



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة

إعداد

أحمد صالح موسى الزهراني

﴿ المجلد الرابع والثلاثون - العدد التاسع - سبتمبر ٢٠١٨ م ﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقات الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي، لدى طلاب جامعة جدة، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، أما أدوات الدراسة فتمثلت في مقياس الضغوط النفسية المدركة- من إعداد الباحث- ومقياس دافعية الإنجاز- من إعداد العازمي ٢٠١٣- ومقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة- من إعداد عديلي ٢٠١٦- تم تطبيقها على عينة عشوائية طبقية قوامها (١٥٠) طالباً من طلاب جامعة جدة بنسبة (٢٨.٨%) من المجتمع الأصلي؛ من تخصصات (التربية الخاصة، تقنيات التعليم، التربية البدنية، الدراسات القرآنية) بالمستويات (٤، ٥، ٦، ٧). وبلغ متوسط أعمارهم الزمنية (٢١,٥٢) وقد توصلت الدراسة إلى نتائج الآتية: وجود مستوى منخفض من الضغوط النفسية المدركة لدى العينة بمتوسط (٢.٥١)، أما مستوى دافعية الإنجاز، فحصل على متوسط (٣.٣٨) فيما حصل التوافق الأكاديمي على متوسط (٣.٨٥)، وكلاهما بتقدير (مرتفع)، كما أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية بأنواعها المختلفة ودافعية الإنجاز بأبعادها المختلفة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية بأنواعها المختلفة والتوافق الأكاديمي بمجالاته المختلفة. كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود إسهام دال إحصائياً لكل من الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة. وفي ضوء نتائج الدراسة تم تقديم جملة من التوصيات والمقترحات لتخفيف الضغوط النفسية وزيادة دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة.

الكلمات المفتاحية:

الضغوط النفسية المدركة؛ دافعية الإنجاز؛ التوافق الأكاديمي؛ طلاب الجامعة.

Abstract

The aims of the current research is to: recognize the levels of perceived psychological stress, motivation of achievement and academic adjustment among university students, identify the interrelationships between perceived psychological stress and achievement motivation and academic adjustment, reveal the relative contribution of both perceived psychological stress and motivation to achievement in predicting academic adjustment. The study sample consisted of two samples: a sample of (45) students and a basic sample of (150) students from the University of Jeddah, representing(28.8%) of the original community Of specializations (special education, techniques of education, physical education, Quranic studies) in the fourth, fifth, sixth and seventh levels Their average age was(21.52) and a standard deviation (1.41). The tools of the research included: perceived psychological stress scale (prepared by the researcher), motivation achievement scale (prepared by Azmi 2013), and academic adjustment scale for university students (Prepared by Adili 2016). The results of the study were a low level of perceived psychological stress, a high level of achievement motivation, and high level of academic adjustment in the research sample. The results of the study also showed a significance negative correlation between perceived psychological stress and the motivation of achievement, the existence of a significance negative correlation between the psychological pressures and academic adjustment. The results of the study indicated that there was a significant contribution to both the perceived psychological stress and the motivation of achievement in predicting the academic adjustment of the university students.

Keywords: perceived psychological stress؛ motivation of achievement؛ academic adjustment؛ university students.

مقدمة:

يوصف العصر الحالي بعصر الضغوط الأسرية والنفسية التي أصبحت موضع اهتمام الباحثين في مجالات علم النفس والاجتماع والطب وغيرها من العلوم الإنسانية، فالحياة تتغير وتتغير معها أدياراتنا الاجتماعية، وقد تتوافق مع هذه التغيرات وقد لا تتوافق مما يصيب الإنسان بالاضطراب النفسي وتقل إنجازاته الشخصية (عبدالمقصود، ٢٠٠٧، ٧).

وقد ذكر الخولي (٢٠٠٤، ٨٣) " أن حياة الإنسان اليوم أصبحت لا تخلو من التوتر والضيق الناشئين عن الضغوط النفسية، فالحياة اليومية مليئة بالضغوط التي تؤثر على كل فرد في المجتمع". كما تعتبر الضغوط النفسية المدركة ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان في مواقف وأوقات مختلفة تتطلب منا توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة، هذه الظاهرة شأنها شأن معظم الظواهر النفسية كالقلق والصراع والإحباط وغيرها هي من طبيعة الوجود الإنساني وليس بالضرورة أن تكون الضغوط ظاهرة سلبية وبالتالي فإننا لا نستطيع الإحجام عنها أو الهروب منها لأن ذلك يعني نقص متطلبات الفرد وقصور كفاءته ومن ثم الإخفاق في الحياة (منشار، ١٩٩٩، ٣٥٦).

والضغوط النفسية مفهوم يشير إلى درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئية في حياته اليومية وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الآثار السيئة نفسياً وفسولوجياً (عبد المجيد ومحمود، ٢٠٠٥).

وتشير أحمد (٢٠١٠، ٢٥٣) إلى أن " للضغوط النفسية خطوات متتابعة تشير إلى الإحساس الناتج عن فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانات ويصاحبها عادة مواقف فشل حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانات مؤثراً قوياً في أحداث تلك الضغوط ".

ويمكن النظر إلى الضغط النفسي على أنه عملية تنتج في حالة وجود تعارض بين متطلبات البيئة وقدرة الكائن الحي على الاستجابة (Cercle, Gadea, Hartmann & Lourel, 2008). فالشعور بالضغط النفسي يبدأ بتفسير الحدث البيئي الضاغط ولذلك تختلف هذه التفسيرات على نطاق واسع بين الأفراد (Spada, Nikcevic, Moneta & Wells, 2008).

من ناحية أخرى يعد موضوع الدافع للإنجاز من الموضوعات الأساسية التي اهتم بها الكثير من الباحثين نظراً لأهميتها في توجيه السلوك وتنشيطه وكذلك تأثيرها على إدراك الفرد للمواقف الضاغطة (المتبولي، ٢٠١١، ١٦٣).

وتعد دافعية الإنجاز واحدة من أهم المتغيرات المؤثرة في معظم مخرجات العملية التعليمية، وتتنظر نظرية دافعية الإنجاز إلى التعلم على أنه عملية تشمل على كل من: التوجه الذاتي من جانب المتعلم القائم على تحقيق الذات، والتوجه الاجتماعي في سياق البيئة المحيطة، والقائم على تلبية احتياجات ومتطلبات البيئة المحيطة واستغلال إمكاناتها (رشوان، ٢٠٠٦، ١٢٦).

كما تشير الجيد (٢٠١٠، ٥٥٣) أنه لا يعنى بطبيعة الحال أنه كلما زادت دافعية الفرد للإنجاز تزداد مواقف النجاح، فالمستوى الزائد من دافعية الإنجاز قد يتسبب في دفع الفرد إلى الاستجابة لضغوط إضافية قد تعوق الإنجاز.

ولعل الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز من أهم العوامل التي تؤثر تأثيراً مباشراً في مستوى أداء الفرد في مختلف المجالات والأنشطة بشكل عام والمجال التعليمي بشكل خاص (عبد الواحد، ٢٠١٤، ٣١٩).

ويشير مفهوم التوافق الأكاديمي إلى درجة رضا الفرد عن تحصيله الأكاديمي وتوقعاته حول نجاحه أو فشله الدراسي (عديلي، ٢٠١٦، ١٦)

ويشتمل التوافق الأكاديمي على كثير من المتطلبات المعرفية والاجتماعية والانفعالية، فاتجاهات الطالب نحو التعلم واتجاهاته نحو الأقران وعلاقاته بالمعلمين بالإضافة إلى قدرته على تنظيم انفعالاته تسهم بشكل كبير في توافقه الأكاديمي، فالطالب الجامعي حينما يواجه صعوبة في التعلم في احدى المجالات الأكاديمية ينعكس ذلك بالسلب على شخصية الطالب مما يعرض حياته النفسية للاضطرابات والاختلالات (عبد الواحد، ٢٠١٤)

مما تقدم تبدو الحاجة إلى دراسة العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة مما يسهم ذلك في تكوين القدرة عند الطالب على تحمل المسؤولية تجاه نفسه وأسرته والمجتمع الذي يعيش فيه.

مشكلة الدراسة وتسئولاتها:

تعد مرحلة الجامعة من أهم المراحل في حياة الطالب التعليمية ففيها تتشكل شخصيته وهي الأساس لنموه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي والمهني ولها تأثير في حياة الفرد (الخطيب، ٢٠٠٧، ١٠٣).

وقد توصلت دراسة منشار (١٩٩٩) إلى وجود فروق دالة في الدافع للإنجاز بين مجموعة الطلاب ذوي الضغط المنخفض والضغط المتوسط لصالح الضغط المنخفض، وبين منخفضي ومرتفعي الضغط لصالح مجموعة الضغط المنخفض ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي المستويات المختلفة من الضغط النفسي في دافعية الإنجاز.

كما كشفت دراسة (Ashwini & Vijay, ٢٠١٤) عن وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الضغوط بين طلاب الجامعة، ووجود فروق دالة إحصائية في التوافق باختلاف مستوى الضغوط...وعليه فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في السعي للتعرف على الضغوط النفسية المدركة السائدة بكلية التربية بجامعة جدة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة من خلال السؤال الرئيس الآتي:

هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟
ويرتبط بالسؤال الفرضيات الآتية:

١. توجد درجة متوسطة من الضغوط النفسية المدركة لدى عينة البحث من طلاب الجامعة؟
٢. توجد درجة مرتفعة من دافعية الإنجاز ومن التوافق الأكاديمي لدى عينة الدراسة؟
٣. لا يوجد معامل ارتباط دال إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس الضغوط النفسية المدركة ودرجاتهم على مقياس دافعية الإنجاز.
٤. لا يوجد معامل ارتباط دال إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس الضغوط النفسية المدركة ودرجاتهم على مقياس التوافق الأكاديمي.
٥. لا يختلف الإسهام النسبي لكل من: الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الهدف الرئيس الآتي:

١. التعرف على مستوى العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.
٢. التأكد من صحة الفرضيات حول مستويات الضغوط الأكاديمية والدافعية للإنجاز والتوافق الأكاديمي.
٣. التعرف على درجة الضغوط النفسية المدركة المختلفة التي قد يبديها طلاب الجامعة ومعاملات الارتباط وتحديد طبيعة العلاقة بين كل منها مع بقية الأبعاد.
٤. الكشف عن الإسهام النسبي للضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي.

أهمية الدراسة:

تظهر أهمية هذه الدراسة من النواحي الآتية:

أولاً/ الجانب النظري:

تبرز أهمية الدراسة من موضوعها ذاته؛ حيث تتناول متغيرات مهمة من الشخصية وهي الضغوط النفسية المدركة والدافع إلى الإنجاز والتوافق الأكاديمي؛ حيث يتوقع أن تفيد كالاتي:

١. قد تدعم التصورات النظرية المرتبطة بالضغط النفسي المدرك، والذي لم ينل القدر الكافي من البحث والدراسة في البيئة العربية على وجه العموم، والبيئة السعودية على وجه الخصوص.
٢. معرفة المعوقات التي قد تتسبب في عدم التوافق الأكاديمي في الجامعة، والبحث عن حلول لها.
٣. تنمية الإجراءات الإيجابية لدى الطلاب في فهم الضغط النفسي.

ثانياً/ الجانب التطبيقي:

وتظهر الأهمية التطبيقية في الآتي:

١. قد تسهم في توجيه المسؤولين وأصحاب القرار إلى التخفيف من الضغوط النفسية للطلاب.
٢. يمكن الاستعانة بالدراسة في تصميم برامج لمساعدة الطلاب على الاندماج والتكيف مع البيئة المحيطة بهم.
٣. قد تساعد الإدارة وأولياء الأمور في حل الكثير من مشكلات الطلاب الدراسية المتعلقة بالضغوط النفسية.
٤. قد تفيد في وضع البرامج الإرشادية التي تساعد في تنمية الإقبال على العملية التعليمية.

حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة على الحدود الآتية:

١. الحدود الموضوعية: يحدد البحث بثلاث متغيرات وهي تتمثل في الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة.
٢. الحدود البشرية: اقتصرت هذه الدراسة على عينة من طلاب كلية التربية بجامعة جدة.
٣. الحدود المكانية: تم تطبيق أداة الدراسة على طلاب كلية التربية بجامعة جدة.
٤. الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (١٤٣٨ / ١٤٣٩ هـ).

مصطلحات الدراسة:

١. الضغوط النفسية المدركة:

تعريف عبد المجيد ومحمود (٢٠٠٥، ٣٠٧) للضغط النفسي المدرك على أنه "درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئية في حياته اليومية وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الآثار السيئة نفسياً وفسولوجياً".

وتعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الضغوط النفسية المدركة.

٢. التوافق الأكاديمي:

عرف عديلي (٢٠١٦، ٢٠) التوافق الأكاديمي بأنه " درجة رضا الفرد عن تحصيله الأكاديمي وتوقعاته حول نجاحه أو فشله في الدراسة ".
وتعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التوافق الأكاديمي.

٣. دافعية الإنجاز:

ويتبنى الباحث تعريف العازمي (٢٠١٣، ٣٣٧) لدافعية الإنجاز " بأنه عملية إثارة السلوك الموجه نحو الهدف وهي شرط أساسي يتوقف عليه تحقيق الأهداف التعليمية ".
وتعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس دافعية الإنجاز.

٢- الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

يستعرض الإطار النظري الضغوط النفسية المدركة من حيث مفهومها، النماذج والنظريات المفسرة لها، ودافعية الإنجاز من حيث مفهومها، والنماذج التي تناولتها، والعوامل المؤثرة فيها، والتوافق الأكاديمي النفسي وعناصره وخصائصه.

المحور الأول: الضغوط النفسية المدركة

مفهوم الضغوط النفسية

كلمة الضغط Stress مشتقة من الكلمة اللاتينية (Strigere) والتي تعنى أوثق أو شد أو ضيق وتستخدم الكلمة في الإنجليزية للتعبير عن الآلام والحرقان والمحن فهي تعبر عن نتائج حياة قاسية بكلمة واحدة (المداحه، ٢٠١٥، ١٧).

ويعرف حنفي (٢٠٠٧، ٣٢) الضغوط النفسية بأنه " الحالة التي يتعرض لها الكائن الحي حيث تفرض عليه نوعاً من التوافق وتزداد تلك الحالة إلى درجة الخطر كلما ازدادت شدة تلك الظروف أو استمرت لفترة طويلة".

وطبقاً للزاروس فإن الشعور بالضغط النفسي يبدأ بتفسير الحدث البيئي الضاغط ولذلك تختلف هذه التفسيرات على نطاق واسع بين الأفراد، وبالمثل يرى بروشن - شواتزر Bruchon-Schweitzer أن إدراك الضغط يعتمد على الحدث الذي يدرك على أنه تهديد وعلى الموارد المتاحة (نفسية واجتماعية) للتغلب عليه. (الزيداني، ٢٠١١، ٥٢١).

ويشير سيلى Selye إلى أربعة أنواع من الضغط النفسي تصيب الفرد هي:

- ١- الضغط النفسي السيء: ويسمى كذلك الألم مثل فقدان عزيز أو فقدان عمل.
- ٢- الضغط النفسي الجيد: يؤدي إلى إعادة التكيف مع الذات كولادة طفل جديد أو سفر في عمل أو بعثة.
- ٣- الضغط النفسي الزائد: وينتج عنه تراكم الأحداث السلبية بحيث تتجاوز مصادر الفرد وقدراته.
- ٤- الضغط النفسي المنخفض: يحدث عندما يشعر الفرد بالملل وعدم التحدي والشعور بالإثارة.

وتتضمن الاستجابة للضغوط ثلاثة مراحل فيما يطلق عليه نموذج زملة التكيف العام:

- ١- رد فعل الإنذار: حيث يتهيأ الفرد جسماً لمواجهة الحدث الضاغط.
- ٢- المقاومة: وفي هذه المرحلة يحاول مواجهة الحدث الضاغط أو التكيف معه.
- ٣- الإنهاك: وفيها يفقد الجسم قدرته على التعامل مع الحدث أو الموقف. (منشار، ١٩٩٩، ٣٨٥).

النماذج والنظريات المفسرة للضغط النفسي

أما عن النماذج التي تناولت الضغط النفسي وتفسيره فهي متعددة ومن أهمها:

أولاً: نموذج فيتاليانو وآخرون (Vitaliano, et.al. 1988)

ويفسر هذا النموذج الضغط النفسي لعينة من طلاب كلية الطب كما في المعادلة

التالية:

التعرض للعوامل الضاغطة + القابلية والحساسية للتأثر Vulnerability

الضغط النفسي =

المصادر النفسية + المصادر الاجتماعية

ثانياً: النظرية المعرفية:

ركز بيك Beck على ثلاث مستويات من المعرفة؛ الأول: يشمل الأفكار الأتوماتيكية ويطلق عليه الحديث الذاتي، وإذا كانت سلبية فأنها تكون مسببة للضغط، أما الثاني: فالعمليات وتشمل كيفية التفاعل مع المثير وأسلوب التنبؤ وتقييم أحداث المستقبل، والثالث: التركيبات المعرفية وهي، خبرات يكتسبها الفرد ويخزنها على شكل صيغ عقلية ثابتة وإذا كانت محبته فأنها تخلق أفكاراً سلبية وتؤثر عكسياً على أدائه (عطية، ٢٠١٠، ٤٢).

ثالثاً: نظرية سبيلبرجر (Spelberger)

يرى سبيلبرجر بأن للضغوط دوراً مهماً في إثارة الاختلافات وتحدد نظريته في ثلاث محاور: الضغط والقلق والتعلم، وفي ضوء هذه المحاور يحدد محتوى النظرية بالتعرف على الضغوط المختلفة، ثم قياس مستوى القلق الناتج عنها، وتوفير السلوك المناسب للتغلب على القلق، وتحديد الاستجابة وقياس نكاء الأفراد الذين تجرى عليهم برامج التعلم ومعرفة قدرتهم على التعلم (المداحه، ٢٠١٥، ٢٧).

ويتبنى الباحث الحالي نظرية سبيلبرجر كإطار نظري مفسر للضغط النفسي وعلاقته بالقلق والتعلم.

مصادر الضغوط النفسية:

أولاً: المصادر الخارجية للضغوط النفسية:

- الضغوط الأسرية: سواء كانت سلبية مثل وفاة قريب أو عزيز أو طلاق أو مرض أحد أفراد الأسرة.
- الضغوط المالية: مثل الحصول على قرض لبناء منزل أو إنجاز مشروع أو تغيير مفاجئ في الوضع المالي.
- الضغوط الاجتماعية: مثل التغيير في الأنشطة الترفيهية، والعادات الشخصية، والأنشطة الاجتماعية.
- ضغوط العمل: مثل الفصل من العمل، التقاعد، الانتقال لعمل جديد، مشكلات مع الرئيس.
- ضغوط المتغيرات الطبيعية: وهي الضغوط الناتجة عن الكوارث كالزلازل والبراكين والأعاصير.
- الضغوط السياسية: مثل عدم الرضا عن أنظمة الحكم والصراعات السياسية وانعدام الأمن.
- الضغوط الثقافية: الانفتاح على ثقافات خارجية دون مراعاة ثقافة المجتمع عبر القنوات والشبكات.
- الضغوط الأكاديمية: كبدء الدراسة أو الانتهاء منها، ضعف التركيز، الفشل في الاختبارات، (العوري، ٢٠٠٣، ١٧).

ثانياً: المصادر الداخلية للضغوط النفسية

- المشكلات النفسية: وتتمثل في الانفعال التي قد تتحول إلى حالات القلق والاكتئاب والخوف المرضى.
- الضغوط الصحية: مثل التعرض لمرض أو إصابة خطيرة، تغيير شديد في عادات النوم والاستيقاظ.
- الضغوط الناتجة عن أسلوب التفكير: وتعود إلى تنبئ الفرد واحدة أو أكثر من الأفكار اللاعقلانية مما يولد انفعالات غير مرغوبة كالشعور بالاكتئاب أو القلق أو الهلع. (الليحاني، ٢٠١٢، ٥٥).

المحور الثاني: دافعية الإنجاز

مفهوم دافعية الإنجاز:

يدل معنى الإنجاز على الإتمام في معجم (لسان العرب، ب. ب. ت، ٢٢) فيقال مثلاً نجزت الحاجة إذا قضيت وإنجازك إياها أي قضاؤها وإتمامها ويتفق هذا المعنى إلى حد ما مع ما نجده في معجم "مختار الصحاح" في أن (نجز) حاجته أي قضاها (مختار الصحاح. ب. ب. ت، ٦٤٦) (حسن، ١٩٨٩، ٢٥).

وعرفها (الغامدي، ٢٠٠٩، ١٠١) بأنها "استعداد الفرد للسعي في سبيل التفوق والاقتراب من النجاح والرغبة في الأداء الجيد وتحقيق هدف معين في مواقف تتضمن مستويات من الامتياز والتفوق".

ويشير هنداوي (٢٠١٢، ٢٣) إلى أن هناك ثلاثة مكونات لدافع الإنجاز وهي:

- الدافع المعرفي: محاولة الفرد لإشباع حاجته لأن يعرف ويفهم.
- توجيه الذات: وهي رغبة الفرد في المزيد من الشهرة والسمعة والمكانة التي يحرزها عن طريق أدائه المتميز.
- دافع الانتماء: الرغبة في تقبل الآخرين، والاعتراف والتقدير من جانب أولئك الذين يعتمد عليهم في تأكيد ثقته.

ويتميز الشخص المنجز-صاحب التحصيل المرتفع- في رأي موري Murray كما

ذكره الغامدي (٢٠٠٩، ١٠٤) بأنه :

١. يحصل على درجة مرتفعة في دافعية الإنجاز.
 ٢. ينجز أشياء صعبة.
 ٣. يتفوق أو يفهم تماماً ويعالج أو ينظم الأشياء أو الأفراد أو الأفكار وأن يفعل ذلك بسرعة واستغلال ما أمكنه ذلك.
 ٤. يتغلب على العوائق مهما كانت وأن يتنافس ويتفوق على الآخرين.
 ٥. يبذل الجهود الشاقة المستمرة في سبيل إنجاز ما يقوم به.
 ٦. يعمل بمفرده نحو تحقيق هدف بعيد سام.
 ٧. يملك العزم والتصميم على الفوز في المنافسة.
 ٨. يعمل كل شيء بصورة جيدة.
 ٩. يجاهد في سبيل التغلب على الضجر والتعب.
- مما سبق يرى الباحث أن الدافع للإنجاز لدى الفرد يوجه سلوكه ويدفعه للسعي نحو النجاح والتفوق من خلال المثابرة وبذل الجهد للتغلب على العقبات.

النماذج التي تناولت دافعية الإنجاز

أولاً: نظرية ماكيلاند في الشخصية والدافعية:

تتبع هذه النظرية من الرغبة الكبيرة في اكتشاف دافع الإنجاز عند مشاهدة أفراد وهم يؤدون أعمالهم، وقد أشار ماكيلاند وآخرون إلى أن هناك ارتباطاً بين الخبرات السابقة والأحداث الإيجابية وما يحققه الفرد من نتائج، فإذا كانت مواقف الإنجاز الأولية إيجابية بالنسبة للفرد فإنه يميل لأداء السلوكيات المنجزة، أما في حالة الفشل فتتكون خبرات سلبية وينشأ دافع لتحاشي الفشل. (شحادة، ٢٠١٢، ١٩)

ثانياً: نظرية توجهات أهداف الإنجاز:

تعتبر نظرية توجه الهدف Goal Orientation Theory أو نظرية هدف الإنجاز Achievement Goal Theory إحدى نظريات الدافعية وهي تقوم على مسلمة أساسية مؤداها " أن الأفراد ليسوا منتجات لبيئتهم ولكنهم أيضاً أعضاء منتجون مؤثرون في تلك البيئة". وتتنظر النظرية إلى التعلم على أنه عملية تشمل على كل من: التوجه الذاتي من جانب المتعلم القائم على تحقيق الذات، والتوجه الاجتماعي في سياق البيئة المحيطة، والقائم على تلبية احتياجات ومتطلبات البيئة المحيطة واستغلال إمكاناتها (Cramblet, 2005, 240)

العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز.

١. أساليب تنشئة الطفل يتفق معظم الباحثين أن الأساليب التي يتبعها الوالدان في تنشئة الطفل هي العامل الهام في ظهور سمة الدافعية للإنجاز وتحديد مستواها لديه.
٢. البيانات الاجتماعية: توصلت دراسة كل من: كابن وميدجلى (Kaplan & Midgley, 1999, 428) إلى أن فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الطالبات ذوات الأصول الحضرية والريفية في دافعيتهن للتعلم لصالح عينة الريف.
٣. الفعالية الذاتية (الكفاءة الذاتية): حيث تعد الكفاءة الذاتية متغيراً هاماً لفهم الدافع الإنجازي لدى التلاميذ، حيث نجد أن من يشعرون بالكفاءة يلتزمون بالعمل الجاد ويثابرون لمدة أطول ممن ينتابهم شك في قدراتهم.
٤. توقع النجاح: ويعد توقع النجاح وتحقيق الهدف متباً هاماً لسلوك الإنجاز سواء كان بمفرده أو بالمشاركة مع المفاهيم الإنجازية الأخرى ويعتبر النجاح والفشل حالات نفسية يمكن أن تدرك فقط من ناحية التوقع.

المحور الثالث: التوافق الأكاديمي

ويعرفه (الخالدي، ٢٠١٣، ٥٤٥) بأنه "عملية يكون فيها الفرد راضياً عن نفسه والمحيطين به لتحقيق السعادة لديه، أي حدوث التوازن بين الفرد وبيئته". ويمكن للباحث أن يعرف التوافق النفسي تلك العملية المستمرة التي يقوم بها الفرد لتحقيق حالة الاتزان والرضا مع ذاته وبيئته لذاته وصولاً إلى الصحة النفسية والاستمتاع بالحياة.

أ- مجالات التوافق النفسي

أشار (كباجة، ٢٠١١، ٢٥-٢٧) إلى أن مجالات التوافق النفسي تتمثل في الآتي:

١. التوافق الذاتي: بالشعور بالرضى عن الذات، وعدم السخط عليها.
٢. التوافق الديني: بالإيمان الصادق، فهو ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها.
٣. التوافق الأسري: بشعور الفرد أن الأسرة تتفهم حقوقه وواجباته، ويشعر بالراحة والدفء.
٤. التوافق الأكاديمي: برضى الطالب عن ذاته، وعن المؤسسة التعليمية (مدرسته) التي يدرس بها،
٥. التوافق الاجتماعي: بقدرة الفرد على تكوين علاقات وصدقات بشكل مستمر، وتقبل واحترام الآخرين والتفاعل معهم، وإقامة علاقات اجتماعية سليمة.

ب- خصائص التوافق النفسي.

لقد أجمع أهل الاختصاص في البحوث التربوية في علم النفس والصحة النفسية أن للتوافق عدة خصائص تميزه، وهذه الخصائص وفقا لما ذكرها كل من (Riaz et al, 2012, p. 65؛ محفوظ، ٢٠١٢، ٣٦٩؛ أبو سكران، ٢٠٠٩، ١٩-٢١؛ وهي: أن التوافق عملية كلية ودينامية وارتقائية ونسبية واقتصادية ووظيفية وتستند إلى طبوغرافية النفس.

ثانيا: التوافق الأكاديمي:

عرفه بوجنار (2005) Bognar بأنه تمثيل للرفاهية الحياتية بالنسبة للطالب الجامعي بصفة عامه والعوامل المؤثرة في حياته بصفة خاصة. ويشمل التوافق الأكاديمي كذلك التوافق مع المتطلبات المعرفية والاجتماعية والانفعالية للفصل الدراسي فاتجاهات الطالب نحو التعلم واتجاهاته نحو الاقران وعلاقته بالمعلمين بالإضافة إلى قدرته على تنظيم انفعالاته تسهم بشكل كبير في توافقه الأكاديمي. (عبد الواحد، ٢٠١٤، ٣١٦)

مظاهر التوافق الأكاديمي

يقترح عبد العاطي (٢٠٠٥) وجود خمسة مظاهر رئيسية للتوافق الأكاديمي تمثل خمس حلقات وهي كالتالي:

- الحلقة الأولى: العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال.
- الحلقة الثانية: اشباع الحاجات والرضا عن الحياة.
- الحلقة الثالثة: إدراك الطالب لقدراته وامكانياته وإحساسه بمعنى الحياة.
- الحلقة الرابعة: الصحة والبناء البيولوجي وإحساس الطالب بالسعادة.
- الحلقة الخامسة: جودة الحياة الوجودية (وتتمثلها العوامل المادية واشباع الحاجات والرضا عن الحياة وإدراك الفرد لمعنى الحياة الجامعية ومدى إحساس الفرد بالسعادة والصحة النفسية والجسمية (المبجوح، ٢٠١٥، ٤٨).

وتشير منظمة الصحة العالمية (WHO) أن مفهوم التوافق الأكاديمي يتكون من عدة أبعاد مثل: الحالة النفسية، والحالة الانفعالية وفرص العمل والرضا عن الحياة والمعتقدات الدينية والتفاعل الأسري والدخل المادي.

ومن خلال استعراض هذه الأبعاد فإن المقياس المستخدم في هذه الدراسة يتكون من الأبعاد التالية: التوافق الاجتماعي، الرضا عن الإنجاز الأكاديمي، التوافق الانفعالي.

طلاب الجامعة وخصائصهم:

تعد مرحلة الجامعة من أهم المراحل في حياة الإنسان ففيها تتشكل شخصيته وتعد هي الأساس لنموه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي والمهني وكذلك لها تأثير في حياة الفرد المستقلة (الخطيب، ٢٠٠٧، ١٠٣).

ومن أهم ما يميز هذه المرحلة- كما يراها عقل (١٩٩٨، ٤٠١) أنها:

١. مرحلة اتخاذ القرارات المهمة، ومنها: اختيار القيم التي يرتضيها موجهةً لسلوكه.
٢. مرحلة البحث عن الذات والهوية، والميل إلى بناء نسق قيمي " فلسفة حياة" توجه سلوكه.
٣. مرحلة الصراعات النفسية، لتحديد الهوية بين القيم الوافدة والقيم التي تكتسب من الوالدين والصراع بين إشباع الدافع الجنسي وبين القيم الدينية؛ التي تستيقظ غالباً في هذه المرحلة.
٤. مرحلة اكتمال التكوين العقلي، وظهور القدرات الخاصة؛ كسرعة الفهم والاستيعاب.

ثانياً: الدراسات السابقة:

أولاً: دراسات تتعلق بالضغوط النفسية المدركة لدى طلاب الجامعة

أجرى العويضة (٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الذين يدرسون في الجامعات الخاصة واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (٤٤٥) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الزيتونة وجامعة عمان الأهلية وضمت مختلف المستويات الدراسية، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية لطلاب الجامعة، ومقياس أساليب التدبير، وأظهرت النتائج أن من أبرز مصادر الضغوط النفسية في حياة الطلبة هي مشكلات الجانب الأكاديمي والمشكلات الأسرية وأن أكثر أساليب التعامل مع الضغوط النفسية من قبل الطلبة هي التدبير واللجوء إلى الدين وإعادة التشكيل الإيجابي وطلب الدعم الاجتماعي كما وأن طلبة السنة الأولى لديهم مستوى مرتفع من الضغوط النفسية مقارنة مع طلاب السنة اللاحقة.

وهدفت دراسة الليبي وآخرون (٢٠٠٦) إلى التعرف على الضغوط النفسية الشائعة لدى طلبة الجامعة حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (١٤١) طالباً وطالبة من الجنسين وأظهرت النتائج أن أكثر أنواع الضغوط شيوعاً هي الضغوط الدراسية بنسبة ٩٤% وتليها الضغوط الانفعالية ٩٠% ثم الصحية ٨٨% فالشخصية ٧٥%، ثم الاجتماعية ٤٧%، وأخيراً الأسرية ٣٣%، كما أظهرت النتائج أنه توجد فروق في الضغوط النفسية لدى الذكور والإناث حيث جاءت الضغوط النفسية لدى الذكور كالتالي: ضغوط دراسية ثم انفعالية ثم صحية ثم شخصية ثم اجتماعية ثم اقتصادية أما الإناث فجاءت انفعالية ثم صحية ثم شخصية ثم دراسية ثم الاجتماعية وأخيراً الأسرية.

كما هدفت دراسة الرفوع والحجايا (٢٠٠٨) إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة في المجالات (المادية، الأكاديمية، الأسرية، النفسية) وتكونت العينة من (٢٥٠) طالباً وطالبة من طلاب جامعة الطفيلة التقنية، وزعت عليهم استبانة تقييم درجة معاناة الطالب لمصادر الضغط النفسي، وبينت النتائج، أن عدم اشتراك الطلبة في تحديد موعد الاختبارات من أكثر الضغوط الأكاديمية والتفكير بالعمل بعد التخرج في المجال المادي، والحرمان من عطف الوالدين في المجال الأسري وفي المجال النفسي صعوبة التعبير عن المشاعر تجاه الآخرين، كما وجدت فروق دالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية تعزى للمستوى الدراسي ومكان الإقامة وكذلك التفاعل بين الجنس والمستوى الدراسي ولم توجد فروق دالة تعزى لتغير الجنس، وبين المستوى الدراسي ومكان الإقامة والتفاعل بين (الجنس، المستوى، الإقامة).

وفي دراسة الزيداني (٢٠١١) هدفت إلى اختبار العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة وعوامل ما وراء المعرفة والاضطراب النفسي، طبق البحث على عينة عددها (١٨١) طالباً بكلية التربية بجامعة الملك خالد في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٣١هـ، طبق عليهم مقياس عوامل ما وراء المعرفة ومقياس القلق والاكتئاب ومقياس الضغط المدرك وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين عوامل ما وراء المعرفة وكلا من الضغوط النفسية المدركة والاضطراب النفسي، كما وجدت علاقة إيجابية دالة إحصائية بين الضغوط النفسية المدركة والقلق والاكتئاب.

ثانياً/ دراسات تتعلق بالضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز:

أجرى بدوي (٢٠٠٢) دراسة هدفت إلى تحديد العلاقات السببية بين الانبساطية - العصابية والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ودافعية الإنجاز والضغوط الأكاديمية كما يدرکها طلاب الجامعة، تكونت العينة من طالبات السنة الثالثة في التخصصات العلمية والأدبية بكلية التربية جامعة قناة السويس، وبلغت العينة (٣٢٠) طالبة طبق عليهن مقياس الضغوط الأكاديمية والوالدية والمرتبطة بالعمل الأكاديمي. وبينت نتائج الدراسة عدم وجود تأثير دال للانبساطية والمستوى الاقتصادي والاجتماعي على دافعية الإنجاز، ووجود تأثير سالب دال للعصابية على دافعية الإنجاز ووجود تأثير سالب دال لدافعية الإنجاز على الدرجة الكلية للضغوط حيث إن دافعية الإنجاز العالية لدى الطالبات تؤدي إلى انخفاض الضغوط.

وفي دراسة اللحاني (٢٠١٢) هدفت إلى معرفة قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز والضغوط النفسية لدى عينة تكونت من (٤٠٠) طالبة بجامعة أم القرى، واستخدمت مقياس قلق المستقبل للمشخي، ومقياس دافعية الإنجاز لخليفة ومقياس الضغوط لشقير، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل ودافعية الإنجاز، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية، كما توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في قلق المستقبل ودافعية الإنجاز والضغوط النفسية ترجع إلى اختلاف التخصص الدراسي. ووجود فروق دالة إحصائية في دافعية الإنجاز تبعاً للمستوى التعليمي.

وهدفت دراسة عليوي (٢٠١٣) إلى التعرف على مصادر الضغوط لدى طلبة جامعة الجزائر وعلاقتها بدافعية الإنجاز، وتكونت العينة من (١٠٠) منهم (٣٧) ذكور، (٦٣) إناث؛ تم انتقاؤهم بطريقة عشوائية بقسم علم النفس وعلوم التربية، وطبق على العينة مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس مواقف الحياة الضاغطة وذلك بهدف التعرف على ما يواجه الطلبة الجامعيين من ضغوط وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات كل من الضغوط الأسرية والاقتصادية والدراسية والاجتماعية والانفعالية والصحية والشخصية والدافعية للإنجاز.

ثالثاً: دراسات تتعلق بالضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بالتوافق

دراسة أبو سريع (١٩٩٣) وهدفت إلى التعرف على مستويات الضغط النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين وعلاقته بالتوافق النفسي وتكونت العينة من (٢٣٦) طالباً وطالبة بالفرقة الثانية والرابعة بكلية التربية ببها واستخدمت الدراسة مقياس الضغط النفسي في حياة الطلاب ومقياس التوافق النفسي لعثمان نجاتي وكشفت نتائج الدراسة أن نسبة ٨٠,٥% من العينة يقعون في فئة الضغط المعتدل، ونسبة ١٨,٦% يقعون في فئة الضغط الحاد، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الضغط النفسي، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي لدى الطلاب والتوافق العام.

دراسة Suldo, et al. (2009) وهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط والتوافق الأكاديمي للطلاب الملتحقين بالجامعة وتكونت العينة من (١٦٢) طالباً ملتحقين ببرنامج (IB) تم مقارنتهم بعينة ضابطة عددها (١٥٧) من الملتحقين ببرنامج التربية العام. وباستخدام استبيان الحالة الاقتصادية والاجتماعية، وبطارية تقرير ذاتي من المقاييس تتضمن استبانة مصادر الضغوط. اسفرت نتائج التحليل أن لدى الطلاب خبرة بسبعة عوامل -مصادر أولية للضغوط والتي تم فحص علاقتها بالتكيف النفسي والأكاديمي للطلاب، وتوصلت النتائج إلى ارتباط المصادر الأولية للضغوط التي يعلمها طلاب برنامج (IB) بالحاجات الأكاديمية، وفي المقابل فإن مجموعة الطلاب في برنامج التربية العام اظهروا مستويات مرتفعة من الضغوط مرتبطة بعلاقة الآباء بالأبناء والصراع مع الأسرة.

وهدفت دراسة Kausar (2010) إلى التعرف على الضغوط المدركة وعبء العمل الأكاديمي واستراتيجيات المواجهة التي يستخدمها طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (١٥٠) طالباً في مستوى الماجستير طبق عليهم مقياس الضغوط المدركة، ومقياس عبء العمل الأكاديمي واستبانة استراتيجيات المواجهة، واستخدم معامل الارتباط وتحليل الانحدار لتحليل البيانات وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عبء العمل الأكاديمي والضغوط المدركة وبين عبء العمل الأكاديمي واستراتيجيات المواجهة الإجرائية -التففيذية وعلاقة ارتباطية سالبة مع المواجهة بالتجنب والمشتتات النشطة، وبين الضغوط المدركة واستراتيجيات المواجهة الإجرائية - التففيذية وكذلك المواجهة بالتجنب.

وهدفت دراسة (Ashwini & Vijay 2014) إلى الكشف عن الضغوط والتوافق بين طلاب الجامعة وعلاقتهم بأداء الطلاب الأكاديمي، تكونت العينة من (٨٠) طالباً جامعياً في السنة الدراسية الثانية (٤٠ من كلية العلوم و٤٠ من كلية الفنون) نصفهم من الذكور ونصفهم من الإناث؛ أعمارهم ما بين ١٦-١٨ سنة، تم انتقاؤهم عشوائياً؛ ويعانون مشاكل سلوكية وضعف في الأداء الأكاديمي بالإضافة إلى مشاكل صحية، وقد طبق على العينة مقياس الضغوط ومقياس التوافق لمعرفة الضغوط التي يعانون منها وتقدير التوافق من الجانب الأكاديمي، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الضغوط بين طلاب الجامعة، ووجود فروق دالة إحصائية في التوافق بين طلاب كليتي العلوم والفنون، كما توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في الأداء الأكاديمي وبين طلاب الفنون والعلوم في الأداء الأكاديمي ولم تظهر فروق دالة إحصائية لاختلاف نوع الجنس بين كليتي العلوم والفنون. وهدفت دراسة عديلي (٢٠١٦) إلى التعرف على مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلبة جامعة اليرموك والتوصل إلى نموذج سببي يفسر العلاقات بين كلا من العزو السببي والعجز المتعلم والتوافق الأكاديمي، وتكونت العينة من (٣٥٠) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس التوافق الأكاديمي، ومقياس العزو السببي ليفكورت بير وكوكس ومقياس العزو المتعلم، وتوصلت إلى نتائج أهمها: أن جميع مجالات مقياس التوافق كانت ضمن المستوى المرتفع، كما أكدت الدراسة التوافق الأكاديمي متغير تابع في النموذج السببي حيث تؤثر أبعاد العزو السببي على التوافق الأكاديمي بواسطة العجز المتعلم كمتغير وسيط .

التعقيب على الدراسات السابقة :

- تتفق الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي الارتباطي.
- اختلف موضوع الدراسة الحالية عن مواضيع الدراسات السابقة في تناول العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الجامعية، وهذا ما لم يتم دراسته (في حدود علم الباحث) في الدراسات السابقة وخاصة في المملكة العربية السعودية.
- يتشابه موضوع الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في بعض المتغيرات محل الدراسة الحالية والعينات المستخدمة في المرحلة الجامعية.
- تتميز الدراسة الحالية بالربط بين متغيري الضغوط النفسية والتوافق الأكاديمي ودافعية الإنجاز معاً.
- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة: الاستفادة من الإطار النظري لتلك الدراسات ونتائجها في تفسير نتائج الدراسة الحالية، والتعرف على ما تم التوصل إليه فيها، والتعرف على المقاييس المستخدمة والاستفادة منها في تصميم وبناء أدوات الدراسة الحالية. والتعرف على طبيعة وحجم العينات المستخدمة وأساليب اختيارها، وأخيراً؛ التعرف على الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات الدراسة في ضوء الفروض.

٣- منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي حيث أنه مناسب لمتغيرات وأهداف الدراسة وذلك لاستكشاف ووصف العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون المجتمع الأصلي للدراسة من جميع طلاب كلية التربية بجامعة جدة للعام الدراسي ١٤٣٨/١٤٣٩هـ حسب إحصائية عمادة شؤون الطلاب بجامعة جدة. كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١)

توزيع أفراد مجتمع الدراسة وفقاً لتخصصاتهم للعام الدراسي ١٤٣٨/١٤٣٩هـ

النسبة %	العدد	التخصص	النسبة %	العدد	التخصص
٢١.١١ %	١١٠	تقنيات التعليم	٨.٦٤ %	٤٥	التربية الخاصة
٥٣.١٦ %	٢٧٧	التربية البدنية	٠.٣٨ %	٢	القراءات
١٣.٨١ %	٧٢	الدراسات القرآنية	٢.٨٧ %	١٥	تربية - مستجد
١٠٠ %		٥٢١			الإجمالي

عينة الدراسة

تكونت العينة من عينتين: عينة أولية (استطلاعية) عددها (٤٥) طالبا اختيروا عشوائياً واستخدمت هذه العينة في إعادة تطوير المقاييس وحساب الخصائص السيكومترية لها. وعينة أساسية قوامها (١٥٠) طالباً من طلاب جامعة جدة بما يمثل نسبة (٢٨.٨%) من المجتمع الأصلي تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية من تخصصات (التربية الخاصة، تقنيات التعليم، التربية البدنية، الدراسات القرآنية) بالمستويات (٤ + ٥ + ٦ + ٧)، وبلغ متوسط أعمارهم الزمنية (٢١,٥٢).

أدوات الدراسة

تضمنت أدوات الدراسة كل من: مقياس الضغوط النفسية المدركة (من إعداد الباحث)، ومقياس دافعية الإنجاز (من إعداد العازمي ٢٠١٣)، ومقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة (من إعداد عديلي ٢٠١٦) وفيما يلي عرض لتلك الأدوات وخصائصها السيكومترية.

١ - مقياس الضغوط النفسية المدركة (إعداد الباحث)

وتكون من (٣٦) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد رئيسية (١٢ فقرة لكل بعد) وهي: ضغوط الحياة الأسرية، والدراسية، والانفعالية والجسدية. ويتم الإجابة عليها وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة، موافق، لا أدري، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتقدر الدرجات ب(١، ٢، ٣، ٤، ٥) وتشير الدرجة المرتفعة إلى زيادة الضغوط النفسية المدركة.

أولاً: صدق وثبات المقياس:

أ - الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

بعد الانتهاء من إعداد المقياس تم عرضه على عدد (١٠) من المحكمين في التخصص من ذوى الخبرة وتم أخذ آرائهم في تحديد مدى ملاءمة الأبعاد لمقياس الظاهرة محل الدراسة، وتم الأخذ بنسبة اتفاق (٨٠%) فأعلى، حيث لم يتم استبعاد أي بعد من أبعاد المقياس فيما عدا إعادة الصياغة لبعض العبارات وأصبح العدد النهائي (٣٦) عبارة

ب - صدق البناء الداخلي

تم حساب صدق البناء الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة (بعد حذف درجة العبارة) وكذلك بالدرجة الكلية على الاستبانة ككل كما هو موضح في الجدول (٢).

جدول (٢)

نتائج قيم البناء الداخلي لعبارات الأبعاد الثلاثة وارتباطها بالدرجة الكلية لكل بعد

الضغوط الانفعالية		الضغوط الأكاديمية		الضغوط الأسرية	
معامل الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة
**٠.٦٢	٢٥	**٠.٦٤	١٣	**٠.٧٠	١
**٠.٥٥	٢٦	**٠.٦٧	١٤	**٠.٧٩	٢
**٠.٧٤	٢٧	**٠.٥٦	١٥	**٠.٨٤	٣
**٠.٧٦	٢٨	**٠.٦٩	١٦	**٠.٧٩	٤
**٠.٦٤	٢٩	**٠.٦٤	١٧	**٠.٨٥	٥
**٠.٧١	٣٠	**٠.٦٠	١٨	**٠.٧٨	٦
**٠.٦٣	٣١	**٠.٦٨	١٩	**٠.٦٨	٧
**٠.٥١	٣٢	**٠.٥٤	٢٠	**٠.٥٩	٨
**٠.٥٢	٣٣	**٠.٥٥	٢١	**٠.٦٩	٩
**٠.٦٩	٣٤	**٠.٦٣	٢٢	**٠.٥٦	١٠
**٠.٧٠	٣٥	**٠.٦٤	٢٣	**٠.٦٣	١١
**٠.٦٨	٣٦	**٠.٦٤	٢٤	**٠.٥٦	١٢
درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة	
٠.٠١	٠.٨٩	٠.٠١	٠.٨٧	٠.٠١	٠.٨٦
(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠١) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠٥)					

يتضح من الجدول (٢) ارتباط جميع عبارات الأبعاد الثلاثة للمقياس بالدرجة الكلية على بعد والدرجة الكلية على المقياس بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً وقد تراوحت قيم بين (٠.٥٢ إلى ٠.٨٥) مما يعني أن جميع عبارات الأبعاد تتمتع بدرجة صدق بناء داخلي. كما أن معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية على كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية كلها مرتفعة وموجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يعني أن جميع أبعاد المقياس تتمتع بدرجة صدق مرتفعة ويدعم ذلك قوة الارتباط الداخلي بين جميع أبعاد المقياس.

ب: ثبات المقياس: يعرف الثبات بأن النتائج التي نحصل عليها من الأداة لا تتغير تغير جوهرى عند إعادة استخدام الأداة مرة أخرى على نفس العينة في نفس الظروف، وقد قام الباحث بالتأكد من ثبات الأداة باستخدام طريقة (ألفا-كرونباخ) والتجزئة النصفية كما هو موضح بالجدول (٣).

جدول (٣)

معاملات ثبات ألفا - كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا-كرونباخ	معامل التجزئة النصفية
الأول: الضغوط الأسرية	١٢	٠.٩٠	٠.٨١
الثاني: الضغوط الأكاديمية	١٢	٠.٨٦	٠.٧٣
الثالث: الضغوط الانفعالية	١٢	٠.٦٣	٠.٥٩
المقياس الكلي	٣٦	٠.٩٤	٠.٨٥

يتضح من الجدول (٣) ارتفاع قيم معاملات ثبات ألفا-كرونباخ على المستوى الكلي والذي بلغ (٠.٩٤) وعلى كل بعد من أبعاد المقياس فقد تراوحت قيم معاملات ثباتها ما بين (٠.٦٣ إلى ٠.٩٠) مما يشير إلى ارتفاع معاملات ثبات الأبعاد، أما طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان- براون فقد بلغت قيمته (٠.٨٥) ويشير إلى ارتفاع معامل ثبات المقياس. وعلى مستوى أبعاد المقياس تراوحت قيم معاملات ثبات الاستبانة ما بين (٠.٥٩ - ٠.٨١) وتؤكد أن جميع قيم الثبات لكافة أبعاد المقياس مرتفعة وتعطى مؤشراً لمناسبتها لتحقيق أهداف الدراسة والوثوق بنتائجها.

٢- مقياس دافعية الإنجاز (من إعداد العازمي، ٢٠١٣):

وصف المقياس: أعدته العازمي (٢٠١٣) والذي روعيت فيه الألفاظ التي تناسب البيئة السعودية، وتكون المقياس في صورته النهائية من (٥٥) عبارة موزعة على خمسة أبعاد (التحدي- الالتزام وتحمل المسؤولية- الرغبة في النجاح- حب الاستطلاع- الاستقلال والاعتماد على النفس) وتقع اختبارات المقياس على تدرج ليكرت الرباعي (غالبا - أحيانا - نادرا - ابدا)، وقد قام الباحث بتطوير المقياس بتعديل بعض الصياغات بما لا يخل بالمعنى والهدف الذي وضعت من أجله العبارة. كما قام معد المقياس بحساب البناء الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١).

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

صدق البناء الداخلي: تم حساب صدق البناء الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة (بعد حذف درجة العبارة) وكذلك بالدرجة الكلية على الاستبانة ككل كما هو موضح في الجدول (٤).

جدول (٤)

نتائج قيم البناء الداخلي لعبارات البعد الاول (التحدي) وارتباطها بالدرجة الكلية

الرغبة في النجاح		الالتزام وتحمل المسؤولية		(التحدي)	
معامل الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة
*.٣٥	٣	*.٣٣	٧	**٠.٦٣	٢
**٠.٤٢	٨	**٠.٤٢	١١	**٠.٤١	٦
**٠.٥٠	١٤	**٠.٤١	١٣	**٠.٤٦	١٠
**٠.٦١	٢١	**٠.٤٥	١٦	**٠.٥٢	٢٠
**٠.٥٨	٢٦	**٠.٦٥	٢١	**٠.٥١	٢٥
**٠.٤٤	٢٩	**٠.٥٦	٢٨	**٠.٥٤	٣٠
*.٣٥	٣٢	**٠.٤٨	٣١	**٠.٦٥	٣٤
.٣٣	٣٦	**٠.٣٩	٣٥	**٠.٥١	٣٨
**٠.٥٧	٣٩	**٠.٥١	٤٠	**٠.٤٣	٤١
**٠.٤٤	٤٥	**٠.٤٩	٤٢	**٠.٥١	٤٤
**٠.٥١	٤٦	*.٣٨	٤٧	**٠.٤٦	٤٨
**٠.٤٥	٤٩	*.٥٧	٥٠	**٠.٤١	٥٢
**٠.٤٩	٥١	*.٤٦	٥٣	البعد الرابع (حب الاستطلاع)	
**٠.٥٣	٥٤	الخامس (الاعتماد على النفس)		الارتباط بالبعد	العبارة
**٠.٥١	٥٥	الارتباط بالبعد	العبارة	**٠.٥٨	٤
درجة ارتباط الأبعاد بالكلية		*.٣٧	٥	**٠.٤٥	١٧
الارتباط بالبعد	الأبعاد	**٠.٤٩	٩	**٠.٣٩	١٨
**٠.٨٨	الأول ١٢	**٠.٤١	١٢	**٠.٥٦	٢٣
**٠.٩١	الثاني ١٣	**٠.٦٦	١٥	**٠.٥٦	٢٧
**٠.٨٩	الثالث ١٥	**٠.٤٧	١٩	**٠.٥٥	٣٧
**٠.٧٠	الرابع ٧	**٠.٦٧	٢٢	**٠.٥٣	٤٣
**٠.٧٧	الخامس ٨	**٠.٥٣	٢٤		
		**٠.٤٩	٣٣		

(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠١) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠٥)

ينتضح من الجدول (٤) ارتباط جميع عبارات الأبعاد الأول والثاني والثالث والرابع والخامس للمقياس بالدرجة الكلية على البعد والدرجة الكلية على المقياس بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٣٣ - ٠.٦٧) مما يعني أن جميع عبارات الأبعاد تتمتع بدرجة صدق بناء داخلي مرتفعة.

ب: ثبات المقياس:

قام الباحث بالتأكد من ثبات الأداة باستخدام طريقة ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية، كما هو بالجدول رقم (٥).

جدول (٥)

معاملات ثبات ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية لكل بعد من أبعاد المقياس

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا-كرونباخ	معامل التجزئة النصفية
الأول	١٢	٠.٨٧	٠.٨٢
الثاني	١٣	٠.٨٥	٠.٧٩
الثالث	١٥	٠.٧٩	٠.٧٠
الرابع	٧	٠.٨١	٠.٧١
الخامس	٨	٠.٧٧	٠.٧٢
المقياس الكلي	٥٥	٠.٩٠	٠.٨١

يتضح من الجدول (٥) ارتفاع قيم معاملات ثبات ألفا-كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس حيث تراوحت قيم معاملات ثبات المقياس ما بين (٠.٧٧ إلى ٠.٨٧) أما معامل ثبات المقياس ككل فبلغت (٠.٩٠) وهو يشير إلى معامل ثبات مرتفع. كما تم حساب معاملات ثبات ألفا-كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس وباستخدام طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان - براون حيث بلغت قيمته فبلغت ما بين (٠.٧٠ إلى ٠.٨٢) أما معامل ثبات المقياس ككل فبلغت (٠.٨١) ويشير إلى ارتفاع معامل ثبات المقياس.

مقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة (من اعداد عدلي ٢٠١٦)

ويتكون المقياس من (٣٠) عبارة موزعة على ثلاثة مجالات هي: التوافق الاجتماعي والتوافق الأكاديمي والتوافق الانفعالي ويتم الإجابة على المقياس من خمس استجابات وقام معد المقياس بحساب صدق البناء بحساب معامل الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المجال الذي تنتمي إليه حيث تراوحت قيم المعاملات بين (٠.٣٣ - ٠.٧٦). كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق بفاصل زمني أسبوعين على عينة قوامها (٣٢) وبلغت قيمة معامل الثبات (٠.٩٥).

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

صدق البناء الداخلي

تم حساب صدق البناء الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه العبارة (بعد حذف درجة العبارة) وكذلك بالدرجة الكلية على الاستبانة ككل كما هو موضح في الجدول (٦).

جدول (٦)

قيم الاتساق الداخلي لعبارات المجالات الأول والثاني والثالث وارتباطها بالدرجة الكلية

التوافق الاجتماعي		التوافق الأكاديمي		التوافق الانفعالي	
العبرة	الارتباط بالبعد	العبرة	الارتباط بالبعد	العبرة	معامل الارتباط بالبعد
١	**٠.٤١	١١	**٠.٥٩	٢١	**٠.٤٧
٢	*٠.٣٦	١٢	**٠.٦٣	٢٢	**٠.٥٥
٣	**٠.٥٨	١٣	**٠.٦٢	٢٣	**٠.٦٣
٤	**٠.٥٦	١٤	**٠.٦٦	٢٤	**٠.٦٤
٥	**٠.٥٨	١٥	**٠.٥٢	٢٥	**٠.٣٩
٦	**٠.٥٣	١٦	**٠.٤١	٢٦	**٠.٦٥
٧	**٠.٥١	١٧	**٠.٦٩	٢٧	**٠.٦٨
٨	**٠.٥٦	١٨	**٠.٧١	٢٨	**٠.٥٦
٩	**٠.٦٤	١٩	**٠.٥٩	٢٩	**٠.٧١
١٠	**٠.٥٣	٢٠	**٠.٥٩	٣٠	**٠.٦١
درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة	
٠.٠١	**٠.٧٦	٠.٠١	**٠.٨٠	**٠.٨٨	٠.٠١
(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠١) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠٥)					

يتضح من الجدول (٦) ارتباط جميع عبارات المجالات الأول والثاني والثالث للمقياس بالدرجة الكلية على المجالات والدرجة الكلية على المقياس بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائية وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٣١ إلى ٠.٧١) مما يعني أن جميع عبارات الأبعاد تتمتع بدرجة صدق بناء داخلي. أما الارتباط بين الدرجة الكلية على كل مجال والدرجة الكلية على المقياس فجاءت معاملات الارتباط فكانت كلها موجبة ودالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) مما يعني أن جميع مجالات المقياس تتمتع بدرجة صدق مرتفعة ويدعم ذلك قوة الارتباط الداخلي بين جميع أبعاد المقياس.

ب: ثبات المقياس : تم حساب معاملات ثبات ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية لكل مجال كما هو موضح

بالجدول (٧)

معاملات ثبات ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية لكل مجال من مجالات المقياس

المجال	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا-كرونباخ	ثبات التجزئة النصفية
الاجتماعي	١٠	٠.٧٢	٠.٦٨
الأكاديمي	١٠	٠.٨٠	٠.٧٤
الانفعالي	١٠	٠.٧٩	٠.٧١
المقياس الكلي	٣٠	٠.٨٨	٠.٨٢

يتضح من الجدول (٧) أن معامل ثبات ألفا-كرونباخ للمقياس ككل حيث بلغت قيمته (٠.٨٨) وعلى مستوى المجالات فقد تراوحت قيم معاملات ثباتها ما بين (٠.٧٢ - ٠.٨٠) مما يشير إلى ارتفاع معاملات ثبات المجالات، ووفقاً للتجزئة النصفية تم استخدام معادلة سبيرمان- براون؛ فقد بلغ معامل الثبات الكلي (٠.٨٢) وهو معامل ثبات مرتفع. وعلى مستوى المجالات فقد تراوحت قيم معاملات ثباتها ما بين (٠.٦٨ - ٠.٧٤) ويعطى مؤشر لمناسبتها لتحقيق أهداف الدراسة إعطاء نتائج مستقرة وثابتة لو أعيد تطبيق الدراسة.

الوزن النسبي: بالنسبة لمقياس الضغوط النفسية المدركة ومقياس التوافق الأكاديمي

ويتم الإجابة على المقياسين من خمس استجابات متدرجة (موافق بشدة، موافق، لا أدرى، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتقدر الدرجات ب(١، ٢، ٣، ٤، ٥). تم تحديد درجة الموافقة بناء على قيمة المتوسط الوزني وفي ضوء درجات قطع مقياس أداة البحث، وذلك باعتماد المعيار التالي لتقدير درجة الممارسة حيث تم تحديد طول فترة مقياس ليكرت الخماسي المستخدمة في هذه الأداة (من ١ : ٥)، وتم حساب المدى (٥ - ١ = ٤) أي أن طول الفترة (٥/٤ = ٠.٨)، ثم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس وهي (١) وذلك لتحديد الحد الأعلى لكل فترة كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول (٨)

طول الفئات على مقياس ليكرت الخماسي

م	الوزن النسبي	الفترة	المتوسط الوزني	الدرجة / المستوى
١	٢٠ - ٣٥,٩ %	(١) إلى -أقل من (١.٨)	١ - ١.٧٩	منخفضة جداً
٢	٣٦ - ٥١,٩ %	(١.٨) إلى -أقل من (٢.٦)	١.٨ - ٢.٥٩	منخفضة
٣	٥٢ - ٦٧,٩ %	(٢.٦) إلى -أقل من (٣.٤)	٢.٦ - ٣.٣٩	متوسطة
٤	٦٨ - ٨٣,٩ %	(٣.٤) إلى -أقل من (٤.٢)	٣.٤ - ٤.١٩	مرتفعة
٥	٨٤ - ١٠٠ %	(٤.٢) إلى - (٥)	٤.٢ - ٥	مرتفعة جداً

ثانياً: مقياس دافعية الإنجاز

وتقع اختيارات المقياس على تدرج ليكرت الرباعي (غالبا - أحيانا - نادرا - ابدا) وتقدر الدرجات ب(١، ٢، ٣، ٤) ويوضح الجدول التالي فئات ومتوسطات الاستجابة على مقياس دافعية الإنجاز.

جدول (٩)

طول الفئات على مقياس ليكرت الرباعي

م	الوزن النسبي	الفترة/ المتوسط الوزني	الدرجة /المستوى
١	٢٥ - ٤٣.٧٥	(١) إلى -أقل من (١.٧٥)	منخفض
٢	٤٣.٧٥ - ٦٢.٥ %	(١.٧٥) إلى - أقل من (٢.٥)	متوسط
٣	٦٢.٥ - ٨١.٢٥ %	(٢.٥) إلى -أقل من (٣.٢٥)	مرتفع
٤	٨١.٢٥ - ١٠٠ %	(٣.٢٥) إلى - (٤)	مرتفع جداً

أساليب المعالجة الإحصائية

- استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة بيانات البحث باستخدام برنامج SPSS.
- معاملات الارتباط الثنائية لبيرسون.
- تحليل الانحدار المتعدد.

عرض ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها:

يعرض الباحث في هذا الفصل نتائج اختبار صحة فروض الدراسة تبعاً لتسلسل الفروض ثم يعرض لمناقشة تلك النتائج وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة على النحو التالي:

نتائج الفرض الأول وتفسيره ومناقشته:

ينص الفرض الأول على أنه: توجد درجة متوسطة من الضغوط النفسية المدركة لدى العينة من طلاب الجامعة؟

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لتحليل استجابات العينة وقد تم تحديد الدرجة /المستوى وفقاً للمعيار المحدد في فصل الإجراءات. وفيما يلي يوضح الجدول نتائج التحليل.

جدول (١٠)

المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات العينة على مقياس الضغوط النفسية

الأبعاد	المتوسط الوزني	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب الأبعاد	الدرجة-المستوى
الأول: الضغوط الأسرية	٢.٢٦	١.١٧	٤٥.٢	٣	منخفضة
الثاني: الضغوط الأكاديمية	٢.٧٨	١.١٩	٥٥.٦	١	متوسطة
الثالث: الضغوط الانفعالية	٢.٤٩	١.١٤	٤٩.٨	٢	منخفضة
الدرجة الكلية على المقياس	٢.٥١	١.٢١	٥٠.٢	-	منخفضة

من الجدول (١٠) أن الدرجة الكلية للمقياس تساوي (٢٠٥١) وهو يعبر عن درجة منخفضة من الضغوط الأكاديمية. مما يدل على انخفاض مستوى الضغوط المدركة للعيينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم مستوى منخفض من الضغوط النفسية المدركة (الأسرية والأكاديمية والانفعالية). كما حصل بعد الضغوط الأسرية والانفعالية على درجة منخفضة في حين حصل بعد الضغوط الأكاديمية على أعلى درجة (متوسطة).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة الليبي (٢٠٠٦) والتي أشارت إلى وجود فروق في الضغوط النفسية لدى الذكور والإناث فيما تختلف مع نتائج دراسة العوايده (٢٠٠٦) والتي تشير إلى أن من أبرز مصادر الضغوط النفسية في حياة الطلبة هي مشكلات الجانب الأكاديمي والمشكلات الأسرية. ويمكن تفسير انخفاض مستوى الضغوط النفسية المدركة للعيينة. (أي طلبة جامعة جدة) إلى طبيعة العينة والتي تنخفض لديها مصادر الضغوط المالية والذي ربما يرجع إلى ارتفاع المستوى الاقتصادي لمعظم أسر هؤلاء الطلاب، كذلك فكون هذه الجامعة من الجامعات الناشئة والتي تقبل عدد محدود من الطلاب (٥٢١) طالباً كما في كلية التربية بالإضافة إلى توفر الإمكانيات المادية والبشرية، فهذا يخفف من الضغط الأكاديمي لدى هؤلاء الطلاب مما انعكس على إدراكهم لانخفاض مستوى الضغوط لديهم.

نتائج الفرض الثاني وتفسيره ومناقشته:

ينص الفرض الثاني على: توجد درجة مرتفعة من دافعية الإنجاز لدى العينة من طلاب الجامعة؟

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لتحليل استجابات العينة وقد تم تحديد الدرجة /المستوى وفقاً للمعيار المحدد في فصل الاجراءات. وكما يوضحها الجدول.

جدول (١١)

المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات عينة على مقياس دافعية الإنجاز

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب الأبعاد	الدرجة /المستوى
الأول: التحدي	٣.٣٦	١.٠٥	٨٤	٤	مرتفع جداً
الثاني: الالتزام وتحمل المسؤولية	٣.٤٥	١.١١	٨٦.٢٥	١	مرتفع جداً
الثالث: الرغبة في النجاح	٣.٤٠	٠.٩٨	٨٥	٢	مرتفع جداً
الرابع: حب الاستطلاع	٣.٢١	٠.٩٦	٨٠.٢٥	٥	مرتفع
الخامس: الاستقلال والاعتماد على النفس	٣.٣٩	١.٠٩	٨٤.٧٥	٣	مرتفع جداً
الدرجة الكلية على المقياس	٣.٣٨	١.٢١	٨٤.٥	-	مرتفع جداً

يتبين من الجدول (١١) أن الدرجة الكلية للمقياس تساوي (٣.٣٨) وهو يعبر عن درجة مرتفعة جداً من دافعية الإنجاز. مما يدل على ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز للعينة. أي أن طلبة جامعة جده لديهم مستوى مرتفع من دافعية الإنجاز. وقد حصل بعد حب الاستطلاع على أقل مستوى لدافعية الإنجاز في حين حصل بعد الالتزام وتحمل المسؤولية على مستوى /درجة لدافعية الإنجاز مقارنة بباقي أبعاد دافعية الإنجاز. ويمكن تفسير ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة جده في ضوء النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز؛ نظريات اتكنسون ووينر باندورا (١٩٨٢) من أن الناس الذين يكونوا مرتفعي الحاجة للإنجاز يكون لديهم استعداد أو كفاح من أجل النجاح ومن ثم فمن المحتمل وجود استعداد عالي لدى هؤلاء الطلاب للكفاح من أجل النجاح وإثبات ذواتهم. وأن الفرد المرتفع في دافعية الإنجاز يعتقد أن نجاحه يعود لقدرات ذاتية مكنته من النجاح، إضافة للأساليب التي يتبعها الوالدان في تنشئة الطفل فهي العامل الهام في ظهور سمة الدافعية للإنجاز وتحديد مستواها لديه. كما ارتفاع الكفاءة الذاتية لدى هؤلاء الطلاب ترتب عليه ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز لديهم.

نتائج الفرض الثالث وتفسيره ومناقشته:

ينص الفرض الثالث على أنه: توجد درجة مرتفعة من التوافق الأكاديمي لدى عينة البحث من طلاب الجامعة؟

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لتحليل استجابات عينة البحث وقد تم تحديد الدرجة /المستوى وفقاً للمعيار المحدد في فصل الاجراءات. ويوضح جدول (٢٧) نتائج ذلك.

جدول (١٢)

المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات العينة على مقياس التوافق الأكاديمي

الدرجة - المستوى	ترتيب الأبعاد	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الوزني	المجال
مرتفعة	١	٧٩.٢	١.١٣	٣.٩٦	التوافق الاجتماعي
مرتفعة	٣	٧٣.٨	١.٠٦	٣.٦٩	التوافق الأكاديمي
مرتفعة	٢	٧٧.٨	١.١١	٣.٨٩	التوافق الانفعالي
مرتفعة	-	٧٧	١.٠٩	٣.٨٥	الدرجة الكلية على المقياس

يتبين من الجدول (١٢) أن الدرجة الكلية للمقياس تساوي (٣.٨٥) وهو يعبر عن درجة مرتفعة من التوافق الأكاديمي. مما يدل على ارتفاع مستوى التوافق الأكاديمي للعينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم مستوى مرتفع (درجة مرتفعة) من التوافق الأكاديمي. وقد حصل المجال الأكاديمي على أقل مستوى للتوافق في حين حصل المجال الاجتماعي على أعلى مستوى للتوافق مقارنة بباقي مجالات التوافق مما يدل على ارتفاع مستوى التوافق الأكاديمي للعينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم مستوى مرتفع من التوافق الأكاديمي.

نتائج الفرض الرابع وتفسيره ومناقشته:

ينص الفرض الرابع على: لا يوجد معامل ارتباط دال إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس الضغوط النفسية المدركة ودرجاتهم على مقياس دافعية الإنجاز.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط الثنائية لبيرسون وذلك للدرجات الكلية والأبعاد على مقياس الضغوط النفسية ومقياس دافعية الإنجاز ويوضح الجدول (١٣) نتائج ذلك.

جدول (١٣)

معاملات الارتباط الثنائية بين الدرجات على مقياس الضغوط النفسية ومقياس دافعية الإنجاز

دافعية الإنجاز						الضغوط النفسية
الدرجة الكلية لدافعية الإنجاز	الاستقلال	حب الاستطلاع	الرغبة في النجاح	الالتزام	التحدي	
**٠.٤١-	**٠.٤٠-	٠.١٣-	**٠.٣٩-	**٠.٣٦-	**٠.٣٦-	الضغوط الأسرية
**٠.٥٠-	**٠.٤٤-	**٠.٢٣-	**٠.٤٨-	**٠.٤٨-	**٠.٤١-	الضغوط الأكاديمية
**٠.٥١-	**٠.٤٥-	**٠.٢٤-	**٠.٤٧-	**٠.٤٦-	**٠.٤٢-	الضغوط الانفعالية
**٠.٥٣-	**٠.٤٩-	**٠.٢٢-	**٠.٥١-	**٠.٤٩-	**٠.٤٦-	الدرجة الكلية للضغوط

نلاحظ من الجدول رقم (١٣) وجود معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) تراوحت بين (-٠.٣٦ إلى -٠.٥٣) بين كل من الضغوط النفسية المدركة بأبعادها الفرعية ودافعية الإنجاز بأبعادها الفرعية مما يعنى وجود علاقة سلبية ودالة بين الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز بمعنى أنه كلما انخفض مستوى الضغوط النفسية المدركة كلما زاد مستوى دافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة جدة. وأيضاً وجود معامل ارتباط سلبى (-٠.١٣) غير دال إحصائياً بين الضغوط الأسرية ودافع حب الاستطلاع وتشير هذه النتائج عامة إلى وجود علاقة ارتباطية (سلبية) عكسية دالة بين الضغوط النفسية بأنواعها المختلفة ودافعية الإنجاز بأبعادها المختلفة.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسات منشار (١٩٩٩) ونتائج دراسة بدوي (٢٠٠٢) ونتائج دراسة عليوي (٢٠١٣) التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي المستويات المختلفة من الضغط النفسي في دافعية الإنجاز. فيما تختلف مع نتائج دراسة الجيد (٢٠١٠) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي دافعية الإنجاز على جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية للمقياس لصالح مرتفعي الإنجاز.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن ارتفاع مستوى الضغوط المدركة يترتب عليه ارتفاع مستوى القلق والخوف من الفشل والاختفاق في الدراسة والذي قد يؤدي إلى الإحباط وفقدان الأمل مما يترتب عليه انخفاض الدافعية للإنجاز. كذلك تعتبر الضغوط تحدى عوامل غير سارة لطاقة التأقلم والتكيف للفرد والتي تعتمد على كمية الشدة أو الإنعصاب اللازمة لنشأة الأمراض النفسية على تكوين واستعداد الفرد، ولأرب أن لكل فرد رغبات قد تتعارض مع البيئة مما يجعل الفرد يعيش حالة من الضغط

نتائج الفرض الخامس وتفسيره ومناقشته:

ينص الفرض الخامس على أنه: لا يوجد معامل ارتباط دال إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس الضغوط النفسية المدركة ودرجاتهم على مقياس التوافق الأكاديمي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط الثنائية لبيرسون وذلك للدرجات الكلية والأبعاد على مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق الأكاديمي ويوضح الجدول (٢٩) نتائج ذلك.

جدول (١٤)

معاملات الارتباط الثنائية بين الدرجات على مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق الأكاديمي

التوافق الأكاديمي				الضغوط النفسية
الدرجة الكلية للتوافق	المجال الانفعالي	المجال الأكاديمي	المجال الاجتماعي	
**٠.٣٢-	**٠.٢٢-	**٠.٣٠-	**٠.٢٩-	الضغوط الأسرية
**٠.٢٩-	٠.١٤-	**٠.٣٦-	**٠.٢٢-	الضغوط الأكاديمية
**٠.٢٨-	٠.١٠-	**٠.٣٢-	**٠.٢٧-	الضغوط الانفعالية
**٠.٣٤-	*٠.١٨-	**٠.٣٧-	**٠.٣٠-	الدرجة الكلية للضغوط

(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠١) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى (٠.٠٥)

نلاحظ من الجدول (١٤) وجود معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) تراوحت بين (-٠.٢٢ إلى -٠.٣٧) بين كل من الضغوط النفسية المدركة بأبعادها الفرعية والتوافق الأكاديمي بمجالاته مما يعنى وجود علاقة سلبية (عكسية) ودالة بين الضغوط النفسية المدركة والتوافق الأكاديمي بمجالاته المختلفة، بمعنى أنه كلما انخفض مستوى الضغوط النفسية المدركة كلما زاد مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلبة جامعة جدة. وأيضاً وجود معاملات ارتباط سلبية (-٠.١٤، -٠.١٠) غير دال إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية والانفعالية من جهة والمجال الانفعالي للتوافق الأكاديمي من جهة أخرى.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات (عديلي، ٢٠١٦؛ Suldo,et al.2009 ؛ Ashwini&Vijay,2014) كما تتعارض مع نتائج دراسات (أبو سريع، ١٩٩٣ ؛ Kiang,et.,al.2013 ؛ صبييرة وآخرون، ٢٠١٤)

ويمكن تفسير هذه العلاقة السلبية من خلال الافتراض بأن زيادة الضغوط على الفرد تؤدي إلى انخفاض دافعيته للإنجاز وشعوره بالإحباط والعجز وعدم القدرة على المواجهة مما يترتب عليه انخفاض قدرته على التوافق والتكيف مع البيئة الجامعية.

• نتائج الفرض السادس وتفسيره ومناقشته:

ينص الفرض السادس على أنه: لا يختلف الإسهام النسبي لكل من: الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار الخطى المتعدد وذلك باستخدام طريقة Enter والذي يعتمد على إدخال كل المتغيرات المستقلة مجتمعة للحصول على معادلة التنبؤ بالأداء على المتغيرات التابعة وتوضيح الجدول (٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١) نتائج تحليل الانحدار.

جدول (١٥)

ملخص لنموذج Enter

النموذج	R	R2	R2 المعدل	الخطأ المعياري للتقدير
Enter	٠.٣٨	٠.١٥	٠.١٣	١٢.٨٢

المتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية، دافعية الإنجاز المتغير التابع: التوافق الأكاديمي.

يتضح من الجدول (١٥) أن قيمة R2 (مربع معامل الارتباط المتعدد) ٠.١٥ أي أن ١٥% من التباين في التوافق الأكاديمي . تم تفسيره من خلال التركيب الخطى للمتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز.

(ب) تحليل التباين للانحدار المتعدد

جدول (١٦)

نتائج تحليل التباين للانحدار المتعدد

النموذج	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات (التباين)	ف	مستوى الدلالة
الانحدار	٤٠٩٠.٨٣	٢	٢٠٤٥.٤٢	١٢.٤٤	٠.٠١
اليواقي	٢٤١٧٢.١٣	١٤٧	١٦٤.٤٤		
الكلية	٢٨٢٦٢.٩٦	١٤٩			
المتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية، دافعية الإنجاز					
المتغير التابع: التوافق الأكاديمي					

يتضح من الجدول (١٦) دلالة نموذج الانحدار حيث أن قيمة (ف = ١٢.٤٤) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يعنى أن المتغيرات المستقلة تفسر قدراً جوهرياً من التباين في المتغير التابع (التوافق الأكاديمي).
(ج) معاملات الانحدار:

جدول (١٧)

معاملات الانحدار

الدالة	T	المعاملات غير المعيارية		النموذج (١)
		المعاملات المعيارية β	الخطأ المعياري B	
٠.٠١	٦.٨١		١٤.٩٠	الثابت
٠.٠١	٢.٦٤-	٠.٢٤-	٠.٠٥	ضغوط نفسية
٠.٠٥	٢.١٨	٠.٢٠	٠.٠٦	دافعية إنجاز
المتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية، دافعية الإنجاز.... المتغير التابع: التوافق الأكاديمي				

يتبين من الجدول (١٧) وجود إسهام دال إحصائياً للضغوط النفسية في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي حيث كانت قيم (ت = ٢.٦٤) دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) وارتفاع قيم أوزان بيتا (-٠.٢٤)، ووجود إسهام دال إحصائياً لدافعية الإنجاز في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي حيث كانت قيم (ت = ٢.١٨) دالة إحصائياً عند (٠.٠٥) وارتفاع قيم أوزان بيتا (٠.٢).

ومن الجدول نستخلص معادلة التنبؤ: **التوافق الأكاديمي = ١٠.١٠٥٣ - ٠.٢٤ (الضغوط النفسية) + ٠.٢ (دافعية الإنجاز)**

ومما سبق يتضح إمكانية التنبؤ الدال بالتوافق الأكاديمي من خلال الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء العلاقات الارتباطية السلبية بين الضغوط النفسية المدركة والتوافق الأكاديمي والتي تم تفسيرها من قبل، كذلك العلاقات الارتباطية الموجبة بين دافعية الإنجاز الأكاديمي والتوافق الأكاديمي.

ويرى الباحث أن إسهام كل من الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز في التباين الحادث في التوافق الأكاديمي يرجع إلى طبيعة العلاقات الارتباطية بين هذه المتغيرات حيث توجد علاقات ارتباطية سالبة بين الضغوط والتوافق الأكاديمي مما يعنى أنه كلما زاد مستوى الضغوط المدركة انخفض مستوى التوافق الأكاديمي لدى الطلاب لما تحدثه هذه الضغوط من قلق وخوف من الإحباط والفشل. كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة بين دافعية الإنجاز والتوافق مما يعنى أن ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز يؤدي إلى ارتفاع مستوى التوافق.

خلاصة بأهم النتائج وتوصيات ومقترحات الدراسة

أولاً: نتائج الدراسة

توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية

- وجود درجة منخفضة من الضغوط الأكاديمية لدى طلاب جامعة جدة. مما يدل على انخفاض درجة الضغوط المدركة للعينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم درجة منخفضة من الضغوط النفسية المدركة (الأسرية والأكاديمية والانفعالية). كما حصل بعد الضغوط الأسرية والانفعالية على درجة منخفضة في حين حصل بعد الضغوط الأكاديمية على أعلى درجة (متوسطة).
- وجود درجة مرتفعة جداً من دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعة جدة. مما يدل على ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز للعينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم درجة مرتفعة من دافعية الإنجاز.
- وقد حصل بعد حب الاستطلاع على أقل مستوى لدافعية الإنجاز في حين حصل بعد الالتزام وتحمل المسؤولية على مستوى /درجة لدافعية الإنجاز مقارنة بباقي أبعاد دافعية الإنجاز
- وجود درجة مرتفعة من التوافق الأكاديمي. مما يدل على ارتفاع مستوى التوافق الأكاديمي للعينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم مستوى مرتفع (درجة مرتفعة) من التوافق الأكاديمي.
- وقد حصل المجال الأكاديمي على أقل مستوى للتوافق في حين حصل المجال الاجتماعي على أعلى مستوى للتوافق مقارنة بباقي مجالات التوافق.
- وجود معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) تراوحت بين (-0.36 إلى -0.53) بين كل من الضغوط النفسية المدركة بأبعادها الفرعية ودافعية الإنجاز بأبعادها الفرعية مما يعنى وجود علاقة سلبية ودالة بين الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز بمعنى أنه كلما انخفض مستوى الضغوط النفسية المدركة كلما زاد مستوى دافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة جدة. وتشير هذه النتائج عامة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية بأنواعها المختلفة ودافعية الإنجاز بأبعادها المختلفة.

- وجود معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) تراوحت بين (٠.٢٢ إلى -٠.٣٧) بين كل من الضغوط النفسية المدركة بأبعادها الفرعية والتوافق الأكاديمي بمجالاته مما يعنى وجود علاقة سلبية ودالة بين الضغوط النفسية المدركة والتوافق الأكاديمي بمعنى أنه كلما انخفض مستوى الضغوط النفسية المدركة كلما زاد مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلبة جامعة جدة.
- إمكانية التنبؤ الدال بالتوافق الأكاديمي من خلال الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز وأن ١٥% من التباين في التوافق الأكاديمي تم تفسيره من خلال التركيب الخطى للمتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز.

ثانياً: توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يوصي الباحث بما يلي:

- الاهتمام بتوفير بيئات تعليمية فعالة تتوفر فيها مستويات منخفضة من الضغوط الأكاديمية.
- رفع مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة باستخدام برامج ارشادية.
- تدريب طلاب الجامعة على استراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية.
- تقديم برامج توعوية لطلاب الجامعة عن المعوقات الموجودة في البيئة الجامعية ومسبباتها وأساليب مواجهاتها.

ثالثاً: مقترحات الدراسة

- دراسة فعالية برنامج إرشادي لخفض مستوى الضغوط الأكاديمية المدركة على رفع مستوى دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.
- دراسة أساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل من طلاب الجامعة.
- وضع نموذج بنائي يوضح العلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين كل من: التوافق الأكاديمي والضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز.
- الكشف عن علاقة الانفعالات المرتبطة بالتحصيل والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.
- دراسة المتغيرات التي تناولتها الدراسة الحالية على عينات من الطلبة لإجراء دراسة مقارنة بينهم في هذه المتغيرات.

قائمة المراجع

أولاً/ المراجع العربية:

- ١- أبو سريع، رضا عبد الله (١٩٩٣). الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية، جامعة بنها،* مج ٤، ع (٩)، ٢-٣١، مصر.
- ٢- أبو سكران، عبد الله يوسف (٢٠٠٩). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط الداخلي والخارجي للمعاقين حركيا في قطاع غزة. رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- ٣- ابو علام، رجاء (١٩٩٣). *علم النفس التربوي*. ط٦، الكويت: دار القلم.
- ٤- احمد، غادة يوسف (٢٠١٠). الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبات العاب القوى في ضوء الجنس ونوع المسابقة. *المؤتمر العلمي الدولي الثالث عشر بجامعة حلوان*. مج ٣، ٢٤٧-٢٨١.
- ٥- أنيس، إبراهيم وآخرون (١٩٩٣). *مجمع اللغة العربية "المجمع الوسيط"*. الجزء الثاني، مصر، القاهرة: دار المعارف.
- ٦- بدوي، زينب عبد العليم (٢٠٠٢) النموذج السببي للعلاقات بين الانبساطية - العصابية والمستوى الاجتماعي - الاقتصادي ودافعية الإنجاز والضغوط الأكاديمية على طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية - عين شمس - مصر، العدد ٢٦، ج ٣، ص (٥-٦٤)*
- ٧- جادو، عبد العزيز (٢٠٠١). *علم نفس الطفل وتربيته*. المكتبة الجامعية، مصر
- ٨- الجيد، ايمان لطفي (٢٠١٠). الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز وصراع الدور لدى المدرس الجامعي. *المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس،* مج ٢، ٥٤٧-٥٧٦.
- ٩- حسن، على حسن (١٩٨٩). بعض عوامل كف الدافعية للإنجاز في مجال البحث العلمي بالجامعة. دراسة تحليلية. *مجلة علم النفس، العدد (٥٠)، الهيئة المصرية العامة للكتاب*

- ١٠- حنفي، على (٢٠٠٧). الضغوط النفسية لذوي الاحتياجات الخاصة واسرهم. دار الايمان للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ١١- الخالدي، أديب محمد (٢٠٠٩). المرجع في الصحة النفسية. الأردن، عمان: دار وائل.
- ١٢- الخطيب، محمد جواد (٢٠٠٧). تقويم عوامل مرونة الانا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة. مجلة الجامعة الإسلامية ١٥(٢)، ١٠١٥ - ١٠٨٨
- ١٣- الخولي، هشام (٢٠٠٤). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف حدة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة. مجله الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٨٣ - ١٣٥.
- ١٤- رشوان، ربيع عبده (٢٠٠٦). التعلم المنظم ذاتياً وتوجهات أهداف الإنجاز. نماذج ودراسات معاصرة". القاهرة: عالم الكتب.
- ١٥- الرفوع، عاطف عيد، الحجايا، سليمان سالم (٢٠٠٨) مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية، العلوم التربوية - مصر، مج ١٦، ع ٢، ص: ١١٦-١٤٣
- ١٦- الزيداني، احمد محمد (٢٠١١). دور عوامل ما وراء المعرفة في العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة والاضطراب النفسي، دراسات نفسية، مج ٢١، ع (٤)، ٥١٩-٥٤٣ القاهرة.
- ١٧- شحادة عبده (٢٠١٢). أثر استخدام المخططات الخوارزمية في التحصيل ودافع الإنجاز ومفهوم الذات وقلق الاختبار والاحتفاظ لدى طلبة الصف التاسع في الفيضياء بمحافظة نابلس. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات. ١٩، ٧٧ - ١٢١
- ١٨- عبد المجيد، السيد محمود ومحمود، الفرحتي (٢٠٠٥). الدور الوسيط للمعارف المشوهة في العلاقة بين الضغوط النفسية والاكنتاب لدى عينة من طلاب الجامعة. مجله كلية التربية بالمنصورة، ٥٧، ٣٠٣ - ٣٣٣.

- ١٩- عبد الواحد، إبراهيم (٢٠١٤). الإسهام النسبي لكل من: دافعية الإنجاز ومفهوم الذات في التوافق الدراسي لدى الموهوبين والموهوبين ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد السابع، مصر، ص ٣١٧ - ٣٩٥
- ٢٠- عبدالمقصود، أماني (٢٠٠٧). الضغوط الأسرية والنفسية، الأسباب والعلاج، القاهرة، الأنجلو المصرية.
- ٢١- عديلي، نداء حسن حسين (٢٠١٦). النمذجة السببية للعلاقات بين العزو السببي للسلوك والعجز المتعلم والتوافق الأكاديمي. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية جامعة اليرموك، الأردن.
- ٢٢- عطية، محمود (٢٠١٠). ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ٢٣- عقل، محمود بن عطا. (١٩٩٨). النمو الإنساني الطفولة والمراهقة. السعودية: دار الخريجي. ط ٥. ص ٤٠١.
- ٢٤- عليوي، نوال (٢٠١٣). الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة، عالم التربية - مصر، س ١٤، ع ٤٢، ص: ٣٢٥-٣٠٣
- ٢٥- العوري، ايمن (٢٠٠٣). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي جمعي في خفض الضغوط النفسية وتحسين التحصيل الدراسي لدى طلبة الصف العاشر. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك.
- ٢٦- العويضة، سلطان (٢٠٠٦): العلاقة بين مصادر الضغوط وأساليب التدبير لدى عينة من طلبة الجامعات الخاصة الاردنية، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية
- ٢٧- الغامدي، غرم الله (٢٠٠٩). التفكير العقلاني والتفكير غير العقلاني ومفهوم الذات ودافعية الإنجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة وجدة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

- ٢٨- الفيروز، ابادى (١٩٩١). **القاموس المحيط**. الجزء الثالث، لبنان، بيروت: دار إحياء التراث العربي.
- ٢٩- كباجة، صالح إبراهيم محمود (٢٠١١). **التوافق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لدى الأطفال الصم بمحافظات قطاع غزة**. رسالة ماجستير، غير منشورة، علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- ٣٠- اللببى وآخرون (٢٠٠٦): **الضغوط النفسية الشائعة لدى طلبة جامعة ٦ أكتوبر بمصر، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية**
- ٣١- اللحياني، سميرة محمد (٢٠١٢). **قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز والضغوط النفسية لدى هيئة من طالبات جامعة ام القري**. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب والعلوم الادارية جامعة ام القري.
- ٣٢- المتبولي، محمود ابراهيم (٢٠١١). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المصارعة بمحافظة دمياط**. مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ١٧، ١٥٧-١٨٩.
- ٣٣- المداحه، فانتن (٢٠١٥). **علاقة الضغوط النفسية بالتحصيل والتطرف الفكري وتقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة الأردن.
- ٣٤- منشار، كريمان عويضة (١٩٩٩). **الضغط النفسي في علاقته بدافيعتي الإنجاز والتواد لدى طلاب الجامعة**. مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد (١٠)، ٣٥٤-٤١٤، القاهرة.
- ٣٥- هنداوي، نشوة سنان (٢٠١٢). **العلاقة بين مفهوم الذات ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات المدرسية في مديرية جنين**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

- 1- Ashwini, R & Vijay, P, B. (2014). **Stress and Adjustment among college students in relation to their academic performance** .Indian Journal of Health and wellbeing ,5(3),pp:288-292
- 2- Bognar.G. (2005). **The concept of Quality of life**; Journal social theory and practice, vol.(3).issue(4).p.561
- 3- Cercle, C., Gadea, A., Hartmann, M. & Laurel (2008) .**Typological and factor analysis of the perceived stress measure by using the PSS scale**. Revue Europeans De Psychologies Appliqué, 58, 227-239.
- 4- Cramlet M. (2005). **Psychological Comparisons of Undergraduate and Graduate College of Education Students**, International Journal of Teaching and Learning in Higher Education 2010, Volume 22, Number 3, 238-245
- 5- Kaplan, A., & Midgley, C. (1999). **The effect of achievement goals**: Does level of academic efficacy make a difference? Contemporary Educational Psychology, 22, 415-435.
- 6- Kausar, R. (2010). Perceived Stress, **Academic Workloads and Use of Coping Strategies by University Students**. Journal of Behavioral Sciences, Vol. 20, pp:31-45
- 7- Spada, M., Nikcevic, A., Moneta, G. & Wells A. (2008).Metacognitions, perceived stress, and negative emotion. Personality and Individual Differences, 44, 1172-1181.