

**الشغف الأكاديمي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة
الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة**

Academic passion and its relationship
to coping strategies for psychological
stress among Students University

أعداد

الأستاذ الدكتور

حسني زكريا السيد النجار

أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة كفر الشيخ

الأستاذ الدكتور

علاء الدين السعيد النجار

أستاذ علم النفس التربوي - وكيل الكلية السابق

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

كلية التربية - جامعة كفر الشيخ

ريهام محمد محمد عباس

باحثة ماجستير

مستخلص البحث:

Academic passion and its relationship to coping strategies for psychological stress among Students University

يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة البحث من (٤٣٥) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة كفرالشيخ (أقسام علمية - أقسام أدبية) وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٠ - ٢٣) عاماً للعام الدراسي (٢٠٢٣ / ٢٠٢٤)، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الشغف الأكاديمي - ترجمة وتعريب (الباحث، ٢٠٢٣) - ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية - ترجمة وتعريب (سليم، ٢٠١٠) - وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.

الكلمات المفتاحية: الشغف الأكاديمي، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، طلاب جامعة كفرالشيخ.

Abstract:

The current research aimed to reveal the relationship between academic passion and coping strategies for psychological stress among university students. The research sample consisted of (435) male and female students from Kafrelsheikh University (scientific and literary departments) with ages ranging between (20 and 23) years for the academic year 2023/2024. The study tools included the Academic Passion Scale, translated and Arabized by the researcher in 2023, and the Coping Strategies for Psychological Stress Scale, translated and Arabized by Saleem in 2010. The research results show a statistically significant positive relationship between academic passion and coping strategies for psychological stress among university students.

المقدمة

يُعد مفهوم الشغف الأكاديمي من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الإيجابي ويُشار إلى الشغف كتفسير لدافعية التعلم، والممارسة، والوصول إلى التحصيل العالي. (Delcourt, 2003.)

كما يُنظر إلى الشغف من خلال تركيز الاهتمام على موضوع بحيث يعبر عن اهتمام متطرف أو أقصى اهتمام (Gange, 2007).

ويشير فاليراند وآخرون (Vallerand et al, 2003) إلى أن الشغف الأكاديمي يتكون من مكونين رئيسيين هما: الشغف التوافقي (Harmonious Passion) وهو الذي ينتج عن الاستقلالية الذاتية والاستعداد للقيام بالنشاط الذي يتطابق مع شخصية الفرد، والشغف القهري (Obsessive Passion) وهو الشغف الناتج عن التخطيط للقيام بعمل معين والذي يخضع للرقابة.

وقد اتفق كل من فاليراند وآخرون، وكيران وآخرون (Vallerand, et al, 2015 ; Curran, et al, 2015) على أن الشغف هو ميلٌ قوي لدى الفرد للقيام بالأنشطة المفضلة لديه والتي يعتبرها مهمةً في حياته، وأنه يقوي الدافع، ويساعد في اكتساب مهارات جديدة، وأداء أفضل في الأنشطة التي يندمج فيها، ويكسب الفرد قدرة كبيرة على مواجهة التغيير (الشغف التوافقي). وربما يأخذ هذا الشغف منحى آخر يكون فيه شكل من أشكال القهر (الشغف القهري) حيث لا يستطيع الفرد متابعة النشاط، ويفتقد القدرة على التركيز فيه، وتتتابه مشاعر سلبية كالصراع والشعور بالذنب (الشغف القهري).

ويضيف جاتشيموفيتش ووهلر وبالي وجالنشي (Jachimowicz, Wihler, Bailey & Galinsky, 2018) أن الشغف شعورٌ قويٌّ نحو قيمة معينة أو تفضيل شخصي مهم يدفع السلوك للتعبير عن تلك القيمة أو

التفضيل ووجود هذا الشعور القوي يعني أن الشغف حالة وجدانية قوية يترتب عليها انعكاسات مفيدة على الأداء من خلال الانخراط العقلي العميق في شيء ما.

يتعرض الطالب الجامعي كغيره إلى العديد من الضغوط والظروف والخبرات الحياتية الضاغطة، أضاف إلى ذلك الضغط الذي يواجهه خلال مشواره الدراسي، وعلى اعتبار أنه إنسان بالغ يحاول مواجهة هذه الضغوط وذلك باستخدام أساليب واستراتيجيات عديدة ومتنوعة لأجل أن يُبعد كل ما يشكل تهديداً بالنسبة له، ولأن الأفراد يختلفون سواء في كيفية إدراكهم للمشكلة في حد ذاتها أو في الأساليب التي يعتمدونها في مواجهة هذه المشكلة لذا نجد أن هناك من ينجح في مواجهة هذه الضغوط بالتخفيف من حدتها أو معالجتها، غير أن البعض يفشل في ذلك وهذا عائد لاستراتيجيات المواجهة التي يستخدمها كل شخص وفي هذا البحث سنسلط الضوء على مختلف أنواع هذه الاستراتيجيات.

وما يميز الدراسة الحالية أنها تناولت الحديث عن الشغف الأكاديمي، حيث إن الشغف الأكاديمي يقوي الدافع، ويساعد في اكتساب مهارات جديدة، وأداء أفضل في الأنشطة التي يندمج فيها، ويكسب الفرد قدرة كبيرة على مواجهة التغيير، كما أن الدراسة طُبقت على فئة مهمة وهي فئة طلاب الجامعة مما يجعل للدراسة أهمية كبيرة في الميدان التربوي بإذن الله.

مشكلة الدراسة

في ظل التحديات الأكاديمية والضغوط النفسية التي يواجهها طلاب الجامعة، تبرز أهمية فهم كيفية تأثير الشغف الأكاديمي على قدراتهم في التعامل مع هذه الضغوط. تتبع مشكلة الدراسة الحالية من الحاجة إلى استكشاف طبيعة العلاقة بين الشغف الأكاديمي - كمحرك داخلي يعزز الإقبال على التعلم والاستكشاف - وبين استراتيجيات مواجهة الضغوط

النفسية والتي تُعد ضرورية للحفاظ على الصحة النفسية وتحقيق التوازن. على الرغم من الإقرار بأهمية كلٍ من الشغف الأكاديمي ومهارات التعامل مع الضغوط، إلا أن الفهم العميق لكيفية تفاعل هذين العاملين وتأثيرهما المتبادل يظل مجالاً بحثياً بحاجة إلى مزيد من الدراسة. لذا، تسعى الدراسة الحالية لملئ هذا الفراغ، مما يُمكن من تطوير برامج دعم نفسي وأكاديمي أكثر فعالية تسهم في تحسين تجربة الطلاب الجامعية ونجاحهم الأكاديمي ومن خلال العرض السابق يمكن صياغة مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

(١) هل توجد علاقة ارتباطية بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات

مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة؟

(٢) ما مستوى الشغف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟

أهداف البحث

(١) تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن الشغف الأكاديمي لدى

طلاب الجامعة.

(٢) تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن الضغوط النفسية لدى

طلاب الجامعة.

(٣) الكشف عن تأثير الضغوط النفسية على الشغف الأكاديمي لدى

طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة

تتجلى أهمية الدراسة الحالية في ضوء ما يلي:

(أ) الأهمية النظرية:

(١) تعد الدراسة الحالية من أولى الدراسات التي تتم على طلاب

الجامعة بجميع كلياتها.

٢) قدمت الدراسة أدباً نظرياً يتماشى مع متطلبات العصر الحالي

حيث توجهت الدراسات العلمية مؤخراً إلى التركيز على الشغف

الأكاديمي، ودوره في تحسين العملية التعليمية.

٣) إن ربط الشغف الأكاديمي بالضغوط النفسية يعتبر من

الدراسات النادرة في مصر - في حدود الباحث - التي طبقت

على فئة طلاب الجامعة، وهذه الدراسة ربما تعمل على إثراء

المكتبة النفسية وتنوع البحث التربوي.

٤) أهمية وحساسية هذه الفئة من الطلاب في العمل مستقبلاً على

تقدم المجتمع وازدهاره اعتماداً على إنتاجهم العقلي والإبداعي

لهذا كان لابد من إجراء العديد من الأبحاث والدراسات حول فئة

طلاب الجامعة.

٥) حاجة الأدبيات النفسية في الدراسات العربية إلى توسيع دائرة

البحث في دراسة الشغف الأكاديمي باعتباره دالة للفروق في

متغيرات أخرى جديرة بالدراسة مثل الضغوط النفسية وبخاصة

عند طلاب الجامعة.

(ب) الأهمية التطبيقية:

١) تحسين البرامج الأكاديمية والتعليمية: يمكن لنتائج الدراسة أن

توجه المؤسسات التعليمية نحو تطوير برامج وسياسات تعليمية

تأخذ في الاعتبار الشغف الأكاديمي وتأثيره على التحصيل

والرفاهية النفسية للطلاب.

٢) تصميم برامج دعم نفسي مخصصة: بفهم علاقة الشغف

الأكاديمي بالضغوط النفسية، يمكن للمؤسسات الجامعية

والمراكز الاستشارية تصميم برامج دعم وتدخلات نفسية تستهدف

تعزيز الشغف الأكاديمي كآلية للتكيف النفسي.

٣) تعزيز الأداء الأكاديمي: إن الفهم العميق لكيفية تأثير الضغوط النفسية على الشغف الأكاديمي يمكن أن يساعد في تطوير استراتيجيات فعالة لتعزيز الأداء الأكاديمي والحفاظ على الدافعية للتعلم.

٤) الوقاية والتدخل المبكر: الكشف عن العلاقة بين الشغف الأكاديمي والضغوط النفسية يمكن أن يؤدي إلى تطوير برامج وقائية وتدخلات مبكرة للطلاب الذين يعانون من ضغوط نفسية، مما يقلل من المخاطر المرتبطة بالمشاكل النفسية والأكاديمية.

٥) إرشاد السياسات التعليمية: يمكن للنتائج المستخلصة من الدراسة أن توفر بيانات قيمة لصانعي السياسات التعليمية لتطوير إستراتيجيات وبرامج تعليمية تراعي العوامل النفسية وتعزز بيئة تعليمية داعمة ومحفزة.

٦) زيادة الوعي: تسهم الدراسة في رفع مستوى الوعي بين الطلاب والمعلمين والإداريين حول أهمية الشغف الأكاديمي واستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية، مما يعزز مناخاً تعليمياً إيجابياً.

المصطلحات الإجرائية لمتغيرات لدراسة:

١) الشغف الأكاديمي:

يمكن القول إن الشغف الأكاديمي هو ميل قوي نحو نشاط يحبه الشخص، ويستشعر أهميته، ويستثمر فيه الوقت والطاقة (Vallerand et al, 2003).

ويشير مفهوم الشغف بشكل عام إلى الرغبة في القيام بالنشاط طوال الوقت، وتكريس الوقت والطاقة بشكل كبير له، أو الانخراط بشكل كامل في النشاط (Fredricks, Alfeld& Eccles, 2010)

والشغف الأكاديمي هو ميل قوي نحو نشاط يحبه الطالب، ويستشعر أهميته، ويستثمر فيه الوقت والطاقة. (عبد الناصر الجراح وفيصل الربيع، ٢٠٢٠)

٢) استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

تنوعت التعريفات النفسية لمفهوم استراتيجيات المواجهة بتنوع زوايا النظر له، ورغم تعدد هذه التعريفات نجدها تدور حول محور رئيسي، وهو أن مفهومها يصف في الغالب عملية التخلص من مصدر الضغط، أو التخفيف منه وتقليل الضغط النفسي الذي يواجهه الفرد بكل أنواعه والتعريفات التي سوف نقدمها نجدها قد صنفت مفهوم استراتيجيات المواجهة فقد تم التعامل معها كأسلوب، استراتيجية، استجابة، مجهود، عملية، أو كمحاولة ونورد هذه التعريفات فيما يلي:

عرفتها (أمل علاء الدين أبوعزام، ٢٠٠٥) بأنها هي استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الفرد لمواجهة الضغوط والتكيف معها. كما عرفها (أسعد الإمارة، ١٩٩٥) بأنها المحاولة التي يلبيها الفرد لإعادة اتزانه والتكيف للأحداث التي أدركها والمستقبلية ويعرف هريدي أساليب مواجهة الضغوط بأنها كافة جهود الفرد المعرفية والانفعالية والنفس حركية والشخصية، التي يسعى الفرد من خلالها إلى التصدي للمواقف الضاغطة للتخلص منها أو لتجنب أثارها السلبية (مادية ومعنوية)، أو التقليل منها بهدف المحافظة قدر الإمكان على التوازن الانفعالي وتكييفه النفسي والاجتماعي (آمال عبد القادر جودة، ١٩٩٤).

عرفها (جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاقي، ١٩٩٥) بأنها تمثل حيلة سيكولوجية عن طريقها يقلل الفرد من الفرص المتاحة له لكي يؤدي أداءً طيباً في عمل ينغمس فيه ويتوقع أن يفشل فيه أو يؤدي أداءً ضعيفاً.

الإطار النظري والدراسات السابقة

دراسة جرينبرج (Greenberger, ٢٠١٦) والتي استهدفت الكشف عن العلاقة بين الشغف الأكاديمي ببعديه (التوافقي، والقهري) والتدريس وجهاً لوجه أو عبر الانترنت وتم انتقاء عينة الدراسة بطريقة عشوائية طبقية حيث تكونت من (٩٢) عضو هيئة تدريس من الذين يدرسون وجهاً لوجه وعبر الانترنت وطُبق عليهم مقياس الشغف الأكاديمي وانتهت الدراسة إلى أن (٩٥%) من عينة الدراسة الذين يدرسون عبر الانترنت كانوا متحمسين للتدريس عبر الانترنت، كما لم توجد فروق دالة بين المجموعتين في مكونات الشغف الأكاديمي (التوافقي، والقهري)، كما قدمت الدراسة أساساً نظرياً لدراسة الشغف الأكاديمي للتعلم عبر الانترنت.

دراسة دي برويكير وكيرشنر (De Bruyckere, Kirschner, 2017) والتي سعت إلى الكشف عن المعايير التي يستخدمها الطلاب للحكم على مدى تمكن وأصالة المعلم حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٧٦) طالب وتوصلت الدراسة إلى أن خبرة المعلم والشغف الأكاديمي، والمسافة النفسية بين المعلم وطلابه هي المعايير التي يتم من خلالها الحكم على مدى تمكن وأصالة المعلم.

دراسة لي وديركسن (Lee & Dirksen, 2018) والتي تناولت الشغف الأكاديمي كبعد من أبعاد الاهتمام الأكاديمي (Academic interest) بالإضافة إلى أبعاد الثقة، والطموح، والتعبير عن الذات وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٥) من طلبة المرحلة الجامعية (٤٦ % من الذكور، ٥٤ % من الإناث)، وانتهت الدراسة إلى أن الشغف الأكاديمي يرتبط إيجابياً بالأداء الأكاديمي المرتفع، والطموح الأكاديمي، ووضع الأهداف والتخطيط للمهنة والرضا عن الحياة، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين العمر الزمني والشغف الأكاديمي؛ فالطلاب الأكبر سناً يظهرون شغفاً أكبر

بالتعلم، بينما لا توجد فروق حسب التخصص الأكاديمي، والجنس أو تعليم الأب أو مستوى دخل الأسرة في أي من الأبعاد الأربعة للاهتمام الأكاديمي. دراسة يو وتشو (Yeh, Chu, 2018) والتي هدفت إلى تحديد أنماط الشغف الأكاديمي في التعلم الإلكتروني، واختبار العلاقة بين أنماط الشغف الأكاديمي والتنظيم الذاتي وإدارة التعلم في التعلم الإلكتروني، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠٩) طالب في المرحلة الجامعية وانتهت الدراسة إلى وجود ترابط بين أنواع الشغف الأكاديمي، وأن التنظيم الذاتي للتعلم توسطت التأثير بين الشغف الأكاديمي وإدارة المعرفة في التعلم الإلكتروني، بالإضافة إلى أن الشغف التوافقي كان له دور أكثر أهمية من الشغف القهري في التعلم الإلكتروني، كما توصلت الدراسة أيضاً إلى أن الشغف الأكاديمي له تأثير في إدارة التعلم لدى طلبة المرحلة الجامعية خلال التعلم الإلكتروني.

دراسة سيغمونندسون وهاغا وهيرموندسوتير (Hermundsdottir, Sigmundssona, Hagaa, 2020) بهدف الكشف عن العلاقة بين الشغف الأكاديمي والمثابرة لدى طلبة المرحلة الجامعية، بالإضافة إلى إعداد مقياس للشغف الأكاديمي والتحقق من الخصائص السيكومترية له وتكونت العينة من (١٢٦) طالباً وطالبة، وأسفرت النتائج عن أن المقياس الذي تم إعداده لقياس الشغف، وهو يتكون من ثمانية مفردات يتمتع بتجانس مرتفع للمفردات مع الدرجة الكلية، كما أسفرت النتائج أيضاً عن ارتباط موجب دال إحصائياً بين الشغف والمثابرة، ولم تظهر النتائج أي تأثير لمتغير الجنس، والعمر الزمني في الشغف.

دراسة بيكسوتو وباليني وفاليراند ورحيمي وسيلفا (Peixoto, ٢٠٢١, Pallini, Vallerand, Rahimi & Silva) والتي استهدفت فحص نموذج تكاملي للشغف الأكاديمي والتسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة والضييق النفسي لدى طلاب المرحلة الجامعية خلال جائحة كورونا، حيث تكونت

عينة الدراسة من (٤١٦) طالباً جامعياً، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سلبية بين التسويف الأكاديمي وكلا من الشغف التوافقي والرضا عن الحياة ووجود علاقة ايجابية بين التسويف الأكاديمي وكلا من الشغف القهري والضيق النفسي. كما ارتبط الشغف التوافقي بشكل إيجابي بالرضا عن الحياة وسلباً بالضيق النفسي.

دراسة (تمارا قاسم حسان وعمر عطا الله العظامات، ٢٠٢٢) والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الشغف الأكاديمي، والذكاء الروحي في ضوء متغيري الجنس، والتحصيل الأكاديمي، والكشف عن العلاقة بينهما. تكوّنت عينة الدراسة من (٣١٨) طالباً وطالبة من طلبة الصف العاشر الأساسي في لواء قصبه المفرق/ الأردن. استخدم مقياس الشغف الأكاديمي ومقياس الذكاء الروحي. أظهرت النتائج أن مستوى الشغف الانسجامي كان مرتفعاً؛ بينما مستوى الشغف القهري جاء متوسطاً، أما الذكاء الروحي فكان مرتفعاً. وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الشغف الانسجامي تُعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى الشغف القهري تُعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى الشغف الانسجامي تُعزى لمتغير التحصيل الأكاديمي ولصالح التقدير المقبول، والتقدير الجيد جداً، والممتاز، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الشغف القهري تُعزى لمتغير التحصيل الأكاديمي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الذكاء الروحي تُعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى الذكاء الروحي تُعزى لمتغير التحصيل الأكاديمي ولصالح التقدير المقبول، ووجود علاقة إيجابية بين بُعد الشغف الانسجامي ومستوى الذكاء الروحي بأبعاده جميعها، وعدم وجود علاقة إيجابية بين بُعد الشغف القهري وبُعدي التفكير الوجودي الناقد، وإنتاج المعنى الشخصي.

دراسة (سليمان إبراهيم الشاوي، ٢٠١٠) هدفت إلى التعرف على استراتيجية المواجهة وعلاقتها بالضغط النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب من ثلاث جامعات هم جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، جامعة الملك سعود، جامعة الأمير سلطان الأهلية بمدينة الرياض، وقد استخدم الباحث مقياس استراتيجيات المواجهة - إعداد الباحث - ومقياس الضغط النفسية - إعداد الباحث - وقد كشفت نتائج الدراسة أن ترتيب الضغط التي يعاني منها طلاب الجامعة هي الضغط الانفعالية، ثم الضغط الدراسية، والضغط الصحية، والضغط الأسرية، ثم الضغط الاقتصادية، وأخيراً تأتي الضغط الاجتماعية، وتوجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين استراتيجيات المواجهة والضغط النفسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب التخصصات العلمية والنظرية في استخدام استراتيجيات المواجهة المختلفة ماعدا استراتيجية المساندة الاجتماعية التي كانت لصالح طلاب التخصصات العلمية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المستويات الدراسية الدنيا والعليا في استخدام استراتيجيات المواجهة، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب التخصصات العلمية والنظرية لصالح طلاب التخصصات العلمية.

دراسة (ايناس الشيخ، ٢٠١٠) هدفت إلى التعرف على أساليب مواجهة المراهقين للضغط النفسية التي يمكن أن يواجهونها في حياتهم اليومية من حيث علاقة هذه الأساليب بعدد من أبعاد مفهوم الذات لديهم (كقبل الذات والشعور بالتباعد) ومدى تأثيرها بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي للمراهق، واستخدمت الباحثة مقياس أساليب مواجهة الضغط النفسية - إعداد الباحثة - بالإضافة إلى مفهوم الذات للمراهقين - إعداد الباحثة-، ومقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي للدكتور عبد العزيز الشخص (٢٠٠٦) واختبار كاتل للذكاء (عبد السلام عبد الغفار ١٩٧٢)

واختبار مفهوم الذات للمراهقين المصريين - إعداد الباحثة - استبيان أساليب مواجهة المراهقين لضغوطهم النفسية والحياتية - إعداد الباحثة - وأسفرت نتائج الدراسة على أن أساليب مواجهة الضغوط النفسية التي يلجأ إليها الفرد تتأثر بكل من مفهوم الذات والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للفرد.

دراسة (الشكعة، ٢٠٠٩) هدفت إلى التعرف على درجة استخدام استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة نابلس إضافة إلى الفروق في استخدام استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة نابلس تبعاً لمتغيري الجنس ومكان السكن والتفاعل بينهما، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة ثم استخدام مقياس ليونارد وبون عام (١٩٨٠) حيث تمت ترجمته من قبل على عبد السلام (٢٠٠٣)، وكانت من أهم النتائج أن أكثر الاستراتيجيات استخداماً استراتيجية التفاعل الإيجابي يليها استراتيجية التصرفات السلوكية وأخيراً استراتيجية التفاعل السلبي وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه الاستراتيجيات تعزى لمتغيري الجنس ومكان السكن والتفاعل الإيجابي بينهما بينما كانت الفروق كانت الفروق لصالح الذكور في التفاعل الإيجابي بينهما بينما كانت الفروق لصالح الإناث في التفاعل السلبي والتصرفات السلوكية.

حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة في:

- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق إجراءات البحث الحالي في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤.
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق الدراسة الحالية على (٤٣٥) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة كفرالشيخ (أقسام علمية - وأقسام أدبية).
- **الحدود الإجرائية:**
 - المنهج: تتبع الدراسة الحالية المنهج الوصفي لإجراء هذه الدراسة لكونه المنهج المناسب لطبيعة البحث والذي يتطلب جمع البيانات حول عدد من المتغيرات.
 - العينة: تكونت عينة الدراسة من (٤٣٥) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة كفرالشيخ (أقسام علمية - وأقسام أدبية).
- **خطوات اختيار العينة:**

(١) حصلت الباحثة على موافقة السادة المشرفين على إجراء الدراسة والتطبيق وبناء عليه تم استخراج خطاب من قسم علم النفس التربوي موجه إلى إدارة الدراسات العليا بالكلية لاستخراج خطاب الموافقة بالتطبيق الإلكتروني.

(٢) حصلت الباحثة على أدوات قياس متغيرات الدراسة والتأكد من كفاءتها السيكمترية وتم ذلك في الفصل الدراسي الأول ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م.

(٣) بعد ذلك قام الباحث بتطبيق المقاييس بالطريقة الإلكترونية على الطلبة وقد تكونت عينة البحث الحالي من (٤٣٥) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة كفرالشيخ (أقسام علمية - وأقسام أدبية).

أدوات البحث

مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط (النسخة الإسبانية) Cano

García, et al (2006) ترجمة وتعريب عبد العزيز إبراهيم سليم

(٢٠١٠)

تم صياغة هذا المقياس في صورته الأولى من قبل كلا من (Tobin et al, 1998) (٧٢) مفردة ثم أعاد طباعتها بعد تنقيحها واختصارها إلى (٤٠) (Cano García, et al, 2006) وهي المستخدمة في الدراسة الحالية. يهدف المقياس إلى اكتشاف المواقف التي تسبب ضغوطاً للأفراد في حياتهم اليومية وكيف يتعاملون مع هذه الضغوط. ويطلب من المفحوص أن يفكر في موقف سبب له ضغوطاً في الشهر الماضي لبضع دقائق. قد يكون هذا الموقف حدث له مع الأسرة، في المدرسة، في العمل، مع أصدقائك... إلخ. ويتكون من ثماني استراتيجيات لمواجهة الضغوط هي باختصار وفق وصف معدو المقياس:

١. حل المشكلات **Problem solving**: وهي إستراتيجية معرفية

سلوكية تهدف إلى التخلص من الضغوط بتعديل الموقف الذي تظهر فيه.

٢. النقد الذاتي **Self-criticism**: وهي استراتيجيات تقوم على لوم

الذات والنقد الذاتي بسبب حدوث الموقف المجهد أو الضاغط أو عدم إدارة الموقف بكفاءة.

٣. التفكير القائم على التمني **Wishful thinking**: وهي

الاستراتيجيات المعرفية التي تعكس رغبة الفرد في أن الواقع لم يكن مجهداً أو ضاغطاً.

٤. المساندة الاجتماعية **Social support: strategies**: وهي

استراتيجية تركز على الجانب الانفعالي تشير إلى السعي للبحث عن المساندة الانفعالية.

٥. إعادة البناء المعرفي **restructuring Cognitive**: وهي

الاستراتيجيات المعرفية التي تعدل من معنى ودلالة المواقف الضاغطة وتعيد بناءه من جديد.

٦. التعبير الانفعالي **Express emotions**: وهي استراتيجيات

تهدف إلى التعبير عن الانفعالات التي تظهر أثناء معالجة الضغوط.

٧. تجنب المشكلة **Problem avoidance**: وهي الاستراتيجيات

التي تشمل رفض وتجنب الأفكار أو الأفعال ذات الصلة مع الأحداث المجهدة.

٨. الانسحاب الاجتماعي **Social withdrawal**: وهي استراتيجيات

الانسحاب من الأصدقاء والأسرة، الزملاء والأشخاص الذين يمثلون قيمة للفرد مصحوباً باستجابة انفعالية أثناء معالجة الضغوط.

ويتم تصحيح المقياس بوضع درجة (٠ - ٤)، حيث يقابل (صفر) الاختيار (أبداً) والدرجة (١) الاختيار (أحياناً)، والدرجة (٢) الاختيار (كثيراً)، والدرجة (٣) إلى الاختيار (كثيراً جداً)، والدرجة (٤) إلى الاختيار (تماماً)، ويتم توزيع المفردات على الاستراتيجيات كما يلي:

١. إستراتيجية حل المشكلة (PS) **Problem solving**: وتتضمن المفردات (١+٩+١٧+٢٥+٣٣).

٢. إستراتيجية نقد الذات (SC) **Self-criticism**: وتتضمن المفردات (٢+١٠+١٨+٢٦+٣٤).

٣. إستراتيجية التعبير عن الانفعالات (EE) **Expression emotion**: وتتضمن المفردات (٣+١١+١٩+٢٧+٣٥).

٤. إستراتيجية التفكير القائم على التمني (WT) **Wishful thinking**: وتتضمن العبارات (٤+١٢+٢٠+٢٨+٣٦).

٥. إستراتيجية المساندة الاجتماعية (SS) Social support: وتتضمن المفردات (٣٧+٢٩+٢١+١٣+٥)

٦. إستراتيجية إعادة البناء المعرفي (CR) Cognitive restructuring: وتتضمن المفردات (٣٨+٣٠+٢٢+١٤+٦).

٧. إستراتيجية تجنب المشكلة (PA) Problem avoidance: وتتضمن المفردات (٣٩+٣١+٢٣+١٥+٧)

٨. إستراتيجية الانسحاب الاجتماعي (SW) Social withdrawal: وتتضمن المفردات (٤٠+٣٢+٢٤+١٦+٨)

مقياس الشغف الأكاديمي: إعداد / (Marsh et al. 2013) ترجمة الباحث

يتكون المقياس في نسخته الأولى الأجنبية من (١٧) مفردة، تم تقديم الإجابات على مقياس ليكرت المكون من ٧ نقاط من ١ (غير موافق على الإطلاق) إلى ٧ (أوافق بشدة).

فروض الدراسة

توجد علاقة دالة إحصائياً بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.

نتائج الفرض الأول " ينص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة دالة إحصائياً بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.

ولاختبار هذا الفرض تم استخدام معامل الارتباط لبيرسون للكشف عن العلاقة بين:

مستوى الشغف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

عدد العبارات	أقل درجة	أعلى درجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المستوى
١٤	١٧	١١٨	٧٢,٠٣٢	٢٢,٣٤٢	٦٧,٥	مرتفع

يتضح من الجدول أن تطبيق مقياس الشغف الأكاديمي على عينة من طلاب جامعة كفرالشيخ أن مستوى الشغف الأكاديمي عندهم مرتفع.
مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط

الأبعاد	عدد العبارات	أقل درجة	أعلى درجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المستوى
إستراتيجية حل المشكلة	٥	٠	٢٠,٠٠	١١,٧٠٣	٤,١٧١	١٠	مرتفع
إستراتيجية نقد الذات	٥	٠	٢٠,٠٠	١٠,٦٦٢	٤,٥٢٣	١٠	مرتفع
إستراتيجية التعبير عن الانفعالات	٥	٠	٢٠,٠٠	٨,١٣٥	٤,٠٢٧	١٠	مرتفع
إستراتيجية التفكير القائم على التمني	٥	٠	٢٠,٠٠	١١,٦٢٣	٤,٨٠٧	١٠	مرتفع
إستراتيجية المساندة الاجتماعية	٥	٠	٢٠,٠٠	٩,٢٤٦	٤,٣٤١	١٠	مرتفع
إستراتيجية إعادة البناء المعرفي	٥	٠	٢٠,٠٠	١٠,٥٨٨	٣,٩٧٤	١٠	مرتفع
إستراتيجية تجنب المشكلة	٥	٠	٢٠,٠٠	٧,٩٩٠	٣,٦٢٥	١٠	مرتفع
إستراتيجية الانسحاب الاجتماعي	٥	٠	٢٠,٠٠	١١,٦٨٠	٤,٤٦٤	١٠	مرتفع
الدرجة الكلية	٤٠	٠	١٦٠,٠٠٠	٨١,٦٢٧	٣٣,٩٣٢	٨٠	مرتفع

يتضح من الجدول أن جميع قيم معاملات الارتباط بين أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط مرتفعة وموجبة ودالة ويشير ذلك إلى الاتساق والتجانس الداخلي للمقياس وصلاحيته للاستخدام في البحث الحالي.

معاملات الارتباط بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط

الشغف الأكاديمي	استراتيجيات مواجهة الضغوط
**٠,٥٤٥	إستراتيجية حل المشكلة
٠,٠٦٢	إستراتيجية نقد الذات
**٠,٤٠٣	إستراتيجية التعبير عن الانفعالات
**٠,٤٧٣	إستراتيجية التفكير القائم على التمني
**٠,٣٥١	إستراتيجية المساندة الاجتماعية
**٠,٣٠٧	إستراتيجية إعادة البناء المعرفي
**٠,٢٥٥	إستراتيجية تجنب المشكلة
**٠,٢٧٨	إستراتيجية الانسحاب الاجتماعي

** دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مع استراتيجيات (حل المشكلة، التعبير عن الانفعالات، التفكير القائم على التمني، المساندة الاجتماعية، إعادة البناء المعرفي، تجنب المشكلة، الانسحاب الاجتماعي) وعدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) مع استراتيجية نقد الذات.

وقد إتفقت نتائج الفرض السابق عرضها مع نتائج بعض الدراسات والبحوث السابقة التي توصلت أهم نتائجها إلى وجود الارتباط بين الشغف الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط، كما جاء في نتائج دراسة سيجموندسون وهيرموندسوتير (Hermundsdottir, Sigmundssona, Hagaa, 2020) والتي أظهرت العلاقة الايجابية بين

الشغف الأكاديمي والمثابرة لدى طلبة المرحلة الجامعية، وكذلك مع ما أشارت إليه دراسة بيكسوتو وبالييني وفاليراند ورحيمي وسيلفا (٢٠٢١) (Peixoto, Pallini, Vallerand, Rahimi & Silva، والتي اظهرت ارتباط الشغف بشكل إيجابي بالرضا عن الحياة.

يمكن النظر إلى النتائج على أنها تظهر كيف أن الطلاب الذين يعانون من شغف أكاديمي مرتفع يميلون إلى استخدام استراتيجيات أكثر فعالية للتعامل مع الضغوط النفسية. هذه العلاقة يمكن تفسيرها من خلال عدة جوانب نفسية وتعليمية:

١. **التحفيز الذاتي:** الشغف الأكاديمي يولد التحفيز الذاتي، حيث يشعر الطلاب بالرغبة القوية في الانخراط في الدراسة والأنشطة الأكاديمية، هذا التحفيز يدعم استخدام استراتيجيات مواجهة فعالة كالتخطيط والتنظيم، مما يساعد في تقليل من الضغوط النفسية والأكاديمية.
٢. **الصمود النفسي:** الطلاب الذين لديهم شغف أكاديمي عالٍ غالبًا ما يتمتعون بمرونة نفسية أكبر، مما يمكنهم من التعامل بشكل أفضل مع التحديات.
٣. **تحقيق الأهداف:** الشغف الأكاديمي يساعد الطلاب على تحديد وتحقيق أهدافهم الأكاديمية، وهذا يقلل من الشعور بالضغط والإجهاد الناتج عن عدم اليقين أو عدم الوضوح في الأهداف، ويوفر شعورًا بالإنجاز والرضا، مما يعزز استخدام استراتيجيات مواجهة أكثر فعالية وإيجابية.
٤. **الإشراف الأكاديمي والدعم:** الطلاب الذين يظهرون شغفًا أكاديميًا يميلون إلى تلقي مزيد من الدعم والإشراف من المعلمين، مما يعزز استراتيجيات مواجهة الضغوط، ويساعدهم على التعامل مع الضغوط بطرق تحافظ على صحتهم النفسية وتعزز تحصيلهم الدراسي.

قائمة المراجع

آمال عبد القادر جودة. (٢٠٠٤). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى، المؤتمر التربوي الأول. كلية التربية، الجامعة الإسلامية.

أمل علاء الدين أبو عزام. (٢٠٠٥). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية. رسالة دكتوراة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة.

تمارا قاسم حسان وعمر عطا الله العظامات. (٢٠٢٢). الشَّغف الأكاديمي وعلاقته بالذكاء الرّوحي لدى طَلّبة الصف العاشر الأساسي في الأردن. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ١٣ (٣٨).

جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاقي. (١٩٩٥). معجم علم النفس والطب النفسي. الجزء السابع: القاهرة.

سليمان إبراهيم الشاوي. (٢٠١٠). استراتيجيات المواجهة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية في مدينة الرياض: رسالة الخليج العربي. السعودية.

عبد العزيز إبراهيم سليم. (٢٠١٠). التنبؤ بجودة الحياة النفسية في ضوء توجهات أهداف الإنجاز وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة من طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية بدمهور. ٢ (١)، ١٨٩-٢٦٤.

عبد الناصر الجراح وفيصل الربيع. (٢٠٢٠). الشغف الأكاديمي وعلاقته بالاحترق الأكاديمي لدى طلبة جامعة اليرموك. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. ١٦ (٤)، ٥٣٩-٥١٩.

مرام جاسر بني سلامه وعبد الكريم محمد مشترك. (٢٠٢١). الضغط النفسي

لدى الطلبة الجامعيين: علاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية واستراتيجيات التعامل مع قلق الاختبار المتنبئة به. العلوم التربوية: مجلة علمية محكمة ربع سنوية، ٢٩ (٢)، ٤٠٥-٤٢٦.

المراجع الأجنبية:

- Curran, T., Hill, A., Appleton, P., Vallerand, R., & Standage, M. (2015). The psychology of passion: A meta-analytical review of a decade of research on intrapersonal outcomes. *Journal of Motivation and Emotion*, 39 (5), 631-655.
- De Bruyckere, P., & Kirschner, P. (2017). Measuring Teacher Authenticity: Criteria Students Use in Their Perception of Teacher Authenticity. *Journal of Cogent Education*, 4 (1), 1-18 .
- Fredricks, J., Alfeld, C., & Eccles, J. (2010). Developing and fostering passions in academic and nonacademic domains. *Journal of Gifted Child Quarterly*, 54 (1), 18-30.
- Gange', F. (2007). Ten Commandments for academic talent development. *Journal of Gifted Child Quarterly*, 51, 93-118 .
- Greenberger, S. (2016). A Comparison of Passion and Teaching Modality. *Journal of Educators Online-JEO*, 13 (1), 172-193.

- Jachimowicz, J., Wihler, A., Bailey, E., & Galinsky, A. (2018). Why grit requires perseverance and passion to positively predict performance. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115 (40) 9980–9985.
- Lee, J., & Durksen, T. (2018). Dimensions of academic interest among undergraduate students: passion, confidence, aspiration and self-expression. *Journal of Educational Psychology*, 38(2), 120–138.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1342770>.
- Peixoto, E., Pallini, A., Vallerand, R., Rahimi, S., & Silva, M. (2021). The role of passion for studies on academic procrastination and mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Social Psychology of Education*. 8, 1–17.
- Sigmundssona, H., Hagaa, M., & Hermundsdottird, F. (2020). The passion scale: Aspects of reliability and validity of a new 8Item scale assessing passion. *Journal of New Ideas in Psychology*, 56, 1–6 .
- Vallerand, R. (2015). The Dualistic Model of Passion: Theory, research, and implications for the field

of Education. In W. C. Liu, C. K. J. Wang, & R. M. Ryan (Eds.). Building autonomous learners (pp. 31-58). Singapore: Springer

Vallerand, R., Blanchard, C., Mageau, G., Koestner, R., Ratelle, C., Leonard, M., & Marsolais, J. (2003). Les passions de l'Ame: On obsessive and harmonious passion. Journal of Personality and Social Psychology, 85(4), 756-767.

Yeh, Y., & Chu, L. (2018). The Mediating Role of Self-Regulation on Harmonious Passion, Obsessive Passion, and Knowledge Management in E-Learning. Journal of Educational Technology Research and Development, 66 (3), 615-637.