

كما أن كلمة قلق مشتقة من كلمة لاتينية وتعني مشاكل داخل عقل المرء نتيجة حادث غير محدد ونفس هذه الكلمة لها علاقة باللغة الإغريقية وتعني الضغط بقوة أو الكفاح.

(عبد الكبير سعيد، محمد رضوان، 2002، ص205)

1/ب- اصطلاحاً:

يعرف عبد الستار إبراهيم بأنه انفعال يتسم بالخوف والتوجس من أشياء مرتقبة تنطوي على تهديد حقيق أو مجهول. (عبد الستار إبراهيم، 2002، ص05).

ويعرفه مسرمان: بأنه حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولة الفرد للتكيف. (قريشي محمد , و عبد الكريم، 2013، ص222).

وفرويد يعرفه على أنه شعور غامض وغير سار بالتوقع والخوف والتحفز مصحوب بإحساسات جسمية ويأتي في نوبات تتكرر لدى الفرد. (الزراد، 1984، ص76).

أما روشي ريدزر و جيرالد ماثيوس فيعرفانه بأنه حالة نفسية يكون فيها شعور الفرد بالاضطراب والانزعاج نابعا من ظروف غامضة، أي أن القلق يشير إلى مشاعر عامة من الاضطراب والكدر بشأن أمر غير محدد وشائع وغير مؤكد.

(روشي و جيرالد، 2016، ص23)

نلاحظ من خلال عرض التعاريف السابقة للقلق أن كثير من العلماء والباحثين قد اختلفوا في تعريف ذلك المصطلح ،مع ذلك قد لوحظ التكاملية في التعاريف وعدم التعارض.

أما بالنسبة لتعريف الباحثين للقلق فهو حالة انفعالية تتميز بعدة مظاهر منها نفسية وجسدية ومعرفية نتيجة الشعور بالتهديد.

2- / أعراض القلق:

للقلق أعراض كثيرة ومتنوعة لكن يمكن تقسيمها إلى ما يلي:

الأعراض الجسمية: 2-1/

إن الأعراض الجسمية هي أكثر أعراض القلق النفسي شيوعاً، حيث أن جميع الأجهزة الحشوية تتغذى بالجهاز العصبي الإرادي الذي يحركه الهيبتوتلاموس المتصل بمراكز الانفعال فقد يؤدي الانفعال إلى تنبيه هذا الجهاز. (بكار سارة، 2013، ص 60).

ثمة أربعة أعراض يشعر بها الأفراد بسبب فرط نشاط الجهاز العصبي تحت تأثير القلق وهي:

رجفة القلق: الشعور بتسارع دقات القلب.

التعرق وهو ناتج عن تأثير الأدرينالين في الغدد الدرقية.

الارتعاش وهو ناتج عن تحفيز الحواس والعضلات لجعلها مستعدة للحركة، فالأمر أشبه بأن يكون مستعداً للانطلاق في حلبة سباق السيارات الفورمولا واحد.

جفاف الفم: وهو ناتج عن تأثير الأدرينالين في الغدد اللعابية ذلك أن المرء لا يتناول الطعام في ظرف هكذا. (كوام كنزي، 1434، ص 13).

الأعراض البدنية: 2-2/

*نوبات من الدوخة والإغماء.

*تتميل في اليدين أو الذراعين.

*غثيان أو اضطراب المعدة.

*الشعور بألم في الصدر.

*الأحلام المزعجة.

*التوتر الزائد.

(فاروق السيد عثمان، 2001، ص30)

2-3/الأعراض المعرفية:

-التطرف في الأحكام: فالأشياء إما بيضاء أو سوداء أي أن الشخص القلق والمتوتر يفسر المواقف باتجاه واحد وهذا فيما يبدو ما يسبب التعاسة والقلق.

- ميل العصابين إلى التصلب أي مواجهة المواقف المختلفة المتنوعة بطريقة واحدة من التفكير .

-يتبنونأيضا اتجاهات ومعتقدات عن النفس والحياة لا يقو عليها دليل منقي كالتسلطية والجمود العقائدي،مما يحول بينهم وبين لحكم المستقل واستخدام المنطق بدلا من الانفعالات.

- يميلون للاعتماد على الأقوياء ونماذج السلة وأحكام التقاليد، مما يحولهم إلى أشخاص مكفوفين وعاجزين عن التصرف بحرية انفعالية عندما تتطلب لغة الصحة النفسية كذلك. (رحمين أمينة، 2015، ص23).

2-4/ الأعراض النفسية والانفعالية :

العصبية المفرطة - التوتر العام - عدم الاستقرار - التملل - سهولة الاستثارة - الهياج
لأتفه الأسباب - الشعور بعدم الراحة والخوف على الصحة - توهم المرض التشاؤم من
المستقبل - الإحساس بالهم والارتباك في مواقف لا تستدعي ذلك - التردد الشديد وعدم
القدرة على اتخاذ القرار - ضعف القدرة على التركيز والخوف من الموت - الإحساس
بقرب النهاية - يلاحظ على المريض الاهتمام بالكوارث التي وقعت في الماضي وتوقع
حدوثها مرة أخرى في المستقبل، كما يلاحظ عليه شرود الذهن. يصاب بالأرق كثيرا
يضطرب نومه وتظهر له كوابيس والأحلام المزعجة، ولذلك يشعر بالتعب عند الاستيقاظ
من النوم وتوتره المستمر -تضطرب سلوكياته في البيت وفي العمل فيسوء توافقه
الاجتماعي والمهني والأسري

(زهراء إسحاق بابكر 2012، ص13).

2-5 / أعراض نفسجسدية:

وتتمثل هذه الأعراض فيما يطلق عليه الباحثون الأمراض السيكسوماتية أي تلك
الأمراض العضوية التي يكون منشأها نفسي بمعنى آخر يسببها القلق النفسي أو يلعب
دورا في زيادة أعراضها حدة وهي: الذبحة الصدرية والربو الشعبي وجلطة الشرايين

التاجية، روماتيزم المفاصل والبول السكري، قرحة المعدة والقولون العصبي، الصداع النصفي وفقدان الشهية العصبي، ضغط الدم ومرض السكري والصرع. (خباط مريم، 2019، ص55)

من خلال معرفتنا لأعراض القلق يمكن أن يكون عند الشخص أعراض نفسية أو جسمية أو معرفية أو اثنين معا أو أكثر من ذلك ويكون ذلك بحسب شدة ونوعية القلق.

3/ أسباب القلق:

3-1/ الاستعداد لوراثي: تعد الوراثة من أهم الأسباب التي تؤدي إلى القلق حيث تؤكد بعض الأبحاث الحديثة أثر العوامل الوراثية في ظهور القلق ومن هذه الأبحاث تلك التي أجريت على التوأم، حيث تبين أن التشابه في الجهاز العصبي اللاإرادي والاستجابة للمنبهات الخارجية والداخلية بصورة متشابهة يؤدي إلى ظهور أعراض القلق لدى التوأم. (خلافي نورية 2017، ص23).

3-2/ العوامل الاجتماعية: تعتبر العوامل الاجتماعية وفقا لغالبية نظريات علم النفس من المثيرات الأساسية للقلق وتشمل هذه لعوامل مختلف الضغوط كالأزمات الحياتية والضغوط الحضارية والثقافية والبيئية المشبعة بعوامل الخوف والحرمان والوحدة وعدم الأمن.

(بكار سارة، 2013، ص69).

3-3 / الأسباب النفسية: يرى حامد زهران أن الاستعداد النفسي (الضعف النفسي العام) والشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية بالنسبة لمكانة الفرد وأهدافه ، والتوتر النفسي الشديد والأزمات أو المتاعب أو الخسائر المفاجئة والصدمات النفسية والشعور بالذنب والخوف من العقاب وتوقعه والمخاوف الشديدة في الطفولة المبكرة، والشعور بالعجز والنقص وتعود الكبت بدلا من التقدير الواعي لظروف الحياة وأحيانا قد يؤدي فشل الكبت إلى القلق وذلك بسبب طبيعة التهديد الخارجي الذي يواجه الفرد أو لطبيعة الضغوط الداخلية التي تسببها الرغبات الملحة. ومن الأسباب النفسية كذلك الصراع بين الدوافع والاتجاهات والإحباط والفشل اقتصاديا أو زواجيا أو مهنيا ... الخ والحلول الخاطئة وكثرة المحرمات الثقافية.

(حامد زهران 2005، ص483) .

3-4 / الأسباب الفيزيولوجية: ينشأ القلق من نشاط الجهازين العصبيين السمبتاوي والباراسمبتاوي وخاصة السمبتاوي ومركزه في الدماغ بالهيبوتلاموس وهو وسط داخل الألياف العصبية الخاصة بانتقال هذه الأخيرة يسبب نشاطها هرمونات عصبية كالأدرينالين والنوراديينالين والتي يزداد تنبيهها في الدم وينتج مضاعفات.

(قشطة عبد القادر، 2003، ص15)

3-5 / أسباب جسمية:

يقصد بها تعرض الفرد لبعض الأمراض المزمنة والحادة كالسرطان والداء السكري والربو والقلب أيضا يمكن أن يحدث القلق بسبب عدم التوازن الغذائي والخلل في الوظائف العصبية وعوامل كيميائية داخل الجسم.

(نميري نجية، 2006، ص28)

3-6 / أسباب راجعة للمكون المعرفي:

يرى أصحاب هذا المنحى أن الحوادث والمشكلات ليست هي التي تسبب القلق والإجهاد ولكن تفسير الفرد لهذا الأحداث هو الذي يقود إلى تفسير تلك المشكلات ويقرر أصحاب النظريات المعرفية أن القلق يستمر عبر تقدير خاطئ أو في غير محله لموقف يؤدي إلى إدراك الخطر. بالإضافة إلى التحليل غير المعقول والأنماط الخاطئة في التفكير، حيث يرى بيك أن الأفكار المثيرة للقلق تأتي عبر واحد أو أكثر من أربعة أنواع من التفكير الخاطئ وهي: التفكير المأساوي، التفكير المبالغ، التفكير المفرط في التعميم أو التفكير السلبي. (بن مريجة مصطفى، 2015، ص23).

3-7 / عامل السن:

تعد المرحلة العمرية أحد العوامل التي تؤثر في نشأة القلق، حيث يزداد القلق مع عدم نضج الجهاز العصبي في الطفولة، وكذلك مع ضموره لدى المسنين فيظهر القلق لدى

الأطفال بأعراض مختلفة عنه لدى الراشدين، فالخوف لدى الطفل يكون على شكل خوف من الظلام وخوف من الحيوانات مما يسبب لديه نوع من القلق، أما القلق في المراهقة فيتجسد على شكل الشعور بعدم الأمن أو الخجل ثم عادة ما تضعف أعراض القلق في مرحلة النضج لتظهر في مرحلة من اليأس والشيخوخة.

إن القلق ومستوياته يتغير بتغير المراحل العمرية فكل مرحلة من المراحل تتسم بنوع من أنواع القلق ومستوياتها. إذ يضيف (احمد عكاشة) إن القلق يتأثر بعامل السن فيتخذ شكلا مختلفا في المراهقة مثل الشعور بعدم الاستقرار والحرص الاجتماعي لدى المراهق اتجاه شكله وجسمه وحركاته , الحياء والخجل الشديدين لدرجة التلعثم في الكلام.

(خياط مريم، 2019، ص56).

3-8 / مواقف الحياة الضاغطة:

إن تعدد الأعباء والمشكلات التي يتعين على الفرد في هذا العصر على مواجهتها وتعدد الجهات التي عليه أن يتعامل معها والقوانين التي من المفروض أن يخضع لها في العمل والشارع والحياة. كما أن هناك الكثير من الممنوعات التي يتعين الابتعاد عنها لان كل من يقترب منها سيتعرض العقاب، وفي الحياة الحديثة بما فيها من أعباء ومسؤوليات تحتاج من الفرد إلى قدرة و طاقة نفسية للتكيف معها وضغوط الحياة قد تكون فردية يؤثر بها الفرد الذي يقع عليه العبء لوحده أو جماعية تؤثر على قطاع كبير من الناس في وقت واحد مثل الكوارث الطبيعية والحروب ب ما يرتب عنها من مآسي كثيرة والأزمات

الاقتصادية وكلها تمثل مجموعة الهموم التي يتعرض لها الإنسان في أماكن متعددة من العالم تسبب له القلق. (زواوي سليمان، 2012، ص20).

كما لخص عبد الرحمان لطفي أسباب القلق في النقاط التالية:

1. المشاكل العائلية: وهي من أكثر الأسباب انتشارا خاصة في مجتمعاتنا العربية، حيث أن مشاكل العائلة كالاخلافات الحادة بين الزوجين والطلاق مثلا يؤثر بشكل كبير على الأفراد وعلى حالاتهم النفسية فيكونوا دائمي التوتر.

2. الخوف الشديد: فالخوف هو أيضا، فهناك من يخاف كثيرا من المستقبل فيشعر بالتوتر الشديد مما يؤثر ذلك على الحاضر الذي يعيشه الفرد فينعكس ذلك على شخصيته.

3. الصدمات: إن للصدمة النفسية أثر كبير على الفرد، فمن منا من ليس له ذكريات حزينة؟ كل البشر معرضين للصدمات. وقد يؤثر ذلك على حالاتهم النفسية فيصبح الفرد يعاني من التوتر الشديد فهو يخاف أن يقدم على أي خطوة جديدة في حياته فقد يتعرض للصدمة من جديد.

4. الفشل من الأسباب الفعلية للتوتر: فالفشل في العمل أو في التعليم أو في الحياة العاطفية وغيرها يؤثر بشكل كبير على نفسية الفرد، فإن لم يستطع التغلب عليها ستتعاكس حتما على شخصيته.

3-8/ أسباب وراثية: نادرا ما يكون سبب التوتر وراثيا ولكن نجد أحيانا الأب أو الأم المتوترة تنجب طفلا متوترا ولكن ليس بطبيعة الحال نعتبرها صفة وراثية بقدر ما نعتبرها اكتساب من البيئة المحيطة بالطفل.(عبد الرحمان لطفي، ب س، ص05).

4/ النظريات المفسرة للقلق:

4-1/ النظرية التحليلية:

يعتبر العالم النفساني فرويد من الأوائل الذين حاولوا تفسير مضمون القلق وذلك في إطار نظريته في التحليل النفسي، حيث كان القلق لا يحدث العصاب وإنما العصاب هو الذي يحدث القلق. حيث أن العصاب يساعد على كبت الرغبة الجنسية فتتحول هذا الطاقة الجنسية مباشرة وبطريقة غير فيزيولوجية إلى القلق وعلى الأساس ليس للقلق أي دور في نشوء الأمراض العصابية.(نخوف نورية، 2012، ص29). وقد كان فرويد أول من اقترح دورا حاسما للقلق في نظريته الشخصية وكذلك في دراسة لأسباب الاضطرابات النفسية والنفسجسمية ، حيث رأى أن القلق هو الظاهرة الأساسية والمشكلة المركزية في الأعصاب وقد عرفه بأنه شيء ما يشعر به الإنسان أو حالة انفعالية نوعية غير سارة لدى الكائن العضوي ويتضمن مكونات ثلاثة : ذاتية ، فسيولوجية ، سلوكية .(سمية بوعقال، 2017، ص33).

وينظر فرويد إلى القلق باعتباره إشارة إنذار بخطر قادم يمكن أن يهدد الشخصية ويكدر صفوها. فمشاعر القلق عندما يشعر بها الفرد يعني أن دوافع الهو والأفكار غير المقبولة والتي عملت الأنا بالتعاون مع الأنا الأعلى على كبتها وهي دوافع وأفكار لا تستسلم للكبت بل تجاهد لتظهر مرة أخرى في مجال الشعور.

(الزعلان إيمان، 2015، ص 20)

هذا ويصنف فرويد القلق إلى صنوف عدة أشهرها ثلاثة وهي:

القلق الواقعي: ويتعلق بإدراك خطر حقيقي.

القلق العصابي: ويكون مجهولا وغير مفهوم للفرد.

القلق الخلفي: ويتعلق بمشاعر الذنب والإثم والخجل من جراء سلوك مثير.

(مدحت أبو زيد، 2008، ص 20)

كانت لنظرية فرويد دور بارز وهام في ظهور العديد من النظريات النفسية والتي قامت في بعض الأحيان بمخالفته وفي بعض الأحيان مرتكزة أو مستفيدة من آرائه النظرية وهناك جهود مجموعة من العلماء التحليليين الذين انشقوا عن فرويد بارتياحهم مدارس تحليلية أخرى تقلل من أهمية الغرائز في تفسير السلوك الإنساني مقارنة ما قدمه فرويد ومن هؤلاء العلماء:

1. اوثورانك: صدمة الميلاد عند اوثورانك وليست العقدة الاوذيبيية هي المشكلة الرئيسية

للإنسان فهي التي تحرك نحو اللاشعور ذلك القلق الأصلي الناشئ عن الانفصال عن رحم

الأم، وذهب إلى أن الطفل قبل ولادته كان ينعم باللذة والسعادة في جنة الرحم وميلاده عبارة عن طرد له من هذه الجنة فيشعر بصدمة شديدة مؤلمة ينتج عنها شعور بالقلق الأولي ثم تأتي خبرات الانفصال التالية لتكرر شعور الإنسان بالقلق. (رحمين أمينة، 2015، ص28).

2. أما كارن هورني ترى أن القلق هو استجابة انفعالية لخطر موجه إلى مكونات الشخصية وتتفق مع غيرها في أن الخطر يجب أن يهدد قيمة حيوية بالنسبة للفرد، وتختلف هذه القيمة الحيوية من فرد لآخر رغم وجود قيم مشتركة كالحرية وحب الحياة... الخ وتختلف القيمة الحيوية باختلاف ثقافة الأفراد ونموهم وظروف حياتهم في البيئة التي يعيشون فيها من هذه القيم نجد المركز الاجتماعي، العمل، الممتلكات... الخ، في الحين الذي يشعر فيه الفرد بالخطر الذي يهدد حياته ويهدد شعوره بالأمن ينشأ لديه صراع وتضطرب مكونات شخصيته ، فالصراع بين الاعتماد على الوالدين وعلى النفس يؤدي إلى القلق، ويتميز القلق بالتوتر الداخلي والخوف المستمر ويصاحب القلق حسب هورني بعض التغيرات الفيزيولوجية. إذ أشارت سنة 1942 في كتابها " طرائق جديدة في التحليل النفسي " إلى أن القلق مشكلة معقدة بسبب صلتها الشديدة بالعمليات الفيزيولوجية... غالباً ما تصاحبه أعراض جسمية كخفقان القلب وتصيب العرق وعسر الهضم وغيرها ممن الأعراض.

(بن درف ابراهيم، 2018، ص33)

3. أما أدلر فيرى أن القلق النفسي ترجع نشأته إلى طفولة الإنسان الأولى كأن يشعر الفرد بالقصور الذي ينتج عنه عدم الشعور بالأمن والمقصود بنظريته القصور العضوي في نظر أدلر هذا القصور ويمثل في أحد أعضاء جسمه وهما نتيجة لعدم استكمال نمو وتوقفه أو لعدم كفاية التشريحية أو الوظيفية أو لسبب عجزه عن العمل بعد المولد.

ولقد استدل أدلر من التغيير الذي يحدث في وظائف الأعضاء القاصرة في الجسم على وجود علاقة بين الشعور بهذا القصور والنمو النفسي، فاعتقد أن وجود أحد الأعضاء القاصرة يؤثر دائماً على الحياة الشخصية النفسية لأنه ناقص في نظر نفسه فيزيد شعوره بعدم الأمن ومن ثم ينشأ القلق النفسي، ولم يلتزم أدلر بحدود القصور العضوي وما يلزمه من تغيير في الحياة النفسية بل وسع مدلول القصور حتى جعله ليشمل القصور المعنوي والاجتماعي. أضاف إلى ذلك نوع التربية التي يتلقاها الطفل في أسرته أيام طفولته بحيث لها أثر كبير في نشأة القلق النفسي عنده ومحاولته التعويض عنه.

(مصطفى فهمي، 1987، ص203)

4-2/ النظرية السلوكية:

وجهة نظر المدرسة السلوكية متباينة لوجهة نظر التحليل النفسي فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية ولا يتصورون الديناميات النفسية أو القوى الفاعلة في الشخصية على صورة منظمات الهو والأنا والأنا الأعلى كما يفعل التحليليون، بل أنهم يفسرون القلق على ضوء الاشتراط الكلاسيكي وهو ارتباط مثير جديد بالمثير الأصلي

ويصبح هذا المثير الجديد قادرا على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي. وهذا يعني أن مثيرا محايدا يمكن أن يرتبط بمثير آخر من طبيعة أن يثير الخوف، وبذلك يكتسب المثير المحايد صفة المثير المخيف ويصبح قادر على استدعاء استجابة الخوف مع أنه في طبيعته الأصلية لا يثير مثل هذا الشعور. وعندما ينسى الفرد هذه العلاقة نجده يشعر بالخوف عندما نعرض له الموضوع الذي يقوم بدور المثير الشرطي ولما كان هذا الموضوع لا يثير بطبيعته الخوف فإن الفرد سيشعر بهذا الخوف المبهم الذي هو القلق.

وقد استطاع الباحث جوت واطسن أن يخلق خوفا لدى الطفل ألبرت الذي كان يبلغ من العمر إحدى عشر شهرا وكان قد تعود اللعب مع أحد الحيوانات التجارب ثم شرط واطسن رؤية الطفل هذا الحيوان بمثير مخيف في أصله وهو سماع صوت عالي ومفاجئ وبعد حدوث الاشتراط أصبح الطفل يخاف من الحيوان الذي يسر ويفرح لرؤيته من قبل. ويعتبر الحيوان في هذه التجربة بمثابة الموضوعات المثيرة للقلق عند الراشدين مع أنها كانت موضوعات محايدة في أصلها ولكنها ارتبطت بموضوعات مثيرة للقلق.

(فغول سارة، 2016، ص36)

3-4 / النظرية المعرفية:

إذ عرف بيك القلق على أنه انفعال يرتبط بتوقع خطر محتمل لا يمكن للمريض السيطرة عليه. (محمد نجيب الصبوة، 2018، ص100). حيث توجه اهتمام أصحاب هذه النظرية نحو العمليات العقلية حيث تبين أن الأفراد لم يتأثروا بخبراتهم الموضوعية فقط بل

بطريقة تفسيرهم وتذكرهم لهذه الخبرات، وتقدم دراسات باندورا (1977) وسيلغمان (1973) تقارير معرفية للتطور والفهم للسلوك التجنبي، فقد اقترح باندورا أن للخبرة دور هام في حدوث التوقع الذي ينظم ويؤثر على العمل والفعل. وينطلق من مفهوم الكفاءة الذاتية، أي اعتقاد الفرد أي أن الحدث المنفر من الشخص أو الآخرين قد يطبع في النفس الاعتقاد بأن الشخص غير قادر على التحكم في النتائج غير السارة. وقد أشار بيك (1976) إلى أن كل اضطراب نفسي يكون له مكونات معرفية والمعارف المستنبطة من مرض القلق. هي تلك التي تتعلق بالخطر المرتقب أو المتوقع ومرضى القلق لديهم إحساس مفرط بالخطر والتهديد فيبالغون في تقييم احتمالية الحدث المخيف وشدته و لا يبالغون في فكرة أنهم يستطيعون التوافق مع الحدث بشكل مستقل. (دعاء جهاد شلهوب، 2016، ص33).

4-4/ القلق في تصور كاتل وشاير:

كشفت الاتجاهات التحليلية العاملية لكاتل وشاير عن وجود نوعين من مفاهيم القلق أطلقا عليهما سمة القلق وحالة القلق ويعتبر النوعان الأخيران أكثر أنواع القلق شيوعا في الثرات النفسي.

وتصور حالة القلق كظرف أو حالة انفعالية ذاتية موقفية ومؤقتة أقرب ما تكون إلى حالة الخوف الطبيعي ويشعر بها كل الناس في مواقف التهديد مما يؤدي إلى تنشيط جهازهم العصبي المستقل ويهيئهم لمواجهة مصدر التهديد، وتختلف شدة حالة القلق تبعا لما يستشعره كل فرد من درجة خطورة الموقف الذي يواجهه كما تزول بزوال مصدر

الخطورة أو التهديد ، وتتغير حالة القلق في شدتها وتتذبذب عبر الزمن تبعاً للموقف المهدد للفرد.

(فاروق السيد عثمان، 2001، ص55)

أما سمة القلق فتشير إلى استعداد أو قابلية لدى الشخص ثابتة نسبياً تدفعه للاستجابة للمواقف المدركة على أنها مواقف خطيرة ومهددة. (دنيا الشبؤون، 2011، ص767)

4-5/ النظرية الإنسانية:

إن القلق حسب هذا الاتجاه ليس مجرد خبرة انفعالية يمر بها الإنسان تحت ظروف خاصة كما تراه النظرة التحليلية أو أنه ليس مجرد استجابة يكتسبها أثناء عملية التعلم كما تراه النظرية السلوكية إن القلق هو جوهرية طبيعية النفس البشرية، فالإنسان هو الكائن الحي الوحيد الذي يشعر بالقلق ويعاني منه كخبرة يومية مستمرة تبدأ ببداية حياته وتنتهي مع آخر أنفاسه. (فوزي محمد جبل، 2000، ص211)

4-6/ النظرية الفيزيولوجية:

أكد هذا الاتجاه أن البحوث التي ركزت في مجال تحديد الأسباب الفيزيولوجية والبيولوجية التي تساهم في تفسير القلق في اتجاهين هما اختبارات المقاومة البيولوجية والأسباب الجينية، وقد قام الباحثون بعمل اختبارات للمقاومة البيولوجية حيث يقدم الباحث عملاً فيزيولوجياً وبيولوجياً مثل ملح الصوديوم للأفراد الذين يعانون من نوبات الهلع

وآخرين لا يعانون من نوبات الهلع، ووجد أن الذين لديهم حساسية من الأملاح ينتج لديهم مشاعر الرهبة والهلع والتوتر والقلق والدراسات الجينية تعتمد على النسبة المئوية للأفراد الذين لهم أقارب يشاركون نفس المرض. (نسيمة ملاك، 2018، ص100).

كما أن لاضطرابات القلق تاريخ وراثي عائلي فحوالي 15% من المصابين بهذه الاضطرابات تكون ذريتهم متأثرة أيضا إلا أن الاكتشاف لا يوفر أساسا وراثيا لهذه الاضطرابات لأن هؤلاء الأشخاص يعيشون في بيئات متشابهة ويعانون من التجارب نفسها. وعلى الرغم من ذلك فإن الدراسات على التوائم توفر دليلا أكثر تأييدا للتعرض الوراثي لنوبات الذعر. فالتوائم المتماثلة كما نتذكر تنشأ من البيضة نفسها. ولها خصائص جينية متشابهة على عكس التوائم الأخوية التي لا تختلف عن المواليد الاعتيادية. لذا تكون التوائم المتماثلة معرفة إلى الاضطرابات بنسبة 3-4 مرات أكثر من التوائم الاعتيادية. (حسن فالج حسين، 2013، ص34).

5/ أنواع القلق:

يورد علماء النفس بصدد الحديث عن أنواع القلق تفصيلات مطولة تتلخص في كون القلق يتفاوت من درجات خفيفة وحالات مؤقتة لا تكاد تحدث أي انزعاج ظاهر لدى الإنسان إلى درجات شديدة يود المصاب بها أن يضحى بكل ما لديه ليتخلص منها، ويلاحظ في حياة الإنسان اليومية أن القلق يتراوح بين الشعور السطحي الغامض بعدم الارتياح إلى اليأس الذي يدفع إلى الانتحار ويتفاوت من الدافع الذي يحمس المرء

لمضاعفة الجهد لكي يواجه العراقيين آملا في النجاح إلى المثبط الذي يجعل الحياة ظلما باردا لا خير ولا أمل فيها (الأزرق بن علو، 2003، ص88).

وفيما يلي نذكر أنواع عدة من القلق منها:

5- أ/ القلق الموضوعي: هو القلق الذي يعرف مصدره وعادة ما يكون مصدره خارجي ومحدود ويطلق عليه القلق الواقعي أو القلق السوي. (علاء عبد الباقي، 2010، ص149).

كما أنه ينبع من الواقع ومن الظروف الحياتية اليومية ويمكن معرفة مصدر مسبباته لأنه يكون غالبا محددًا في الزمان والمكان، وينتج أن أسباب خارجية واقعية معقولة كما أنه مفيد للإنسان حيث يجعله أكثر انتباها واستعدادا لمواجهة الظروف الطارئة والمواقف التي تهدد أمنه وتوازنه الحيوي. (الأزرق بن علو، 1993، ص93)..

5- ب/ القلق العصابي أو المرضي: هو رد فعل لإدراك ظروف غير معروفة، غير واضحة يحتمل وجودها أو عدم وجودها. قد ينشأ عن توقعات يصعب إثبات وجودها، وقد يرتبط بخيالات وهمية غير معقولة صادرة من اللاشعور. (بلقيس سامويل، ب س، ص24). عادة ما يلزم الشخص مدة طويلة ودرجته مرتفعة ويستدل عليه عادة من سلوك صاحبه أو أسلوب حياته، وقد لا يشعر المصاب بآثاره لا شعورا. فالقلق المرضي غامض غير محدد للعالم تختلف شدته وعمقه من شخص لآخر. (زعتن نور الدين، 2010، ص19).

يرى فرويد أن القلق العصابي يظهر في ثلاث صور:

1. القلق الهائم المطلق: هو حالة خوف شائع طليق مستعد لأن يتعلق بأية فكرة مناسبة وهو يتربص بأية فكرة لكي يجد مبررا لوجوده وهو يؤثر في أحكام الفرد ويؤدي إلى توقع الشر ويسمي فرويد في هذه الحالة بالقلق المتوقع أو بالتوقع القلق والأشخاص المصابون بهذا النوع من القلق يتوقعون دائما أسوء النتائج ويفسرون كل ما يحدث لهم أنه نذير سوء.

2. قلق المخاوف المريضة: ويشاهد النوع الثاني من القلق في المخاوف المريضة كالخوف من الحيوانات أو الأماكن الفسيحة أو المرتفعة أو المغلقة... الخ. وهي مخاوف تبدو غير معقولة ولا يستطيع المريض بأن يفسر معناها بالرغم من شعور المريض بغرابتها إلا أنه لا يستطيع التخلص منها.

3. قلق الهستيريا: يشاهد النوع الثالث من القلق العصابي في الهستيريا ويبدو القلق في الهستيريا واضحا أحيانا وفي بعض الأحيان يبدو غير واضح، ونحن لا نستطيع عادة أن نجد مناسبة أو خطرا معيناً يبرر ظهور نوبات القلق في الهستيريا ويرى فرويد أن الأعراض الهستيرية مثل الرعشة والإغماء واضطراب خفقان القلب وصعوبة التنفس إنما تحل محل القلق، وبذلك يزول شعور القلق أو يصبح غير واضح وينسب فرويد إلى هذه الأعراض الهستيرية التي يسميها معادلات القلق نفس الأهمية الإكلينيكية التي ينسبها إلى القلق في الأمراض العصابية الأخرى التي يظهر فيها القلق بصورة واضحة.

(سيقموند فرويد، 1989، ص19)

5- ج/القلق الخلقى والإحساس بالذنب: ينشأ القلق الخلقى والإحساس بالذنب نتيجة لإحباط دوافع الذات العليا إن الإحساس بالذنب شأنه شأن القلق العصابي. يمكن أن يحدث في صور مختلفة : في صورة قلق عام متشعب دون وعي بالظروف التي صاحبتة أو في صورة مخاوف مرضية أو في صورة قلق منغلق بأعراض العصاب نفسها وهكذا.

(مصطفى فهمي، 1995، ص20).

5- د/القلق العام: قلق غير مرتبط بموضوع خارجي محدد لذا يتخذ مظهرا غامضا وعاما.

5- ه/القلق الثانوي: وهو القلق المصاحب للأعراض المرضية الشديدة كالهستيريا والفصام وغيرها من الأمراض النفسية.

(عبد الله بن أحمد الوائلي: 2003، ص26).

وفي الدليل التشخيصي الرابع للاضطرابات العقلية يشتمل القلق على ست فئات فرعية وهي كما يلي:

1-المخاوف غير الطبيعية: وتشمل على الخوف من الأماكن الواسعة والمفتوحة والمخاوف الاجتماعية والمخاوف البسيطة.

2- الوسواس القهري.

3- الهلع

4-القلق العام

5- الانعصاب التالي للصدمة.

6 - القلق غير النمطي.

(سليمان ابراهيم، 2014، ص163).

نستخلص أن للقلق أنواع منها داخلي وآخر خارجي ويتضح أن قلق الطلبة قد يكون له عدة مصادر خاصة منها المرحلة العمرية ونوعية التخصص بالإضافة إلى أسلوب التعليم المنتهج في ظل هذه الظروف التي نعيشها. فكل تلك الأسباب قد تؤثر على الطالب بصورة سلبية فينعكس على التدني في المعدل.

6 / تشخيص القلق:

تتضمن عملية تشخيص حالة القلق خطوات عدة يمكن إجمالها فيما يلي:

1- فحص طبي شامل: والغرض من هذا استبعاد أي أمراض طبية أو مشاكل جسمية تسبب هذه الأعراض. إنه كثير إما يفترض المرضى أن المشكلة سايكوسوماتية أو نفسجسدية أو عصبية في الأصل ليكتفوا فيما بعد فقط أنها الأعراض الأولى لمرض طبي ثم أن كثير من الأمراض الشائعة الغريبة ومن أمثلتها التسمم الدرقي وأورام الغدد الدرقية فوق الكلوية والصرع وبعض الأمراض المعدية كمرض البروسيلا والاضطرابات العصبية كالتصلب المنتشر قد تسبب أعراضاً مثل أعراض القلق. (مصطفى القمش، 2009،

ص269)

- 2- التعرف على الأدوية التي يتعاطاها المريض وجرعاتها ومدتها.
- 3- تطبيق بعض الاختبارات النفسية والشخصية على الحالة لمعرفة سمات الشخصية والميول والعادات والاتجاهات.
- 4- الإحالة إلى المختص في المرض العضوي الذي تظهر أعراضه على المريض والتي تسبب شكواه وذلك للتأكد هل هي أعراض لمرض عضوي حقيقي أم هي أعراض القلق الجسمية.
- 5- التفريق بين القلق كاضطراب نفسي وبين أي مرض نفسي آخر قد يتشابه معه في الأعراض وهذا هو ما يطلق عليه التشخيص الفارق، ولذلك يجب أن يستقي من المريض كل البيانات اللازمة وفحصها بدقة.
- 6- ينبغي التفريق بين القلق العادي البسيط وبين القلق العصابي والشديد وبين القلق المزمن.
- 7- يجب التفرقة بين نوبات القلق كاضطراب نفسي وبين بعض الأعراض الطارئة التي قد تشبه أعراض القلق لكنها لا تتكرر كثيرا مثل تلك الأعراض التي يعاني منها بعض الأشخاص عندما يفرطون في تناول المنبهات والمنشطات. (بن درف ابراهيم، 2018، ص33).

7/ أساليب علاج القلق:

7-1/ العلاج الطبي: وينقسم إلى

7-1/ أ.العلاج الدوائي أو العقاقيري:

علاج أساسي عن طريق العلاج النفسي والاسترخاء بالإضافة إلى المهدئات ومضادات القلق خاصة منها عائلة وفي بعض الأحيان لا يكفي ذلك فيجب إضافة مضادات الاكتئاب وذلك من أجل الوقاية ضد العدوان على الآخر أو على الذات والعلاج النفسي فائدة كبرى بالإضافة إلى الاسترخاء وكذا العلاج السلوكي.

والعلاج العقاقيري يلعب دورا أساسيا في العلاج غير أن وصفه يكون لفترة محددة فقط لكن عند التوقف عنها فإن المريض يخشى ان يتعرض للقلق من جديد مما يؤدي به إلى إدمانها ويمكن إضافة في الحالات الحادة مضادات الاكتئاب .(الساسى كريمة، 2010، ص105)

7-1/ ب. العلاج بالكهرباء :

لا يستخدم هذا العلاج إلا في حالات القلق التي يصاحبها أعراض اكتئابية شديدة ويعتمد على تعريض المريض صدمة كهربائية معينة تعيد تنظيم المواد الكيميائية والهرمونات العصبية التي تصل بين قشرة المخ والهيبتوتلاموس . (مجدي:2000،ص156)

7-1 / ج.العلاج الجراحي:

يوجد بعض الحالات النادرة من القلق النفسي المصحوبة بالتوتر الشديد والاكنتاب. والتي لا تتحسن بالعلاج النفسي الكيميائي أو الكهربائي أو السلوكي والتي تشل حياة المريض اجتماعيا خاصة في الشخصيات السوية قبل المرض وهنا نلجأ النفسي إلى العملية الجراحية في المخ لتقليل شدة القلق والتوتر. حتى يستطيع المريض العودة إلى الحياة الاجتماعية العادية.

وفي هذه العملية تقطع الألياف العصبية الموصلة بين الفص الجبهي في المخ والتلاموس أو تقطع الألياف الخاصة بالانفعال الموجودة في المخ الحشوي وتقطع هذه الألياف توقف الدائرة الكهربائية الخاصة بالانفعال. ويصبح الفرد غير قابل للانفعالات الشديدة المؤلمة وأحيانا ما تجري هذه العملية بكي هذه المراكز كيميائيا أو كهربائيا. (أحمد عكاشة، ب س، ص156)

7-2 / العلاج الاجتماعي:

يعتمد على إبعاد المريض من مكان الصراع النفسي ومن المثيرات المسببة للآلام وانفعالات الرياضي وينصح عادة بتغيير الوضع والوسط الاجتماعي العائلي أو مكان العمل. (قشطة عبد القادر، 2003، ص23).

7-3/ العلاج بالواجهة أو إعادة الحيوية:

حيث يتم عرض العمليات الحيوية (الفيزيولوجية والحشوية) على المريض أثناء نوبة القلق الشديد , وذلك عن طريق بعض الأجهزة الخاصة التي تجعله يسمع تقلصات العضلات ونبضات القلب ويرى اندفاع الدم في الشرايين بسرعة غير معتادة (ارتفاع ضغط الدم) ويرى بعينه المؤشرات وهي تظهر العمليات الداخلية عن المألوف بسبب شدة التوتر العصبي والانزعاج ومع تكرار هذه الواجهة يعود الفرد توازنه الانفعالي أو على الأقل انخفاض حدة الانزعاج والتوتر ويصبح مستعدا لتلقي جلسات العلاج النفسي الملائمة لحالته. (بن درف ابراهيم، 2018ص39).

7-4/ العلاج النفسي : وينقسم إلى

7-4/ أ. التحليل النفسي:

وهو أحد الوسائل الهامة في علاج القلق حيث يساعد على تقوية الأنا للمريض باعتبارها الجزء المسيطر على حفزات الهو والمنسق بين متطلبات الهو وضوابط الأنا الأعلى، وكما يهدف إلى إظهار الذكريات والأحداث المؤلمة والمكبوتة .بمعنى تحديد أسباب القلق الدفينة في اللاشعور ونقلها إلى حيز الشعور. ويتم ذلك عن طريق التداعي الحر وتفسير الأحلام حيث يصل المريض الاستبصار بالمشكلة ومحاولة حلها. (علاء حجازي:2013ص32)

7-4/ ب:العلاج السلوكي:

يتمثل في تدريب المريض على عملية الاسترخاء وبعد ذلك تقدم المنبه المثير للقلق بدرجات متفاوتة من الشدة بحيث لا يؤدي إلى القلق والانفعال وإذا لم يتحقق الشفاء قد تضطر إلى استخدام العقاقير المهدئة والصددمات الكهربائية.

كما أن السلوكيون يعتمدون في العلاج على طريقة أصبحت من أكثر الطرائق العلاجية السلوكية انتشارا هي إزالة الحساسية وأدخلها لأول مرة البروفيسور ولب(1958) قائمة على مبدأ اشراط مبدأ الكف المتبادل , حيث قام بإحداث استجابة مضادة للقلق بوجود المثيرات المستدعية للقلق بحث تكون مصحوبة بقمع تام أو جزئي لاستجابات القلق فإن الرابطة بين هذه المثيرات واستجابات القلق ستضعف.(نميري نجية، 2012، ص28).

7-4/ ج. العلاج بالاسترخاء:

وذلك بتدريب الأفراد على الاسترخاء من خلال توفير بيئة آمنة تمتاز بالهدوء حيث يدرّب الأفراد على التنفس العميق وإرخاء العضلات وتهدئة الأعصاب. فالاسترخاء يعمل على تبديد التوتر ويعمل على تركيز الانتباه وتوجيه الطاقة ويشعر الأفراد بالراحة والاطمئنان.

(عماد الزغول:2006ص175).

خلاصة:

يعتبر اضطراب القلق من أهم الاضطرابات الانفعالية السلبية وهو عبارة عن حالة تظهر على شكل توتر شامل ومستمر نتيجة شعور الفرد بعدم الراحة والاستقرار إذ اختلفت النظريات في تفسير ظاهرة القلق حيث أرجع التحليليون القلق إلى صدمة الميلاد وأدلى فقد أرجعها إلى شعور الفرد بالنقص، أما السلوكيون فقد ركزوا على سلوك المتعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد. أما أصحاب الاتجاه الإنساني فيرون أن القلق ينتج عن تهديد لمفهوم الذات كما كشفت الأبحاث العاملية لكاتل وشاتر عن وجود نوعين من القلق هما حالة القلق وهي حالة انفعالية ذاتية موقفية مؤقتة، وسمة القلق تشير إلى الفروق الثابتة نسبيا في القابلية للقلق. حيث تعددت الأسباب والعوامل المسببة للقلق من أهمها الاستعداد الوراثي والعوامل الاجتماعية والعوامل النفسية والعوامل الفيزيولوجية والأسباب الجسمية. كما صنف القلق إلى عدة أنواع منها القلق الموضوعي والقلق الخلقى والعصابي والمرضي. كما أن للقلق أعراض كثيرة تدل عليه فمنها النفسية والجسمية والنفسجسمية والأعراض المعرفية. كما يتركز تشخيص القلق على عدة خطوات متسلسلة منها: الفحص الطبي الشامل التفريق بين القلق كاضطراب نفسي وبين أي مرض نفسي آخر قد يتشابه معه في الأعراض، حيث يختلف علاج القلق حسب الفرد وحسب شدة القلق وحسب وسائل العلاج المتاحة إذ يمكن علاج القلق بعدة طرق من بينها العلاج الطبي والعلاج النفسي والعلاج الاجتماعي.

الفصل الثالث: ماهية التعليم عن بعد

تمهيد

- 1- تعريف التعليم عن بعد
- 2- نشأة التعليم عن بعد
- 3- أهمية التعليم عن بعد
- 4- خصائص التعليم عن بعد
- 5- مبررات وجود التعليم عن بعد
- 6- أهداف التعليم عن بعد
- 7- التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا
- 8- خلاصة الفصل

ثانياً: ماهية التعليم عن بعد

تمهيد:

يشهد مجال التعليم تطوراً مستمراً في الأساليب والمناهج والوسائل والاستراتيجيات، وتزامناً مع التطور التقني بدأ التعليم يأخذ منحى جديداً. وفي ظل التحديات المستعصية التي تواجهها غالبية مؤسسات المجتمع اليوم بعد ظهور أزمة كورونا التي شهدت تحولات مفاجئة في قطاع التعليم وخاصة قطاع التعليم العالي الذي صرف جهده العلمي والعملية نحو التعامل مع هذه الجائحة، لذا بات من الضروري أن يتوجه التعليم الجامعي في مختلف دول العالم نحو نظام التعليم عن بعد وتوظيف التكنولوجيا الحديثة بشكل فعال كبديل أفضل وناجع لضمان استمرار البرامج البيداغوجية المتعلقة بالظروف النصفية والنهائية.

1/ تعريف التعليم عن بعد:

قد تعددت التعريفات التي وضعت حول مفهوم أو مضمون التعليم عن بعد ومنها: تعريف الجمعية الأمريكية للتعليم عن بعد: هو توصيل للمواد التعليمية أو التدريبية عبر وسيط تعليمي إلكتروني يشمل الأقمار الصناعية وأشرطة الفيديو والأشرطة الصوتية والحاسبات وتكنولوجيا الوسائط المتعددة أو غيرها من الوسائط المتاحة لنقل المعلومات. (مصطفى دمس: 2009 ص 179).

ويعرفه آخر على أنه نهج في التعليم وليس فلسفة تعليمية أي يستطيع الطلبة أن يتعلموا وفقا لما يتيح لهم وقتهم وفي المكان الذي يختارون (في البيت أو في مكان العمل أو في مركز تعليمي دون تواصل مباشر مع الأستاذ). (طوني، 2007، ص30).

ويعرف أيضا بأنه كل ما يقدم للطلاب الخارجيين عن الحدود الفيزيائية للمؤسسة التعليمية. وذلك باستخدام وسائل تليفزيونية والإلكترونية متعددة تغني عن حضورهم إلى غرفة الصف كما هو الحال في المؤسسات التربوية التعليمية (المدرسة والجامعة) وذلك عن طريق البث الحي المباشر أو المسجل أو الأقراص المدمجة أو يمكن اختيار برامج وتطبيقات صوتية مرئية تحتوي على مواقع تفاعلية تشاركية في مجال الأنظمة التعليمية وأساليب تدريس منها وأتساب وقوقل ميت... الخ. (حورية بن يطوب، س، ص48).

عرفه عبد الله الموسى: بأنه طريقة للتعليم باستخدام آليات الاتصال الحديثة من حاسوب وشبكات ووسائطها متعددة من صوت وصورة ورسومات وآليات بث ومكتبات إلكترونية وكذلك بوابات الإنترنت سواء كانت عن بعد أو في الفصل الدراسي المهم المقصود هو استخدام تقنية بجميع أنواعها في إيصال المعلومة للمتعلم بأقصر وقت وأقل جهد وأكبر فائدة.

ويعرفه عبد الرحمان المديرس: بأنه تعليم يستخدم تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لتسهيل الوصول إلى مصادر التعليم والخدمات وإحداث التعاون والتبادل بين المتعلم

والمعلم أو بين المتعلمين بعضهم لبعض ويسهم في تحسين نوعية التعليم .(حياة فزداري،2019، ص125)

2-/نشأة التعليم عن بعد:

لم يبدأ التعليم عن بعد في العصر الحديث بل يمتد لأكثر من مئتي عام , حيث كان يقدم وكانت البداية عام 1729 على يد * فليب كالب* حيث كان يقدم دروس أسبوعية عبر صحيفة بوسطن جازيت .(مركز الملك سلمان،2020، ص15).

وفي بداية القرن العشرين بدأت الإذاعة كتكنولوجيا جديدة تشغل رواد المذهب التعليمي عن بعد حتى تم إصدار أول ترخيص بالإذاعة التعليمية من قبل الحكومة الفيدرالية لجامعة سانت دايلتر بمدينة سالت ليك عام 1921، كما تم عرض أول برنامج تعليمي إذاعي عام 1925 كما أن 64 طالب من 80 أدرجوا بالدورة لاستكمال المنهج المقرر بالجامعة، غير أن الراديو لم يفي بالغرض ولكن كان بداية لوسيلة إعلامية أكثر قرب ودقة وهي التلفزيون التعليمي والتي تبث من خلاله برامج تعليمية.(بطاهر العربي:2014، ص36).

وكانت بداية تعليم الكبار في الجزائر بأسلوب التعليم عن بعد في عام 1963 وذلك بتدريس مناهج المرحلة الثانوية بالمراسلة وكذا استخدام هذا الأسلوب في تدريب المعلمين أثناء الخدمة كما تم تطوير ذلك في عام 1969 باستخدام الراديو المداعة وتعزيز ذلك بنشر المادة التعليمية في بعض الصحف اليومية. كما يمكن أن تصل هذه البرامج لأولئك الذين حرموا من هذه الفرصة التعليمية بسبب ضيق الوقت أو بعد المسافة أو الإعاقة

البدنية ,كما تسهم أيضا في تحديث قواعد المعرفة للعمال لأي أماكن عملهم. وبالرغم من ذلك فإنه ما زالت للتعليم بالمراسلة مكانته في النظم التربوية التي كانت تعتبره شيئا منكرا في بلاد مثل بريطانيا إلى أن أقيمت الجامعة المفتوحة التي منذ نشأتها أدت إلى تطور نظام متكامل للتعليم عن بعد.(أحمد عزوز،33، ص2017).بعدها أصبح نظام التعليم عن بعد مستقلا بعد إنشاء الجامعات المفتوحة في دول العالم على النحو التالي: بريطانيا 1960- اسبانيا 1970 -ألمانيا العربية 1974- باكستان 1974- كندا 1975- فنزويلا 1977- تايلندا 1978- الصين 1978..الخ

(حرشي العمارية:2017، ص43).

وفي عام 2002 أطلق معهد ماساتشوستش للتكنولوجيا مبادرة المقررات المفتوحة مقرر مجاني يستفيد منه 65 مليون مستفيد من 215 دولة ثم أكاديمية خان عام 2008 (71 مليون مستخدم) . باختصار بتنا نعيش عصر التعليم المفتوح والمنصات التعليمية.

(بن راوس عبد الله، 2020، ص14).

3- / خصائص التعليم عن بعد

للتعليم عن بعد خصائص عدة يمكننا إبرازها فيما يلي:

1- توفير آلية توصيل سريعة ومضمونة للوسائط التعليمية إلى الأفراد المعنيين بالتعلم وذلك باستخدام وسائط اتصال متعددة تعتمد على المواد المطبوعة والمسموعة والمرئية

وغير هامة الوسائط التكنولوجية المتقدمة مثل الحاسبات والبريد الإلكتروني والانترنت وذلك للربط بين المتعلم والمعلم ونقل المادة التعليمية.

2- تحصل الطلبة على المعلومات وقواعد البيانات على شبكة الاتصالات العالمية والتحدث مع زملائهم الطلبة على الهواء مباشرة والمشاركة في جماعات الحوار أو النقاش وإرسال أسئلة بالبريد الإلكتروني للمشرف الأكاديمي أو تقديم الإجابات له إلكترونياً دون عناء ونقل.

- وجود اتصال ثنائي الاتجاه بين المؤسسة التعليمية والمتعلم لمساعدته على الاستفادة من البرامج أو دخول في حوار مع المعلم وزملائه من الدارسين الآخرين بما يمكن المتعلم من المشاركة الايجابية في برامج التعليم التي يحتاجها. (جويده عميرة، 2019، ص288).

4. إمكانية تعدد وسائل الاتصال بين المعلم والمتعلم وقد وفرت التكنولوجيا الحديثة للمعلومات والاتصال الكثير من الأدوات التي يمكن استثمارها.

5- اشراك الطالب بشكل ايجابي في مختلف مراحل العملية التعليمية فهو في ظل نظام التعليم عن بعد .

6- حرية المؤسسات التعليمية في استحداث برامج وأنشطة تربوية ومناهج جديدة وتصميم المقررات وتحديد أساليب التقويم وغير ذلك من مكونات العملية التعليمية.

(حليمة الزاحي: 2012، ص56).

7- القدرة على تلبية الاحتياجات الاجتماعية والوظيفية والمهنية للمتحمقين به لما يتمتع به من مرونة وحداثة وتوفير البدائل من جهة وارتباطاته بحاجات سوق العمل للعمالة المؤهلة من جهة أخرى.

8- انتفاع هذا النمط من التعليم بالثورة التكنولوجية وثورة الاتصالات واعتماده الرئيسي على الوسائط التكنولوجية الحديثة ووسائل الاتصال المعاصرة.

9- قدرته على اكتشاف أهداف المتعلم وقدراته وتحليلها وتفسيرها سواء عند بداية التحاقه أو أثناء الدراسة وربط ذلك بالبرامج التعليمية.

10- إمكانية استخدام التقويم والاختبارات باعتبارها أدوات تشخيصية لتحليل مدى تحقيق أهداف التعليم.

11- استجابة هذا النمط من التعليم إلى عدد من مبادئ التعليم الإنساني الحديث مثل توفير الدافع للتعلم والمرونة في بيئة التعليم ومراعاة أساليب التعلم عند الأفراد وارتباط التعليم بحاجات الأفراد الوظيفية والمهنية والشخصية والاجتماعية.

12- إن هذا النوع من التعليم يعتمد على الطريقة النظامية المنهجية في تحديد البرامج الدراسية للطلبة اعتمادا على احتياجاتهم المهنية والوظيفية ويوفق طرق وأساليب وتقنيات في التعليم تتصف بالمرونة.

13- يبدي مرونة في القبول والتعلم.

14- يعتمد على أكثر وسيلة في نقل المعلومات.

(عواطف علي: 2012، ص10)

15- وجود مؤسسة تعليمية ما مسئولة عن عملية التعليم والتعلم عن بعد تشرف على تخطيط البرامج وإعداد المواد التعليمية وعمليات التقويم والمتابعة.

16- هناك تباعد بين المعلم والمتعلم في عملية التدريس من حيث الزمان والمكان أو كلاهما مما يؤدي إلى تحرير الدارسين من قيود المكان والزمان مقارنة بنظم التعليم التقليدية.

(مقدادي، 2020، ص100).

17- التعليم عن بعد يعد تعلمًا ذاتيًا يعتمد على نشاط المتعلم الفردي في معظم مراحلها وعلى قدراته واستعداداته للتعلم ويتحمل جزء من مسؤولية الوصول إلى الأهداف.

18- أن التعليم عن بعد منظومة تعليمية لها مدخلاتها وعملياتها ومخرجاتها بحيث يهدف هذا النوع من التعليم إلى تحقيق أهداف محددة سلفًا من المؤسسات المسؤولة والمشرفة عليه.

19- لا يقتصر التعليم عن بعد على عمر أو نوع محدد للمتعلمين.

(حسين عبد الفتاح، 2018، ص36)

4- أهمية التعليم عن بعد:

حسب تصريح مسؤولي الموارد البشرية بفرنسا في إطار دراسة أعدت سنة 2003 حول إستراتيجية الإنترنت والانترنت للموارد البشرية فإن أهمية التعليم عن بعد تكمن في:
أ/ بالنسبة للمنشآت:

- 1- التقليل من التكلفة الإجمالية للتكوين.
 - 2- التقليل من بعض المصاريف المرتبطة بالتكوين كمصاريف الإقامة والتنقل.
 - 3- التسيير المحكم للوقت عن طريق التقليل من التكلفة الزمنية.
 - 4- غياب المتكويين عن مناصب عملهم التي كانت تتحملها المنشآت نتيجة القيد الزمكاني الذي يفرضه التكوين التقليدي.
- ب/ بالنسبة للموارد البشرية:

- 1-الرفع من فعالية المجهود التكويني المبذول من طرف المتعلمين.
- 2-يسهم في تجسيد المقارنة الحديثة للتعليم والتكوين المتمركزة على الجماعة بدل تلك التقليدية التي كانت متمركزة على المعلم , فهذا النمط الحديث يتلاءم مع معطيات الواقع المعاش حاليا.

ج/بالنسبة للمعلمين:

- 1-الإثراء الحيوي لمضمون التعليم .
- 2-التقييم الدقيق نتيجة الاختبارات المتواصلة طول فترة التعليم.
- 3- تسهيل عملية تحيين المحتوى البيداغوجي للتعليم.

(بن جامع صبرينة،2020، ص99)

إجمالاً يمكن تحديد أهمية التعليم عن بعد في النقاط التالية:

1- الزيادة السكانية وما يرتبط بها من زيادة أعداد المتعلمين والرغبة في تعدد أشكال دراستهم.

2- ضرورة التوافق مع التطور الهائل في تكنولوجيا المعرفة والتقنيات الجديدة والتغيير المستمر وملاحقة الاكتشافات الجديدة في تكنولوجيا التعليم.

3- ضرورة متابعة الحراك المهني في المجتمع من تنمية العاملين وإعادة تدريبهم.

4- تزايد الإنفاق في التعليم مما يتطلب وجود نمط جديد من التعليم تكون تكلفته أقل من التعليم التقليدي.

5- التواصل مع المجتمع أي تفعيل خدمة المجتمع في مجال التدريب والتعليم.

6- الإسهام في محو الأمية وتعليم الكبار والفتيات في العالم العربي.

7- التسيير المحكم للوقت عن طريق التقليل من التكلفة الزمنية.

- التقليل من بعض المصاريف المرتبطة بالتكوين كمصاريف الإقامة والتنقل.

(بن خدة حنان وعائشة، 2015، ص22)

9- استمرار الحاجة الدائمة للتعليم والتدريب بسبب التطور في مختلف المجالات المعرفية.

10- يوفر التعليم عن بعد ثقافة جديدة هي الثقافة الرقمية التي تركز على معالجة المعرفة وفي هذه الثقافة يستطيع المتعلم التحكم في تعلمه عن طريق بناء عالمه الخاص به عندما يتفاعل مع البيئات الأخرى المتوفرة إلكترونياً وهو ما يتوافق مع نظرية التعلم البنائي.

11- تبادل الخبرات والمعارف من خلال إيجاد قنوات اتصال ومنتديات يمكن المعلمين والمدرسين والمشرفين وجميع المهتمين بالشأن العلمي من المناقشة وتبادل الآراء والتجارب عبر موقع محدد يجمعهم جميعاً في غرفة افتراضية رغم بعد المسافات في كثير من الأحيان.

12- تحسين مستوى فاعلية المعلمين وزيادة الخبرة لديهم في إعداد المواد التعليمية.

13- يساعد الطالب على الاستقلالية ويحفزه على الاعتماد على نفسه

(سايح فاطمة، 2018، ص 04)

14- يعمل على توفير الفرص التعليمية لكل راغب فيه بصرف النظر عن العمر أو الجنس أو الظروف المعيشية.

15- يحقق في رغبة الدارسين وحصولهم على درجات علمية متعددة.

16- يمكن التعليم عن بعد أن يسهم في تحقيق المجتمع وخاصة في تناوله للموضوعات التي تخدم شرائح المجتمع المختلفة.

17- يتفوق على التعليم التقليدي في أنه أقدر على الإسهام في البرامج التنموية الثقافية.

18- يحقق درجة عالية من التوازن وال مداومة بين مطالب المجتمع المتغيرة والحاجات التعليمية المتنوعة ولهذا يعتبر من أنسب البدائل للتعليم المستمر وتعليم الكبار الذين يقدم لمن يسعى إلى تنمية المعارف في مجال تخصصه أو دراسة تخصص جديد أو حتى توفير فرص التعليم للمحرومين منه ولمن يعوقهم عائق اجتماعي أو مادي أو بدني.

(طارق عبد الرؤوف، ب س ، ص14)

5- / أهداف التعليم عن بعد:

من الأهداف التي يمكن تحقيقها من خلال التعليم عن بعد:

-إيجاد بيئة للتعلم والتفاعل مع المناهج الدراسية ،بحيث يقدم التعليم عن بعد باستخدام تكنولوجيا المعلومات نماذجاً تعليمياً واضحاً للعمليات التفاعلية في المواقف التعليمية ،تلك العمليات التفاعلية التي تظهر مع كل شكل من أشكال التفاعل ويبرز هذا من خلال تحسين جودة الحوار التفاعلي للعقل البشري عند المتعلم.

-توفير فرص عديدة لجلب انتباه واهتمام المتعلم للتعلم ومعالجة المعلومات.

-تحقيق المشاركة الفعالة من خلال حيوية ودقة وتنوع العرض الذي يساعد على التركيز في تسلسل المعلومات ودلالاتها.

-توفر بيئة التعلم محفزة للتعلم حيث تسمح لكل متعلم باكتشاف عوالم معلوماتية جديدة .

(بادي سو هام، 2005، ص 24)

رفع المستوى الثقافي والعلمي والفكري في المجتمع .

-التغلب على مشكلة نقص القائمين على العملية التعليمية.

-التغلب على مشكلة نقص الإمكانيات المادية للتعليم.

-توفير مصادر تعليمية متعددة ومتنوعة تلغي الفروق الفردية بين المتعلمين.

(أمل القحطاني، ب س، ص 284).

-مراعاة ظروف الدارسين التعليمية.

-تحفيز الطلبة على الدراسة وتشجيعهم عليها بتحدي العوائق الجغرافية.

-استغلال أساليب التعلم عن بعد في مكافحة أساليب التعليم التقليدي.

-إبقاء أثر التعلم من خلال استخدام الصور والفيديو والأجواء التفاعلية والمثيرة التي تجد

الانتباه والتركيز.

(هيفاء العنزي، 2021، ص 34)

- لا وجود للفشل: فهو لا يفصل بين الناجحين والفاشلين في مراحل تعليم معينة كما هو الحال بالنسبة للتعليم التقليدي.

- تجعل المتعلم ايجابي وأكثر فاعلية بعكس التعليم التقليدي الذي يعتمد على الإلقاء والحفظ فيكون فيه المتعلم سلبيًا وغير فعال.

- تنوع الأساليب: ففي التعليم عن بعد يستخدم المتعلم أساليب متنوعة في الاستفادة من المواد التعليمية فيستخدم الأشرطة الأفلام البريد الإلكتروني التلفاز التعليمي وغير ذلك ويستخدم المتعلم في ذلك أكثر من حاسة.

(الفريجات، 2014، ص 235)

6- مبررات وجود التعليم عن بعد:

- يتيح التعليم عن بعد للمتعلمين والطلبة أخذ الدروس متى وأينما تواجد كما أن التعليم عن بعد يتيح للذين لا يستطيعون التعليم بسبب الوقت والمسافة أو الصعوبات المالية الفرصة للمشاركة وبذلك تكمن مبررات الأخذ بنظام التعليم عن بعد فيما يلي:

انه يرتبط بفلسفة التعليم المستمر ليس من اجل التعليم والتنمية ومواجهة المتطلبات والحاجات والمهارات التي تستحدث يوما بعد يوم وفي شتى هذه الأيام ومتابعة الجديد في المجالات كما انه يتناسب مع التقدم العلمي السريع والتراكم المعرفي الكبير الذي تعيشه هذه الأيام فمتابعة الجديد في مجال ما كالطب وهندسة الحاسب الآلي مثلا يمكن أن يتم

عن بعد يوميا عبر الشبكة العالمية للمعلومات (الانترنت) لهذا نعتبر الأخذ بهذا النوع من التعليم مواكبة للعصر ومسايرة لظروف الحياة التي يعيشها اليوم.

(زايد محمد، 2020، ص492)

6-1/ المبررات الاجتماعية الثقافية:

- تزايد السكان في الدول وتزايد الطلب الاجتماعي على التعليم بجميع مراحلها
- جعل التعليم ضرورة ملحة وذلك تقاديا للمشكلات الاجتماعية الناتجة عن عدم توفر التعليم كالبطالة مثلا.

بالإضافة إلى تأهيل الخريجين العاطلين عن العمل.

- الموظفون العاملون الذين فاتتهم فرصة الدراسة والتعلم وهم بحاجة إليه لتحسين الأداء
- لان ظروف العمل تعيق انتظامهم في المؤسسات التقليدية.
- رغبة الدول في القضاء على الأمية بكل أشكالها المختلفة.
- تقديم الخدمة التعليمية للمحرومين بمنحهم فرصة التعليم.

(بولكويرات، 2017، ص17)

6-2/ المبررات الإنسانية والنفسية:

- إن التعليم عن بعد يحقق ذلك الغاية السامية، والتي تنطلق من ضرورة توفير فرص التعليم لكل راغب فيه بغض النظر عن الظروف المختلفة التي يمر بها. فالتعليم حق

لجميع، وإن العصر الحالي هو عصر المعرفة، وأصبحت أساليب التعلم التقليدية المبنية على حفظ المتعلمين للحقائق واسترجاعها عند الحاجة، واستخدام طرائق التعليم التقليدية لا تلبى الاحتياجات الحديثة في التعليم، كما أصبح التعليم التقليدي اليوم باهظ التكاليف، بحيث لا تستطيع كل فئات المجتمع تحمل أعبائه، وبما أن التعليم عن بعد أقل كلفة من التعليم التقليدي فإنه يكون بذلك أكثر ملائمة لشرائح عديدة من المجتمع، خاصة من شكلت ظروفهم الاقتصادية أو الجغرافية عائقا للحاق بأقرانهم من الطلبة النظاميين. فأصبح هؤلاء يفضل التعليم المفتوح قادرين على الالتحاق ببرامج تعليمية جامعية. وتوفرت لهم فرص التعلم الذاتي . ومن مبررات تبني التعليم عن بعد في هذا المجال:

1. مساعدة أولئك الذين لم يتمكنوا من استكمال تعليمهم الجامعي دون الشعور بالمؤتمرات النفسية السلبية التي قد تتعكس سلبيا على مستوى تحصيلهم الدراسي.
2. إن مواكبة الانتشار المعرفي أصبح لزاما على المجتمعات. وغن أسلوب التعلم الذاتي استطاع أن يبلغ الطالب أهداف التعلم المستمر، فالتعليم عن بعد هو الأسلوب الأكثر ملائمة لمواجهة عصر تفجر المعرفة الذي نشهده اليوم، وكذلك عصر تطوير الذات والقدرات.

3. الحاجة إلى تطبيق التوجهات العالمية للتعليم الجامعي التي تركز على استخدام الوسائل التقنية في العملية التعليمية وما يسمى بتعليم القرن الحادي عشر. وذلك لتلبية احتياجات

خطط التنمية العربية وسوق العمل العربي وإعداد الأفراد القادرين على التعامل مع تقنية المعلومات والاتصالات والتطورات التكنولوجية الحديثة.

4. تزايد الطلب على التعليم العالي في الوقت الذي تعجز مؤسساته التقليدية عن مواجهة هذا الطلب، مع زيادة القصور في تحقيق مبدأ تكافؤ الفرص التعليمية.

6-3- مبررات بشرية وجغرافية:

ان التحديات التنموية وتطويرا لقوى البشرية تعتبر تحديا جديا للدول العربية، فتزايد السكان الكبير يزيد الضغط على مؤسسات التعليم بجميع مراحلها، ويجب على الدول توفيره حتى لا تنتج سلبيات كثيرة بسبب عدم توفر التعليم، كالبطالة وغيرها من الظواهر السلبية. إن التعليم الجامعي المفتوح يساهم في استيعاب أعداد كبيرة جدا من الطلبة تفوق القدرة الاستيعابية للجامعات التقليدية، وذلك لاعتماده على الوسائط التعليمية وإعداد المواد التعليمية القائمة على مهارات التعلم والدراسة الذاتية اللازمين لمتابعة كل جديد في المعرفة في ضوء التطورات المعرفية المسارعة وحقل الاتصالات، والحاجة إلى تطوير الكوادر البشرية العامة. كما ان التعليم المفتوح يعتبر حلا مثاليا لتوفير التعليم الجامعي في المناطق النائية التي شكلت بعد المسافة فيها عائقا للالتحاق بالجامعة، فيتم توفير المناهج والمواد التعليمية، ويتحقق التفاعل المطلوب بين الطلبة والهيئة التدريسية (المشرفين) المتباعدين مكانيا وزمنيا من خلال تطبيق النظام التكاملي متعدد الوسائط في الجامعة الالكترونية.

(صلاح عايد الشهران، 2014، ص 04)

6-4/ المبررات السياسية:

ومنها عدم وجود الاستقرار السياسي في بعض المناطق بسبب الحروب والهجرات والاحتلال وعوامل السجون والاعتقالات السياسية وهذه الأسباب تدعى لاعتماد نظام التعليم عن بعد وتوفيره لهؤلاء أيضا.

(روضة أحمد، 2003، ص 49)

6-5/ المبررات الاقتصادية:

تقديم الخدمة التعليمية للمحرومين وازدياد حلقة التعليم النظامي، وأيضا توفير الوقت والجهد والجمع بين التعليم والإنتاج وذلك بتعليم أعداد كبيرة بتكلفة قليلة لتوفير كوادر بشرية للتنمية الاقتصادية. (فرج وفاطمي، 2016، ص 79).

7- التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا:

أ/ فيروس كورونا المستجد والتعليم:

ذلك الفيروس الذي ينتمي إلى فيروسات الكورونا المعروفة والتي قد تسبب المرض للإنسان والحيوان الذي وصفته منظمة الصحة العالمية بالجائحة، حيث ظهر مؤخرا في مدينة يوهان الصينية في نهايات 2019. وتتجلى أعراضه المرضية في الحمى والإرهاق والسعال الجاف والآلام، إذ ينتقل هذا الفيروس إلى الإنسان عن طريق القطرات الصغيرة التي تنتشر من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المصاب به أو يعطس. كما يمكن أن

ينتقل الفيروس للإنسان مسببا له تلك الحالة المرضية من خلال القطيرات المتناثرة على الأسطح المحيطة بالشخص.(الفاي،2020، ص1052)، وقد ألقت أزمة فيروس كورونا بظلالها على قطاع التعليم إذ دفعت المدارس والجامعات والمؤسسات التعليمية لإغلاق أبوابها تقليلا من فرص انتشاره وهو ما أثار قلقا كبيرا لدى المنتسبين لهذا القطاع.

(عبد العزيز كحكة،2020).

ب/المشهد التعليمي في المنظومة الجزائرية في ظل أزمة كورونا:

لجأت الجزائر إلى نشر التعليم عن بعد مثل كثير من الدول عبر العالم لاسيما الدول العربية كالمغرب ومصر والأردن وتونس وسوريا ودول الخليج بعد تأثر ملايين الأطفال بإغلاق المدارس عقب فرض الحكومات تدابير التباعد الاجتماعي وإجراءات العزل العام من اجل احتواء انتشار عدوى كوفيد 19، فبعد توقف الدراسة في 12 مارس 2020 أعلنت وزارة التربية الوطنية في الجزائر في بيان نشر في موقعها الرسمي إطلاق خطة التعليم عن بعد يتيح للتلاميذ والطلبة متابعة دروسهم وذلك عن طريق خلق منصات تعليم بديلة وتعويض الفصول الدراسية التقليدية ببرامج رقمية (وسيلة بوسيس،2020، ص29) هذا ما احدث صدمة في صفوف المربين والأولياء خاصة أن التعليم الإلكتروني لم يكن مذكورا قبل هذه الأزمة إلا في بعض الجامعات، أو بعض البحوث التربوية الفردية أو بعض الجهود المحتشمة في وزارة التربية الوطنية، وأمام هذه الوضعية وجدت وزارة التربية نفسها مضطرة إلى تعليق الدراسة كما ذكرنا سابقا، الأمر الذي احدث تصدعا في برنامج

العام الدراسي، خاصة في ما يتعلق بأقسام الامتحانات النهائية، ففي الوقت الذي سارعت فيه اغلب الدول إلى تحويل نظامها التربوي حضوري إلى رقمي شهدت المؤسسات التربوية والجامعية تحفظا في قرارها.

-تقديم العطلة الربيعية بداية من 12مارس 2020 إلى غاية 5 ابريل.

- تمديد العطلة إلى 29 من نفس الشهر مع إطلاق برنامج الدعم عبر الانترنت ،ومن خلال منصات تابعة للدولة لكنها خاصة بالسنوات الخامسة ابتدائي والرابعة متوسط البكالوريا.

-نهاية العطلة الربيعية اصدر قانون تحويل نظام التعليم بكل أطواره إلى التعليم عن بعد من خلال بث دروس على التلفزيون الرسمي ،حيث صرح وزير التربية آنذاك بان نسبة متابعة الدروس تجاوزت عشر ملايين مشاهدة خلال الأسبوع الأول فقط على منصة اليوتيوب.

- تسخير قنوات التلفزيون العمومي الرسمي والإذاعات لفئة التلاميذ غير القادرين على الاتصال بالانترنت.

-قرار إلغاء الفصل الثالث وامتحان شهادتي التعليم الابتدائي والتوسط ،نظرا لفشل تجربة التعليم عن بعد في اعتقادنا مع خفض معدل القبول في جميع المستويات وتأجيل شهادة البكالوريا إلى شهر سبتمبر.

(امبارك وبكيري ،2019، ص14)

ج/ آليات تخطي الأزمة في وزارة التعليم العالي:

عملت وزارة التعليم العالي على تجاوز الأزمة بشروعها في تقديم الدروس عن بعد من خلال:

- فتحت المديرية المبرمجة روابط للتسجيل في النظام الوطني للتوثيق عن بعد sn dl إذ تقترح المكتبة من الأساتذة الباحثين وطلبة الدكتوراه و الماستر ضرورة التسجيل للاستفادة من التحميل المجاني للكتب والمجلات العلمية والأطروحات الجامعية والاطلاع على الوثائق والولوج إلى المكتبات الرقمية والتي قدمت خدمات مجانية لروادها من خلال خاصية التحميل المباشر.

(هدى عماري، 2020، ص14).

- إطلاق منصة وطنية يمكن الولوج إليها وتحميل جميع المحاضرات قصد التحضير لامتحانات السداسي الثاني من السنة الجامعية 2020/2019 والمؤجلة إلى شهر سبتمبر من السنة الجامعية 2021/2020 .

-لقد اعتمدت كل جامعة موقع مخصص لها وولوج الطلبة عن طريق التسجيل واعتماد رقم بطاقة الطالب للدخول إلى المنصة ولضمان وصول المحاضرات كما أتاحت الوزارة إمكانية تحميل الدروس على منصة الجامعات مجاناً دون الحاجة للاشتراك في الانترنت من خلال شبكة متعاملي الهاتف النقال (موبيليس اوريدو وجيزي).

(امبارك وبكيري، 2019، ص15)

خلاصة الفصل:

نلاحظ مما سبق أن التعليم عن بعد عرف بعدة تعريفات إذ أنه يستند على عدة أمور من بينها ذاتية التعليم، وحرية الاختيار وتنوع الأساليب. هذا وقد مر التعليم عن بعد بعدة أجيال فكانت بدايته على يد فليب كالب عام 1729 إلى أن أضحى واقعا ينبغي التأقلم معه بالرغم من أنه عملية لا تعد نهجا مستحدثا إلا أن تطورات هائلة قد طالته في هذا العصر نتيجة لتطور وسائل التكنولوجيا، كما أصبح له أهمية بالغة في وقتنا الحاضر لأنه الحل الوحيد لإكمال البرامج التعليمية في زمن تفشي فيروس كورونا.

الفصل الثالث: إجراءات الدراسة المنهجية

تمهيد

1/ الدراسة الاستطلاعية

1-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية

2-1 الإطار الزمني للدراسة

3-1 الإطار المكاني للدراسة

4-1 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية

5-1 الخصائص السايكومترية لأداة الدراسة

2/ الدراسة الأساسية:

1-2 منهج الدراسة

2-2 عينة الدراسة الأساسية

3-2 الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة

4-2 أدوات الدراسة

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد:

بعد عرض الجانب النظري للدراسة سنتطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية التي تعد خطوة مهمة في عملية البحث إذ من خلالها يتم الوصول إلى نتائج علمية دقيقة ولهذا خصصنا هذا الفصل لتوضيح المنهجية التي تم إتباعها في دراستنا من أجل الإحاطة أكثر بالموضوع

1 - الدراسة الإستطلاعية:

1-1 أهداف الدراسة الإستطلاعية:

- الضبط النهائي لعينة الدراسة الأساسية
- تفادي الوقوع في المشكلات والغموض الذي يعترض أدوات القياس
- التأكد من الخصائص السايكومترية للأداة ليتمكن في الأخير من اعتمادها كأداة في الدراسة الأساسية

1-2 الإطار الزمني للدراسة:

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية على عينة من طلبة جامعة أدرار البالغ عددهم 30 طالب جامعي ،حيث تمت هذه الدراسة من 2021/04/03 إلى 2021/04/08.

1-3 الإطار المكاني:

تم إجراء هذه الدراسة في جامعة العقيد أحمد دراية أدرار في مختلف كلياتها العلمية و الأدبية.

1-4 خصائص عينة الدراسة الإستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من 30 طالب جامعي متمدرس بجامعة أحمد دراية أدرار تمت اختيارهم بالطريقة العشوائية والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الجنس.

المتغيرات	التكرارات	النسبة المئوية
الذكور	14	46.66%
الإناث	16	53.33%
المجموع	30	100%

من خلال الجدول رقم (1) يبين أن توزيع العينة حسب الجنس، حيث بلغ عدد الذكور 14 طالب أي بنسبة 46.66% بينما بلغ عدد الإناث 16 طالبة أي بنسبة 53.33% وكانت النسبة مرتفعة لصالح الإناث.

جدول (2) يوضح توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب التخصص.

المتغيرات	التكرارات	المجموع
أدبي	15	50%
علمي	15	50%
المجموع	30	100%

يتضح من خلال الجدول (2) توزيع طلبة عينة الدراسة الإستطلاعية التي تقدر بـ 30 طالب وطالبة موزعين كما هو مبين في الجدول وفقا لمتغير التخصص، حيث قدر عدد الطلبة الذين ينتمون إلى تخصص آداب بـ 15 طالب وطالبة، أما طلبة تخصص علوم فقد قدر بـ كذلك 15 طالب وطالبة، ومن خلال النسب المئوية يظهر أن كلا المجموعتين متساويتين.

1-5 الخصائص السايكومترية لأداة الدراسة:

تم تقنين مقياس القلق من طرف الباحثين على عينة الدراسة الحالية باستخدام كل من الصدق والثبات.

1. صدق المقياس:

يعرف الصدق بأن يكون المقياس قادر على قياس ما وضع لقياسه، بمعنى أن يكون الاختبار ذا صلة وثيقة بالقدرة التي يقيسها. (سعد عبد الرحمان، 2008، ص 197).

حيث اعتمدت الباحثتان على طريقة الاتساق الداخلي وطريقة الصدق التمييزي من أجل حساب صدق أداة الدراسة.

أ / طريقة صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق أداة الدراسة بطريقة الاتساق الداخلي حيث طبق المقياس على عينة قوامها 30 طالب وطالبة وبعدها تم حساب الارتباطات الداخلية للأبعاد مع الدرجة الكلية إضافة إلى حساب معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد فيما بينها والدرجة الكلية.

جدول رقم (3) معامل ارتباط بيرسون للأبعاد فيما بينها ومع الدرجة الكلية.

الدرجة الكلية	البعد الجسدي	البعد السلوكي	البعد المعرفي	البعد الانفعالي	المتغيرات
**0.67	0.18	*0.42	**0.66		البعد الانفعالي
**0.80	*0.38	*0.47		**0.66	البعد المعرفي
**0.64	*0.35		*0.47	*0.42	البعد

					السلوكي
**0.79		*0.35	*0.38	0.18	البعد الجسدي
	**0.79	**0.64	**0.80	**0.67	الدرجة الكلية

دال عند مستوى الدلالة (0.01)** دال عند مستوى الدلالة (0.05)*

من خلال الجدول رقم (3) تبين أن قيم معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس ككل تتراوح ما بين (0.18) و (0.80) ما يعني أن هناك ارتباط قوي بين الأبعاد فيما بينها كما أنه هناك ارتباط قوي بين الأبعاد وبين الدرجة الكلية للمقياس ككل موجبة ودالة إحصائياً حيث تتراوح بين (0.64)** و (0.80)** عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن المقياس صادق إذ يمكننا الاعتماد عليه في الدراسة الأساسية.

ب/ الصدق التمييزي:

وتم هذا بترتيب الدرجة الكلية للمقياس ثم أخذ 27% من الدرجات المرتفعة للطلبة لتمثل المجموعة العليا وأخذ 27% من الدرجات المنخفضة لتمثل المجموعة الدنيا، وباستخدام اختبار "ت" للمقارنة بين متوسطات المجموعات الطرفية (المجموعة العليا والمجموعة الدنيا) كانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (4) يمثل الصدق التمييزي لمقياس القلق.

المتغيرات	المجموعات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت*	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
القلق	الدنيا	10	112.10	11.60	11.058	0.00	دال عند 0.01
	العليا	10	172.00	12.59			

نلاحظ من خلال الجدول رقم(4) أن قيمة الدلالة الإحصائية أقل من 0.01 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الأفراد الضعيفة ومتوسط درجات الأفراد المرتفعة عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا ما يدل على القدرة التمييزية العالية للمقياس أي أن الاستبيان قادر على قياس ما وضع لقياسه.

2. ثبات المقياس:

يعرف الثبات على أنه ضمان الحصول على نفس النتائج عند إعادة تطبيق المقياس مرتين أو أكثر في ظروف متماثلة على نفس الأفراد. (أبو هاشم، 1440، ص167).

حيث تم حساب ثبات المقياس من طرف الباحثين بالإعتماد على طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

أ / طريقة ألفا كرونباخ:

بعد تطبيق معادلة ألفا لحساب الثبات الخاص بمقياس القلق المكون من 58 بند تم التوصل إلى أن قيمة ألفا تساوي (0.88) وهي قيمة مرتفعة ومرضية هذا إن دل على شيء إنما يدل على الموثوقية في ثبات نتائج المقياس عند تطبيقه على أفراد عينة الدراسة الأساسية.

ب/ طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثتان بحساب معامل الثبات الكلي للمقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية على عينة الدراسة السايكومترية عن طريق معامل بيرسون وذلك من خلال تقسيم عبارات المقياس إلى جزأين، حيث تألف الجزء الأول من العبارات التي تأخذ الأرقام الفردية والجزء الثاني تألف من العبارات التي تأخذ الأرقام الزوجية من خلال برنامج spss التوصل إلى قيمة ثبات تقدر ب0.81 عند مستوى الدلالة (0.01) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

جدول (5) يوضح ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ.

الطريقة	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية معامل بيرسون
القيمة	0.88	0.81

نلاحظ من خلال الجدول رقم (5) أن قيمة الثبات بين عبارات نصفي المقياس بلغت قيمة 0.81 وهي قيمة مرتفعة وهذا ما يدل على ثبات المقياس.

2- الدراسة الأساسية:

حسب ما ذكره (موريس انجلوس) في *كتابه منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية*: "بأن حجم العينة مرتبط بحجم مجتمع البحث فكلما كان مجتمع البحث كبيراً كلما قلت حاجتنا إلى نسبة مئوية عالية من العناصر لبناء العينة. ففي مجتمع البحث الذي لا يزيد عن مائة عنصر فالأحسن أخذ عينة تقدر نسبتها ب 50%، أما في المجتمع الذي يقدر ببعض المئات إلى بعض الآلاف فمن الأفضل أخذ عينة تقدر ب 10%، أما في المجتمع الذي يقدر بعشرات الآلاف أو عشرات المئات من الآلاف فيستحسن سحب عينة تقدر ب 01%" (موريس أنجرس، 2004، ص319).

واعتماداً على ذلك تم توزيع الاستبيانات على عينة تقدر ب 140 طالب وطالبة يزاولون دراستهم جامعة أدرار باعتبار أن عدد طلبة جامعة أدرار يقدر حوالي 14000 طالب وطالبة، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، إذ تم استرجاع 136 استبيان من مجموع 140.

وقد تم إجراء الدراسة الأساسية في الفترة الممتدة ما بين 04/17 إلى 2021/04/29.

2-1/ منهج الدراسة:

تستهدف الدراسة الحالية فئة طلاب جامعة ادراو وذلك للكشف عن مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا.

ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الذي يعرف على أنه طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها. (المحمودي:2019، ص08).

2-2/ عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 136 طالب وطالبة موزعين كالتالي:

جدول رقم (6) يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية حسب متغير الجنس.

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
الذكور	57	41.9%
الإناث	79	58.1%
المجموع	136	100%

يبين الجدول رقم (6) توزيع عينة الدراسة الأساسية والتي تقدر بـ 136 طالب وطالبة موزعين كما هو مبين في الجدول وفق متغير الجنس. حيث بلغ عدد الذكور (57) طالب وعدد الإناث بـ (79) طالبة. ويظهر من خلال ذلك أن نسبة الذكور تساوي 41.9%، أما نسبة الإناث فتساوي 58.1% وهي مرتفعة مقارنة بنسبة الذكور. وهذا يعني أن الإناث يمثلون النسبة الأكبر في الدراسة الحالية.

جدول رقم (7) يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية حسب متغير التخصص.

التخصص	التكرارات	النسبة المئوية
أدبي	67	49.3%
علمي	69	50.7%
المجموع	136	100%

يبين الجدول رقم (7) توزيع عينة الدراسة الأساسية وفق متغير التخصص. إذ بلغ عدد طلبة الآداب 67 طالب وطالبة بينما طلبة العلوم فقد بلغ 69 طالب وطالبة. ويتضح من خلال هذا التوزيع أن نسبة طلبة الآداب والتي تمثل 49.3% منخفضة مقارنة مع طلبة العلوم والذين يمثلون نسبة 50.7% من مجموع عينة الدراسة الأساسية.

2-3/ الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة وفروضها ومنهجها وبعد جمع البيانات تمت معالجتها باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS بالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية

المتوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل ارتباط بيرسون من أجل الحصول على معامل الثبات لأداة الدراسة بطريقة التجزئة النصفية.

معامل ألفا كرونباخ.

اختبار *ت لعينة واحدة.

اختبار*ت* لعينتين مستقلتين للكشف عن دلالات الفروق بين(الذكور والإناث) وبين (تخصص آداب وعلوم).

2-4/ أدوات الدراسة الإستطلاعية :

تم الاعتماد على أداة الاستبيان والذي يعرف بأنه عبارة عن مجموعة من الأسئلة التي يتم الإجابة عليها من قبل المفحوص بدون مساعدة الباحث الشخصية أو من يقوم مقامه.(الجرجاوي:2010، ص16).

وصف المقياس:

صمم هذا المقياس من طرف الدكتورة بن عبد الله فوزية يتم تطبيقه على فئة الراشدين حيث تقيس هذه الأداة مستوى القلق العام عن طريق التعرف على أعراض القلق العام ومدى استمرارها وشدتها وتشمل هذه الأعراض:الأعراض الانفعالية والمعرفية والسلوكية والعلائقية ، الجسدية مميزة لاضطراب القلق العام التي يعاني منها المريض على الأقل خلال الست أشهر الأخيرة حيث تتمثل الأعراض الانفعالية في التوتر والانزعاج وسرعة الغضب والشعور بالخوف بدون مبرر، أما الأعراض المعرفية فتتمثل في التفكير الكوارثي، توقع حدوث الأمور السيئة والتركيز عليها، استباق الأحداث المبالغة، أما الأعراض السلوكية والعلائقية فتتمثل في عدم الاستمتاع بالأنشطة وعدم القدرة على الاسترخاء والسلوك التجنبي للأحداث الضاغطة والمشاجرات وتدهور العلاقات بين الفرد والآخرين وكذا المشاكل المهنية العائلية وغيرها، أما الأعراض الجسدية فتظهر في التوتر العضلي والنشاط الإعاشي العصبي الزائد ، وذلك من خلال بنود تقابلها بدائل موجهة نحو فئة مرضى القلق العام، فئة الراشدين، حيث تمثل الدرجة الكلية المتحصل عليها مستوى القلق العام، يحتوي المقياس في صورته النهائية على 58 بند ، معظمها عبارات ايجابية ما عدا العبارات (9.11.32.52) أتت العبارة سلبية.

تصحيح المقياس:

يشمل مقياس القلق العام على (58) بند موزع على أربعة أبعاد بحسب نوعية الأعراض (البعد الانفعالي، البعد المعرفي، البعد السلوكي والعلائقي، البعد الجسدي) وتقابل هذه البنود (5) بدائل وهي:

ولا يوم تأخذ الدرجة (1)

بضعة أيام تأخذ الدرجة (2)

أيام عديدة تأخذ الدرجة (3)

أيام كثيرة تأخذ الدرجة (4)

كل يوم تأخذ الدرجة (5)

حيث يقيس هذا المقياس درجة القلق العام على 5 مستويات حسب سلم ليكارت والتي تم تحديدها عن طريق حساب مدى الدرجة وتتمثل في:

جدول رقم (8) يمثل مستويات القلق لمقياس القلق العام.

مستويات القلق	مدى الدرجة
ضعيف	[1 - 58]
متوسط	[58 - 115]
فوق متوسط	[116 - 174]
عالي	[174 - 232]
عالي جدا	[232 - 290]

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج

1. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
3. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

تمهيد:

بعد قيام الباحثان بإجراءات الدراسة المنهجية سيتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية وتحليلها وذلك من أجل الإجابة عن التساؤلات التي تم طرحها بالإضافة إلى تأكيد فروض الدراسة أو نفيها ومن ثمة مناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

1/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

الفرض الأول: مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا متوسط.

ولاختبار هذه الفرضية استخدمت الباحثين الاختبار التائي لعينة واحدة والجدول أدناه يوضح نتيجة الفرضية:

جدول رقم (9) يوضح نتائج اختبار *ت* لعينة واحدة.

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة المحسوبة	*ت*	درجة الحرية	قيمة sig
137.07	28.70	-3.22		135	0.02

نلاحظ من خلال الجدول رقم (9) أن قيمة ت -3.22 و قيمة sig 0.02 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.05 في درجة حرية 135 كما نلاحظ قيمة المتوسط الحسابي لمستوى القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا التي تقدر ب(137.07) بانحراف معياري قدره (28.70) وبالرجوع إلى المجالات المعتمدة في الجدول الذي يمثل مستويات القلق لمقياس القلق العام لفئة الراشدين المعد من طرف الباحثة (بن عبد الله فوزية) فإن هذه القيمة تنتمي إلى المجال [116-174] وهذا يعني أن مستوى القلق أثناء

التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا لدى طلبة جامعة ادرار فوق المتوسط وهي نتيجة قريبة لما افترضناه.

وتتفق نتيجة الدراسة إلى حد كبير مع ما توصلت إليه دراسات أخرى نذكر منها دراسة (المومني)، دراسة (بولانسكي)، دراسة (رينشارد) ودراسة (ليوليو). بينما توصل دراسات أخرى إلى وجود قلق متوسط وهي دراسة (عايدة عثمان). واختلفت كذلك مع دراسة (مواهب الرشيد) التي توصلت إلى وجود قلق دون متوسط.

ويمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية التي تنص على أن مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار متوسط وبعد استخدام معامل *ت* توصلنا إلى أن مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادرار فوق متوسط بسبب الاعتماد المفاجئ على نظام التعليم عن بعد حيث أن هذا النظام مستجد في جامعة أدرار إذ يحتاج إلى ممارسة واستعداد وبالتالي فبالأكيد سيواجه الطلبة صعوبة في البداية للتعامل معه، إضافة إلى الخصائص المميزة لهذا التعليم بحيث لا بد على الطالب الاعتماد الكلي والذاتي على نفسه وذلك لوجود مسافة مكانية وزمنية بين الطالب والأستاذ كل هذا قد تخلق لدى الطالب دون من عدم التكيف مما يجعله في قلق دائم .

كما يمكننا تفسير نتيجة الفرضية بسبب الظروف التي يعيشها الطلبة جراء فيروس كورونا من تطبيق للإجراءات الاحترازية والوقائية والحجر المنزلي وغيرها، إذ ليس من الأمر السهل تقبل على الطلبة تقبل هذه الفكرة كونهم معتادون على الخروج والتنزه مع الرفاق والزملاء، لذا من الصعب أن ينعزل عن الآخرين ويعيش في ظل التباعد الاجتماعي بالإضافة إلى القدر الكبير من المعلومات الخاطئة التي تنتقلها وسائل الإعلام من أعداد مرعبة للإصابات والوفيات وبالتالي كل هذا قد يتعرض الطالب للضغط النفسي مما يجعله في حالة من القلق والتوتر.

2/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

التي نصت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا تعزى لمتغير الجنس. ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في مقياس القلق وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (10) يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا.

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت)	قيمة sig	مستوى الدلالة
الذكور	57	127.98	26.61	-3.24	0.01	دال
الإناث	79	143.63	28.51	-3.28	0.01	دال

يتضح لنا من خلال الجدول رقم(10) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين الذكور والإناث في مستوى القلق لصالح الإناث ويبين هذا أن الإناث أكثر قلقا من الذكور.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه كل من دراسة (عايدة عثمان)،دراسة (المومني)،دراسة (بولانسكي)، ودراسة (ريتشارد)، ودراسة (اليوليو) .

يمكننا تفسير نتيجة الفرضية إلى الاختلافات بين الجنسين من حيث التكوين البيولوجي والتأثيرات الفيزيولوجية على الجنسين وهذا ما ظهر من خلال استجابات الطلبة في البعد الجسدي. فالفرق بين الجنسين في القلق تتركز على وجه الخصوص في مرحلتي

المراهقة والرشد ليس بسبب ظروف المراهقة الجسمية والنفسية والاجتماعية فحسب بل نتيجة تظافر مجموعة من العوامل الأخرى ثقافية وبيئية فيزيولوجية. (محمد وعبد الكريم فريشي، 2013، ص64). فوفقاً لتقرير منظمة الصحة العالمية who فإن كل من الاكتئاب والقلق يؤثر على النساء بدرجة أكبر من الرجال في مختلف البلدان. (رشا ندمري، 2020، ص299) أضف إلى ذلك اختلاف أساليب التنشئة الاجتماعية لكل من الذكور والإناث وخاصة في بيئتنا العربية حيث ينظر إلى الأنثى نظرة خاصة وأن لها دور يختلف عن الذكور فهي يجب أن تكون أكثر تحفظاً في تصرفاتها وأقل حرية من الذكور ومن ثم فهي تعاني من القلق بدرجة أكبر من الذكور (دنيا الشبؤون، 2011، ص788).

3/ عرض ومناقشة الفرضية الثالثة:

التي تنص على:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار تعزى لمتغير التخصص.

ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار *ت* لحساب دلالة بين متوسطات درجات الأدبيين والعلميين في مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (11) يوضح نتائج اختبار *ت* لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الأدبيين والعلميين في مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا.

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة *ت*	قيمة sig	مستوى الدلالة
آداب	67	136.6	29.80	-0.17	0.86	غير دال
علوم	69	137	29.79	-0.17	0.68	غير دال

يتضح لنا من خلال نتائج اختبار*ت* في الجدول رقم (11) أن قيمة sig تساوي (0.86) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وعليه فإن الفرق غير دال احصائيا وبالتالي نرفض الفرضية البديلة ونقبل الفرضية الصفرية وهي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الآداب والعلوم في القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع كل من دراسة (عايدة عثمان) ودراسة (المومني) ودراسة (مواهب الرشيد).

إذ يمكننا تفسير نتيجة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار تعزى للتخصص إلى التشابه الكبير في الظروف التي يعيشها الطلبة، فكل التخصصات لجأت لنظام التعليم عن بعد كبديل للتعليم التقليدي في ظل الظروف الراهنة، كما أنه كل طالب جامعي موجه لتخصصه المرغوب فيه باعتبار أنه لا يوجد تخصص جامعي أفضل من غيره وذلك لأن تحديد التخصص الذي سوف يختاره الطالب يعتمد على درجة تحصيله وقدراته، حيث أن هناك تخصصات يغلب عليها طابع الحفظ وتخصصات أخرى تحتاج إلى التفكير والإبداع، فشعور الطالب برضاه وقبوله اتجاه تخصصه يساعده على تخطي العقبات والتحديات التي تواجهه خلال مساره. (مواهب الرشيد، 2018، ب.ص). كما أن الطلبة لديهم القدرة على تخطي العقبات التي يواجهونها كما أنهم يتشاركون في الظروف والتحديات التي يواجهونها. كل هذه الجوانب تجعل طلبة العلوم وطلبة الآداب تتقارب درجاتهم في مستوى القلق.

خاتمة

خاتمة:

وفي ختام هذه الدراسة التي حاولنا التطرق فيها إلى موضوع يتعلق بشريحة مهمة من أفراد المجتمع ألا وهي فئة طلاب الجامعة من خلال عرض الجانب النظري للدراسة والأدوات المستعملة فيها وعرض النتائج ومناقشة الفرضيات، إذ سعت الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا بالإضافة إلى معرفة الفروق في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد بين الجنسين وبين التخصصات العلمية والأدبية.

ومن خلال الدراسة توصلنا إلى مجموعة من النتائج تتمثل في أن مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا فوق المتوسط، إضافة إلى وجود فروق دالة احصائيا في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا تعزى إلى الجنس حيث كان الفرق لصالح الإناث مقارنة بالذكور، وعدم وجود فروق دالة احصائيا في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار تعزى إلى التخصص، هذا ما جعلنا نتعمق في معرفة الأسباب المؤدية إلى ذلك.

وفي الأخير لما تم التوصل إليه من نتائج يمكن القول بان الدراسة قد حققت هدفها الرئيسي وهو التعرف على مستوى القلق لدى الطالب الجمعي في ظل أزمة كورونا.

الاقتراحات والتوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج توصي الباحثان وتقترح ما يلي:

- 1- إعداد برامج إرشادية للخفض من مستوى القلق لدى طلاب الجامعة.
- 2- إجراء دراسات أخرى تتناول متغير القلق مع متغيرات أخرى.
- 3- ضرورة إعلام الطلبة من طرف الجهات الوصية بطرق متابعة المحاضرات والدروس وأهم المواقع التي تعرض فيها.
- 4- توفير البيئة الجامعية المناسبة في الكليات مما يساهم في خفض القلق لدى الطلبة.
- 5- إجراء المزيد من الدراسات حول القلق لدى فئات أخرى من المجتمع.
- 6- العمل على تنظيم ندوات مع الطلاب من أجل توعيتهم ووقايتهم من الاضطرابات النفسية.
- 7- على وزارة التعليم العالي والبحث العلمي توفير الوسائل اللازمة للطلبة لمتابعة الدروس على منصة التعليم عن بعد.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1/ الكتب

- 1- أبو زيد مدحت (2008). علم النفس الطفل. (ب ط). دار المعرفة الجامعية. (ب ب).
- 2- الأزرق بن علوة (2003). كيف تتغلب على القلق وتتعلم بالحياة. (ب ط). دار قباء للطباعة. القاهرة.
- 3- الأزرق بن علوة (1993). الإنسان والقلق. ط1. دار سيناء للنشر. القاهرة.
- 4- الجرجاوي (2010). القواعد المنهجية التربوية لبناء الاستبيان. ط2. مطبعة أبناء الجراح. غزة.
- 5- الجلاي مصطفى (2007). سيكولوجية القلق. (ب ط). دار الجامعة للنشر والتوزيع. ليبيا.
- 6- الزراد فيصل (1984). علاج الأمراض النفسية والاضطرابات السلوكية. ط1. دار العلم للملايين. (ب ب).
- 7- الزغول عماد (2006). الاضطرابات الانفعالية والسلوكية. ط1. دار الشروق. عمان.
- 8- العيسوي عبد الرحمان (2004). موسوعة ميادين علم النفس التشخيصي النفسي والعقلي. ط1. دار الرتب الجامعية. بيروت.
- 9- الفريجات غالب (2014). مدخل إلى تكنولوجيا التعليم. ط1. دار كنوز المعرفة العلمية للنشر. المملكة الأردنية الهاشمية.
- 10- القشاعلة بديع (2018). معاني ومصطلحات في علم النفس. (ب ط). المركز السيكولوجي للأزمات النفسية والتربوية. فلسطين.

- 11- القمش والمعايطة (2007). الإضطرابات السلوكية والانفعالية. ط1. دار المسيرة. (ب ب).
- 12- حسن فالح حسين (2013). علم النفس المرضي والعلاج النفسي. ط1. مركز ديبونولتعليم التفكير. (ب ب).
- 13- دعمس مصطفى (2009). تكنولوجيا التعلم وحوسبة التعليم. (ب ط). المنهل. (ب ب).
- 14- روشي ريذنز وجيرالد ماتبوس (2016). القلق. ترجمة معتر عبد الله و الحسين عبد المنعم. (ب ط). المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدب. الكويت.
- 15- زعتر نور الدين (2010). القلق. ط1. (ب د). (ب ب).
- 16- زهران حامد (2005). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط4. مكتبة عالم الكتب. القاهرة.
- 17- سعد عبد الرحمان (2008). القياس النفسي النظرية والتطبيق. ط1. هيئة النيل العربية للنشر. القاهرة.
- 18- سليمان ابراهيم (2014). الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية. ط1. مؤسسة الوراثة. الأردن.
- 19- سيقموند فرويد (1989). الكف والعرض والقلق. ترجمة محمد نجاتي. ط4. دار الشروق. القاهرة.
- 20- طارق عبد الرؤوف (2007). التعليم عن بعد والتعليم المفتوح. دار اليازوري للنشر. (ب ط). (ب ب).
- 21- طوني بينش (2007). تكنولوجيا التعلم الإلكتروني والتعليم عن بعد. ترجمة وليد شحادة. ط2. مكتبة العبيكان. الرياض.

- 22- عبد الرحمان لطفي (ب س). القلق والتوتر. (ب ط). صندوق إعانة المرضى. الكويت.
- 23- عبد الستار وعسكر (1999). علم النفس الإكلينيكي في ميدان الطب النفسي. (ب ط). مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.
- 24- عبد الستار ابراهيم (2002). القلق قيود من الوهم. (ب ط). مكتبة الانجلو المصرية. القاهرة.
- 25- عبد الفتاح حسين (2018). مقدمة في تكنولوجيا التعليم. (ب ط). أمازون. (ب ب).
- 26- عكاشة أحمد (1998). الطب النفسي المعاصر. (ب ط). مكتبة الانجلو المصرية. (ب ب).
- 27- علاء عبد الباقي (2010). الخوف والقلق والتعرف على أوجه الاختلاف والتشابه بينهما وعلاجهما. ط1. عالم الكتب. القاهرة.
- 28- عماد عبد الرحيم (2006). الاضطرابات الانفعالية والسلوكية. ط1. دار الشروق. عمان.
- 29- فاروق السيد عثمان (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية. ط1. دار الفكر العربي. القاهرة.
- 30- فهمي مصطفى (1987). الصحة النفسية. ط1. مكتبة الخانجي. القاهرة.
- 31- فهمي مصطفى (1995). الصحة النفسية - دراسات سيكولوجية التكيف. ط3. مكتبة الخانجي. القاهرة.
- 32- فوزي محمد (200). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. (ب ط). المكتبة الجامعية. الإسكندرية.

- 33-كوام كنزي(1434).القلق ونوبات الذعر.ترجمة هلا.(ب ط).مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر.الرياض.
- 34-مازن ومزهر العالى(2015).التعليم الالكتروني والتفاعلي.ط1.مركز الكتاب الأكاديمي.(ب ب).
- 35-مجدي أحمد(2000).علم النفس المرضي.(ب ط).دار المعرفة الجامعية.القاهرة.
- 36-مسعود جبران (1992).معجم لغوي عصري.ط7.دار العلم للملايين.بيروت.
- 37-موريس أنحرس(2004).منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية.ترجمة بوزيد صحراوي وكمال أبو شرف.(ب ط).دار القصة.الجزائر.

2/الرسائل الجامعية:

- 1-أشرف ابراهيم(2019)."الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة".كلية العلوم الاجتماعية.جامعةالقدس.فلسطين.
- 2-أحمد روضة(2003)."فاعلية استخدام الحاسوب كوسيلة تعليمية في التعليم عن بعد على طلاب المستوى الثاني الجامعي وأثره في تحصيلهم واتجاهاتهم"كليةالتربية.جامعةالخرطوم.السودان.
- 3-الساسي كريمة(2010)."الاكتئاب والقلق لدى عينة من المتأخرات عن الزواج".كلية العلوم الانسانية والاجتماعية.جامعةقبوزريعة.الجزائر.
- 4-الزاحي حليلة(2012)."التعليم الالكتروني بالجامعة الجزائرية مقومات التجسيد وعوائق التطبيق".كلية العلوم الانسانية.جامعةمنتوري.قسنطينة.

- 5-الزعلان إيمان(2015).قلق المستقبل وعلاقته بسمات الشخصية لدى الأطفال المجهولبالنسب".رسالةماجستير .الجامعة الإسلامية .غزة.
- 6-الفارسي إيمان(2018)"قلق الانفصال لدى أطفال الصف الأول الأساسي وعلاقته بالسمات الشخصية لمهاتهم في محافظة مسقط.كلية العلوم والآداب .جامعة نزوى.عمان .
- 7-الوايلي أحمد(2003).فاعلية العلاج النفسي الجماعي خفض درجة القلق لدى مدمني المخدرات .كلية الدراسات العليا.جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- 8-بادي سوهام(2005).سياسات واستراتيجيات توظيف تكنولوجيا المعلومات في التعليم نحو استراتيجيات وطنية لتوظيف تكنولوجيا المعلومات التعليم العالي .كلية العلوم الانسانية.جامعة منتوري.قسنطينة.
- 9-بابكر زهراء(2012).علاج معرفي سلوكي على مرضى القلق العام المترددين على مستشفى التجاني الماحي للأمراض النفسية والعقلية بأم درمان.كلية الآداب.جامعة الخرطوم.السودان.
- 10-بطاهر العربي(فاعلية التعليم الافتراضي في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم عن بعد .كلية العلوم الاجتماعية.جامعةتوههران.وهران.
- 11-بكار سارة(2013).أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني ".كلية العلوم الانسانية والاجتماعية.جامعة .أبي بكر بلقايد .تلمسان.
- 12-بن خدة حنان وعائشة(2015).التعليم عن بعد وتأثيره على التحصيل الدراسي لدى الطالب".كلية العلوم الانسانية والاجتماعية.جامعة قاصدي مرباح.ورقلة.
- 13-بن درف ابراهيم(2018).الخصائص السايكومترية لمقياس سبيلبرجر (سمة القلق وحالة القلق)".كلية العلوم الاجتماعية والانسانية.جامعةتوههران.وهران.

- 14- بن مريجة مصطفى(2015). "القلق وعلاقته بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي". كلية العلوم الاجتماعية. جامعة عبد الحميد بن باديس. الجزائر.
- 15- بوعقال سمية(2017). "القلق النفسي عند المرأة المقبلة على الزواج". كلية العلوم الاجتماعية والانسانية. جامعة العربي بن مهيدي. أم البواقي.
- 16- بولكويرات سهيلة(2017). "مناهج ونظريات التعليم عن بعد التجربة الجزائرية". كلية الآداب. جامعة محمد الصديق. جيجل.
- 17- حجازي علاء(2013). "القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظات غزة". كلية التربية. الجامعة الإسلامية. غزة.
- 18- حرشي العمارية وكبوش كريمة(2017). "التعليم الجامعي عن بعد". كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة عبد الحميد بن باديس. مستغانم.
- 19- خلافي نورية(2017). "قلق الامتحان وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ الرابعة متوسط". كلية العلوم الاجتماعية والانسانية. جامعة عبد الحديد بن باديس. مستغانم.
- 20- خياط مريم(2019). " جودة الحياة وعلاقتها بمستوى القلق لدى أساتذة المرحلة الابتدائية". كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة أكلي محند والحاج .
- 21- ديب راضية وياسمينه هجراس (2019). "تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج". كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة الصديق بن يحي. الجزائر.
- 22- رحمين أمينة (2015). "قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة". كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة الجزائر 2. الجزائر.

- 23-زواوي سليمان.(2014). "القلق والاستجابة الاكتئابية لدى المصابين بالقصور الكلوي المزمن والخاضعين للهيموديايز".معهد العلوم الانسانية والاجتماعية.جامعة أكلي محند والحاج.الجزائر.
- 24-سعيد عبد الكريم ومحمد رضوان.(2002). "القلق لدى مرضى السكري بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات ".كلية التربية .الجامعة الإسلامية.غزة.
- 25-شلهوب دعاء.(2016). "قلق المستقبل وعلاقته بالصلاية النفسية ".كلية التربية .جامعة دمشق .
- 26-ضيف الله نسيمة .(2017). "استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصال وأثره على تحسين جودة العملية التعليمية". كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير .جامعة الحاج لخضر باتنة . باتنة.
- 27-علي عواطف .(2012). "استخدام تكنولوجيا المعلومات في التعليم عن بعد" .كلية الآداب .جامعة الخرطوم .السودان.
- 28-فرج خاليدة وفاطمي لويزة(2016). "استخدام التكنولوجيا الحديثة في التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة التكوين المتواصل".كلية العلوم الانسانية والاجتماعية .جامعة عبد الحميد بن باديس .مستغانم.
- 29-فغوال سارة وقوميش كريمة (2016). "القلق وأثره بظهور السلوك العدوانى لدى المراهق".كلية العلوم الاجتماعية والانسانية.جامعة عبد الحميد بن باديس.مستغانم.
- 30-قشطة عبد القادر(2003). "تأثير القلق على الرياضيين الجزائريين ".تخصص الإرشاد النفسي الرياضي .جامعة الجزائر.الجزائر.

- 31- نسيمة ملاك (2018). "الضغط النفسي وقلق الامتحان وعلاقة كل منهما بظهور السلوك العدواني". كلية العلوم الانسانية والاجتماعية .جامعة مولود معمري. تيزي وزو.
- 32- نميري نجية (2006). "القلق لدى أم الطفل المصاب بمتلازمة داون". كلية العلوم الاجتماعية العلوم الانسانية .جامع العقيد أكلي محمد والحاج.الجزائر.

3/المؤتمرات والملتقيات:

- 1- أبو هاشم (1440). "الاتساق الداخلي جدل مستمر بين الصدق والثبات". جامعة الملك سعود. حلقة 167. يوم الاثنين 15/2/1440.
- 2- الشرهان صلاح (2014). "التعليم المفتوح والتعليم عن بعد نحو التطوير والإبداع". المؤتمر 14 للوزراء المسؤولين عن التعليم العالي والبحث العلمي في الوطن العربي .الكويت.يناير 2014.
- 3- سايح فاطيمة (2018). "تقييم التعليم عن بعد في الجامعة الجزائرية ومدى حمايته. المؤتمر العلمي الوطني 7. جامعة بوزريعة 2. 2018/12/10.
- 4- عزوز احمد (2017). "التجربة الجزائرية .الملتقى الدولي حول التعليم عن بعد بين النظرية والتطبيق.
- 5- مركز الملك سليمان للإغاثة والأعمال الانسانية (2020). "التعليم عن بعد مفهومه وأدواته واستراتيجياته". منظمة الأمم المتحدة للتربية والتعليم والثقافة. دليل لصانعي السياسات في التعليم الأكاديمي والمهني والتقني.
- 6- منظمة التعاون الإسلامي (2020). "الأثار الاجتماعية والاقتصادية لجائحة كوفيد 19 في دول الأعضاء في منظمة التعاون الإسلامي". مركز الأبحاث الإحصائية والاقتصادية والتدريب للدول الإسلامية.

4/ المجلات:

- 1- أبوشخيدم وآخرون (2020). "فاعلية التعلم الإلكتروني في ظل انتشار فيروس كورونا من وجهة نظر المدرسين". المجلة العربية لنشر العلم. العدد 21 .
- 2- الشبؤون دنيا (2011). "القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين". مجلة جامعة دمشق. المجلد 27. العدد 3-4.
- 3- العنزي هيفاء (2021). "تحول طلبة جامعة الملك سعود نحو التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا". مجلة العلوم التربوية والنفسية المجلد 5 العدد 1 (55/27).
- 4- الصبوة محمد (2018). "الأفكار الآلية كعملية وسيطية بين القلق والاكتئاب لدى الراشدين المدخنين وغير المدخنين". المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي. المجلد 6 العدد 1.
- 5- الفقي أمال أبو الفتوح (2020). "المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا". المجلة التربوية. العدد 74. (1060/148).
- 6- القحطاني آمال (ب س). الدافعية ودورها في تفعيل عملية التعليم عن بعد لدى طلاب التعليم الأساسي في ظل جائحة كورونا". الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة (ب ع). (298/275).
- 7- المبارك احمد وبكيري أمين. "التعليم الإلكتروني في زمن كورونا التجربة الجزائرية تحديات ورهانات". مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية. المجلد 7. العدد 2.
- 8- النفيسة عبد العزيز (2015). "القلق والاكتئاب لدى طلاب جامعة نايف من المدخنين وغير المدخنين". المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب. المجلد 31. العدد 63. (154/123).

- 9-بن جامع صبرينة(2020). "استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصال في التعليم عن بعد".مجلة التمكين الاجتماعي.المجلد2.العدد1.(88-111).
- 10-بن يطوحورية.(ب س). "الجامعة الجزائرية في ظل أزمة كورونا من ثلاثية التعليم التقليدي إلى ثنائية التعليم الحداثي".مجلة رؤى في الآداب والعلوم الإنسانية .العدد1.(59/46).
- 11-بوسيس وسيلة (2020). "إستراتيجية إغلاق المؤسسات التعليمية للحد من تفشي فيروس كورونا".مجلة التمكين الاجتماعي .المجلد 2. العدد3.(33/20).
- 12-جويده باحمدا وآخرون (2018). "قلق المستقبل لدى تلاميذ التعليم عن بعد المتمدرسين بمركزي تيزيوزو وبجاية".مجلة العلوم النفسية والتربوية .المجلد7 العدد2.(406/393).
- 13-جويده عميرة وآخرون (2019). "خصائص وأهداف التعليم عن بعد والتعليم الالكتروني .المجلة العربية للآداب والدراسات الأدبية .العدد 6.(298/285).
- 14-زايد محمد.(2020). "أهمية التعليم عن بعد في ظل تفشي فيروس كورونا".مجلة الاجتهاد والدراسات القانونية والاقتصادية.المجلد 9.العدد4.
- 15-عوض وحلس (2015). "الاتجاه نحو تكنولوجيا التعليم عن بعد وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الدراسات العليا.مجلة جامعة الأقصى ".العدد1.(56/2).
- 16-عماري هدى.(2020). "التعليم الالكتروني في ظل انتشار جائحة كورونا".دراسة وصفية تحليلية لمنصة التعليم عن بعد جامعة بومرداس.
- 17-قريشي محمد وعبد الكريم .(2013). "مستوى القلق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ".العدد13.

- 18-قزداري حياة(2019). "ضوابط ومعايير الجودة في التعليم الالكتروني".مجلة التعليم عن بعد والتعليم المفتوح .المجلد 7.العدد13.(148/119).
- 19-مقداي أحمد(2020). "تطورات طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في الأردن لاستخدام التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا".المجلة العربية للنشر العلمي.المجلد2.العدد19.
- 20-ملاكوي حنان"(2020)"تداعيات جائحة فيروس كورونا المستجد على الأمن الصحي".نشريةالألكسو العلمية.العدد2.
- 21-مواهب الرشيد(2018)"القلق لدى طالبات كلية التربية بالزلفي وعلاقته ببعض المتغيرات".المجلة الالكترونية الشاملة .العدد5.
- 22-موساوي محمد(2012)"قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات".مجلة كلية التربية بالزفايق.العدد75.
- 23-ندمري رشا وآخرون(2020)"الصحة النفسية لدى اللبانيين خلال جائحة كورونا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية".المجلة العربية للنشر العلمي.العدد25.(282-310).

5/ المواقع الإلكترونية:

- 1-كعكة عبد العزيز.(2020).التعليم الرقمي وتجاربه في ظل أزمة كورونا.
<https://poval.aridmy>

الملاحق

الملحق رقم (1): مقياس القلق أثناء التعليم عن بعد في ظل أزمة كورونا.

أخي الفاضل/ أختي الفاضلة : فيما يلي مجموعة من العبارات تقابلها مجموعة من البنود هذه العبارات تصف حالتك خلال الست الأشهر الأخيرة أرجو أن تضع علامة (x) أمام البند الذي تجده مناسب لحالتك خلال الست الأشهر الأخيرة .

الجنس: ذكر

أنثى

التخصص:

أدبي:

علمي:

البنود	ولا يوم	بضعة أيام	أيام عديدة	أيام كثيرة	كل يوم
1 أصبحت أشعر بالتوتر					
2 أصبحت أغضب بسرعة					
3 أنفعل بشكل مبالغ فيه حيال المواقف					
4 أشعر بخوف بدون مبرر اتجاه مستقبلي					
5 أشعر أنه ليس لي قيمة					
6 أصبحت أعاني من صعوبة في التركيز					
7 أصبحت أبكي لأتفه الأسباب					
8 أصبحت أنزعج من الصوت العالي					
9 أصبحت أشعر بالهدوء					
10 أشعر بعدم الأمان					
11 أشعر بالحزن					
12 أشعر بانزعاج شديد					
13 أصبحت أشعر بالملل					
14 أشعر أن كارثة ما ستحدث					
15 أعطي الأحداث أكبر من حجمها					
16 أجد صعوبة في حكمي على الأمور باعتدال					
17 أتوقع حدوث الأمور السيئة					
18 أميل إلى تصعيب الأمور					
19 أضع تخمينات سلبية عن الأحداث قبل وقوعها					
20 أجد صعوبة في اتخاذ القرارات					
21 أصبحت متفائلا					

				22 أفكر في كيفية التعامل مع الأحداث السيئة قبل وقوعها
				23 تدور في رأسي أفكار مزعجة
				24 أشعر أنني أقلق بشدة حول أمور لا تستحق ذلك
				25 أجد صعوبة في التفكير بوضوح
				26 تبدو لي بعض الأحداث التي تبدو أمور عادية لدى الغير كمصدر خطر
				27 أصبحت ذكرياتي ضعيفة
				28 أشعر أن حياتي مهددة من مصدر مجهول لي
				29 أشعر أن الأمور تتراكم وأنا عاجز عن التعامل معها
				30 أصبحت غير قادر على الاسترخاء
				31 أصبحت لا أستمتع بأي نشاط أقوم به
				32 أتعامل مع الآخرين بهدوء
				33 أتجنب مواجهة المشاكل
				34 أرى أن أمور حياتي في الدراسة في تدهور
				35 أتعامل مع الآخرين بعصبية
				36 أصبحت كثير المشاجرات
				37 أعاني من سرعة خفقان القلب
				38 أعاني من دوام
				39 أصبحت أتعب بسرعة
				40 أتعرق بسهولة حتى إذا كان الجو باردا
				41 أشعر بجفاف في حلقي
				42 أشعر بالآم في المعدة
				43 أعاني من كثرة التبول من دون سبب عضوي
				44 عندما أركز على شيء ما أشعر بزغلة في عيني
				45 أشعر بالألم في عضلاتي
				46 أشعر بارتعاش في أطرافي
				47 أعاني من صعوبة في التنفس
				48 أشعر بالضيق في صدري
				49 أعني من انتفاخ في البطن
				50 أصبح وجهي شاحب اللون
				51 أعني من شد عضلي
				52 أنام جيدا
				53 أشعر ببرودة في يدي وقدمي
				54 لدي صعوبة في ابتلاع الطعام
				55 أشعر أن ضغط دمي مرتفع
				56 أعني من اضطراب في النوم

					57 أعاني من الصداع
					58 أعاني من أحلام مزعجة

الملحق رقم (2) : النسب المئوية لعينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغيري الجنس والتخصص

الجنس

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ذكر	14	46,7	46,7	46,7
أمتى	16	53,3	53,3	100,0
Total	30	100,0	100,0	

التخصص

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid أدبي	15	50,0	50,0	50,0
علمي	15	50,0	50,0	100,0
Total	30	100,0	100,0	

الملحق رقم (3) : يمثل مخرجات spss لصدق وثبات المقياس

1/صدق الاتساق الداخلي (معامل بيرسون) للأبعاد فيما بينها ومع الدرجة الكلية

Correlations

	1 البعد	2 البعد	3 البعد	4 البعد	المجموع
1 البعد					
Pearson Correlation	1	,665**	,428*	,189	,670**
Sig. (2-tailed)		,000	,018	,316	,000
N	30	30	30	30	30
2 البعد					
Pearson Correlation	,665**	1	,471**	,383*	,805**
Sig. (2-tailed)	,000		,009	,037	,000
N	30	30	30	30	30
3 البعد					
Pearson Correlation	,428*	,471**	1	,354	,643**
Sig. (2-tailed)	,018	,009		,055	,000
N	30	30	30	30	30

4 البعد	Pearson Correlation	,189	,383*	,354	1	,794**
	Sig. (2-tailed)	,316	,037	,055		,000
	N	30	30	30	30	30
المجموع	Pearson Correlation	,670**	,805**	,643**	,794**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	
	N	30	30	30	30	30

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

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

2/الصدق التمييزي لمقياس القلق

Group Statistics

المبحوثين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المجموع الدنيا	8	108,25	9,316	3,294
المجموع العليا	8	175,88	10,842	3,833

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances					
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	N
Equal variances assumed	,237	,634	-13,381	14	,000	
Equal variances not assumed			-13,381	13,690	,000	

3/ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,883	58

4/ ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية (معامل بيرسون).

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
فردى	30	70,3000	14,01760	2,55925
زوجى	30	73,4000	14,27465	2,60618

One-Sample Test

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
فردى	27,469	29	,000	70,30000	65,0657	75,5343
زوجى	28,164	29	,000	73,40000	68,0698	78,7302

الملحق رقم (4): النسب المئوية لأفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغيري الجنس والتخصص

1/ حسب متغير الجنس

الجنس

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ذكر	57	41,9	41,9	41,9
أنثى	79	58,1	58,1	100,0
Total	136	100,0	100,0	

2/ حسب متغير التخصص

التخصص

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid أدبى	67	49,3	49,3	49,3
علمى	69	50,7	50,7	100,0
Total	136	100,0	100,0	

الملحق رقم (5): يمثل مخرجات spss بعد تفرغ استبيانات البحث حسب الفرضيات.

1/ الفرضية الأولى: مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادراة فوق متوسط.

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المجموع	136	137,0735	28,70092	2,46108

One-Sample Test

	Test Value = 145					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
المجموع	-3,221	135	,002	-7,92647	-12,7937	-3,0592

2/ الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة احصائية في القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة ادراة في ظل أزمة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المجموع	ذكر	57	127,9825	26,61732	3,52555
	أنثى	79	143,6329	28,51458	3,20814

Independent Samples Te

	Levene's Test for Equality of Variances					
	F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	
المجموع	Equal variances assumed	,001	,978	-3,247	134	,002

Equal variances not assumed			-3,283	125,405
-----------------------------	--	--	--------	---------

3/ الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة ادراار تعزى لمتغير التخصص.

Group Statistics

التخصص	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
أدبي المجموع	67	136,6418	29,80884	3,64173
علمي	69	137,4928	27,79527	3,34616

Independent Samples Te

	Levene's Test for Equality of Variances		T	Df	Sig.
	F	Sig.			
المجموع	Equal variances assumed	,498	,482	-,172	134
	Equal variances not assumed			-,172	132,689

ملخص الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا، وقد تكونت عينة الدراسة من (136) طالب وطالبة ملتحقين بتخصصات علمية وأدبية كما استخدمت الباحثان مقياس القلق العام من إعداد الدكتورة (بن عبد الله فوزية) بالاعتماد على المنهج الوصفي، وبعد المعالجة الإحصائية عن طريق برنامج الحزمة الإحصائية spss باستخدام اختبار*ت* للعينة الواحدة واختبار*ت* لعينتين مستقلتين أسفرت النتائج إلى ما يلي:

- مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا فوق متوسط.

-توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق أثناء التعليم عن بعد لدى طلبة جامعة أدرار في ظل أزمة كورونا تعزى لمتغير التخصص.

الكلمات المفتاحية: القلق، التعليم عن بعد، فيروس كورونا.

Résumé de l'étude

Cette étude vise à identifier le niveau d'anxiété lors de l'enseignement à distance chez les étudiants de l'Université d'Adrar à la lumière de la crise de corona. L'échantillon de l'étude était composé de (136) étudiants et étudiantes inscrits dans des spécialisations scientifiques et littéraires. Les deux chercheurs ont également utilisé l'échelle d'anxiété générale préparée par le Dr(Bin Abdullah fawzia) avec accréditation sur l'approche descriptive, et après traitement statistique au moyen du progiciel statistique SPSS et en utilisant le test *T* pour un échantillon le test *T* pour deux échantillons indépendants, le les résultats ont donné les suivant:

-Le niveau d'anxiété pendant l'enseignement à distance chez les étudiants de l'Université d'Adrar à la lumière de la crise de corona est supérieur à la moyenne.

-Il existe des différences statistiquement significatives dans le niveau d'anxiété pendant l'enseignement à distance parmi les étudiants de l'Université d'Adrar à la lumière de la crise de corona en raison de la variable du sexe.

-Il n'y pas de différences statistiquement significatives dans le niveau d'anxiété pendant l'enseignement à distance parmi les étudiants de l'Université d'Adrar à la lumière de la crise de corona en raison de la variable de spécialisation.

Mots-clés: anxiété, enseignement à distance, virus corona.