



ISSN: 1817-6798 (Print)

Journal of Tikrit University for Humanities

available online at: www.jtuh.org/

Tasneem Saud Mohammed Al-Douri

Ministry of Education / Education Representative
Office in Sulaymaniyah

Sabah Marshoud Manoukh Al-Obaidi

Tikrit University / College of Education for
Humanities

* Corresponding author: E-mail :
Ts231513ped@st.tu.edu.iq

Keywords:

academic stress
psychological pressure
school difficulties
self-motivation

ARTICLE INFO

Article history:

Received 1 Mar 2025
Received in revised form 25 Jun 2025
Accepted 2 Aug 2025
Final Proofreading 29 Jan 2026
Available online 31 Jan 2026

E-mail t-jtuh@tu.edu.iq

©THIS IS AN OPEN ACCESS ARTICLE UNDER
THE CC BY LICENSE

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



School Stress and Its Relation to the Motivation for Learning of Secondary School Students

A B S T R A C T

School stress is one of the psychological concepts associated with the educational environment. It arises in students as a result of the interaction of various situations and conditions within the school, which become sources of pressure. These include the intensity of homework, the difficulty of the curriculum, limited time at school, intense competition among students, overcrowded classrooms, noise, high expectations from both family and school, lack of consideration for individual differences, difficulty adapting to the school environment, weak teacher-student relationships, and family pressure—especially for students who combine work and study. All these factors interact to create a stressful environment that may cause students to lose their sense of psychological security, leading to decreased motivation to learn and a decline in academic performance.

School stress is not merely a temporary psychological response but it is considered a significant factor affecting students' cognitive, emotional, and behavioral aspects. Understanding school stress is essential, making it necessary to address it in order to improve school life and enhance academic achievement.

The current research aims to:

1. Identify the level of school stress among high school students.
2. Identify the level of school stress according to gender (male - female).

© 2025 JTUH, College of Education for Human Sciences, Tikrit University

DOI: <http://doi.org/10.25130/jtuh.33.1.2.2026.12>

الضغط المدرسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة المرحلة الإعدادية

تسنيم سعود محمد الدوري / وزارة التربية / ممثلة التربية في السليمانية
صباح مرشود منوخ العبيدي / جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية
الخلاصة:

يُعد الضغط المدرسي من المفاهيم النفسية المرتبطة بالبيئة التعليمية، التي تنشأ لدى الطلبة نتيجة تداخل مجموعة من المواقف والظروف داخل المدرسة التي تشكل مصدراً للضغط على الطلبة ويهدف البحث

الحالي التعرف على : التعرف على مستوى الضغط المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. التعرف على مستوى الضغط المدرسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث). التعرف على مستوى الضغط المدرسي وفقاً لمتغير التخصص (أدبي - علمي). يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الثانوية وللصف الخامس للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ وبلغت عينة البحث (٢٨٠) طالبا وطالبة بواقع (١٤٠) طالب و(١٤٠) طالبة من طلبة المرحلة الثانوية ولتحقيق أهداف البحث الحالي تتطلب من الباحثة بناء اداه للبحث تم بناء مقياس الضغط المدرسي ، وتم التحقق من الصدق والثبات والتمييز ، وأصبح المقياس بصيغته النهائية يتكون من (٣٦) فقرة. الوسائل الإحصائية: استعملت الباحثة (مربع كاي، الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، الفاكرونباخ) . توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية: إن طلبة المرحلة الثانوية يتمتعون بمستوى عالٍ من الضغط المدرسي. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بحسب متغير الجنس (ذكور - إناث) وكانت النتيجة لصالح الذكور. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بحسب متغير التخصص (أدبي - علمي) الكلمات المفتاحية: (التوتر الأكاديمي ، الضغط النفسي ، الصعوبات المدرسية ، التحفيز الذاتي)

أولاً : مشكلة البحث:-Research problem

يعد التعليم ركيزة أساسية في بناء المجتمعات وتطوير الأفراد، إلا أن الضغوط المدرسية المتزايدة قد تؤثر سلباً على دافعية الطلاب للتعلم. فالطلاب يواجهون تحديات متعددة، مثل كثافة المناهج الدراسية، الامتحانات المتكررة، التوقعات العالية من المعلمين وأولياء الأمور، إضافة إلى ضغط المنافسة المدرسي. هذه العوامل قد تؤدي إلى انخفاض الحافز الذاتي، مما يؤثر على الأداء المدرسي والسلوك التعليمي للطلاب. يعد الضغط المدرسي من أكثر أنواع الضغوط انتشاراً في المجتمع التعليمي، حيث يواجه الطلاب في مختلف المراحل الدراسية تحديات متعددة تتعلق بالتحصيل الدراسي، يعد الضغط المدرسي من القضايا التربوية والمدرسية المهمة التي تؤثر على الطلبة وتحصيل الطلبة وكذلك صحتهم النفسية والاجتماعية والضغوط الناتجة عن الواجبات المدرسية سواء الامتحانات والعلاقات مع المعلمين و الاقران وتوقعات الاسرة وتؤدي الى مشكلات نفسية مثل القلق والتوتر وتدني الدافعية وانخفاض التحصيل الدراسي ورغم تنوع البرامج التربوية وأساليب الدعم الى ان نسبة الضغوط المدرسية في حالة ازدياد , وعليه يفرض ان تكون هناك اليات اكثر فعالية لمساعدة الطلبة للتكيف مع الضغوط المدرسية . (الخطيب , ٢٠١٧:٢٢)

ثانياً: أهمية البحث : The Important of the Research

تعد الضغوط المدرسية من ابرز التحديات التي تواجه الطلبة في مختلف المراحل الدراسية , اذ تشير العديد من الدراسات الى ان البيئة المدرسية قد تكون مصدرا لمجموعة من الضغوط النفسية التي تؤثر سلبا على الصحة النفسية والتحصيل الاكاديمي والتكيف الاجتماعي , ويقضي الطالب جزءا كبيرا من وقته في المدرسة , حيث يتفاعل مع معلمين وزملاء ومناهج واختبارات , وكلها عوامل قد تسهم في نشوء الضغوط اذا لم تتم ادارتها بشكل سليم . (الخولي , ٢٠١٨:٢٢)

وتكمن أهمية هذا البحث في تناوله لاحد الموضوعات الحيوية في ميدان التربية وعلم النفس , وذلك من خلال دراسة الضغوط المدرسية كمتغير أساسي يؤثر في الأداء الاكاديمي والاستقرار النفسي للطلبة , مما يساهم في الكشف عن طبيعتها , ومصادرها , واثارها . كما يسهم هذا البحث في توجيه الأنظار الى ضرورة تصميم برامج وقائية وعلاجية تساعد الطلبة على التكيف والتعامل الإيجابي مع ضغوط البيئة المدرسية , كما يتوقع ان تعود نتائج هذا البحث بالفائدة على عدد من الجهات ذات العلاقة , مثل المعلمين , والمرشدين التربويين النفسيين واولياء الأمور , من خلال توفير معلومات عملية تساعدهم على فهم مظاهر الضغط المدرسي وطرق الحد من اثاره السلبية , أن الضغوط المدرسية تنشأ من مصادر متنوعة, كالضغوط الأسرية والمهنية والدراسية والاقتصادية والاجتماعية. وتؤكد سري أن تراكم هذه الضغوط دون معالجة يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات نفسية وجسدية خطيرة. (سري , ٢٠٠٠:١١٢)

يؤكد الريماوي على أهمية استراتيجيات التكيف مع الضغوط, موضحاً أن الأفراد يختلفون في أساليب مواجهتهم للضغوط النفسية. فمنهم من يلجأ إلى أساليب إيجابية كممارسة الرياضة والتأمل وطلب المساندة الاجتماعية, ومنهم من يستخدم أساليب سلبية كالانسحاب والإنكار , ان الضغط المدرسي يعد عاملاً حاسماً في تحديد مدى تحفيز الطلاب للتعلم, ولذلك فإن البحث في هذا الموضوع يساعد في إيجاد حلول عملية تضمن بيئة تعليمية داعمة ومحفزة للطلاب. ومن خلال النتائج المتوقعة, يمكن وضع توصيات تهدف إلى تحسين جودة التعليم وتقليل الآثار السلبية للضغط المدرسي على العملية التعليمية.(سليمان, ٢٠١٠:١٢٥)

اما شقير تؤكد ان الضغوط المدرسية لا تكون دائماً سلبية, فهناك ما يسمى بالضغط الإيجابي الذي يحفز الفرد على الإنجاز والتطور. لكن المشكلة تكمن في الضغوط المزمنة التي تستنزف موارد الفرد

النفسية والجسدية بتأثيره الشامل على جميع جوانب شخصية الفرد، بما في ذلك الجانب المعرفي والانفعالي والسلوكي والسيولوجي .

ثالثاً: أهداف البحث: The objective of the Research:

يهدف البحث الحالي التعرف على :

١. الضغط المدرسي لدى طلبة الاعدادية .
٢. الضغط المدرسي لدى طلبة الاعدادية حسب متغير الجنس (ذكور , اناث).
٣. الضغط المدرسي لدى طلبة الاعدادية حسب متغير التخصص (علمي , ادبي).

رابعاً: حدود البحث: The Limits of the Research

يتحدد البحث الحالي بطلبة (الصف الخامس) من التخصص العلمي والادبي للطلبة الاعدادية في محافظة السليمانية الدراسة الصباحية للعام الدراسي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ ومن كلا الجنسين (ذكور واناث).

خامساً : تحديد المصطلحات: Assigning the Terms

الضغط المدرسي:

١- (عبد الباسط، ٢٠١١): بقوله عبارة عن ظاهرة سيكولوجية متعددة الابعاد تنتج عن مختلف العلاقات النفس اجتماعية والظروف البيئية التي يتفاعل معها التلميذ ويدركها على أنها مصدر للتوتر والقلق النفسي (عبدالباسط، ٢٠١١: ٦٩)

٢- **التعريف النظري:** بأنه حالة قلق مؤقتة يمر بها التلميذ، سواء في المرحلة المتوسطة أو الثانوية، نتيجة لتعرضه لحدث مؤلم، مثل وفاة أحد زملائه أو أحد العاملين في المدرسة، أو بسبب مشكلات اجتماعية مع أقرانه، حيث لا يمتلك التلميذ الإمكانيات الكافية لمواجهتها.

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على المقياس المعد لأغراض هذا البحث.

الاطار النظري والدراسات السابقة

الضغط المدرسي :

مقدمة (Introduction)

يُعد الضغط المدرسي أحد أبرز التحديات النفسية والسلوكية التي يواجهها الطلبة في مختلف المراحل التعليمية , اذ يؤثر بشكل مباشر في مستوى تحصيلهم الاكاديمي , واستقرارهم النفسي , وتفاعلهم الاجتماعي داخل البيئة المدرسية وقد بات هذا الموضوع يحظى باهتمام متزايد من قبل الباحثين نظراً لتأثيراته المتعددة الجوانب على حياة الطلبة , وتشير الدراسات الحديثة الى ان الضغوط المدرسية لا تنشأ فقط من المتطلبات الاكاديمية وانما تمتد لتشمل العلاقات مع الزملاء والمعلمين , والقلق من الامتحانات والتوقعات الأسرية, وفي هذا السياق يعرف الخولي الضغط المدرسي بأنه مجموعة من المثيرات البيئية او النفسية التي يتعرض لها الطالب داخل المدرسة , والتي تتطلب منه مجهوداً للتكيف معها , وقد تؤدي الى حالة من التوتر النفسي او السلوكي اذا لم يُحسن التعامل معها ,ان الضغط المدرسي ليس مجرد حادث عابر, بل حالة مستقرة يمكن ان تؤثر في النمو النفسي والمعرفي للطلبة وبشكل عام أجمعت الدراسات على أن الامتحانات والمواد الدراسية والخوف من الفشل وكذلك الواجبات المدرسية تعتبر مصادر الضغط الدراسي للطلاب؛ ومع أن بعضها يكون لها تأثيراً إيجابياً على الطالب تساعد على المذاكرة قبل الامتحان والاهتمام بدروسه وواجباته في الوقت المحدد، إلا أن هناك العديد من الأحداث والمواقف الضاغطة التي من شأنها أن تعيقه عن الدافعية والإنجاز والأداء وتؤدي به إلى الإحساس بالإحباط؛ التي تظهر آثاره من ممارسته سلوك العنف في المدارس. (الخولي , ٢٠١٧:٤٥).

نظريات الضغط المدرسي

١- نظرية التوافق بين الفرد والبيئة: هذه النظرية ترى أن الضغوط تكون نتيجة اختلال التوازن بين الفرد والبيئة التي يوجد فيها؛ أي أن الضغوط تنتج من سوء التوافق بين الفرد والبيئة، و ينتج سوء التوافق أو حسن التوافق من جانبين أساسيين هما: مدى الانسجام بين قدرات الفرد ومهاراته الشخصية مع المطالب المطروحة، ومدى الاشباع الفعلي للحاجات والتوقعات التي يطمح إليها الفرد (النعاس ,٢٠٠٨)

٢- نظرية التأثير الاجتماعي والامتثال (Social Influence and Conformity Theory)

توضح نظرية التأثير الاجتماعي والامتثال كيف يتأثر الأفراد بضغط أقرانهم، خاصة في البيئات الاجتماعية مثل المدارس. وفقاً لهذه النظرية، يمارس الطلاب ضغطاً على بعضهم البعض للامتثال إلى المعايير الجماعية، سواء من خلال الضغط المباشر أو غير المباشر. كيف يحدث ضغط الأقران في المدرسة؟

- **الضغط لتحقيق التميز الأكاديمي أو الاجتماعي:** بعض الطلاب يشعرون بالضغط للتفوق دراسياً أو تحقيق معايير معينة في الأداء بسبب منافسة زملائهم، قد يؤدي ذلك إلى القلق، الإرهاق، أو حتى الغش الأكاديمي لتلبية توقعات المجموعة.

- **الضغط للاندماج في المجموعة: (Peer Pressure)** يتعرض الطلاب لضغوط غير مباشرة للانضمام إلى أنشطة أو تبني سلوكيات معينة مثل اتباع موضة معينة، التصرف بطريقة محددة، أو حتى الانخراط في سلوكيات سلبية مثل التمرر يخشى البعض العزلة أو النبذ الاجتماعي إذا لم يمتثلوا لقواعد المجموعة.

- **الضغط السلبي مقابل الإيجابي:** الضغط السلبي: يشمل التمرر، السلوكيات الخطرة، أو تقليل احترام الذات نتيجة المقارنات المستمرة، الضغط الإيجابي يمكن أن يكون محفزاً لتطوير المهارات وتحقيق النجاح، لكنه قد يصبح مرهقاً نفسياً إذا كان مبالغاً فيه. (Bibb Latane, 1981:12)

الدراسات التي تناولت الضغط المدرسي

١- دراسة عبيد سميرة (٢٠١١):

(الضغط المدرسي وعلاقته بمؤشرات القلق والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الضغط المدرسي ومؤشرات القلق والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس، حيث أجريت على عينة مكونة من ١٣٠ تلميذاً متمدرساً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغط المدرسي والتحصيل الدراسي، ووجود فروق بين الذكور والإناث في الضغط المدرسي.

٢-دراسة نايلة آمال حمودي (٢٠١٤):

(القابلية للقلق وعلاقتها بالضغط المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية)

هدفت إلى التعرف على مستوى القابلية للقلق، وعلاقتها بالضغط المدرسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية. تكونت عينة الدراسة من ٢٣١ تلميذاً وتلميذة، طبق عليهم مقياسين أحدهما لقياس القابلية للقلق، والثاني الضغوط المدرسية، أسفرت النتائج عن وجود علاقة عكسية بين القابلية للقلق والضغوط المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، كما أوضحت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في الضغوط المدرسية.

منهجية البحث وإجراءاته

يهدف هذا الفصل إلى تقديم وصف دقيق لمجتمع البحث، مع توضيح آلية اختيار عينة البحث، والأداة المستخدمة في جمع البيانات. كما يتناول الإجراءات المتبعة للتحقق من صدق الأداة وثباتها، بالإضافة إلى عرض الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات البحث، وذلك على النحو التالي:

أولاً : منهج البحث

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي، وهو أحد أكثر المناهج شيوعاً وانتشاراً، نظراً لقدرته على دراسة الظواهر المختلفة بدقة. يهدف هذا المنهج إلى تحديد القيم والخصائص المرتبطة بالظاهرة المدروسة، من خلال وصفها وتحليلها بشكل دقيق لتحديد وضعها الحالي. (داؤد وآخرون، ١٩٩٠: ١٥٩).

يُستخدم المنهج الوصفي للحصول على معلومات تتعلق بحالة المتغيرات، ودراسة العلاقات بينها، مع تقديم وصف وتحليل للعوامل المؤثرة في ظهور الظاهرة. (الجابري، ٢٠١١: ٢٧٧).

ثانياً : مجتمع البحث

يقصد بالمجتمع المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة. (عودة ، ٢٠٠٠ : ١٥٩) يتحدد مجتمع البحث من طلبة الصف الخامس من المرحلة

الثانوية في مدارس ممثلة السليمانية للعام الدراسي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ وللجنسين (ذكور ، إناث)

وللتخصصين (أدبي ، علمي) والبالغ عددهم (١١٩٧) طالبا وطالبة موزعين على (٣٣) مدرسة ثانوية

ومن كلا التخصصين (الأدبي ، العلمي) ، اذ بلغ عدد الطلبة في التخصص الادبي (١٧٥) طالبا

وطالبة في حين بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (١٠٩٣) طالبا وطالبة بواقع (٢٧١) طالب

و(٢٧٠) طالبة واقتصر مجتمع البحث على طلبة الصف الخامس وللجنسين (ذكور - إناث) وللتخصصين (أدبي ، علمي) من طلبة المرحلة الثانوية

ثالثا : عينة البحث

يقصد بالعينة هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة والتي يختارها الباحث لإجراء دراسته عليها وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلا حقيقيا. (داؤد وآخرون ، ١٩٩٠ : ٦٧) تألفت عينة البحث من (٢٨٠) طالب وطالبة وتشكل نسبة (٢٩%) موزعين على (٦) مدارس والتي اختيرت بطريقة طبقية عشوائية من طلبة المرحلة الثانوية للدراسة الصباحية للعام الدراسي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ واختارت الباحثة عينة بحثها التطبيقية بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي ، وكان تمثيل الجنس والاختصاص متساويا ، بواقع (١٤٠) من الذكور ، و (١٤٠) من الإناث طالبا وطالبة ومن الاختصاصين الأدبي والعلمي. جدول (١) يوضح ذلك .

جدول(١) يوضح توزيع عينة البحث الأساسية بحسب (الجنس - التخصص)

ت	اسم المدرسة	الذكور		ت	اسم المدرسة	الإناث	
		أدبي	علمي			أدبي	علمي
١.	ثانوية التحرير النموذجية للبنين	٣٠	٣٠	٤.	ثانوية التحرير النموذجية للبنات	٢٥	٥٠
٢.	ثانوية النصر النموذجية للبنين	٢٥	٣٠	٥.	ثانوية النصر النموذجية للبنات	٣٠	٣٠
٣.	ثانوية المراد للبنين	١٠	١٠	٦.	ثانوية الياسمين للبنات	١٥	١٠
	المجموع	٧٠	٧٠		المجموع	٧٠	٧٠

رابعا : أدوات البحث

تعد عملية جمع البيانات خطوة مهمة في إجراء البحوث ، ولكي يجمع الباحث البيانات المتعلقة في دراسة الظاهرة على نحو دقيق ومنظم ، فانه يختار أدوات بحثه اما عن طريق التنبئي او البناء ، وتعرف انستازي (١٩٦٦) :- أداة القياس انها طريقة موضوعية ومقننة لقياس عينة من السلوك. (ابو جادو ، ٢٠٠٣ : ٣٩٨) ومن اجل تحقيق أهداف البحث الحالي تطلب بناء مقياسي واحد لقياس الضغط المدرسي والآخر لقياس دافعية التعلم وفي ما يلي وصف لكل أداة من أدواتي البحث

اولا :- مقياس الضغط المدرسي

قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من الدراسات والأدبيات السابقة ، والرجوع الى نتائج بعض الدراسات السابقة ، والتعرف على ما ورد عن الضغط المدرسي وتعريفاته ومكوناته وأبعاده والسلوكيات الخاصة به ، وبشكل خاص لدى طلبة المرحلة الثانوية، اطلعت الباحثة على العديد من مقياس الضغط المدرسي للاستفادة من دراسات الباحثين السابقين في هذا المجال ، فضلا عن خبرتهم الإرشادية في هذا المجال ومن هذه المقاييس ما يلي :- مقياس لطفي عبد الباسط إبراهيم، وببدائل (موافق الى حد ما ، موافق بصفة عامة، موافق تماما) وعدد فقراته ٥٥ فقرة مقياس محمد بو فاتح ، وببدائل (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي احيانا ، لا تنطبق علي دائما) وعدد فقراته ٦٦ فقرة. لم تعتمد الباحثة اي من هذه المقاييس التي ذكرت لاختلاف عينة البحث حيث تم بناء المقياس وفقا للخطوات التالية :-

١ - مرحلة الإعداد

بعد ان تبنت الباحثة التعريف النظري للضغط المدرسي وبعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة قامت الباحثة بتحديد ثلاث ابعاد عن الضغط المدرسي وهي: (بُعد يتعلق بالمنهج ، بُعد يتعلق بالبيئة المدرسية ، بُعد يتعلق بالأسرة).

٢ - صياغة بنود الفقرات

حرصت الباحثة على تحديد فقرات المقياس وتحديد بدقة وان تكون الفقرات من المواقف النفسية والاجتماعية الموجودة بالواقع المدرسي والتي يشعر بها الطالب ، وان تكون المفردات محددة وواضحة المعنى وتجنب الفقرات الطويلة. تعد صياغة الفقرات من الخطوات الهامة في المقاييس النفسية ويتوقف دقة المقياس على دقة الفقرة وقدرتها على قياس ما وضع من اجله المقياس ، وبعد تحديد الأبعاد الثلاث للضغط المدرسي أعدت الباحثة الفقرات الايجابية والسلبية ، وكانت بواقع (٤٢) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد وهي (بُعد يتعلق بالمنهج (١٤) فقرة ، بُعد يتعلق بالبيئة المدرسية (١٤) فقرة ، بُعد يتعلق بالأسرة (١٤) ، وببدائل للمقياس (تنطبق علي ، تنطبق علي احيانا ، لا تنطبق علي

٣- الصدق الظاهري

هو الإشارة الى مدى ما يبدو ان الفقرات تقيس المتغير ، اي إن الفقرات على صله بالمتغير الذي يراد قياسه. (الإمام وآخرون ، ٢٠١٦ : ١٣٠) لذا قامت الباحثة بعرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية وبلغ عددهم (٢٠) خبيراً ومحكماً ملحق (٤) ، لإبداء آرائهم حول مدى صلاحية الفقرات ووضوح التعليمات والبدائل ، اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠%) لتحديد صلاحية الفقرة جدول (٤) يوضح ذلك ، وقد اخذت الباحثة بالتعديلات والمقترحات اللغوية كافة والتي اقترحتها السادة الخبراء والمحكمين ، وأظهرت نتائج آراء السادة الخبراء والمحكمين اتفاقهم على حذف اربع فقرات جدول (٦) يوضح ذلك ، وهي فقرة (٢٧) من البعد يتعلق بالمنهج و فقرة (٢١-٣٣) من البعد الذي يتعلق بالبيئة المدرسية ، و فقرة (٣٨) من بعد يتعلق بالاسرة ، وأصبح يتكون المقياس بعد الحذف من (٣٨) فقرة منها ايجابية وسلبية ، و جدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) : يوضح آراء الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس الضغط المدرسي بصورته الأولية

مستوى الدلالة (٠,٠٥)	قيمة مربع كاي (كا) ^٢ الجدولية	قيمة مربع كاي (كا) ^٢ المحسوبة	غير الموافقون		الموافقون		ارقام الفقرات	مجالات الضغط المدرسي
			النسبة	التكرار	النسبة	التكرار		
دالة إحصائية	٣,٨٤	٢٠	٠	٠	%١٠٠	٢٠	٣,٤,٥,٧,٨,٩,١٠,١٢	المنهج
غير دالة	٣,٨٤	١٢,٨	% ١٠	٢	%٩٠	١٨	٢,٦	
غير دالة	٨٤,٣	٣,٢	% ٣٠	٦	%٧٠	١٤	١١,١٣,١,١٤	
دالة إحصائية	٣,٨٤	٢٠	٠	٠	%١٠٠	٢٠	١,٢,٣,٤,٥,٦,٧,٨,٩,١٠,١١,١٢,١٤	البيئة المدرسية
غير دالة	٣,٨٤	٣.٢	% ٣٠	٦	%٧٠	١٤	١٣	

الاسرة	١,٢,٣,٤,٥,٦,٧,٨ ٩,١١,١٢,١٣,١٤	٢٠	%١٠٠	٠	٠	٢٠	٣,٨٤	دالة
	١٠	١٤	%٧٠	٦	%٣٠	٣,٢	٣,٨٤	غير دالة

٤- **وضوح التعليمات وفهم الفقرات** من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياس وفقراته من حيث صياغتها او لغتها ، ومن اجل تحديد الوقت اللازم للإجابة ، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من طلبة الصف الخامس بلغت (٣٠) طالبا وطالبة ومن كلا التخصصين وتم تطبيق المقياس عليهم ، وطلب منهم تحديد كل ما يجدونه غامضا وغير مفهوم سواء كان ما يخص تعليمات المقياس او فقراته ، وقد أجاب الطلبة على جميع الفقرات وكانت التعليمات واضحة لديهم ، كما حسبت الباحثة الوقت المستغرق في الإجابة على فقرات المقياس وكان بمتوسط (٣٠) دقيقة .

٥- **تصحيح مقياس الضغط المدرسي**

ان كل فقرة من فقرات المقياس تضم ثلاثة بدائل وهي (تنطبق علي - تنطبق علي احيانا - لا تنطبق علي) وأعطيت الأوزان (١ ، ٢ ، ٣) للفقرات الايجابية ، وأعطيت الفقرات السلبية (١ ، ٢ ، ٣) و حسبت الدرجة الكلية على أساس مجموع أوزان الإجابة على الفقرات.

- **التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الضغط المدرسي**

استخدمت الباحثة في حساب القوة التمييزية للفقرات أسلوب المجموعتين المتطرفتين وأسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية ، وفيما يلي الإجراءات المتبعة في كل أسلوب :-

• **أسلوب المجموعتين المتطرفتين Contrasted Groups**

يقصد بقوة تمييز الفقرة قدرتها على التمييز بين الأفراد من المستويات العليا والأفراد من المستويات الدنيا وقد أشار ايبيل (Ebel) ان الهدف من هذه العملية هي ابقاء الفقرات الجيدة وذات التمييز العالي .
(Ebel , 1972 : 293)

ومن اجل التحقق من القوة التمييزية للفقرات قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة تم اختيارها مكونة من (٣٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية وللصف الخامس ومن كلا الجنسين والتخصصين ، وتم تصحيح كل استمارة وإعطاء كل فقرة درجة بحسب الأوزان للبدائل وبحسب الفقرة (إيجابية - سلبية) ، وبعد ذلك تم إعطاء درجة لكل استمارة بعد حساب مجموع درجات الفقرات ، وتم ترتيب الاستثمارات تنازليا بحسب درجاتها من الأعلى الى الأدنى و تعيين (٢٧%) من استثمارات المجموعة العليا و (٢٧%) من استثمارات المجموعة الدنيا بواقع (٨١) استمارة لكل مجموعة وبهذا تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز ، وان اعتماد هذه النسبة تقدم لنا القدرة على التمييز للمجموعتين العليا والدنيا (عبد الرحمن ، ١٩٩٧ : ٩١)

ومن اجل معرفة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، وان القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) هي مؤشرا لتمييز كل فقرة بعد مقارنتها بها ، أظهرت النتائج ان الفقرات المميزة هي (٣٨) فقرة من أصل (٤٢) فقرة ، وتم حذف الفقرة (٨) بعد التمييز وكانت قيمتها التائية المحسوبة اقل من القيمة الجدولية (١,٩٦) لذلك تم حذفها ، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (٣٧) فقرة .

● أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ان هذه الطريقة من اكثر الطرائق استخداما في تحليل فقرات الاختبار والمقاييس النفسية ، ونعني به ارتباط درجة كل فقرة في الاختبار بمحك داخلي وهو درجة المقياس الكلي. (ابو حطب ، ١٩٧٣ : ١٠٤) ويستخدم معامل الاتساق الداخلي لقياس مدى تجانس فقرات المقياس في قياسه للظاهرة السلوكية ، وتقدم لنا هذه الطريقة مقياسا متجانسا في فقراته هذا يعني ان كل فقرة من فقرات المقياس تقيس البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل. (الزوبعي وآخرون ، ١٩٨١ : ٣٦)

اعتمدت الباحثة في التحليل الإحصائي للفقرات على إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس ، بعد ان تم تصحيح إجابات افراد العينة البالغة (٣٠٠) طالبا وطالبة ، والذي طبق عليهم مقياس الضغط المدرسي لحساب تمييز الفقرات ، وإيجاد معامل الارتباط بين درجات افراد العينة على كل فقرة للمقياس ودرجاتهم الكلية ، واستخدمت الباحثة معامل ارتباط (بيرسون) لبيان العلاقة ، وتبين ان جميع الفقرات دالة إحصائيا عدا الفقرة (٨) ، عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بعد معالجتها بالاختبار التائي

لمعاملات الارتباط لحساب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الضغط المدرسي عن طريق معامل الارتباط وتراوح قيم معامل الارتباط بين (٠,٢٤ - ٠,٦١) وتم حذف اربع فقرات ، وأصبح المقياس بصورته النهائية مكون من (٣٨) فقرة ملحق (٥) ، ووفقا لمعيار ايبل (Ebel , 1972) : الذي يؤكد قبول الفقرة اذا كان معامل ارتباطها اكثر من (٠,١٩) ورفض الفقرة اذا كان معامل ارتباطها اقل. (الإمام وآخرون ، ٢٠١٦ : ١١٦)

الثبات لمقياس الضغط المدرسي

اعتمدت الباحثة طريقتين لإيجاد ثبات المقياس وهي كما يلي :-

١ - طريقة إعادة الاختبار

يعني أن يعطي الاختبار نفس النتائج اذا تم إعادة تطبيقه على نفس الأفراد وفي ظروف مشابهة للظروف التي سبق اختبارهم فيها. (إسماعيل ، ٢٠٠٤ : ٧٣) ولتحقق من ثبات الاختبار قامت الباحثة بتطبيق الاختبار على عينة بلغت (٣٠) طالبا وطالبة اختيرت بطريقة عشوائية ، وتم إعادة تطبيق الاختبار على العينة نفسها بفترة زمنية وهي أسبوعين ، وذلك بعد الحصول على الاستمارات وحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين ، حيث بلغ معامل ثبات فقرات المقياس باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) هو (٠,٧٥) وهو معامل ثبات ايجابيا ويشير الى ثبات المقياس.

٢ - طريقة حساب الاتساق الداخلي معامل (الفا كرونباخ)

استخدمت طريقة الاتساق الداخلي معامل (الفا كرونباخ) لحساب معامل ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي ، وبلغت عينة الاتساق الداخلي (١٠٠) ، وهي طريقة إحصائية توضح الترابط بين الفقرات وتقاس الاتساق الداخلي وبلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة (٠,٧٨) وهذا يدل على ثبات المقياس.

الصيغة النهائية لمقياس الضغط المدرسي

بعد انتهاء الباحثة من إجراءات بناء المقياس أصبح يتكون بصورته النهائية من (٣٧) فقرة ، ووضعت أمام كل فقرة ثلاثة بدائل وهي (تنطبق علي - تنطبق علي احيانا - لا تنطبق علي). وتكون الدرجة العليا للمقياس (١١١) درجة والدرجة الدنيا (٣٧) درجة والمتوسط الفرضي (٧٤)

سادسا :- الوسائل الإحصائية:

(معامل ارتباط بيرسون وتم استخدامه في نواحي عدة - لاختبار التائي لعينة واحدة مربع كاي -
الاختبار التائي لعينتين مستقلتين - معامل الفا كرونباخ

عرض النتائج ومناقشتها

١. الهدف الأول : التعرف على مستوى الضغط المدرسي لدى طلبة المرحلة الثانوية

ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين من خلال الجدول أدناه بان المتوسط الحسابي للعينة بأكملها بلغ، (٢٨٠) ، وانحراف معياري قدره (٩,٩٠) ووسط فرضي بلغ (٧٤) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان القيمة التائية المحسوبة وهي (١٧,٩٩٣) اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (١,٩٦٢) وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٧٩) والجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣) : يوضح نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الضغط المدرسي

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠.٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
٢٨٠	٨٢,٠٦٥	٩,٩٠	٧٤	٢٧٩	١٧,٩٩٣	١,٩٦٢	دالة

وأظهرت النتائج ان طلبة المرحلة الثانوية لديهم ضغط مدرسي وذلك وتفسر الباحثة الضغط المدرسي احدى ابرز التحديات التي تواجه طلبة المرحلة الإعدادية وما يعاني من توتر نفسي وانفعالي يتسم عند ادراك الطالب عدم قدرته على تلبية المتطلبات الدراسية والتوقعات الاكاديمية ونجد هذا الضغط في المرحلة الإعدادية وفي مرحلة انتقال من الثانوية الى مرحلة تعليم اعلى ,

وتتفق مع دراسة الحجاج (٢٠١٩) , ودراسة ساندرز زكريا (٢٠٠٨) .

٢. الهدف الثاني : التعرف على مستوى الضغط المدرسي وفقا لمتغير الجنس (ذكور - إناث)

ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وتبين من خلال الجدول أدناه وبعد تحليل البيانات الإحصائية اذ بلغ المتوسط الحسابي للذكور (١٤٠) ، وانحراف معياري قدره (٩,٥٠)

بينما بلغ المتوسط الحسابي للإناث (٨٠,١٣) ، وانحراف معياري قدره (٩,٦٨) . وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح ان هناك فرقا في الضغط المدرسي بحسب متغير الجنس (ذكور – إناث) ولصالح الذكور وذلك لان القيمة التائية المحسوبة (٤,٣٨) اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) وبدرجة حرية (٢٧٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) . وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) يوضح نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمقياس الضغط المدرسي لقياس الفروق وفقا لمتغير الجنس (ذكور – إناث)

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
0,05							
دالة	1.962	4.389	٢٧٨	9.50800	85.1714	140	الذكور
				9.68809	80.1357	140	الاناث

ويمكن ان تفسر هذا النتيجة انه متوسط الضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الثانوية الذكور اعلى من الاناث وهذا يعود لعدة اعتبارات ، منها غالبا الذكور يظهرون الضغوط بشكل واضح مثل الإهمال المدرسي او ضعف التركيز او الملل الدراسي ، بينما الاناث لديهم ضغوط اقل ويعبرون عنها بشكل مختلف مثل الانسحاب او القلق الصامت ...

الهدف الثالث : التعرف على مستوى الضغط المدرسي وفقا لمتغير التخصص (أدبي – علمي)

ولتحقيق هذا الهدف استخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما اذا كان هناك فروق بين طلبة المرحلة الثانوية بحسب التخصص (أدبي – علمي) وتبين من خلال الجدول أدناه وبعد تحليل البيانات الإحصائية ، تبين ان المتوسط الحسابي للتخصص الأدبي بلغ (١٧.٨٥) وانحراف معياري قدره (٩.٧٨) بينما المتوسط الحسابي للتخصص العلمي بلغ (٨١.٤٤) وانحراف معياري قدره (٩,٩٢) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، أظهرت النتائج وجود فروق بحسب متغير التخصص (أدبي – علمي) لصالح الادبي في الضغط المدرسي ، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة (٢,٠٥) اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) وبدرجة حرية (٢٧٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) . والجدول (١٨) يوضح ذلك.

جدول (٥) يوضح نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمقياس الضغط المدرسي لقياس الفروق وفقا لمتغير التخصص (أدبي - علمي)

التخصص	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
الأدبي	١٤٠	٨٣.٨٦	٩.٧٨	٢٧٨	٢.٠٥	96.1	دالة
العلمي	١٤٠	٨١.٤٤	٩.٩٢				

ويمكن ان نفسر هذه النتيجة الى ان التخصص العلمي وهذه النتيجة يمكن يفسرها الى ان غالبية طلبة التخصص الادبي يلتحقون في هذا التخصص هو ضعف الدافعية للتعلم وربما نوعية المناهج في التخصص الادبي قد يتطلب قراءة اكثر وبعضهم يعتقد انه فرص العمل المستقبلية او اختيار الكليات قد تكون لدى التخصص الادبي فرصة اكبر مما يولد نوع من عدم الاستقرار والقلق بشأن مستقبلهم الاكاديمي مما يؤثر سلبا على أدائهم المدرسي . وهذه النتيجة تتفق مع دراسة نائلة امال حمودي (٢٠١٤)

الاستنتاجات

في ضوء ما توصلت إليه نتائج البحث الحالي، تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية

- ١- أن الطلبة الذين يعانون من مستويات عالية من الضغط المدرسي يُظهرون مستويات منخفضة من الدافعية للتعلم، مما يشير إلى وجود علاقة عكسية بين المتغيرين .
- ٢- تبين أن مصادر الضغط المدرسي الأكثر تأثيراً تمثلت في كثافة الواجبات المدرسية ، وضيق الوقت، والتوقعات العالية من الأهل والمعلمين .

التوصيات

وبناءً على ما جاء في نتائج البحث، فإن الباحثة توصي بما يأتي :

- ١- توفير برامج دعم نفسي داخل المدارس تهدف إلى تقليل مصادر الضغط المدرسي وتعزيز الصحة النفسية لدى الطلبة .
- ٢- تدريب المعلمين على استراتيجيات تدريس تقلل من الضغط الاكاديمي وتزيد من تحفيز الطلبة مثل : التعلم النشط , والتعليم التعاوني , وتقديم تغذية راجعة محفزة .

٣ -الاهتمام بتعديل نظام التقييم المدرسي ليكون اكثر من مرونة وعدالة ويأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية بين الطلبة دون ان تضيف الى الضغط الواقع عليهم .

المقترحات :

يفتح البحث الحالي الباب أمام الدراسات المستقبلية الآتية :

- ١ - اجراء دراسات للكشف عن العلاقة بين الضغط المدرسي لدى طلبة مراحل مختلفة (الابتدائية , الإعدادية , الثانوية , الجامعية) .
- ٢ - دراسة الفروق بين الجنسين في مدى تأثرهم بالضغط المدرسي.
- ٣ - اجراء دراسات تدخلية لقياس فاعلية برامج تخفيف الضغط النفسي في رفع مستويات الدافعية للتعلم .

English references

١. Muhammad Ahmad Al-Khatib, Taibah University Journal of Educational Sciences, Vol. 12, No. 2: Taibah University – Faculty of Education, 2017, Research and Articles
٢. Abdullah Muhammad Abdul-Zaher Al-Khouli (2018): School Stress and Strategies for Coping with It, 1st ed., Faculty of Education, Assiut University, Egypt
٣. Sami Ibrahim Al-Khazendar (2007): Conflicts and International Dispute Resolution, 1st ed., Al-Mustaqbal Al-Arabi, Vol. 41, No. 476, Center for Arab Unity Studies
٤. Sari Iglal Muhammad (2000): Clinical Psychology, Alam Al-Kutub, Cairo
٥. Hassan Bahi Mustafa (2002): Physiological Psychology – Theories, Analyses, and Applications, 1st ed., Egypt, Anglo-Egyptian Library
٦. Hamdi Ali Al-Farmawi (2004): Human Motivation Between Early Theories and Contemporary Trends, 1st ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo
٧. Khalifa Najla, Hajouji Naima (2019): Learning Motivation and its Relationship to Academic Achievement among First-Year Arts Students, Master's Thesis, University of 8 May 1945 Guelma, Faculty of Humanities and Social Sciences, Algeria.
٨. Samir Cheikhani (2003): Psychological Stress: Its Nature, Causes, and Self-Help, Lebanon, Dar Al-Fikri Al-Arabi.
٩. Taha Abdel-Azim Hussein (2006): Strategies for Managing Educational and Psychological Stress, 1st Edition, Amman, Dar Al-Fikr.
١٠. Lotfi Abdel-Basset Ibrahim (2009): Study Stress Scale, Egypt, Cairo, Anglo-Egyptian Library.
١١. Laissan Oussama, Bousbessi Islam, El-May Salim (2020): School Stress and its Relationship to Achievement Motivation among Third-Year Secondary School Students, University of M'hamed Bougara – Boumerdès, Faculty of Sciences, Algeria.
١٢. Al-Hikma Journal for Educational and Psychological Studies, Volume 5, Issue 12, December 2017, p. 187.
١٣. Journal of Psychological and Educational Sciences, 7 (4), 2021, p. 157.
١٤. Al-Wahat Journal for Research and Studies, Volume 12, Issue 2, pp. 553-581.
١٥. Madahi Al-Arabi, Boukassara Mansour, and Hamri Sara (2022): The Relationship Between School Stress and Motivation to Learn Among Secondary School Students, Ansanah Journal for Research and Studies, Volume (13), Issue (1).
١٦. Shehata, Hassan (2018). "Secondary Education in Arab Countries".
١٧. Al-Amayreh, Muhammad (2019). "Education in the Arab World".

- ١٨Al-Tal, Saeed (2020). "Foundations of Education".
- ١٩Al-Kattani, Fatima (2021). "Secondary Education and its Role in Community Development"
- ٢٠Al-Safi, Abdullah (2017). "Educational Psychology"
- ٢١Al-Saeed, Samira (2021). "Contemporary Educational Psychology"
- ٢٢Al-Hashemi, Abdul Rahman (2020). "Secondary Education: A Future Vision"
- ٢٣Jamal Al-Din, Nadia (2022). "Secondary Education and the Challenges of the Age"
- ٢٤Mansi, Mahmoud (2019). "Educational Psychology for Teachers"
- ٢٥Al-Zahraa, Fatima (2023). "Educational Guidance in the Secondary Stage"
- ٢٦Awad, Muhammad (2019). "School Stress and its Impact on Motivation to Learn." Journal of Education, Issue 45, pp. 123-140.
- ٢٧Al-Saeed, Ahmed (2020). "An Analytical Study of Academic Stress and its Impact on Student Achievement." Academic Publishing House.
- ٢٨Muhammad, Laila (2021). "Strategies for Reducing School Stress and Their Impact on Academic Performance." Arab Center for Educational Research.
- ٢٩Ibrahim, Abdel Sattar (2011). "Psychological Stress: A Psychological Perspective." Anglo-Egyptian Library, Cairo.
- ٣٠Hussein, Taha Abdel Azim (2006). "Psychological and Educational Stress." Dar Al-Fikr, Amman.
- ٣١Othman, Farouk El-Sayed (2009). "Anxiety and Stress Management." Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- ٣٢Shqeir, Zeinab (2007). "Mental Health and Psychotherapy." Al-Nahda Al-Masriya Library, Cairo.
- ٣٣El-Shennawy, Mohamed Mahrous (2008). "Theories of Counseling and Psychotherapy." Dar Gharib, Cairo.
- ٣٤Radwan, Samer Jamil (2012). "Mental Health." Dar Al-Masirah, Amman.
- ٣٥Suleiman, Sanaa Mohamed (2010). "Psychological Stress." Alam Al-Kutub, Cairo.
- ٣٦Al-Hawrani, Samir (2013). "Psychological and Educational Guidance." Dar Al-Fikr, Amman.
- ٣٧Ibrahim, Abdul-Sattar (2006). "Psychological Stress: Problems of Contemporary Life." Anglo-Egyptian Library, Cairo.

- .٣٨Al-Sherbini, Lotfi (2003). "Dictionary of Psychiatric Terms." Arabization Center for Health Sciences, Kuwait.
- .٣٩Sari, Iglal Muhammad (2000). "Therapeutic Psychology." Alam Al-Kutub, Cairo.
- .٤٠Al-Rimawi, Muhammad Awda (2009). "Mental Health." Dar Al-Masirah, Amman.
- .٤١Shqeir, Zainab Mahmoud (2002). "The Normal and Disturbed Personality." Al-Nahda Al-Masriya Library, Cairo.
- .٤٢Adas, Abdul-Rahman (2010). "Introduction to Mental Health." Dar Al-Fikr, Amman.
- .٤٣Suleiman, Sanaa Muhammad (2008). "Psychological Stress." Alam Al-Kutub, Cairo.
- .٤٤Fayyad, Hussein (2005). "Clinical Psychology". Tayba Foundation, Cairo.
- .٤٥Zahran, Hamed Abdel Salam (2005). "Developmental Psychology: Childhood and Adolescence". Alam Al-Kutub, Cairo.
- .٤٦Fahmy, Mustafa (2003). "The Psychology of Childhood and Adolescence". Maktabat Misr, Cairo.
- .٤٧Jalal, Saad (2001). "Childhood and Adolescence". Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- .٤٨Al-Issawi, Abdel Rahman (2004). "The Psychology of Adolescence". Dar Al-Ma'rifa Al-Jami'iya, Alexandria.
- .٤٩Ahmed, Suhair Kamel (2002). "Studies in Developmental Psychology". Alexandria Book Center, Alexandria.
- .٥٠Al-Quraity, Abdel Muttalib Amin (2003). "On Mental Health". Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- .٥١Fayyad, Hussein (2004). "General Psychology". Tayba Foundation for Publishing and Distribution, Cairo.
- .٥٢Al-Rimawi, Muhammad Awda (2008). "Developmental Psychology." Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution, Amman.
- .٥٣Hassan Bahi Mustafa (2002): Physiological Psychology – Theories, Analyses, and Applications, 1st ed., Anglo-Egyptian Library.
- .٥٤Hamdi Ali Al-Farmawi (2004): Human Motivation Between Early Theories and Contemporary Trends, 1st ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- .٥٥Khalifa Najla, Hajouji Naima (2019): Learning Motivation and its Relationship to Academic Achievement among First-Year Arts Students, Master's Thesis, University of 8 May 1945 Guelma, Faculty of Humanities and Social Sciences, Algeria.
- .٥٦Samir Shekhani (2003): Psychological Stress: Its Nature, Causes, Self-Help, and Building

57. Taha Abdel-Azim Hussein (2006): Strategies for Managing Educational and Psychological Stress, 1st ed., Amman, Dar Al-Fikr.
58. Lotfi Abdel-Basset Ibrahim (2009): The Study Stress Scale, Egypt, Cairo, Anglo-Egyptian Library.
59. Laissan Oussama, Bousbessi Islam, El-May Salim (2020): School Stress and its Relationship to Achievement Motivation among Third-Year Secondary School Students, University of M'hamed Bougara – Boumerdès, Faculty of Sciences, Algeria.
60. Al-Hikma Journal for Educational and Psychological Studies, Vol. 5, No. 12, December 2017, p. 187.
61. Journal of Psychological and Educational Sciences, 7(4), 2021, p. 157.
62. Al-Wahat Journal for Research and Studies, Vol. 12, No. 2, pp. 553-581. 63. Madahi Al-Arabi, Boukassara Mansour, and Hamri Sara (2022): The Relationship Between School Stress and Motivation to Learn Among High School Students, Ansanah Journal for Research and Studies, Volume (13), Issue (1).
64. Emad Abdel Rahim. (2003). Educational Psychology. Dar Al-Fikr for Printing and Publishing.
65. Adas, Abdel Rahman. (2005). Educational Psychology. Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.
66. Al-Ghamdi, Abdullah Ahmed. (2014). Psychological Stress Among High School Students and Its Relationship to Some Variables. Umm Al-Qura University Journal of Educational and Psychological Sciences, 26(2), 151–180.