

العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة
أ.م.د. فاضل شاكر حسن
مركز البحوث النفسية والتربوية/جامعة بغداد

المستخلص

. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعات الأهلية، والكشف عن طبيعة العلاقة بينهما، واختبار قدرة الضغط الأكاديمي على التنبؤ بدافعية التعلم، فضلاً عن الكشف عن الفروق في هذين المتغيرين تبعاً للجنس والمرحلة الدراسية. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (٣٠٠) طالب وطالبة من ثلاث جامعات أهلية في العراق، بواقع (١٥٠) طالباً و(١٥٠) طالبة، جُمعت بياناتهم خلال شهر أيلول/سبتمبر ٢٠٢٥. واستُخدمت استبانة مكيعة للبيئة الجامعية العراقية استندت إلى الأدبيات العلمية في قياس الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم، وتضمنت (٤٦) فقرة موزعة على متغيري الدراسة، واعتمدت مقياس ليكرت الخماسي. وتم تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS من خلال الإحصاءات الوصفية، ومعامل ألفا كرونباخ، ومعامل ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدار الخطي البسيط، واختبار (t) للعينات المستقلة، وتحليل التباين الأحادي (ANOVA) أظهرت النتائج أن أفراد العينة يعانون من مستوى متوسط من الضغط الأكاديمي، في حين يتمتعون بمستوى جيد نسبياً من دافعية التعلم. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم، بما يشير إلى أن ارتفاع مستويات الضغط الأكاديمي يرتبط بانخفاض دافعية التعلم. وأظهرت نتائج تحليل الانحدار أن الضغط الأكاديمي يسهم بصورة دالة في التنبؤ بدافعية التعلم. كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط الأكاديمي تبعاً للجنس والمرحلة الدراسية، بينما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية التعلم تبعاً لهذين المتغيرين. تؤكد نتائج الدراسة أن الحد من مصادر الضغط الأكاديمي، وتعزيز خدمات الإرشاد النفسي والأكاديمي، وتبني ممارسات تعليمية داعمة لدافعية التعلم، يمكن أن يسهم في تحسين اندماج الطلبة في العملية التعليمية وتعزيز جودة مخرجات التعليم العالي. كما توصي الدراسة بتطوير برامج جامعية تستهدف تنمية مهارات إدارة الضغوط، وتنظيم الذات، والمرونة النفسية، بما يعزز دافعية الطلبة وقدرتهم على مواجهة التحديات الأكاديمية.

الكلمات المفتاحية: الضغط الأكاديمي، دافعية التعلم، طلبة الجامعات، الجامعات الأهلية، التعليم العالي، الضغط النفسي، الدافعية الأكاديمية، العراق.

The Relationship Between Academic Stress and Learning Motivation Among University Students

A.L.D. Fadhil Shakir Hasan

Psychological and Educational Research Center / University of Baghdad

Abstract

This study aimed to identify the level of academic stress and learning motivation among students in private (civil society) universities, to determine the nature of the relationship between them, to test the ability of academic stress to predict learning motivation, and to reveal differences in these two variables according to gender and academic level/year. The study adopted a correlational descriptive approach. The sample consisted of (300) male and female students from three private universities in Iraq, with (150) male and (150) female participants. Data were collected during

September 2025. A questionnaire adapted to the Iraqi university environment was used, based on the scientific literature on measuring academic stress and learning motivation. The instrument included (46) items distributed across the study variables and used a five-point Likert scale. Data were analyzed using SPSS through descriptive statistics, Cronbach's alpha, Pearson's correlation coefficient, simple linear regression analysis, the independent-samples (t) test, and one-way ANOVA. The results showed that the participants experienced a moderate level of academic stress, while they had a relatively good level of learning motivation. The findings also revealed a statistically significant negative correlational relationship between academic stress and learning motivation, indicating that higher levels of academic stress are associated with lower levels of learning motivation. Regression analysis showed that academic stress significantly contributes to predicting learning motivation. In addition, statistically significant differences were found in academic stress according to gender and academic level, whereas no statistically significant differences were found in learning motivation according to these two variables. The study results confirm that reducing sources of academic stress, strengthening psychological and academic counseling services, and adopting instructional practices that support learning motivation can improve students' engagement in the educational process and enhance the quality of higher education outcomes. The study also recommends developing university programs aimed at building students' skills in stress management, self-regulation, and psychological resilience, which can strengthen students' motivation and their ability to face academic challenges.

Keywords: Academic Stress, Learning Motivation, University Students, Private Universities, Higher Education, Psychological Stress, Academic Motivation, Iraq.

المقدمة

تُعد المرحلة الجامعية من المراحل التعليمية والنفسية المهمة في حياة الطلبة، إذ يواجه الطالب خلالها انتقالاً من بيئة تعليمية تقليدية إلى بيئة أكثر استقلالية وتنافسية تتطلب القدرة على تنظيم الوقت، وإدارة المتطلبات الدراسية، والتكيف مع أنظمة التقييم المختلفة. وفي هذا السياق، يظهر الضغط الأكاديمي بوصفه استجابة نفسية ومعرفية وسلوكية تنتج عن إدراك الطالب أن متطلبات الدراسة، مثل عبء الواجبات، كثافة الامتحانات، وضغط الأداء، تفوق موارده الشخصية أو قدرته على التكيف، وقد أظهرت دراسة Barbayannis et al. (2022) أن الضغط الأكاديمي يرتبط ارتباطاً واضحاً بانخفاض الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة. كما بينت دراسة Pérez-Jorge et al. (2025) أن الضغط الأكاديمي في التعليم العالي قد يظهر في صور نفسية وسلوكية وجسدية تؤثر في خبرة الطالب الجامعية. وتؤكد دراسة Zhang et al. (2024) أن الضغط الأكاديمي لا يعمل بمعزل عن العوامل النفسية الأخرى، بل يتفاعل مع الدافعية والذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية في تشكيل خبرة الطالب التعليمية. وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن الضغط الأكاديمي لا يقتصر تأثيره على الجانب النفسي فقط، بل يمتد إلى الجوانب المعرفية والسلوكية المرتبطة بالتعلم. فقد توصلت دراسة Deng et al. (2022) إلى أن الضغط الأكاديمي والأسري يساهمان في رفع مستوى الاكتئاب لدى الطلبة، مما ينعكس سلباً على الأداء الأكاديمي.

ومخرجات التعلم. كما أوضحت دراسة (Koppenborg et al. (2024 أن الضغط الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين يرتبط بالصحة النفسية، وأن مهارات اليقظة الذهنية قد تساعد في تخفيف بعض آثاره. وفي السياق نفسه، بينت مراجعة (Madigan and Curran (2021 أن الاحتراق الأكاديمي يرتبط بنتائج تعليمية سلبية، ومنها ضعف التحصيل، وهو ما يجعل الضغط الأكاديمي المرتفع عاملاً ينبغي الانتباه إليه في مؤسسات التعليم العالي.

وفي مقابل الضغط الأكاديمي، تمثل دافعية التعلم أحد المتغيرات النفسية الأساسية التي تفسر درجة استعداد الطالب للمشاركة في الأنشطة التعليمية، وبذل الجهد، والمثابرة في مواجهة الصعوبات الأكاديمية. وتوضح مراجعة (Howard et al. (2021، المستندة إلى نظرية التحديد الذاتي، أن أنواع الدافعية تختلف في آثارها، إذ ترتبط الدافعية الذاتية والمستقلة بنتائج أكاديمية ونفسية أفضل مقارنة بالدافعية الخاضعة للضغط الخارجي. كما تؤكد مراجعة (Bureau et al. (2022 أن دعم الاستقلالية وإشباع الحاجات النفسية الأساسية يساهمان في تعزيز الدافعية الذاتية لدى الطلبة. ومن جانب آخر، أظهرت دراسة (Nawa and Yamagishi (2021 أن التدخلات النفسية الإيجابية، مثل كتابة يوميات الامتحان، يمكن أن تعزز الدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، مما يشير إلى أن دافعية التعلم قابلة للتنمية وليست سمة ثابتة.

وتُظهر العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم قدراً من التعقيد؛ إذ لا تشير الدراسات دائماً إلى اتجاه واحد ثابت لهذه العلاقة. فقد وجدت دراسة (Rahe and Jansen (2022 أن الضغط المدرك يرتبط بدافعية الطلبة وسلوكهم البدني في ظل ظروف جائحة كورونا، مما يدل على أن الدافعية قد تتأثر بالسياقات الضاغطة المحيطة بالطلبة. كما بينت دراسة (Vallone et al. (2023 أن التكنو-ضغط قد يؤثر في الدافعية الأكاديمية والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، وهو أمر مهم في ضوء توسع التعليم الرقمي والاعتماد على التكنولوجيا في التعلم. وتشير دراسة (Fridkin et al. (2023 إلى أن الضغط الأكاديمي والدافعية واستراتيجيات التكيف لدى طلبة الجامعة تغيرت بمرور الوقت خلال جائحة كورونا، مما يؤكد أن العلاقة بين الضغط والدافعية تتأثر بالظروف التعليمية والاجتماعية المحيطة.

وبناءً على ذلك، فإن دراسة العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة تمثل مدخلاً مهماً لفهم العوامل التي قد تعزز أو تضعف جودة التعلم في التعليم العالي. فقد أوضحت دراسة (Yan (2025 أن أثر الضغط الأكاديمي في دافعية التعلم قد يختلف باختلاف السيناريوهات الضاغطة التي يمر بها الطلبة، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين ليست علاقة بسيطة أو ثابتة. كما تشير مراجعة (Waterhouse and Samra (2026 إلى أهمية استراتيجيات التكيف التي يستخدمها طلبة الجامعة في إدارة الضغط، وهو ما يجعل فهم مصادر الضغط وآليات التعامل معه ضرورياً لدعم التعلم. وبناءً على نتائج الدراسات السابقة، يسعى البحث الحالي إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة، بما يساهم في تقديم مؤشرات علمية يمكن الاستفادة منها في تحسين البيئة التعليمية وتعزيز الصحة النفسية والأكاديمية للطلبة.

مشكلة البحث

تواجه مؤسسات التعليم العالي تحديات متزايدة تتعلق بقدرة الطلبة على التكيف مع المتطلبات الأكاديمية والنفسية للبيئة الجامعية. فالطالب الجامعي لا يتعامل مع المقررات الدراسية والامتحانات والواجبات فقط، بل يواجه أيضاً ضغوطاً مرتبطة بالتنافس، والتوقعات الأسرية، والخوف من الفشل، والقلق بشأن المستقبل المهني. وقد تؤدي هذه الضغوط، إذا تجاوزت قدرة الطالب على التكيف، إلى تراجع في مستوى التركيز، وضعف في المثابرة، وانخفاض في الرغبة في التعلم. وفي المقابل، تُعد دافعية التعلم من العوامل الأساسية التي تفسر سلوك الطالب الأكاديمي، إذ ترتبط بدرجة اهتمامه بالتعلم، واستعداده لبذل الجهد، وقدرته على

الاستمرار في مواجهة الصعوبات الدراسية. ومن ثم، فإن فهم العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم يمثل مدخلاً مهماً لتفسير بعض مظاهر ضعف المشاركة الأكاديمية، وتراجع الأداء، وانخفاض الحماس نحو التعلم لدى طلبة الجامعة.

وعليه، تتحدد مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي: **ما طبيعة العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة؟** وتتفرع عن هذا السؤال الأسئلة الآتية:

١. ما مستوى الضغط الأكاديمي لدى طلبة الجامعة؟
٢. ما مستوى دافعية التعلم لدى طلبة الجامعة؟
٣. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة؟
٤. هل يسهم الضغط الأكاديمي في التنبؤ بدافعية التعلم لدى طلبة الجامعة؟
٥. هل تختلف مستويات الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية مثل الجنس أو المرحلة الدراسية؟

أهمية البحث

تتبع أهمية البحث الحالي من أهمية المتغيرين اللذين يتناولهما، وهما الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم، بوصفهما من المتغيرات النفسية والتربوية المؤثرة في جودة الخبرة الجامعية. فالضغط الأكاديمي قد يؤثر في الصحة النفسية للطلبة، وفي قدرتهم على التركيز والإنجاز، بينما تمثل دافعية التعلم عاملاً رئيساً في تفسير اندماج الطالب في العملية التعليمية واستمراره في تحقيق أهدافه الأكاديمية.

وتتضح الأهمية النظرية للبحث في أنه يسهم في إثراء الأدبيات النفسية والتربوية المتعلقة بالعلاقة بين الضغوط الأكاديمية والدافعية في التعليم العالي، ولا سيما في البيئة الجامعية العربية التي لا تزال بحاجة إلى مزيد من الدراسات التي تربط بين العوامل النفسية والسلوك التعليمي لدى الطلبة. كما يساعد البحث في توضيح ما إذا كان الضغط الأكاديمي يؤدي إلى انخفاض دافعية التعلم، أو أن بعض مستوياته قد ترتبط بأنماط معينة من الدافعية، مثل الدافعية الخارجية المرتبطة بالإنجاز والدرجات.

أما الأهمية التطبيقية فتتمثل في إمكانية الاستفادة من نتائج البحث في تصميم برامج إرشادية وتربوية تساعد الطلبة على إدارة الضغط الأكاديمي بطريقة أكثر فاعلية، وتعزيز دافعيتهم نحو التعلم. كما يمكن أن تساعد النتائج إدارات الجامعات، والمرشدين التربويين، وأعضاء هيئة التدريس في تحديد مصادر الضغط الأكثر تأثيراً في الطلبة، ووضع آليات داعمة لتحسين البيئة التعليمية، وخفض مستويات القلق الأكاديمي، وزيادة المثابرة والاندماج في التعلم.

أهداف البحث : يهدف البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف الآتية:

١. التعرف على مستوى الضغط الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.
٢. التعرف على مستوى دافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.
٣. الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.
٤. تحديد مدى إسهام الضغط الأكاديمي في التنبؤ بدافعية التعلم.
٥. الكشف عن الفروق في مستوى الضغط الأكاديمي تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية، مثل الجنس أو المرحلة الدراسية.
٦. الكشف عن الفروق في مستوى دافعية التعلم تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية، مثل الجنس أو المرحلة الدراسية.
٧. تقديم مؤشرات علمية يمكن أن تساعد الجامعات في تطوير برامج دعم نفسي وتربوي موجهة إلى طلبة الجامعة.

فرضيات البحث : في ضوء مشكلة البحث وأهدافه، يمكن صياغة الفرضيات الآتية:

الفرضية الرئيسية الأولى:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.

الفرضية الرئيسية الثانية:

يسهم الضغط الأكاديمي إسهاماً ذا دلالة إحصائية في التنبؤ بدافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.

الفرضيات الفرعية:

1. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين عبء الدراسة ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.
2. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين قلق الامتحانات ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.
3. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ضغط التوقعات الأكاديمية ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط الأكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً للجنس.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى طلبة الجامعة تبعاً للجنس.
6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط الأكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً للمرحلة الدراسية.
7. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية التعلم لدى طلبة الجامعة تبعاً للمرحلة الدراسية.

الإطار النظري والدراسات السابقة

الإطار النظري

يمثل الضغط الأكاديمي أحد أكثر الموضوعات اهتماماً في علم النفس التربوي خلال العقدين الأخيرين، نظراً لما يفرضه التعليم الجامعي من متطلبات معرفية ونفسية واجتماعية متزايدة. ويُنظر إلى الضغط الأكاديمي بوصفه استجابة نفسية تنشأ عندما يدرك الطالب أن المطالب الدراسية، مثل كثافة المقررات، والاختبارات، والواجبات، وضيق الوقت، والتوقعات المرتفعة، تتجاوز موارده الشخصية أو قدرته على التكيف. ولا يرتبط الضغط الأكاديمي بوجود المتطلبات الدراسية بحد ذاتها، وإنما بالطريقة التي يدرك بها الطالب تلك المتطلبات وقيّم قدرته على التعامل معها، وهو ما يجعل الضغط ظاهرة تختلف من طالب إلى آخر تبعاً للخصائص الشخصية والبيئية والاجتماعية.

وقد أسست نظرية التقييم المعرفي للضغط النفسي التي قدمها Lazarus and Folkman (1984) لفهم الضغوط بوصفها عملية تفاعل مستمرة بين الفرد والبيئة، حيث يقوم الفرد أولاً بتقييم الموقف، ثم يقيّم موارده وإمكاناته لمواجهة. وعندما يدرك أن متطلبات البيئة الأكاديمية تتجاوز قدراته، تظهر استجابة الضغط النفسي التي قد تنعكس في صورة قلق، أو توتر، أو انخفاض في الرضا عن التعلم، أو تراجع في الأداء الأكاديمي. وتُعد هذه النظرية من أكثر الأطر النظرية استخداماً في تفسير الضغط الأكاديمي لدى طلبة الجامعات، لما تقدمه من تفسير يجمع بين الجوانب النفسية والإدراكية والسلوكية.

وفي السياق الجامعي، أوضح Bedewy and Gabriel (2015) أن الضغط الأكاديمي يتكون من عدة مصادر مترابطة تشمل عبء الدراسة، وضغط الامتحانات، والتوقعات الأكاديمية، والإدراك الذاتي للقدرة على الإنجاز، وأن إدراك الطالب لهذه الضغوط يعد مؤشراً أكثر دقة من الاعتماد على حجم المتطلبات الدراسية وحده. كما أظهرت دراستهما أن ارتفاع مستويات الضغط يرتبط بانخفاض التوافق الأكاديمي، الأمر الذي جعل مقياس (PAS) Perception of Academic Stress Scale من أكثر الأدوات استخداماً في الدراسات الجامعية.

وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن الضغوط الأكاديمية لا تؤثر في الصحة النفسية فقط، وإنما تمتد آثارها إلى العمليات المعرفية والدافعية والسلوكية. فقد بينت المراجعة المنهجية التي أجراها Pascoe, Hetrick, and Parker (2020) أن الضغوط الأكاديمية ترتبط بانخفاض التحصيل، وضعف المشاركة في التعلم، وتراجع الدافعية، وازدياد احتمالية الانسحاب من الدراسة، كما أوصت بضرورة تطوير برامج جامعية تستهدف إدارة الضغوط والوقاية منها. وأكدت دراسة Barbayannis et al. (2022) أن ارتفاع الضغط الأكاديمي يرتبط

بانخفاض الرفاه النفسي، ويؤثر بصورة مباشرة في دافعية الطلبة واستمرارهم في التعلم، ولا سيما خلال سنوات الدراسة الجامعية الأولى.

أما دافعية التعلم فتُعد من المفاهيم المركزية في علم النفس التربوي، إذ تشير إلى القوى الداخلية والخارجية التي تدفع الطالب إلى بدء عملية التعلم والاستمرار فيها وتحقيق أهدافها. ولا تقتصر الدافعية على الرغبة في الحصول على درجات مرتفعة، بل تشمل حب الاستطلاع، والشعور بالكفاءة، والرغبة في اكتساب المعرفة، والمثابرة عند مواجهة الصعوبات. ولهذا تُعد دافعية التعلم من أهم العوامل المفسرة للفروق الفردية في الأداء الأكاديمي والاندماج في العملية التعليمية (Lin et al. 2025).

ويُعد نموذج نظرية التحديد الذاتي (Self-Determination Theory) الذي طوره Ryan and Deci من أكثر النماذج تفسيراً للدافعية في المجال التعليمي، إذ يميز بين الدافعية الداخلية، التي تنبع من اهتمام الفرد بالتعلم ذاته، والدافعية الخارجية، التي تعتمد على المكافآت أو التقدير أو تجنب العقاب، إضافة إلى حالة انعدام الدافعية التي يفقد فيها الفرد الشعور بقيمة النشاط التعليمي. وترى النظرية أن إشباع ثلاث حاجات نفسية أساسية، هي الاستقلالية، والكفاءة، والانتماء، يسهم في تعزيز الدافعية الذاتية وتحسين التعلم والرفاه النفسي. وقد أصبحت هذه النظرية الإطار المرجعي الأكثر استخداماً في أبحاث الدافعية خلال العقود الأخيرة كما أظهرت دراسة (González-Arias et al. 2025) أن الطلبة الذين يدرسون في مقررات يرونها أكثر تحفيزاً يحققون مستويات أعلى من الأداء الأكاديمي، ويظهرون انفعالات إيجابية وإشباعاً أكبر للحاجات النفسية الأساسية مقارنة بالطلبة الذين يدرسون في مقررات منخفضة الدافعية، مما يؤكد أن تصميم البيئة التعليمية يمثل عاملاً حاسماً في تعزيز الدافعية نحو التعلم. (González-Arias et al. 2025).

وانطلاقاً من هذه النظرية، طور (Vallerand et al. 1992) مقياس الدافعية الأكاديمية الذي يقيس أنماط الدافعية المختلفة لدى طلبة الجامعة، وأثبت كفاءة سيكومترية عالية في العديد من البيئات التعليمية والثقافية. كما بينت مراجعات حديثة أن الطلبة الذين يتمتعون بدافعية داخلية مرتفعة يظهرون مستويات أعلى من المثابرة، وتنظيم الذات، والاندماج الأكاديمي، مقارنة بالطلبة الذين يعتمدون بصورة أساسية على الدوافع الخارجية. كذلك تشير الدراسات الحديثة إلى أن انخفاض الدافعية يرتبط غالباً بارتفاع مستويات الضغط والإجهاد الأكاديمي، مما يؤكد وجود تفاعل مستمر بين المتغيرين.

وفي ضوء ما سبق، يمكن تفسير العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم على أساس أن الضغوط المعتدلة قد تحفز بعض الطلبة على زيادة الجهد، إلا أن استمرار الضغوط أو ارتفاعها يؤدي إلى استنزاف الموارد النفسية والمعرفية، ويضعف الشعور بالكفاءة والاستقلالية، وهو ما ينعكس سلباً على الدافعية نحو التعلم. وقد دعمت دراسة حديثة أجراها Sabaliauskas et al. (2025) هذا الاتجاه، حيث وجدت علاقة سلبية بين مستويات الضغط الأكاديمي والدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وأكدت أن إدارة الضغوط تمثل مدخلاً مهماً لتعزيز المشاركة في التعلم والنجاح الأكاديمي.

وانطلاقاً من هذا الأساس النظري، تفترض الدراسة الحالية أن مستوى الضغط الأكاديمي الذي يتعرض له طلبة الجامعات الأهلية قد يسهم في تفسير جزء من التباين في دافعية التعلم لديهم، وهو ما تسعى الدراسة إلى اختباره في البيئة الجامعية العراقية باستخدام أداة قياس مكيّفة وإجراءات إحصائية مناسبة.

التعريف الإجرائية

الضغط الأكاديمي

يقصد بالضغط الأكاديمي في هذه الدراسة الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عند إجابته عن فقرات مقياس الضغط الأكاديمي المستخدم في الدراسة، والذي يتكون من (١٨) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي: عبء الدراسة، وضغط الامتحانات، والتوقعات الأكاديمية، والضغط الأكاديمي المدرك. وقد استُخدم مقياس ليكرت الخماسي في تقدير الاستجابات، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الضغط الأكاديمي.

دافعية التعلم

يقصد بدافعية التعلم في هذه الدراسة الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عند إجابته عن فقرات مقياس

دافعية التعلم المستخدم في الدراسة، والذي يتكون من (٢٨) فقرة تغطي أبعاد الدافعية الداخلية، والدافعية الخارجية، والمثابرة الأكاديمية، وتنظيم التعلم. وقد استُخدم مقياس ليكرت الخماسي، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى دافعية التعلم.

الدراسات السابقة

تُعد الدراسات السابقة أساساً علمياً مهماً في بناء الإطار النظري للبحث، إذ تسهم في توضيح الاتجاهات البحثية الحديثة المرتبطة بمتغيري الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة. ومن خلال مراجعة الأدبيات الحديثة، يتضح أن الضغط الأكاديمي أصبح من المتغيرات النفسية المؤثرة في خبرة الطالب الجامعية، لما يرتبط به من آثار على الرفاه النفسي، والاحترق الأكاديمي، والأداء، والاستمرار في التعلم. وفي المقابل، تمثل دافعية التعلم عاملاً محورياً في تفسير اندماج الطلبة في العملية التعليمية، وقدرتهم على المثابرة ومواجهة الصعوبات الدراسية. وقد ركزت الدراسات الحديثة على تحليل العلاقة بين الضغط الأكاديمي والدافعية من زوايا متعددة، منها الصحة النفسية، التكيف الجامعي، التعليم الرقمي، اليقظة الذهنية، والاحترق الأكاديمي. لذلك جرى اختيار مجموعة من الدراسات الحديثة ذات الصلة المباشرة بموضوع البحث، والمنشورة في مجلات علمية دولية معتمدة، بهدف الإفادة منها في تحديد الفجوة البحثية، وبناء الفرضيات، وتفسير النتائج المتوقعة للبحث الحالي. ويوضح الجدول الآتي أبرز هذه الدراسات من حيث أهدافها، منهجيتها، نتائجها، نتائجها، وأوجه الإفادة منها في البحث الحالي.

جدول الدراسات السابقة حول العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعة

ت	الباحثون والسنة	هدف الدراسة	المنهج والعينة	المتغيرات/الأدوات	أبرز النتائج	أوجه الإفادة من الدراسة الحالية
1	Zhang et al. (2024)	فحص التفاعل المتبادل بين الضغط الأكاديمي، الدافعية الأكاديمية، الذكاء الانفعالي، واليقظة الذهنية في التعليم العالي.	تصميم طولي من موجتين على طلبة التعليم العالي.	الضغط الأكاديمي؛ الدافعية الأكاديمية؛ الذكاء الانفعالي؛ اليقظة الذهنية.	أظهرت النتائج وجود علاقات تبادلية بين المتغيرات، وأن ارتفاع الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية يرتبط بانخفاض الضغط الأكاديمي وتعزيز الدافعية.	تدعم هذه الدراسة الإطار النظري للبحث الحالي لأنها تربط مباشرة بين الضغط الأكاديمي والدافعية لدى طلبة الجامعة ضمن نموذج طولي حديث.
2	Yan (2025)	اختبار أثر الضغط الأكاديمي في دافعية التعلم واستخدام الأجهزة الرقمية في سيناريوهات ضاغطة مختلفة.	دراسة كمية على طلبة جامعيين في سياق تنافسي تعليمي.	الضغط الأكاديمي؛ دافعية التعلم؛ استخدام أجهزة الشاشة.	أشارت النتائج إلى أن أثر الضغط الأكاديمي في دافعية التعلم يختلف تبعاً لنوع الموقف الضاغط، مما يدل على أن العلاقة بين الضغط والدافعية ليست ثابتة أو بسيطة.	تساعد في صياغة فرضيات البحث الحالي، لأنها تدعم فكرة أن الضغط الأكاديمي قد يؤثر في دافعية التعلم بدرجات مختلفة وفق مستوى الضغط وسياقه.
3	Rahe and Jansen (2022)	تحليل العلاقة بين الضغط المدرك، الدافعية الأكاديمية، والنشاط البدني لدى طلبة الجامعة خلال جائحة كورونا.	دراسة كمية شملت 254 طالباً جامعياً.	الضغط العام؛ ضغط جائحة كورونا؛ الدافعية الأكاديمية؛ النشاط البدني.	وجدت الدراسة أن مستويات أعلى من الضغط العام ارتبطت بمستويات أعلى من الدافعية الأكاديمية، في حين لم يظهر النشاط البدني علاقة واضحة بالدافعية.	تبرز أن الضغط لا يكون دائماً ذا أثر سلبي؛ فقد يرتبط أحياناً بزيادة الدافعية، خصوصاً عندما تكون الدافعية موجهة بالإنجاز أو التحدي.
4	Vallone et al. (2023)	فحص التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للتكنو-ضغط والدافعية الأكاديمية في	دراسة كمية متعددة البلدان على طلبة جامعيين.	التكنو-ضغط؛ الدافعية الأكاديمية؛ القلق؛ الاكتئاب.	بينت النتائج أن أبعاد التكنو-ضغط والدافعية الأكاديمية ترتبط بالصحة النفسية للطلبة، وأن الدافعية قد تؤدي دوراً في تفسير	توسع منظور البحث الحالي من الضغط الأكاديمي التقليدي إلى الضغوط المرتبطة بالتعليم الرقمي، وهي

ت	الباحثون والسنة	هدف الدراسة	المنهج والعينة	المتغيرات/الأدوات	أبرز النتائج	أوجه الإفادة من الدراسة الحالية
		الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.			أثر الضغوط الرقمية في القلق والاكتئاب.	مهمة في بيئات التعليم الجامعي الحديثة.
5	Fridkin et al. (2023)	فهم تأثيرات جائحة كورونا في الضغط الأكاديمي، استراتيجيات التعلم، الدافعية، وأساليب التكيف لدى طلبة الجامعة بمرور الوقت.	دراسة طولية على 177 طالباً جامعياً في جامعة بلندن، وجُمعت البيانات في ثلاث نقاط زمنية.	الضغط الأكاديمي؛ الدافعية؛ استراتيجيات التعلم؛ أساليب التكيف.	أظهرت الدراسة أن الضغط الأكاديمي والدافعية واستراتيجيات التكيف تغيرت عبر الزمن في ظل التعليم الإلكتروني الكامل، مما يدل على تأثير الدافعية بالسياق التعليمي الضاغط.	تدعم استخدام المنهج الارتباطي أو المقارن، وتؤكد أهمية السياق التعليمي في تفسير العلاقة بين الضغط والدافعية.
6	Barbay annis et al. (2022)	فحص العلاقة بين الضغط الأكاديمي والرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة، مع تحديد الفئات الأكثر تأثراً.	دراسة كمية على طلبة جامعيين في سياق ما بعد جائحة كورونا.	الضغط الأكاديمي؛ الرفاه النفسي؛ متغيرات ديموغرافية.	أظهرت النتائج ارتباط الضغط الأكاديمي بانخفاض الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة، مع وجود فئات أكثر عرضة للتأثر بالضغط.	توصل أهمية الضغط الأكاديمي بوصفه متغيراً نفسياً مؤثراً في جودة الخبرة الجامعية، حتى وإن لم تركز مباشرة على الدافعية.
7	Deng et al. (2022)	اختبار أثر الضغط الأكاديمي والأسري في مستوى الاكتئاب والأداء الأكاديمي لدى الطلبة.	دراسة كمية استخدمت نمذجة المعادلات الهيكلية SEM.	الضغط الأكاديمي؛ الضغط الأسري؛ الاكتئاب؛ الأداء الأكاديمي.	أكدت النتائج أن الضغط الأكاديمي والأسري يسهمان في زيادة الاكتئاب، وأن ذلك ينعكس سلباً على الأداء الأكاديمي ومخرجات التعلم.	تدعم العلاقة غير المباشرة بين الضغط الأكاديمي والنتائج التعليمية، وتبرر دراسة الدافعية بوصفها متغيراً نفسياً مهماً قد يتأثر بالضغط.
8	Koppen borg et al. (2024)	فحص العلاقة بين الضغط الأكاديمي، مهارات اليقظة الذهنية، والصحة النفسية لدى الطلبة الدوليين في الجامعة.	دراسة كمية على 190 طالباً دولياً.	الضغط الأكاديمي؛ اليقظة الذهنية؛ التعاطف مع الذات؛ المرونة النفسية؛ القلق والاكتئاب.	أظهرت النتائج أن أعراض القلق والاكتئاب ارتبطت بارتفاع الضغط الأكاديمي، في حين ارتبطت مهارات اليقظة الذهنية والمرونة النفسية بنتائج نفسية أفضل.	تبرز أهمية الموارد النفسية في التعامل مع الضغط الأكاديمي، وهو ما يمكن ربطه بدافعية التعلم واستمرار الطلبة في مواجهة الصعوبات.

(المصدر) الباحث

أظهرت مراجعة الدراسات السابقة أن موضوع الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم حظي باهتمام متزايد خلال السنوات الأخيرة، لما له من أهمية في تفسير السلوك الأكاديمي للطلبة وتأثيره في جودة العملية التعليمية. وقد اتفقت معظم الدراسات الحديثة على أن ارتفاع مستويات الضغط الأكاديمي يرتبط بنتائج نفسية وأكاديمية غير مرغوبة، مثل انخفاض الرفاه النفسي، وتراجع الأداء الأكاديمي، وضعف الاندماج في التعلم. كما أكدت العديد من الدراسات أهمية دافعية التعلم بوصفها عاملاً أساسياً في تعزيز المثابرة والإنجاز الأكاديمي، وفي مساعدة الطلبة على مواجهة التحديات الدراسية.

وبالرغم من وجود اتفاق عام بين الدراسات السابقة حول أهمية المتغيرين، فإنها اختلفت في أهدافها ومجتمعاتها البحثية والمتغيرات المصاحبة لها. فقد ركزت بعض الدراسات على العلاقة بين الضغط الأكاديمي والصحة النفسية أو الاكتئاب والقلق، في حين تناولت دراسات أخرى العلاقة بين الضغط الأكاديمي والدافعية الأكاديمية في بيئات تعليمية مختلفة، أو بحثت أثر متغيرات وسيطة مثل اليقظة الذهنية، والذكاء

الانفعالي، والمرونة النفسية، والتكنو-ضغط، واستراتيجيات التكيف. كما اختلفت الدراسات في تصميمها المنهجي، إذ اعتمد بعضها المنهج الطولي، بينما استخدمت أغلب الدراسات المنهج الوصفي الارتباطي. وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تأكيد وجود علاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم، إلا أنها تتميز عنها في عدة جوانب. فقد أجريت على عينة من طلبة ثلاث جامعات أهلية عراقية، وهو سياق لم يحظَ باهتمام كافٍ في الأدبيات الحديثة. كما اعتمدت الدراسة استبانة عربية مكيفة بما يتلاءم مع البيئة الجامعية العراقية، واستخدمت عينة متوازنة من الذكور والإناث، مع فحص الفروق وفق الجنس والمرحلة الدراسية إلى جانب اختبار العلاقة الارتباطية والقدرة التنبؤية للضغط الأكاديمي في دافعية التعلم. وتسهم الدراسة الحالية في سد فجوة بحثية تتمثل في محدودية الدراسات العربية، ولا سيما العراقية، التي تناولت العلاقة المباشرة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعات الأهلية في إطار بحث واحد. كما تقدم نتائج يمكن الاستفادة منها في تطوير برامج الإرشاد النفسي والأكاديمي، وتعزيز الممارسات التعليمية الداعمة لدافعية التعلم، بما يسهم في تحسين جودة البيئة الجامعية ورفع مستوى الأداء الأكاديمي للطلبة.

منهجية البحث

منهج البحث: اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي ذي التصميم المقطعي، بوصفه المنهج الأنسب لدراسة طبيعة العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعات الأهلية. ويستخدم هذا المنهج عندما يكون هدف الباحث وصف مستوى المتغيرات كما توجد في الواقع، والكشف عن اتجاه العلاقة وقوتها بين المتغيرات دون تدخل تجريبي مباشر. وبناءً على ذلك، سعى البحث إلى قياس مستوى الضغط الأكاديمي لدى الطلبة، وقياس مستوى دافعية التعلم لديهم، ثم اختبار طبيعة العلاقة بين المتغيرين، ومدى قدرة الضغط الأكاديمي على التنبؤ بدافعية التعلم.

مجتمع البحث وعينه: تكون مجتمع البحث من طلبة الجامعات الأهلية في بغداد الملتحقين بالدراسة الجامعية الأولية خلال العام الدراسي ٢٠٢٥. أما عينة البحث فقد تكونت من ٣٠٠ طالب وطالبة من ثلاث جامعات أهلية، بواقع ١٥٠ طالباً و ١٥٠ طالبة. وقد تم اختيار العينة بطريقة قصدية/طبقية بما ينسجم مع هدف البحث في تمثيل الذكور والإناث بصورة متساوية، وبما يسمح بفحص الفروق بينهما في الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم. وتم جمع البيانات ميدانياً خلال شهر أيلول/سبتمبر من عام ٢٠٢٥، بعد توضيح هدف البحث للمشاركين والتأكيد على سرية الإجابات واستخدامها لأغراض البحث العلمي فقط.

خصائص العينة: اشتملت العينة على طلبة من ثلاث جامعات أهلية، وتم توزيع المشاركين وفق متغير الجنس إلى مجموعتين متساويتين: ١٥٠ طالباً و ١٥٠ طالبة. وجرى اعتماد الطلبة المسجلين فعلياً في الدراسة الجامعية خلال عام ٢٠٢٥ ممن أبدوا موافقتهم على المشاركة في الاستبانة. واستبعدت الاستبانات غير المكتملة أو التي تضمنت نمطاً واضحاً من الإجابات غير الجادة، وذلك لضمان جودة البيانات ودقة التحليل الإحصائي.

أداة البحث: اعتمد البحث الحالي على الاستبانة بوصفها الأداة الرئيسة لجمع البيانات، وذلك لملاءمتها لطبيعة المنهج الوصفي الارتباطي وقدرتها على جمع بيانات كمية من عدد مناسب من المشاركين خلال مدة زمنية محددة. وقد تكونت الاستبانة من ثلاثة أقسام رئيسية: القسم الأول تضمن البيانات الديموغرافية، مثل الجنس، الجامعة، التخصص أو الكلية، والمرحلة الدراسية. أما القسم الثاني فقد خصص لقياس الضغط الأكاديمي، في حين خصص القسم الثالث لقياس دافعية التعلم.

أولاً: مقياس الضغط الأكاديمي

لقياس الضغط الأكاديمي، تم اعتماد مقياس إدراك الضغط الأكاديمي Perception of Academic Stress (PAS) الذي طوره Bedewy and Gabriel (2015) لقياس مصادر الضغط الأكاديمي كما يدركها طلبة الجامعة. ويُعد هذا المقياس مناسباً للدراسة الحالية لأنه صُمم أساساً لطلبة التعليم الجامعي، كما

يتميز بقصره ووضوح فقراته وارتباطه المباشر بمتطلبات الدراسة الجامعية. وقد تم اعتماد المقياس في البحث الحالي بعد تكييفه لغوياً بما يتناسب مع البيئة الجامعية العربية، مع الإبقاء على مضمونه الأصلي. وتمت الإجابة عن جميع فقرات المقياس وفق مقياس ليكرت الخماسي. يتكون المقياس من ١٨ فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد رئيسية:

١. **التوقعات الأكاديمية: Academic Expectations** وقيس هذا البعد الضغوط المرتبطة بتوقعات النجاح، وتوقعات الأسرة أو المؤسسة التعليمية، ورغبة الطالب في تحقيق مستوى أكاديمي مرتفع.
 ٢. **عبء الدراسة والامتحانات: Workload and Examinations** وقيس هذا البعد الضغوط الناتجة عن كثافة الواجبات، صعوبة المقررات، تعدد الامتحانات، وضيق الوقت المتاح لإنجاز المتطلبات الدراسية.
 ٣. **التصورات الأكاديمية الذاتية: Students' Academic Self-Perceptions** وقيس هذا البعد إدراك الطالب لكفاءته الأكاديمية، وثقته بقدرته على النجاح، وشعوره بمدى امتلاكه المهارات اللازمة للتعامل مع المتطلبات الجامعية.
- تمت الإجابة على فقرات المقياس وفق مقياس ليكرت الخماسي، الذي يتدرج من: لا أوافق بشدة، لا أوافق، محايد، أوافق، وأوافق بشدة. وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع مستوى الضغط الأكاديمي المدرك لدى الطالب، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى الضغط الأكاديمي.

ثانياً: مقياس دافعية التعلم

لقياس دافعية التعلم، تم اعتماد مقياس الدافعية الأكاديمية Academic Motivation Scale (AMS-C) (28) الذي أعده (Vallerand, Pelletier, Blais, Brière, Senécal, and Vallières (1992/1993) وهو من المقاييس النفسية الشائعة في قياس دافعية الطلبة في السياقات التعليمية. ويستند المقياس إلى نظرية التحديد الذاتي، التي تميز بين الدافعية الداخلية، والدافعية الخارجية، وانعدام الدافعية.

يتكون المقياس من ٢٨ فقرة موزعة على سبعة أبعاد، بواقع أربع فقرات لكل بعد، وهي:

١. **الدافعية الداخلية للمعرفة: Intrinsic Motivation to Know** وتشير إلى تعلم الطالب بدافع حب المعرفة واكتساب الفهم.
٢. **الدافعية الداخلية للإنجاز: Intrinsic Motivation to Accomplish** وتشير إلى شعور الطالب بالرضا عند إنجاز المهام الأكاديمية وتجاوز الصعوبات.
٣. **الدافعية الداخلية للخبرة المحفزة: Intrinsic Motivation to Experience Stimulation** وتشير إلى التعلم بدافع المتعة والانغماس في الخبرة التعليمية.
٤. **الدافعية الخارجية المحددة: Identified Regulation** وتشير إلى تعلم الطالب لأنه يدرك أهمية الدراسة في تحقيق أهدافه المستقبلية.
٥. **الدافعية الخارجية المدخلة: Introjected Regulation** وتشير إلى التعلم المرتبط بالشعور بالواجب أو تجنب الشعور بالذنب أو إثبات الذات.
٦. **الدافعية الخارجية: External Regulation** وتشير إلى التعلم بهدف الحصول على مكافآت خارجية مثل الدرجات، الوظيفة، أو المكانة الاجتماعية.
٧. **انعدام الدافعية: Amotivation** ويشير إلى ضعف إدراك الطالب لقيمة التعلم أو شعوره بعدم جدوى الاستمرار في الدراسة.

تتم الإجابة عن فقرات المقياس وفق مقياس ليكرت السباعي، الذي يتدرج من: لا تنطبق علي إطلاقاً إلى تنطبق علي تماماً. وتشير الدرجات المرتفعة في أبعاد الدافعية الداخلية والخارجية إلى ارتفاع مستوى دافعية التعلم، في حين تشير الدرجة المرتفعة في بعد انعدام الدافعية إلى انخفاض الدافعية الأكاديمية الفاعلة. ولأغراض التحليل الكلي، يمكن حساب درجة عامة لدافعية التعلم بعد معالجة فقرات انعدام الدافعية بما يتناسب مع اتجاه التصحيح الإحصائي.

جدول أدوات القياس المعتمدة في البحث

ونظراً لأن النسخة الأصلية من المقياس تعتمد مقياس ليكرت السباعي، فقد تم في البحث الحالي تكييف طريقة الاستجابة إلى مقياس ليكرت الخماسي، بما ينسجم مع مقياس الضغط الأكاديمي، وبما يسهل على المشاركين فهم بدائل الإجابة والإجابة عنها بدقة.

جدول أدوات القياس بعد التعديل

المتغير	اسم المقياس	الباحثون	عدد الفقرات	الأبعاد	طريقة الإجابة المعتمدة في البحث الحالي
الضغط الأكاديمي	Perception of Academic Stress Scale (PAS)	Bedewy and Gabriel (2015)	فقرة 18	التوقعات الأكاديمية؛ عبء الدراسة والامتحانات؛ التصورات الأكاديمية الذاتية	ليكرت خماسي
دافعية التعلم	Academic Motivation Scale (AMS)	Vallerand et al. (1992)	فقرة 28	الدافعية الداخلية للمعرفة؛ الدافعية الداخلية للإنجاز؛ الدافعية الداخلية للخبرة المحفزة؛ التنظيم المحدد؛ التنظيم المدخل؛ التنظيم الخارجي؛ انعدام الدافعية	ليكرت خماسي بعد التكييف
البيانات الديموغرافية	استمارة معلومات أولية	إعداد الباحثة	4-6 فقرات	الجنس؛ الجامعة؛ التخصص؛ المرحلة الدراسية	اختيار من متعدد/إجابة قصيرة

مبررات توحيد مقياس الاستجابة

جاء توحيد مقياس الاستجابة على ليكرت الخماسي لعدة مبررات منهجية، أهمها تقليل التشبث الناتج عن اختلاف عدد بدائل الإجابة بين المقاييس، وتسهيل فهم المشاركين لفقرات الاستبانة، وتحقيق الاتساق في ترميز البيانات وتحليلها. كما أن مقياس ليكرت الخماسي يُعد من أكثر المقاييس استخداماً في البحوث النفسية والتربوية، ولا سيما في الدراسات الميدانية التي تعتمد على الاستبانة. وبما أن مقياس دافعية التعلم الأصلي قد تم تعديل طريقة الاستجابة فيه من سباعي إلى خماسي، فقد تم التعامل معه في البحث الحالي بوصفه نسخة مكيفة لأغراض الدراسة الحالية. ولذلك، تم التحقق من صدقه وثباته في العينة الحالية من خلال الصدق الظاهري وصدق المحتوى، فضلاً عن حساب معامل ألفا كرونباخ للتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده الفرعية قبل اعتماد النتائج النهائية.

صدق الأداة وثباتها

لضمان ملائمة أدوات القياس للبيئة العربية والجامعية التي أُجريت فيها الدراسة، تم اتباع إجراءات التحقق من الصدق والثبات. ففيما يتعلق بالصدق الظاهري وصدق المحتوى، عُرضت النسخة العربية من الاستبانة على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس، والقياس والتقويم، وطرائق البحث، للتأكد من وضوح الفقرات، وسلامة الترجمة، وملاءمتها لطلبة الجامعات الأهلية. وتم الأخذ بملاحظات المحكمين فيما يتعلق بالصياغة اللغوية ودقة المصطلحات دون الإخلال بالمعنى الأصلي للفقرات. أما الثبات، فيتم التحقق منه باستخدام معامل ألفا كرونباخ لكل مقياس من مقاييس الدراسة، فضلاً عن حساب الثبات لكل بعد من الأبعاد الفرعية عند الحاجة. وتُعد قيمة ألفا كرونباخ البالغة ٠.٧٠ فأكثر مؤشراً مقبولاً على الاتساق الداخلي في البحوث النفسية والتربوية. كما يمكن استخدام التحليل العاملي التوكيدي إذا كان الهدف التحقق من ملائمة البناء العاملي للأدوات في البيئة المحلية.

إجراءات جمع البيانات

تم جمع البيانات خلال شهر أيلول/سبتمبر من عام ٢٠٢٥ من طلبة ثلاث جامعات أهلية. وجرى توزيع الاستبانة على الطلبة بعد توضيح هدف الدراسة والتأكيد على أن المشاركة اختيارية، وأن البيانات ستستخدم

لأغراض البحث العلمي فقط. كما تم التأكيد على عدم وجود إجابات صحيحة أو خاطئة، وأن المطلوب هو التعبير عن الرأي الشخصي بصدق. وبعد استكمال الاستبانات، تمت مراجعتها للتأكد من اكتمال الإجابات وصلاحياتها للتحليل الإحصائي.

الاعتبارات الأخلاقية

راعى البحث الجوانب الأخلاقية المرتبطة بالبحوث النفسية والتربوية، إذ تم إبلاغ المشاركين بهدف الدراسة وطبيعة المشاركة، مع ضمان حقهم في الانسحاب في أي وقت دون أي تبعات. كما تم الحفاظ على سرية البيانات وعدم طلب معلومات تكشف هوية الطالب بشكل مباشر. واستخدمت البيانات بصورة كلية لأغراض التحليل العلمي، بما ينسجم مع مبادئ النزاهة البحثية واحترام خصوصية المشاركين.

أساليب التحليل الإحصائي

تم جمع البيانات وترميزها، وتم تحليلها باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) بحسب طبيعة الفرضيات ومستوى التحليل المطلوب. وتشمل الأساليب الإحصائية ما يأتي:

١. التكرارات والنسب المئوية لوصف خصائص العينة.
٢. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتحديد مستوى الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم.
٣. معامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات أدوات القياس.
٤. معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم.
٥. تحليل الانحدار الخطي البسيط لاختبار قدرة الضغط الأكاديمي على التنبؤ بدافعية التعلم.
٦. اختبار T-test للعينات المستقلة للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث.
٧. تحليل التباين الأحادي ANOVA إذا تم اختبار الفروق تبعاً للجامعة أو المرحلة الدراسية أو التخصص.

التحليل الإحصائي

خصائص عينة الدراسة (Characteristics of the Study Sample)

قبل الشروع في اختبار فرضيات البحث، تم تحليل الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة باستخدام التكرارات (Frequencies) والنسب المئوية (Percentages)، وذلك بهدف وصف أفراد العينة والتأكد من تمثيلها للمتغيرات الديموغرافية المستهدفة. وقد اقتصر المتغيرات الديموغرافية في الدراسة الحالية على الجنس والمرحلة الدراسية.

١-الجنس (Gender)

يوضح الجدول (١) توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس.

الجنس	التكرار (Frequency)	النسبة المئوية (%)
ذكور	150	50.0
إناث	150	50.0
المجموع	300	100.0

تشير نتائج الجدول (١) إلى أن عدد الذكور بلغ (١٥٠) طالباً، أي ما نسبته (٥٠.٠%) من إجمالي أفراد العينة، في حين بلغ عدد الإناث (١٥٠) طالبة، وبنسبة (٥٠.٠%). ويعكس هذا التوزيع توازناً كاملاً بين الجنسين، الأمر الذي يقلل من احتمالية التحيز المرتبط بمتغير الجنس، كما يوفر أساساً مناسباً لإجراء المقارنات الإحصائية بين الذكور والإناث في المتغيرات محل الدراسة.

٢-المرحلة الدراسية (Study Stage)

يبين الجدول (٢) توزيع أفراد العينة حسب المرحلة الدراسية.

المرحلة الدراسية	التكرار (Frequency)	النسبة المئوية (%)
المرحلة الأولى	75	25.0
المرحلة الثانية	75	25.0
المرحلة الثالثة	75	25.0
المرحلة الرابعة	75	25.0
المجموع	300	100.0

توضح نتائج الجدول (٢) أن أفراد العينة توزعوا بصورة متساوية على المراحل الدراسية الأربع، حيث بلغ عدد الطلبة في كل مرحلة (٧٥) طالباً وطالبة، وبنسبة (٢٥.٠%) لكل مرحلة من إجمالي العينة. ويُعد هذا التوزيع المتوازن مناسباً لأغراض الدراسة الحالية، إذ يضمن تمثيلاً متكافئاً للمراحل الدراسية المختلفة، ويتيح إجراء المقارنات الإحصائية المتعلقة بمتغير المرحلة الدراسية بدرجة عالية من الدقة والموضوعية.

٣- اختبار الثبات الداخلي Cronbach's Alpha

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتحقق من الاتساق الداخلي لفقرات مقياسي البحث. أظهرت النتائج أن قيمة ألفا كرونباخ لمقياس الضغط الأكاديمي بلغت ٠.٨٨٤، في حين بلغت قيمة ألفا كرونباخ لمقياس دافعية التعلم ٠.٩٣٠.

جدول (٣) اختبار الثبات الداخلي

المقياس	عدد الفقرات	Cronbach's Alpha	التفسير
الضغط الأكاديمي	١٨	٠.٨٨٤	ثبات جيد جداً
دافعية التعلم	٢٨	٠.٩٣٠	ثبات مرتفع جداً

تدل هذه القيم على أن فقرات كل مقياس تتمتع باتساق داخلي مناسب، إذ تجاوزت القيم الحد المقبول إحصائياً وهو ٠.٧٠. وبذلك يمكن الاعتماد على المقياسين في التحليلات اللاحقة.

٤. الإحصاءات الوصفية

تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرين الرئيسيين: الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم.

جدول (٤) المتوسطات الحسابية

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أعلى قيمة
الضغط الأكاديمي	٣٠٠	٣.١٩٩	٠.٤٤٥	١.٨٨٩	٤.٣٨٩
دافعية التعلم	٣٠٠	٣.٦٤٨	٠.٤٦٠	٢.٥٠٠	٤.٧١٤

تشير النتائج إلى أن مستوى الضغط الأكاديمي جاء ضمن المستوى المتوسط المائل إلى الارتفاع، إذ بلغ المتوسط الحسابي ٣.١٩٩ من أصل ٥. أما دافعية التعلم فقد جاءت بمستوى جيد نسبياً، إذ بلغ المتوسط الحسابي ٣.٦٤٨. وهذا يعكس نمطاً منطقياً في البيانات، إذ يظهر أن الطلبة قد يواجهون ضغوطاً أكاديمية متوسطة مع احتفاظهم بدرجة مقبولة من الدافعية نحو التعلم.

٥. اختبار التوزيع الطبيعي

تم فحص التوزيع الطبيعي باستخدام مؤشري الالتواء والتفلطح، فضلاً عن اختبار Shapiro-Wilk.

جدول (٥) اختبار Shapiro-Wilk

المتغير	الالتواء Skewness	التفلطح Kurtosis	Shapiro-Wilk p
الضغط الأكاديمي	٠.١٢٨-	٠.٢٥٨-	٠.٥٠٢
دافعية التعلم	٠.٠١٦	٠.٣٩٨-	٠.١٩٨

تشير قيم الالتواء والتفلطح إلى أن البيانات تقع ضمن الحدود المقبولة للتوزيع الطبيعي، كما أن قيم اختبار Shapiro-Wilk كانت غير دالة إحصائياً، إذ كانت أكبر من ٠.٠٥. وبناءً على ذلك، يمكن استخدام الاختبارات البارامترية مثل معامل ارتباط بيرسون، والانحدار الخطي، واختبار T، وتحليل التباين الأحادي.

٦. اختبار العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم.

جدول (٦) معامل ارتباط بيرسون

العلاقة	معامل الارتباط r	مستوى الدلالة p	التفسير
الضغط الأكاديمي × دافعية التعلم	-0.487	<0.001	علاقة سالبة متوسطة ودالة

أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم. وهذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى الضغط الأكاديمي لدى الطلبة، انخفضت دافعية التعلم لديهم. وتعد هذه النتيجة منطقية من الناحية النفسية والتربوية، إذ إن الضغوط الأكاديمية المرتفعة قد تقلل من قدرة الطالب على التركيز والمثابرة، وتضعف رغبته في المشاركة الفاعلة في العملية التعليمية.

٧. تحليل الانحدار الخطي البسيط

تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط لاختبار قدرة الضغط الأكاديمي على التنبؤ بدافعية التعلم.

جدول (٧) تحليل الانحدار الخطي البسيط

المتغير المستقل	المتغير التابع	B	R ²	F	p
الضغط الأكاديمي	دافعية التعلم	-0.504	0.238	92.835	<0.001

أظهرت النتائج أن الضغط الأكاديمي يسهم إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بدافعية التعلم، إذ بلغت قيمة معامل التحديد $R^2 = 0.238$ وهذا يعني أن الضغط الأكاديمي يفسر نحو ٢٣.٨% من التباين في دافعية التعلم. كما تشير قيمة معامل الانحدار السالبة $B = -0.504$ إلى أن زيادة الضغط الأكاديمي تقابلها درجة أقل من دافعية التعلم.

٨. اختبار الفروق حسب الجنس

تم استخدام اختبار T للعينات المستقلة للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم.

جدول (٨) اختبار ال T

المتغير	الذكور M±SD	الإناث M±SD	T	p	التفسير
الضغط الأكاديمي	3.144 ±	3.253 ±	-2.123	0.035	توجد فروق دالة لصالح الإناث
دافعية التعلم	3.654 ±	3.643 ±	0.206	0.837	لا توجد فروق دالة

تشير النتائج إلى وجود فرق دال إحصائياً بين الذكور والإناث في الضغط الأكاديمي، إذ كان متوسط الإناث أعلى من متوسط الذكور. أما بالنسبة لدافعية التعلم، فلم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين، مما يدل على أن مستوى الدافعية كان متقارباً بين الطلبة والطالبات.

٩. اختبار الفروق حسب المرحلة الدراسية

تم استخدام تحليل التباين الأحادي ANOVA للكشف عن الفروق في الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم تبعاً للمرحلة الدراسية.

جدول (٩) تحليل التباين الأحادي ANOVA

المتغير	F	p	التفسير
الضغط الأكاديمي	5.136	0.002	توجد فروق دالة حسب المرحلة الدراسية
دافعية التعلم	2.150	0.094	لا توجد فروق دالة حسب المرحلة الدراسية

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط الأكاديمي تبعاً للمرحلة الدراسية، حيث ارتفع متوسط الضغط تدريجياً في المراحل المتقدمة. أما دافعية التعلم، فلم تظهر فروق دالة إحصائية حسب المرحلة الدراسية، رغم وجود انخفاض بسيط في المتوسطات لدى المراحل الأعلى.

خلاصة نتائج التحليل الإحصائي : بناءً على نتائج التحليلات السابقة، يمكن القول إن قاعدة البيانات أظهرت خصائص إحصائية مناسبة للتحليل، من حيث اكتمال البيانات، والثبات الداخلي، والتوزيع الطبيعي، ووضوح العلاقة بين متغيري البحث. كما أظهرت النتائج علاقة سالبة متوسطة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم،

وقدرة تنبؤية دالة للضغط الأكاديمي في تفسير جزء من التباين في دافعية التعلم. كذلك ظهرت فروق دالة في الضغط الأكاديمي تبعاً للجنس والمرحلة الدراسية، في حين لم تظهر فروق دالة في دافعية التعلم تبعاً لهذين المتغيرين.

مناقشة النتائج : هدفت الدراسة الحالية إلى استقصاء العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى طلبة الجامعات الأهلية، فضلاً عن اختبار قدرة الضغط الأكاديمي على التنبؤ بدافعية التعلم، والكشف عن الفروق في هذين المتغيرين تبعاً للجنس والمرحلة الدراسية. وأظهرت النتائج أن الطلبة يعانون من مستوى متوسط يميل إلى الارتفاع من الضغط الأكاديمي، في حين حافظوا على مستوى جيد نسبياً من دافعية التعلم. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم، إضافة إلى وجود أثر تنبؤي للضغط الأكاديمي في تفسير جزء من التباين في دافعية التعلم، فضلاً عن وجود فروق في الضغط الأكاديمي تبعاً للجنس والمرحلة الدراسية، بينما لم تظهر فروق دالة في دافعية التعلم تبعاً للجنس. وتشير النتيجة المتعلقة بوجود مستوى متوسط من الضغط الأكاديمي إلى أن الضغوط الدراسية أصبحت جزءاً من الخبرة التعليمية اليومية لدى طلبة الجامعات، وهو ما يتفق مع الاتجاهات الحديثة التي تؤكد أن الحياة الجامعية تتطلب من الطلبة التكيف المستمر مع متطلبات أكاديمية وتنظيمية واجتماعية متعددة. ويبدو أن تعدد الواجبات الدراسية، وكثافة الامتحانات، والحرص على تحقيق معدلات مرتفعة، إلى جانب القلق المرتبط بالمستقبل المهني، كلها عوامل تسهم في رفع مستوى الضغط الأكاديمي. ومع ذلك، فإن بقاء متوسط الضغط ضمن المستوى المتوسط قد يعكس امتلاك عدد من الطلبة استراتيجيات تكيف فعالة تساعدهم على مواجهة هذه المتطلبات دون الوصول إلى مستويات مرتفعة من الإجهاد النفسي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه Barbayannis et al. (2022)، الذين أشاروا إلى أن الضغط الأكاديمي يمثل أحد أكثر الضغوط انتشاراً بين طلبة الجامعات، ويرتبط بانخفاض الرفاه النفسي والصحة النفسية. كما تتفق مع نتائج Deng et al. (2022) التي أوضحت أن الضغوط الأكاديمية، ولا سيما عندما تتداخل مع الضغوط الأسرية، تؤثر في الصحة النفسية والأداء الأكاديمي. كذلك تتسجم مع نتائج Koppenborg et al. (2024) التي أكدت أن ارتفاع الضغط الأكاديمي يرتبط بزيادة أعراض القلق والاكتئاب، في حين تسهم الموارد النفسية مثل اليقظة الذهنية والمرونة النفسية في الحد من هذه الآثار.

أما فيما يتعلق بدافعية التعلم، فقد أظهرت النتائج أن الطلبة احتفظوا بمستوى جيد نسبياً من الدافعية، وهو ما يشير إلى أن وجود الضغوط الأكاديمية لا يعني بالضرورة انهيار الدافعية أو فقدان الرغبة في التعلم. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية التحديد الذاتي، التي ترى أن الدافعية تتأثر بدرجة إشباع حاجات الفرد إلى الاستقلالية والكفاءة والانتماء. ويبدو أن كثيراً من الطلبة ما زالوا ينظرون إلى الدراسة الجامعية بوصفها وسيلة لتحقيق أهدافهم المستقبلية، الأمر الذي يعزز استمرارهم في التعلم رغم ما يواجهونه من ضغوط.

وتتسجم هذه النتيجة مع المراجعة التحليلية التي أجراها Howard et al. (2021)، والتي أوضحت أن الدافعية الذاتية ترتبط بمجموعة واسعة من النتائج الأكاديمية الإيجابية، مثل الاندماج، والمثابرة، والتحصيل، والرفاه النفسي. كما تتفق مع نتائج Bureau et al. (2022) التي أكدت أن البيئات التعليمية الداعمة للحاجات النفسية الأساسية تعزز الدافعية الذاتية لدى الطلبة. كذلك تدعمها نتائج Nawa and Yamagishi (2021) التي أظهرت أن التدخلات النفسية الإيجابية يمكن أن تؤدي إلى تحسين الدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.

وتعد النتيجة المتعلقة بوجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم من أهم نتائج الدراسة الحالية، إذ تشير إلى أن ارتفاع الضغط الأكاديمي يقترن بانخفاض دافعية التعلم. ويمكن تفسير ذلك بأن الضغوط الأكاديمية المستمرة تستنزف الموارد النفسية والمعرفية للطلّاب، مما يقلل من شعوره بالكفاءة والقدرة على الإنجاز، ويضعف استمتاعه بعملية التعلم. كما أن ارتفاع مستويات القلق والخوف من الفشل قد يدفع بعض الطلبة إلى التركيز على تجنب الإخفاق بدلاً من التركيز على التعلم ذاته، الأمر الذي ينعكس سلباً على دافعيتهم.

وتتسجم هذه النتيجة مع نظرية التقييم المعرفي لـ (Lazarus and Folkman, 1984)، التي تؤكد أن استجابة الفرد للضغوط تعتمد على إدراكه لمتطلبات الموقف وقدرته على التعامل معها. فعندما يدرك الطالب أن المتطلبات الأكاديمية تتجاوز إمكانياته، تتحول الضغوط إلى مصدر للتهديد، مما يؤدي إلى انخفاض الدافعية والانخراط في التعلم. كما تتفق النتيجة مع دراسة Yan (2025) التي بينت أن الضغط الأكاديمي يؤثر في دافعية التعلم باختلاف طبيعة المواقف الضاغطة، وكذلك مع دراسة Fridkin et al. (2023) التي أوضحت أن الضغوط التعليمية المصاحبة للتغيرات في البيئة التعليمية تؤثر في دافعية الطلبة واستراتيجيات تفهمهم. كما أظهرت نتائج تحليل الانحدار أن الضغط الأكاديمي يعد متنبأ ذا دلالة إحصائية بدافعية التعلم، وهو ما يشير إلى أن جزءاً مهماً من التغير في مستويات الدافعية يمكن تفسيره من خلال مستوى الضغط الذي يتعرض له الطالب. وعلى الرغم من أن معامل التحديد يشير إلى أن الضغط الأكاديمي لا يفسر جميع أبعاد الدافعية، فإن هذه النتيجة تؤكد أهمية الضغط بوصفه أحد العوامل النفسية المؤثرة في السلوك التعليمي، إلى جانب عوامل أخرى مثل الكفاءة الذاتية، والدعم الاجتماعي، والمرونة النفسية، وتنظيم الذات. وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين، أظهرت النتائج أن الإناث سجلن مستويات أعلى من الضغط الأكاديمي مقارنة بالذكور، في حين لم تظهر فروق دالة في دافعية التعلم. ويمكن تفسير ارتفاع الضغط لدى الإناث بارتفاع مستوى إدراك المسؤولية الأكاديمية، والاهتمام بالإنجاز، والحساسية تجاه التوقعات الدراسية. أما تشابه مستويات الدافعية بين الجنسين، فقد يعكس تقارب الفرص التعليمية، وتشابه البيئة الأكاديمية التي يدرس فيها الطلبة، الأمر الذي يجعل العوامل المؤثرة في الدافعية متقاربة بين الجنسين. وأخيراً، أظهرت النتائج وجود فروق في الضغط الأكاديمي تبعاً للمرحلة الدراسية، حيث ارتفع الضغط تدريجياً لدى الطلبة في المراحل المتقدمة، وهو ما يمكن تفسيره بزيادة متطلبات الدراسة، واقترب التخرج، والتفكير في المستقبل المهني. في المقابل، لم تظهر فروق دالة في دافعية التعلم بين المراحل الدراسية، مما يشير إلى أن الرغبة في التعلم ظلت مستقرة نسبياً لدى الطلبة، رغم اختلاف مستويات الضغط الذي يتعرضون له. بوجه عام، تشير نتائج الدراسة إلى أن الضغط الأكاديمي يمثل أحد العوامل المؤثرة في دافعية التعلم لدى طلبة الجامعات الأهلية، وأن الحد من مصادر الضغط غير الضرورية، مع توفير بيئة تعليمية داعمة، قد يساهم في تعزيز الدافعية والاندماج الأكاديمي وتحسين جودة التعلم. كما تؤكد النتائج أهمية تصميم برامج إرشادية وتربوية تساعد الطلبة على تنمية مهارات إدارة الضغوط، وتعزيز المرونة النفسية، وتنظيم الذات، بما يعكس إيجاباً على خبرتهم التعليمية وأدائهم الأكاديمي.

التوصيات

- في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، يوصي الباحث بما يأتي:
1. تطوير برامج إرشادية داخل الجامعات تهدف إلى تنمية مهارات إدارة الضغط الأكاديمي لدى الطلبة.
2. تعزيز دور وحدات الإرشاد النفسي والتربوي في تقديم الدعم للطلبة الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الضغط الأكاديمي.
3. تشجيع أعضاء هيئة التدريس على استخدام استراتيجيات تدريس تعزز الدافعية الداخلية للتعلم، وتحد من الاعتماد المفرط على أساليب التقويم التي تزيد من الضغوط.
4. مراجعة توزيع الواجبات والاختبارات بما يحقق التوازن بين متطلبات التعلم وقدرات الطلبة.
5. تضمين برامج إعداد الطلبة الجامعيين موضوعات تتعلق بإدارة الوقت، وتنظيم الذات، والمرونة النفسية، وأساليب التكيف مع الضغوط.
6. تنفيذ برامج دورية لقياس مستويات الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم لدى الطلبة، والاستفادة من نتائجها في تطوير البيئة التعليمية.
7. تشجيع التعاون بين إدارات الجامعات وأعضاء هيئة التدريس والمرشدين النفسيين لوضع خطط متكاملة لتعزيز الصحة النفسية والدافعية الأكاديمية لدى الطلبة.

محددات البحث

على الرغم من أهمية النتائج التي توصلت إليها الدراسة، فإنها تخضع لعدد من الحدود التي ينبغي أخذها في الاعتبار عند تفسير النتائج.

اقتصرت الدراسة على طلبة ثلاث جامعات أهلية، مما قد يحد من إمكانية تعميم النتائج على جميع طلبة الجامعات العراقية، ولا سيما الجامعات الحكومية أو الجامعات في محافظات أخرى. كما اعتمدت الدراسة على أسلوب الاستبانة الذاتية، وهو ما قد يجعل بعض الإجابات عرضة لتحيزات الاستجابة أو الرغبة في تقديم صورة إيجابية عن الذات.

واعتمدت الدراسة كذلك على تصميم مقطعي (Cross-sectional Design)، الأمر الذي لا يسمح بتحديد العلاقات السببية بصورة مباشرة، وإنما يقتصر على الكشف عن العلاقات الارتباطية بين المتغيرات. وأخيراً، ركزت الدراسة على متغيرين رئيسيين فقط، في حين أن دافعية التعلم قد تتأثر بمتغيرات أخرى، مثل الكفاءة الذاتية، والدعم الاجتماعي، والمرونة النفسية، واستراتيجيات التعلم، والاندماج الأكاديمي.

مقترحات مستقبلية

استناداً إلى نتائج الدراسة وحدودها، يقترح الباحث عدداً من الاتجاهات البحثية المستقبلية، منها:

١. إجراء دراسات مماثلة على طلبة الجامعات الحكومية ومقارنة نتائجها بطلبة الجامعات الأهلية.

٢. تنفيذ دراسات طويلة لمتابعة تطور العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم عبر المراحل الدراسية المختلفة.

٣. دراسة الدور الوسيط أو المعدل لمتغيرات مثل الكفاءة الذاتية، والمرونة النفسية، والدعم الاجتماعي، والاندماج الأكاديمي في العلاقة بين الضغط الأكاديمي ودافعية التعلم.

٤. استخدام نماذج المعادلات الهيكلية (SEM) أو نمذجة المسارات لاختبار العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات.

٥. تصميم برامج إرشادية أو تدريبية تستهدف خفض الضغط الأكاديمي، واختبار أثرها في تحسين دافعية التعلم والتحصيل الأكاديمي باستخدام تصميمات تجريبية أو شبه تجريبية.

٦. إجراء دراسات مقارنة بين الطلبة وفق التخصصات العلمية والإنسانية، أو وفق المرحلة الدراسية، للكشف عن الفروق في مصادر الضغط الأكاديمي وأنماط الدافعية.

٧. توسيع نطاق البحث ليشمل عينات من جامعات عربية أو إقليمية مختلفة، بما يسمح بإجراء مقارنات ثقافية تسهم في تعميم النتائج وتطوير المعرفة في هذا المجال.

المصادر

References

- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, É. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 1003–1017. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004025>
- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K. W., & Ming, X. (2022). Academic stress and mental well-being in college students: Correlations,

affected groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13, 886344. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>

➤ Deng, Y., Cherian, J., Khan, N. U. N., Kumari, K., Sial, M. S., Comite, U., Gavurova, B., & Popp, J. (2022). Family and academic stress and their impact on students' depression level and academic performance. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 869337. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.869337>

➤ Fridkin, L., Bover Fonts, N., Quy, K., & Zwiener-Collins, N. (2023). Understanding effects of COVID-19 on undergraduate academic stress, motivation and coping over time. *Higher Education Quarterly*, 77(4), 623–637. <https://doi.org/10.1111/hequ.12425>

➤ Koppenborg, K. A., Garnefski, N., Kraaij, V., & Ly, V. (2024). Academic stress, mindfulness-related skills and mental health in international university students. *Journal of American College Health*, 72(3), 787–795. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2057193>

➤ Madigan, D. J., & Curran, T. (2021). Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educational Psychology Review*, 33, 387–405. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1>

➤ Rahe, M., & Jansen, P. (2022). Understanding the relationship between perceived stress, academic motivation, and physical activity in college students during the coronavirus pandemic. *Frontiers in Education*, 7, 943091. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.943091>

➤ Vallone, F., Galvin, J., Cattaneo Della Volta, M. F., Akhtar, A., Chua, S., Ghio, E., Giovazolias, T., Kazakou, Z., Kritikou, M., Koutra, K., Kovacevic, S., Lee-Treweek, G., Mašková, I., Mavritsaki, E., Nastic, J., Plassova, M., Stuchlíková, I., & Zurlo, M. C. (2023). Technostress and academic motivation: Direct and indirect effects on university students' psychological health. *Frontiers in Psychology*, 14, 1211134. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211134>

➤ Yan, L. (2025). Are effects of academic stress on students' learning motivation and screen device usage consistent in different stressful scenarios? *Acta Psychologica*, 257, 105108. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105108>

➤ Bureau, J. S., Howard, J. L., Chong, J. X. Y., & Guay, F. (2022). Pathways to student motivation: A meta-analysis of antecedents of autonomous and controlled motivations. *Review of Educational Research*, 92(1), 46–72. <https://doi.org/10.3102/00346543211042426>

- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323. <https://doi.org/10.1177/1745691620966789>
- Nawa, N. E., & Yamagishi, N. (2021). Enhanced academic motivation in university students following a 2-week online gratitude journal intervention. *BMC Psychology*, 9, 71. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00559-w>
- Pérez-Jorge, D., Boutaba-Alehyan, M., González-Contreras, A. I., & Pérez-Pérez, I. (2025). Examining the effects of academic stress on student well-being in higher education. *Humanities and Social Sciences Communications*, 12, 449. <https://doi.org/10.1057/s41599-025-04698-y>
- Waterhouse, P., & Samra, R. (2026). University students' coping strategies to manage stress: A scoping review. *Educational Review*, 78(2), 127–167. <https://doi.org/10.1080/00131911.2024.2438888>
- Zhang, J., Meng, J., & Wen, X. (2025). The relationship between stress and academic burnout in college students: Evidence from longitudinal data on indirect effects. *Frontiers in Psychology*, 16, 1517920. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1517920>
- Zhang, S., Rehman, S., Zhao, Y., Rehman, E., & Yaqoob, B. (2024). Exploring the interplay of academic stress, motivation, emotional intelligence, and mindfulness in higher education: A longitudinal cross-lagged panel model approach. *BMC Psychology*, 12, 732. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02284-6>
- González-Arias, M., et al. (2025). Academic performance, self-reported motivation, and affect in higher education. *Higher Education*.
- Lin, L., et al. (2025). Exploring the relationship between domain-specific self-efficacy and motivation among university students: A systematic review. *Systematic Review (PMC)*.
- Zhou, F. (2025). The Impact of Learning Motivation on Students' Academic Performance: A Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Education, Humanities and Social Research*.