



مجلة جامعة الزيتونة الدولية - مجلة علمية محكمة تصدر عن جامعة الزيتونة الدولية

<https://journal.ziu-university.net>

30/07/2024

المجلد الثاني

513-467 : ص.ص 2.م : ص.ص ISSN: 2958-8537 Issue: N24

Al-Zaytoonah University International Journal for Scientific Publishing

الضغوط النفسیة وعلاقتها بدافعیة الإنجاز لدى طلاب الجامعات في

الشّمال السّوريّ

(دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعتي الشمال والزيتونة الدولية 2023)

**Psychological stress and its relationship to achievement motivation
among university students in northern Syria**

**(A field study on a sample of students from Al-Shamal and Al-Zaytoonah
International Universities, 2023)**

إعداد:

عبد الحكيم عبد الحميد المحمد

Abdulhakim Abdulhamid AL Muhammad

جامعة الزيتونة الدولية

Zaytoonah International University

abdulhakimalmuhammed88@gmail.com

المخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية، ومستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعات في الشمال السوري، والكشف عما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى أفراد العينة، ولتحقيق أهداف الدراسة، اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وقد بلغت عينة الدراسة (230) طالب وطالبة من جامعتي الزيتونة والشمال، وبنسبة مئوية بلغت (10%) من مجتمع الدراسة الكلي.

تم اختيار الطلاب بالطريقة العشوائية المنتظمة، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية من إعداد (إنجي أحمد محيي الدين، 2022)، ومقياس دافعية الإنجاز من إعداد (كمال مصطفى حزين عثمان، 2014)، بعد أن قام الباحث بإجراء بعض التعديلات وحساب الصدق والثبات للتأكد من ملاءمتها لأهداف الدراسة الحالية. ولاستخلاص نتائج الدراسة استخدم الباحث برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وقد أظهرت نتائج الدراسة: أن مستوى للضغوط النفسية لدى أفراد العينة متوسط، ومستوى دافعية الإنجاز لدى أفراد العينة مرتفع، وتوجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى أفراد العينة، ولا توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع الاجتماعي، ولا توجد فروق في مستوى دافعية الإنجاز لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي.

في ضوء نتائج الدراسة خلص الباحث لعدة توصيات ومقترحات أهمها:

- تفعيل خدمات الإرشاد الفردي والجماعي داخل الجامعات للمساعدة على تخفيف الضغوط النفسية، وتعزيز دافعية الإنجاز.
 - عقد ندوات وورشات عمل مع اختصاصيين نفسيين من أجل المساهمة في توفير مناخ ملائم داخل الجامعة بهدف التخفيف من الضغوط النفسية، وتعزيز دافعية الإنجاز.
- الكلمات المفتاحية:** الضغوط النفسية، الدافعية، الإنجاز، دافعية الإنجاز.

ABSTRACT:

The study aimed to identify the level of psychological stress and achievement motivation among university students in northern Syria and to reveal whether there is a correlation between psychological pressure and achievement motivation among the sample members. The researcher followed the descriptive analytical approach to achieve the Study goals, and the study sample reached (230). Male and female students from the Universities of Al-Zaytoonah and Al-Shamal, with a percentage of (10%) of the total study population, were selected systematically and randomly. The researcher used the psychological pressure scale prepared by (Inji Ahmed Mohieddin, 2022), and the achievement motivation scale prepared by (Kamal Mustafa hazin Othman, 2014). after the researcher made some modifications and calculated validity and reliability to ensure its suitability to the objectives of the current study. To extract the results of the study, the researcher used the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) program, and the results of the study were shown in: That the level of psychological pressure among the individuals of the sample is average, and the level of motivation for achievement among the individuals of the sample is high, and there is a negative correlation relationship with statistical significance between psychological pressure and the motivation of achievement among the individuals of the sample, and there are no differences in the level of psychological pressure among the individuals of the sample due to the variable of the gender, and there are no differences in the level of achievement of achievement among the individuals of the sample attributed For gender variables.

In light of the results of the study, the researcher concluded several recommendations and proposals, the most important of which are:

- Activating individual and group counseling services within universities to help relieve psychological pressures and enhance achievement motivation.
- Holding seminars and workshops with psychologists to contribute to providing a suitable climate within the university to alleviate psychological pressures and enhance achievement motivation.

Keywords: psychological stress, motivation, achievement, achievement motivation.

مقدمة:

تقرض التغيرات الجارية في مجتمعاتنا والأحداث المفاجئة كالحروب والنزاعات والأزمات والتطورات الهائلة طريقة عيش يحاول الفرد من خلالها مواكبة هذا التسارع وملاحقته؛ مما يؤدي إلى تغيرات في جميع مجالات الحياة تسبب له الكثير من الضغوط النفسية؛ لذا فإن الفرد يستنزف الكثير من الجهد والوقت محاولاً الاستجابة والتأقلم مع كل ذلك، حيث يسعى معظم الأفراد الذي يعانون من ضغوط نفسية إلى التعامل معها بمرونة من خلال اتباع أساليب وطرق مختلفة للتخفيف من الضغوط النفسية، وقد تكون هذه الأساليب والطرق إيجابية أو سلبية.

والطالب الجامعي كعضو في المجتمع ليس بمعزل عن ذلك، حيث يتعرض طلبة الجامعة لمستويات مختلفة من الضغوط والتوترات الناتجة عما يمر به الطالب من مواقف وظروف يومية تُرهق كاهله، وهذه الضغوط تأتي من الأحداث والأزمات التي يمر فيها المجتمع الذي ينتمي إليه، كما تتجم هذه الضغوط النفسية من تراكم تكاليف ومتطلبات الحياة الجامعية، مما ينعكس على أدائهم وتحصيلهم الدراسي، ويحدّ من قدرتهم على تحقيق أهدافهم وطموحاتهم العلمية. (صحراوي وعبايديه، 2015، ص4)

ويرجع الاهتمام بدراسة الدافعية للإنجاز نظراً لدورها الفعّال ليس فقط في المجال النفسي، ولكن أيضاً في العديد من المجالات والبيئات التطبيقية والعملية كالمجال الاقتصادي، والمجال الإداري، والمجال التربوي، والمجال الأكاديمي؛ حيث يعد الدافع للإنجاز عاملاً في توجيه سلوك الفرد وتنشيطه وفي إدراكه للموقف، فضلاً عن مساعدته في فهم وتفسير سلوكه وسلوك المحيطين به، كما يعتبر الدافع للإنجاز مكوناً أساسياً في تحقيق الذات وتوكيدها. (خليفة، 2000، ص16)

وتشير الجيد (2010) أن ليس بالضرورة كلما زادت دافعية الفرد للإنجاز تزداد مواقف النجاح؛ فالمستوى الزائد من دافعية الإنجاز قد يدفع الفرد إلى الاستجابة لضغوط إضافية قد تعوق الإنجاز.

ونظراً لأن المجتمع السوري مع ما يتعرض له من أزمات اقتصادية واجتماعية وثقافية، وما يعانيه من ظروف صعبة في ظل الحرب والقصف والتهجير القسري والنزوح، فمن الطبيعي أن يواجه طلاب الجامعة ضغوطاً نفسية تؤثر على مستوى دافعيتهم للإنجاز .

ومن خلال عمل الباحث في مجال الصِّحة النَّفسية، ومن خلال دراسته في جامعة الزَّيتونة لاحظ أنَّ الكثير من الطلاب الجامعيين يعيشون أحداثاً تجعلهم بطريقة أو بأخرى يعانون من ضغوط نفسية، وذلك نتيجة لعدة عوامل؛ منها: العوامل الاقتصادية، والعوامل الاجتماعية، والعوامل البيئية، والعوامل الأكاديمية، والعوامل الذاتية، وهذه العوامل مجتمعة قد تؤثر على مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة.

مشكلة الدراسة:

تُعدُّ المَرَحَلَةُ الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب الجامعي؛ ففيها يتحدَّد مستقبله الشَّخصي والاجتماعي والمهني وتؤثر على نموه وعلاقته بالآخرين؛ حيث تتنوع الضُّغوط النَّفسية بتنوع مسبباتها وتختلف درجات الضُّغوط النَّفسية من طالب جامعي لآخر، والتي تؤثر على دافعية طلاب الجامعة وحافزهم للعمل بجدية، ورغبتهم في التفوق والنجاح، وتحصيلهم الأكاديمي وتوافقهم داخل البيئة الجامعية.

كما أن مستوى الدافعية للإنجاز لدى الفرد يكون المحرض وراء سلوك الإنسان، وطبعاً يختلف مستوى الدافعية للإنجاز من فرد لآخر بحسب الفروق الفردية لكل فرد؛ كالعمر والجنس والإقامة وغيرها من الفروق الفردية.

إلا أن درجة وطبيعة الشعور بالضُّغط النَّفسي و مستوى دافعية الإنجاز لدى الفرد تختلف باختلاف مدى تأثر الفرد بالمجريات المحيطة به، وتختلف مستوى الضُّغوط النَّفسية من شخص لآخر، ووفقاً للعديد من العوامل والفروق الفردية؛ من بينها جنس الطالب الجامعي، ويختلف الذكور عن الإناث في الدرجة، وهذا ما أظهرته بعض الدراسات النَّفسية التي تطرقت للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في متغير الضُّغط النَّفسي، ومنها دراسة أجراها كل من روبنز وتانيك

(Tanek Robbins 1979) على طلاب الجامعات لتحديد استجاباتهم التوافقية للضغوط الأكاديمية وجذو أن الإناث أكثر عرضة للضغط النفسي من الذكور. (يوسف، 2007، ص391)

ويشير كلاً من مازي وفيرلهياك (Maze&Verliac,2013) إلى أن مرحلة الالتحاق بالجامعة تعد مرحلة مرهقة بالنسبة للطلاب، فهي تضعهم أمام العديد من الوضعيات الجديدة التي تشكل مصدراً للضغط لديهم، وبالتالي تدفعهم إلى اعتماد العديد من الأساليب للتكيف معها، فالابتعاد عن العائلة، والبحث عن شبكة جديدة من العلاقات والأصدقاء، ومختلف العوامل الاقتصادية والبيئية، ومعطيات الدراسة والنجاح، وغير ذلك من المعطيات، كلها عوامل قد تؤثر سلباً على المسار التعليمي للطلاب.

وفي ظل هذه الظروف الصعبة التي يعيشها طلاب الجامعة في الشمال السوري قد يتولد لدى طلاب الجامعة الشعور بالضغط النفسي وخاصةً عندما لا يستطيعون مواجهة هذه المعوقات الاقتصادية والاجتماعية والبيئية والأكاديمية والنفسية أثناء مسيرتهم التعليمية في الجامعة.

وعليه فإن مشكلة الدراسة الحالية حددت في التساؤل العام التالي: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة؟

ومنه تتفرع الأسئلة التالية:

1. ما مستوى التعرض للضغوط النفسية لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة؟
2. ما مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة؟
3. هل توجد فروق في مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة تبعاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث)؟
4. هل توجد فروق في مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة تبعاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث)؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على:

- 1- مستوى التعرض للضغوط النفسانية لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة في الشمال السوري.
- 2- مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة في الشمال السوري.
- 3- طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسانية ودافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الزيتونة والشمال في الشمال السوري.
- 4- الفروق بين طلاب جامعتي الزيتونة والشمال في مستوى الضغوط النفسية ومستوى دافعية الإنجاز حسب متغير النوع (ذكور/ إناث).
- 5- الفروق بين طلاب جامعتي الزيتونة والشمال في مستوى الضغوط النفسانية ومستوى دافعية الإنجاز حسب متغير العمر.

فرضيات الدراسة:

1. مستوى الضغوط النفسانية لدى طلاب جامعتي الزيتونة والشمال متوسط.
2. مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الزيتونة والشمال مرتفع.
3. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسانية ودافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة في الشمال السوري.
4. يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في مستوى الضغوط النفسانية لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة تبعاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

5.توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة تبعاً لمتغير النوع (ذكور / إناث).

أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة الحالية أهميتها من كونها تتناول جانبين: نظري، وتطبيقي:

الأهمية النظرية:

1-إلقاء الضوء على دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية التي يعاني منها طلبة الجامعة ومدى تأثيرها على دافعية الإنجاز لديهم؛ لما لها من أهمية لا تقتصر على الجانب النفسي، ولكن أيضا في العديد من المجالات الأخرى: كالجانب التربوي، والجانب الاقتصادي، والجانب الإداري، والجانب الاجتماعي.

2-توضح أهمية الدراسة من خلال طبيعة المشكلة التي تتناولها الدراسة، والعلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة؛ مما يساهم في تعزيز الدراسات والأبحاث النفسية في علم النفس التربوي، والصحة النفسية للطلاب الجامعي.

الأهمية التطبيقية:

1-من الممكن أن تفيد نتائج الدراسة الحالية المختصين في العملية التعليمية والإرشاد التربوي، ويبين إلى أي مدى يرتبط الضغوط النفسية بدافعية الإنجاز لدى الطلاب في الجامعة.

2-إفادة الداعمين النفسيين والاختصاصيين النفسيين العاملين في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في إعداد وتقديم جلسات توعية لتعريف طلاب الجامعة بموضوع الضغوط النفسية وعلاقته بدافعية الإنجاز.

3-إفادة الكوادر التعليمية الجامعية وأصحاب القرار؛ للعمل على تقديم ورشات عمل، ودورات تدريبية؛ لإدارة الضغوط النفسية، وتعزيز مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة.

حدود الدّراسة:

1. الحدود الموضوعية: تحدد الدّراسة بمتغيرين رئيسيين وهما الضّغوط النّفسيّة وعلاقتها بدافعيّة الإنجاز لدى عينة من طلاب جامعتي الشمال والزّيّتونة في الشّمال السّوريّ.
2. الحدود الزمنية: العام الدراسي عام 2023_2024.
3. الحدود البشرية: الطلاب في جامعتي الشمال والزّيّتونة الدولية.
4. الحدود المكانية: جامعة الشمال، جامعة الزّيّتونة الدولية.

مصطلحات الدّراسة:

الضّغط النّفسيّ:

تعرف ماركون (2021) الضّغط النّفسيّ: على أنّه مجموعة من المواقف والأحداث أو الأفكار تقتضي الشعور بالتوتر وتكتشف عادةً من إدراك الفرد بأن المطالب المفروضة عليه تفوق قدرته وإمكانياته.

وتعرف الضّغوط النّفسيّة إجرائياً: هي تلك التحديات والصعوبات والمعوقات الخارجيّة والداخليّة التي تواجه الطالب الجامعيّ، والتي تقف عائقاً أمام تحقيق طموحاته وأهدافه وإشباع حاجاته، والمعبر عنها بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعيّ على مقياس الضّغوط النّفسيّة.

الدافعيّة:

العوامل التي تدفع الفرد وتوجه سلوكه نحو هدف، وتعرف أيضاً بأنّها: القوة الذاتية التي تحرك سلوك الفرد، وتوجهه لتحقيق غاية معينة يشعر بالحاجة إليها، أو بأهميتها المادية أو النّفسيّة بالنسبة له وتستثار هذه القوة المحركة بعوامل تتبع من الفرد نفسه (حاجاته، خصائصه، ميوله، اهتمامه) أو من البيئة المادية أو النّفسيّة المحيطة به (الأشياء، الأشخاص، الموضوعات، الأفكار، الأدوات).

(عفيفة، 2014، ص215)

الإنجاز: يقصد بالإنجاز كل ما يحققه الفرد من نجاح وتقدم، وذلك بالاعتماد على قدراته ومواهبه الشخصية، والذي يكون له أثر في تحديد مستقبله واتجاهاته الحياتية. (صحراوي، عبايدية، 2015، ص48)

دافعية الإنجاز: استعداد الفرد لتحمل المسؤولية، والسعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة، والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تواجهه، والشعور بأهمية الزمن، والتخطيط للمستقبل. (خليفة، 2000، ص96)

وتعرف دافعية الإنجاز إجرائياً: هي استعداد ورغبة الطالب الجامعي في المثابرة والتحدي والمنافسة لتحقيق النجاح والتفوق والوصول إلى تحقيق أهدافه وطموحاته المستقبلية، والمعبر عنها بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس دافعية الإنجاز.

منهجية البحث:

من خلال الدراسة الحالية فإن الباحث اعتمد على المنهج الوصفي التحليلي كونه مناسب لمتغيرات وأهداف الدراسة، ومن خلال هذه الدراسة التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز عند طلاب الجامعة، ووفقاً لطبيعة الموضوع والمشكلة التي نحن بصدد دراستها فإن الباحث اعتمد على المنهج الوصفي التحليلي للوصول إلى إجابات على تساؤلات مشكلة الدراسة.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

مفهوم الضغوط النفسية:

إن مفهوم الضغوط كأي مفهوم علمي قد عانى من الخلط والتداخل ليصبح مفهوماً ومعروفاً ومحددًا، وفي العلم ليس هناك تعريف واحد لكلمة الضغوط (stress) ومن خلال الاستخدام اليومي، تشير الكلمة عموماً إلى الضغوط النفسي أو البدني أو عدم الراحة. (ليرهوبت، مايبيرت، 2018، ص54)

وتعرف خلو (2018) كما ورد عن شقير (2002) الضغوط النفسية: "هي مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدراته على إحداث الاستجابة المناسبة، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية تؤثر على جوانب الشخصية للفرد."

ويعرف غانم (2015) الضغوط النفسية: "هي المعوقات التي تعترض الفرد، وتولد لديه القلق والتوتر، ويختلف إدراك الأفراد لهذه المعوقات، كما يختلفون أيضاً في طرق مواجهاتها، وقليل من الضغوط مفيد ومنشط، أما الكثير منها والمستمر فقد تعجل بانهيار الفرد."

كما تعرف منظمة الصحة العالمية (2023) الضغط النفسي: "أنه حالة من القلق أو التوتر النفسي الناجم عن وضع صعب، وهو استجابة بشرية طبيعية تدفعنا إلى مواجهة التحديات والتهديدات التي نمر بها في حياتنا، والجميع يعاني الضغط بدرجة أو بأخرى، ولكن الطريقة التي نستجيب بها للضغط تصنع فرقاً كبيراً في حالة الرفاه العام التي نعيشها."

أنواع الضغوط النفسية:

تصنف الضغوط النفسية تبعاً لمدة تأثيرها إلى ضغوط مؤقتة وضغوط دائمة، وحسب أثرها إلى ضغوط سلبية وضغوط إيجابية.

أ - الضغوط المؤقتة: هي التي تحيط بالفرد لمدة وجيزة ثم تزول وعادةً ما تكون مرتبطة بموقف مفاجئ لا يدوم أثره طويلاً، ولهذه الضغوط أثر محدود على الفرد، إلا إذا كانت قدرة تحمله أضعف من الموقف الذي تعرض له.

ب - الضغوط الدائمة: هي التي تحيط بالفرد لمدة طويلة نسبياً؛ مثال ذلك: تعرض الفرد لمرض مزمن، وآلام مرافقة، وأوضاع مادية، واجتماعية.

ج - الضغوط الإيجابية: هي كل ما يتعرض له الفرد، وكل ما يتقبله الفرد، كالنجاح، والحب والضغوط الإيجابية يعرض نفس الاستجابات الفيزيولوجية التي يقوم عليها الضغط السلبي، نبض القلب السريع، التنفس السريع.

د - الضغوط السلبية: قد يكون للضغط المفرط والممتد وغير المفرح تأثير مؤذي في الصّحة العقلية والجسدية والروحية، وإذا ما تركت مشاعر الغضب والإحباط والخوف والاكتئاب والمتولدة من دون حل. (سعيدة، 2019، ص20)

مصادر الضغوط النفسّيّة:

تقرض الضغوط النفسّيّة نفسها على أفراد المجتمع مما يجعلها تتسبب بالكثير من العوائق والصعوبات والتحديات على أفراد المجتمع، وهذا ما جعل من مصادر الضغوط النفسّيّة متعددة، تنشأ من عوامل خارجيّة وحياتية، حيث تتفاعل هذه العوامل الخارجيّة والحياتية مع العوامل الداخليّة للفرد، وما يترتب على هذا التفاعل من كثرة المطالب والتحديات التي تتطلب من الفرد الاستجابة لها.

ويشير السلامين (2021) إلى أن العوامل أو المسببات للضغوط النفسّيّة تختلف من شخص لآخر، وعليه يمكن نسبة الضّغط النفسّي إلى المصادر الآتية:

- المتطلبات الداخليّة للفرد: مثل الطموح، والرغبة في الإنجاز، وقيم ومعتقدات الفرد، والتشاؤم، والنظرة السلبية للفرد، والإحباط، والصراع، وكذلك الجوع، والألم والإرهاق والأفكار اللاعقلانية.

- المتطلبات التي يفرضها الآخرون على الفرد مثل الضغوط الأسرية كالزواج، وولادة مولود جديد، ووفاة فرد من أفراد الأسرة والطلاق والعنف الأسري.

طرق وأساليب التعامل مع الضغوط النفسّيّة:

لا شك أن الإنسان لا يقف مكتوف اليدين أمام أي ضغط يهدد حياته ويؤثر فيها؛ فالحفاظ على النفس البشرية وتوازنها غريزة فطرية، تميز الإنسان، وعليه فإن الإنسان يواجه هذه الضغوط محاولاً التعامل والتكيف معها، وتخفيف آثارها أو حلها، ويستخدم في ذلك طرقاً وأساليب مختلفة.

وذكر (العبدلي، 2013) كما ورد عن كوهين (Cohen 1994) أن هناك مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة ضغوط الحياة شملت:

1-التفكير العقلاني: استراتيجية يلجأ خلالها الفرد إلى التفكير المنطقي بحثاً عن مصادر القلق وأسبابه المرتبطة بالضغوط.

٢- التخيل: استراتيجية يتجه فيها الأفراد إلى التفكير في المستقبل كما أن لديهم قدرة كبيرة على تخيل ما قد يحدث.

3- الإنكار: عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى إنكار الضغوط ومصادر القلق بالتجاهل والانغلاق، وكأنّها لم تحدث على الإطلاق.

4- حل المشكلة: نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام أفكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط، وهو ما يعرف باسم القدر الذهني.

5 - الفكاهة (الدعابة): طريقة تتضمن التعامل مع الضغوط والأمور الخطيرة ببساطة وبروح الفكاهة وبالتالي قهرها والتغلب عليها، كما أنّها تؤكد على الانفعالات الإيجابية أثناء المواجهة.

ويشير أوكاوا (2020) أنّه من الأساليب التي تخفف الضغوط النفسيّة الاستراحة الكافية ضرورية للتخلص من التوتر، والنوم الصحي، والتدليك، واتباع نظام غذائي، ونيل قسط من الراحة، وأن الشعور بالامتنان، والكثير من النعم التي أنعم الله علينا تخفف من الضغوط النفسيّة، وإنجاز العمل بسرعة وخاصة عندما يعاني الشخص من كثرة العمل، فربما يحتاج الفرد إلى تعلم اتخاذ قرارات سريعة لإنجاز المهام بسرعة.

وهذه الأساليب التي ذكرت في التعامل مع الضغوط النفسيّة وغيرها من الأساليب يمكن أن تساعد الناس على التقليل والتخفيف من الضغوط الطبيعية للحياة اليومية، ولكن بالنسبة لبعض الناس، وفي بعض المواقف، هناك حاجة لمزيد من الدعم، إن من يواجهون الضغوط النفسيّة الحادة والمستمرة قد يجدون العلاج النفسيّ جزءاً ضرورياً للمجابهة، ومن نماذج العلاج النفسيّ مثل العلاج السلوكي. (ساندرسون، كاثرين، 2019، ص201)

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

أولاً. نظرية هانز سيللي:

الضغوطات النفسية في هذه النظرية هي استجابة لعامل ضاغط كما يربط بين التقدم أو الدفاع ضد الضغوط وبين التعرض المستمر المتكرر للضغط، وحدد ثلاثة مراحل للدفاع، وتسمى مراحل التكيف العام وهي مرحلة الإنذار، ومرحلة المقاومة، ومرحلة الإنهاك؛ ففي المرحلة الأولى يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للحدث الضاغط، ثم تأتي المقاومة وفيها يكون التعرض للضاغط متلامزماً مع التكيف، وهنا تختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى، وتظهر تغيرات واستجابات أخرى تدل على التكيف.

أما عن مرحلة الإنهاك فهي تعقب المرحلة الثانية ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت، فإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة؛ فإنه قد ينتج عنها أمراض التكيف التي تحدث عندما يتعدى مصادر طاقة الجهاز الفسيولوجي. (امطير، الزليطني، 2015، ص59)

ثانياً. النظرية المعرفية:

تفترض النظرية بأن تفكير الفرد هو المسؤول عن انفعالاته، وعلى هذا الأساس فإن الضغوط والصعوبات الانفعالية تبدأ عندما تكون طريقة إدراك الفرد للحدث مبالغ فيها وتفكيره غير منطقي، إذ إن أنماط التفكير الخاطئة لدى الفرد تؤثر سلباً على مشاعره وسلوكياته، فعندما يقع الفرد تحت الضغوط يفقد القدرة على التفكير السليم، ومن ثم يلجأ إلى التحريفات عند التعامل مع الأحداث الضاغطة، وعلى ذلك فإنه يميل إلى تفسير الأحداث والمواقف الضاغطة بصورة سلبية، فالموقف الذي يدركه أنه ضاغط قد يدركه شخص آخر على أنه طبيعي، ومن ثم فإن المفتاح الرئيسي في الشعور بالضغوط هو تفسير معنى الحدث للفرد، وهنا يحدث الضغوط بناء على إدراك الفرد؛ بمعنى أن الموقف يصبح ضاغطاً حينما يدرك الفرد الموقف على أنه يشكل تهديداً له. (نادية، 2015، ص71)

مفهوم دافعية الإنجاز:

أ- تعريف الإنجاز:

الإنجاز يقصد به كل ما يحققه الفرد من نجاح وتقدم، وذلك بالاعتماد على قدراته ومواهبه الشَّخصية، والذي يكون له أثر في تحديد مستقبله واتجاهاته الحياتية. (يونس، 2007، ص84)

ب- تعريف دافعية الإنجاز:

يرجع مفهوم الدافع للإنجاز من الناحية التاريخية إلى "ألفرد أدلر (Adler)" الذي أشار على إلى أن الحاجة للإنجاز دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة، وتبدأ تنمو وتتطور اعتماداً على الظروف البيئية، إضافة إلى دور الوالدين اللذين يعدان العامل الأساسي في توجيه الطفل نحو السلوك المناسب والرغبة في تحقيق النجاح من أجل مستقبل أفضل، فالدافع للإنجاز لدى الفرد ربما حقق إشباعاً لرغبات أخرى. (فايزة، إيمان، 2019، ص58)

ويعرف عوض (2008) دافعية الإنجاز على أنها استعداد الفرد للسعي في سبل تحقيق التفوق والاقتراب من النجاح والرغبة في الأداء الجيد، والمثابرة والتغلب على الصعوبات وتحقيق هدف معين في مواقف تتضمن مستويات من التميز.

خصائص الأفراد ذوي دافعية الإنجاز المرتفع:

تتمثل خصائص الأفراد ذوي دافعية الإنجاز المرتفع كما أوردها عبد الكريم (2019):

أ- يفضلون العمل على مهام تتحدى قدراتهم بحيث تكون هذه المهام واعدة بالنجاح ولا يقبلون بمهام يكون النجاح فيها مؤكداً أو مستحيلاً.

ب- يفضلون المهام التي يقارن فيها أداؤهم بأداء غيرهم، كما يختارون مهام وأعمال أو مهن أكثر واقعية، ولديهم قدرة أكبر على إحداث تزاوج جيد بين قدراتهم والمهام التي يختاروها.

ت- يفضلون اختيار مهام لديهم يكون قدر من الاستبصار بالنتائج المتوقعة من العمل عليها وكم الوقت والجهد المطلوب لها.

ث- يكونون أكثر اهتماماً باكتشاف البيئة المحيطة بهم، فهم أكثر اهتماماً بالسفر وأكثر اهتماماً بتجربة أشياء جديدة، حيث إنهم يبحثون عن فرص جديدة للاستفادة منها وتجربة مهاراتهم وتحقيق أهدافهم.

ج- يوصفون بأنهم مستقلون ولهم قيم نابعة من داخلهم ويميلون لأن ينجزوا أعمالهم جيداً رغبة في الإنجاز لذاته، وليس لمجرد إرضاء الناس، وعليه فهم يتميزون باستقلال الشخصية وتقدمهم عن غيرهم.

النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز:

أولاً. نظرية العزو السببي:

يرتبط العزو باعتقاد الفرد في أي العوامل المسؤولة عن نجاحه أو فشله في المهام المختلفة؛ هل هي العوامل الداخلية المتعلقة بالفرد كالجهد والقدرة، أم العوامل الخارجية المتعلقة بالظروف من حظ وصدفة ومساعدة الآخرين أو صعوبة المهمة، تلك التفسيرات إذا اتسمت بالثبات النسبي مع تكرار الموقف فإنها تؤثر تأثيراً دالاً على أداء الفرد في مواقف الإنجاز اللاحقة؛ حيث يتباين هذا التأثير بتباين تلك العوامل.

وقد صاغ برنارد واينر (Weiner1986) نظرية العزو والتي تهدف إلى توضيح تأثير الدوافع على خبرات النجاح والفشل، وشرح السلوك والتنبؤ به في مجالات الإنجاز، حيث تتجه النظرية بالدرجة الأولى إلى فهم كيف يعطل الأفراد أسباب نجاحهم وفشلهم، وكيف يؤثر تعليلهم هذا على دافعتهم للإنجاز فيما بعد؛ حيث إن نظرية العزو لا تهتم بطبيعة الفعل أو الحدث في حد ذاته.

وقام واينر وآخرون بصياغة نظرية العزو التي تهدف إلى توضيح تأثير الدوافع على الخبرات والنجاح والفشل، وميزوا بين ثلاثة أبعاد للسببية:

الثبات: ويقصد به القدرة على الاستمرار بشكل معتدل أو بشكل غير مستقر.

السببية: يقصد به العوامل الداخلية والخارجية.

التحكم: ويقصد به العوامل التي تخضع للسيطرة أو التي تكون خارج السيطرة.

(باهي، شلبي، 1998، ص41-42)

ثانياً. نظرية ماكلياند (McClelland 1953)

ترى هذه النظرية أن للفرد العديد من الدوافع التي تحركه وتوجه سلوكه، إلا أن الدافع الرئيسي الذي يثير الانتباه ويركز عليه هو دافع الإنجاز الذي يأخذ شكل الرغبة في تحصيل شيء صعب المنال وإتقان المهارات والتغلب على الموانع والعوائق والسعي إلى النجاح وتحقيق نهاية مرغوب فيها، ويكون دافع الإنجاز على أساس أن بعض الأفراد لديهم نزعة عالية إلى الإنجاز والعمل الجيد؛ من أجل الوصول إلى أهداف محددة، وهذه النزعة العالية تخلق لديهم رغبة طموحة في النجاح على وفق معايير ذاتية للعمل المتقن الجيد والمثابرة والاستقلال، والإنجاز يرتبط ارتباطاً مباشراً بالحاجة إلى تحقيق النجاح والحاجة إلى تجنب الفشل في تعلم الأعمال التي ترتبط بالعمل الأكاديمي، وأفترض أن الميل إلى تحقيق النجاح هو ميل دافعي متعلم، وقوة هذا الميل ترتبط باهتمام الفرد بالأعمال الأكثر دقة. (الكعبي، 2021، ص106)

الدراسات السابقة: فيما يلي بعض الدراسات التي اهتمت بالضغط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز.

دراسة أمينة صحراوي وبسمة عبايدية (2016): تهدف الدراسة إلى الكشف عما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى الطالب الجامعي في ظل ثلاث متغيرات هي الجنس والمستوى الدراسي والتخصص الدراسي واتبعنا المنهج الوصفي، وقد أجريت على عينة مكونة من (40) طالباً وطالبة وتم اختيارها بطريقة عرضية، وطبقت لذلك أداتين لجمع البيانات هما مقياس الضغوط النفسية لبشير إبراهيم الحجار ونبيل دخان، ومقياس دافعية الإنجاز لسعاد أحمد مولى الساعدي، وتم التوصل للنتائج الآتية: توجد علاقة ارتباطية موجبة بين متغيري الدراسة الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى الطالب الجامعي، ولا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية ومقياس دافعية الإنجاز تبعاً لمتغير الجنس، ولا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أفراد

العينة على مقياس الضَّغْطِ النَّفْسِيِّ ومقياس دافعية الإنجاز تبعاً لمتغير المستوى الدراسي، وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة على مقياس الضَّغْطِ النَّفْسِيِّ ومقياس دافعية الإنجاز تبعاً للتخصص الدراسي.

دراسة رياض نايل العاسمي (2017): تهدف الدِّراسة إلى التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين الضُّغوط النَّفسية ودافعية الإنجاز لدى طلبة كلية التربية، بالإضافة إلى التعرف على الفروق وفقاً لمتغير الجنس والسنة الدراسية، واستخدم الباحث مقياس الضُّغوط النَّفسية من تأليف (زينب محمود شقير) ومقياس دافعية الإنجاز من إعداد الباحث، وبلغت العينة (123) طالباً وطالبة من قسم علم النفس في كلية التربية جامعة دمشق. وقد أظهرت نتائج الدِّراسة كما يلي: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضُّغوط النَّفسية ودافعية الإنجاز لدى أفراد عينة الدراسة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس الضُّغوط النَّفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس الضُّغوط النَّفسية تعزى لمتغير السنة الدراسية لصالح طلاب السنة الرابعة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس دافعية الإنجاز تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وعن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس دافعية الإنجاز تعزى لمتغير السنة الدراسية لصالح طلاب السنة الرابعة.

دراسة أحمد صالح موسى الزهراني (2018): هدفت الدِّراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الضُّغوط النَّفسية المدركة وكلاً من دافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب جامعة جدة، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، أما أدوات الدِّراسة فتمثلت في مقياس الضُّغوط النَّفسية المدركة من إعداد الباحث ومقياس دافعية الإنجاز من إعداد العازمي (2013) ومقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة من إعداد عديلي (2016)، وتم تطبيقها على عينة عشوائية طبقية قوامها (150) طالباً من طلاب جامعة جدة بنسبة (28,8%) من المجتمع الأصلي، من تخصصات التربية الخاصة تقنيات التعليم، التربية البدنية، الدراسات القرآنية، وبلغ متوسط أعمارهم الزمنية (21,52). وتوصلت الدِّراسة إلى النتائج التالية: وجود مستوى منخفض من الضُّغوط النَّفسية 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 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 للطلاب.

دراسة هبة مرون (2021): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز تبعاً لمتغيرات التخصص ومكان الإقامة، وهذا من خلال الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وبعد تطبيق الدراسة الميدانية من خلال تطبيق أدوات الدراسة مقياس الضغوط النفسية ومقياس دافعية الإنجاز لعينة بلغت (100) طالب وطالبة، وتم استخلاص النتائج التالية: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز لدى طلاب السنة الأولى، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير التخصص، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية والدافعية للإنجاز تبعاً لمتغير مكان الإقامة.

دراسة داش (DASH, 2018): هدفت هذه الدراسة لمعرفة أثر الضغوط الأكاديمية على دافعية الإنجاز لدى طلبة الجامعة، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية، وقد تم اختيار (50) طالباً جامعياً من مختلف الكليات المهنية والفنون والعلوم العاملة في بودوتشيري، وتم استخدام مقياس الضغوط النفسية الأكاديمي الذي تم تطويره بواسطة راجيندران وكاليابان (1990)، ومقياس دافعية الإنجاز بواسطة براتيهيا ديو وأشا موهان (1985) لجمع البيانات، وتم تحليل البيانات التي تم جمعها إحصائياً باستخدام اختبار ANOVA أحادي الاتجاه، وأظهرت النتائج أن الضغوط النفسية المعتدل يؤدي إلى ارتفاع الدافع للإنجاز.

دراسة شاه وآخرون (shah et al 2020): تناولت هذه الدراسة تأثير الضغوط واستراتيجيات المواجهة على دافعية الإنجاز لدى طلبة الجامعة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتم تطبيق أسلوب المسح لجمع البيانات، ويتألف مجتمع هذه الدراسة من جامعات القطاع العام في إسلام آباد، لاختيار عينة تمثيلية من الطلاب، تم استخدام طريقة أخذ العينات العشوائية الطبقية، وتكونت العينة من (756) طالباً من جامعتين في إسلام آباد، وفي هذه الدراسة، تم

استخدام ثلاث أدوات موحدة لقياس الضغط النفسي التي طورها باريكا وهيبيلر (2000)، واستراتيجيات التكيف التي طورها ديفيد وألكسندرا (1995) ودافع الإنجاز التي طورها ماكينيري (2003). وتم تحليل البيانات باستخدام المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري واختبار T test. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات طلاب وطالبات الجامعة فيما يتعلق باستراتيجيات المواجهة ودافعية الإنجاز، كما كشفت هذه الدراسة عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضغوط الطلبة ودافعية الإنجاز، كما كشفت أن استراتيجيات المواجهة لها علاقة إيجابية بالتحصيل، ومن المستحسن أن تقوم السلطات العليا في المنظمات التعليمية بتنظيم ندوات توجيهية وبرامج منتظمة لإدارة الضغط النفسي وخدمات التوجيه والإرشاد لتلبية احتياجات الطلاب وتحقيق أهدافهم الأكاديمية بشكل فعال.

دراسة وانغ وتشو (Wang&Zhou 2022): هدفت هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز بين طلاب الجامعة؛ من أجل استكشاف أساليب واستراتيجيات لتحسين الجودة النفسية لدى طلاب الجامعة، وتم جمع (136) استبياناً لطلاب الجامعة عن طريق العينة العشوائية، وتم إجراء المتوسطات الحسابية، وتحليل التباين أحادي الاتجاه. كانت نتائج الدراسة: وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز، ودافع الإنجاز لدى طلاب الجامعة الذكور يكون لتحقيق النجاح أقوى بكثير من دافع الإنجاز لدى الطالبات، بينما دافع الإنجاز لدى الطالبات لتجنب الفشل أقوى من دافع الإنجاز لدى الطلاب الذكور.

دراسة هو يونغمي وتشو جياكسين (Yongmei&Jiaxin2023): تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن الوضع الحالي لضغوط الحياة ودافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعات، والكشف عن تأثير ضغوط الحياة على دافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعات، وتم استخدام عينة عشوائية طبقية لاختيار (743) طالباً جامعياً في مقاطعة قوانغدونغ، وقد تم استخدام مقياس ضغوط الحياة الطلابية (SLSI) ومقياس دافعية الإنجاز (AMS). وكان من نتائج الدراسة أن بلغت نسبة الطلاب الذين يعانون من ضغوط حياتية مرتفعة ومتوسطة ومنخفضة (16.7% و 68.9% و 14.4%) على التوالي، وأظهر تحليل الانحدار الخطي المتدرج المتعدد أن النتيجة الإجمالية لمقياس الدعم الكلي تم التنبؤ بها بشكل

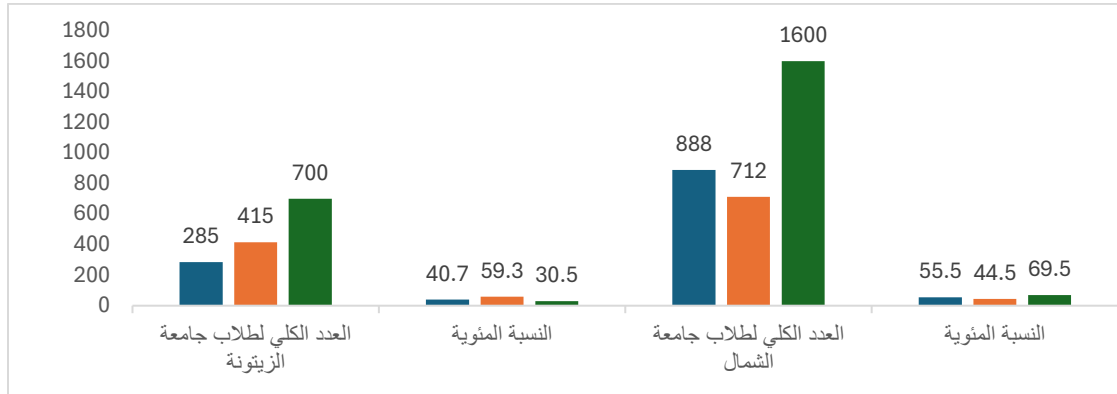
سلبي من خلال درجات خمسة أبعاد: الإحباط والضغط والاستجابة الفسيولوجية والاستجابة العاطفية والاستجابة السلوكية وتبين أنه يعاني طلاب الجامعة من ارتفاع مستوى الضغوط الحياتية وانخفاض الدافع للإنجاز وقد تكون ضغوط الحياة أحد العوامل الرئيسية المؤثرة في دافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعات.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب في جامعتي الشمال والزيتونة الدولية (يبلغ عدد الطلاب في جامعة الشمال 1600 طالب وطالبة، ويبلغ عدد الطلاب في جامعة الزيتونة الدولية 700 طالب وطالبة)

جدول رقم (1) يوضح توزيع مجتمع الدراسة في جامعتي الزيتونة الدولية والشمال

| النوع | العدد الكلي لطلاب جامعة الزيتونة | النسبة المئوية | العدد الكلي لطلاب جامعة الشمال | النسبة المئوية |
|---------|----------------------------------|----------------|--------------------------------|----------------|
| ذكور | 285 | %40.7 | 888 | %55.5 |
| إناث | 415 | %59.3 | 712 | %44.5 |
| المجموع | 700 | %30.5 | 1600 | %69.5 |



الشكل رقم (1) يوضح توزيع مجتمع الدّراسة في جامعتي الزّيتونة الدولية والشّمال

عينة الدّراسة:

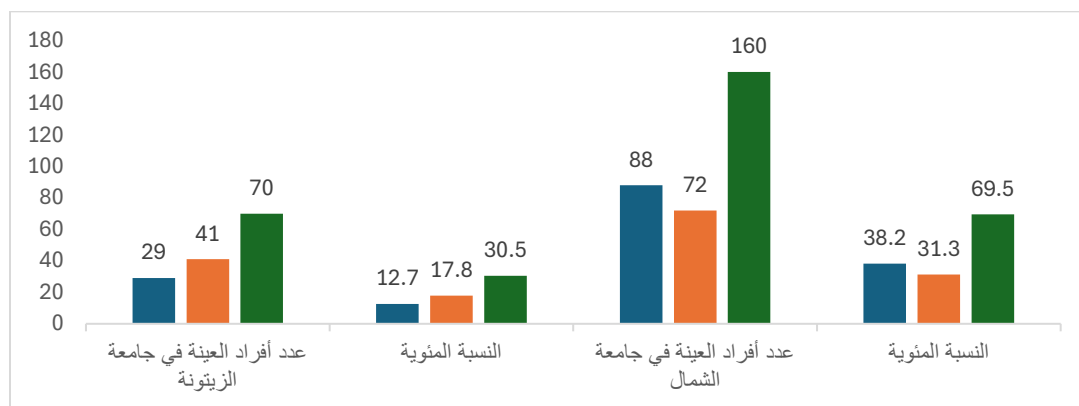
تعتبر العينة ضرورية لإجراء البحوث الميدانية، وقد اعتمد الباحث على سحب عدد من العينات خلال الدّراسة الحالية، وهي العينة الاستطلاعية الأولى لتوجيه المقاييس لطلاب بطريقة عشوائية في جامعتي الشمال والزّيتونة للتأكد من الصدق الظاهري، وعينة استطلاعية ثانية بطريقة عشوائية على طلاب جامعتي الشمال والزّيتونة الدولية؛ لاستخراج الخصائص السيكمترية للمقاييس، والعينة الأساسية للدراسة الثالثة حيث تم اختيار عينة الدّراسة الأساسية بالطريقة العشوائية المنتظمة من طلاب جامعتي الشمال والزّيتونة في الشّمال السّوري.

وبعد التأكد من الصدق والثبات لأدوات الدّراسة وملاءمتها لموضوع الدّراسة، قام الباحث باستخراج عينة عشوائية منتظمة ممثلة للمجتمع الأصلي للدراسة من غير عينة الأفراد الاستطلاعية التي تم تطبيق المقاييس عليها لاستخراج الخصائص السيكمترية، وكان حجم عينة الدّراسة بمعدل (10%)، والبالغ عدد عينة الدّراسة (230) من طلاب الجامعة في جامعتي الزّيتونة الدولية والشّمال الخاصة وقد تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية المنتظمة.

جدول رقم (2) يوضح توزيع أفراد عينة الدّراسة تبعاً لمتغير النوع

| النوع | عدد أفراد العينة في جامعة الزيتونة | النسبة المئوية | عدد أفراد العينة في جامعة الشمال | النسبة المئوية |
|-------|------------------------------------|----------------|----------------------------------|----------------|
| | | | | |

| | | | | |
|---------|----|-------|-----|-------|
| ذكور | 29 | %12.7 | 88 | %38.2 |
| إناث | 41 | %17.8 | 72 | %31.3 |
| المجموع | 70 | %30.5 | 160 | %69.5 |



الشكل رقم (2) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير النوع

أدوات الدراسة:

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على الأدوات التاليتين:

1- مقياس الضغوط النفسية من إعداد (إنجي أحمد محيي الدين عام 2022)، ويتألف من (48) بند.

2- مقياس الدافعية للإنجاز من إعداد (كمال مصطفى حزين عثمان عام 2014) ويتألف من (24) بند.

وللتأكد من ملاءمة المقاييس لأهداف الدراسة قام الباحث بتطبيق المقاييس على عينة استطلاعية مكونة من (30) مجو، 13 ذكور، 17 إناث) من طلاب جامعتي الزيتونة الدولية والشمال للتأكد من الصدق والثبات للمقاييس.

1- مقياس الضغوط النفسية:

أ- **الصدق الظاهري:** قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (16 ذكور، 14 إناث) من طلاب جامعة الزيتونة الدولية وجامعة الشمال الخاصة للتأكد من وضوح البنود وسهولة فهمها بالنسبة للمفحوصين، وبهذا يكون المقياس قد حقق هذا الشرط من شروط صدق المقياس.

ب- **صدق المحتوى:** قام الباحث بعرض المقياس على (7) من المحكمين المختصين من ذوي الخبرة، وبعد إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون من ملاحظات وأراء وحذف وتعديل صياغة بعض الفقرات، فقد بلغ عدد فقرات المقياس بعد صياغتها (46) فقرة حيث أعطي لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج خماسي (أوافق بشدة، أوافق، أحياناً، لا أوافق، لا أوافق بشدة).

ج- **صدق الاتساق الداخلي:** تم هذا الأمر من خلال احتساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس التي تنتمي إليه هذه الفقرات، وذلك باستخدام البرنامج الاحصائي (SPSS)، وأن جميع البنود حققت ارتباطات دالة إحصائياً مع الدرجة الكلية عند مستوى الدلالة (0,01، 0,050)، عدا الفقرات (2، 7، 20، 22، 36، 41).

د- **الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):** تعتمد طريقة المقارنة الطرفية على المقارنة بين الفئات المتطرفة في الاختبار ذاته، حيث قام الباحث باستخدام معامل التمييز بين الثلث الأدنى والثلث الأعلى لاستجابات المفحوصين في ضوء درجاتهم الكلية على المقياس، حيث رتبت البنود بشكل تنازلي وعولجت إحصائياً باستخدام اختبار (t) لدلالة الفروق بين الفئتين، وأن الفروق لها دلالة إحصائية عند مستوى (0,01)، وهذا يعني أن المقياس يميز بين الدرجات الدنيا والدرجات العليا، مما يدل على الصدق التمييزي للمقياس.

الجدول رقم (3) يوضح الصدق التمييزي لمقياس الضغوط النفسية

| الدرجات | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | الخطأ المعياري | قيمة ت | sig | النتيجة |
|---------|-------|---------|-------------------|----------------|--------|-----|---------|
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----------------|----|----------|----------|---------|-------|-------|-----|
| الدرجات الدنيا | 10 | 110,6000 | 11,34509 | 3,58763 | 8,967 | 0,000 | دال |
| الدرجات العليا | 10 | 158,6000 | 12,56273 | 3,97268 | | | |

هـ- ثبات المقياس: تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددها (30) طالباً وطالبة، وذلك باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية.

الجدول رقم (4) يوضح معامل ثبات مقياس الضغوط النفسية وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ

Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .912 | 46 |

الجدول رقم (5) معامل ثبات مقياس الضغوط النفسية وفقاً لطريقة التجزئة النصفية

| N | تصحيح المعامل بمعادلة سبيرمان - براون | معامل الارتباط قبل التصحيح |
|----|---------------------------------------|----------------------------|
| 30 | 0,888 | 0,798 |

فيما يلي الجدول رقم (6) يوضح كيفية وصف درجات مقياس الضغوط النفسائية

| المجال | منخفض | متوسط | مرتفع |
|---------|-------|--------|---------|
| المستوى | 93-40 | 147-94 | 200-148 |

2-مقياس دافعية الإنجاز:

أ- **الصدق الظاهري:** قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (16 ذكور، 14 إناث) من طلاب جامعتي الزيتونة الدولية والشمال الخاصة، وكان من نتائج ذلك قام الباحث بشرح البنود والتأكد أنها تناسب مستوى المفحوصين، والتأكد من وضوح البنود والتعليمات بالنسبة للمفحوصين.

ب- **صدق المحتوى:** قام الباحث بعرض المقياس على (7) من المحكمين المختصين من ذوي الخبرة، وبعد إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون من ملاحظات وأراء وتعديل صياغة بعض الفقرات، فقد بلغ عدد فقرات المقياس بعد صياغتها (24) فقرة حيث أعطي لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (تطبق، تنطبق إلى حد ما، لا تنطبق)

ج- **صدق الاتساق الداخلي:** قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس الدافعية للإنجاز والدرجة الكلية للمقياس، والفقرات (18، 20) حققت ارتباطات غير جوهريه مع معدل الدرجة الكلية للمقياس؛ لذلك قام الباحث بحذفها لكي يكون هناك اتساق داخلي بين جميع فقرات المقياس، ولكي يكون المقياس قادراً على إنجاز وقياس الأهداف التي وضع من أجلها.

د- **الصدق التمييزي:** قام الباحث باستخراج معامل التمييز من خلال ترتيب الدرجات تنازلياً، ثم حساب قيمة (t) لدلالة الفروق بين الفئتين في الثلث الأدنى والثلث الأعلى، وذلك كما هو موضح في الجدول (7):

الجدول رقم (7) يوضح الصدق التمييزي لمقياس دافعية الإنجاز

| الدرجات | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | الخطأ المعياري | قيمة ت | sig | النتيجة |
|----------------|-------|---------|-------------------|----------------|--------|-------|---------|
| الدرجات الدنيا | 10 | 53.8000 | 1.42829 | 53.8000 | 8.136 | 0.000 | دال |
| الدرجات العليا | 10 | 67,1000 | 2.51440 | 67,1000 | | | |

هـ- ثبات المقياس: تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددها (30) طالباً وطالبة من طلاب جامعتي الزيتونة الدولية والشمال، وذلك باستخدام طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

الجدول رقم (8) يوضح معامل ثبات مقياس الدافعية للإنجاز وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ

Reliability Statistics

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
|------------------|------------|

| | |
|----|------|
| 24 | .756 |
|----|------|

الجدول رقم (9) يوضح معامل ثبات مقياس دافعية الإنجاز وفقاً لطريقة التجزئة النصفية

| N | تصحیح المعامل بمعادلة سبيرمان - براون | معامل الارتباط قبل التصحيح |
|----|---------------------------------------|----------------------------|
| 30 | 0.854 | 0.745 |

الجدول رقم (10) يوضح وصف درجات مقياس دافعية الإنجاز

| مرتفع | متوسط | منخفض | المجال |
|-------|-------|-------|---------|
| 66-52 | 51-37 | 36-22 | المستوى |

عرض ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها:

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

الفرضية 1: مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب جامعتي الزيتونة والشمال متوسط.

للتحقق من صحة الفرضية، ولمعرفة مستوى الضغوط النفسية قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية.

الجدول رقم (11) يوضح وصف وترتيب مستوى الضغوط النفسية بالنسبة لمقياس الضغوط النفسية

| مرتفع | متوسط | منخفض | المجال |
|-------|-------|-------|--------|
|-------|-------|-------|--------|

| | | | |
|---------|--------|-------|---------|
| 200-148 | 147-94 | 93-40 | المستوى |
|---------|--------|-------|---------|

وقام الباحث بإيجاد قيمة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة الكلية على مقياس الضغوط النفسية، وذلك لمعرفة مستوى الضغوط النفسية وترتيبها لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة، حيث بلغ متوسط درجات أفراد عينة الدراسة لمقياس الضغوط النفسية (124.10) وهو يقع ضمن مجال (147-94) مما يعني أن مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة متوسط.

الجدول رقم (12) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة الدراسة على مقياس

الضغوط النفسية

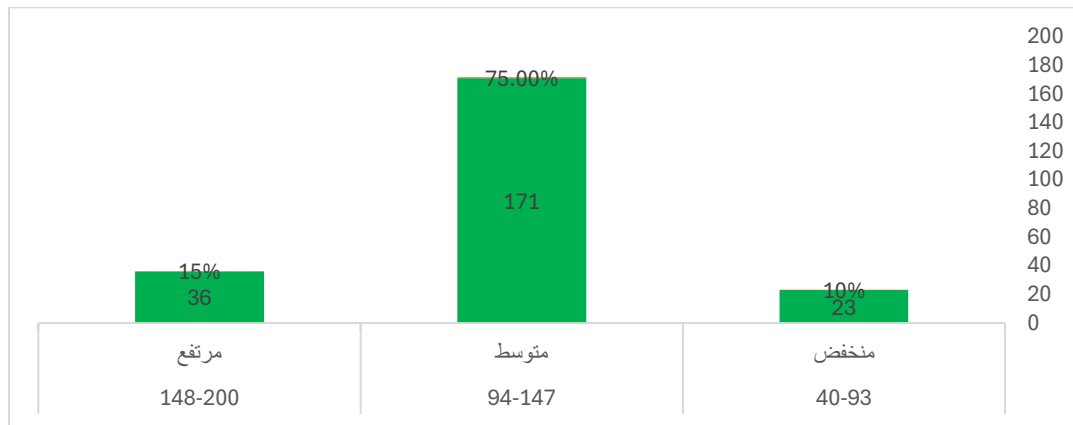
| النتيجة | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي |
|---------|-------------------|-----------------|
| متوسط | 19.703 | 124.10 |

ويتبين من الجدول رقم (13) أن الأفراد الذين يقعون ضمن الدرجة المنخفضة فكانت النسبة المئوية (10%)، وقد بلغت النسبة المئوية للأفراد الذين يقعون ضمن الدرجة المتوسطة (75%) والتي كانت درجاتهم قد تراوحت بين (147-94) درجة على مقياس الضغوط النفسية، بينما بلغت النسبة المئوية للأفراد الذين يقعون ضمن الدرجة المرتفعة (15%)، وهذا يعني أن أغلب أفراد عينة الدراسة يتعرضون لضغوط نفسية بدرجة متوسطة.

الجدول رقم (13) يوضح درجات عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية

| النسبة المئوية | عدد الأفراد | الدالة | المستوى |
|----------------|-------------|--------|---------|
| 10% | 23 | منخفضة | 40-93 |

| | | | |
|-----|-----|--------|---------|
| 75% | 171 | متوسطة | 94-147 |
| 15% | 36 | مرتفعة | 148-200 |



الشكل رقم (3) مستوى الضغوط النفسية

يتضح من نتائج الدراسة أن مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب جامعتي الزيتونة والشمال متوسط.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة داش (Dash208)، ودراسة هو يونغمي وتشو جياكسين (Yongmei&Jiixin2023)، حيث أظهرت هاتين الدراستين أن مستوى الضغوط النفسية متوسط لدى طلاب الجامعة.

وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الزهراني (2018)، والتي أشارت إلى وجود مستوى منخفض للضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.

ويُفسر الباحث هذه النتيجة أن الضغوط النفسِيَّة التي تواجه طلاب الجامعة في المجتمع السوري تتشابه مع الضغوط النفسِيَّة التي تواجهها جميع فئات المجتمع السوري، وذلك بسبب الظروف الصعبة التي يعيشها المجتمع السوري، وفي ظل انتشار العديد من المنظمات الإنسانية في الشمال السوري ازدادت الخدمات في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي، مما ساهم في تعزيز الصحة النفسية والتخفيف من الضغوط النفسية التي يعاني منها أفراد المجتمع السوري عموماً، وطلاب الجامعات على وجه الخصوص.

ويرى الباحث أن درجة الضغوط النفسِيَّة متوسطة عند طلاب الجامعة إلى اتباعهم أساليب وطرق مختلفة للتعامل مع الضغوط النفسِيَّة؛ كالمساندة الاجتماعية، وتنظيم الوقت، وحل المشكلات، والتفكير العقلاني، والمشاركة بأعمال تطوعية وأنشطة اجتماعية، وتعلمهم مهارات حياتية مفيدة، ويرى الباحث أنه بعد مرور ثلاث عشرة سنة على النزوح والتهجير القسري والحرب الذي عاشوه مما أكسبهم مرونة وتأقلم مع الظروف الصعبة، بالإضافة إلى توفر بعض الإمكانيات المادية عند معظم طلاب الجامعة، فهذا يخفف من مستوى الضغوط النفسِيَّة لدى طلاب الجامعة.

الفرضية 2: مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الزيتونة والشمال مرتفع.

للتحقق من صحة الفرضية، ولمعرفة مستوى دافعية الإنجاز عند طلاب الجامعة قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس دافعية الإنجاز.

الجدول رقم (14) يوضح وصف وترتيب مستوى دافعية الإنجاز بالنسبة لمقياس دافعية الإنجاز

| المجال | منخفض | متوسط | مرتفع |
|---------|-------|-------|-------|
| المستوى | 36-22 | 51-37 | 66-52 |

قام الباحث بإيجاد قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة الكلية على مقياس دافعية الإنجاز، وذلك لمعرفة مستوى دافعية الإنجاز وترتيبها لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة، حيث بلغ متوسط درجات أفراد عينة الدراسة لمقياس دافعية الإنجاز (54.88) وهو يقع ضمن مجال (52-66) مما يعني أن مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة مرتفع.

الجدول رقم (15) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة الدراسة على مقياس دافعية الإنجاز

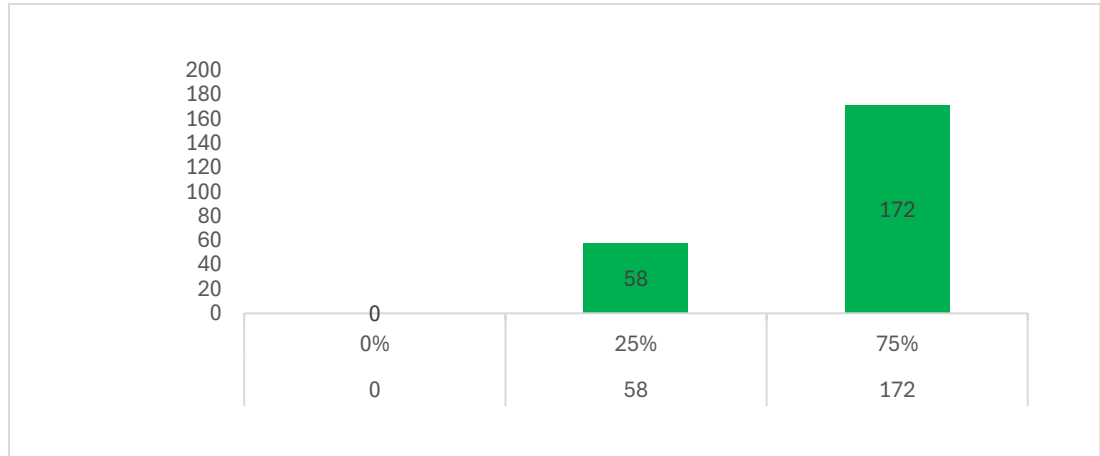
| المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النتيجة |
|-----------------|-------------------|---------|
| 54.88 | 5.10 | مرتفع |

الجدول رقم (16) يوضح درجات عينة الدراسة على مقياس دافعية الإنجاز

| المستوى | الدالة | عدد الأفراد | النسبة المئوية |
|---------|--------|-------------|----------------|
| 36-22 | منخفض | 0 | 0% |
| 51-37 | متوسط | 58 | 25% |
| 66-52 | مرتفع | 172 | 75% |

ويتضح من الجدول رقم (16) أن الأفراد الذين يقعون ضمن الدرجة المنخفضة كانت نسبتهم المئوية (0%)، وقد بلغت النسبة المئوية للأفراد الذين يقعون ضمن الدرجة المتوسطة (25%) بينما النسبة المئوية للأفراد الذين يقعون

ضمن الدرجة المرتفعة (75%) تراوحت درجاتهم بين (52-66) على مقياس دافعية الإنجاز، وهذا يعني أن أغلب أفراد عينة الدراسة من طلاب جامعتي الزيتونة والشمال لديهم مستوى دافعية إنجاز مرتفع.



الشكل رقم (4) مستوى دافعية الإنجاز

يتضح من خلال نتائج الدراسة أن مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعة الزيتونة الدولية والشمال مرتفع. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الزهراني (2018)، والتي أظهرت هذه الدراسة أن هناك مستوى مرتفع لدافعية الإنجاز عند طلاب الجامعة.

واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة يونغمي وتشو جياكسين (Yongmei & Jiaxin 2023)، والتي توصلت إلى وجود مستوى منخفض لدافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة.

ويفسر الباحث هذه النتيجة أن المرحلة الجامعية، والحصول على الإجازة الجامعية تعد ضرورة ملحة للحصول على فرصة عمل، وخاصة مع انتشار المنظمات الإنسانية غير الحكومية في الشمال السوري، ووجود عدد من المؤسسات المدنية التي تتبع للسلطات المحلية؛ مما ساهم في توفير العديد من فرص العمل، ورغبة طلبة الجامعة في متابعة دراستهم الجامعية وخاصة بعد انقطاعهم عن الدراسة الجامعية لفترة طويلة من الزمن، وقد

ساهمت العديد من مراكز وفرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي المنتشرة في الشمال السوري من خلال ما تقدمه من برامج دعم نفسي اجتماعي وجلسات تثقيف جماعية تتعلق بمواضيع الصحة النفسية في مساعدتهم على استعادة توازنهم النفسي وتحفيزهم لمواصلة الدراسة والمثابرة وتحقيق النجاح، وهذا يساهم في تحسين دافعية الإنجاز والأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

ويمثل استكمال الطالب للمرحلة الجامعية قيمة ذاتية للفرد يلبي طموحاته وتطلعاته، ويحقق من خلالها أهدافه المستقبلية، فطلبة الجامعة يدركون أن إنجاز المهمات والواجبات الموكلة إليهم بجدية وفعالية هو الطريق لتحقيق أهدافهم وتطلعاتهم نحو المستقبل.

الفرضية 3: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضَّغَطِ النَّفْسِيِّ ودافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الشمال والزيتونة في الشمال السوري.

وللتحقق من هذه الفرضية قام الباحث بحساب معامل الارتباط بيرسون وجاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (17) يبين معامل بيرسون العلاقة بين الضَّغَطِ النَّفْسِيِّ ودافعية الإنجاز

| المؤشرات الإحصائية | عدد أفراد العينة | معامل الارتباط بيرسون | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الدلالة |
|----------------------|------------------|-----------------------|-----------------|-------------------|---------|
| مقياس الضغوط النفسية | 230 | -0.132 | 124.10 | 19.703 | 0.05 |

| | | | | | |
|--|------|-------|--|-----|----------------------|
| | 5.10 | 54.88 | | 230 | مقياس دافعية الإنجاز |
|--|------|-------|--|-----|----------------------|

يتضح من الجدول رقم (17) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون (-0.132) وهي عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز، وهذا يعني كلما انخفضت الضغوط النفسية كلما ارتفعت دافعية الإنجاز. وعند الموازنة بين النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، ونتائج الدراسات السابقة، نجد أنها اتفقت مع دراسة الزهراني (2018)، ودراسة وانغ وتشو (Wang&Zhou2022)، ودراسة يونغمي وجياكسين (Yongmei& Jiaxin2023)، حيث كشفت هذه الدراسات عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز.

واختلفت مع دراسة مركون (2021)، ودراسة شاه وآخرون (Shah,et,al2020)، حيث أظهرت هاتين الدراستين عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بإرجاعها لكون شريحة طلاب الجامعة شأنها شأن شرائح المجتمع السوري التي تتعرض بشكل عام لضغوط نفسية، حيث تتشابه معظم الظروف والتحديات والصعوبات والعوامل التي تتعرض لها شرائح وفئات المجتمع السوري، وتُرجع أسباب الضغوط النفسية إلى طبيعة شخصية الطالب الجامعي، وما تحمله المرحلة الجامعية من متطلبات اقتصادية واجتماعية وتعليمية، وهذه المتطلبات وبالتفاعل مع الخصائص الداخلية للفرد تشكل مصدراً للضغوط النفسية، ويرى الباحث أن تطلعات وطموحات الطالب الجامعي في المرحلة الجامعية تدفعه وتحفزه

لتخطي هذه المرحلة الجامعية بجوانبها الاقتصادية والاجتماعية والثقافية وتتكلل بالنجاح والتفوق، كما أن رغبة الطالب الجامعي في النجاح والتفوق وتحقيق أهدافه، يترتب عليها ضغوط نفسية لديه، تدفعه إلى المثابرة والنجاح في سبيل تحقيق أهدافه، وبالتالي نجد أنه كلما انخفض مستوى الضغوط النفسية ارتفعت دافعية الإنجاز عند طلاب الجامعة.

الفرضية 4: يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب جامعتي الزيتونة الدولية وجامعة الشمال تبعاً لمتغير النوع (ذكور/إناث).

لاختبار صحة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار (T-Test) لقياس الفروق في مستوى الضغوط النفسية تبعاً لمتغير النوع (ذكور/إناث)، ويوضح الجدول (18) نتيجة الفروق.

الجدول (18) نتيجة الفروق في مستوى الضغوط النفسية وفقاً لمتغير النوع

| الجنس | التكرار | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة T | Sig | النتيجة |
|-------|---------|-----------------|-------------------|--------|-------|----------|
| ذكور | 117 | 124.68 | 19.81 | -0.226 | 0.822 | غير دالة |
| إناث | 113 | 125.31 | 19.64 | | | |

يتضح من الجدول (18) أن القيمة المعنوية قد بلغت (Sig=0.459) وهي أكبر من القيمة الإحصائية (a=0.05)

فهي غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (a=0.05)، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة،

أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية بين الذكور والإناث.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة صحراوي وعبايدية (2016)، حيث أظهرت عن عدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية عند مستوى الضغوط النفسية تعزى لمتغير النوع.

وتختلف نتيجة الدّراسة الحالية مع دراسة العاسمي (2017)، ودراسة شاه وآخرون (Shah,et,al,2020)، ودراسة وانغ وتشو (Wang&Zhou2022)، حيث أظهرت هذه الدراسات عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الضُّغوط النَّفسية تعزى لمتغير النوع.

ويفسر الباحث نتيجة الدّراسة الحالية أن طلاب الجامعة من كلا الجنسين الذكور والإناث يتعرضون إلى نفس الظروف المتعلقة التي يمر بها المجتمع السوري؛ من نزوح وحروب وتهجير وظروف اقتصادية واجتماعية وتعليمية وثقافية وأسرية وبيئية، كما يتعرضون لنفس المخاطر الأمنية.

كل ذلك يشكل ضغطاً على جميع فئات المجتمع السوري وليس على طلاب الجامعة فقط، كما يمكن إرجاع عدم وجود فروق عند طلاب وطالبات الجامعة إلى تشابه طبيعة الضُّغوط الجامعية وما تتضمنها من رسوم جامعية وصعوبة المناهج والواجبات، وتكاليف دراسية، وطريقة التدريس، وطبيعة الامتحانات، وطبيعة الدوام في الجامعة؛ حيث تعد ضغوطاً نفسية مشتركة بين طلاب الجامعة الذكور والإناث وخاصةً أنّهم يواجهون نفس الظروف في المرحلة الجامعية وفي الحياة العامة، ومعظمهم يتطلع لنفس الأهداف والطموحات.

الفرضية 5: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الزيتونة الدولية وجامعة الشمال تبعاً لمتغير النوع (ذكور/إناث).

لاختبار صحة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار (T-Test) للدلالة على الفروق في مستوى دافعية الإنجاز تبعاً لمتغير النوع (ذكور/إناث)، ويوضح الجدول (19) نتيجة الفروق.

الجدول (19) نتيجة الفروق في مستوى دافعية الإنجاز وفقاً لمتغير النوع

| النتيجة | Sig | قيمة T | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | التكرار | الجنس |
|----------|-------|--------|-------------------|-----------------|---------|-------|
| غير دالة | 0.292 | 1.057 | 5.11 | 55.19 | 117 | ذكور |
| | | | 5.08 | 54.42 | 113 | إناث |

يتضح من الجدول (19) أن القيمة المعنوية قد بلغت (Sig=0.677) وهي أكبر من القيمة الإحصائية (a=0.05) فهي غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز بين الذكور والإناث.

وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة العاسمي (2017)، ودراسة وانغ وتشو (Wang&Zhou2022) حيث أظهرت هاتين الدراستين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز تعزى لمتغير النوع.

يفسر الباحث هذه النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية إلى أن طلاب الجامعة من كلا الجنسين يتعرضون لظروف متشابهة، ويتشابهون من حيث ما تفرضه الجامعة من متطلبات؛ كالرسوم الجامعية والتكاليف الدراسية والمناهج الدراسية والنظام التعليمي وطبيعة الامتحانات والدوام في الجامعة والواجبات وغيرها، بالإضافة إلى تشابه الظروف الاقتصادية والاجتماعية والتعليمية والأمنية والبيئية التي يعيشها كلا الجنسين من طلاب الجامعة في الشمال السوري، ونجد أيضاً أن طلاب الجامعة من كلا الجنسين لديهم قدرات وإمكانات، ويعيشان تقريباً نفس الطموح والرغبة في تحقيق الأهداف في المستقبل القريب، وذلك لوجود فرص متساوية لكلا الجنسين؛ للحصول على فرصة عمل في المنظمات غير الحكومية والمؤسسات المدنية المحلية، وخاصةً مع وجود عدد من المنظمات الإنسانية غير الحكومية التي تعمل في الشمال السوري وعدد من المؤسسات المدنية المحلية توفر بعض فرص العمل لخريجي الجامعات، بالإضافة إلى تشجيع أولياء الأمور لأبنائهم سواء كانوا ذكوراً أم إناثاً على إتمام تعليمهم الجامعي، وهكذا يجد الباحث أن كل هذه العوامل تدفع طلبة الجامعة من كلا الجنسين إلى المثابرة والتفوق والنجاح والتحدي والمنافسة والرغبة في تحقيق أهدافهم المخططة وطموحاتهم في المستقبل.

نتائج الدّراسة:

- 1- مستوى الضُّغوط النَّفسية لدى طلاب جامعتي الزَّيتونة الدولية والشَّمال متوسط.
- 2- مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الزَّيتونة الدولية والشَّمال مرتفع.
- 3- يوجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضُّغوط النَّفسية ودافعية الإنجاز عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) لدى طلاب جامعتي الزَّيتونة الدولية والشَّمال.
- 4- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى الضُّغوط النَّفسية لدى طلاب جامعتي الزَّيتونة الدولية والشَّمال تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.
- 5- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى دافعية الإنجاز لدى طلاب جامعتي الزَّيتونة الدولية والشَّمال تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

توصيات الدّراسة:

في ضوء نتائج الدّراسة التي توصلت إليها الدّراسة الحالية يمكن تقديم بعض التوصيات:

- 1- الاهتمام بالصِّحة النَّفسية لطلاب الجامعة؛ من خلال تفعيل خدمات الإرشاد النَّفسي الفردي والجماعي للطلبة داخل الجامعة مما يساهم في تخفيف الضُّغوط النَّفسية لديهم، وتعزيز دافعية الإنجاز لديهم.
- 2- الاهتمام والعمل من قبل المؤسسات التعليمية على إيجاد مناخ تعليمي فعال داخل الجامعة للتخفيف من الضُّغوط النَّفسية، وكيفية مواجهتها من خلال تدريب طلاب الجامعة على استراتيجيات مواجهة الضُّغوط النَّفسية، وإيجاد عوامل محفزة تعزز من دافعية الإنجاز.

3-الاهتمام من قبل وسائل الإعلام من خلال تقديمها لبرامج تلفزيونية وإذاعية وعمل لقاءات مع اختصاصيين نفسيين؛ تتحدث فيها عن مواضيع تخص الصّحة النفسيّة لطلاب الجامعة، وتتناول فيها موضوع عن كيفية إدارة الضغوط النفسيّة والتخفيف منها، وطرق تعزيز دافعيّة الإنجاز عند طلاب الجامعة.

مقترحات الدّراسة:

- 1-إجراء دراسات مماثلة على فئات المجتمع الأخرى كالمعلمين والمرشدين النفسيين والاجتماعيين وطلاب المدارس والموظفين في المؤسسات المدنية، والموظفين في المنظمات غير الحكومية.
- 2-فعالية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسيّة لدى طلاب الجامعة، وتعزيز دافعيّة الإنجاز لدى طلاب الجامعة.
- 3-دراسة أساليب مواجهة الضغوط النفسيّة، وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة.
- 4-دراسة الضغوط النفسيّة المدركة وعلاقتها بدافعيّة الإنجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

المراجع:

- 1-الجيد، إيمان لطفي. (2010). الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز وصراع الدور لدى المدرس الجامعي. المؤتمر السنوي الخامس عشر. مركز الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس. المجلد 2.
- 2-السلامين، مُحَمَّد. (2021). الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار جائحة كورونا وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى العاملين في جهاز الأمن الوقائي في محافظة رام الله [رسالة ماجستير غير منشورة] جامعة القدس المفتوحة، ص 21.
- 3-العبدلي، خالد. (2013). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة أم القرى، كلية التربية، ص 54.
- 4-مطير، عياد، الزليطني، نجاة. (2015). الضغوط النفسية عند أمهات التوحد، جامعة الزاوية، المجلة الجامعة، المجلد 17، العدد 3.
- 5-الكعبي، كاظم. (2021). علاقة الدافعية نحو الإنجاز الأكاديمي بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية، العدد الأول، الجامعة المستنصرية.
- 6-العاسمي، رياض نايل. (2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق [رسالة ماجستير غير منشورة] جامعة دمشق.
- 7-الزهراني، أحمد بن صالح موسى. (٢٠١٨). الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز [رسالة ماجستير منشورة] مجلة العربية للعلوم ونشر البحوث، المجلد الثاني، ص 297.
- 8-باهي، مصطفى، شلبي، أمينة. (1998). الدافعية (نظريات وتطبيقات). (ط1). القاهرة، مركز الكتاب للنشر. خليفة، عبد اللطيف مُحَمَّد. (٢٠٠٠). الدافعية للإنجاز. القاهرة، دار غريب.
- 9-خلو، حدي. (2019). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى أساتذة التعليم الابتدائي [رسالة ماجستير منشورة] جامعة قاصدي مرياح ورقلة.
- 10-سعيدة، إفري. (2019). مصادر الضغوط النفسية وعلاقتها بإستراتيجيات التكيف لدى عمال التربية الخاصة [رسالة ماجستير غير منشورة] جامعة أحمد دراية-أدرار.

- 11- صحراوي، أمينة، عبايدية، بسمة.(2015). الضَّغْطُ النَّفْسِيّ وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بقسم علم النفس وعلم الاجتماع [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة 8 ماي.
- 12- عفيفة، جديدي.(2023). الدافعية للإنجاز لدى الطلبة الجامعيين وفق بعض المتغيرات الديمغرافية، مجلة دراسات إنسانية واجتماعية، المجلد 12، العدد 01، جامعة وهران.
- 13- عوض، أحمد.(2008). الاحتراق النفسيّ والمناخ التنظيمي في المدارس. عمّان، دار الحامد للنشر والتوزيع.
- 14- عبد الكريم، دريسي.(2019). دراسة دافعية الإنجاز في المجالين الرياضي والدراسي لدى تلاميذ الثانوية الرياضية [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الجزائر، ص 64.
- 15- غانم، مُحمَّد حسن.(2015). الدليل المختصر في الاضطرابات السيكوسوماتية. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- 16- مركون، هبة.(2021). الضُّغوط النَّفْسِيَّة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة الأولى جامعي بجامعة خميس مليانة، مجلة الشام للعلوم التربوية والاجتماعية، المجلد ٤، العدد 1، ص 189.
- 17- منظمة الصِّحَّة العالمية.(2023). تعريف الضَّغْطِ النَّفْسِيِّ. <https://www.who.int/ar/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- 18- مركون، هبة.(2021). الضُّغوط النَّفْسِيَّة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة الأولى جامعي بجامعة خميس مليانة، مجلة الشام للعلوم التربوية والاجتماعية، المجلد ٤، العدد 1، ص 189.
- 19- فايزة، طيب، إيمان، كواشي.(2019). الضَّغْطُ النَّفْسِيّ وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى معلمي المرحلة الابتدائية [رسالة ماجستير غير منشورة] جامعة 8 ماي 1945 قالمة.
- 20- نادية، بومجان.(2015). بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الضَّغْطِ النَّفْسِيِّ لدى الأساتذة الجامعية المتزوجة [رسالة دكتوراة غير منشورة] جامعة مُحمَّد خيضر بسكرة.
- 21- يوسف، سيد يوسف.(2007). إدارة الضُّغوط (ط١). مركز تطوير للدراسات العليا، جامعة القاهرة.
- 22- يونس، مُحمَّد.(2007). سيكولوجيا الدافعية والانفعالات، (ط١)، عمّان، دار المسيرة.



المراجع المترجمة:

- 23-أوكاوا،ريوهو.(2020).حياة دون قلق.(إدريس،زينة،ترجمة،ط1). دار العربية للعلوم ناشرون، بيروت،2020،ص30-31.
- 24-ساندرسون، كاثرين.(2019). علم نفس الصِّحة (عيسى، مراد، شواش، تيسير، ترجمة، ط1). دار الفكر، الأردن، عمّان، 2019.
- 25-ليرهوبت،ليندا،مايبرت،بترا.(2018). الحد من الضَّغْط النَّفْسِيّ. (مكشاف، مُحمَّد ترجمة،"1). دار الخيال، لبنان.

المراجع الأجنبية:

- 26-Dash,Sasi.(2018). Effect of Academic stress on Achievement Motivation Among College Students, manager's Journal on Educational Psychology, Vol. 11 | No. 4 | February – April 2018,p32.
- 27-Maze, C; Verhiac, F. (2013). Stress and coping strategies of first-year university students: distinctive roles of transactional and dispositional factors, French Psychology, 01-17.
- 28-Shah,Nazir,Nazir,Nadia,Syed,Makhdoom,Shaheen,Naqeebul.(2020). Correlation of Stress and Coping Strategies with Achievement Motivation of University Students.Journal Multicultural Education,Volume 7, Issue 4, 2021.
- 29-Wang,Jiao,Zhou,Xinyun.(2022).research on the relation between the achievement motivation and the pressure of college students majoring in fashion design ,, 2022; Vol. 34, Suppl. 4, pp 914-919.
- 30-Yongmei,Hou,Jiaxin,Zhu.(2023).Tha influence of life stress on achievement motivation among colleg students.International Journal of Arts and Social Science,Volume 6 Issue 2, February,p46.

الملاحق:

مقياس الضغوط النفسية

| م | العبارة | أوافق بشدة 5 | أوافق 4 | أحياناً 3 | لا أوافق 2 | لا أوافق بشدة 1 |
|-----|--|-----------------|------------|--------------|---------------|--------------------|
| 1. | أشعر بالقلق والخوف من المستقبل بعد التخرج | | | | | |
| 2. | أجد صعوبة في إنجاز واجباتي الدراسية | | | | | |
| 3. | بضايقتني إصرار أهلي في الحصول على تقديرات عالية | | | | | |
| 4. | تكاليف الدراسة ترتفع بشكل مستمر مما يرهقني مادياً | | | | | |
| 5. | يزعجني عدم اهتمام أسرتي لأرائي | | | | | |
| 6. | أعاني من عدم التركيز والتشتت أثناء الدراسة | | | | | |
| 7. | يتوقع مني والدي أكثر مما أستطيع | | | | | |
| 8. | أشعر بالضيق لأن مصروفي اليومي لا يكفي | | | | | |
| 9. | أشعر بأنه ليس لدي الدافع لإنجاز أي عمل | | | | | |
| 10. | أشعر بقلّة تقدير الآخرين لي | | | | | |
| 11. | نظام الدراسة ما بين (فيزيائي، وعن بعد) يؤثر على مستواي الأكاديمي | | | | | |
| 12. | أشعر بالمعاناة من أن أسرتي لا تتفهم متاعبي الجامعية | | | | | |
| 13. | المتطلبات المادية تمنعني عن المشاركة في بعض الأنشطة | | | | | |
| 14. | أشعر بالقلق الشديد قبل الامتحانات رغم الاستعداد الجيد لها | | | | | |
| 15. | لا أتلقى في المواقف الاجتماعية كلمات الشكر والاعتذار | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | 16. لا توجد عندي دافعية للتعلم |
| | | | | | 17. أشعر بأن أهلي في حالة قلق دائم على مستقبلي |
| | | | | | 18. أشعر بأن طاقتي منخفضة في الصمود على مواجهة تحديات الحياة ومشاكلها |
| | | | | | 19. أجد صعوبة في دراسة بعض المواد الدراسية |
| | | | | | 20. لا يتقبل والدي التقديرات التي أحصل عليها والتي تمثل مستواي الدراسي |
| | | | | | 21. ينتابني الضيق لأني أمثل عينا ماديا على أسرتي |
| | | | | | 22. أبالغ في نقد الذات والآخرين |
| | | | | | 23. أشعر بالانفصال عن المجتمع الخارجي |
| | | | | | 24. يكثر حدوث الخلافات بين أفراد أسرتي |
| | | | | | 25. أشعر بالضيق من تنازلي عن بعض احتياجاتي المعيشية لما تحتاجه الدراسة من تكاليف مادية |
| | | | | | 26. أعاني من نقص الانتباه وقلة التركيز |
| | | | | | 27. أشعر بالضيق وجرح مشاعري عند نقد الآخرين لي |
| | | | | | 28. يرهقني كثرة الامتحانات والأبحاث والتكليفات الدراسية |
| | | | | | 29. يزعجني تدخل أسرتي في أدق تفاصيل حياتي |
| | | | | | 30. بعض تكليفات أعضاء هيئة التدريس مرهقة ماديا |
| | | | | | 31. أواجه صعوبة في التعبير عن مشاعري |
| | | | | | 32. لا أحب دراسة بعض المواد الدراسية |
| | | | | | 33. يزعجني عدم تفهم أسرتي لأهمية تخصصي الدراسي |
| | | | | | 34. أنفق ما أريده على الملابس والمأكل |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | 35. أنفعل سريعا وأغضب لأبسط الأسباب |
| | | | | | 36. أخشى من الفشل في بلوغ الكمال فيما أقوم به |
| | | | | | 37. يميز والدي أو إحداهما في المعاملة بيني وبين أشقائي |
| | | | | | 38. أضطر للعمل لتغطية مصارفي الجامعية |
| | | | | | 39. لا أميل إلى تكوين علاقات اجتماعية كثيرا |
| | | | | | 40. تزداد الضغوط وتتراكم الدروس كلما اقتربت الامتحانات |

مقياس دافعية الإنجاز

| م | العبارة | تنطبق | تنطبق إلى حد ما | لا تنطبق |
|-----|---|-------|-----------------|----------|
| 1. | لا أترك عمل اليوم للغد | | | |
| 2. | أشعر بالكسل كلما ذهبت للعمل | | | |
| 3. | عندي قدرة كبيرة على الصبر | | | |
| 4. | أفضل بالأعمال التي تتطلب بذل جهد كبير | | | |
| 5. | أسعى لإنهاء العمل بإتقان | | | |
| 6. | أنصرف إلى أي عمل آخر عندما أجد العمل الذي أقوم به صعبا | | | |
| 7. | أشعر بالملل والتعب بعد فترة قصيرة من بداية العمل | | | |
| 8. | أحاول التفوق على الزملاء في العمل | | | |
| 9. | أتوقف عن إتمام ما أقوم به من عمل عندما تواجهني مشكلات وصعوبات | | | |
| 10. | الفوز وحده هو هدفي من المنافسات | | | |
| 11. | أحاول تجنب المشكلات في العمل | | | |
| 12. | أتجنب تحمل المسؤوليات | | | |
| 13. | أقوم بعمل الأشياء قبل التفكير بها جيدا | | | |
| 14. | أتجنب تحدي الآخرين في عمل مهمة ما | | | |
| 15. | أحاول إضاعة الوقت حتى ينتهي وقت الآخرين | | | |
| 16. | أبذل جهدا محدودا في تحقيق هدف ذي قيمة | | | |
| 17. | أعمل ساعات إضافية لإتمام العمل الذي يعطى لي | | | |



| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | 18. أنجز بالأعمال الموكلة لي بشكل متقن |
| | | | 19. أحرص على القيام بعمل كل ما يطلب مني مهما كانت درجة صعوبته |
| | | | 20. أسعى نحو النجاح؛ لأنه يحقق لي الشعور بالرضا |
| | | | 21. إنجاز العمل هو معياري للنجاح |
| | | | 22. أخطائي في العمل تؤدي إلى الإحباط |