

الضغوط الحياتية وعلاقتها بالإخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم

أ.م.د. سحاب الرشيدى

جامعة القصيم/ كلية التربية

Life pressures And its relation to the cognitive failure of the preparatory year students at Qassim University

Ass.Prof.Dr. Fatima Sahab Al-Rashidi

Qassim University / Faculty of Education

emaema440@yahoo.com

Abstract

This study aimed to introduce the level of life pressures, and its relation with cognitive failure among the preparatory year students of AL-Qasim University. The study sample consisted of the students who enrolled in the preparatory year's program at Al-Qasim University, from the second level, and who numbered (267) students, (67) of highest achievers, and (150) of normal students. The correlative, analytical descriptive method was used, as also, the scale of life pressures from the researcher preparation, and Broadbent and his colleagues scale for cognitive failure (Broadbent, et al, 1982).

The study results indicated that the life pressures level among preparatory year students at Al-Qasim University was moderate, where the field of " study pressures" got the highest level. And that there are statistically significant differences of life pressures due to the effect academic achievement, and the differences were in favour of the normal students in all fields and in the total degree. Moreover, the level of emotional-cognitive failure among the preparatory year students at Al-Qasim University was moderate. And that there are statistically significant differences due to effect of academic achievement, and the differences were in favour of the normal students. And finally, that there is a positive statistically significant relationship between the level of life pressure and the cognitive failure.

KEY WORDS: Level of life, Cognitive Failure. University Students.

المخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى ضغوط الحياة وعلاقتها بالإخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم، تكونت عينة هذه الدراسة من الطلبة المسجلين في برنامج السنة التحضيرية في جامعة القصيم، من المستوى الثاني والبالغ عددهم (267) طالباً، منهم (67) طالباً من المتفوقين تحصيلياً و(150) طالباً من العاديين.

وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، مقياس ضغوط الحياة من اعداد الباحثة، ومقياس برودبنت وزملائه (Brodabant,et al,1982) للإخفاق المعرفي، أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى ضغوط الحياة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم كان متوسطاً، حيث حصل مجال " الضغوط الدراسية" على اعلى متوسط حسابي، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ضغوط الحياة تعزى لأثر التحصيل الاكاديمي وكانت الفروق لصالح العاديين في جميع المجالات، وفي الدرجة الكلية، كما أشارت النتائج إلى أن مستوى الاخفاق المعرفي العاطفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم كان متوسطاً، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر التحصيل الاكاديمي وكانت الفروق لصالح العاديين، وكذلك وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً، بين مستوى ضغوط الحياة وبين الاخفاق المعرفي.

الكلمات المفتاحية: ضغوط الحياة، الاخفاق المعرفي، طلبة الجامعات.

المقدمة:

تعتبر التطورات المتسارعة والتقدم التكنولوجي المتسارع، من العوامل الهامة التي ادت إلى زيادة تعقيدات في الحياة، مما ساهم ذلك في زيادة ضغوط الحياة لدى الافراد، حيث أن كثرة المعلومات والتطورات تعمل على حدوث الإجهاد الانفعالي، وتؤدي إلى تغيرات

في العمليات العقلية والأكاديمية. حتى تصل إلى الاخفاق المعرفي، وحيث أن أحداث الحياة الضاغطة جزء لا يتجزأ من حياة الطلبة، لذا يحاول كل فرد التعامل مع حالة الضغط التي تواجهه بأسلوب يتماشى مع نمط شخصيته.

وتعتبر الضغوط ظاهرة ملموسة في الحياة، وهي جزء لا يتجزأ من حياة الإنسان، ولاسيما في العصر الراهن الذي ينصف بالتعقيد والتغيرات المتلاحقة في كل جوانب الحياة، حيث تتزايد مطالب الحياة وتتسارع التغيرات التكنولوجية، والاقتصادية والثقافية؛ مما ينتج عنها مواقف ضاغطة ومصادر للتوتر والقلق والانزعاج (ابو غالي، 2016).

وهناك الكثير من المواقف والأحداث التي تحدث في الحياة اليومية، تكون بمثابة مصادر لضغوط على الفرد مثل الامتحانات والأزمات المالية وغيرها من المواقف الضاغطة التي يدركها الفرد، ويشعر بتهديدها له، وقد تؤدي تلك الحوادث إلى حدوث استجابات نفسية أو جسدية أو سلوكية غير محددة، وكذلك وظهور نتائج سلبية أو ايجابية لدى الفرد بناء على تعرضه لهذه الأحداث الضاغطة (Margaret & woyn, 1994).

وما يدعو للبحث والدراسة في موضوعي ضغوط الحياة والاختفاق المعرفي، كونهما من المواضيع الهامة، التي تركز على المؤسسات التعليمية في الوقت الحالي، نظرا لما تشهده الدول حالياً العديد من المشكلات السلبية التي تؤثر على الافراد، والتي تجنبها من تحمل المسؤولية، ومن خلال اطلاع الباحثة على التراث التربوي لم تجد أي دراسة في المجتمع المحلي تطرقت إلى مفهومي ضغوط الحياة والاختفاق المعرفي.

مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث في التساؤل الرئيس التالي؟

ما العلاقة بين الضغوط الحياتية والاختفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم؟ وينبثق عن التساؤل الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مستوى ضغوطات الحياه لدى طلبة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم؟
- ما مستوى الاختفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ضغوطات الحياة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم تعزى للتحصيل الاكاديمي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاختفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم تعزى للتحصيل الاكاديمي؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضغوطات الحياه الاختفاق المعرفي.

أهمية البحث:

ترجع أهمية البحث إلى ما يلي:

- تتناول هذه البحث موضوعاً جديراً بالدراسة، حيث أصبح كل من الضغوط الحياتية والاختفاق المعرفي من الظواهر الملموسة والواضحة لدى الطلبة في مختلف المراحل الدراسية، لذا فأن الوقوف على هذه الظاهرة وحجمها، وكذلك العوامل المؤثرة فيها، يعتبر أمراً بالغ الأهمية.
- يعتبر الاختفاق المعرفي من المواضيع التي ترتبط بأداء الطلبة في مختلف المراحل الدراسية، فأن هذه الدراسة تكتسب أهميتها، كونها تركز على الطلبة السنة التحضيرية كفئة مستهدفة، حيث تعتبر هذه الفئة من الفئات الهامة في المجتمع، حيث تقع على عاتقها العديد من المسؤوليات لبناء الوطن، لذا تعد معالجة أداء طلبة السنة التحضيرية ضرورة ملحة على مختلف المجالات.
- تكمن أهمية هذه الدراسة كونها اقترحت العديد من الحلول، للمواجهة الضغوط الحياتية، وكذلك معالجة موضوع الاختفاق المعرفي لدى الطلبة.

- تقدم هذه الدراسة معلومات هامة لذوي العلاقة والاختصاص، مما يساعدهم على ضرورة التخطيط لوضع الحلول الملائمة لمعالجة هذه الأسباب بما يخفف من ظاهرة التعثر.
- اثراء المكتبة العربية بالدراسات النظرية والدراسات ذات الصلة.

اهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

- مستوى ضغوطات الحياة لدى طلبة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم؟
- الفروق في مستوى ضغوطات الحياة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم في ضوء التحصيل الاكاديمي؟
- مستوى الاخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم؟
- الفروق في مستوى الاخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم في ضوء التحصيل الاكاديمي؟
- العلاقة بين الضغوط الحياتية والاخفاق المعرفي.

حدود البحث:

المحدد البشري: طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم.

المحدد المكاني ي: جامعة القصيم / عمادة الخدمات التعليمية.

المحدد الزمني: أجريت الدراسة في الفصل الدراسي الثاني، 2016-2017 م.

تحديد المصطلحات:

الضغوطات الحياتية:

عرفه (عبود، 2016).

مجموعة من المواقف والاحداث التي تواجه الفرد في مختلف جوانب حياته ويشعر معها بالتهديد وسوء التكيف.

عرفه (شقيير، 2002).

مجموعة من المصادر الداخلية والخارجية الضاغطة والتي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على احداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات أن فعالية وفسولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الاخرى.

الاخفاق المعرفي:

عرفه (Broadbent at el, 1982):

فشل الفرد في التعامل مع المعلومات التي تواجهه، سواء كان ذلك في عملية الانتباه، وكذلك تذكر الخبرات المرتبطة بها، أو في عملية توظيفها، وذلك لأداء مهمة تعليمية معينة.

عرفه مارتن (Marten, 1983):

أخطاء الفرد المبنية على أسس معرفية، تعمل على اعاقه الفرد احياناً، عن اتمام أو أنجاز أو تناول قضية معينة، أعتاد الفرد أن ينجزها في أوقات مناسبة بكل بسهولة وبيسر .

1- عرفه فودان وفیکا واليس (Vodanovich&Wallace,2003):

فشل الفرد في أن جاز مهمه معينة والتي عادة ما يكون موفقا في أن جازها.

2- طلبة السنة التحضيرية: أحد البرامج التعليمية في جامعة القصيم ومدتها فصلين دراسيين تكون في السنة الأولى من التحاق

الطالب بالجامعة، ويخضع خلالها الطلبة لبرنامج أكاديمي يشتمل على اللغة الانجليزية، والرياضيات، والحاسوب، والفيزياء، والعلوم الطبيعية، ومهارات التفكير وأساليب العليم. ويتم تخصيص الطلبة بعد نهاية البرنامج بنجاح أن أحد الكليات العلمية في جامعة القصيم.

الخلفية النظرية:

أولاً: الضغوط الحياتية:

يوصف الضغط على انها مشاعر طاغية تؤثر في الافراد وفي مختلف الظروف، حيث تعمل الاتجاهات الخاطئة على زيادة ضغوطات الحياة على الافراد، ويتعرض الجميع لحالات الضغط المختلفة في مختلف المستويات العمرية، إلا أن المتشائمين والذين يميلون غالباً للكمال، واعدة ما يصنفون انفسهم على انهم في المقدمة، هم الذين تتزايد لديهم مستويات الضغوط الحياتية، فتصبح لديهم مشاعر مصحوبة بالقلق والتوتر، ويؤثر ذلك على الجان ب النفسي والصحي (Sinha,2008).

يرى بوتشان وزملاؤه (Buchan, et al., 2010) أن الضغوط الحياتية تعتبر من المواضيع الهامة التي اخذ الباحثون في الآونة الأخيرة يركزون عليها في الدراسات الحديثة، لكثرة ما يتعرض له الأفراد من أحداث، وما يحيط بهم من ظروف ضاغطة، وكذلك زيادة متطلبات الحياة، نتيجة التغير السريع المتواصل، الذي يشهده العالم اليوم، الأمر الذي أسهم في تعريض الأفراد لدرجة عالية من الضغوط النفسية، والتي أن عكست نتائجها على الأفراد والمجتمعات بشكل ايجابي.

يشير النادر (2014) أن الضغط هو من الحالات النفسية التي تنتج عن عدم مقدرة الفرد على اشباع احتياجاته، حيث يؤدي ذلك أن ردود افعال سلبية وتشمل ردود الافعال الفسيولوجية وتتمثل في ارتفاع سرعة ضربات القلب، وكذلك ضغط الدم، والتوتر العضلي، وبطء في الجهاز الهضمي، كذلك تشمل ردود الافعال المعرفية، والتي تتمثل في اضطراب مستوى التفكير، وتناقص في القدرة الأدائية، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات واخيرا ردود الافعال السلوكية وتتمثل في: تناقص مستوى الأداء وتجنب المواقف المثيرة للأضرار.

يرى سيلبي Selye أن هناك نوعان من الضغوط، وهي الضغوط الجيدة والضغوط المثيرة للمشقة، ويرجع أساس التفرقة بينهما أن نوعية النتائج الإيجابية أو السلبية، الناتجة عن الضغوط، ومدى وتأثيرها على الافراد، فيقصد بالضغوط الجيدة هي الأحداث والمواقف التي يشعر الفرد من خلالها بالمشاعر الإيجابية مثل ضغوط الإنجاز والنجاح، وفرحة الفوز والانتصار، التي يصاحبها في كثير من الاحيان، حيوية ونشاط في مواجهة التحديات والصعوبات لدى الأفراد الذين يتعرضون لهذا النوع من الضغوط، أما الضغوط المثيرة للمشقة، فهي الضغوط التي تتكون لدى الافراد نتيجة لإحساسهم بعدم الشعور بالأمن والطمأنينة، أو الشعور بالعجز واليأس والكسل أو بالقنوط، ووجود هذه المشاعر هي التي تجعل الضغوط، مثيرة للمشقة ويطلق على هذا النوع(ضغوط الخسارة والفقدان) حيث يخسر الافراد الكثير من الامتيازات الممنوحة لهم او التي يسعون لها (محمد،2017).

يشير راش (Rash,1997) أن آثار الحياة الضاغطة تظهر بصورة واضحة لدى الافراد الذين يعانون من الخوف والتردد في القيام ببعض الاعمال، والوقوع في صراعات مع الأخرى، حيث أنهم يشعرون بعدم الاستقرار والخوف من المستقبل، حيث تترك مثل هذه الامور معالم واضحة على شخصية الافراد، وهي بحاجة أن درجة كبيرة من التوافق لتحقيق التكيف السليم، الذي يتم بإيجاد استراتيجيات مواجهة الحياة الضاغطة.

يوضح ديسون ورين (Dyson & Renk,2006) أن الضغوط الحياتية تنتج بسبب ازدياد الالتزامات لدى الأفراد دون القدرة على التكيف مع البيئة الجديدة، وتختلف ردود الفعل للأفراد نحو الضغوط باختلاف طبيعة الأحداث، والخصائص الشخصية. يرى عبود(2016) أن احداث الحياة الضاغطة تحمل معها مواقف ومشكلات يدركه الفرد في دراسة واعماله اليومية، حيث أن طلبة الجامعات معرضون كسائر افراد المجتمع للمواقف الضاغطة وصعوبات الحياة المختلفة، نظريا للتغيرات النفسية والنمائية والشخصية والاجتماعية والتي تتطلب العديد من المتطلبات الحياتية، مما يترتب عليها الكثير من المشكلات السلوكية والاكاديمية وقد يكون الاخفاق المعرفي احد هذه المشكلات.

وفي نفس السياق ترى ابو غالي (2016) أن الدراسة الجامعية تتطلب عوامل نفسية، وبيئية، واجتماعية مريحة، ومناخاً مناسباً يقوم على التشجيع والتقبل وتوفير الظروف المواتية الخالية من التوتر والضغوط؛ ليتمكن الطلبة من التعامل مع المواد الدراسية بكفاءة وبقدرة عقلية، ومعرفية عالية؛ لخلق الكوادر البشرية المدربة القادرة على العمل في كافة المجالات والاختصاصات المختلفة.

ويوضح جون ولي (Jun & Lee,2017) أن طلاب الجامعة عادة ما يعانون من الإجهاد المستمر الناجم عن عوامل كثيرة مثل المتطلبات الأكاديمية والعلاقات الشخصية والقرارات المهنية. وهذا يميل أن تعزز الغضب. وعلى وجه الخصوص، يمكن أن يؤثر غضب الطلبة سلبيًا على نوعية الاداء الذين يقدمونه، وكذلك على صحتهم النفسية. لذلك، إدارة مواجهة ضغوطات الحياة لدى طلبة الجامعات مهمة جدا. لحمياتهم من الإجهاد والاكنتاب والقلق الاضطرابات النفسية الأكثر شيوعا التي لها ضرر آثار سلبية على أداء الطلبة في المجتمع وفي بيئات العمل؛ فهي تعتبر واحدة من الأسباب الرئيسية للتدهور التعليمي

ومن الضغوطات التي تواجه الطلبة كما يشير لي وجانج (Lee & Jang,2015) في حياتهم الجامعية. والضغوط الحياتية المحتملة هي تغييرات في الأنشطة الاجتماعية، تكوين أصدقاء جدد، والتغيرات في عادات النوم، والصعوبات المالية، والتغيير في الأنشطة الاجتماعية، والمسؤوليات الجديدة، ومشاكل الكمبيوتر، وزيادة الحمل الطبقي، وانخفاض، مشكلة المواصلات، والظروف المعيشية.

يرى ريسون (Reason,1988) أن ضغوط الحياة لها اثر كبير على حدوث الاخفاق المعرفي لدى الطلبة، الامر الذي يؤثر على استيعاب الطلبة أنتباههم للمادة المتعلمة، حيث أن الطلبة الذين لديهم مشكلات كبيرة ويتعرضون لضغوط الحياة بشكل مستمر يكون الاخفاق المعرفي لديهم كبيرا، مما يؤدي إلى فقدانهم الشعور بالتكيف وشرود الذهن والتوتر العصبي.

الاخفاق المعرفي:

يرتبط الاخفاق المعرفي بشكل كبير بالشخصية الإنسانية وخصائصها المختلفة، ويتمثل ذلك بأثره الواضح على الاضطرابات النفسية العصابية، والتي تتضمن الاكنتاب والقلق، وعدم الشعور بالأمن النفسي والتوتر، حيث يوجد لدى الافراد وفقاً لمبدأ الفروق بينهم العديد من السمات والخصائص (Wallace& Vodanovich,2003).

ويوضح عباس (2017) أن الاخفاق المعرفي يحصل اذا ما حدث اضطراب او قصور في العمليات العقلية المسؤولة عن عملية معالجة المعلومات في الأن تباه والادراك والذاكرة، لدى الطلبة كأث يفشل المتعلم في الاستجابة للمثيرات الحسية، وتفسيرها حيث يعد العجز الوظيفي البسيط والمشكلات الاكاديمية احد اهم مظاهر هذا القصور كونه مؤشرا على المهارات الاكاديمية، حيث أن الطالب عندما يفشل في تركيز الانتباه على المهام الدراسية بشكل ملائم، يؤدي ذلك تحويل الانتباه إلى مهام اخرى بعيدة كل البعد عن الموضوع الرئيسي.

وتشير Yamanaka أن هناك ثلاث أن واع من الاخفاق المعرفي تحدث لدى الطلاب وتشمل على فشل في مستوى فعالية الانتباه والادراك، فشل في مستوى التصرف، فشل في فاعلية الذاكرة، ويحدث الاخفاق المعرفي نتيجة انشغال الطلبة في امور الحياة مما يؤدي إلى التشتت في الانتباه وضعف التركيز، فضلا عن وجود علاقة بين أنواع الاخفاق المعرفي والحالة المزاجية للطلبة (السعدي،2017).

وفي نفس السياق يشير (Davidoph,1978) أن الاخفاق المعرفي يرتبط بشكل مباشر بالعمليات العقلية، الانتباه والادراك والذاكرة، حيث ترتبط هذه العمليات ببعضها البعض، فاذا تعرضت هذه العمليات للاخفاق المعرفي أن سحبت تلك الآثار على العملية العقلية برمتها، والتي تتمثل القيام باستجابات خاطئة، أو تعطيل في معالجة الموضوعات، وهذا الاثر المتداخل يوضح الترابط بين العمليات العقلية.

ويرجع سبب الاخفاق المعرفي كما تشير عباس (2017) إلى أن حدوث اضطراب او قصور في العمليات العقلية المسؤولة عن عملية معالجة المعلومات في الانتباه والادراك والذاكرة لدى الطلبة كأن يفشل المتعلم في الاستجابة للمثيرات الحسية وتفسيرها، مما

يؤدي أن حدوث المشكلات الأكاديمية، مما يؤدي إلى الفشل في تركيز الطالب اهتمامه على المهام الدراسية بشكل ملائم، ويتم تحويل الانتباه أن مهام جديدة، مما يؤدي أن عجز الطالب بالاحتفاظ بالمعلومات التي يتم تقديمها له سواء في الذاكرة قصيرة المدى أو طويلة المدى.

ويرى هونج ولين (Huang, & Lin,2010) أن الاخفاق المعرفي لدى الطلاب يمكن وصفه بأربعة عوامل هي: "الشعور المنخفض بالإنجاز"، و"الاغتراب بين الأشخاص"، و"العاطفة السلبية للتعلم"، و"والإنهاك العاطفي". ومن بين هذه العوامل، وجد أن "الشعور المنخفض بالإنجاز" و"العاطفة السلبية للتعلم" أكثر خطورة.

ويوضح دولكوس (Dolcos,2006) أن الضغوطات تؤثر في النواحي المعرفية سلبا أو ايجابا، في الوقت نفسه فإنه من الممكن أن يكون محسنا جيدا للتذكر، إلا أنه قد يصرف الفرد عن الانتباه للمثيرات التي قد تكون مهمه ويكون هذا السبب في الزيادة في استخدام صرف الانتباه عن مثيرات الموقف وتركيزه على ما يخص موضوع الانفعال فقط، ومن هنا يتضح كل من الاثر الضار والنافع في الوظائف المعرفية.

الدراسات السابقة:

الضغوط الحياتية:

دراسة (Yang & Hwang,2017):

"التعرف على مدى تأثير القدرة العاطفية والحياة في الحرم الجامعي الضغوط على السلوكيات الإجهاد التكيف الاجتماعي"، تكونت عينة الدراسة من (395) طالبا من طلبة صحة الأسنان. وقد اشارت نتائجها إلى أن عامل القلق هو الأعلى. وكانت الضغوط الشخصية في المرتبة الثانية، وكان الإجهاد المتعلقة المهمة وكانت سلوكيات التأقلم على الضغوط هي الأعلى بين المجالات الفرعية.

دراسة (Jun & Lee,2017):

"مقارنة الغضب والتعبير عن الغضب، وضغوط الحياة والدعم الاجتماعي بين طلاب الجامعات العامة". تكونت عينة الدراسة من (286)، أكملوا التقرير الذاتي التي تدرس الغضب، والتعبير عن الغضب، وضغوط الحياة والدعم الاجتماعي. تم استخدام تصميم وصفي مسحي. وقد اشارت نتائجها إلى أن هناك ثلاثة عوامل التعبير الغضب، الإجهاد الحياة والدعم الاجتماعي كمتغيرات تفسيرية.

دراسة عبود(2016):

"دراسة العلاقة بين ضغوطات الحياة الإجهاد والتساؤل الأكاديمي" تكونت عينة من (124) طلاب المرحلة الجامعية في جامعة عجلون الوطنية في الأردن. وقد استخدمت المقاييس في هذه الدراسة بما في ذلك مقياس من الضغوطات الحياة ومقياس التسوية الأكاديمي. وقد اشارت نتائجها إلى أن هناك وجود علاقة ارتباط إحصائية معنوية بين ضغوط الحياة والمشكلات الأكاديمية. تم العثور على فروق معنوية في قوة العلاقة بين ضغوط الحياة والمشكلات الأكاديمية وفقا لنوع الجنس لصالح من الذكور. لم توجد فروق داله احصائيا في قوة العلاقة بين ضغوط الحياة والمشكلات الأكاديمية تعزى للتحصيل الأكاديمي.

دراسة (Dexter; Huff ; Rudecki & Abraha,2018)

"تحديد سلوكيات التكيف لدى طلاب الجامعات إدراك التأثيرات (عاطفيا وعقليا وجسديا"، تكونت عينة الدراسة من (120) طالبا وطالبة، معظم المشاركين كانوا من كلية التربية والتمريض، تم استخدام تصميم المسحي الوصفي. وقد اشارت نتائجها إلى أن الطلاب يتعاملون مع الضغوطات الحياتية بطرق إيجابية وسلبية. وشملت الطرق الإيجابية، وأن كل شيء سيكون "حسنا". وتشمل الطرق السلبية النوم، وزيادة استخدام الانترنت والمزيد من التسوية.

دراسة الصمادي (2014):

"مصادر الضغط النفسي لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية واستراتيجيات التعامل معها"، تكونت عينة الدراسة على (285) طالبا وطالبة، طبق عليهم مقياس مصادر الضغط النفسي، ومقياس استراتيجيات التعامل مع الضغوط، وقد اشارت نتائجها إلى

أن طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية يعانون من الضغط النفسي، وأن الدرجات الفرعية الأعلى كان في البعد المادي والبعد الأكاديمي والبعد الاقتصادي.

دراسة (Huang, & Lin,2010):

"العلاقة بين الضغوط الحياتية والاختفاق المعرفي". تكونت عينة الدراسة من (327) طالبا وطالبة من طلاب الجامعات في تايوان. تم استخدام مقياس الإرهاق التعلم ومقياس الضغوط الحياتية. وقد اشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباط معنوي بين ضغوطات الحياة والاختفاق المعرفي. أشارت النتائج أيضا أن ارتفاع مستوى الحياة يؤثر على تجربة الطلبة.

الدراسات التي تناولت الاختفاق المعرفي:

دراسة جواد(2017):

"اساليب التعليم وعلاقتها بالإخفاق المعرفي لدى طلبة الجامعة"، تكونت عينة هذه الدراسة من (342) طالبا وطالبة من طلبة جامعة بابل، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، حيث طبق على الطلبة مقياس للإخفاق المعرفي واخر لأساليب التعلم المفضلة، وقد اشارت نتائجها إلى أن اسلوب التعلم الاكثر تفضيلا من قبل طلبة الجامعة هو الاسلوب البصري، وأن طلبة جامعة بابل لديهم اخفاق المعرفي، لا توجد علاقة ارتباطية بين اساليب التعلم والاختفاق المعرفي لدى طلبة الجامعة.

دراسة السعدي (2017):

"العلاقة بين الفشل المعرفي والتدريس الإبداعي لدى طلبة الجامعة". تكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة، من خلال الطريقة العشوائية البسيط، تم استخدام مقياس الفشل المعرفي، ومقياس التدريس الإبداعي، وقد اشارت نتائجها إلى عدم امتلاك طلبة الجامعة مهارات التدريس الإبداعي، وكذلك ارتفاع مستوى الفشل المعرفي لدى طلبة الجامعة، وكذلك وجود علاقة عكسية بين الفشل المعرفي والتدريس الإبداعي، فكلما قل مستوى الفشل المعرفي زاد مستوى التدريس الإبداعي.

دراسة (Felix, 2006):

"الفشل المعرفي وعلاقته بالوعي والترميز الداخلي/ الخارجي"، تكونت عينة هذه الدراسة من (32) طالبا من طلبة قسم علم النفس في جامعة ولاية كاليفورنيا/ الساحل الشرقي/ تم استخدام مقياس الفشل المعرفي، ومقياس الوعي، ومقياس "لويكي" في الترميز الداخلي/ الخارجي، وقد اشارت نتائجها إلى أن الوعي والترميز الخارجي كأن سلبياً مع الفشل المعرفي، وأن هناك ارتباط أقوى للوعي من الترميز الخارجي/ الداخلي مع درجات الفشل المعرفي (السعدي،2017).

النصيري (2015):

"فاعلية برنامج إرشادي يستند على التحكم المعرفي في خفض الإخفاقات المعرفية لدى طلبة كلية التربية الأساسية". تكونت عينة الدراسة من (24) طالبا وطالبة من طلبة قسمي الإرشاد النفسي والعلوم في كلية التربية الأساسية، واعتمد تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة تم اتباع المنهج التجريبي، تم إعداد مقياس تم بناؤه وفق تعريف بروديننت للإخفاقات المعرفية. وقد اشارت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط رتب أفراد المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الإخفاقات المعرفية، ولصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الإخفاقات المعرفية، ولصالح التطبيق البعدي.

الطريقة والإجراءات:

منهج البحث

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي لملائمته لهذه الدراسة.

عينة البحث

تمثلت عينة الدراسة في جميع طلبة مجتمع الدراسة والمسجلين في الدراسة المنتظمة في السنة التحضيرية في جامعة القصيم، من المستوى الثاني والبالغ عددهم (267) طالباً، حيث تكونت عينة الدراسة من (67) طلاب من المنفوقين و(150) طالباً من العاديين.

أدوات البحث:

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام الادوات التالية:

- مقياس ضغوط الحياة: Life stresses scale

تم بناء مقياس ضغوط الحياة للطلبة الجامعيين، بعد الاطلاع على ادبيات البحث، وعدد من المقاييس العربية والاجنبية كمقياس ابو غالي (2016) وعبود(2016)، حيث تم تحديد فقرات مقياس البحث ومجالاته، حيث اشتمل على (30) فقرة، وذلك على سلم خماسي (موافق بشده، موافق، غير متأكد، غير موافق، غير موافق بشده). وتقدر بإعطاء الدرجات (1،2،3،4،5).

صدق الأداة:

تم عرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من اعضاء هيئة التدريس في الجامعات السعودية، من أساتذة علم النفس والقياس، والارشاد النفسي؛ لإبداء رأيهم حول صلاحية المقياس، وقد كأن ت نسبة موافقة المحكمين على فقرات المقياس لا تقل عن 85 %، حيث تم تعديل صياغة بعض الفقرات؛ مما يعني أن المقياس صالح للتطبيق على عينة الدراسة.

صدق البناء:

لاستخراج دلالات صدق البناء للمقياس، استخرجت معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية في عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (40) طالباً، حيث تم تحليل فقرات المقياس وحساب معامل ارتباط كل فقرة من الفقرات، حيث أن معامل الارتباط هنا يمثل دلالة للصدق بالنسبة لكل فقرة في صورة معامل ارتباط بين كل فقرة وبين الدرجة الكلية من جهة، وبين كل فقرة وبين ارتباطها بالمجال التي تنتمي إليه، وبين كل مجال والدرجة الكلية من جهة أخرى، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.34-0.70)، ومع المجال (0.36-0.75) والجدول التالي يبين ذلك.

جدول (1) معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية والمجال التي تنتمي إليه

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة
1	** .66	** .67	11	** .60	** .50	21	** .72	** .50
2	** .63	** .56	12	** .53	* .34	22	** .70	** .53
3	** .73	** .56	13	** .68	* .37	23	** .69	** .51
4	** .60	** .59	14	** .54	** .45	24	** .74	** .62
5	** .70	** .59	15	** .50	** .47	25	** .73	** .58
6	** .74	** .64	16	* .36	* .40	26	** .74	** .56
7	* .36	* .40	17	** .70	** .62	27	** .56	** .49
8	** .53	** .52	18	** .65	* .40	28	** .71	** .59
9	** .56	** .60	19	** .50	** .45	29	** .75	** .69
10	** .65	** .61	20	** .64	** .47	30	** .72	** .70

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

جدول (2) معاملات الارتباط بين المجالات ببعضها والدرجة الكلية

المجالات	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الدراسية	الضغوط الاسرية	ضغوط ككل
الضغوط الاجتماعية	1			
الضغوط الدراسية	** .743	1		
الضغوط الاسرية	* .419	** .677	1	
ضغوط ككل	** .629	** .829	** .864	1

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

ثبات الأداة:

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكونة من (40) طالبا، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين.

وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، والجدول رقم (3) يبين معامل الاتساق الداخلي وفق معادلة كرونباخ ألفا وثبات إعادة للمجالات والأداة ككل واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

جدول (3) معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا وثبات إعادة للمجالات والدرجة الكلية

المجال	ثبات إعادة	الاتساق الداخلي
الضغوط الاسرية	0.91	0.83
الضغوط الاجتماعية	0.89	0.84
الضغوط الدراسي	0.90	0.81
ضغوط ككل	0.92	0.89

مقياس الاخفاق المعرفي cognitive failure:

للتعرف على مستوى الاخفاق المعرفي لدى طلاب السنة التحضيرية، قامت الباحثة بترجمة مقياس برودبنت وزملائه (Brodabant, et al, 1982) للإخفاق المعرفي، اللغة العربية وإعطائه لمختصين في اللغة الانجليزية، ثم إعادة ترجمته للغة الانجليزية للتأكد من ترجمته، حيث يتكون المقياس من (25) فقرة موزعة على مجال واحد وهو صرف الانتباه. وذلك على سلم (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، أبداً). وتقدر بإعطاء الدرجات (1،2،3،4،5).

الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس والارشاد النفسي والمقياس، من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات السعودية، وذلك لبيان مدى ملائمة للبيئة السعودية، ومن خلال الاستجابات تبين أن هذه الأداة تتمتع بالصدق الظاهري. حيث اعتمدت نسبة الاتفاق بين المحكمين (85%) فأكثر لاعتماد كل فقره من الفقرات، وتعتبر هذه النسبة مقبولة.

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكونة من (40)، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين اذ بلغ (0.89).

وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، اذ بلغ (0.85) واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

التحليل الإحصائي:

بعد جمع البيانات تم إدخالها ومعالجتها إحصائياً وذلك باستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، اختبار "ت"، التكرارات والنسب المئوية نتائج تحليل اختبار التباين المتعدد MANOVA.

عرض النتائج ومناقشتها:

السؤال الأول: ما مستوى ضغوطات الحياه لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى ضغوطات الحياه لدى طلبة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى ضغوطات الحياه لدى طلبة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة

القصيم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
2	1	الضغوط الاجتماعية.	3.31	.704	متوسط
1	2	الضغوط الدراسية.	3.33	.457	متوسط
3	3	الضغوط الاسرية	3.10	.578	متوسط
-	-	ضغوط ككل	3.25	.563	متوسط

يبين الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3,10-3,33)، حيث جاء مجال الضغوط الدراسية في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3,33)، بينما جاء مجال الضغوط الاسرية في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3,10)، وبلغ المتوسط الحسابي للضغوط ككل (3,25). وتعزى نتائج حصول "مجال الضغوط الدراسية" في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي إلى العديد من الأسباب وهي طبيعة البرامج الدراسية في السنة التحضيرية، حيث يدرس الطلبة وبشكل مكثف مجموعة من المقررات كالرياضيات واللغة الإنجليزية والفيزياء والحاسوب والكيمياء، ومهارات التفكير وأساليب التعلم، حيث أن عينة الدراسة من الطلبة المقبولين في السنة التحضيرية لم يمضي على قبولهم في الجامعة وقت طويل، حيث أنهم في مرحلة انتقالية من المدرسة الى الجامعة، وهذا الامر يتطلب وقت ليس بقصير للتكيف مع الحياة الجامعية الجديدة، نظرا لاختلاف المناهج وطرق واساليب التدريس حيث كانوا في المدارس يعتمدون على اسلوب الحفظ التلقين، ومن الطبيعي يتعرضون لضغوطات حياتية، لتواجدهم في البيئة التعليمية الجديدة والتي لم يألفوها من قبل، خصوصا وان لغة التدريس هي اللغة الانجليزية. وتتفق نتائج هذه الدراسة ونتائج دراسة عبود(2016) ودراسة الصمادي (2014) والتي اشارت نتائجها إلى أن من اكثر ضغوط الحياة لدى الطلبة الضغوط الاكاديمية.

وتختلف هذه النتائج جزئياً عن نتائج دراسة ((Yang & Hwang,2017) حيث كانت الضغوط الشخصية هي أكثر الضغوط الحياتية لدى الطلبة، وتختلف هذه النتائج ايضا عن نتائج دراسة (Jun & Lee,2017) والتي اشارت إلى أن هناك ثلاثة عوامل التعبير الغضب، الإجهاد الحياة والدعم الاجتماعي، وكذلك دراسة(Dexter et al,2018) والتي اشارت نتائجها إلى أن الطلاب يتعاملون مع الضغوطات الحياتية بطرق إيجابية وسلبية.

السؤال الثاني: هل توجد فروق في مستوى ضغوطات الحياة لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم تعزى للتحصيل؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى ضغوطات الحياة لدى طلبة حسب متغير التحصيل، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" لأثر التحصيل على مستوى ضغوطات الحياة لدى طلبة

المجالات	التحصيل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الضغوط الاجتماعية.	متفوقين	86	2.87	.512	-4.612	264	.000
	عاديين	180	3.21	.578			
الضغوط الدراسية.	متفوقين	86	3.10	.473	-6.186	264	.000
	عاديين	180	3.45	.404			
الضغوط الاسرية.	متفوقين	86	3.01	.578	-5.047	264	.000
	عاديين	180	3.45	.715			
الكلية	متفوقين	86	2.99	.505	-5.357	264	.000
	عاديين	180	3.37	.550			

يتبين من الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر التحصيل في جميع المجالات وفي الدرجة

الكلية وجاءت الفروق لصالح عاديين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة نظرا لكون الطلبة المتفوقون تحصيليا، يختلفون عن الطلبة العاديين بدافعيتهم الكبيرة في المجال الأكاديمي، من خلال القدرة على تنفيذ الواجبات ومتطلبات الدراسة، والقدرة على تحمل المسؤولية المجتمعية، حيث يستطيع الطلبة التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة، والتي تسهم بشكل واضح في توفير التوافق الاجتماعي، مع قدرتهم على التفاعل الوجداني، والذي يسهم في تحقيق الإنجاز لأهدافهم الشخصية والتعليمية، في المقابل نجد بان الطلبة العاديين غالبا ما يشعرون بالإحباط والتذمر من ضغوطات الحياة، ودائما ما يعزون اسباب فشلهم الدراسي والاجتماعي لضغوطات الحياة، فهم يتصفون بالأفراد ذوي مركز الضبط الخارجي، حيث يشعرون بأن البيئة الاجتماعية المتوفرة غير ملائمة لهم، وكذلك ولا تشبع الحاجات النفسية الأساسية. وتختلف ما توصلت اليه نتائج هذه الدراسة عن نتائج دراسة عبود(2016)، والتي اشارت إلى أنه لا توجد فروق داله احصائيا في قوة العلاقة بين ضغوط الحياة المشكلات الأكاديمية تعزى للتحصيل الأكاديمي.

السؤال الثالث: ما مستوى الاخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاخفاق المعرفي لدى طلبة السنة

التحضيرية في جامعة القصيم، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	الاخفاق المعرفي	3.33	.457	متوسط

يبين الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لمقياس الاخفاق المعرفي ككل بلغ (3,33). اي ان هناك اخفاق معرفي بدرجة متوسطة، وتعزى هذه النتيجة إلى أن طلبة التحضيرية لديهم اعباء كبيرة في المجال الأكاديمي مما يؤدي الى عدم قدرتهم على التكيف مع المقررات الجديدة، حيث ان طبيعة مقررات السنة التحضيرية كما اسلفنا سابقا، تعتمد على المعلومات المكتفة، والتي تركز على الفهم وليس على الحفظ، حيث تسبب لهم معاناة كبيرة، خصوصا وان تلك المقررات لم يألفها الطلبة سابقا؛ إذ أن المعلومات مكتفة جداً، وتفوق مستوى القدرات العقلية لديهم، إضافة إلى انه يمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى كبر حجم عينة الدراسة للطلبة العاديين والتي قد تكون أثرت في نتائج الدراسة بشكل واضح. وتختلف هذه النتائج عن نتائج دراسة السعدي (2017) وكذلك دراسة جواد(2017) والتي اشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى الفشل المعرفي لدى طلبة الجامعة، ويمكن ان تفسر ذلك كون الدراسة الحالية تضمن الطلبة المتفوقين تحصيليا وبالتالي أصبح مستوى الاخفاق المعرفي متوسطاً.

السؤال الرابع: هل توجد فروق في مستوى الاخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم تعزى للتحصيل؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاخفاق المعرفي حسب متغير

التحصيل، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجدول أدناه توضح ذلك.

جدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" لأثر التحصيل على مستوى الإخفاق المعرفي لدى طلبة السنة التحضيرية في جامعة القصيم

الإخفاق	التحصيل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدالة الإحصائية
الإخفاق	متفوقين	86	2.52	.372	-9.606	264	.000
	عاديين	180	2.94	.320			

يتبين من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر التحصيل مستوى الإخفاق المعرفي وجاءت الفروق لصالح العاديين.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة نظرا لكون الطلبة المتفوقون تحصيليا، لديهم حصيلة معرفية كبير، ينعكس بشكل مباشر على حب المعرفة المعرفي والاكتشاف، والمشاركة الفاعلة في أنشطة المقررات جمع المعلومات من مصادرها الأصلية، حيث يحرصون على حضور المحاضرات وتدوين الملاحظات، والتحضير، والتفاعل المتواصل مع استاذ المقرر، وكذلك إثارة الأسئلة التفكيرية، نظرا لشعورهم بالنضج والاستقلالية، حيث أن مثل هذه الأسئلة تزيد من كفاءتهم الأكاديمية وتحد من الفشل المعرفي، وتوثر ايجابيا على التحصيل الأكاديمي لدى الطلبة مما تؤدي إلى إكساب الطالب المهارات الأساسية في التعلم التي تجنبهم الإخفاق المعرفي. وتختلف هذه النتائج جزئيا عن نتائج دراسة جواد(2017) والتي اشارت إلى انه لا توجد علاقة ارتباطية بين اساليب التعلم والإخفاق المعرفي لدى طلبة الجامعة.

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ضغوطات الحياة والإخفاق المعرفي ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين ضغوطات الحياة والإخفاق المعرفي، والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7) معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين ضغوطات الحياة والإخفاق المعرفي

الإخفاق	معامل الارتباط ر	الدالة الإحصائية	العدد	
الضغوط الاجتماعي	** .714	.000	266	
	الضغوط الأكاديمية	** .730	.000	266
		الضغوط الاسرية	** .732	.000
ضغوط ككل			** .747	.000

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

يتبين من الجدول (7) وجود علاقة ايجابية دالة إحصائية بين ضغوطات الحياة والإخفاق المعرفي. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء عامل اكتساب الخبرات الحياتية لدى طلبة السنة التحضيرية، حيث إن زيادة الضغوط الحياتية المختلفة التي تعصف بهم، وما يتبعها من خبرات الألم والمعاناة المستمرة، ويظهرون مبالغة في الاستجابات الانفعالية، والافكار اللاعقلانية، وكذلك مستويات مرتفعة

من العصابية، مما تؤدي بطبيعة الحال الى الاخفاق المعرفي. ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الضغوط الحياتية ترتبط بالإخفاق المعرفي بسبب الصعوبات المباشرة وغير المباشرة التي تواجه على المستوى العائلي والاجتماعي والاقتصادي، والتي تشكل عائقا امام الطلبة في الجوانب الاكاديمية، مما يؤدي الى حصول التوتر والقلق والذي ينعكس بدوره على الانتباه والتذكر، فكلما كانت الضغوط الحياتية مرتفعة تؤدي الى تدني المستوى الاكاديمي. وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة (Felix, 2006): والتي اشارت نتائجها إلى أن الوعي والترميز الخارجي كأن سلبياً مع الفشل المعرفي، وكذلك دراسة السعدي (2017):، والتي اشارت الى وجود علاقة عكسية بين الفشل المعرفي والتدريس الإبداعي، فكلما قل مستوى الفشل المعرفي زاد مستوى التدريس الإبداعي. وكذلك دراسة (Huang, & Lin, 2010) والتي اشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباط معنوي بين ضغوطات الحياة والاختفاق المعرفي. وكذلك دراسة عيود(2016) والتي اشارت نتائجها إلى أن هناك وجود علاقة ارتباط إحصائية معنوية بين ضغوط الحياة والمشكلات الأكاديمية.

التوصيات:

وفي ضوء أهداف الدراسة ونتائجها توصي الباحثة، بمعالجة ارتفاع الضغوط الحياتية والاختفاق المعرفي لدى الطلبة، وذلك من خلال البرامج الإرشادية التي تقدم من قبل وحدة الإرشاد في العمادة، من أجل مساعدتهم على النجاح، في الحياة العلمية والعملية، كما وتوصي هذه الدراسة، بإجراء المزيد من الدراسات في هذا الصدد، على فئات عمرية مختلفة من طلبة الجامعة ومن كليات مختلفة، وعمل دورات لمواجهة الضغوط الحياتية والتقليل من الاختفاق المعرفي.

المراجع:

- ابو غالي، عطا ف (2016). فاعلية الذات وعلاقتها بضغط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 20 (1)، 619-654.
- البديري، خميس (2015). أساليب معالجة المعلومات وحل المشكلات وعلاقتها بالإخفاقات المعرفية عند طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية، جامعة بغداد، العراق.
- جواد، دموع (2017). اساليب التعليم وعلاقتها بالإخفاق المعرفي لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية والعلوم الانسانية، جامعة بابل، العراق.
- السعدي، فاطمة (2017). الفشل المعرفي وعلاقتها بالتدريس الإبداعي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والانسانية، جامعة بابل، 32، 622-636.
- شقير زينب محمود (2002). الأمراض السيكوسوماتية (النفس-جسدية). القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- الصمادي، انتصار (2015). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية واستراتيجيات التعامل معها. دراسات العلوم التربوية- الجامعة الاردنية، 42(3)، 831-845.
- عباس، حسام (2017). التسوية الاكاديمي وعلاقته بالإخفاق المعرفي. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة القادسية، العراق.
- عيود، محمد (2016).العلاقة بين الحياة الإجهاد والتساؤل الأكاديمي. مجلة جامعة النجاح الوطنية العلوم الانسانية. 30 (3)، 641-662.
- محمد، اسيل (2017). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة الأستاذ العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الخامس، 37-60.
- النادر، هيثم والعلوان، بشير والقضاه، محمد (2014). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية وطلبة الكليات الأخرى في كل من جامعة مؤتة وجامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة دراسات العلوم التربوية- الجامعة الاردنية، 41(1)، 192-203.

- النصيري، جاسم (2015). فاعلية برنامج إرشادي يستند على التحكم المعرفي في خفض الإخفاقات المعرفية لدى طلبة كلية التربية الأساسية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة المستنصرية، العراق.
- Broadbent, D. E., Cooper, P. F., FitzGerald, P. and Parkes, K. R. (1982). 'The cognitive failures questionnaire (CFQ) and its correlates', *British Journal of Clinical Psychology*, 21: 1-16.
- Buchanan, T., Driscoll, D., Mowrer, S., Soller, J., Thayer, J., Kirschbaum, C., Trane, D. (2010). Medial prefrontal cortex damage affects physiological psychological stress responses differently in men and women". *Psych neuroendocrinology*, 35(1) 56-66.
- Daniel, M & Jessica, L. (2005). *cognitive failure in every life*. New York, Guilford Press.
- Davidoph, L. (1976). *Introduction to Psychology*. Mc-Grow Hill Book Co. New York, USA.
- Dexter, R ; Huff, K ; Rudecki, M & Abraham, S. (2018). College Students' Stress Coping Behaviors and Perception Stress-Effects Holistically International. *Journal of Studies in Nursing*, 3(2), 1-6.
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stress and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231-1244
- Huang, Y; Lin, S. (2010). Canonical Correlation Analysis on Life Stress and Learning Burnout of College Students in Taiwan. *International Electronic Journal of Health Education*, 13(1), 145-155.
- Hurst, S., Baranik, E., & Daniel, F. (2013). College student stressors: a review of the qualitative research. *Stress & Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 29(1), 275-285.
- Jun, L. (2017) Comparing anger, anger expression, life stress and social support between Korean female nursing and general university students. *Journal Adv. Nurs*. 73(12):2914-22.
- Lee, J., & Jang, S. (2015). An exploration of stress and satisfaction in college students. *Services Marketing Quarterly*, 36, 245-260.
- Margaret, Loyd & woyné, w. (1994). *Psychology Applied to modern life Adjustment in the gos*. California: Brooks. Cole publishing company pacific crave.
- Martin, M. (1983). Cognitive failure: Everyday and laboratory performance. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 21(2), 97-100.
- Patel, G.; Barrera, Z.; Strambler, J.; Muñoz, F.; Macciomei, E. (2016). The Achievement Gap among Newcomer Immigrant Adolescents: Life Stressors Hinder Latina/o Academic Success. *Journal of Latinos and Education*, 15(2), 121-133.
- Rash, R. (1997). *The path Way Between Subjects Recent Life Changes and Their Near-Future Illness Reports: Representative Results and Musicological Issues*. New York: Wiley.
- Reason, J. (1988): Stress and cognitive failure. In S. Fisher & J. eason (Eds), *Handbook of life stress, cognition, and health*, New York
- Sinha, R. (2008). Chronic Stress, Drug use and vulnerability to Addiction, *Annals of the New York Academy of science*, 1141: 105-130.
- Wallace, C., & Vodanovich, J. (2003). Can accidents and industrial mishaps be predicted? Further investigation into the relationship between cognitive failure and reports of accidents. *Journal of Business and Psychology*. 17(4), 503-514.
- Yang, J & Hwang, J. (2017). Effects of Empathic Ability and Campus Life Stress on Stress Coping Behaviors in Dental Hygiene Students. *Journal Dent Hygiene Science*, 17(5), 439-446.