مجلة العلوم التربوية والنفسية
العدد السادس عشر – المجلد الثاني
يونيو 2018 م
ISSN: 2522-3399

المجلة العربية للعلوم و نشر الأبحاث
Arab Journal of Sciences & Research Publishing
AJSRP

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

أحمد بن صالح موسى الزهراني
كلية التربية || جامعة الباحة || المملكة العربية السعودية

الملخص: 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 2013- ومقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة- من إعداد عديلي 2016- تم تطبيقها على عينة عشوائية طبقيه قوامها (150) طالباً من طلاب جامعة جدة بنسبة (28.8%) من المجتمع الأصلي؛ من تخصصات (التربية الخاصة، تقنيات التعليم، التربية البدنية، الدراسات القرآنية) بالمستويات (4، 5، 6، 7). وبلغ متوسط أعمارهم الزمنية (21,52) وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود مستوى منخفض من الضغوط النفسية المدركة لدى العينة بمتوسط(2.51)، أما مستوى دافعية الإنجاز، فحصل على متوسط(3.38) فيما حصل التوافق الأكاديمي على متوسط(3.85)، وكلاهما بتقدير(مرتفع)، كما أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية بأنواعها المختلفة ودافعية الإنجاز بأبعادها المختلفة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية بأنواعها المختلفة والتوافق الأكاديمي بمجالاته المختلفة. كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود إسهام دال إحصائيا 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 النفسة المدركة؛ دافعية الإنجاز؛ التوافق الأكاديمي؛ طلاب الجامعة.

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 أدوارنا الاجتماعية، وقد نتوافق مع هذه التغيرات وقد لا نتوافق مما يصيب الإنسان بالاضطراب النفسي وتقل إنجازاته الشخصية (عبدالمقصود، 2007، 7).

وقد ذكر الخولي (2004، 83) " 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 توافقنا 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، 1999، 356).

والضغوط النفسية مفهوم يشير إلى درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئة في حياته اليومية وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمه تحدث بعض الآثار السيئة نفسيا وفسيولوجيا (عبد المجيد ومحمود، 2005).

وتشير أحمد (2010، 253) 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 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، 2011، 163).

وتعد دافعية الإنجاز واحدة من أهم المتغيرات المؤثرة في معظم مخرجات العملية التعليمية، وتنظر نظرية دافعية الإنجاز إلى التعلم على أنه عملية تشتمل 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، 2006، 126).

كما تشير الجيد (2010، 553) أنه ليس بالضرورة أنه كلما زادت دافعية الفرد للإنجاز تزداد مواقف النجاح، فالمستوى الزائد من دافعية الإنجاز قد يدفع الفرد إلى الاستجابة لضغوط إضافية قد تعوق الإنجاز.

ولعل الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز من أهم العوامل التي تؤثر تأثيرا مباشراً في مستوى أداء الفرد في مختلف المجالات والأنشطة بشكل عام والمجال التعليمي بشكل خاص (عبد الواحد، 2014، 319).

ويشير مفهوم التوافق الأكاديمي إلى درجة رضا الفرد عن تحصيله الأكاديمي وتوقعاته حول نجاحه أو فشله الدراسي (عديلي، 2016، 16)

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 عل شخصية الطالب مما يعرض حياته النفسية للاضطرابات والاختلالات (عبد الواحد، 2014)

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 وتساؤلاتها:

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، 2007، 103).

وقد توصلت دراسة منشار(1999) 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, 2014) عن وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط بين طلاب الجامعة، ووجود فروق دالة إحصائياً 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 في السؤال الرئيس الآتي:

هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟

ويرتبط بالسؤال الفرضيات الآتية:

1. توجد درجة متوسطة من الضغوط النفسية المدركة لدى عينة البحث من طلاب الجامعة؟
2. توجد درجة مرتفعة من دافعية الإنجاز ومن التوافق الأكاديمي لدى عينة الدراسة؟
3. لا يوجد معامل ارتباط دال إحصائيا بين درجات الطلاب على مقياس الضغوط النفسية المدركة ودرجاتهم على مقياس دافعية الإنجاز.
4. لا يوجد معامل ارتباط دال إحصائيا بين درجات الطلاب على مقياس الضغوط النفسية المدركة ودرجاتهم على مقياس التوافق الأكاديمي.
5. 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:

1. التعرف على مستوى العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.
2. التأكد من صحة الفرضيات حول مستويات الضغوط الأكاديمية والدافعية للإنجاز والتوافق الأكاديمي.
3. التعرف على درجة الضغوط النفسية المدركة المختلفة التي قد يبديها طلاب الجامعة ومعاملات الارتباط وتحديد طبيعة العلاقة بين كل منها مع بقية الأبعاد.
4. 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 كالآتي:

1. 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.
2. معرفة المعوقات التي قد تتسبب في عدم التوافق الأكاديمي في الجامعة، والبحث عن حلولٍ لها.
3. تنمية الإجراءات الإيجابية لدى الطلاب في فهم الضغط النفسي.

ثانيا/ الجانب التطبيقي:

وتظهر الأهمية التطبيقية في الآتي:

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

حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة على الحدود الآتية:

1. **الحدود الموضوعية:** يحدد البحث بثلاث متغيرات وهي تتمثل في الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة.
2. **الحدود البشرية:** اقتصرت هذه الدراسة على عينة من طلاب كلية التربية بجامعة جدة.
3. **الحدود المكانية:** تم تطبيق أداة الدراسة على طلاب كلية التربية بجامعة جدة.
4. **الحدود الزمانية:** الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (1438/ 1439هـ).

مصطلحات الدراسة:

1. الضغوط النفسية المدركة:

تعريف عبد المجيد ومحمود (2005، 307) 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 وفسيولوجياً".

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

2. التوافق الأكاديمي:

عرف عديلي (2016، 20) التوافق الأكاديمي بأنه " درجة رضا الفرد عن تحصيله الأكاديمي وتوقعاته حول نجاحه أو فشلة في الدراسة ".

وتعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التوافق الأكاديمي.

3. دافعية الإنجاز:

ويتبنى الباحث تعريف العازمي (2013، 337) لدافعية الإنجاز " بأنه عملية إثارة السلوك الموجه نحو الهدف وهي شرط أساسي يتوقف علية تحقيق الأهداف التعليمية ".

وتعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس دافعية الإنجاز.

2- 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 والحرمان والمحن فهي تعبر عن نتائج حياة قاسية بكلمة واحدة (المداحه، 2015، 17).

ويعرف حنفي (2007، 32) الضغوط النفسية بأنه" الحالة التي يتعرض لها الكائن الحي حيث تفرض عليه نوعا من التوافق وتزداد تلك الحالة إلى درجة الخطر كلما ازدادت شدة تلك الظروف أو استمرت لفترة طويلة".

وطبقا للازاروس 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 الذى يدرك على أنه تهديد وعلى الموارد المتاحة (نفسية واجتماعية) للتغلب عليه.(الزيداني، 2011، 521).

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

1- الضغط النفسي السيء: ويسمى كذلك الألم مثل فقدان عزيز أو فقدان عمل.
2- الضغط النفسي الجيد: يؤدى إلى إعادة التكيف مع الذات كولادة طفل أو سفر في عمل أو بعثة.
3- الضغط النفسي الزائد: وينتج عنه تراكم الأحداث السلبية بحيث تتجاوز مصادر الفرد وقدراته.
4- الضغط النفسي المنخفض: ويحدث عندما يشعر الفرد بالملل وعدم التحدي والشعور بالإثارة.

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

1- رد فعل الإنذار: حيث يتهيأ الفرد جسميا لمواجهة الحدث الضاغط.
2- المقاومة: وفى هذه المرحلة يحاول مواجهة الحدث الضاغط أو التكيف معه.
3- الإنهاك: وفيها يفقد الجسم قدرته على التعامل مع الحدث أو المواقف. (منشار، 1999، 385).

النماذج والنظريات المفسرة للضغط النفسي

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

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

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

$$\text{الضغط النفسي} = \frac{\text{التعرض للعوامل الضاغطة + القابلية والحساسية للتأثر Vulnerability}}{\text{المصادر النفسية + المصادر الإجتماعية}}$$

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 ثابته وإذا كانت محبطه فأنها تخلق أفكارا سلبية وتؤثر عكسيا على أدائه (عطية، 2010، 42).

ثالثاً: نظرية سبيلبرجر (Spelberger)

يرى سبيلبرجر بأن للضغوط دوراً مهما في إثارة الاختلافات وتتحدد نظريته في ثلاث محاور: الضغط والقلق والتعلم، وفى 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 ذكاء الأفراد الذين تجرى عليهم برامج التعلم ومعرفة قدرتهم على التعلم (المداحه، 2015، 27).

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 تغير مفاجئ في الوضع المالي.
- **الضغوط الاجتماعية:** مثل التغير في الأنشطة الترفيهية، والعادات الشخصية، الأنشطة 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 والشات.
- **الضغوط الأكاديمية:** كبدء الدراسة أو الانتهاء منها، ضعف التركيز، الفشل في الاختبارات، (العوري، 2003، 17).

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، تغير 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. (اللحياني، 2012، 55).

المحور الثاني: دافعية الإنجاز

مفهوم دافعية الإنجاز:

يدل معنى الإنجاز على الإتمام في معجم (لسان العرب، ب. ت، 22) 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. ت، 646) (حسن، 1989، 25).

وعرفها (الغامدي، 2009، 101) 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 (2012، 23) 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 موراي Murray كما ذكره الغامدي(2009، 104) بأنه :

1- يحصل على درجة مرتفعة في دافعية الإنجاز.
2- ينجز أشياء صعبة.
3- يتفق أو يفهم تماماً ويعالج أو ينظم الأشياء أو الأفراد أو الأفكار وأن يفعل ذلك بسرعة واستغلال ما أمكنه ذلك.
4- يتغلب على العوائق مهما كانت وأن يتنافس ويتفوق على الآخرين.
5- يبذل الجهود الشاقة المستمرة في سبيل إنجاز ما يقوم به.
6- يعمل بمفرده نحو تحقيق هدف بعيد سام.
7- يملك العزم والتصميم على الفوز في المنافسة.
8- يعمل كل شيء بصورة جيدة.
9- يجاهد في سبيل التغلب على الضجر والتعب.

مما سبق يرى الباحث أن الدافع للإنجاز استعداد لدى الفرد يوجه سلوكه ويدفعه للسعي نحو النجاح والتفوق من خلال المثابرة وبذل الجهد للتغلب على العقبات.

النماذج التي تناولت دافعية الإنجاز

أولاً: نظرية ماكليلاند في الشخصية والدافعية:

تنبع هذه النظرية من الرغبة الكبيرة في اكتشاف دافع الإنجاز عند مشاهدة أفراد وهم يؤدون أعمالهم، وقد أشار ماكليلاند 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، 2012، 19)

ثانياً: نظرية توجهات أهداف الإنجاز:

تعتبر نظرية توجه الهدفGoal 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". وتنظر النظرية إلى التعلم على أنه عملية تشتمل 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.

1- **أساليب تنشئة الطفل** يتفق معظم الباحثين أن الأساليب التي يتّبعها الوالدان في تنشئة الطفل هي العامل الهام في ظهور سمة الدافعية للإنجاز وتحديد مستواها لديه.

2- **البيئات الاجتماعية:** توصلت دراسة كل من: كابلن وميدجيلى (Kaplan & Midgley, 1999, 428) إلى أن فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الطالبات ذوات الأصول الحضرية والريفية في دافعيتهن للتعلم لصالح عينة الريف.

3- **الفعالية الذاتية (الكفاءة الذاتية):** حيث تعد الكفاءة الذاتية متغيراً هاما لفهم الدافع الإنجازي لدى التلاميذ، حيث نجد أن من يشعرون بالكفاءة يلتزمون العمل الجاد ويثابرون لمدة أطول ممن ينتابهم شك في قدراتهم.

4- **توقع النجاح:** ويعد توقع النجاح وتحقيق الهدف متنبأ هاما 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، 2013، 545) بأنه "عملية يكون فيها الفرد راضيًا 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، 2011، 25-27) إلى أن مجالات التوافق النفسي تتمثل في الآتي:

1- التوافق الذاتي: بالشعور بالرضى عن الذات، وعدم السخط عليها.

2- **التوافق الديني:** بالإيمان الصادق، فهو ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها.

3- التوافق الأسري: بشعور الفرد أن الأسرة تتفهم حقوقه وواجباته، ويشعر بالراحة والدفء.

4- **التوافق الأكاديمي:** برضى الطالب عن ذاته، وعن المؤسسة التعليمية (مدرسته) التي يدرس بها،

5- **التوافق الاجتماعي:** بقدرة الفرد على تكوين علاقات وصداقات 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, 65؛ محفوظ، 2012، 369؛ أبو سكران، 2009، 19-21؛ وهي: أن التوافق عملية كلية وديناميةوارتقائية ونسبية واقتصادية ووظيفية وتستند إلى طبوغرافية النفس.

ثانياً: التوافق الأكاديمي:

عرفه بوجنار (Bognar(2005 بأنه تمثيل للرفاهية الحياتية بالنسبة للطالب الجامعي بصفة عامه والعوامل المؤثرة في حياته بصفة خاصه. 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، 2014، 316)

مظاهر التوافق الأكاديمي

يقترح عبد العاطي (2005) 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.
- الخلقة الخامسة: جودة الحياة الوجودية (وتمثلها العوامل المادية واشباع الحاجات والرضا عن الحياة وإدراك الفرد لمعنى الحياة الجامعية ومدى إحساس الفرد بالسعادة والصحة النفسية والجسمية (المبحوح، 2015، 48).

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، 2007، 103).

ومن أهم ما يميز هذه المرحلة- كما يراها عقل (1998، 401)أنها:

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

ثانياً: الدراسات السابقة:

أولاً: دراسات تتعلق بالضغوط النفسية المدركة لدى طلاب الجامعة

أجرى العويضة (2006) دراسة هدفت إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الذين يدرسون في الجامعات الخاصة واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (445) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الزيتونة وجامعة عمان الأهلية وضمت مختلف المستويات الدراسية، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية لطلاب الجامعة، ومقياس أساليب التدبر، 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 التدبر 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 اللبيبى وآخرون (2006) إلى التعرف على الضغوط النفسية الشائعة لدى طلبة الجامعة حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من(141) طالبا وطالبة من الجنسين وأظهرت النتائج أن أكثر

أنواع الضغوط شيوعا هي الضغوط الدراسية بنسبة 94% وتليها الضغوط الانفعالية 90% ثم الصحية 88% فالشخصية 75%، ثم الاجتماعية 47%، وأخيراً الأسرية 33%، 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 وأخيرا الأسرية.

كما هدفت دراسة الرفوع والحجايا (2008) إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة في المجالات (المادية، الأكاديمية، الأسرية، النفسية) وتكونت العينة من(250) 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 وفى المجال النفسي صعوبة التعبير عن المشاعر تجاه الآخرين، كما وجدت فروق دالة إحصائيا في مصادر الضغوط النفسية تعزى للمستوى الدراسي ومكان الإقامة وكذلك التفاعل بين الجنس والمستوى الدراسي ولم توجد فروق دالة تعزى لمتغير الجنس، وبين المستوى الدراسي ومكان الإقامة والتفاعل بين(الجنس، المستوى، الإقامة).

وفى دراسة الزيداني (2011) هدفت إلى اختبار العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة وعوامل ما وراء المعرفة والاضطراب النفسي، طبق البحث على عينة عددها(181) طالباً بكلية التربية بجامعة الملك خالد في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 1431هـ، طبق عليهم مقياس عوامل ما وراء المعرفة ومقياس القلق والاكتئاب ومقياس الضغط المدرك وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين عوامل ما وراء المعرفة وكلا من الضغوط النفسية المدركة والاضطراب النفسي، كما وجدت علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية المدركة والقلق والاكتئاب.

ثانيا/ دراسات تتعلق بالضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز:

أجرى بدوى (2002) دراسة هدفت إلى تحديد العلاقات السببية بين الانبساطية – العصابية والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ودافعية الإنجاز والضغوط الأكاديمية كما يدركها طلاب الجامعة، تكونت العينة من طالبات السنة الثالثة في التخصصات العلمية والأدبية بكلية التربية جامعة قناة السويس، وبلغت العينة (320) طالبة طبق عليهن مقاييس 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.

وفى **دراسة اللحياني (2012)** هدفت إلى معرفة قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز والضغوط النفسية لدى عينة تكونت من (400) طالبة بجامعة أم القرى، واستخدمت مقياس قلق المستقبل للمشيخي، 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 إحصائيا في قلق المستقبل ودافعية الإنجاز والضغوط النفسية ترجع إلى اختلاف التخصص الدراسي. ووجود فروق دالة إحصائيا في دافعية الإنجاز تبعاً للمستوى التعليمي.

وهدفت دراسة عليوي (2013) إلى التعرف على مصادر الضغوط لدى طلبة جامعة الجزائر وعلاقتها بدافعية الإنجاز، وتكونت العينة من(100) منهم (37) ذكور، (63) 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 إحصائيا بين درجات كل من الضغوط الأسرية والاقتصادية والدراسية والاجتماعية والانفعالية والصحية والشخصية والدافعية للإنجاز.

ثالثا: دراسات تتعلق بالضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بالتوافق

دراسة أبو سريع (1993) وهدفت إلى التعرف على مستويات الضغط النفسي لدي عينة من طلاب الجامعة المصريين وعلاقته بالتوافق النفسي وتكونت العينة من(236) طالباً وطالبة بالفرقة الثانية والرابعة بكلية التربية ببنها واستخدمت الدراسة مقياس الضغط النفسي في حياة الطلاب ومقياس التوافق النفسي لعثمان نجاتي وكشفت نتائج الدراسة أن نسبة 80,5% من العينة يقعون في فئة الضغط المعتدل، ونسبة 18,6% 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(162) طالبا ملتحقين ببرنامج (IB) تم مقارنتهم بعينة ضابطة عددها(157) 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(150) 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 -التنفيذية وعلاقة ارتباطية سالبة مع المواجهة بالتجنب والمشتتات النشطة، وبين الضغوط المدركة واستراتيجيات المواجهة الإجرائية - التنفيذية وكذلك المواجهة بالتجنب.

وهدفت دراسة **Ashwini &Vijay (2014) إلى** الكشف عن الضغوط والتوافق بين طلاب الجامعة وعلاقتهما بأداء الطلاب الأكاديمي، تكونت العينة من(80) طالباً جامعياً في السنة الدراسية الثانية (40 من كلية العلوم و40 من كلية الفنون) نصفهم من الذكور ونصفهم من الإناث؛ أعمارهم ما بين 16-18 سنة، تم انتقاؤهم عشوائيا؛ 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 إحصائيا في مستوى الضغوط بين طلاب الجامعة، ووجود فروق دالة إحصائيا 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 إحصائيا لاختلاف نوع الجنس بين كليتي العلوم والفنون.

وهدفت دراسة **عديلي(2016)** 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(350) طالبا 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 توثر 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 معا.
- 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.

3-منهجية الدراسة واجراءاتها

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 1439/1438هـ حسب إحصائية عمادة شئون الطلاب بجامعة جدة. كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (1) توزيع أفراد مجتمع الدراسة وفقاً لتخصصاتهم للعام الدراسي 1439/1438هـ

التخصص	العدد	النسبة%	التخصص	العدد	النسبة%
التربية الخاصة	45	%8.64	تقنيات التعليم	110	%21.11
القراءات	2	%0.38	التربية البدنية	277	%53.16
تربية – مستجد	15	%2.87	الدراسات القرآنية	72	%13.81
الإجمالي		521			%100

عينة الدراسة

تكونت العينة من عينتين: عينة أولية (استطلاعية) عددها (45) طالبا اختيروا عشوائياً واستخدمت هذه العينة في إعادة تطوير المقاييس وحساب الخصائص السيكومترية لها. وعينة أساسية قوامها (150) طالباً من طلاب

جامعة جدة بما يمثل نسبة (28.8%) من المجتمع الأصلي تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية من تخصصات (التربية الخاصة، تقنيات التعليم، التربية البدنية، الدراسات القرآنية) بالمستويات(4+ 5+ 6+ 7)، وبلغ متوسط أعمارهم الزمنية (21,52).

أدوات الدراسة

تضمنت أدوات الدراسة كل من: مقياس الضغوط النفسية المدركة (من إعداد الباحث)، ومقياس دافعية الإنجاز (من إعداد العازمي 2013)، ومقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة (من إعداد عديلي2016) وفيما يلي عرض لتلك الأدوات وخصائصها السيكومترية.

1. مقياس الضغوط النفسية المدركة (إعداد الباحث)

وتكون من (36) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد رئيسة (12 فقرة لكل بعد) وهي: ضغوط (الحياة الأسرية، والدراسية، والانفعالية والجسدية. ويتم الإجابة عليها وفقًا لمقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة، موافق، لا أدرى، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتقدر الدرجات ب(1، 2، 3، 4، 5) 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 (10) من المحكمين في التخصص من ذوى الخبرة وتم أخذ آرائهم في تحديد مدى ملاءمة الأبعاد لقياس الظاهرة محل الدراسة، وتم الأخذ بنسبة اتفاق (80%) فأعلى، حيث لم يتم استبعاد أي بعد من أبعاد المقياس فيما عدا إعادة الصياغة لبعض العبارات وأصبح العدد النهائي (36) 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 (2).

جدول (2) نتائج قيم البناء الداخلي لعبارات الأبعاد الثلاثة وارتباطها بالدرجة الكلية لكل بعد

الضغوط الأسرية		الضغوط الأكاديمية		الضغوط الانفعالية	
العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	معامل الارتباط بالبعد
1	**0.70	13	**0.64	25	**0.62
2	**0.79	14	**0.67	26	**0.55
3	**0.84	15	**0.56	27	**0.74
4	**0.79	16	**0.69	28	**0.76
5	**0.85	17	**0.64	29	**0.64
6	**0.78	18	**0.60	30	**0.71

الضغوط الأسرية		الضغوط الأكاديمية		الضغوط الانفعالية	
العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	معامل الارتباط بالبعد
7	**0.68	19	**0.68	31	**0.63
8	**0.59	20	**0.54	32	**0.51
9	**0.69	21	**0.55	33	**0.52
10	**0.56	22	**0.63	34	**0.69
11	**0.63	23	**0.64	35	**0.70
12	**0.56	24	**0.64	36	**0.68
درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة	
0.86	0.01	0.87	0.01	0.89	0.01
(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى(0.01) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى(0.05)					

يتضح من الجدول (2) ارتباط جميع عبارات الأبعاد الثلاثة للمقياس بالدرجة الكلية على بعد والدرجة الكلية على المقياس بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً وقد تراوحت قيم بين (0.52 إلى0.85) مما يعنى 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 (0.01) مما يعنى أن جميع أبعاد المقياس تتمتع بدرجة صدق مرتفعة ويدعم ذلك قوة الارتباط الداخلي بين جميع أبعاد المقياس.

ج- **ثبات المقياس:** يعرف الثبات بأن النتائج التي نحصل عليها من الأداة لا تتغير تغير جوهري 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(3).

جدول (3) معاملات ثبات ألفا- كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا-كرونباخ	معامل التجزئة النصفية
الأول: الضغوط الأسرية	12	0.90	0.81
الثاني: الضغوط الأكاديمية	12	0.86	0.73
الثالث: الضغوط الانفعالية	12	0.63	0.59
المقياس الكلى	36	0.94	0.85

يتضح من الجدول (3) ارتفاع قيم معاملات ثبات ألفا-كرونباخ على المستوى الكلي والذي بلغ (0.94) وعلى كل بعد من أبعاد المقياس فقد تراوحت قيم معاملات ثباتها ما بين (0.63 إلى 0.90) مما يشير إلى ارتفاع معاملات ثبات الأبعاد.، أما طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان- براون فقد بلغت قيمته (0.85) ويشير إلى ارتفاع معامل ثبات المقياس. وعلى مستوى أبعاد المقياس تراوحت قيم معاملات ثبات الاستبانة ما بين (0.59 - 0.81) وتؤكد أن جميع قيم الثبات لكافة أبعاد المقياس مرتفعة وتعطى مؤشراً لمناسبتها لتحقيق أهداف الدراسة والوثوق بنتائجها.

2. مقياس دافعية الإنجاز (من إعداد العازمي، 2013):

وصف المقياس: أعدته العازمي (2013) والذي روعيت فيه الألفاظ التي تناسب البيئة السعودية، وتكون المقياس في صورته النهائية من (55) عبارة موزعة على خمسة أبعاد (التحدي- الالتزام وتحمل المسئولية-الرغبة في

النجاح –حب الاستطلاع –الاستقلال والاعتماد على النفس) وتقع اختيارات 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(0.01).

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 (4).

جدول (4) نتائج قيم البناء الداخلي لعبارات البعد الاول (التحدي) وارتباطها بالدرجة الكلية

(التحدي)		الالتزام وتحمل المسؤولية		الرغبة في النجاح	
العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	معامل الارتباط بالبعد
2	**0.63	7	*0.33	3	*0.35
6	**0.41	11	**0.42	8	**0.42
10	**0.46	13	**0.41	14	**0.50
20	**0.52	16	**0.45	21	**0.61
25	**0.51	21	**0.65	26	**0.58
30	**0.54	28	**0.56	29	**0.44
34	**0.65	31	**0.48	32	*0.35
38	**0.51	35	**0.39	36	0.33
41	**0.43	40	**0.51	39	**0.57
44	**0.51	42	**0.49	45	**0.44
48	**0.46	47	*0.38	46	**0.51
52	**0.41	50	*0.57	49	**0.45
البعد الرابع (حب الاستطلاع)		53	*0.46	51	**0.49
العبارة	الارتباط بالبعد	الخامس(الاعتماد على النفس)		54	**0.53
4	**0.58	العبارة	الارتباط بالبعد	55	**0.51
17	**0.45	5	*0.37	درجة ارتباط الأبعاد بالكلية	
18	**0.39	9	**0.49	الأبعاد	الارتباط بالبعد
23	**0.56	12	**0.41	الأول12	**0.88
27	**0.56	15	**0.66	الثاني13	**0.91
37	**0.55	19	**0.47	الثالث15	**0.89
43	**0.53	22	**0.67	الرابع7	**0.70
		24	**0.53	الخامس8	**0.77
		33	**0.49		
(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى(0.01) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى(0.05)					

يتضح من الجدول (4) ارتباط جميع عبارات الأبعاد الأول والثاني والثالث والرابع والخامس للمقياس بالدرجة الكلية على البعد والدرجة الكلية على المقياس بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائيا وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.33 - 0.67) مما يعنى 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 (5).

جدول (5) معاملات ثبات ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية لكل بعد من أبعاد المقياس

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا-كرونباخ	معامل التجزئة النصفية
الاول	12	0.87	0.82
الثاني	13	0.85	0.79
الثالث	15	0.79	0.70
الرابع	7	0.81	0.71
الخامس	8	0.77	0.72
المقياس الكلى	55	0.90	0.81

يتضح من الجدول (5) ارتفاع قيم معاملات ثبات ألفا-كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس حيث تراوحت قيم معاملات ثبات المقياس ما بين (0.77 إلى 0.87) أما معامل ثبات المقياس ككل فبلغت (0.90) 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 (0.70 إلى 0.82) أما معامل ثبات المقياس ككل فبلغت (0.81) ويشير إلى ارتفاع معامل ثبات المقياس.

مقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة (من اعداد عديلي 2016)

ويتكون المقياس من (30) 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 (0.33 – 0.76). كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق بفاصل زمني أسبوعين على عينة قوامها (32) وبلغت قيمة معامل الثبات (0.95).

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 (6).

جدول (6) قيم الاتساق الداخلي لعبارات المجالات الأول والثاني والثالث وارتباطها بالدرجة الكلية

التوافق الاجتماعي		التوافق الأكاديمي		(التوافق الانفعالي)	
العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	الارتباط بالبعد	العبارة	معامل الارتباط بالبعد
1	**0.41	11	**0.59	21	**0.47
2	*0.36	12	**0.63	22	**0.55
3	**0.58	13	**0.62	23	**0.63
4	**0.56	14	**0.66	24	**0.64
5	**0.58	15	**0.52	25	**0.39
6	**0.53	16	**0.41	26	**0.65
7	**0.51	17	**0.69	27	**0.68
8	**0.56	18	**0.71	28	**0.56
9	**0.64	19	**0.59	29	**0.71
10	**0.53	20	**0.59	30	**0.61
درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة		درجة الارتباط الكلي والدلالة	
0.76	0.01	**0.80	0.01	**0.88	0.01

(**) = معامل الارتباط دال عند مستوى(0.01) (*) = معامل الارتباط دال عند مستوى(0.05)

يتضح من الجدول (6) ارتباط جميع عبارات المجالات الأول والثاني والثالث للمقياس بالدرجة الكلية على المجالات والدرجة الكلية على المقياس بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.31 إلى0.71) مما يعنى 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 إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يعنى 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 (7) معاملات ثبات ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية لكل مجال من مجالات المقياس

المجال	عدد العبارات	معامل ثبات الفا-كرونباخ	ثبات التجزئة النصفية
الاجتماعي	10	0.72	0.68
الأكاديمي	10	0.80	0.74
الانفعالي	10	0.79	0.71
المقياس الكلى	30	0.88	0.82

يتضح من الجدول (7) أن معامل ثبات ألفا-كرونباخ للمقياس ككل حيث بلغت قيمته (0.88) وعلى مستوى المجالات فقد تراوحت قيم معاملات ثباتها ما بين (0.72- 0.80) مما يشير إلى ارتفاع معاملات ثبات المجالات، ووفقاً للتجزئة النصفية تم استخدام معادلة سبيرمان- براون؛ فقد بلغ معامل الثبات الكلي(0.82) وهو معامل ثبات مرتفع. وعلى مستوى المجالات فقد تراوحت قيم معاملات ثباتها ما بين (0.68- 0.74) 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(1، 2، 3، 4، 5). تم تحديد درجة الموافقة بناء على قيمة المتوسط الوزني وفى ضوء درجات قطع مقياس اداة البحث، وذلك باعتماد المعيار التالي لتقدير درجة الممارسة حيث تم تحديد طول فترة مقياس ليكرت الخماسي المستخدمة في هذه الأداة (من 1: 5)، وتم حساب المدى (5-1 =4) أي أن طول الفترة (5/4 = 0.8)، ثم اضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس وهي (1) وذلك لتحديد الحد الأعلى لكل فترة كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول (8) طول الفئات على مقياس ليكرت الخماسي

م	الوزن النسبي	الفترة	المتوسط الوزني	الدرجة /المستوى
1	20 – 35,9 %	(1) إلى -أقل من (1.8)	1- 1.79	منخفضة جداً
2	36 – 51,9%	(1.8) إلى – أقل من (2.6)	1.8 – 2.59	منخفضة
3	52 – 67,9 %	(2.6) إلى -أقل من (3.4)	2.6 – 3.39	متوسطة
4	68 – 83,9 %	(3.4) إلى – أقل من (4.2)	3.4 – 4.19	مرتفعة
5	84 – 100 %	(4.2) الى-(5)	4.2 – 5	مرتفعة جداً

ثانيا: مقياس دافعية الإنجاز

وتقع اختيارات المقياس على تدرج ليكرت الرباعي (غالبا – أحيانا – نادرا – ابدا) وتقدر الدرجات ب(1، 2، 3، 4) ويوضح الجدول التالي فئات ومتوسطات الاستجابة على مقياس دافعية الإنجاز.

جدول (9) طول الفئات على مقياس ليكرت الرباعي

م	الوزن النسبي	الفترة/ المتوسط الوزني	الدرجة /المستوى
1	25- 43.75	(1) إلى -أقل من (1.75)	منخفض
2	43.75 – 62.5%	(1.75) إلى – أقل من (2.5)	متوسط
3	62.5 – 81.25. %	(2.5) إلى -أقل من (3.25)	مرتفع
4	81.25 – 100%	(3.25) إلى – (4)	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 تبعا 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 وفقا للمعيار المحدد في فصل الاجراءات. وفيما يلي يوضح الجدول نتائج التحليل.

جدول (10) المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات العينة على مقياس الضغوط النفسية

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب الأبعاد	الدرجة-المستوى
الأول: الضغوط الأسرية	2.26	1.17	45.2	3	منخفضة
الثاني: الضغوط الأكاديمية	2.78	1.19	55.6	1	متوسطة
الثالث: الضغوط الانفعالية	2.49	1.14	49.8	2	منخفضة
الدرجة الكلية على المقياس	2.51	1.21	50.2	-	منخفضة

يتبين من الجدول (10) أن الدرجة الكلية للمقياس تساوي (2.51) وهو يعبر عن درجة منخفضة من الضغوط الأكاديمية. مما يدل على انخفاض مستوى الضغوط المدركة للعينة. 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 (2006) والتي أشارت إلى وجود فروق في الضغوط النفسية لدى الذكور والإناث فيما تختلف مع نتائج دراسة العوايده (2006) 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 للعينة. (أي طلبة جامعة جدة) إلى طبيعة العينة والتي تنخفض لديها مصادر الضغوط المالية والذي ربما يرجع إلى ارتفاع المستوى الاقتصادي لمعظم اسر هؤلاء الطلاب، كذلك فكون هذه الجامعة من الجامعات الناشئة والتي تقبل عدد محدود من الطلاب (521) طالباً كما في كلية التربية بالإضافة إلى توفر الإمكانات 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 وفقا للمعيار المحدد في فصل الاجراءات. وكما يوضحها الجدول.

جدول (11) المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات عينة على مقياس دافعية الإنجاز

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب الأبعاد	الدرجة /المستوى
الأول: التحدي	3.36	1.05	84	4	مرتفع جداً
الثاني: الالتزام وتحمل المسؤولية	3.45	1.11	86.25	1	مرتفع جداً

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب الأبعاد	الدرجة /المستوى
الثالث: الرغبة في النجاح	3.40	0.98	85	2	مرتفع جداً
الرابع: حب الاستطلاع	3.21	0.96	80.25	5	مرتفع
الخامس: الاستقلال والاعتماد على النفس	3.39	1.09	84.75	3	مرتفع جداً
الدرجة الكلية على المقياس	3.38	1.21	84.5	-	مرتفع جداً

يتبين من الجدول (11) أن الدرجة الكلية للمقياس تساوي (3.38) وهو يعبر عن درجة مرتفعة جداً من دافعية الإنجاز. مما يدل على ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز للعينة. أي أن طلبة جامعة جدة لديهم مستوى مرتفع من دافعية الإنجاز.

وقد حصل بعد حب الاستطلاع على أقل مستوى لدافعية الإنجاز في حين حصل بعد الالتزام وتحمل المسئولية على مستوى /درجة لدافعية الإنجاز مقارنة بباقي أبعاد دافعية الإنجاز.

ويمكن تفسير ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة جدة في ضوء النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز؛ نظريات اتكنسون وويتر باندورا (1982) من أن الناس الذين يكونوا مرتفعي الحاجة للإنجاز يكون لديهم استعداد أو كفاح من اجل النجاح ومن ثم فمن المحتمل وجود استعداد عالي لدى هؤلاء الطلاب للكفاح من اجل النجاح واثبات 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 وفقا للمعيار المحدد في فصل الاجراءات. ويوضح جدول (27) نتائج ذلك.

جدول (12) المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات العينة على مقياس التوافق الأكاديمي

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب الأبعاد	الدرجة -المستوى
التوافق الاجتماعي	3.96	1.13	79.2	1	مرتفعة
التوافق الأكاديمي	3.69	1.06	73.8	3	مرتفعة
التوافق الانفعالي	3.89	1.11	77.8	2	مرتفعة
الدرجة الكلية على المقياس	3.85	1.09	77	-	مرتفعة

يتبين من الجدول (12) أن الدرجة الكلية للمقياس تساوي (3.85) 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 إحصائيا 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 (13) نتائج ذلك.

جدول (13) معاملات الارتباط الثنائية بين الدرجات على مقياس الضغوط النفسية ومقياس دافعية الإنجاز

الضغوط النفسية	دافعية الإنجاز					
	التحدي	الالتزام	الرغبة في النجاح	حب الاستطلاع	الاستقلال	الدرجة الكلية لدافعية الإنجاز
الضغوط الأسرية	-0.36**	-0.36**	-0.39**	-0.13	-0.40**	-0.41**
الضغوط الأكاديمية	-0.41**	-0.48**	-0.48**	-0.23**	-0.44**	-0.50**
الضغوط الانفعالية	-0.42**	-0.46**	-0.47**	-0.24**	-0.45**	-0.51**
الدرجة الكلية للضغوط	-0.46**	-0.49**	-0.51**	-0.22**	-0.49**	-0.53**

نلاحظ من الجدول رقم (13) وجود معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائيا 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. وأيضاً وجود معامل ارتباط سلبي (-0.13) غير دال إحصائيا 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 (1999) ونتائج دراسة بدوي(2002) ونتائج دراسة عليوي(2013) 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 (2010) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيا 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 والاخفاق في الدراسة والذي قد يؤدى إلى الإحباط وفقدان الامل مما يترتب علية انخفاض الدافعية للإنجاز. كذلك تعتبر الضغوط تحدى عوامل غير سارة لطاقة التأقلم والتكيف للفرد والتي تعتمد على كمية الشدة أو الإنعصاب اللازمة لنشأة الامراض النفسية على تكوين واستعداد الفرد، ولاريب 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 إحصائيا 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 (29) نتائج ذلك.

جدول (14) معاملات الارتباط الثنائية بين الدرجات على مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق الأكاديمي

الضغوط النفسية	التوافق الأكاديمي			
	المجال الاجتماعي	المجال الأكاديمي	المجال الانفعالي	الدرجة الكلية للتوافق
الضغوط الأسرية	-0.29**	-0.30**	-0.22**	-0.32**
الضغوط الأكاديمية	-0.22**	-0.36**	-0.14	-0.29**
الضغوط الانفعالية	-0.27**	-0.32**	-0.10	-0.28**
الدرجة الكلية للضغوط	-0.30**	-0.37**	-0.18*	-0.34**
(**)= معامل الارتباط دال عند مستوى (0.01) (*)= معامل الارتباط دال عند مستوى (0.05)				

نلاحظ من الجدول (14) وجود معاملات ارتباط سلبية دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) تراوحت بين (-0.22 إلى -0.37) 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 (-0.14، -0.10) غير دال إحصائيا بين الضغوط الأكاديمية والانفعالية من جهة والمجال الانفعالي للتوافق الأكاديمي من جهة أخرى.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات (عديلي، 2016؛ Suldo,et al.2009 ؛ Ashwini&Vijay,2014) (كما تتعارض مع نتائج دراسات (أبو سريع، 1993 ؛ Kiang,et.,al.2013 ؛ صبيرة وآخرون، 2014)

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 وتوضح الجدول (28، 29، 30، 31) نتائج تحليل الانحدار.

جدول (15) ملخص لنموذج Enter

النموذج	R	R2	R2 المعدل	الخطأ المعياري للتقدير
Enter	0.38	0.15	0.13	12.82

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

يتضح من الجدول (15) أن قيمة R2 (مربع معامل الارتباط المتعدد) 0.15 أي أن 15% من التباين في التوافق الأكاديمي . تم تفسيره من خلال التركيب الخطى للمتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية المدركة ودافعية الإنجاز.

(ب) تحليل التباين للانحدار المتعدد

جدول (16) نتائج تحليل التباين للانحدار المتعدد

النموذج	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات (التباين)	ف	مستوى الدلالة
الانحدار	4090.83	2	2045.42	12.44	0.01
البواقي	24172.13	147	164.44		
الكلى	28262.96	149			
المتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية، دافعية الإنجاز					
المتغير التابع: التوافق الأكاديمي					

يتضح من الجدول (16) دلالة نموذج الانحدار حيث أن قيمة (ف = 12.44) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) مما يعنى أن المتغيرات المستقلة تفسر قدرا جوهريا من التباين في المتغير التابع (التوافق الأكاديمي).

(ج) معاملات الانحدار:

جدول (17) معاملات الانحدار

النموذج (1)	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	T	الدلالة
	B	الخطأ المعياري	β		
الثابت	101.53	14.90		6.81	0.01
ضغوط نفسية	0.13-	0.05	0.24-	2.64-	0.01
دافعية إنجاز	0.14	0.06	0.20	2.18	0.05
المتغيرات المستقلة: الضغوط النفسية، دافعية الإنجاز.... المتغير التابع: التوافق الأكاديمي					

يتبين من الجدول (17) وجود إسهام دال إحصائيا للضغوط النفسية في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي حيث كانت قيم (ت =2.64) دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) وارتفاع قيم أوزان بيتا (-0.24)، ووجود إسهام دال إحصائيا لدافعية الإنجاز في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي حيث كانت قيم (ت =2.18) دالة إحصائيا عند (0.05) وارتفاع قيم أوزان بيتا (0.2).

ومن الجدول نستخلص معادلة التنبؤ: **التوافق الأكاديمي= 101.53 -0.24 (الضغوط النفسية) + 0.2 (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 يؤدى إلى ارتفاع مستوى التوافق.

خلاصة بأهم النتائج وتوصيات ومقترحات الدراسة

اولاً: 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 المسئولية 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 إحصائيا 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 إحصائيا عند مستوى (0.01) تراوحت بين (-0.22 إلى -0.37) 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 15% 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 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:

1- أبو سريع، رضا عبد الله (1993). الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق لدى طلاب الجامعة. ***مجلة كلية التربية***، جامعة بنها، مج 4، ع (9)، 2-31، مصر.

2- أبو سكران، عبد الله يوسف (2009). **التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط الداخلي والخارجي للمعاقين حركيا في قطاع غزة**. رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

3- ابو علام، رجاء (1993). **علم النفس التربوي. ط6**، الكويت: دار القلم.

4- احمد، غادة يوسف (2010). الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبات العاب القوى في ضوء الجنس ونوع المسابقة. ***المؤتمر العلمي الدولي الثالث عشر بجامعة حلوان***. مج 3، 247-281.

5- أنيس، إبراهيم وآخرون (1993). **مجمع اللغة العربية "المجمع الوسيط"**. الجزء الثاني، مصر، القاهرة: دار المعارف.

6- بدوي، زينب عبد العليم (2002) النموذج السببي للعلاقات بين الانبساطية – العصابية والمستوى الاجتماعي – الاقتصادي ودافعية الإنجاز والضغوط الأكاديمية على طلاب الجامعة، **مجلة كلية التربية** – عين شمس – مصر، العدد 26، ج 3، ص (5-64)

7- جادو، عبد العزيز (2001). **علم نفس الطفل وتربيته**. المكتبة الجامعية، مصر

8- الجيد، ايمان لطفي (2010). الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز وصراع الدور لدى المدرس الجامعي. ***المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الارشاد النفسي***، جامعة عين شمس، مج 2، 547-576.

9- حسن، على حسن (1989). بعض عوامل كف الدافعية للإنجاز في مجال البحث العلمي بالجامعة. دراسة تحليلية. **مجلة علم النفس**، العدد (50)، الهيئة المصرية العامة للكتاب

10- حنفي، على (2007). **الضغوط النفسية لذوي الاحتياجات الخاصة واسرهم**. دار الايمان للنشر والتوزيع، القاهرة.

11- الخالدي، أديب محمد (2009). **المرجع في الصحة النفسية**. الأردن، عمان: دار وائل.

12- الخطيب، محمد جواد (2007). تقويم عوامل مرونة الانا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة. **مجلة الجامعة الإسلامية** 15(2)، 1015 – 1088

13- الخولي، هشام (2004). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف حدة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة. ***مجله الإرشاد النفسي***، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 83 -135.

14- رشوان، ربيع عبده (2006). **التعلم المنظم ذاتياً وتوجهات أهداف الإنجاز." نماذج ودراسات معاصرة"**. القاهرة: عالم الكتب.

15- الرفوع، عاطف عيد، الحجايا، سليمان سالم (2008) **مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية**، العلوم التربوية –مصر، مج 16، ع 2، ص :116-143

16- الزيداني، احمد محمد (2011). دور عوامل ما وراء المعرفة في العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة والاضطراب النفسي، ***دراسات نفسية***، مج 21، ع (4)، 519-543 القاهرة.

17- شحادة عبده (2012). أثر استخدام المخططات الخوارزمية في التحصيل ودافع الإنجاز ومفهوم الذات وقلق الاختبار والاحتفاظ لدى طلبة الصف التاسع في الفيزياء بمحافظة نابلس. **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات** .19، 77 -121

18- عبد المجيد، السيد محمود ومحمود، الفرحاتي (2005). الدور الوسيط للمعارف المشوهة في العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة. ***مجله كلية التربية بالمنصورة***، 57، 303 – 333.

19- عبد الواحد، إبراهيم (2014). 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 .317 – 395

20- عبدالمقصود، أماني (2007). **الضغوط الأسرية والنفسية**، الأسباب والعلاج، القاهرة، الأنجلو المصرية.

21- عديلي، نداء حسن حسين (2016). النمذجة السببية للعلاقات بين العزو السببي للسلوك والعجز المتعلم والتوافق الأكاديمي. ***رسالة دكتوراه (غير منشورة)***، كلية التربية جامعة اليرموك، الأردن.

22- عطية، محمود (2010). **ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها**. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

23- عقل، محمود بن عطا. (1998). **النمو الإنساني الطفولة والمراهقة**. السعودية: دار الخريجي. ط ٥. ص ٤٠١.

24- عليوي، نوال (2013). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة**، عالم التربية – مصر، س 14، ع42، ص ص: 325-303

25- العوري، ايمن (2003). **فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي جمعي في خفض الضغوط النفسية وتحسين التحصيل الدراسي لدى طلبة الصف العاشر**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك.

26- العويضة، سلطان (2006): **العلاقة بين مصادر الضغوط وأساليب التدبر لدى عينة من طلبة الجامعات الخاصة الاردنية**، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية

27- الغامدي، غرم الله (2009). **التفكير العقلاني والتفكير غير العقلاني ومفهوم الذات ودافعية الإنجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينتي مكة المكرمة وجدة**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

28- الفيروز، ابادى (1991). **القاموس المحيط**. الجزء الثالث، لبنان، بيروت: دار إحياء التراث العربي.

29- كباجة، صالح إبراهيم محمود (2011). **التوافق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لدى الأطفال الصم بمحافظات قطاع غزة.** رسالة ماجستير، غير منشورة، علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

30- اللبيبى وآخرون (2006): **الضغوط النفسية الشائعة لدى طلبة جامعة 6 اكتوبر بمصر**، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية

31- اللحياني، سميرة محمد (2012). قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز والضغوط النفسية لدي هينة من طالبات جامعة ام القري. ***رسالة ماجستير (غير منشورة)***، كلية الآداب والعلوم الادارية جامعة ام القري.

32- المتبولي، محمود ابراهيم (2011). الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق ودافعية الإنجاز لدى لا عبى المصارعة بمحافظة دمياط. ***مجلة كلية التربية الرياضية***، جامعة المنصورة، 17، 157-189.

33- المداحه، فاتن (2015). **علاقة الضغوط النفسية بالتحصيل والتطرف الفكري وتقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤته.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة مؤته الأردن.

34- منشار، كريمان عويضة (1999). الضغط النفسي في علاقته بدافعيتي الإنجاز والتواد لدى طلاب الجامعة. ***مجلة الارشاد النفسي***، جامعة عين شمس، العدد (10)، 354-414، القاهرة.

35- هنداوي، نشوة سنان (2012). **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.

ملاحق الدراسة:

المقاييس الثلاثة لأداة الدراسة في صورتها النهائية

1- مقياس الضغوط النفسية المدركة

سلم الإجابة	موافق بشدة	موافق	أحياناً	غير موافق	غير موافق بشدة

عبارات المقياس:

م	الفقرة	م	الفقرة
1	أسرتي لا تقدر ظروفي	19	اعتقد أن مستواي الأكاديمي ضعيف
2	لا أجد تفهماً لآرائي من أسرتي	20	أشعر أن أساتذتي لا يقدرون أعمالي أو أنشطتي
3	الحوار بيني وبين أسرتي يكاد يكون منعدماً	21	لا يستمع الأساتذة إلى آرائي
4	لا تتيح أسرتي لي الفرصة لأعبر عن مشاعري	22	أجد صعوبات في التعامل مع زملائي وأساتذتي
5	اشعر بالضيق من تصرفات والدّي	23	اعتقد أن تخصصي غير مفيد في مجال العمل مستقبلاً
6	يفرض عليّ والدي أوامر وتوجهات صارمة	24	لا يعطينا الأساتذة الوقت لنتعلم وننجز المهام
7	لا استطيع التوفيق بين رغبات والدي وما أراه لنفسي	25	أشعر بالرهبة عند مقابلة أشخاص جدد
8	أتحمل مسئوليات عديدة داخل أسرتي	26	انزعج جداً عندما ينتقدوني الآخرين
9	يتجاهل أفراد أسرتي مطالبي	27	أشعر بالحرج من تغير مظهري الجسمي
10	تطالبني أسرتي بمطالب عديدة	28	أشعر بقلق شديد يتعلق بمكانتي وسط زملائي
11	توجد خلافات عديدة داخل أسرتي	29	أشعر بالرهبة عند مواجهة خبرات جديدة
12	يتدخل أفراد أسرتي في شؤوني الخاصة	30	أشعر بالاضطراب أو الخوف من الأماكن المزدحمة
13	لا استطيع تحمل أعباء الدروس المفروضة عليّ كطالب	31	أشعر بالفتور والغثيان بدون أي أسباب
14	أشعر أني لا امتلك الأساليب الجيدة للمذاكرة	32	أشعر بشهية ضعيفة
15	اعتقد أن درجاتي في الاختبار لا تتفق مع مقدار الجهد الذي أبذله في المذاكرة	33	أشعر بصعوبة في البدء بالنوم ليلاً
16	لا أعرف كيف أحسن مستواي الدراسي	34	لدي إحساس باليأس وفقدان الأمل
17	أشعر بالتعب وفقدان القدرة على الدراسة	35	يغمرني الشعور العميق بالضجر والملل
18	مقدار عملي الأكاديمي يزيد على الوقت المتاح لدّي	36	لدّي إحساس بالذنب لا يمكنني التخلص منه

ثانياً/ الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة"

م	سلم الإجابة	غالبا	احيانا	نادرا	بدا

عبارات مقياس الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي

م	الفقرة	م	الفقرة
1	أحرص على القيام بأي عمل في موعده	29	أشعر بأن رغبتي في النجاح أكثر من زملائي

م	الفقرة	م	الفقرة
2	عندما أبدأ في أي عمل أصمم على الاستمرار فيه للنهاية	30	استمر في العمل مهما شعرت بالتعب
3	يصفني زملائي بأنني شخصية ناجحة	31	أشعر بالتعب سريعاً وأترك الكثير من الأعمال دون أن أنهيها
4	أحرص على الاشتراك في الأنشطة التي تعلمني أشياء جديدة	32	لا أحب صداقة الأشخاص الفاشلين
5	أرى أن طلب المساعدة من الآخرين أمر مستحب	33	لا أسمح لأحد بالتدخل في شؤوني الخاصة
6	أفضل أداء المهام السهلة وأكره أداء المهام الصعبة	34	أفضل الهروب من مواجهة أي تحدي
7	أرفض أن أكون مسئول عن أي شيء	35	لا أحب أن أؤجل عمل اليوم إلى الغد
8	أرى أن سوء الحظ هو سبب فشلي في كثير من الأعمال	36	لا اهتم بالحصول على الجوائز أو المكافآت في العمل
9	أتأثر بأداء الآخرين وأفكارهم في المواضيع المختلفة	37	أحب التعرف على الأشياء الجديدة
10	أرى أن الحياة تحدي كبير يجب أن نعمل على مواجهتها	38	أشعر بالسعادة عندما أنجح في إنجاز شيء صعب
11	اعتمد على نفسي في القيام بأعمالي دون الاستعانة بأحد	39	أحب التفوق والنجاح في أي عمل أقوم به
12	يصفني زملائي بأنني شخص مستقل اعتمد على نفسي	40	يصفني زملائي بأنني شخصية مهملة وغير ملتزمة
13	بسببي أرى أن فشلي في أي شيء يكون بسبب الآخرين وليس	41	أشعر بسعادة عندما لا يكون أمامي أي عمل لكي أنجزه
14	أغار من زملائي الناجحين بدون أن أحاول تقليدهم	42	أحرص على أداء المهام المطلوبة مني بصورة منتظمة وبدون إهمال
15	اعتمد على الآخرين لأداء الكثير من أعمالي ومطالبي الشخصية	43	أحب القراءة والبحث من خلال الكمبيوتر والنت لأنها تمكني من معرفة أشياء جديدة
16	أحافظ على مواعيد ذهابي إلى العمل	44	أرى أنه يمكنني التغلب على الأشياء الصعبة بالصبر والتحدي
17	أسعى لكي أعرف كل ما يدور حولي بوضوح	45	الفاشلون فقط هم الذين لا يحبون العمل والنجاح
18	أفضل التعامل مع الأشياء التي أعرفها على الأشياء الغريبة	46	أشعر بالرضا والسعادة عندما أفوز في أي مسابقة
19	أحل معظم مشكلاتي بنفسي	47	أكره تضييع الوقت بلا فائدة
20	فيما أحب القيام بالأنشطة الصعبة التي تتطلب بذل مجهود كبير	48	أشعر بالرغبة في التحدي والتغلب على المصاعب
21	أحرص على تحقيق مركز متقدم في عملي بالجد والاجتهاد	49	عندي أحلام وأمال كبيرة للنجاح في الحياة
22	يرى زملائي أنني اعتمد عليهم في أداء أشياء كثيرة	50	أبذل كل جهدي للقيام بأعمالي بطريقة جيدة
23	أفضل ألعب بالجيم والكمبيوتر بدلاً من الاطلاع على أشياء جديدة	51	عندما أفشل في عمل أكرر المحاولة إلى أن أنجح في عمله
24	أفضل أن اعتمد على نفسي في أداء أعمالي	52	أشعر بالسعادة عندما أقوم بمشاركة زملائي في عمل أي شيء
25	عندما تواجهني مشكلة أقوم بتجاهلها بدلاً من التفكير في حلها	53	أخطط لأي عمل واستعد له قبل القيام به بوقت كاف
26	أرى أن سوء الحظ هو سبب فشلي في كثير من الأعمال	54	أكره الكسل لأنه يؤدي إلى الفشل
27	أرى ضرورة أن نستفسر عن ما لا نعرفه من الرؤساء في العمل	55	أشعر بأن أي عمل أقوم به تكون نهايته الفشل
28	يرى زملائي أنني شخصية مسئولة وملتزمة		

ثالثاً/ مقياس التوافق الأكاديمي. ويتكون المقياس من (30) فقرة، ضع علامة(√) تحت موافق مثال على ذلك:

م	سلم الإجابات	موافق بشدة	موافق	أحياناً	غير موافق	غير موافق بشدة

عبارات مقياس التوافق الأكاديمي:

م	الفقرة	م	الفقرة
1	أشارك الآخرين في أفراحهم وأحزانهم	16	اشعر بالرضا إذا استطعت حل أسئلة المقرر
2	أتمتع بعلاقات طيبة مع أساتذتي	17	استمتع وأنا انتبه لشرح الأساتذة
3	يسهل عليّ إقامة علاقات صداقة مع الآخرين	18	اشعر إنني ناجح في حياتي الأكاديمية
4	علاقاتي الاجتماعية في الجامعة تزيد من طموحاتي	19	من الصعب أن أفقد التركيز في المحاضرة
5	سلوك زملائي الطلاب داخل الجامعة مقبول	20	استطيع التعبير بطلاقة عن أفكاري
6	العلاقات بين الطلاب داخل الجامعة مفيدة	21	أشعر بالسعادة لأنني أنال اعجاب أساتذتي
7	أنجح في التكيف مع التغيرات التي تحدث في المجتمع	22	أشعر بالرضا لأنني متفوق في الامتحانات
8	أعبر عن رأيي بصراحة في المسائل الاجتماعية	23	أشعر أن المجتمع الجامعي يتسم بالمودة
9	أشعر بانتمائي للمجتمع الذي أعيش فيه	24	أشعر بالسعادة عندما أسمع عبارات التقدير من الآخرين
10	أنجح في إيجاد حلول لما يواجهني من مشكلات	25	التزم الهدوء في الجامعة
11	أنا راضي عن تحصيلي الأكاديمي	26	أجد متعة في التحدث مع الآخرين
12	بإمكاني تحقيق النجاح الذي أطمح اليه	27	أحب جامعتي
13	أجد متعه في الدراسة	28	أعبر عن مشاعري في الجامعة بكل صراحة
14	يمكنني التمييز بين الصواب والخطأ في الاختبار	29	أشعر بالسعادة لأنني أنال إعجاب زملائي
15	أبذل قصارى جهدي في حل الأسئلة	30	أجد متعة في مناقشة زملائي أثناء المحاضرة

Perceived Psychological stress and its relation to the motivation to achievement and academic adjustment among a sample of university students.

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.