



كلية التربية
قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسى

فاعلية برنامج
للعلاج الواقعى فى خفض قلق الاختبار لدى عينة من طلاب الشهادة
الثانوية
العامة

رسالة
مقدمة من الطالبة

مها عبد الحميد محمود عبد الحليم
للحصول على درجة الماجستير فى التربية
(تخصص صحة نفسية و إرشاد نفسى)

إشراف

د/ محمود رامز يوسف	أ.د / حسام الدين محمود عزب
مدرس الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
و الإرشاد النفسى	و الإرشاد النفسى
كلية التربية – جامعة عين شمس	كلية التربية – جامعة عين شمس

٢٠١٤-٥١٤٣٥ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

" قُلْ اِعْمَلُوا فِى سَبِيْلِ اللَّهِ عَمَلَكُمْ وَرِسُوْلَهُ وَ الْمُؤْمِنُوْنَ "

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيْمُ



كلية التربية
قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسى

صفحة العنوان

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج للعلاج الواقعى فى خفض قلق الاختبار لدى عينة من طلاب
الشهادة الثانوية العامة .

اسم الطالب : مها عبد الحميد محمود عبد الحليم .

الدرجة العلمية : درجة ماجستير فى التربية تخصص " صحة نفسية و إرشاد نفسى " .

القسم التابع له : الصحة النفسية و الإرشاد النفسى .

الكلية : كلية التربية .

الجامعة : جامعة عين شمس .

سنة التخرج : ٢٠٠٤ .

سنة المنح : ٢٠١٤ .



كلية التربية
قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسى

رسالة ماجستير

عنوان الرسالة " فاعلية برنامج للعلاج الواقعى فى خفض قلق الاختبار لدى عينة
من طلاب الشهادة الثانوية العامة "

اسم الطالب : مها عبد الحميد محمود عبد الحليم

الدرجة : ماجستير فى التربية تخصص " صحة نفسية و إرشاد نفسى "

لجنة الإشراف

د/ محمود رامز يوسف	أ.د / حسام الدين محمود عزب
مدرس الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
و الإرشاد النفسى	و الإرشاد النفسى
كلية التربية – جامعة عين شمس	كلية التربية – جامعة عين شمس

تاريخ المناقشة : ٣ / ٢ / ٢٠١٤

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ : / / ٢٠١٤

ختم الإجازة

موافقة مجلس الجامعة

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٤

/ / ٢٠١٤

دليل القوائم

رقم الصفحة	البيان	م
٥	أولاً : قائمة الموضوعات .	١
ز	ثانياً : قائمة الجداول .	٢
ط	ثالثاً : قائمة الأشكال .	٣
ى	رابعاً : قائمة الملاحق .	٤

أولاً : قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
٩ - ١	الفصل الأول : مدخل الدراسة .
٢	مقدمة .
٣	أولاً : مشكلة الدراسة .
٤	ثانياً : هدف الدراسة .
٤	ثالثاً : أهمية الدراسة .
٧	رابعاً : مصطلحات الدراسة .
٩	خامساً : حدود الدراسة .
٥٥ - ١٠	الفصل الثاني : الإطار النظري للدراسة .
١١	* تمهيد
١١	أولاً : العلاج الواقعي .
١١	١ - نشأة العلاج الواقعي .
١٢	٢ - ماهية العلاج الواقعي .
١٣	٣ - فلسفة العلاج الواقعي .
٢٠	٤ - فنيات العلاج الواقعي .
٢٥	٥ - خطوات العلاج الواقعي .
٢٨	٦ - أهداف العلاج الواقعي .
٢٨	٧ - تطبيقات العلاج الواقعي .
٢٩	٨ - دور العلاج الواقعي في خفض قلق الاختبار .
٣٠	ثانياً : قلق الاختبار .
٣٠	تمهيد .
٣٠	١ - تعريف القلق على وجه العموم .
٣١	٢ - تعريف القلق بشكل نوعي .
٣٤	٣ - الأسباب و العوامل التي تؤدي إلى القلق .

تابع أولاً : قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
٣٦	٤ - النظريات المفسرة للقلق .
٤٢	ثالثاً : طلاب الشهادة الثانوية العامة (المراهقة) .
٤٢	١ - تعريفات المراهقة .
٤٤	٢ - نظريات المراهقة .
٤٨	٣ - تحديد مرحلة المراهقة .
٤٩	٤ - خصائص النمو المميزة في فترة المراهقة .
٥٤	٥ - المطالب و الحاجات الأساسية في مرحلة المراهقة .
٧٣ - ٥٦	الفصل الثالث : دراسات سابقة .
٥٧	* تمهيد .
٥٨	أولاً : دراسات تناولت قلق الاختبار لدى المراهقين .
٦٣	ثانياً : دراسات تناولت برامج إرشادية لخفض قلق الاختبار لدى المراهقين .
٦٧	ثالثاً : دراسات تناولت برامج إرشادية للعلاج الواقعي لدى المراهقين .
٧٠	رابعاً : تعقيب على الدراسات السابقة .
٧٢	خامساً : فروض الدراسة .
١٠٨ - ٧٤	الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة .
٧٥	* تمهيد .
٧٥	أولاً : منهج الدراسة .
٧٥	ثانياً : عينة الدراسة .
٨٠	ثالثاً : أدوات الدراسة .
٨٠	١ - اختبار الذكاء اللفظي .
٨٤	٢ - مقياس المستوى الإجتماعي الإقتصادي للأسرة .
٨٥	٣ - مقياس قلق الاختبار لدى طلاب الشهادة الثانوية العامة .
٩٦	٤ - برنامج العلاج الواقعي .
١٠٧	رابعاً : الأساليب الإحصائية المستخدمة .
١٠٨	خامساً : خطوات الدراسة .
١٣٧ - ١٠٩	الفصل الخامس : نتائج الدراسة و مناقشتها .
١١٠	* تمهيد .
١١٠	أولاً : نتائج التحقق من الفرض الأول .
١١٥	ثانياً : نتائج التحقق من الفرض الثاني .
١٢٣	ثالثاً : نتائج التحقق من الفرض الثالث .
١٢٩	رابعاً : تفسير النتائج .

تابع أولاً : قائمة الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
١٣٦	خامساً : تعقيب عام على نتائج الدراسة .
١٣٦	سادساً : التطبيقات التربوية .
١٣٧	سابعاً : البحوث المقترحة .
١٣٨	قائمة المراجع
١٣٩	أولاً : مراجع باللغة العربية .
١٤٥	ثانياً : مراجع باللغة الإنجليزية .
١٥١	الملاحق .
١٩٦	ملخص الرسالة باللغة العربية .
٣ - ١	ملخص الرسالة باللغة الإنجليزية .

ثانياً : قائمة الجداول

رقم الصفحة	الجدول	م
٧٦	توزيع أفراد العينة .	١
٧٧	نتائج اختبار مان ويتنى للفروق بين متوسطات رتب أفراد عينة الدراسة ذكور (تجريبية - ضابطة) و إناث (تجريبية - ضابطة) من حيث المستوى الاجتماعى - الاقتصادى للأسرة .	٢
٧٨	نتائج اختبار مان ويتنى للفروق بين متوسطات رتب أفراد عينة الدراسة ذكور (تجريبية - ضابطة) و إناث (تجريبية - ضابطة) من حيث نسبة الذكاء .	٣
٧٩	نتائج اختبار مان ويتنى للفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية - الضابطة (ذكور) فى الأبعاد و الدرجة الكلية لمقياس قلق الاختبار فى القياس القبلى .	٤
٧٩	نتائج اختبار مان ويتنى للفروق بين متوسطات رتب أفراد المجموعتين التجريبية - الضابطة (إناث) فى الأبعاد و الدرجة الكلية لمقياس قلق الاختبار فى القياس القبلى .	٥
٨١	يوضح الأزمنة الخاصة لكل قسم من أقسام الاختبار	٦
٨٣	جدول ت لبيان دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى اختبار الذكاء .	٧
٨٥	تصنيف مستوى الدخل الشهري للأسرة فى مقياس المستوى الاجتماعى الاقتصادى .	٨
٨٦	أبعاد مقياس قلق الاختبار للمراهقين بصورته الأولية	٩
٨٨	الإتساق الداخلى لعبارات المقياس قلق الاختبار (ن = ٧٣) .	١٠
٨٩	معاملت الإتساق الداخلى لأبعاد مقياس قلق الاختبار و الدرجة الكلية (ن = ٧٣) .	١١

تابع ثانياً : قائمة الجداول

رقم الصفحة	الجداول	م
٨٩	جدول لبيان دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الأول (المعرفى) (ن = ١٥) .	١٢
٩٠	جدول لبيان دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الثانى (الجسمى) (ن = ١٥) .	١٣
٩١	جدول لبيان دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الثالث (السلوكى) (ن = ١٥) .	١٤
٩٢	جدول لبيان دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الرابع (الإنفعالى) (ن = ١٥) .	١٥
٩٣	ت لبيان دلالة الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة على مقياس قلق الاختبار (ن = ١٥) .	١٦
٩٤	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ .	١٧
٩٥	معاملات ثبات أبعاد مقياس قلق الاختبار و الدرجة الكلية للمقياس .	١٨
٩٥	معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على الاختبار و بعد تطبيق الاختبار بعد فترة أسبوعين .	١٩
١٠٣	جلسات برنامج العلاج الواقعى فى خفض قلق الاختبار لدى طلاب الشهادة الثانوية العامة .	٢٠
١١١	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذكور و متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة فى القياس البعدى على أبعاد مقياس قلق الاختبار و الدرجة الكلية .	٢١
١١٣	يوضح قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية إناث و متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة إناث فى القياس البعدى فى أبعاد مقياس قلق الاختبار و الدرجة الكلية .	٢٢
١١٦	يوضح الفروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية ذكور فى القياس القبلى و البعدى على أبعاد مقياس قلق الاختبار (البعد المعرفى - البعد الجسمى - البعد السلوكى - البعد الإنفعالى) و الدرجة الكلية (ن = ١٠) .	٢٣
١٢٠	يوضح الفروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية إناث فى القياس القبلى و البعدى على أبعاد مقياس قلق الاختبار (البعد المعرفى - البعد الجسمى - البعد السلوكى - البعد الإنفعالى) و الدرجة الكلية (ن = ١٠) .	٢٤
١٢٤	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذكور فى القياس البعدى و التبعى لأبعاد مقياس قلق الاختبار و الدرجة الكلية .	٢٥
١٢٧	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية إناث فى القياس البعدى و التبعى لأبعاد مقياس قلق الاختبار و الدرجة الكلية .	٢٦

ثالثاً : قائمة الأشكال

رقم الصفحة	الأشكال	م
٨٣	يوضح متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة فى اختبار الذكاء .	١
٩٠	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الأول (المعرفى) .	٢
٩١	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الثانى (الجسمى) .	٣
٩٢	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الثالث (السلوكى) .	٤
٩٣	يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوى الدرجات المنخفضة و المرتفعة فى البعد الرابع (الإنفعالى) .	٥
٩٤	يوضح الفروق التى توصلت إليها الباحثة فى كل بعد على حدى و فى مجموع درجات الأفراد للمقياس ككل .	٦
١١٣	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذكور فى القياس البعدى و درجات أفراد المجموعة الضابطة فى القياس البعدى فى أبعاد مقياس قلق الاختبار .	٧
١١٥	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية إناث فى القياس البعدى و درجات أفراد المجموعة الضابطة فى القياس البعدى فى أبعاد مقياس قلق الاختبار .	٨
١١٩	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذكور فى القياس القبلى و البعدى على أبعاد مقياس قلق الاختبار .	٩
١٢٣	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية إناث فى القياس القبلى و البعدى على أبعاد مقياس قلق الاختبار .	١٠
١٢٦	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذكور فى القياس البعدى و التتبعى على أبعاد مقياس قلق الاختبار .	١١
١٢٩	يوضح الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية إناث فى القياس البعدى و التتبعى على أبعاد مقياس قلق الاختبار .	١٢

رابعاً : قائمة الملاحق

الصفحة	الملحق	م
١٥١	الملاحق	
١٥٢	اختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية و الجامعية .	١
١٦٤	استمارة المستوى الاجتماعى الاقتصادى للأسرة .	٢
١٦٥	مقياس قلق الاختبار للمراهقين فى صورته الأولية .	٣
١٦٨	مقياس قلق الاختبار للمراهقين فى صورته النهائية .	٤
١٧٢	أسماء محكمى مقياس قلق الاختبار .	٥
١٧٣	جلسات برنامج العلاج الواقعى .	٦
١٩٣	كتاب الموافقة من قبل الجهاز المركزى للتعبئة العامة و الإحصاء .	٧
١٩٤	كتاب الموافقة من قبل مديرية التربية و التعليم بمحافظة القاهرة .	٨
١٩٥	كتاب الموافقة من قبل إدارة النزهة التعليمية بالدخول إلى مدرسة يوسف السباعى الثانوية الذكية للغات .	٩

مستخلص الدراسة

الاسم : مها عبد الحميد محمود عبد الحليم .

عنوان الدراسة : " فاعلية برنامج للعلاج الواقعي فى خفض قلق الاختبار لدى عينة من طلاب الشهادة الثانوية العامة " .

جهة الدراسة : جامعة عين شمس - كلية التربية - قسم الصحة النفسية و الإرشاد النفسى .

هدف الدراسة : تهدف الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج للعلاج الواقعي فى خفض قلق الاختبار لدى عينة من طلاب الشهادة الثانوية العامة .

العينة : تكونت عينة الدراسة من ٤٠ طالب و طالبة من طلاب الشهادة الثانوية العامة تتراوح أعمارهم من ١٦ - ١٨ سنة ، تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات كالتالى :

المجموعة الأولى : المجموعة التجريبية ذكور و تضم ١٠ طلاب ذكور .

المجموعة الثانية : المجموعة التجريبية إناث و تضم ١٠ طالبات إناث .

المجموعة الثالثة : المجموعة الضابطة ذكور و تضم ١٠ طلاب ذكور .

المجموعة الرابعة : المجموعة الضابطة إناث و تضم ١٠ طالبات إناث .

و قد تم التجانس بين أفراد العينة من حيث العمر الزمنى ، و من حيث الذكاء ، و من حيث درجة أبعاد قلق الاختبار (البعد المعرفى - البعد الجسمى - البعد السلوكى - البعد الإنفعالى)

و الدرجة الكلية ، و من حيث المستوى الإجتماعى الإقتصادى للأسرة .

أدوات الدراسة : اختبار الذكاء اللفظى للمرحلة الثانوية والجامعية . إعداد / جابر عبد الحميد جابر ، محمود أحمد عمر ١٩٩٣ .

مقياس المستوى الإجتماعى الإقتصادى للأسرة المصرية . إعداد / عبد العزيز

الشخص ٢٠٠٦ .

مقياس قلق الاختبار لدى طلاب شهادة الثانوية العامة . إعداد / الباحثة .

البرنامج الإرشادى المستخدم أسلوب العلاج الواقعي . إعداد / الباحثة .

نتائج الدراسة : من أهم النتائج التى أسفرت عنها الدراسة فى ضوء ما سبق من نتائج الدراسة و تفسيرها فاعلية العلاج الواقعي فى خفض قلق الاختبار (البعد المعرفى - البعد الجسمى - البعد السلوكى - البعد الإنفعالى) لدى طلاب الشهادة الثانوية العامة .

الكلمات المفتاحية : Key Words

١ - العلاج الواقعي Reality Therapy

٢ - قلق الاختبار Test Anxiety

٣ - طلاب الشهادة الثانوية العامة Secondary School Certificate Students



Faculty of Education
Department of Mental Health and Psychological Counseling

The effectiveness of Reality Therapy to reduce Test Anxiety of Students at Secondary Stage

A Thesis Submitted by

Maha Abd El hamid Mahmoud Abd El halim

For obtain M . A Degree in Education

(Mental Health & Counseling Psychological)

Supervised by

Prof . Dr .
Hossam El din Mahmoud Azab
Professor of Mental Health
and Psychological Counseling
Faculty of Education
Ain Shams University

Dr .
Mahmoud Ramez Youssef
Lecture of Mental Health
and Psychological Counseling
Faculty of Education
Ain Shams University

2014

الفصل الأول مدخل الدراسة

- مقدمة .
- أولاً : مشكلة الدراسة .
- ثانياً : أهداف الدراسة .
- ثالثاً : أهمية الدراسة .
- رابعاً : تحديد مصطلحات الدراسة .
- خامساً : حدود الدراسة .

الفصل الأول مدخل الدراسة

مقدمة :

اتفق كثير من الباحثين في وصفهم لهذا العصر بأنه عصر القلق ، حيث أضحى القلق عنواناً للعديد من الدراسات النفسية ، سواء تلك التي تهتم منها بالسلوك المضطرب لدى الإنسان مثل الأرق ، والأمراض النفسجسمية أو تلك التي تتصل لديه بالحاجة إلى الإبتكار والإبداع .

قد يكون من البديهي أن نسمى هذا العصر بعصر القلق نظراً لما يشهده من ثورة تكنولوجية ، وما احتوته هذه الثورة من مثيرات حسية ومعنوية قد تبعث في كثير من الأحيان الإحساس بالتوتر والضيق (على محمود ، ١٩٨٧ : ٢٩٧) .

ولأن مرحلة الثانوية العامة من المراحل التي تساهم في تشكيل مستقبل الطالب كالاتحاق بالجامعة ، والحصول على الوظيفة المناسبة ، يمر فيها الطالب بكثير من المشكلات الدراسية ، ومنها الاعتماد على الدروس الخصوصية ، و تمييز المعلمين لبعض الطلاب دون الآخرين

، و الشك في قيمة المواد التي تدرس ، و القلق والخوف من الامتحانات ، و عدم معرفة كيفية الاستعداد للامتحانات ، والشك في قدرته (حامد زهران ، ١٩٩٧ : ٤٤٨) .

من الجدير بالذكر أن العوامل المساعدة على ظهور قلق الاختبار تكمن في الأفكار والتصورات الخاطئة عن الامتحانات وما يترتب عليها من نتائج ، وطريقة الامتحانات ونظمها وربطها بأساليب تبعث على الرهبة والخوف (على محمود ، ١٩٨٧ : ٣٠٠) .

ونتيجة لقلق الامتحانات يلجأ الطالب إلى الدروس الخصوصية كحيلة هروبية للتخلص من تحمل المسؤولية والاعتماد على المذكرات .

وتذكر أمنية شلبي (١٩٩٣ : ٦٩) أن الكفاءة الذاتية والثقة بالنفس والاعتماد على القدرة الشخصية كلها سمات تؤدي إلى تكوين اتجاهات سلبية تجاه الدروس الخصوصية والعكس صحيح .

طالب المرحلة الثانوية في حاجة للإعتماد على النفس وتنمية قدراته على أن يكون مسؤولاً ، واستثارة دافعيته للإنجاز التي تحرك الحاضر نحو مستقبل أفضل ، وأن يتسم سلوكه بالمثابرة وراء الهدف وإحلال المسؤولية محل الإعتمادية (إيمان لطفى إبراهيم ، ٢٠٠٣ : ٣) .

تري الباحثة أن العلاج بالواقع الذي طوره وليام جلاسر William Glasser ملائم في هذا المجال للتصدى لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية لتأكيدده على تحمل المسؤولية فمن الضروري أن يعتمد الطالب على ذاته في التحصيل الدراسي بدلاً من الإعتماد على الدروس الخصوصية، وأن يكون الطالب على وعى كامل بما يفعل وعواقب هذا الفعل، وأن يكون الطالب متحلياً بقيم أخلاقية و لديه ثقة في خالقه وفي نفسه فيجب على الطالب أن يتخلص من قلق الامتحان ضماناً لحسن التحصيل والإنجاز .

ونظراً لأن الدافعية والمسؤولية والقيم الخلقية هي أسس العلاج الواقعي ، ولأن الالتزام والتخطيط لسلوك مسئول والتركيز على الحاضر من أهم فنياته ، فإن البحث الحالي يمثل خطوة أساسية في تطبيق أسس وفنيات العلاج الواقعي ، مما يتيح لطالب المرحلة الثانوية تنمية الثقة بنفسه ، وتنمية قدرته على تحمل المسؤولية ، وتقبل الواقع ، ونمو دافعيته للإنجاز في الحاضر والمستقبل ، و

بناءً على ما سبق ذكره فإن الباحثة تجد حاجة ماسة و ضرورية لمثل هذه الدراسة للكشف عن فاعلية العلاج الواقعي في خفض قلق الاختبار لدى عينة من طلاب شهادة الثانوية العامة .

أولاً : مشكلة الدراسة

تتبع مشكلة الدراسة الحالية من خلال متابعة الدراسات النفسية التي تناولت قلق الاختبار لدى طلاب الشهادة الثانوية العامة ، كذلك من خلال الإطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي تناولت طرق إرشادية وعلاجية مختلفة لخفض القلق لدى طلاب المرحلة الثانوية ، حيث توصلت هذه الدراسات الى :

- إن الطالب في مرحلة الشهادة الثانوية العامة يعاني من بعض المشكلات الدراسية ومن أهمها قلق الاختبار ، وأن هذه المشكلة تكون ظاهرة بشكل واضح لديه في هذه المرحلة عن أي مرحلة تعليمية أخرى ، فمرحلة الثانوية العامة تعد مرحلة متميزة بحكم موقعها في السلم التعليمي ، فهي مرحلة تتوسط مرحلة التعليم الأساسي ، والتعليم الجامعي حيث يقع عليها تبعات أساسية وحيوية من أبرزها تكوين النشء وإعدادهم ليجدوا مكاناً ودوراً لهم في المجتمع هذا الأمر الذي يجعل الطلاب طوال العام ممزقون ما بين قلق على درجاتهم وضغوط من الوالدين بضرورة النجاح والتفوق مما يثير الرعب في نفوسهم وهو الأمر الذي قد يكون محركاً للفشل والإخفاق وعدم القدرة على تحمل المسؤولية وعدم الإعتماد على النفس في تحصيل الدروس .

- التركيز على مجموع درجات اختبار الشهادة الثانوية كمعيار للقبول بالجامعة ، دفع الطلاب إلى اللجوء للدروس الخصوصية ، والدروس الخصوصية وسيلة يلجأ إليها الطلاب للهروب من المسؤولية بدلاً من الإعتماد على أنفسهم في التحصيل ، ويلجأ إليها الطلاب لحفظ المعلومات التي يجب على الطلاب استظهارها والإحتفاظ بها حتى لحظة الإختبار مما يؤثر سلباً على دافع الطالب للإنجاز .

- ورغم كثرة الدراسات التي أكدت على التأثير السلبي للقلق على التحصيل الدراسي ، إلا أن الخدمات العلاجية والإرشادية المقدمة لخفض قلق الإختبار محدودة كما أنه لا توجد دراسات عربية تناولت دور العلاج الواقعي في خفض قلق الإختبار وذلك في حدود علم الباحثة ، على الرغم من أن الدافعية ، والمسؤولية والقيم الخلقية هي أسس العلاج الواقعي و الطالب في هذه المرحلة في حاجة لتنمية تلك الأسس و تنمية قدرته على تحمل المسؤولية و الدافعية و القيم الخلقية ، وتنمية قدراته وثقته بنفسه .

- تساهم كلا من الأسرة والمدرسة في حدوث قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، فمن خلال ضغط الوالدين على الطلاب بضرورة النجاح و التفوق والحصول على مجموع درجات مرتفع مما يثير القلق لدى الأبناء ويمنع ثبات المعلومات ومن خلال عدم توافر برامج منظمة لخدمات الإرشاد النفسي بالمدرسة تناقش أساليب الإستذكار والتحصيل مع الطلاب وتحسن اتجاهات الطلاب نحو المدرسة والمدرسين ، وفي القلة القليلة من الدراسات التي صممت برامج إرشادية أو علاجية لقلق الاختبار لدى طلاب الشهادة الثانوية العامة ، كان المحور الرئيسي لهذه الدراسات هو : قلق الاختبار وإهمال دور الأسرة والمدرسة في حدوث هذه المشكلة الدراسية .

- و رغم أن الدراسات السابقة تناولت برامج إرشادية وعلاجية مختلفة لخفض القلق لدى طلاب المرحلة الثانوية إلا أنه لا توجد دراسات عربية أو أجنبية تناولت العلاج بالواقع مع طلاب الشهادة الثانوية العامة لتخفيف قلق الاختبار لديهم ، وذلك فيما أتيح للباحثة الإطلاع عليه .

ومن هنا يمكن أن تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي : هل يمكن خفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية باستخدام العلاج الواقعي وينبثق عن هذا التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية :-