

جامعة النجاح الوطنية

كلية الدراسات العليا

درجة التسويق الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في
جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين

إعداد

أسامة لطفي محمود البزور

إشراف

أ. د. غسان الحلو

د. فاخر الخليلي

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإدارة التربوية
بكلية الدراسات العليا، في جامعة النجاح الوطنية، نابلس - فلسطين.

2017

درجة التسويق الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة
البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين

إعداد

أسامة لطفي محمود البزور

نوقشت هذه الرسالة بتاريخ: 13 / 7 / 2017م، وأجيزت.

التوقيع

أعضاء لجنة المناقشة

- | | |
|-------|---|
| | 1. أ. د. غسان حسين الحلو / مشرفاً ورئيساً |
| | 2. د. فاخر نبيل الخليلي / مشرفاً ثانياً |
| | 3. د. رجاء رويحي سويدان / ممتحناً خارجياً |
| | 4. د. فايز محاميد / ممتحناً داخلياً |

الإهداء

إلى من تسجد لروحهم الملائكة في السماء...شهداء فلسطين

إلى من ضحوا بأجمل سنين عمرهم ليصونوا كرامتنا...أسرانا الأبطال

إلى من ذللا لي الصعاب بدعواتهما الصالحة...أبي وأمي

إلى من بعينها تصبح الأشياء أكثر وضوحاً...زوجتي الغالية

إلى من هم سندي ومصدر قوتي...أخوتي وأخواتي

إلى قدوتي ومنبع أفكارى...المربي الفاضل هاشم العزموطي

إلى كل الأصدقاء وكل من ساندني في إنجاز هذا البحث

إليهم جميعاً أهدي هذا الجهد المتواضع

الشكر والتقدير

أشكر الله عز وجل أن وفقني لإكمال دراستي بشكل عام وهذا البحث العلمي بشكل خاص، فله الحمد على جزييل فضله وإنعامه، ثم الشكر موصول لكل من ساندي ووقف بجانبني إعترافاً بفضلهم وتقديراً لجهدهم.

كما يشرفني أن أتقدم بجزييل الشكر والعرفان إلى من كان له الفضل بعد الله في إخراج هذه الدراسة بصورتها النهائية المشرفين على هذه الرسالة الأستاذ الدكتور غسان حسين الحلو والدكتور فاخر الخليلي لما بذلاه من جهد وقدماء لي التوجيه السليم والرأي السديد الذي ساعدني في تخطي الكثير من الصعاب، فجزاهم الله خير الجزاء وزادهما فضلاً وعطاءً في علمهما وخلقهما.

كما أتقدم بجزييل الشكر إلى أعضاء لجنة المناقشة الدكتورة رجاء سويدان والدكتور فايز محاميد على ما بذلوه من جهد في مناقشة هذه الرسالة وكان لتوجيهاتهم الأثر البالغ في إثراء هذه الرسالة فجزاهم الله خير الجزاء

ويسرني أن أشكر أعضاء هيئة التدريس في جامعة النجاح الوطنية والممثلين بالأستاذ الدكتور عبد عساف، والدكتور عبدالكريم أيوب، والدكتور سهيل صالحه، وأخص بالذكر الدكتور أشرف الصايغ والدكتور محمد عواد على ما قدماه لي من جهد ومعرفة ومساعدة علمية.

كما أتقدم بخالص الشكر والإمتنان لأختي المعلمة الفاضلة شذى البزور والتي كانت قدوتي ومصدر إلهامي في إكمال دراستي، فلها مني أصدق الشكر وأوفاه.

وفي الختام أسأل الله تعالى أن يجعل ما قدمت من جهد خالصاً لوجهه الكريم.

الباحث

الإقرار

أنا الموقع أدناه، مقدم الرسالة التي تحمل العنوان:

درجة التسوية الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في
جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هو نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه
حيثما ورد، وأن هذه الرسالة كاملة، أو أي جزء منها لم يُقدم من قبل لنيل أي درجة أو لقب علمي
أو بحثي لدى أي مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

Declaration

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the researcher's own work, and has not been submitted elsewhere for any other degree or qualification.

Student's Name

اسم الطالب:

Signature

التوقيع:

Date

التاريخ:

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
ج	الإهداء
د	الشكر والتقدير
هـ	إقرار
ح	فهرس الجداول
ي	فهرس الملاحق
ك	الملخص
1	الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهميتها
2	المقدمة
4	مشكلة الدراسة
5	أسئلة الدراسة
5	فرضيات الدراسة
7	أهمية الدراسة
7	أهداف الدراسة
8	حدود الدراسة
9	مصطلحات الدراسة
10	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
11	الإطار النظري المتعلق بالتسويق الأكاديمي
15	الإطار النظري المتعلق بالضغوط النفسية
23	النظريات المفسرة للضغوط النفسية
26	الدراسات ذات العلاقة بالضغوط النفسية
29	الدراسات ذات العلاقة بالتسويق الأكاديمي
33	الدراسات التي اهتمت بفحص العلاقة بين الضغوط النفسية والتسويق الأكاديمي
37	التعقيب على الدراسات السابقة
39	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات
40	منهج الدراسة
40	مجتمع الدراسة

41	عينة الدراسة
43	أداة الدراسة
49	إجراءات الدراسة
50	متغيرات الدراسة
50	المعالجات الإحصائية
52	الفصل الرابع: نتائج الدراسة
53	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
56	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
64	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
65	النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
70	النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
81	الفصل الخامس: مناقشة النتائج
82	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
83	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
85	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
86	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
87	مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
88	التوصيات والمقترحات
89	المصادر والمراجع
99	الملاحق
b	abstract

فهرس الجداول

رقم الجدول	اسم الجدول	الصفحة
(1)	توزيع أفراد عينة الدراسة بحسب المتغيرات المستقلة.	42
(2)	توزيع فقرات أبعاد مقياس الضغوط النفسية.	44
(3)	نتائج اختبار بيرسون لفحص ارتباط فقرات مجال الضغوط النفسية والدرجة الكلية للمجال.	46
(4)	نتائج اختبار بيرسون لفحص ارتباط فقرات مقياس التسويف بالدرجة الكلية.	48
(5)	معاملات ثبات أداة الإستبانة بإستخدام معادلة ألفا كرونباخ.	49
(6)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرات لمقياس التسويف الأكاديمي مرتبة تنازلياً.	54
(7)	إختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمقياس التسويف الأكاديمي.	56
(8)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرات للدرجة الكلية لفقرات وأبعاد الضغوط النفسية مرتبة تنازلياً.	57
(9)	نتائج إختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة عند الدرجة الكلية ومتوسط المجتمع لمقياس الضغوط النفسية ومجالاتها	62
(10)	نتائج إختبار بيرسون لمعاملات الإرتباط بين المجالات والدرجة الكلية للضغوط النفسية و التسويف الأكاديمي (ن=200)	64
(11)	نتائج إختبار الإنحدار الخطي البسيط.	65
(12)	نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويف الأكاديمي التي تعزى لمتغير الجنس.	66
(13)	نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويف الأكاديمي التي تعزى لمتغير الكلية.	67

68	الفروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي التي تعزى للسنة الدراسية.	(14)
69	نتائج إختبار (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير عمل الطالب.	(15)
70	الفروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي التي تعزى للمعدل التراكمي.	(16)
71	نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس وأبعاد الضغوط النفسية التي تعزى لمتغير الجنس.	(17)
72	نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس وأبعاد الضغوط النفسية تعزى لمتغير الكلية.	(18)
73	الفروق في متوسطات درجة الضغوط النفسية وأبعادها التي تعزى للسنة الدراسية.	(19)
74	نتائج إختبار ويلكس لامبدا لمعرفة دلالة الفروق بين بعد الضغوط النفسية بالنسبة للسنة الدراسية.	(20)
75	نتائج إختبار (LSD) للمقارنات الثنائية لبعء الضغوط الإجتماعية بالنسبة للسنة الدراسية.	(21)
76	نتائج إختبار (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية وأبعادها تعزى لمتغير عمل الطالب.	(22)
77	إختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للكشف عن الفروق في متوسطات الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية وأبعادها التي تعزى لمتغير المعدل التراكمي.	(23)

فهرس الملاحق

الصفحة	اسم الملحق	رقم الملحق
99	الإستبانة	(1)
104	أعضاء لجنة التحكيم	(2)
105	كتاب تسهيل مهمة	(3)

درجة التسوية الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح

الوطنية في نابلس - فلسطين

إعداد

أسامة لطفي محمود البزور

إشراف

أ. د. غسان الحلو

د. فاخر الخليلي

الملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى درجة التسوية الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس- فلسطين، والكشف عن تأثير متغيرات الدراسة في متوسطات درجة الضغوط النفسية ودرجة التسوية الأكاديمي التي تعزى إلى متغيرات (الجنس والسنة الدراسية، والكلية، والمعدل التراكمي، وعمل الطالب)، والتعرف إلى درجة التسوية الأكاديمي ودرجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين.

وتحقيقاً لأهداف الدراسة تبنى الباحث مقياس التسوية الأكاديمي المعد من قبل (شواشرة، 2013)، كما قام الباحث بتطوير مقياس الضغوط النفسية المستخدم في دراسة (جاسم، 2013) ودراسة (اللامي، 2010)، وتم عرض مقياس التسوية الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية على الخبراء (المحكمين) لإيجاد الصدق الظاهري، وتم استخراج معامل الثبات وتطبيق المقياس على عينة الدراسة والمتكونة من (200) طالباً وطالبة من طلبة جامعة النجاح الوطنية- نابلس، وقام الباحث بتحليل بيانات الدراسة إحصائياً، وذلك باستخدام (إختبار ت، وتحليل التباين الأحادي، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعادلة الإنحدار الخطي البسيط).

وأظهرت النتائج أن أفراد عينة الدراسة يواجهون ضغوطاً نفسية بدرجة قليلة، كما أن درجة التسوية الأكاديمي لدى أفراد العينة جاءت بدرجة متوسطة، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية والقيمة المحكية ولصالح متوسطات

المجتمع، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس التسوية الأكاديمي والقيمة المحكية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الضغوط النفسية والتسوية الأكاديمي، وأن متغيرات الدراسة (الجنس، والكلية، والسنة الدراسية، وعمل الطالب، والمعدل التراكمي) والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية والتسوية الأكاديمي.

وبناء على نتائج الدراسة، أوصى الباحث بما يأتي:

1- ضرورة تكثيف الندوات والإجتماعات لزيادة الوعي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية حول أهمية إنجاز الأعمال الجامعية بوقتها المحدد، والوقوف عند المعوقات التي تمنع الطالب من إنجاز المهام بالوقت المحدد.

2- ربط مخرجات التعليم بسوق العمل من خلال التخطيط المسبق لوزارة التربية والتعليم العالي مع الجامعات الفلسطينية، وإعداد برامج التأهيل المناسبة للإنخراط بسوق العمل وذلك للحد من الضغوط الدراسية للطلبة.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

- المقدمة
- مشكلة الدراسة
- أسئلة الدراسة
- فرضيات الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

المقدمة:

تعد التربية محور التقدم وحجر الزاوية في كل تطوير وإصلاح المجتمع، فهي أعظم رسالة في الحياة، وأنبأ مهنة في المجتمع وأخطرها في الوقت نفسه، فهي عملية التنشئة الاجتماعية التي من خلالها يتم إعداد أجيال للحياة الحاضرة والمستقبلية، وعظمتها تكمن في ثقل مسؤولياتها وما تستلزمه من درجة عالية من الصبر والتعقل أثناء ممارستها، ونبأها يكمن في درجة الثقة التي يضعها المجتمع في بعض أفرادها من أجل إعداد الأفراد وتكوينهم وتربيتهم ليكونوا مواطنين صالحين وإيجابيين في مجتمعهم.

ويرى علماء النفس والتربية أن الحياة الجامعية عبارة عن مسيرة كبيرة من الواجبات الدراسية التي يكلف بها طلبة الجامعة، إذ أن تكلفة الطالب بالواجبات اليومية والأسبوعية والإمتحانات التحصيلية أحد المرتكزات العلمية لتعليم الطالب وإكتسابه الخبرة التعليمية المناسبة، لذا فإن لهذه العملية الأكاديمية دور كبير في التعلم وأحد المعايير الناجحة لتقويم مدى نجاح الجامعة في إكساب الطلبة الجامعيين ما قرر لهم من مفردات دراسية، فضلا عن تقويم مدى فاعلية العمليات والخطط التعليمية الأكاديمية، وبذلك تساعد الواجبات المتعلمين على تمثيل واستيعاب ما يقدم لهم من خبرات تعليمية بهدف إعدادهم لمهنة المستقبل رغم ذلك فإن نجاح هذه المسيرة الأكاديمية مرهون بتعاون الطلبة مع أساتذتهم في أداء ما يكلفون به إذ أن تقصير الطلبة وإهمالهم وتهريبهم من أداء واجباتهم من شأنه أن يقلص أو يفقد فرص التعلم ومن ثم فشل العملية التعليمية (هويدي واليمانى، 2007).

وفي ضوء ما سبق تصنف الحياة الجامعية ضمن الظروف الضاغطة وغيرها إذ أن الطلبة يتعرضون أكثر من غيرهم للضغوط النفسية بسبب ما تتسم به من ضغط الدراسة، وتحمل المسؤوليات، وكثرة المطالب المتعارضة، وإستمرارية التعرض للمواقف المتباينة (المشعان، 2000).

كما وأن أحداث الحياة اليومية تحمل ضغوطاً يدركها الطالب، عندما يساير بإستمرار المواقف المختلفة في حياته، حيث إن الأحداث اليومية تلاحقه في حله، وترحاله، لما يتعرض له يومياً للمواقف التي يقف عاجزاً عن حلها، الأمر الذي يؤدي إلى اضطراره لمواكبة التسارع لتحقيقها، مما زاد من الضغط على نفسه أكثر من طاقته (أبومصطفى والسميري، 2008).

ويرى الباحث بأن الضغوط النفسية تؤثر سلباً في اكتشاف الفرد لذاته وفي مقدرته على حل المشكلات، من أجل التوافق مع الواقع العملي الصعب الذي فرض نفسه على الجميع، وأصبح يحتم عليهم تنمية قدراتهم وتطوير كفاءتهم للتوافق مع الواقع العملي في ظل التطورات الكبيرة التي يشهدها العالم، ومشكلات الحياة اليومية المعاصرة، والقدرة الذاتية على التنظيم تجعل الأفراد يختارون المهام التي فيها يستشعرون بأنهم أكفاء وواثقون من أنفسهم، وفي المقابل يتجنبون المواقف التي يستشعرون أنهم فيها محدودي الكفاءة. كما تلعب القدرة الذاتية على التنظيم دوراً مهماً ليس في مقياس الاختبار فقط، وفي تحديد حجم المجهود الذي سيبدل، وتؤثر أيضاً على أنماط التفكير، وإلى مدى تأثر الفرد في مواجهة العقبات، ومن ثم الردود الإنفعالية والسلوكية. وفي ظل تراكم الضغوط النفسية على كاهل الفرد قد يلجأ إلى التأجيل، وهذا ينطبق على الطلبة الجامعيين، فلقد أصبحت ظاهرة التسويف عادة يلجأ إليها الإنسان في حياته؛ فمعظمنا وقد يؤجل أموراً كثيرة في حياته دون مبرر، أو بمبرر منطقي أو غير منطقي، أو يتأخر في اتخاذ قرار فيها بحجة أنه ما زال هناك متسع من الوقت، فالتسويف ليس ظاهره جديدة في المجتمع الإنساني، وإنما هو سلوك قديم قدم الإنسان، فهو كما يقول كنوس (Knaus, 2000) أن ظاهرة التسويف تتزامن مع تطور الحضارة البشرية، ويعرف جونسون وجونسون (Johnson & Johnson, 2000) التسويف على أنه تأجيل الأعمال إلى موعد لاحق بسبب أو بدون سبب، بشكل يأخذ منحى سلوكي لدى الفرد.

أما التسويف الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين فهو من أهم المشكلات المتعلقة بعملهم؛ حيث أن التسويف الأكاديمي يعد مشكلة شائعة بين الطلبة الجامعيين، حيث يؤثر على العملية الأكاديمية بصفة عامة، وعلى الطالب بصفة خاصة، إذ يؤدي هذا السلوك إلى ازدياد الضغوط

النفسية على الطالب الجامعي، حيث يشير أبو غزال (2012) أن الطلبة الجامعيين الذي لديهم نزعة قوية للتسويق الأكاديمي يتعرضون لضغوط نفسية أعلى من غيرهم.

وبالتالي فإن دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية والتسويق الأكاديمي للطلبة، يعد موضوعاً في غاية الأهمية، لأنه في مقياس الحديث عن مهنة التدريس فإن من الأمور التي تتبادر إلى الذهن الضغوط التي يتعرض لها الطالب، والتي تحد كثيراً من قدرته على العطاء، ومن ثم كفاءته في التعلم، فعندما يتمتع الطلبة الجامعيين بقدرة تنظيم ذاتية عالية فمن المحتمل أن تساهم هذه القدرة في دفعهم نحو تجريب أفكار جديدة صعبة التنفيذ، مما يحفز الطلبة الجامعيين لتجريب أساليب جديدة لتحقيق انجازاتهم في وقت مناسب، ومن ثم يتغلبون على الضغوطات النفسية التي تواجههم. وفي المقابل فإن الطلبة الجامعيين الذين يعانون من ضغوط نفسية جمة يقعون فريسة لظاهرة التسويق الأكاديمي، فمن المحتمل أن تعوق توقعاتهم السالبة هذه قدرتهم على التأثير وتعيقهم على الإحتفاظ بالتوافق النفسي الاجتماعي أثناء الفترات الضاغطة من حياتهم.

مشكلة الدراسة:

لقد تناولت العديد من الدراسات مثل دراسة أبو مصطفى (2009) ودراسة بروويرز وتوميك (Brouwers & Tomic, 2000) مفهوم الضغوط النفسية بصفتها أبرز المشكلات التي تواجه الأفراد بشكل عام، إذ أن للضغوط النفسية آثاراً سلبية على سلوك الإنسان، إلا أن قليلاً من الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية لدى الطلبة الجامعيين وأثرها على سلوكهم الشخصي والأكاديمي، كما أن الباحث قد لاحظ ندرة الدراسات السابقة التي حاولت فحص العلاقة بين الضغوط النفسية والتسويق الأكاديمي، إذ يرى الباحث أن موضوع العلاقة بين الضغوط النفسية للطلبة والتسويق الأكاديمي موضوع غاية بالأهمية، ومن الضرورة الإطلاع والحديث عن تأثير هذه الضغوط على أداء الطالب وكفاءته فيما يتعلق بظاهرة التسويق الأكاديمي، ومن هنا تمثلت مشكلة الدراسة بالإجابة عن السؤال التالي: هل هناك علاقة بين التسويق الأكاديمي والضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين ؟

أسئلة الدراسة:

التساؤل الرئيسي لهذه الدراسة هو: "هل هناك علاقة بين الضغوط النفسية ودرجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين".

ويتفرع عن هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

1- ما درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

2- ما درجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

3- هل هناك علاقة بين درجة الضغوط النفسية ودرجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

فرضيات الدراسة:

سعت الدراسة لإختبار الفرضيات الصفرية التالية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية و مجالاتها لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير الجنس.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية و مجالاتها لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير الكلية.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية و مجالاتها لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير السنة الدراسية.

4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية و مجالاتها لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير عمل الطالب.

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية و مجالاتها لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير الجنس.

7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير الكلية.

8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير السنة الدراسية.

9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير عمل الطالب.

10. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة الحالية أهميتها من كونها تتناول موضوع التسويق الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسية التي يتعرض لها الطلبة الجامعيين، والتي تتطلب منهم القدرة على التحمل والتفكير بعقلانية، حتى يمكنهم ذلك من التكيف معها والتغلب عليها، وتحقيق الكفاءة اللازمة وتتبع أهميتها وفقاً لما يلي:

- الأهمية النظرية: وذلك من خلال الاطلاع على الأدبيات المعاصرة والدراسات السابقة ذات الصلة بالدراسة، والتعرف على محتوياتها الفكرية والعلمية والأدبية واستخلاص أبرز المؤشرات المفيدة لنا في هذه الدراسة، من أجل بناء الاطار العلمي الخاص بالدراسة.

- الأهمية البحثية: وتتضمن إعداد أداة بحثية لجمع البيانات المتعلقة بدرجة الضغوط النفسية للطلبة وعلاقتها بالتسويق الأكاديمي وتحليلها واستخراج النتائج وتعميمها.

- الأهمية التطبيقية: مساعدة طلبة الجامعات الفلسطينية في التعرف على درجة الضغوط التي تواجههم واتخاذ كافة السبل والإجراءات للتغلب عليها وتحقيق الكفاءة للتقليل من درجة التسويق الأكاديمي للطلاب باستغلال إمكانياته وقدراته من أجل تحقيق أقصى غايات التعليم.

أهداف الدراسة:

بما أن الجهود تتجه حالياً نحو إصلاح النظام التعليمي رغبة في جعله المنطلق الاساسي لتحقيق النهضة ومواكبة التقدم وروح العصر، فإن الطالب الجامعي هو أحد العناصر وأهم الركائز التي تقوم عليها دعائم النهضة التعليمية، ولذلك فإن تفعيل دور الطالب الجامعي، ورفع كفاءته، وتنمية

معتقداته التربوية، وتخفيف الضغوط عليه، وتقدير دوره، يساهم كثيرا في تحقيق الآمال المعقودة عليه، لذلك فإن هذه الدراسة الحالية تهدف إلى:

- 1- التعرف إلى درجة التسوية الأكاديمي التي تواجه الطلبة الجامعيين.
- 2- التعرف إلى درجة الضغوط النفسية لدى الطلبة الجامعيين.
- 3- الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية ودرجة التسوية الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين.
- 4- الكشف عن تأثير متغيرات الدراسة على متوسطات درجة الضغوط النفسية والتسوية الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين التي تعزى إلى متغيرات (الجنس، والسنة الدراسية، والكلية، والمعدل التراكمي، وعمل الطالب).

حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية بالمحددات الآتية:

المحدد البشري: إقتصرت الدراسة الحالية على طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في مدينة نابلس - فلسطين.

المحدد المكاني: تناولت الدراسة جامعة النجاح الوطنية في مدينة نابلس في شمال الضفة الغربية.

المحدد الزمني: أجريت الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الأكاديمي 2016-2017 م.

المحدد الاجرائي: تتحدد نتائج الدراسة في ضوء حجم ونوع عينة الدراسة، وفي ضوء الخصائص السيكومترية لمقياسي أداة القياس والمتمثلة في صدقهما وثباتهما، بالإضافة إلى طبيعة التحليل الإحصائي المستخدم في تحليل النتائج للإجابة عن أسئلتها وفرضياتها.

مصطلحات الدراسة:

تعتمد الدراسة التعريفات التالية لمصطلحاتها:

التسويق الأكاديمي: هو ميل الفرد لتأجيل البدء في المهمات الأكاديمية أو إكمالها، ينتج عنه شعور الفرد بالتوتر (أبو غزاله، 2012، ص133). ويعرف بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التسويق الأكاديمي للشواشرة وحجازي (2013، ص52) والذي تم استخدامه في الدراسة الحالية. ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها افراد عينة الدراسة في مقياس التسويق الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية.

الضغط النفسي: هو حالة يدركها الفرد عند تعرضه لموقف غير مرض يحتاج منه إلى نوع من التوافق، واستمراره قد يؤدي إلى سوء التوافق، مما يؤثر سلباً عليه جسماً ونفسياً (أبو مصطفى، 2007، ص105). ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة في مقياس الضغط النفسي المستخدم في الدراسة الحالية.

جامعة النجاح الوطنية: هي مؤسسة تعليمية وطنية تهدف إلى إعداد طاقات بشرية متعلمة ومؤهلة لسوق العمل وتقدم البرامج التعليمية الإنسانية والطبيعية والتطبيقية في تخصصات متنوعة، بحيث تمنح درجة البكالوريوس في أكثر من (80) تخصصاً أكاديمياً، و(54) تخصصاً في درجة الماجستير وتخصصين في درجة الدكتوراه.

الطالب الجامعي: هو كل فرد ينتمي لمكان تعليمي معين بعد حصوله على شهادة الثانوية العامة، مثل الجامعة، أو الكلية، أو المعهد والمركز، وينتمي لها من أجل الحصول على العلم وامتلاك شهادة معترف بها من ذلك المكان حتى يستطيع ممارسة حياته العملية فيما بعد تبعاً للشهادة التي حصل عليها.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

يستعرض الباحث في هذا الفصل المفاهيم الخاصة بالدراسة والتي تتعلق بالضغوط النفسية والتسويق الأكاديمي، والدراسات التي تناولت العلاقة بين الضغوط النفسية والتسويق الأكاديمي ومفاهيم التسويق الأكاديمي والضغوط النفسية لدى الطلبة الجامعيين. وقسم الباحث الدراسات السابقة إلى قسمين، دراسات عربية ودراسات أجنبية، من أجل الوقوف على أهم الموضوعات التي تناولتها هذه الدراسات والتعرف على الأسباب والإجراءات التي تبنتها، والنتائج التي توصلت إليها، والتعقيب على هذه الدراسات، وتوضيح الاستفادة منها.

مفهوم التسويق الأكاديمي:

إن التأجيل للمهام أو الوظائف هو أمر مقبول، إذ إن كل الطلبة يجدون أنفسهم أحياناً مجبرين على تأجيل مهماتهم حتى اللحظة الأخيرة، خصوصاً عندما تحدث ظروف غير متوقعة بسبب رغبتهم بعمل بعض التغييرات في خطط عملهم، بينما يؤجل بعض الأفراد باستمرار إكمال مهماتهم والذي ربما يجعلهم يشعرون بالذنب نتيجة لتبديدهم الوقت وفقدانهم للفرص، إن هذا التأجيل المستمر هو أمر مُشكل ويسمى التسويق (أبو غزال، 2012: 131).

ويعرف التسويق الأكاديمي بأنه تأجيل للمهام الأكاديمية عن أدائها في الوقت المحدد، هذا وقد أكد العديد من الباحثين أن التسويق ظاهرة منتشرة في كافة المجتمعات وأن لها تأثيراً مباشراً ومزمناً على الأفراد البالغين وطلبة الجامعات (السلمي، 2013).

وتجدر الإشارة إلى أن التسويق كغيره من العديد من الظواهر النفسية لم يحظ بإجماع العلماء على تعريفه، إذ أكد بعض الباحثين أن المكون الحاسم للتسويق هو التأجيل بينما أشار البعض الآخر من الباحثين إلى أن القلق الذي يؤدي إلى هذا التأجيل هو المكون الأساسي للتسويق، يلاحظ ذلك أن معظم تعريفات التسويق تُجمع على أن التسويق يتضمن أفعال وسلوكيات تؤثر بطريقة سلبية على إنتاجية الفرد، ويعرف التسويق الأكاديمي بأنه التأجيل الطوعي لإكمال المهام الأكاديمية

ضمن الوقت المرغوب فيه أو المتوقع، رغم اعتقاد الفرد بأن إنجازه لتلك المهمات سوف يتأثر سلبياً، كذلك وصفه بأنه تأجيل البدء في المهمات -التي ينوي الطالب الجامعي أن يقوم بها (أبوغزال، 2012: 131).

فالتسويق الأكاديمي من أهم العوائق ذات العلاقة بالإنجاز الدراسي، ويتمثل بتأجيل الإبتداء أو الإنتهاء من الواجبات الدراسية بشكل مقصود، فالتسويق الأكاديمي يعرف على أنه تأجيل القيام بمهمة أكاديمية نتيجةً للتناقض بين النية والفعل، مما يؤدي إلى نتائج سلبية على المسوّف، وهذه المشكلة المنتشرة بين المتعلمين، تتمثل بتأخير إكمال الواجبات الدراسية أو تسليمها في الوقت المحدد، إضافة إلى ضعف الإستعداد للإمتحانات، والدراسة لساعات قليلة وغير كافية (أبو زريق وجرادات، 2013: 15).

كما أن مصطلح التسويق دخل كمفهوم في المقياس النفسي والتربوي عام (1971) على يد عالم النفس نوبس (Knaus) تحت مسمى التسويق الدراسي أو الأكاديمي والذي عرف بأنه سلوك يتضمن تأجيل وتأخير الطالب أداء الواجبات الدراسية أو ما يكلف به داخل الجامعة (العنزي، 2016: 96)

إتجهت الدراسات النفسية في الفترة الأخيرة وركزت انتباهها على العوامل التي يمكن من خلالها رفع الإنجاز والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة، إذ جاءت عملية التعرف على هذه العوامل بوصفها أحد أهم معالم البحث النفسي والتربوي حول دينامية دافع السلوك وارتقائه نحو الإنجاز والإبداع والتألق، وبذلك كان الحد من التسويق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة بمثابة تحدياً كبيراً نحو دفع عجلة العملية الأكاديمية نحو الأمام (سالم وآخرون، 2012).

فعملية التخلص من التسويق الأكاديمي تأثيراً كبيراً على مستوى العملية الأكاديمية ونجاحها، وعلى شخصية الطالب الجامعي والتزامه بأداء واجباته وتحمل مسؤولياته الدراسية والحياتية المختلفة، حيث أن الطلبة الذين لا يتصفون بالتسويق غالباً ما يكونوا مثابرين، ولديهم رغبة قوية في النجاح، وارتفاع مستوى الطموح، فضلا عن ذلك تشير دراسة شونبرغ (Schouwenburg, 2004)، أن الأشخاص الذين لا يحبون التسويق في إنجاز واجباتهم

الدراسية تكون لديهم المقدرة على ضبط الذات، وتأدية الواجبات في وقتها المناسب، كما تكون لديهم القدرة على تنظيم العمل بشكل منهجي ومنظم.

إن من سمات الأشخاص غير المسوفين دراسياً تحمل العمل الشاق، وقوة الصلابة النفسية، والإنجاز، والدقة، والثقة بالنفس، والرغبة الكبيرة في العمل وتحمل المسؤولية. وتشير الدراسة أيضاً أن هؤلاء الأشخاص أظهروا ارتفاعاً كبيراً في إجاباتهم على عامل الإنفتاح على الخبرة والذي يتميز بالمرونة، والحاجة إلى المعرفة، والتعرف على الأشياء غير المألوفة والكفاءة، لذلك تكمن أبعاد أهمية هذا البحث في التأكيد على تنشئة شخصية الطالب الجامعي تنشئة تقوم على خلق شخص مهني وذو كفاءة عالية، ويتحمل مسؤولية ما يلقي عليه من واجبات ومهام، وكذلك تنشئة شخص لديه مفهوم ذات إيجابي يتمتع بالجدارة والكفاية، والثقة بالنفس، ومن ثم يكون قادراً على العطاء والإنجاز والحصول على مكانة إجتماعية مرموقة في الوسط الاجتماعي الكبير (الحموي والأحمد 2010، ص176).

فضلاً عن ذلك، تكمن أهمية البحث في دراسة متغير مهم لدى طلبة كلية التربية وهو كيفية تنظيم وإدارة وقتهم وبما أن هؤلاء الطلبة سيصبحون مدرسين في الوقت القريب فإن مسألة تنظيم وقت الدراسة مهم بالنسبة لهم من أجل أن يكون دراستهم ناجحة وقادرة على إكساب المتعلمين المفاهيم المطلوبة في الكتب الدراسية، وليس ذلك فقط بل يتعلق أيضاً في تنظيم وقت الإمتحانات التي يجرونها، وتصحيح الأوراق وتحضير المادة الدراسية بصورة جيدة بعيداً عن منغصات الحياة ومشكلاتها.

أشكال التسويق الأكاديمي:

يمكن الحديث عن عدة أشكال للتسويق الأكاديمي منها:

المسوف الاستشاري ويمتاز بتغلبه على المواعيد الأخيرة، والمسوف التجنبي الذي يمتاز بتأجيل إنجاز المهمات إلى فترة طويلة، أما **المسوف القراري** فيمتاز بتأجيل القرارات. ويقسم شو وشوي (Chu & Choi, 2005) التسويق الأكاديمي إلى نوعين: الأول ويطلق على أصحابه المسوفون السليبيون، ويمتاز أفراد هذا النوع بتأجيل إنجاز المهمات إلى اللحظات الأخيرة، وذلك بسبب عدم

قدرتهم على اتخاذ قرارات حاسمة في وقتها، أما الثاني فيطلق على أصحابه المسوفون الإيجابيون، ويمتاز أفراد هذا النوع بتأجيل مخططاتهم مع القدرة على إكمال المهمات في موعدها.

أسباب التسويف الأكاديمي:

يمكن الحديث عن عدة أسباب للتسويف الأكاديمي، كما أشار نوران (Noran,2000) المشار إليه في أبو زريق وجرادات (2013) نوجزها بما يلي:

1. عدم القدرة على تنظيم الوقت مما يتسبب في تأجيل إنجاز المهمات.
 2. عدم التركيز أثناء إنجاز المهمات مما يسبب تشتت انتباه الفرد.
 3. القلق والخوف من الوقوع في أخطاء أثناء أداء المهمة.
 4. ضعف الهمة والعزيمة، غياب وتدني مستوى الطموح، الميل إلى الراحة والكسل والخمول، التعرض للإخفاق عدة مرات والاستسلام.
- وقد أشار نصر الله (2005) إلى أنه يمكن تقسيم مضيعات الوقت إلى قسمين: مضيعات خارجية مصدرها الناس (الأسرة، والأصدقاء.....) أو الأشياء (مثل الفيس بوك والإنترنت وكتابة الرسائل). أما المضيعات الداخلية فمصدرها داخلي وتتضمن عادة، التسويف، والنوم، والملل، وضعف الدافعية (نصر الله، 2005، ص 114). أما العقيلي (2009) فذكر بعض العوامل التي تؤدي إلى ضياع الوقت، مثل:

1. عدم وجود أهداف واضحة (أهداف غير واقعية) غير قابلة للقياس.
2. عدم وجود خطط محددة بالزمن.
3. الافتقار إلى التنظيم.
4. عدم وجود خطة للطوارئ (خطة موقفية) (العقيلي، 2005، ص 48).

مفهوم الضغوط النفسية:

الضغوط النفسية هي تراكمات سيكولوجية ناتجة عن المسافة بين الفرد وذاته، وعن عدم مقدرة الفرد على التعامل والتواصل والإنخراط مع ذاته والمجتمع الذي يعيش فيه، وفي ظل هذا التوسع والتطور التكنولوجي الكبير والمتسارع وما يسببه هذا التقدم من ضغوط كبيرة على كاهل الفرد تؤثر على حالته الصحية والشخصية والنفسية والاجتماعية، وما قد تسبب له من إنيهار فإن على الفرد إيجاد القوة الكامنة والخارقة في ذاته لهندسة حلول جديدة للقيود التي تكبله وتبعده عن الصورة الأكبر للحياة.

والطلبة الجامعيين هم من أكثر الطبقات في المجتمع المعرضة للضغوط النفسية لما يواجهونه من تعدد فكري في الحرم الجامعي وضغوطات إجتماعية وإقتصادية وسياسية وأمنية وأسرية، فكل هذه الضغوط تؤدي إلى ازدياد الإنفعالات والضغوط النفسية على الطالب الجامعي.

ويرى جونسون (2000, Jonassen) أن الضغوط النفسية ناتجة عن تفاعل الفرد مع البيئة التي تحيطه والتي تحكمها قوانين الزمان والمكان والأنشطة المختلفة للتطور والتقدم التكنولوجي والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع، فالمجتمع الذي يعيش به الفرد يؤثر ويتأثر فيه، ويرى أيضاً بأن الضغوط بكل أنواعها ناجمة عن التطور التكنولوجي والحضاري المتسارع وعن ضغوط العمل الكبيرة الملقاة على كاهل الأفراد.

أما شقير (2002) فتري أن مصادر الضغوط النفسية هي مصادر داخلية ومصادر خارجية والتي تسبب ضغطاً على الفرد، مما ينتج عن هذه الضغوط ضعفاً في قدرته على الإستجابة للمواقف بالشكل المناسب، كما يصاحب هذه الضغوط إضطرابات فسيولوجية وإنفعالية تؤثر على الجوانب الشخصية للأفراد.

أما حسن (2006) فتري بأن الضغوط النفسية تتبع عن العلاقة بين الأفراد والبيئة المحيطة التي يشعر الأفراد أنها تزيد أو تقلل من قدراتهم وإمكاناتهم وتهدد رفايتهم النفسية، وتري أيضاً بأنها صراع أو حالة من التوتر النفسي الشديد، أو أنها مزيج من ثلاثة عناصر، وهي: البيئة المحيطة

بالأفراد، والمشاعر السلبية، والإستجابات البدنية للأفراد، بحيث أن هذه العناصر ترتبط فيما بينها مما تسبب الضغوط والقلق والإكتئاب عند الأفراد، ولكي نتمكن من إستثمار وإستغلال تأثير هذه الضغوط على حياة الأشخاص، يجب علينا إدارة الضغوط النفسية بالشكل السليم والصحيح من خلال التقليل من أسباب الضغوط وزيادة مهارات الأفراد وخبراتهم كي تتوافق مع أنواع الضغوط المختلفة.

آثار ومظاهر الضغوط النفسية

تهدد الضغوط النفسية حياة الأشخاص وتترك آثاراً سلبية ومدمرة لسعادتهم، كما أن الضغوط النفسية ترتبط بالبيئة المحيطة وبالخبرات الحياتية وظروف العمل للأفراد، وتساهم بشكل كبير في ظاهرة الإحتراق النفسي والتي تشكل خطراً على حياة الأفراد، كما يمكن تصنيف آثار الضغوط النفسية إلى ما يلي:

1- الآثار الجسمية: ومنها ارتفاع ضغط الدم وفقدان الشهية وإضطرابات الهضم وتقرحات الجهاز الهضمي والربو والحساسية الجلدية والصداع.

2- الآثار النفسية: ومنها الملل والتعب والإرهاق وإنخفاض الميل للعمل والأرق وإنخفاض تقدير الذات.

3- الآثار الإجتماعية: وتشمل العزلة والفشل في أداء الواجبات اليومية وإنعدام القدرة على تحمل المسؤولية وإنهاء العلاقات.

4- الآثار السلوكية: ومنها الإرتجاج والعلثمة في الكلام وزيادة التقلصات العضلية واضطراب عادات النوم ونقص الحماس والميول وزيادة الشك في الزملاء وعدم القدرة على التركيز.

5- الآثار المعرفية: ومنها سوء التخطيط والتنظيم والصعوبة في التنبؤ وزيادة الإضطرابات في الإنتباه والذاكرة وضعف التركيز (الغريير وأسعد، 2009).

طبيعة الضغوط

تختلف طبيعة الأفراد فيما بينهم من حيث قدرتهم على تحدي الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى إحداث الضغوط، فبعض الأفراد يتحملون قدراً كبيراً منها، والبعض الآخر يتحمل درجة متوسطة منها، والبعض الثالث يتأثر بدرجة قليلة من الضغوط، ويتوقف مدى التأثير وإحداث التغييرات السلوكية النفسية على الأفراد بدرجات مختلفة وفقاً لقدراتهم النفسية و الجسمية على التوافق والتكيف مع هذه المؤثرات (هلال، 2006).

أنواع الضغوط النفسية:

تتنوع الضغوط النفسية وفق الآتي:

أولاً: من حيث نوعية تأثيراتها مثل:

1- الضغوط البناءة: وهي التي تمنح الأفراد الطاقات اللازمة التي تدفعهم لتطوير أدائهم وأنظمة عملهم وتمكنهم من الإبداع والابتكار والتقدم المهني وتقديم الحلول المناسبة للمشكلات التي تواجهها الفرد بطريقة مبتكرة، وتجعل الإنسان على درجة كبيرة من اليقظة ولديه القدرة على إدراك ووعي ما يدور حوله، مما يمكنه من إتخاذ القرارات المناسبة في الأوقات المناسبة وبصورة أكثر واقعية وموضوعية، ولكي يتحقق ذلك يجب أن تكون الضغوط على درجة مناسبة تمكن الفرد من السيطرة والتغلب عليها.

2- الضغوط الهدامة: وهي التي تؤدي إلى سوء العلاقات مع الأفراد المحيطين ويكون أكثر توتراً وقلقاً، والأداء العقلي له يكون عند أقل مستوى وحالة الفرد الذهنية ليست على ما يرام ويصاحبها ظهور أعراض جسمية ونفسية (عطية، 2006).

ثانياً: من حيث الفترة التي تستغرقها:

1- الضغوط الوقتية (المتقطعة):

وتظهر الأحداث المسببة لها على فترات متقطعة، أي ليست بصفة مستمرة، مما تجعل الفرد يعاني من التوتر والقلق على فترات أثناء محاولاته التوافق مع المتطلبات المحدثة لها وتحقيقها، وهذا النوع من الضغوط يجعل الشخص على إستعداد لمواجهة الموقف والقضاء عليه أو الهروب منه، ومع التقدم العلمي والتكنولوجي وضغوط الحياة أدى ذلك إلى ظهور هذه الضغوط والتي مع مرور الوقت سوف تتحول إلى ضغوط مزمنة تؤرق الإنسان وتجعله يقع صريعاً لها.

2- الضغوط المستمرة (المزمنة): وهذا النوع يبقى مصاحباً للإنسان لفترة طويلة مما ينتج عنه إصابته بإنتكاسات نفسية وصحية بالإضافة إلى أنها تؤدي إلى نفاذ رصيد الطاقة المدخرة ثم بعد ذلك تحدث إضطرابات وخلل في أجهزة الجسم ووظائفها (عطية، 2006).

كما أشار الخطيب والحديدي (2003) لعدة أنواع من الضغوط النفسية، منها:

أ. الضغوط غير الحادة: والتي ينتج عنها إستجابات قليلة مع مجموعة من علامات الضغوط وبعض الأعراض التي من السهل ملاحظتها.

ب. الضغوط الحادة: والتي ينتج عنها إستجابات كبيرة وقوية لدرجة تتجاوز قدرة الشخص على المواجهة، وتختلف هذه الإستجابات من شخص إلى آخر، وهذا لا يشير بالضرورة إلى وجود أمراض جسمية أو عقلية، وإنما هي استجابات عادية تشير إلى ضرورة التدخل.

ج. الضغوط المتأخرة: وهذه الضغوط لا تظهر دائماً أثناء وقوع الحدث، إنما تظهر بعد فترة زمنية معينة.

د. الضغوط ما بعد الصدمة: وهي الضغوط التي تظهر بعد الصدمات والأحداث المؤلمة، وتترك آثارها على الأشخاص بشكل طويل المدى.

ويذكر الحواجري (2004) أنه يمكن تقسيم الضغوط النفسية وفقاً لمدّة تأثيرها إلى: الضغوط المؤقتة، والضغوط الدائمة، كما يمكن تقسيمها وفقاً لأثرها إلى: الضغوط الإيجابية والضغوط السلبية.

أما الضغوط المؤقتة: فهي التي تحيط بالأفراد لفترة قصيرة ثم تزول، وعادةً ما تكون مرتبطة بموقف مفاجئ لا يدوم أثره طويلاً، ولهذه الضغوط أثراً محدوداً على الأفراد، إلا إذا كانت قدرة تحمله أقل من الموقف الذي تعرض له، بينما الضغوط الدائمة فهي التي تحيط بالأفراد لفترة طويلة نسبياً، ومثال ذلك تعرض الأفراد لأمراض مزمنة وآلام مرافقة لها، يرافق ذلك الظروف والأوضاع المادية والإقتصادية والإجتماعية المتدنية، والتي لا تساعد الفرد على تحمل هذا الموقف أو ذلك.

كما أن الضغط الإيجابي يحدث توتراً يؤدي إلى الشعور بالسعادة والرضا والإتزان النفسي، في حين تقود الضغوط السلبية إلى الشعور بالتعاسة والإحباط وعدم السرور وعدم الإتزان النفسي ويشعر الفرد في الموقفين بالتوتر، ولكن مع فارق في أثر كل منها فيه، وقد يرافق الضغوط السلبية أمراضاً نفسية أو فسيولوجية تسبب الإختلال الوظيفي للأعضاء وإختلال في الصحة النفسية وشعور الفرد بالإنفعال وقد تسبب الإنحراف.

أسباب الضغوط النفسية:

من أهم أسباب الضغوط النفسية ما يلي:

1. طبيعة المهنة والعمل: إن طبيعة العمل من الساعات الطويلة والمسؤوليات الصعبة والدقة والإنتباه التي يتطلبها العمل كلها تعرض العامل للخطر كعمل المراقبين الجويين أو الممثلين الذين لا يعرفون ما هي النتائج التي سيعطيها النقاد لهم.

2. عدم وضوح الدور: مثل ربة الأسرة وأم لأربعة أطفال وعاملة وقد ترعى والديها، وكلما كان الناس قادرين على إدارة المواقف والسيطرة عليه فهم بذلك يستطيعون التخفيف من الضغوطات وإبقائها في حدودها.

3. العلاقات بين الأشخاص: عند وجود بعض العلاقات التي تتصف بالصراع والإحتدام والتضارب وخاصة بين الزوجين.

4. الإنتقال والتغيير: إذ تتطلب معظم التغييرات تكيفاً مع المواقف الجديدة، مثل الأبوة للمرة الأولى أو تغيير العمل أو التقاعد، أو حتى الأحداث السارة التي يمكن أن تسبب الضغط والأزمات القلبية.

5. أزمات الحياة: والأزمات تمثل فترة من عدم الإستقرار والثبات وتتطلب التكيف معها وإتخاذ القرارات الملائمة، ففي بعض الأحيان تتطور الأزمات من سلسلة من الأحداث الأصغر الداخلية والخارجية التي لم يعد بالإمكان التعامل معها وتحملها (الغريير وأسعد، 2009).

مصادر الضغوط النفسية:

يرى جودة واليافي (2002) أن الباحثين الذين إجتهدوا في وضع تصنيفات لمصادر الضغوط النفسية، سلكوا ثلاثة مسارات هي:

أولاً: الأنموذج الثنائي

ويصنف الأنموذج الثنائي مصادر الضغوط النفسية في مجموعتين رئيسيتين هما:

1 - الضغوط التنظيمية: وهي التي تتعلق بمحيط العمل والمتغيرات المرتبطة بها، مثل عبء الدور، وغموض الدور، وصراع الدور، والمشاركة في صنع وإتخاذ القرار وعوائق الترقية والتقدم المهني.

2 - الضغوط الشخصية: وهي التي تتعلق بشخصية الطالب الجامعي وإعتقاداته ومدى توافقه مع المتغيرات المواقبة له في حياته ومدى قدرته على التحكم فيها والإستجابة لها.

ثانياً: الأنموذج الثلاثي

ويرجع أصحاب هذا الإتجاه بشكل عام مسببات الضغوط النفسية إلى ثلاثة مصادر رئيسية هي :
العوامل المتعلقة بالفرد، والعوامل المتعلقة بالمنظمة، والعوامل المتعلقة بالبيئة.

أساليب مواجهة الضغوط:

إن مصطلح مواجهة الضغوط يشير إلى الأفكار والسلوكيات والأساليب التي يستخدمها الأفراد بهدف السيطرة والتحكم في إدارة الضغوط والتعامل معها، وتعتمد مواجهة الضغوط على الاختلاف بين الأفراد من حيث الأسلوب الذي يتم استخدامه في مواجهة الضغوط، ويشير مفهوم إستراتيجيات المواجهة إلى الجهود المعرفية والسلوكية والإنفعالية التي يبذلها الأفراد لإدارة المتطلبات الداخلية والخارجية الناتجة عن التعرض للمواقف الضاغطة والتي تهدف إلى الحد من التوتر والضيقة المرتبط بتلك المواقف ثورنتون تروكولي (Thornton & Troccoli, 2005).

كما يعرف كيبارت (Kepbart, 2003) إستراتيجيات المواجهة بأنها عملية إعادة إدراك وتقييم وتكيف تحدث كردود فعل للضغوط وتهدف إلى مقاومة الضغوط والتقليل من الآثار السلبية المرتبطة بها، فالفرد ليس دائماً ضحية مستسلمة وسلبية للمواقف الضاغطة التي يواجهها، فهو عادةً يحاول التقليل أو التخفيف من الضغوط بواسطة التفكير والشعور أو السلوك بطرق متعددة، بمعنى مواجهتها، كما أن الفرد يواجه الضغوط بطرق متعددة، بعضها ناجح وفعال والبعض الآخر أقل فعالية وتأثيراً.

وعندما يشعر الفرد بأنه مؤهل جيداً للتعامل ومواجهة المواقف الضاغطة فهو يستخدم مهمة التوجيه وهو الأسلوب المباشر في التعامل مع متطلبات المواقف الضاغطة، وهذا يعني أن الفرد يواجه المواقف بواقعية ويحاول تحليل المواقف الضاغطة تحليلاً مناسباً من خلال تحديد الأساليب المناسبة التي يجب عليه الفرد إتباعها، وتقييم هذه الأساليب ومحاولة إيجاد الحلول البديلة لمواجهة هذه المواقف، ويتميز أسلوب التوجيه بالمرونة والتي تمكن الفرد من تغيير أسلوبه ومتطلباته في مواجهة المواقف الضاغطة، وقد يكون الفعل الذي يسلكه الفرد إتجاه الضغوط واضح وصريح عن طريق إلتماس الدعم الإجتماعي، وأحياناً تكون ردود الفعل إتجاه الضغوط خفية وغير واضحة كتقليل مستوى الطموحات (الغريير، 2009).

كما يشير كيو (Keo. 2005) إلى ثلاثة أساليب للتعامل مع الضغوط النفسية وهي:

أولاً: أساليب المواجهة الفسيولوجية

وتعتبر من أهم إستراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث أن الإستجابة الشائعة للضغوط التي يواجهها الأفراد تظهر من خلال الإستجابة الفسيولوجية، حيث يصاب الفرد بتوتر الأعصاب والعضلات وإضطراب المعدة وإرتفاع ضغط الدم وإرتفاع دقات القلب، وبذلك تعمل أساليب المواجهة الفسيولوجية بكفاءة للقضاء على هذه الأعراض، ومن أمثلتها التمارين الرياضية التي تؤدي إلى زيادة الكفاءة للقضاء على هذه الأعراض والتي تؤدي إلى الشعور بالتحسن، والإسترخاء الذي يعتمد على تصفية الذهن و تنقيته من الضغوط، والتخلص من الأفكار السلبية والمشاعر المزعجة، وقد تحتاج هذه العملية إلى التدريب.

ثانياً: أساليب المواجهة المعرفية

لا يتمكن الأفراد دائماً من التحكم والسيطرة على جميع المواقف الضاغطة في حياتهم، ومع ذلك فإنه لديه القدرة على التحكم في ردود الأفعال العقلية اتجاه هذه الضغوط، فقد يتعامل الفرد مباشرة مع مصادر الضغوط محاولاً تعرف المشكلة وإيجاد الحلول المناسبة لها وإختبار الحل الأفضل منها، كما قد يكون من المفيد للفرد التعبير عن مشاعره، اتجاه المشكلة، وبذلك يحصل على التغذية الراجعة من خبرات الآخرين.

ثالثاً: أساليب المواجهة السلوكية

البعض من مصادر الضغوط التي يواجهها الفرد قد تكون السبب فيها هو سلوك الفرد ذاته، فهناك أفراد يجدون صعوبة في التعامل مع المواقف الضاغطة عن طريق وسائلهم ودافعيتهم، ولذلك فإن إستراتيجية إدارة الضغوط السلوكية كمهارة التعامل مع النقد، والتعبير عن المشاعر، والتحكم في الغضب، تساعد الأشخاص على التعامل بكفاءة وفاعلية مع الضغوط.

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

إختلفت النظريات المفسرة للضغوط النفسية فيما بينها، وذلك لتناول كل نظرية من النظريات جانب محدد من الجوانب المؤثرة في الضغوط النفسية، فكل نظرية جانب وإطار معين ومنطلقات وتفسيرات مختلفة، ومن أهم النظريات التي ساهمت في تفسير الضغوط النفسية ما يلي:

نظرية سيلاي " Selye Theory "

كان لطبيعة تخصصه الدراسي الأولى تأثير كبير في صياغة نظريته في الضغوط، فلقد تخصصت في دراسة الفسيولوجيا والأعصاب، واتضح هذا التأثير من خلال اهتمامها بإستجابات الجسم الفسيولوجي الناتجة عن الضاغطة. وتنطلق نظرية "هانز سيلاي" من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل، وهو استجابة عامل ضاغط يميز الشخص ويصفه على أساس إستجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الإستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، واعتبر سيلاي أن أعراض الإستجابة الفسيولوجية للضاغط عالمية، وهدفها هو المحافظة على الكيان والحياة، وفي صدد الدفاع ضد الضغط حدد "سيلاي" ثلاث مراحل تمثل عنده مراحل التكيف العام وهي :

1- مرحلة التنبيه: وفيه يظهر تغييرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط، ونتيجة لهذه التغييرات تقل مقاومة الجسم، وعندما يكون الضاغط شديداً فإن مقاومة الجسم تنهار وتحدث الوفاة.

2- المقاومة: وتحدث هذه المرحلة حين يكون التعرض للضغط متلازماً مع التكيف عندها تختفي التغييرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغييرات واستجابات أخرى تدل على التكيف.

3- الإجهاد: وهي المرحلة التي تعقب مرحلة المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة قد ينتج عنها أمراض التكيف (الرشيدي، 1999: 49).

نظرية العجز المكتسب "Learned Helplessness Theory"

طورت هذه النظرية للعالم سيلجمان (Seligman، 1975) بحيث أكدت على أن الأفراد الذين يتعرضون للمواقف الضاغطة مع تزامن اعتقاداتهم بأنهم لا يستطيعون التحكم في المواقف الضاغطة أو مواجهتها، من شأنه أن يشعر الأفراد بالعجز والضعف، وأن الفرد يتعلم أن يصبح عاجزاً عندما يواجه أحداثاً لا يستطيع التحكم بها، وبخاصة عندما يفشل في مواجهة مهمات معينة. ويرى (الرشيدي، 1999) أن حالة العجز المكتسب تؤدي إلى آثار تعليمية ودافعية وإنفعالية، فالأثر التعليمي يظهر من خلال أن الفرد يتعلم بأن سلوكه غير صحيح، وأن النتيجة التي يرغب بها لا تعتمد على سلوك يقوم به، أما الأثر الدافعي فيظهر من خلال عزوف الفرد عن المحاولة والمبادرة، أما الأثر الإنفعالي فيظهر في أن الفرد يفقد القدرة على التحكم والسيطرة على الأمور مما يؤدي إلى إستجابات إنفعالية سلبية.

نظرية لازاروس وفولكمان "Lazarus and Folkman"

يفسر لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman، 1988) الضغوط النفسية بأنها علاقة تفاعلية بين الفرد والبيئة والتي يقيما الفرد بأنها مرهقة وشاقة، فعندما يواجه الأفراد مواقف مختلفة ويتم تقييمها على أنها ضارة أو مهددة، فإنه ينشأ الضغط النفسي.

ويريان لازاروس وفولكمان أن تفسيرات الأحداث الضاغطة تركز على العمليات الأساسية التالية:

أ- عملية التقويم الأولي: وهي عملية تقويم الأفراد للمواقف وأسلوب إدراكهم لها بحسب خطورة الموقف أو تهديده لحياة الأفراد.

ب- عملية التقويم الثانوي: وهي عملية تقويم لما يمتلكه الأفراد من موارد للتعامل مع الأحداث الضاغطة، وتتأثر عملية التقويم الثانوي بإمكانيات وقدرات الأفراد النفسية والجسمية والإجتماعية (الرشيدي، 1999).

وبحسب هذه النظرية عن الضغوط النفسية فإن المكونات الرئيسية للضغوط هي:

1- **الموقف والتقويم المعرفي للموقف:** وهو طريقة تحليل وتفسير الأفراد للمواقف، فموقف معين

يفسره فرد بأنه موقف ضاغط، بينما شخص آخر يفسره غير ذلك.

2- **المعلومات والمصادر المدركة لدى الأفراد في مواجهة المواقف:** فقد يدرك فردان الحدث على

أنه حدث ضاغط، ولكن أحدهم يعتقد بأن لديه معلومات ومصادر وإمكانات تساعد على

التعامل مع المواقف، بينما الشخص الآخر لا يعتقد ذلك، فكل منهما يمتلك إستجابة معينة

ويتعامل مع المواقف بحسب ما لديه من معلومات ومصادر شخصية تتعلق بالسمة الشخصية

والخصائص المعرفية للفرد.

3- **المصادر البيئية التي ترتبط بالجوانب البيئية الإجتماعية والمادية.**

رابعاً: **نظرية سبيلجر: (Spelgre Theory)**

تعد نظرية سبيلجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط النفسية، حيث أنه

استطاع أن يربط بين قلق الحالة والضغوط النفسية، ويعتبر الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً

لحالة القلق، ويهتم هذا الأمر بأنه يقارن بين مفهوم الضغط (stress) ومفهوم التهديد (threat)،

فكلاهما مفهومان مختلفان. فكلمة ضغوط تشير إلى الإختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي

تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة التهديد فتشير إلى التقدم والتفسير لموقف خاص

على أنه خطير ومخيف (الرشيدي، 1999: 53-55).

نظرية موراي (Moray Theory):

فالضغط عند موراي يشير إلى المؤثرات الأساسية للسلوك وهذه المؤثرات تتواجد في البيئة فبعضها

مادي والآخر بشري، وترتبط كذلك بالأشخاص والموضوعات وهي محكومة بعدة عوامل اقتصادية

وإجتماعية وأسرية، كما ترتبط العطف والخداع والإتزان والسيطرة والعدوان، ويقسم موراي الضغوط

النفسية إلى نوعين:

ضغوط ألفا: وهي التي توجد في الواقع الموضوعي في بيئة الفرد.

ضغوط بيتا: وهي الضغوط كما يراها الشخص.

ويؤكد موراي إلى أنه يمكن أن نستنتج وجود الحاجة لدى الفرد من بعض المظاهر التي تتضح في سلوك الشخص نتيجة إنتقائه وإستجابته لنوع معين من المثيرات يصاحبه إنفعال خاص، وحين يتم إشباع الحاجة يحس الفرد بالراحة، كما يحس بالضيق إذا لم يتحقق الإشباع، ومن تلك الحاجات الإنجاز والإنتماء والعدوان والإستقلالية والسيطرة والتحقير (العبدى، 1990: 206).

نظرية التوافق بين الفرد والبيئة:

تحول هذه النظرية بين إدراك الفرد لإحدى المهام وإدراكه لقدراته على إكمال هذه المهمة وما لديه من حافز على إكمالها، وتفترض النظرية بأن مشاعر الضغط تتناسب تناسباً طردياً بين الفرد والبيئة، فعند ارتفاع حجم الضغوط تزداد الفجوة بين الفرد والمجتمع، وبالتالي فإن الضغوط تتفاوت بحسب درجة التحدي التي يفضلها الفرد (جرير، 2000: 8).

ويرى الباحث أن النظريات المفسرة للضغوط النفسية على اختلاف الجوانب التي تم تفسيرها من خلالها، سواء كان فيسيولوجي أو نفسي، فإنها تتفق على أن مصادر هذه الضغوط ناتجة عن ضغوط العمل و ضغوط الدراسة المستمرة والمنهكة ، وتزداد سوءاً على الفرد إذا لم يستطع الفرد أن يتكيف مع الظروف الضاغطة لمحاولة تجنب هذه الضغوط.

الدراسات السابقة

الدراسة ذات العلاقة بالضغوط النفسية:

قام عواد (2010) بإجراء دراسة هدفت إلى تحديد درجة الإحتراق النفسي لطلبة الطلبة ذوي الإحتياجات الخاصة بالصفوف العادية، وإلى معرفة أثر بعض المتغيرات المتعلقة بهم على درجة الإحتراق النفسي لديهم. تكونت عينة الدراسة من (230) معلماً ومعلمة بما نسبته (25%) من مجتمع الدراسة، وأظهرت النتائج أن درجة الإحتراق النفسي لطلبة الطلبة ذوي الإحتياجات الخاصة بالمدارس العادية كانت متوسطة، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لكل من

متغير التخصص ومتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما، ووجود فروق دالة إحصائية للكلية والدورات التدريبية وأظهرت النتائج أن بعد الضغوط المهنية قد حصل على المرتبة الاولى ، فيما احتل بعد تدني درجة الرضا الوظيفي الدرجة الثانية، أما بعد غياب المساندة الإدارية فقد احتل الدرجة الثالثة، وتوصلت الدراسة إلى أن بعد الإتجاه السلبي نحو التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة كان عديم الأثر.

دراسة مريم (2007) هدفت الدراسة إلى تحديد الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية "دراسة ميدانية" على عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق وتكونت عينة الدراسة من (270) "طالباً وطالبة (115) ذكراً، و (155) أنثى واستخدمت الباحثة مقياس أساليب التعامل مع المواقف الضاغطة وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن الطلبة الذين يستخدمون الاستراتيجيات الإقدامية أكثر منهم إلى استعمال الاستراتيجيات الإحجامية ، وأشارت أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في استخدام إستراتيجية البحث عن المكافآت البديلة لصالح الذكور وفي استخدام إستراتيجية التنفيس الانفعالي وذلك لصالح الإناث وأشارت أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة في استخدام استراتيجيات: التحليل المنطقي وإعادة التقييم الايجابي لصالح طلبة السنة الرابعة وأيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائية بين التخصصات: الإرشاد النفسي وعلم النفس والتربية في استخدام إستراتيجية إعادة التقييم الايجابي في الدرجة الكلية للأساليب الإقدامية وذلك لصالح طلبة الإرشاد النفسي وعلم النفس وأشارت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بخصوص تفاعل كل من التخصص والجنس والتخصص والسنة الدراسية.

كما قام كلاً من عماد ونصر الكحلوت (2006) بإجراء دراسة بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بأداء معلمي التكنولوجيا للمرحلة الأساسية العليا"، بحيث هدفت الدراسة إلى التعرف والكشف عن مدى إنتشار الضغوط النفسية ومستوى الأداء وإيجاد العلاقة بينهما"، بحيث إحتوت عينة الدراسة على (34) معلم تكنولوجيا و (32) معلمة تكنولوجيا للمرحلة الأساسية العليا، كما قام الباحثان بإعداد إستبانة ملاحظة الأداء وإستخدام مقياس الضغوط المدرسية ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى

عدم وجود فروق بين الضغوط المدرسية وأداء معلمي التكنولوجيا بالمرحلة الأساسية العليا، وأن الضغوط الدراسية منتشرة بدرجة (55.19%) عند معلمي التكنولوجيا بالمرحلة الأساسية العليا، كما أن أداء معلمي المرحلة الأساسية العليا يقع عند مستوى (77.95%).

دراسة جودة (2004). هدفت تلك الدراسة إلى التعرف على معرفة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى طلاب جامعة الأقصى ومعرفة مدى تأثير أساليب مواجهة الضغوط النفسية بكل من الجنس والتخصص ومكان السكن وبلغت عينة الدراسة (200) من طلبة جامعة الأقصى بواقع (100 طالب - 100 طالبة)، وقد استخدمت الباحثة في الدراسة مقياسين: أحدهما لقياس أساليب مواجهة الضغوط والآخر لقياس الصحة النفسية وقد بينت نتائج الدراسة أن طلاب جامعة الأقصى يستخدمون أساليب متعددة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وبينت أيضاً وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين أساليب المواجهة الفعالة والصحة النفسية كما بينت أيضاً وجود فروق دالة في بعض أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزي لكل من متغير التخصص ومكان السكن فيما أنها تبين أيضاً أنها لم توجد فروق دالة في متوسطات درجات أفراد العينة في أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزي لمتغير الجنس.

أما دراسة سجویك (Sedgwick , 2002) فقد هدفت إلى التعرف على مدى إنهاك المعلم وسوء التصرف للطلبة الذي يسبب الضغط، بالإضافة إلى الإستراتيجيات الصفية التي يستخدمها المعلمون للتأثير على سوء التصرف الناتج من الطلبة، وقد تكونت عينة الدراسة من (208) معلماً ومعلمة، وأكدت نتائج الدراسة على تأثير كل من متغيرات كل من الجنس والتخصص على الإستراتيجيات الصفية وذلك لصالح المعلمات، كما أكدت النتائج عن وجود فروق في استخدام الإستراتيجيات الصفية لصالح الطلبة الجامعيين من حملة دبلوم التربية، والطلبة الجامعيين من التخصصات التطبيقية.

الدراسات ذات العلاقة بالتسويق الأكاديمي:

قام الجنادي (2015) بإجراء دراسة بعنوان "التسويق الأكاديمي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية والبيئة الصفية لدى طالبات جامعة القصيم"، حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التسويق الأكاديمي وأساليب المعاملة الوالدية والبيئة الصفية، وعن وجود فروق بين طالبات المستوى (الثاني-السابع) في التسويق الأكاديمي، وإمكانية التنبؤ بالتسويق الأكاديمي من خلال أساليب المعاملة الوالدية والبيئة الصفية. وذلك على عينة قوامها (202) طالبة من طالبات كلية التربية. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين التسويق الأكاديمي وكل من الأبعاد التالية: التوجيه للأفضل، والتشجيع، وعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التسويق الأكاديمي وبين كل من أبعاد أساليب المعاملة الوالدية التالية: الإيذاء الجسدي، والحرمان، والقسوة، والاذلال، والرفض، والحماية الزائدة، والتدخل الزائد، والتسامح، والتعاطف الوالدي، والإشعار بالذنب، وتفضيل الأخوة (النبذ)، والتدليل، كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التسويق الأكاديمي والدرجة الكلية لمقياس البيئة الصفية وكل من الأبعاد التالية: إطفاء طابع الشخصية، المساواة، كما دلت النتائج على عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التسويق الأكاديمي والابعاد التالية: الابتكار، والتماسك، والتوجه نحو المهمة، والاستقلال، والتعاون. كذلك أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسط درجات طالبات المستوى (الثاني-السابع) في التسويق الأكاديمي.

وأجرى سحلول (2014) دراسة بعنوان التسويق الأكاديمي والمعتقدات ما وراء المعرفية حوله وعلاقتهاما بالتحصيل الدراسي، وهدفت الدراسة إلى دراسة سلوك التسويق الأكاديمي، والمعتقدات ما وراء المعرفية حول التسويق الأكاديمي، وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، والفروق فيهما حسب النوع والصف الدراسي، لدى (374) طالباً وطالبة بالصف الأول والثاني الثانوي العام، تم التوصل إلى النتائج التالية: نسبة انتشار التسويق الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية بلغت (45.7%)، وهي بذلك تقع في حدود المعدلات العالمية، ووجود اختلاف في نسبة انتشار التسويق الأكاديمي باختلاف النوع ولصالح البنين، وباختلاف الصف الدراسي لصالح الصف الثاني الثانوي، ووجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.001) في معظم متغيرات البحث لصالح البنين، كذلك وجود

فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.001) في معظم متغيرات البحث لصالح طلبة الصف الثاني الثانوي، ووجود تأثير للتسويق الأكاديمي، والمعتقدات ما وراء المعرفية حوله على التحصيل الدراسي.

دراسة عبد الرحيم وعلي (2013) بعنوان التسويق الأكاديمي وعلاقته بإدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية في جامعة القادسية العراقية للعام الدراسي 2012-2013، ومن أجل تحقيق هدف الدراسة قام الباحثان بالعديد من الإجراءات ابتداء من تحديد مجتمع البحث وعينته، ومروراً بإعداد أدوات البحث وهما أداة التسويق الأكاديمي ومقياس إدارة الوقت، وفحص شروط الصدق والثبات لكل منهما لغرض تطبيقهما، وانتهاءً بتحديد الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات. وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود تسويق أكاديمي لدى طلبة كلية التربية، ولكنهم يعانون من ضعف في إدارة الوقت، وبينت الدراسة أن العلاقة بين التسويق الأكاديمي وإدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية كانت ضعيفة.

وقام الشواشرة وحجازي (2013) بإجراء دراسة بعنوان التسويق الأكاديمي وعلاقته بأساليب التفكير لدى الطلبة الجامعيين في الأردن، واستهدفت هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين التسويق الأكاديمي، وأساليب التفكير السائدة لدى طلاب وطالبات جامعتي اليرموك والعلوم والتكنولوجيا الأردنية. تكونت عينة الدراسة من (580) طالباً وطالبة، منهم (188) طالباً و(392) طالبة في مرحلتَي الماجستير والبيكالوريوس في الجامعتين. واستخدم باحثي الدراسة مقياس التسويق الأكاديمي الذي طوره الباحثون، ومقياس أساليب التفكير لهاريسون وبرامسون (Harrison and Bramson) الذي ترجمه إلى العربية حبيب (1995). أظهرت نتائج الدراسة أن أساليب التفكير السائدة لدى أفراد عينة الدراسة كانت: التركيبي، والمثالي، والعملي، والتحليلي، والواقعي على التوالي. وأظهرت النتائج أيضاً وجود ارتباط بين التسويق الأكاديمي وأساليب التفكير، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين التسويق الأكاديمي وأساليب التفكير الخمسة تعزى إلى متغير الجامعة ولصالح جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين التسويق الأكاديمي وأساليب التفكير تعزى إلى متغيري الجنس والمرحلة الدراسية.

دراسة أبو غزال (2012) هدفت إلى معرفة مدى انتشار التسويف الأكاديمي وأسبابه من وجهة نظر طلبة جامعة اليرموك. حيث تكونت عينة الدراسة من (751) طالباً وطالبة من طلبة جامعة اليرموك في الأردن. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختلاف مستوى التسويف الأكاديمي ترجع إلى متغير التحصيل الدراسي، كما توصلت الدراسة إلى أن الترتيب التنازلي لأسباب التسويف كانت كما يلي: الخوف من الفشل، وطريقة المعلم، والمهمة المنفرة، والمخاطرة، ومقاومة الضبط، وضغط الأصدقاء. كما توصلت الدراسة أيضاً إلى أن مستويات مقاومة الضبط والمخاطرة وضغط الأصدقاء جاء مرتفعاً عند الذكور مقارنة بالإناث. إضافة إلى ذلك توصلت الدراسة إلى أن مستوى الخوف من الفشل كان مرتفعاً عند الإناث مقارنة بالذكور. إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد في الخوف من الفشل وأسلوب المدرس وضغط الأصدقاء بسبب المستوى الدراسي.

دراسة سو (Seo، 2013) هدفت إلى معرفة العلاقة بين التسويف (الفعال والسلبى) والدافعية الأكاديمية. تكونت عينة الدراسة من (278) من طلبة الجامعة. وتوصلت الدراسة إلى أن ارتفاع المماثلة وانخفاض التنظيم الخارجي (الدافعية) يزيد من التسويف الفعال، بينما زيادة التنظيم الخارجي وانخفاض الدوافع الذاتية يزيد من التسويف السلبى. كذلك أظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية سلبية (عكسية) بين التسويف الفعال والتسويف السلبى.

وقام بالكيز (Balkis, 2013)، بإجراء دراسة هدفت التعرف على الدور التوسطي للمعتقدات العقلانية حول الدراسة في علاقته بالتسويف الأكاديمي والتحصيل الدراسي والرضا عن الحياة لدى (290) من طلبة الجامعة، طبق عليهم مقياس التسويف الأكاديمي ومقياس المعتقدات العقلانية حول الدراسة ووجد أن التسويف الأكاديمي يرتبط ارتباطاً سالباً بكل من التحصيل الدراسي، والمعتقدات العقلانية حول الدراسة، والرضا عن الحياة.

وقام ونج (Wong, 2012)، بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الوعي وما وراء المعرفي والتسويف الأكاديمي والأداء الأكاديمي لدى (314) من طلبة الجامعة، طبق عليهم مقياس التسويف ومقياس الوعي ما وراء المعرفي وتوصل إلى وجود ارتباط سالب بين الأداء

الأكاديمي والتسويق الأكاديمي، ووجود ارتباط موجب بين الأداء الأكاديمي والوعي ما وراء المعرفي، وكذلك وجود ارتباط سالب بين الوعي ما وراء المعرفي والتسويق الأكاديمي. كما ووجد فرقاً دالاً بين البنين والبنات في الأداء الأكاديمي لصالح البنات، ولم يكن هناك فروقاً دالة بينهما في كل من الوعي ما وراء المعرفي والتسويق.

وأجرى يونج (Yong) ، 2010 دراسة هدفت التعرف على علاقة التوكيد بالتسويق الأكاديمي لدى طلبة قسم الإتصال واللغة الإنجليزية في جامعة برايفت وذلك على عينة تكونت من 407 طالبا وطالبة، وقد استعمل الباحث المنهج الإرتباطي، وعند تطبيق مقياسي التوكيد والتسويق الأكاديمي، وجدت الدراسة أن طلبة الإتصال كانوا أكثر توكيداً وتسويفاً من طلبة اللغة الإنجليزية، وإن الطلبة الذكور كانوا أكثر توكيداً من الطالبات، وكذلك كان الطلبة الذكور أكثر تسويفاً من الطالبات (Yong, 2010: p.62 – 72).

وقام اوزر وآخرون (Ozer et al, 2009) بإجراء دراسة هدفت إلى فحص أسباب التسويق الأكاديمي كدالة للنوع والمستوى الدراسي على عينتين (203)، (784) من طلبة الجامعة في تركيا، طبق عليهم مقياس تقييم التسويق لدى الطلبة وتوصلاً إلى أن حوالي 52% من الطلبة يسوفون، ووجدوا أن البنين يسوفون بشكل عام أكثر من البنات، كما اختلفت مبررات التسويق بين البنين والبنات؛ حيث عزت البنات تسويفن الأكاديمي إلى الخوف من الفشل، والكسل، بينما أرجع البنون التسويق إلى المخاطرة ومقاومة السيطرة.

دراسة بالكس وديرو (Balkis & Duru 2009) هدفت إلى معرفة مدى انتشار التسويق الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين وعلاقته ببعض المتغيرات، تكونت عينة الدراسة من (580) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة باموكايل، توصلت الدراسة إلى أنه (23%) من عينة الدراسة كان مستوى تسويفن الأكاديمي مرتفعاً. و(27%) من عينة الدراسة مستوى تسويفن متوسطاً، أما باقي عينة الدراسة 50% فكان مستوى تسويفن منخفضاً. كذلك توصلت الدراسة أنه توجد فروق بين الجنسين في مستوى التسويق الأكاديمي لصالح الذكور بينما مستوى التسويق عند الإناث منخفض. كما توصلت الدراسة إلى أن مستوى التسويق ينخفض مع تقدم العمر.

وقام كلاسين وآخرون (Klassen et al, 2010) بإجراء دراستين تم فيهما اختبار العلاقة بين التسويف الأكاديمي والدافعية لدى (1145) من طلبة الجامعة بكندا وسنغافورة، توصلت الدراسة الأولى إلى وجود علاقة بين التسويف الأكاديمي ومتغيرات الدافعية (القدرة الذاتية على التنظيم للتعلم). كذلك توصلت الدراسة الثانية إلى أن الكتابة هي المهمة الأكاديمية الأكثر عرضة للتسويف في الجامعة، وتوصلت الدراسة إلى أن طلاب سنغافورة الأكثر عرضة للتسويف السلبي مقارنة بطلاب كندا. كما كشفت الدراسة أن الطلبة ذوي التسويف السلبي عرضة كذلك لكفاءة ذاتية أدنى.

الدراسات التي اهتمت بفحص العلاقة بين الضغوط النفسية والتسويف الأكاديمي:

قام بوبو وشريبه وشبيب (2014) بإجراء دراسة هدفت التعرف على التسويف الأكاديمي وعلاقته بالقلق بوصفه (سمة وحالة) "دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية في جامعة تشرين"، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التسويف الأكاديمي والقلق بوصفه (سمة وحالة) لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة تشرين، كما هدفت إلى معرفة الفروق بين أفراد العينة في التسويف الأكاديمي، وفي القلق بوصفه (سمة وحالة) تبعاً لمتغير الجنس. وقد تكونت عينة الدراسة من (92) طالباً وطالبة من كلية التربية تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، وطبق عليها مقياس التسويف الأكاديمي، واختبار حالة وسمة القلق. وقد كشفت نتائج الدراسة على وجود ارتباط دال إحصائياً بين التسويف الأكاديمي والقلق بوصفه (سمة وحالة) لدى أفراد العينة، ولم تبين وجود فروق جوهرية تعزى لمتغير الجنس في التسويف الأكاديمي، وفي القلق بوصفه (سمة وحالة).

وقام السلمي (2013) بإجراء دراسة بعنوان مستوى التسويف الأكاديمي والدافعية الذاتية والعلاقة بينهما لدى طلاب كليات مكة المكرمة والليث في المملكة العربية السعودية في جامعة أم القرى، حيث هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى مستوى ممارسة التسويف الأكاديمي ومستوى الدافعية والعلاقة بينهما لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى في ضوء متغيري السنة الدراسية والموقع الجغرافي، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس شو ومواردن (Choi and Moran, 2009) للتسويف الأكاديمي المعرب للبيئة السعودية ومقياس الدافعية الذاتية لعبد الله والوزني (2012)، وتكونت عينة الدراسة من (160) طالباً من طلاب الكلية

الجامعية بمكة المكرمة والليث. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التسويق الأكاديمي والدافعية الذاتية ظهرا بمستوى متوسط، كما أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى ممارسة التسويق الأكاديمي تعزى إلى متغير الموقع الجغرافي ولصالح طلاب كلية الليث، كذلك وجود فروق في مستوى الدافعية الذاتية بين أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الموقع الجغرافي لصالح طلاب الكلية الجامعية بمكة المكرمة، ووجود فروق في مستوى التسويق تعزى لمتغير المستوى الأكاديمي لصالح السنة الدراسية الأولى لدى طلاب كلية الليث، كذلك وجود فروق لصالح طلاب مكة المكرمة فيما يخص الدافعية الذاتية للسنة الدراسية الثانية. ووجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين التسويق الأكاديمي والدافعية الذاتية.

وقام الصوالحة والعمرى (2013) بإجراء دراسة هدفت التعرف على مستوى تقدير الطلبة في جامعة عمان الأهلية لأسباب التعثر الأكاديمي، وعلاقة هذه الأسباب بمتغيرات: الجنس، ونوع الكلية، والسنة الدراسية للطلاب. واتبع المنهج الوصفي التحليلي، وإعداد إستبانة مكونة من ثلاثة مقاييس لأسباب التعثر الأكاديمي هي: المقياس التربوي (الأكاديمي)، والمقياس المتعلق بشخصية الطالب وعلاقاته الاجتماعية، ومقياس العوامل الأسرية والاقتصادية. ولتحقيق ذلك تم اختيار عينة بطريقة قصدية مكونة من 133 طالباً وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى تقدير الطلبة في جامعة عمان الأهلية لأسباب التعثر الأكاديمي على الأداة الكلية جاءت بدرجة متوسطة، كما جاءت تقديرات الطلبة على جميع الصعوبات المتعلقة بأبعاد الأداة كل على حده ضمن مستوى الأهمية المتوسطة، وجاء المجال بالمقياس التربوي (الأكاديمي) في الترتيب الأول، والصعوبات المتعلقة بشخصية الطالب وعلاقاته الاجتماعية في الترتيب الثاني، أما الصعوبات المتعلقة بالعوامل الأسرية والاقتصادية، فقد جاءت في الترتيب الثالث والأخير. وأوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً لمتغير الجنس ولصالح الإناث. ووجود فروق دالة إحصائياً لمتغير الكلية (علمية، أدبية)، وكانت الدلالة لصالح الطلبة في الكليات العلمية. وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً لمتغير سنوات الدراسة ولصالح الطلبة في فئة (أول سنتين جامعة).

وقام كو (Gao، 2012) بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة التعلم الذاتي ومقارنته بأنواع التسويق (السلبى والفعال) والدافعية الأكاديمية بين طلبة البكالوريوس والدراسات العليا. تكونت

عينة الدراسة من (66) من طلبة البكالوريوس و(68) من طلبة الدراسات العليا، توصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين يعتقدون بمنفعة التأجيل كانوا أكثر تسويفا مقارنة بالطلبة الذين يعتقدون بالقدرة الذاتية على التنظيم. كما أن الطلاب الأصغر سنا يمتازون بالتسويق الفعال بينما الطلاب الأكبر سنا يمتازون بالتسويق السلبي.

وقام جرادات (Jaradat, 2004) بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين قلق الاختبار بالتسويق الأكاديمي والإنجاز والرضا عن الدراسة. تكونت عينة الدراسة من 573 طالبا من طلبة المرحلة الثانوية في مدينة إربد في الأردن، توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية بين قلق الاختبار والتسويق الأكاديمي، كذلك توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين قلق الاختبار والإنجاز الأكاديمي.

وقام تشو وتشويي (Chu and Choi , 2005) بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة أنواع التأجيل حيث إنه ليس كل أنواع التأجيل ضارة وتؤدي إلى عواقب سلبية، لذلك اقترحا نوعين من التسويق: التسويق الفعال والتسويق السلبي، توصلت الدراسة إلى أن الأفراد ذوي التسويق الفعال حصلوا على نفس درجة الأفراد، لكن يختلف الأفراد ذوو التسويق الفعال عن ذوي التسويق السلبي في أنهم أقرب إلى الأفراد غير المتسوفين في الاستفادة من الوقت والقدرة الذاتية على التنظيم وأساليب التعامل مقارنة بالأفراد ذوي التسويق السلبي.

وقام سير (Sayer,2004) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التسويق الأكاديمي وعلاقته بالكمالية والقلق والطموح لدى طلبة الدراسات العليا. وذلك على عينة تكونت من 304 طالبا وطالبة، ومن خلال استعمال المنهج الإرتباطي، وتطبيق مقاييس التسويق الأكاديمي والكمالية والقلق والطموح، وجدت الدراسة أن هناك تسويق دراسي لدى طلبة الدراسات العليا وأن القلق يمكن أن يزيد في التسويق، بينما الكمالية تؤثر في التقليل من التسويق الأكاديمي.

وقام يونج (Yong, 2010) بإجراء دراسة هدفت التعرف على علاقة التوكيد بالتسويق الأكاديمي لدى طلبة قسم الإتصال واللغة الإنجليزية في جامعة برايفت وذلك على عينة تكونت من 407 طالبا وطالبة، وقد استعمل الباحث المنهج الإرتباطي، وعند تطبيق مقياسي التوكيد والتسويق

الأكاديمي، وجدت الدراسة أن طلبة الاتصال كانوا أكثر توكيد وتسويفا من طلبة اللغة الإنجليزية، وإن الطلبة الذكور كانوا أكثر توكيدا من الطالبات وكذلك كان الطلبة الذكور أكثر تسويفا من الطالبات.

وقام الجريسي (2001) بإجراء دراسة هدفت التعرف على قيمة الوقت من وجهة نظر المديرين في القطاع الصناعي الخاص وعلى أهم الأدوات والوسائل المستعملة لتنظيم وإدارة وقت المدير في القطاع الصناعي الخاص وإلى مدى فاعلية المدير. واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وكذلك اعتمدت الدراسة على الإستبانة كأداة لجمع البيانات وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: أن الاتجاهات وآراء معظم المديرين في عينة الدراسة تظهر أهمية الوقت وكونه موردا هاما يجب استثماره في العمل، في حين توصلت الدراسة أن أهم مضيعات أو مبددات الوقت للمدير في القطاع الصناعي هي عدم وجود تنظيم جيد للعمل، وعدم حفظ الملفات والأوراق في أمكنتها الملائمة وعدم تحديد الأهداف، وأولويات للإنجاز، والزيارات المفاجئة من الأصدقاء والأقارب.

وقام العريني (2002) بإجراء دراسة بعنوان: "عوامل هدر الوقت المخصص للعملية التعليمية في المدارس الابتدائية من وجهة نظر مديرها في الرياض". توصل الباحث في دراسته إلى أنه يوجد عدد من العوامل المؤدية لضياع الوقت والمؤدية إلى إهداره ومنها: عدم وجود بديل فوري للطالب الذي يغيب بصورة مفاجئة أو طويلة وعدم استغلال حصة النشاط بالشكل المناسب، وإقامة الدورات التدريبية للطلبة خارج المدرسة أثناء الدوام الرسمي.

وقام كيلى (2003) بإجراء دراسة هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين القلق واستعمال الوقت، وتكونت عينة الدراسة من (130) طالبا جامعيًا. واستخدم الباحث مجموعة من الأدوات منها: مقياس قلق الطالب، واستفتاء تركيب الوقت، ومقياس سلوك إدارة الوقت، وجاءت النتائج ارتباط كل من (الإحساس بالغرض، والتوجيه الحالى، والإصرار) سلبيا مع الوقت، وعدم ارتباط سلوكيات إدارة الوقت بالقلق، وإن ادراكات من البناء وغرض استعمال الوقت قد تكون مفيدة في التقليل من الوقت، وليس سلوكيات إدارة الوقت.

التعقيب على الدراسات السابقة:

لقد تناول الباحث في استعراضه للدراسات السابقة مواضيع مختلفة تناولتها هذه الدراسات مثل الضغوط النفسية لدى الطلبة مثل دراسة عواد (2010) والتي تناولت الإحترق النفسي والضغط المهنية، ودراسة سجويك (Sedgwick 2002) ودراسة الكحلوت (2006) التي ربطت الضغوط النفسية بمستوى الاداء لدى طلبة التكنولوجيا في الجامعات الفلسطينية في غزة.

كما استعرض الباحث الدراسات التي تناولت التسويق الأكاديمي مثل دراسة الجنادي (2015) التي ارتبطت بأساليب المعاملة الوالدية والبيئة الصفية، ودراسة سحلول (2014) التي ارتبطت بالتحصيل الدراسي، ودراسة عبد الرحيم وعلي (2013) والتي ربطت التسويق الأكاديمي بإدارة الوقت، ودراسة الربيع والشواشرة (2013) التي ربطته بأساليب التفكير لدى الطلبة الجامعيين، في حين ربطته دراسة سو (Seo, 2013) ودراسة السلمي (2013) ودراسة كلاسين وآخرين (Klassen et al., 2010)، (2010) بالدافعية الأكاديمية، ودراسة كاو (Cao)، (2012) ودراسة يونج (Yong, 2010) التي اهتمت بالعلاقة بين التوكيد والتسويق الأكاديمي، كما قامت دراسة بالكيز (Balkis, 2013)، بربط التسويق الأكاديمي بالتحصيل الدراسي والرضا عن الحياة، أما دراسة أبو غزال (2012) ودراسة ونج (Wong, 2013) ودراسة أوزر وآخرون (Ozer. et al, 2009) فقد تحدثت عن أسباب إنتشار التسويق بين الطلبة الجامعيين.

في حين إهتمت دراسة بالكس وديرو (Balkis & Duru, 2009) ودراسة تشو وتشوي (Chu & Choi, 2005) بدراسة مدى إنتشار التسويق الأكاديمي بين الطلبة الجامعيين، أما دراسة الصوالحي والعمرى (2013) فقد ربطت التسويق الأكاديمي بالتعثر الأكاديمي.

كما استعرض الباحث مجموعة من الدراسات التي ربطت بين التسويق الأكاديمي والضغط النفسية بشكل مباشر، مثل دراسة بوبو وشريبه وشبيب (2014) ودراسة جرادات (Jaradat)، (2004) ودراسة سير (Sayer)، (2004) ودراسة كيلي (2003) التي ربطت التسويق بالقلق.

إستفاد الباحث من عرضه للدراسات السابقة في تناول الإطار النظري والمفاهيمي للدراسة وتعريفاتها المختلفة للضغوط النفسية والتسويق الأكاديمي، وأيضاً في الاطلاع على منهجيات البحث المختلفة التي ربطت بين هذين المفهومين، وفي التعرف على أداة الدراسة المستخدمة في قياس كل من التسويق الأكاديمي والضغوط النفسية.

وقد اختلفت الدراسات السابقة عن الدراسة الحالية في كون الدراسات السابقة قد تعرضت لمواضيع ذات علاقة بالتسويق الأكاديمي، إلا أنها ربطته بمواضيع مختلفة مثل التحصيل، والأداء، والأسباب، والتعثر الأكاديمي والدافعية، كما أن الدراسات السابقة قد اجريت في سياقات مختلفة مثل طلبة الجامعات والمدارس والمعلمين، في حين تميزت الدراسة الحالية في كونها الوحيدة - حسب علم الباحث- التي ربطت بين التسويق الأكاديمي والضغوط النفسية في الجامعات الفلسطينية بشكل عام وفي جامعة النجاح الوطنية بشكل خاص، حيث تناولت الدراسة الحالية الضغوط النفسية المختلفة ولا تركز فقط على جوانب نفسية محددة مثل القلق أو الدافعية أو التوتر.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

- منهج الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة
- أداة الدراسة
- إجراءات الدراسة
- متغيرات الدراسة
- المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

تناول هذا الفصل إجراءات الدراسة والتي تشمل كلاً من منهج الدراسة ومجتمع الدراسة وعينة الدراسة وخصائص عينة الدراسة وأداة الدراسة وصدق أداة الدراسة وثباتها، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة الحالية.

منهج الدراسة:

إعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الإرتباطي وذلك من أجل الوصول إلى أهدافها والإجابة عن الأسئلة الخاصة بالدراسة، بحيث أن المنهج الوصفي لا يتوقف عند جمع المعلومات لوصف العلاقة، وإنما يسعى إلى توضيح العلاقة ومدى الإرتباط من خلال الأساليب الإحصائية بعد عملية جمع البيانات الخاصة بالدراسة.

ولقد طَبَّقَ الباحث في دراسته المنهج الوصفي الإرتباطي لملاءمته لطبيعتها وأهدافها في الكشف عن درجة التسوية الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين، وتحديد طبيعة إرتباطهما ومقدار هذا الإرتباط.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية- نابلس، بحيث شمل مجتمع الدراسة جميع التخصصات والتي تتكون من (79) برنامجاً أكاديمياً لمرحلة البكالوريوس في مقاييسات مختلفة، وقد بلغ عدد طلبة جامعة النجاح الوطنية (452،20) طالباً وطالبة وذلك بحسب الإحصائيات الواردة في مركز الحاسوب في جامعة النجاح الوطنية في العام الدراسي 2015-2016 .

عينة الدراسة:

تم إختيار عينة الدراسة باستخدام العينة العشوائية الطبقية تبعاً لمتغيراتها، بحيث أجريت الدراسة على الطلاب والطالبات في جامعة النجاح الوطنية- نابلس في حرمها القديم وحرمها الجديد(الأكاديمية)، وتكونت عينة الدراسة من (250) طالب وطالبة في مرحلة البكالوريوس بنسبة (1.2%) من مجتمع الدراسة، وقد تم إختيار نسبة عدد الطلاب وعدد الطالبات بنفس النسب المكونة لمجتمع الدراسة، بحيث أن نسبة عدد الطالبات في الجامعة (54%) من مجموع الطلبة ونسبة عدد الطلبة (46%) من عدد الطلبة، كما تم اختيار (50%) من الطلبة الذين يدرسون في كليات العلوم الإنسانية و (50%) من الطلبة الذين يدرسون في كليات العلوم الطبيعية.

قام الباحث بفرز الإستبيانات بعد إستلامها من الطلبة، حيث تم تدقيق جميع الاستبيانات من أجل التأكد من صحة وسلامة الإستجابة عليها، وكان عدد الإستبيانات التي تصلح للإدخال في برنامج التحليل الإحصائي Spss (174) إستبانه من أصل (250) إستبانه تم توزيعها يدوياً، واختيرت (26) إستبانه إلكترونية بعد أن تم إعداد الإستبانه إلكترونياً من خلال الموقع الإلكتروني بحيث أصبح حجم العينة (200) طالب وطالبة، والجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها.

الجدول رقم (1): توزيع أفراد عينة الدراسة بحسب المتغيرات المستقلة.

المتغير المستقل	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	93	%46.5
	أنثى	107	%53.5
	المجموع	200	%100
الكلية	علوم إنسانية	100	%50
	علوم طبيعية	100	%50
	المجموع	200	%100
السنة الدراسية	أولى	43	%21.5
	ثانية	41	%20.5
	ثالثة	56	%28
	رابعة	39	%19.5
	غير ذلك	21	%10.5
	المجموع	200	%100
عمل الطالب	يعمل	34	%17
	لا يعمل	166	%83
	المجموع	200	%100
المعدل التراكمي	3.65 فأعلى	29	%14.5
	3 - 3.64	42	%21
	2.99 - 2.35	68	%34
	2.34 - 1.7	48	%24
	1.69 فما دون	13	%6.5
	المجموع	200	%100

أداة الدراسة:

إن الهدف من الدراسة الحالية هو التعرف على درجة التسويف الأكاديمي وعلى درجة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس، وكذلك الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية ودرجة التسويف الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية، والكشف عن تأثير متغيرات الدراسة على متوسطات درجة الضغوط النفسية والتسويف الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين التي تعزى إلى متغيرات (الجنس والسنة الدراسية والكلية والمعدل التراكمي وعمل الطالب) ولتحقيق هذه الأهداف فقد استخدم الباحث في هذه الدراسة الإستبانة كأداة لجمع البيانات المتعلقة بالدراسة، ومن ثم تم تحديد مقاييس الضغوط النفسية والتسويف الأكاديمي بعد الإطلاع على أدبيات البحث، وتطوير مقياس لمصادر الضغوط النفسية من دراسة جاسم (2016) ودراسة اللامي (2010)، كما تم الإعتماد على مقياس التسويف الأكاديمي وأخذ جزء من فقراته وذلك بما يتناسب مع الدراسة الحالية من دراسة شواشرة (2013).

وقام الباحث بإعادة بناء فقرات الأداة ومراجعتها وتدقيقها، ثم عرضها على مجموعة من المحكمين الذين يمتلكون الخبرة والكفاءة وعددهم (5).

وتكونت الإستبانة من قسمين:

القسم الأول: ويتضمن المتغيرات الديمغرافية لعينة الدراسة والمتمثلة بـ (الجنس، والكلية، والسنة الدراسية، وعمل الطالب والمعدل التراكمي).

القسم الثاني: (أداة الدراسة).

اختص القسم الثاني بمقياس الضغوط النفسية وتكون من (50) فقرة ومقياس التسويف الأكاديمي وتكون من (25) فقرة، واحتوى مقياس الضغوط النفسية على المجالات التالية:

1) مجال ضغوط الحياة بشكل عام التي تترك أثراً سلبياً في نفس الفرد ويضم (عشرون فقرة).

2) مجال الضغوط الأسرية ويضم (سبعة فقرات).

3) مجال الضغوط الدراسية ويضم (ثمانية فقرات).

4) مجال الضغوط الاجتماعية ويضم (أربعة فقرات).

5) مجال الضغوط الإقتصادية ويضم (ثمانية فقرات).

6) مجال الضغوط الأمنية ويضم (ثلاثة فقرات).

والجدول التالي يوضح توزيع عبارات مجالات مقياس الضغوط النفسية:

الجدول رقم (2): توزيع فقرات مجالات مقياس الضغوط النفسية

المجموع	أرقام الفقرات	البعد
20	من فقرة رقم (1) إلى فقرة رقم (20)	ضغوط عامة
7	21، 22، 23، 24، 25، 26، 37	ضغوط أسرية
8	27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34	ضغوط دراسية
4	35، 36، 38، 39	ضغوط إجتماعية
8	40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47	ضغوط إقتصادية
3	48، 49، 50	ضغوط أمنية
50	جميع أبعاد الضغوط النفسية	

وقام الباحث بإعداد (75) فقرة موزعة على مقياس الضغوط النفسية وعلى مقياس التسوية الأكاديمي لمعرفة مدى استجابة أفراد العينة للفقرات، وذلك باستخدام مقياس ليكرت الخماسي والذي يعتبر من أكثر المقاييس استخداماً لقياس الإتجاهات. وقد قام الباحث بتقدير درجات الإستبانة كما يلي:

الإستجابات	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
إيجابية	5	4	3	2	1
عكسية	1	2	3	4	5

علماً بأن بعض الفقرات في مقياس التسويق الأكاديمي وعددها أربع فقرات، وأرقامها (58، 59، 60، 66) تحمل إتجاهاً عكسياً بحيث تصبح الدرجة (5) بدرجة قليلة جداً، والدرجة (4) تصبح بدرجة قليلة، والدرجة (2) تصبح بدرجة كبيرة، والدرجة (1) تصبح بدرجة كبيرة جداً.

صدق أداة الدراسة:

قام الباحث بعرض أداة الدراسة الخاصة بالضغط النفسية والتسويق الأكاديمي بشكلها الأولي على متخصصين في مقياس علم النفس التربوي وفي مقياس الإدارة التربوية وطرائق التدريس وذلك للتأكد من قدرة الإستبانة على قياس ما وضعت لقياسه، والملحق رقم (1) يوضح أسماء المحكمين ووظائفهم وأماكن عملهم ولقد بلغ عددهم (5) محكمين، وذلك للتأكد من صدق الأداة الظاهري، وقد تم حذف وتعديل الصياغة اللغوية، وفقاً لآراء المحكمين، وقد تكون القياس من (75) فقرة من أصل (78) فقرة من فقرات الإستبانة الأولية في صورتها، كما هو موضح في الملحق رقم (1).

الجدول رقم(3): نتائج اختبار بيرسون لفحص ارتباط فقرات مجال الضغوط النفسية بالدرجة الكلية للمجال.

رقم الفقرة	قيمة معامل بيرسون	مستوى الدلالة
الفقرة رقم(1)	**0.491	0.01
الفقرة رقم(2)	**0.428	0.01
الفقرة رقم(3)	**0.556	0.01
الفقرة رقم(4)	**0.541	0.01
الفقرة رقم(5)	**0.661	0.01
الفقرة رقم(6)	**0.634	0.01
الفقرة رقم(7)	**0.626	0.01
الفقرة رقم(8)	**0.672	0.01
الفقرة رقم(9)	**0.472	0.01
الفقرة رقم(10)	**0.583	0.01
الفقرة رقم(11)	**0.609	0.01
الفقرة رقم(12)	**0.463	0.01
الفقرة رقم(13)	**0.502	0.01
الفقرة رقم(14)	**0.444	0.01
الفقرة رقم(15)	**0.218	0.01
الفقرة رقم(16)	**0.500	0.01
الفقرة رقم(17)	**0.565	0.01
الفقرة رقم(18)	**0.566	0.01
الفقرة رقم(19)	**0.482	0.01
الفقرة رقم(20)	**0.588	0.01
الفقرة رقم(21)	**0.545	0.01
الفقرة رقم(22)	**0.421	0.01
الفقرة رقم(23)	**0.511	0.01
الفقرة رقم(24)	**0.574	0.01
الفقرة رقم(25)	**0.320	0.01

0.01	**0.458	الفقرة رقم (26)
0.01	**0.490	الفقرة رقم (27)
0.01	**0.455	الفقرة رقم (28)
0.01	**0.363	الفقرة رقم (29)
0.01	**0.360	الفقرة رقم (30)
0.01	**0.374	الفقرة رقم (31)
0.01	**0.437	الفقرة رقم (32)
0.01	**0.329	الفقرة رقم (33)
0.01	**0.419	الفقرة رقم (34)
0.01	**0.407	الفقرة رقم (35)
0.01	**0.509	الفقرة رقم (36)
0.01	**0.566	الفقرة رقم (37)
0.01	**0.562	الفقرة رقم (38)
0.01	**0.483	الفقرة رقم (39)
0.01	**0.580	الفقرة رقم (40)
0.01	**0.530	الفقرة رقم (41)
0.01	**0.566	الفقرة رقم (42)
0.01	**0.445	الفقرة رقم (43)
0.01	**0.445	الفقرة رقم (44)
0.01	**0.497	الفقرة رقم (45)
0.01	**0.440	الفقرة رقم (46)
0.01	**0.357	الفقرة رقم (47)
0.05	*0.159	الفقرة رقم (48)
0.05	*0.169	الفقرة رقم (49)

يلاحظ من خلال الجدول أن هناك ارتباطاً بين كل فقرة والدرجة الكلية للضغوط النفسية عند مستوى الدلالة (0.01) في الفقرات من (1 إلى 47)، كما أن هناك ارتباط عند مستوى الدلالة (0.05) في الفقرات (48 و 49) من مقياس الضغوط النفسية، علماً بأنه تم حذف الفقرة رقم (50) لإنعدام الارتباط.

الجدول رقم (4): نتائج اختبار بيرسون لفحص ارتباط فقرات مجال التسويق الأكاديمي بالدرجة الكلية للمجال

رقم الفقرة	قيمة معامل بيرسون	مستوى الدلالة
فقرة رقم (51)	**0.611	0.01
فقرة رقم (52)	**0.734	0.01
فقرة رقم (53)	**0.699	0.01
فقرة رقم (54)	**0.592	0.01
فقرة رقم (55)	**0.775	0.01
فقرة رقم (56)	**0.704	0.01
فقرة رقم (57)	**0.637	0.01
فقرة رقم (58)	**0.228	0.01
فقرة رقم (59)	**0.410	0.01
فقرة رقم (60)	**0.420	0.01
فقرة رقم (62)	**0.535	0.01
فقرة رقم (63)	**0.650	0.01
فقرة رقم (64)	**0.675	0.01
فقرة رقم (65)	**0.661	0.01
فقرة رقم (66)	**0.415	0.01
فقرة رقم (67)	**0.529	0.01
فقرة رقم (68)	**0.513	0.01
فقرة رقم (69)	**0.646	0.01
فقرة رقم (70)	**0.495	0.01
فقرة رقم (71)	**0.622	0.01
فقرة رقم (72)	**0.643	0.01
فقرة رقم (73)	**0.649	0.01
فقرة رقم (74)	**0.484	0.01
فقرة رقم (75)	**0.488	0.01

ويلاحظ من خلال الجدول رقم (5) أن هناك ارتباطاً بين فقرات التسوية الأكاديمي والدرجة الكلية عند مستوى الدلالة (0.01)، علماً بأنه تم حذف الفقرة (61) لإنعدام الارتباط فيها.

ثبات أداة الدراسة:

تم فحص معامل الثبات من خلال استخدام معادلة ألفا كرونباخ لعينة طلبة جامعة النجاح الوطنية- نابلس، والجدول التالي يوضح قيم معاملات الثبات للإستبانة:

الجدول رقم(5): معاملات ثبات أداة الإستبانة بإستخدام معادلة ألفا كرونباخ.

المقياس	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
الضغوط النفسية	49	0.927
التسوية الأكاديمي	24	0.913

كما أن معدل الثبات الكلي لجميع فقرات الإستبانة والتي عددها (73) فقرة هو (0.940).

إجراءات الدراسة:

1- حصل الباحث على كتاب رسمي من عمادة الدراسات العليا من أجل توزيع أداة الدراسة (الإستبانة) على طلبة جامعة النجاح الوطنية- نابلس (أنظر الملحق رقم(3)).

2- ورّع الباحث الإستبانات على طلبة جامعة النجاح الوطنية وفق الأسس التي تم اختيار العينة بها.

3- قام الباحث بإعداد إستبانة إلكترونية من خلال الموقع الإلكتروني التالي:

<https://docs.google.com/forms/d/1bcn1SNtunf8EApfgGxRFWI98nu14p>

https://docs.google.com/forms/d/1bcn1SNtunf8EApfgGxRFWI98nu14p/viewform?edit_requested=true

4- إستلم الباحث الإستبانات من طلبة جامعة النجاح الوطنية وتم تدقيقها ومن ثم تم إدخال البيانات إلى برنامج التحليل الإحصائي (Spss) .

متغيرات الدراسة:

**المتغيرات المستقلة وتشمل:

- 1- متغير الجنس وله مستويان: 1-ذكر □ 2-أنثى □
- 2- متغير الكلية وله مستويان: 1-علوم إنسانية □ 2-علوم طبيعية □
- 3- متغير السنة الدراسية وله خمسة مستويات: 1-أولى □ 2-ثانية □ 3-ثالثة □
- 4-رابعة □ 5-غير ذلك □
- 4- متغير عمل الطالب وله مستويان: 1-نعم □ 0-لا □
- 5- متغير المعدل التراكمي وله خمسة مستويات: 1-1.69 فما دون □ 2-2.34-1.7 □ 3-2.99-2.35 □ 4-3.64-3 □ 5-3.65 فأعلى □

**المتغيرات التابعة: درجة التسويق الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس- فلسطين وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي.

المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

قام الباحث بإدخال البيانات على برنامج التحليل الإحصائي (spss) وذلك لإجراء

المعالجات الإحصائية التالية:

- 1- حساب المتوسطات الحسابية والوزن النسبي والانحرافات المعيارية لإستجابات أفراد العينة لمعرفة درجة الضغوط النفسية ودرجة التسويق الأكاديمي لطلبة جامعة النجاح الوطنية- نابلس.

2- حساب معامل الارتباط بيرسون، لتحديد طبيعة العلاقة ودرجة قوتها بين التسويق الأكاديمي والضغط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية- نابلس، واستخدام اختبار تحليل الإنحدار البسيط (Simple Regression) لإيجاد معادلة الارتباط في العلاقة إن وجدت.

3- حساب التكرارات والنسب المئوية للبيانات الشخصية.

4- تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لقياس الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين طلبة جامعة النجاح الوطنية في درجة التسويق الأكاديمي ودرجة الضغوط النفسية تعزى للسنة الدراسية والمعدل التراكمي للطالب، واختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المجموعات لمعرفة إتجاه هذه الفروق.

5- إختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independentt-Test) لتحديد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين درجات التسويق الأكاديمي والضغط النفسية للطلبة تعزى للجنس والكلية وعمل الطالب.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة من خلال أداة الدراسة (الإستبانة) وتحليل بياناتها حول موضوع درجة التسويق الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين، حيث تمت الإجابة على الأسئلة كالتالي:

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول.

ما درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

وللإجابة على السؤال قام الباحث بإستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس التسويق الأكاديمي، وقام الباحث بترتيب فقرات الإستبانة الخاصة بالتسويق الأكاديمي (تنازلياً) وفقاً لدرجة المتوسط الحسابي، وذلك لمعرفة درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين على أساس:

- 1- إذا كان المتوسط الحسابي 4.2 فأكثر يكون التسويق الأكاديمي بدرجة كبيرة جداً.
- 2- إذا كان المتوسط الحسابي من 3.4 إلى أقل من 4.2 يكون التسويق الأكاديمي بدرجة كبيرة.
- 3- إذا كان المتوسط الحسابي من 2.6 إلى أقل من 3.4 يكون التسويق الأكاديمي بدرجة متوسطة.
- 4- إذا كان المتوسط الحسابي من 1.8 إلى أقل من 2.6 يكون التسويق الأكاديمي بدرجة قليلة.
- 5- إذا كان المتوسط الحسابي من 1 إلى أقل من 1.8 يكون التسويق الأكاديمي بدرجة قليلة جداً.

وقام الباحث بحساب طول الفترة (0.8) عن طريق قسمة طول المدى وهو (5-1=4) على عدد الفترات (5)، والجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التسويف الأكاديمي.

الجدول رقم(6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرية لمقياس التسويف الأكاديمي مرتبة تنازلياً.

رقم الفقرة في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
59	أبدأ واجباتي الجامعية فوراً دون تأخير.	3.6500	1.22269	بدرجة كبيرة
60	أكمل واجباتي الجامعية بشكل منتظم يوماً بيوم.	3.6200	1.25838	بدرجة كبيرة
52	أؤجل مهامي اليومية إلى الغد أو إلى إشعار آخر.	3.4450	1.32125	بدرجة كبيرة
69	أهدر وقتاً كبيراً قبل البدء بإنجاز مهامي الجامعية.	3.4350	1.23018	بدرجة كبيرة
66	أسعى إلى إنجاز واجباتي الجامعية دون تأخير.	3.3750	1.26585	بدرجة متوسطة
65	ألجأ إلى التأجيل عند شعوري بضغط الواجبات الجامعية.	3.3050	1.24084	بدرجة متوسطة
58	أكمل واجباتي الجامعية قبل الوقت المحدد	3.2400	1.29258	بدرجة متوسطة
56	أؤخر البدء بواجباتي حتى الدقيقة الأخيرة	3.2350	1.38178	بدرجة متوسطة
63	أتوقف عن البدء في مهامي الجامعية عندما تسنح لي الفرصة للقيام بأعمال أخرى.	3.1950	1.23475	بدرجة متوسطة
64	أعجز عن البدء في مهامي الجامعية لانشغالي بالتفاصيل.	3.1950	1.22248	بدرجة متوسطة
53	أتناسى القيام بكثير من واجباتي أو واجباتي الجامعية.	3.1350	1.33254	بدرجة متوسطة
72	أؤجل المهام الجامعية الصعبة.	3.0650	1.33404	بدرجة متوسطة
62	أبدأ بإنجاز الأعمال الأخرى على حساب وقتي الدراسي.	3.0550	1.28461	بدرجة متوسطة
55	يتشتت انتباهي عن مهامي الجامعية الأساسية	3.0500	1.28677	بدرجة متوسطة

			فأقوم بتأجيلها.	
51	أتقاس عن العمل بكثير من واجباتي الجامعية.	3.0150	1.38360	بدرجة متوسطة
71	عندما يطلب مني القيام بواجباتي الجامعية التي لا أريها أقوم بتأجيلها.	2.9400	1.23043	بدرجة متوسطة
67	أقوم بأعمال كثيرة في الوقت نفسه وهذا يحول دون إكمال المهمات الجامعية.	2.9150	1.21456	بدرجة متوسطة
57	أترك المهام الجامعية التي بدأت بها قبل أن أكملها بقليل لأبدأ مهام أخرى.	2.9000	1.27204	بدرجة متوسطة
73	أؤجل القيام بواجباتي الجامعية الأساسية مع أهميتها.	2.8550	1.35394	بدرجة متوسطة
68	أترك في إنجاز المهام الجامعية بحجة الإلتقان.	2.8500	1.20197	بدرجة متوسطة
54	أنتظر الفرصة المناسبة لتأتي نحوي دون عناء البحث عن الفرص.	2.7800	1.36783	بدرجة متوسطة
74	أؤجل تلبية طلبات الآخرين رغم أنها جزء من عملي.	2.5200	1.21531	بدرجة قليلة
75	أقل من قدراتي في مواجهة مهامي الجامعية.	2.5100	1.23594	بدرجة قليلة
70	أعتذر عن إكمال مهامي الجامعية معلاً ذلك بأنها ليست ذات قيمة.	2.3350	1.24923	بدرجة قليلة
	الدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي	3.0675	0.73691	بدرجة متوسطة

يتضح من خلال الجدول رقم (6) أن الفقرات التي تقيس درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كانت تقديراتها تتراوح بين درجات كبيرة ودرجات قليلة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي قدره (3.0675) وانحراف معياري قدره (0.73691) وهذا يعني أن درجة التسويق الأكاديمي لدى جامعة النجاح جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فكانت الفقرة رقم (59) والتي نصت على "أبدأ واجباتي الجامعية فوراً دون تأخير" وهي فقرة عكسية بمعنى أن الطلبة لا يبدوون واجباتهم الجامعية دون تأخير، وجاءت الفقرة بمتوسط حسابي قيمته (3.6500) وانحراف معياري قيمته (1.22269)، أما أقل الفقرات تقديراً كانت الفقرة رقم (70)، ونصت هذه الفقرة "أعتذر عن إكمال مهامي الجامعية معلاً ذلك بأنها ليست ذات قيمة"، وجاءت هذه الفقرة بمتوسط

حسابي قيمته (2.3350) وإنحراف معياري قيمته (1.24923)، وهذا يشير بأن طلبة جامعة النجاح الوطنية يعتبرون بأن المهام الجامعية ذات قيمة.

ولمقارنة متوسط العينة مع القيمة الافتراضية للدرجة المقبولة من التسويق وهي (3) والجدول التالي يوضح نتائج إختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمقياس التسويق الأكاديمي.

الجدول رقم(7): إختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمقياس التسويق الأكاديمي.

المقياس	العينة		المجتمع		قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري			
التسويق الأكاديمي	3.0675	0.73691	3	0.73691	1.2	199	0.197
					95		

ويتضح من خلال الجدول رقم (7)، عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة والقيمة المحكية (3)، وهذا يعبر عن أن مستوى التسويق الأكاديمي جاء بدرجة متوسطة.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ما درجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

للإجابة على التساؤل الثاني، قام الباحث بإستخراج المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لفقرات الأداة الخاصة بالضغوط النفسية وللمجالات الستة؛ ضغوط عامة، وضغوط أسرية،

وضغوط دراسية، وضغوط إجتماعية، وضغوط إقتصادية، وضغوط أمنية؛ والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية، وقام الباحث بترتيب فقرات الإستبانة الخاصة بالضغوط النفسية (تتازلياً) وفقاً لدرجة المتوسط الحسابي، وذلك لمعرفة درجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس- فلسطين على أساس:

- 1- إذا كان المتوسط الحسابي 4.2 فأكثر تكون الضغوط النفسية بدرجة كبيرة جداً.
 - 2- إذا كان المتوسط الحسابي من 3.4 إلى أقل من 4.2 تكون الضغوط النفسية بدرجة كبيرة.
 - 3- إذا كان المتوسط الحسابي من 2.6 إلى أقل من 3.4 تكون الضغوط النفسية بدرجة متوسطة.
 - 4- إذا كان المتوسط الحسابي من 1.8 إلى أقل من 2.6 تكون الضغوط النفسية بدرجة قليلة.
 - 5- إذا كان المتوسط الحسابي من 1 إلى أقل من 1.8 تكون الضغوط النفسية بدرجة قليلة جداً.
- وقام الباحث بحساب طول الفترة (0.8) عن طريق قسمة طول المدى وهو (5-1=4) على عدد الفترات (5)، والجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرية للدرجة الكلية لفقرات وأبعاد الضغوط النفسية مرتبة تنازلياً.
- الجدول رقم (8): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرية للدرجة الكلية لفقرات ومجالات الضغوط النفسية مرتبة تنازلياً.

رقم الفقرة في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
33	صعوبة الأسئلة الإمتحانية تسبب لي ضغطا نفسيا.	3.4350	1.30933	بدرجة كبيرة
29	عدم الاستفادة من الشهادة بعد التخرج يسبب لي ضغطا نفسيا.	3.2900	1.37307	بدرجة متوسطة
1	أشعر بالضغوط النفسية والاجتماعية تحاصرني من كل جانب.	3.2650	1.26998	بدرجة متوسطة

44	ارتفاع أسعار الكتب الدراسية او الأقساط الدراسية يسبب لي ضغطا نفسيا.	3.2600	1.37545	درجة متوسطة
48	ممارسات قوات الاحتلال الصهيوني تجاهي تسبب لي ضغطا نفسيا.	3.1900	1.39774	درجة متوسطة
34	نظام جدول المحاضرات غير مناسب مما يسبب لي ضغطا نفسيا.	3.1400	1.37106	درجة متوسطة
10	أحس بتشتت الأفكار وضعف القدرة على التركيز.	3.1100	1.22696	درجة متوسطة
28	عدم عدالة بعض التدريسيين في التعامل مع الطلبة يسبب لي ضغطا نفسيا.	3.1050	1.37237	درجة متوسطة
45	ارتفاع أجور النقل والمواصلات يسبب لي ضغطا نفسيا.	3.0050	1.32049	درجة متوسطة
49	الوضع الأمني يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.9850	1.32421	درجة متوسطة
7	أنا خائف من المستقبل أكثر من الحاضر.	2.9700	1.28740	درجة متوسطة
12	تراودني فكرة الهجرة خارج بلدي.	2.9600	1.66803	درجة متوسطة
25	إصابة أحد افراد عائلتي بمرض مزمن او عاهة جسمية او عقلية يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.9550	1.65732	درجة متوسطة
31	قلة المواد الدراسية العلمية مقارنة بالنظرية يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.9550	1.39019	درجة متوسطة
32	مستلزمات الكلية لا تشجع على الدراسة مما يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.9300	1.34691	درجة متوسطة
41	تحمل أسرتي مصاريف دراستي يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.8800	1.53538	درجة متوسطة
9	فقدت الثقة بالآخرين في الآونة الأخيرة.	2.8750	1.43516	درجة متوسطة
15	ألزم الصمت عند الحديث عن الأمور السياسية.	2.8550	1.34275	درجة متوسطة
19	أنسحب من الأماكن المزدحمة بسرعة.	2.8350	1.40986	درجة متوسطة
11	أعاني من القلق والتوتر الدائم.	2.8250	1.36885	درجة متوسطة
43	ارتفاع أسعار الملابس يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.8050	1.42377	درجة متوسطة
47	تكاليف الزواج تسبب لي ضغطا نفسيا.	2.7450	1.54334	درجة متوسطة

42	محدودية الدخل الشهري للأسرة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.7400	1.36812	بدرجة متوسطة
16	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي.	2.5850	1.25325	بدرجة قليلة
46	ارتفاع الأجر الشهري للسكنات يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.5650	1.56461	بدرجة قليلة
8	أشعر أنني سأنهار طالما أنا على هذا الحال.	2.4850	1.39265	بدرجة قليلة
24	تدخل الأسرة في اختيار شريك/ة الحياة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.4250	1.57058	بدرجة قليلة
27	الالتزام بوقت محدد في العودة إلى البيت يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.4200	1.36856	بدرجة قليلة
6	يخيم علي الحزن بصورة مستمرة.	2.4200	1.20868	بدرجة قليلة
39	توتر العلاقة مع بعض الزملاء/الزميلات يسبب لي ضغطاً نفسياً بسبب المنافسة الدراسية.	2.3550	1.32201	بدرجة قليلة
17	أنطوي على نفسي دائماً.	2.3350	1.29272	بدرجة قليلة
20	أجد نفسي عاجزاً عن إيجاد الحلول لمشكلاتي.	2.3350	1.18312	بدرجة قليلة
36	تسبب لي صراحتي مع الآخرين الإحراج مما يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.3250	1.32596	بدرجة قليلة
21	تعلقي الشديد بأفراد أسرتي يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.3200	1.33285	بدرجة قليلة
22	البعد عن الأهل لغرض الدراسة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.3200	1.37003	بدرجة قليلة
30	نواقص كثيرة في مكتبة الجامعة تسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.2650	1.34679	بدرجة قليلة
37	تدخل الأسرة في تحديد مظهري وسلوكي يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.2350	1.34492	بدرجة قليلة
18	أرى أن الغد سيكون أسوأ من اليوم.	2.2100	1.29005	بدرجة قليلة
23	تحملي مسؤولية عائلتي يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.2000	1.42836	بدرجة قليلة
40	أخشى من عدم تمكني من إكمال دراستي لضعف حالتي الاقتصادية مما يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.1900	1.35019	بدرجة قليلة

38	عدم تقبل نقد الآخرين لي يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.1300	1.26535	بدرجة قليلة
5	أحس بفقدان الأمان والاستقرار النفسي والاجتماعي.	2.0650	1.20333	بدرجة قليلة
26	تعصب أفراد عائلتي للزواج من الأقارب يسبب لي ضغطا نفسيا.	2.0600	1.40937	بدرجة قليلة
4	أرى أن الحياة لا تستحق العيش.	2.0350	1.36126	بدرجة قليلة
14	أنقطع عن الدوام بصورة متكررة.	1.9100	1.19543	بدرجة قليلة
35	الحديث مع الغرباء يسبب لي ضغطا نفسيا.	1.8950	1.15353	بدرجة قليلة
3	أنا خائف وأود ترك الدراسة.	1.6850	1.07309	بدرجة قليلة جداً
13	تعتريني الرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين.	1.6600	1.15371	بدرجة قليلة جداً
2	أشعر أنني مهدد بالقتل أو الخطف في كل لحظة من حياتي.	1.3650	0.80312	بدرجة قليلة جداً
	الضغوط العامة	2.4393	0.77549	بدرجة قليلة
	الضغوط الأسرية	2.3593	0.89873	بدرجة قليلة
	الضغوط الدراسية	2.9425	0.78477	بدرجة متوسطة
	الضغوط الإجتماعية	2.1763	0.89625	بدرجة قليلة
	الضغوط الإقتصادية	2.7738	0.94994	بدرجة متوسطة
	الضغوط الأمنية	3.0875	1.24755	بدرجة متوسطة
	الدرجة الكلية	2.5696	0.63645	بدرجة قليلة

يتضح من نتائج الجدول رقم (8) أن الفقرات التي تقيس درجة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كانت تقديراتها تتراوح بين درجة كبيرة وبدرجة قليلة جداً، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط النفسية بدرجة قليلة وبمتوسط حسابي قدره (2.5696) وبانحراف معياري قدره (0.63645)، وهذا يعني أن درجة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية جاءت بدرجة قليلة، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (33)؛ والتي نصت على "صعوبة الأسئلة الإمتحانية تسبب لي ضغطا نفسيا" وهذه الفقرة تنتمي إلى مجال الضغوط الدراسية، وبلغ المتوسط الحسابي لهذه الفقرة قدره (3.4350) وبانحراف معياري قدره (1.30933)، أما أقل الفقرات تقديراً فكانت الفقرة رقم (2)، والتي نصت على "أشعر أنني مهدد بالقتل أو الخطف في كل لحظة من حياتي"، إذ جاء متوسطها الحسابي (1.3650) وبانحراف معياري قدره (0.80312)، وهذه الفقرة تنتمي إلى مجال الضغوط العامة.

كما أشارت النتائج إلى أن مجالات الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كانت تقديراتها تتراوح بين بدرجة متوسطة و بدرجة قليلة، ففي مجال الضغوط الأمنية الذي جاء ترتيبه أولاً؛ بلغ المتوسط الحسابي (3.0875) وبأنحراف معياري قدره (1.24755)، ثم لحق به مجال الضغوط الدراسية بمتوسط حسابي قدره (2.9425) وبأنحراف معياري قدره (0.78477)، ثم لحق به مجال الضغوط الإقتصادية بمتوسط حسابي قدره (2.7738) وبأنحراف معياري (0.94994)، ثم تلاه مجال الضغوط العامة بمتوسط حسابي قدره (2.4393) وبأنحراف معياري (0.77549)، ثم جاء تالياً مجال الضغوط الأسرية بمتوسط حسابي قدره (2.3593) وبأنحراف معياري قدره (0.89873)، وأخيراً جاء مجال الضغوط الإجتماعية بمتوسط حسابي قدره (2.1763) وبأنحراف معياري قدره (0.89625).

ولمقارنة متوسط العينة عند الدرجة الكلية ومتوسط المجتمع النظري، تم إجراء إختبار ت لعينة واحدة (One Sample T-Test)، وذلك لإصدار حكم دقيق على درجة الضغوط النفسية ومجالاتها لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، لأنه لا يمكننا الإعتماد على المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية وإهمال الإنحرافات المعيارية، وتم إستخدام القيمة المحكية (3) لمتوسط المجتمع لأنها درجة متوسطة بين التقديرات، والجدول التالي يوضح نتائج إختبار (ت) لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة عند الدرجة الكلية ومتوسط المجتمع لمقياس الضغوط النفسية ومجالاتها.

الجدول رقم(9): نتائج إختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة عند الدرجة الكلية ومتوسط المجتمع لمقياس الضغوط النفسية ومجالاتها.

الأبعاد	العينة		المجتمع		قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري			
ضغوط عامة	2.4393	0.77549	3	0.77549	-10.226**	199	0.000
ضغوط أسرية	2.3593	0.89873	3	0.89873	-10.082**	199	0.000
ضغوط دراسية	2.9425	0.78477	3	0.78477	-1.036	199	0.301
ضغوط إجتماعية	2.1763	0.89625	3	0.89625	-12.998**	199	0.000
ضغوط إقتصادية	2.7738	0.94994	3	0.94994	-3.368**	199	0.001
ضغوط أمنية	3.0875	1.24755	3	1.24755	0.992	199	0.322
الدرجة الكلية	2.5696	1.24755	3	1.24755	-9.564**	199	0.000

أشارت نتائج الجدول رقم (9) إلى ما يلي:

1- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى مجال الضغوط العامة والقيمة المحكية، ولصالح متوسط المجتمع، وهذا يعني أن متوسط مجال الضغوط العامة جاء أقل وبشكل دال إحصائياً من المستوى المتوسط للمجتمع، وهذا يعبر عن أن مستوى الضغوط العامة جاء بدرجة قليلة.

2- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى مجال الضغوط الأسرية والقيمة المحكية، ولصالح متوسط المجتمع، وهذا يعني أن متوسط مجال الضغوط الأسرية جاء أقل وبشكل دال إحصائياً من المستوى المتوسط للمجتمع، وهذا يعبر عن أن مستوى الضغوط الأسرية جاء بدرجة قليلة.

3- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى مجال الضغوط الدراسية والقيمة المحكية، وهذا يعبر عن أن مستوى الضغوط الأسرية جاء بدرجة متوسطة.

4- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى مجال الضغوط الإجتماعية والقيمة المحكية، ولصالح متوسط المجتمع، وهذا يعني أن متوسط مجال الضغوط الإجتماعية جاء أقل وبشكل دال إحصائياً من المستوى المتوسط للمجتمع، وهذا يعبر عن أن مستوى الضغوط الإجتماعية جاء بدرجة قليلة.

5- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى مجال الضغوط الإقتصادية والقيمة المحكية، ولصالح متوسط المجتمع، وهذا يعني أن متوسط مجال الضغوط الإقتصادية جاء أقل وبشكل دال إحصائياً من المستوى المتوسط للمجتمع.

6- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى مجال الضغوط الأمنية والقيمة المحكية، وهذا يعبر عن أن مستوى الضغوط الأمنية جاء بدرجة متوسطة.

7- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية والقيمة المحكية، ولصالح متوسط المجتمع، وهذا يعني أن متوسط مقياس الضغوط النفسية جاء أقل وبشكل دال إحصائياً من المستوى المتوسط للمجتمع، وهذا يعبر عن أن مستوى الضغوط النفسية جاء بدرجة قليلة.

ويمكن ترتيب المجالات في مقياس الضغوط النفسية وفقاً لمتوسطاتها الحسابية تنازلياً على النحو التالي:

1- الضغوط الأمنية.

2- الضغوط الدراسية.

3- الضغوط الإقتصادية.

4- الضغوط العامة.

5- الضغوط الأسرية.

6- الضغوط الإجتماعية.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث.

هل هناك علاقة بين درجة الضغوط النفسية ودرجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين ؟

وللإجابة على هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين الضغوط النفسية بجميع مجالاته والتسويق الأكاديمي، كما تم استخدام إختبار تحليل الإنحدار البسيط (Simple Regression) لمعرفة تفسير الضغوط النفسية على التسويق الأكاديمي، والجدول التالي يوضح نتائج معامل ارتباط بيرسون.

الجدول رقم (10): نتائج إختبار بيرسون لمعاملات الإرتباط بين المجالات والدرجة الكلية للضغوط النفسية و التسويق الأكاديمي (ن=200).

المتغيرات	التسويق الأكاديمي
الضغوط العامة	**0.387
الضغوط الأسرية	**0.345
الضغوط الدراسية	**0.375
الضغوط الإجتماعية	**0.146
الضغوط الإقتصادية	**0.323
الضغوط الأمنية	0.048
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	**0.437

أشارت نتائج الجدول رقم (10) أن معاملات الإرتباط بين مجالات الضغوط النفسية ودرجتها الكلية ومقياس التسويق الأكاديمي ودرجته الكلية كانت علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)، عدا العلاقة بين الضغوط الأمنية والتسويق الأكاديمي إذ كان معامل الإرتباط غير دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وكان معدل الإرتباط بين الدرجة الكلية

للضغوط النفسية والدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي (0.437) ، وتعتبر هذه العلاقة متوسطة القوة وإيجابية، بمعنى أنه كلما زادت الضغوط النفسية زاد التسويق الأكاديمي.

ولمعرفة تفسير للضغوط النفسية للتسويق الأكاديمي، أجرى الباحث إختبار تحليل الإنحدار الخطي البسيط، والجدول رقم (11) يوضح النتائج الخاصة بإختبار تحليل الإنحدار الخطي البسيط.

الجدول رقم (11): نتائج إختبار الإنحدار الخطي البسيط.

التسويق الأكاديمي						المتغيرات
مستوى الدلالة	ف	الثابت	بيتا	معامل الإنحدار المعدل	معامل الارتباط	
0.000	**46.39	1.768	0.437	0.187	0.191	الضغوط النفسية

يوضح الجدول رقم (11) أن معامل الإنحدار يساوي (0.187)، وهذا يعني أن الضغوط النفسية تفسر (0.187) من التباين الموجود في التسويق الأكاديمي، وعليه يمكن معرفة مدى تأثير الضغوط النفسية في التسويق الأكاديمي من خلال المعادلة التالية: درجة التسويق الأكاديمي = درجة الضغوط النفسية x 0.437 + 1.768.

رابعاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع.

هل تؤثر متغيرات الجنس والكلية والسنة الدراسية وعمل الطالب والمعدل التراكمي في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس -

فلسطين؟

لتوضيح النتائج الخاصة بالسؤال الرابع قام الباحث بتقسيم السؤال إلى خمسة أقسام:

القسم الأول: هل توجد فروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

قام الباحث بالإجابة عن هذا السؤال من خلال استخدام إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير الجنس، والجدول رقم (12) يبين هذه النتائج.

الجدول رقم (12): نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس.

المقياس	ذكر (93)		أنثى (107)		قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
التسويق الأكاديمي	3.1599	0.65037	2.9871	0.79897	1.661	198	0.098

أشارت نتائج إختبار (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين لمقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير الجنس أن (ف=2.565) ومستوى الدلالة ($\alpha = 0.111$)، وهذا يعني أنها غير دالة إحصائياً (وجود تجانس بين المتوسطات الحسابية)، ويبين الجدول (12) أن مستوى الدلالة عند (ت=1.661) أكبر من (0.05) وتساوي (0.098)، بمعنى أن الفروقات بين المتوسطات الحسابية لمقياس التسويق الأكاديمي وفقاً لمتغير الجنس غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وهذا يعني أن متغير الجنس لم يؤثر في مقياس التسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

القسم الثاني: هل توجد فروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير الكلية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

قام الباحث بالإجابة عن هذا السؤال من خلال إستخدام إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير الكلية، والجدول رقم (13) يبين هذه النتائج.

الجدول رقم (13): نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير الكلية.

المقياس	علوم إنسانية(100)		علوم طبيعية(100)		قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
التسويق الأكاديمي	2.9937	0.73901	3.1413	0.73105	-1.419	198	0.157

أشارت نتائج إختبار (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين لمقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير الكلية أن (ف=0.210) ومستوى الدلالة ($\alpha=0.647$)، وهذا يعني أنها غير دالة إحصائياً(وجود تجانس بين المتوسطات الحسابية)، ويبين الجدول (13) أن مستوى الدلالة عند(ت=-1.419) أكبر من(0.05) ويساوي(0.157)، بمعنى أن الفروقات بين المتوسطات الحسابية لمقياس التسويق الأكاديمي وفقاً لمتغير الكلية غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة($\alpha=0.05$)، وهذا يعني أن متغير الكلية لم يؤثر في مقياس التسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

القسم الثالث: هل توجد فروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير السنة الدراسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

وللإجابة على السؤال إستخدم الباحث إختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمعرفة الفروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي التي تعزى للسنة الدراسية كما يوضح الجدول التالي:

الجدول رقم (14): الفروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي التي تعزى للسنة الدراسية.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
بين المجموعات	1.550	4	0.388	0.710	0.586
داخل المجموعات	106.514	195	0.546		
المجموع الكلي	108.064	199			

يتضح من خلال الجدول السابق أن قيمة ($\alpha=0.586$) غير دالة إحصائياً، وهذا يعني عدم رفض الفرضية الصفرية وبأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير السنة الدراسية.

القسم الرابع: هل توجد فروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير عمل الطالب لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

أجاب الباحث عن هذا السؤال من خلال إستخدام إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير عمل الطالب، والجدول التالي يوضح نتائج الإختبار:

الجدول رقم (15): نتائج إختبار (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين
(Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي تعزى
لمتغير عمل الطالب.

المقياس	الطلبة العاملون (34)		الطلبة الذين لا يعملون (166)		قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
التسويق الأكاديمي	3.1397	0.68985	3.0527	0.74730	0.626	198	0.579

يوضح الجدول رقم (15) أن متغير عمل الطالب لم يؤثر في درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، وذلك لأن مستوى الدلالة عند قيمة (ت=0.626) أكبر من (0.05)، بحيث تشير النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير عمل الطالب.

القسم الخامس: هل توجد فروق في متوسطات درجة مقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير المعدل التراكمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

أجاب الباحث عن هذا السؤال من خلال إستخدام إختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للكشف عن وجود الفروق في متوسطات درجة مقياس التسويق الأكاديمي التي تعزى لمتغير المعدل التراكمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، والجدول التالي يوضح النتائج الخاصة بالسؤال:

الجدول رقم (16): الفروق في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي التي تعزى للمعدل التراكمي.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
بين المجموعات	4.742	4	1.185	2.237	0.066
داخل المجموعات	103.323	195	0.530		
المجموع الكلي	108.604	199			

أشارت نتائج الجدول السابق أن قيمة $(\alpha=0.066)$ غير دالة إحصائياً، وهذا يعني قبول أو الفشل في رفض الفرضية الصفرية بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha=0.05)$ في فروق متوسطات درجة التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

خامساً: النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس.

هل تؤثر متغيرات الجنس والسنة الدراسية والكلية والمعدل التراكمي وعمل الطالب بين متوسطات درجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

وللإجابة على هذا السؤال قام الباحث بتقسيم السؤال إلى خمسة أقسام وهي:

القسم الأول: هل توجد فروق في متوسطات درجة الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟

قام الباحث بالإجابة عن هذا السؤال من خلال استخدام إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية التي

تعزى لمتغير الجنس، والجدول رقم (17) يبين هذه النتائج.

الجدول رقم(17): نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس ومجالاتها الضغوط النفسية التي تعزى لمتغير الجنس.

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة (ت)	أنثى(ن=107)		ذكر(ن=93)		الأبعاد
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
0.439	198	0.776	2.3995	0.79561	2.4849	0.75335	ضغوط عامة
0.104	198	1.632	2.2630	0.83164	2.4700	0.96284	ضغوط أسرية
0.808	198	0.243	2.9299	0.76521	2.9570	0.81062	ضغوط دراسية
0.862	198	-0.220	2.1893	0.90063	2.1613	0.89583	ضغوط إجتماعية
0.096	198	1.674	2.6694	0.94080	2.8938	0.95125	ضغوط إقتصادية
0.833	198	0.211	3.0701	1.29485	3.1075	1.19748	ضغوط أمنية
0.247	198	1.162	2.5209	0.63387	2.6256	0.63823	الضغوط النفسية

يبين الجدول (17) أن مستوى الدلالة عند(ت=1.162) أكبر من(0.05) ويساوي (0.247)، بمعنى أن الفروقات بين المتوسطات الحسابية لمقياس الضغوط النفسية وفقاً لمتغير الجنس غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة(α=0.05)، وهذا يعني أن متغير الجنس لم يؤثر في مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما أشارت النتائج إلى أن الفروقات بين المتوسطات الحسابية لدى جميع مجالات الضغوط النفسية التي تعزى لمتغير الجنس غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05).

القسم الثاني: هل توجد فروق في متوسطات الدرجة الكلية لمجالات مقياس الضغوط النفسية تعزى لمتغير الكلية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

قام الباحث بالإجابة عن هذا السؤال من خلال إستخدام إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس ومجالات الضغوط النفسية تعزى لمتغير الكلية، والجدول رقم (18) يبين هذه النتائج.

الجدول رقم (18): نتائج إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس ومجالات الضغوط النفسية تعزى لمتغير الكلية.

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة (ت)	علوم طبيعية(100)		علوم إنسانية(100)		الأبعاد
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.867	198	0.168	0.73776	2.4300	0.81509	2.4485	ضغوط عامة
0.042	185.045	2.051	0.76458	2.2300	1.00261	2.4886	ضغوط أسرية
0.120	198	1.560	0.82732	2.8563	0.73380	3.0288	ضغوط دراسية
0.086	198	1.724	0.89319	2.0675	0.89048	2.2850	ضغوط إجتماعية
0.492	198	-0.688	0.99784	2.8200	0.90215	2.7275	ضغوط إقتصادية
0.224	198	-1.220	1.32172	3.1950	1.16541	2.9800	ضغوط أمنية
0.461	198	0.738	0.59013	2.5363	0.68099	2.6029	الضغوط النفسية

يبين الجدول (18) أن مستوى الدلالة عند(ت=0.738) أكبر من(0.05) ويساوي(0.461)، بمعنى أن الفروقات بين المتوسطات الحسابية لمقياس الضغوط النفسية التي تعزى لمتغير الكلية غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة(0.05=α)، وهذا يعني أن متغير الكلية لم يؤثر في مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما أشارت النتائج إلى أن الفروقات بين المتوسطات الحسابية لدى جميع مجالات الضغوط النفسية التي تعزى لمتغير الكلية غير دالة

إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، سوى مجال الضغوط الأسرية إذ كانت قيمة (ف=12.468) عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) وهذا يعني وجود فروق دالة إحصائياً لصالح طلبة العلوم الإنسانية.

القسم الثالث: هل توجد فروق في متوسطات الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ومجالات

تعزى لمتغير السنة الدراسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

وللإجابة على السؤال إستخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمعرفة

الفروق في متوسطات درجة الضغوط النفسية ومجالاتها التي تعزى للسنة الدراسية كما يوضح

الجدول التالي:

الجدول رقم (19): الفروق في متوسطات درجة الضغوط النفسية ومجالاتها التي تعزى للسنة الدراسية.

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	ف	مستوى الدلالة
ضغوط عامة	بين المجموعات	5.558	4	1.389	2.374	0.054
	داخل المجموعات	114.117	195	0.585		
	المجموع الكلي	119.674	199			
ضغوط أسرية	بين المجموعات	1.584	4	0.396	0.485	0.747
	داخل المجموعات	159.150	195	0.816		
	المجموع الكلي	160.734	199			
ضغوط دراسية	بين المجموعات	3.428	4	0.857	1.403	0.234
	داخل المجموعات	119.129	195	0.611		
	المجموع الكلي	122.558	199			
ضغوط إجتماعية	بين المجموعات	8.659	4	2.165	2.792	0.028
	داخل المجموعات	151.191	195	0.775		
	المجموع الكلي	159.850	199			
ضغوط إقتصادية	بين المجموعات	2.105	4	0.526	0.578	0.679
	داخل المجموعات	177.469	195	0.910		
	المجموع الكلي	179.575	199			

0.468	0.895	1.395	4	5.582	بين المجموعات	ضغوط أمنية
		1.560	195	304.137	داخل المجموعات	
			199	309.719	المجموع الكلي	
0.131	1.795	0.716	4	2.862	بين المجموعات	الدرجة الكلية (الضغوط النفسية)
		0.399	195	77.748	داخل المجموعات	
			199	80.610	المجموع الكلي	

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

يتضح من خلال الجدول السابق أن قيمة ($\alpha=0.131$) غير دالة إحصائياً، وهذا يعني قبول أو الفشل في رفض الفرضية الصفرية وبأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في متوسطات درجة الضغوط النفسية تعزى لمتغير السنة الدراسية، كما نلاحظ أن جميع مجالات الضغوط النفسية غير دالة إحصائياً، سوى مجال الضغوط الإجتماعية فإنها دالة إحصائياً مما يعني أن هنالك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) تعزى لمتغير السنة الدراسية، ولصالح طلبة السنة الدراسية الأولى.

ولمعرفة دلالة الفروق على مجال الضغوط الإجتماعية وفقاً للسنة الدراسية تم استخدام الباحث إختبار ويلكس لامبدا (Wilks Lambda)، والجدول التالي يوضح نتائج الإختبار:

الجدول رقم (20): نتائج إختبار ويلكس لامبدا لفحص دلالة الفروق على مجال الضغوط النفسية وفقاً لمتغير السنة الدراسية.

مستوى الدلالة	الخطأ في درجات الحرية	فرضية درجات الحرية	(ف)	قيمة ويلكس لامبدا
0.000	195	5	** 33.496	0.538

تبين نتائج الجدول (20) أن الفروق في بعد الضغوط النفسية بالنسبة للسنة الدراسية كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)، ولمعرفة طبيعة الفروق البعدية على بعد الضغوط النفسية تبعاً لمتغير للسنة الدراسية تم استخدام إختبار (LSD) للمقارنات الثنائية، والجدول التالي يوضح نتائج الإختبار:

الجدول رقم(21): نتائج إختبار (LSD) للمقارنات البعدية مجال الضغوط الإجتماعية بالنسبة للسنة الدراسية.

السنة	الأولى	الثانية	الثالثة	الرابعة
الأولى				*0.60450
الثانية				
الثالثة				*0.47161
الرابعة	*-0.60450		*-0.47161	

يبين الجدول رقم (21) أن الفروقات بين مستوى السنة الدراسية للمجال الضغوط الإجتماعية كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وكانت الفروق لصالح السنة الدراسية الرابعة عند مقارنتها بالسنة الثالثة والأولى.

القسم الرابع: هل توجد فروق في متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية ومجالاتها تعزى لمتغير عمل الطالب لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

أجاب الباحث عن هذا السؤال من خلال إستخدام إختبار المقارنة (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية تعزى

لمتغير عمل الطالب، والجدول التالي يوضح نتائج الإختبار:

الجدول رقم (22): نتائج إختبار (ت) بين متوسطين لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test) عند الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ومجالات تعزى لمتغير عمل الطالب.

المجالات	الطلبة العاملون (ن=34)		الطلبة الذين لا يعملون (ن=166)		قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
ضغوط عامة	2.5706	1.00114	2.4123	0.72150	0.876	40.303	0.386
ضغوط أسرية	2.5294	1.02687	2.3244	0.86952	1.213	198	0.227
ضغوط دراسية	2.8493	0.95732	2.9616	0.74654	0.760	198	0.448
ضغوط إجتماعية	2.2647	1.12132	2.1581	0.84580	0.631	198	0.529
ضغوط إقتصادية	2.8529	0.93210	2.7575	0.95552	0.533	198	0.595
ضغوط أمنية	3.0147	1.35672	3.1024	1.22786	3.373	198	0.710
الضغوط النفسية	2.6495	0.75784	2.5532	0.61000	0.802	198	0.423

يوضح الجدول رقم (22) أن متغير عمل الطالب لم يؤثر في الدرجة الكلية للضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، وذلك لأن مستوى الدلالة عند قيمة (ت=0.802) أكبر من (0.05) ويساوي (0.423)، بحيث تشير النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية ومجالاته الأسرية والدراسية والإجتماعية والإقتصادية والأمنية تعزى لمتغير عمل الطالب، كما أوضحت النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مجال الضغوط العامة، بحيث كان مستوى الدلالة عند (ف=5.863) يساوي (0.016).

القسم الخامس: هل توجد فروق في متوسطات الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية

ومجالاتها تعزى لمتغير المعدل التراكمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في نابلس-فلسطين؟

أجاب الباحث عن هذا السؤال من خلال استخدام إختبار تحليل التباين الأحادي

(One Way ANOVA) للكشف عن الفروق في متوسطات الدرجة الكلية لمقياس الضغوط

النفسية ومجالاتها التي تعزى لمتغير المعدل التراكمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، والجدول

التالي يوضح النتائج الخاصة بالسؤال:

الجدول رقم (23): إختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للكشف عن

الفروق في متوسطات الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ومجالاتها التي تعزى لمتغير

المعدل التراكمي.

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
ضغوط عامة	بين المجموعات	20.151	4	0.504	0.835	0.504
	داخل المجموعات	117.659	195	0.603		
	المجموع الكلي	119.674	199			
ضغوط أسرية	بين المجموعات	1.375	4	0.344	0.421	0.794
	داخل المجموعات	159.359	195	0.817		
	المجموع الكلي	160.734	199			
ضغوط دراسية	بين المجموعات	1.709	4	0.247	0.690	0.600
	داخل المجموعات	120.848	195	0.620		
	المجموع الكلي	122.558	199			
ضغوط إجتماعية	بين المجموعات	1.376	4	0.344	0.423	0.792
	داخل المجموعات	158.474	195	0.813		
	المجموع الكلي	159.850	199			
ضغوط إقتصادية	بين المجموعات	2.786	4	0.697	0.768	0.547
	داخل المجموعات	176.789	195	0.907		

			199	179.57	المجموع الكلي	
0.374	1.068	1.660	4	6.640	بين المجموعات	ضغوط أمنية
		1.554	195	303.079	داخل المجموعات	
			199	309.719	المجموع الكلي	
0.987	0.085	0.035	4	0.141	بين المجموعات	الدرجة الكلية للضغوط النفسية
		0.413	195	80.469	داخل المجموعات	
			199	80.610	المجموع الكلي	

أشارت نتائج الجدول السابق أن قيمة ($\alpha=0.987$) غير دالة إحصائياً، وهذا يعني قبول أو الفشل في رفض الفرضية الصفرية بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في متوسطات الدرجة الكلية للضغوط النفسية ولجميع مجالاتها تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

ملخص نتائج الدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- 1- جاء المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بدرجة متوسطة.
- 2- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي والقيمة المحكية.
- 3- جاء تقدير الدرجة الكلية لمتوسط الضغوط النفسية بدرجة قليلة، كما جاء تقدير متوسطات مجالات الضغوط النفسية موزعاً بين بدرجة قليلة وبدرجة متوسطة، بحيث جاءت متوسطات الضغوط العامة والضغوط الأسرية والضغوط الإجتماعية بدرجة قليلة، أما متوسطات الضغوط الدراسية والضغوط الإقتصادية والضغوط الأمنية فجاءت بدرجة متوسطة.

- 4- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ومجالاته (الضغوط العامة، الضغوط الأسرية، والضغوط الإجتماعية، والضغوط الإقتصادية) وبين القيمة المحكية، ولصالح متوسطات المجتمع.
- 5- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى الضغوط الدراسية والضغوط الأمنية والقيمة المحكية.
- 6- وجود علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) بين مقياس الضغوط النفسية بجميع مجالاته ومقياس التسويق الأكاديمي، عدا العلاقة بين مجال الضغوط الأمنية ومقياس التسويق الأكاديمي إذ كان معدل الارتباط غير دال إحصائياً.
- 7- إن مقياس الضغوط النفسية يفسر ما نسبته (0.187) من التباين الموجود في مقياس التسويق الأكاديمي.
- 8- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس، الكلية، السنة الدراسية، عمل الطالب، والمعدل التراكمي.
- 9- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية ومجالاته تعزى لمتغير الجنس.
- 10 - لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته سوى بعد الضغوط الأسرية تعزى لمتغير الكلية.
- 11 - لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته سوى مجال الضغوط الإجتماعية تعزى لمتغير السنة الدراسية.

12 - لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته تعزى لمتغير عمل الطالب.

13 - لا يؤثر متغير المعدل التراكمي في مقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

هدفت الدراسة الحالية التعرف على درجة التسويق الأكاديمي والضغط النفسية والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية- نابلس، كما كشفت الدراسة الفروق في درجات التسويق الأكاديمي والضغط النفسية في ظل متغيرات الجنس، والكلية، والسنة الدراسية، وعمل الطالب، والمعدل التراكمي للطالب، ويتناول هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية بعد إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة للبيانات التي تم جمعها، كما يتناول أيضاً بعض التوصيات التي تتعلق بموضوع الدراسة.

بعد أن تم توزيع أداة الدراسة على الطلاب والطالبات في جامعة النجاح الوطنية، وإستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة توصل الباحث في دراسته إلى النتائج التالية:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

"ما درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟"

1- جاء المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بدرجة متوسطة.

2- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05=\alpha$) بين متوسط العينة لدى الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي والقيمة المحكية.

أن الفقرات التي تقيس درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كانت تقديراتها تتراوح بين درجات كبيرة ودرجات قليلة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي قدره (3.0675) وإنحراف معياري قدره (0.73691)، وهذا يعني أن درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة جامعة النجاح جاءت عموماً متوسطة، أما أعلى الفقرات تقديراً فكانت الفقرة رقم (59) والتي نصت على "أبدأ واجباتي

الجامعية فوراً دون تأخير" وهي فقرة عكسية بمعنى أن الطلبة لا يبدؤون واجباتهم الجامعية دون تأخير، وجاءت الفقرة بمتوسط حسابي قيمته (3.6500) وانحراف معياري قيمته (1.22269)، أما أقل الفقرات تقديراً كانت الفقرة رقم (70)، ونصت هذه الفقرة "أعتذر عن إكمال مهامي الجامعية معللاً ذلك بأنها ليست ذات قيمة"، وجاءت هذه الفقرة بمتوسط حسابي قيمته (2.3350) وانحراف معياري قيمته (1.24923)، وهذا يشير بأن طلبة جامعة النجاح الوطنية يعتبرون بأن المهام الجامعية ذات قيمة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة دراسة الجنادي (2015) ودراسة سحلول (2014) ودراسة عبد الرحيم وعلي (2013) ودراسة الربيع والشواشرة (2013) ودراسة سو (Seo، 2013) ودراسة السلمي (2013) ودراسة كلاسين وآخرين (Klassen et al، 2010) والتي تناولت جميعها درجة انتشار ظاهرة التسويف لدى الطلبة الجامعيين، ويعزو الباحث هذه النتيجة الى ان إدارة الوقت ومهارات إدارة الحياة لا تعد من المهارات التي يتسبها الطالب في المؤسسات التعليمية العربية، ويستدل الباحث على ذلك باستعدادات الطلبة لانجاز الوظائف والمهام التعليمية المطلوبة منه في الأوقات الأخيرة، ولو اعطي الطالب الوقت الكافي الا انه عملية التاجيل والتسويف هي السمة البارزة. كما يعزو الباحث هذه النتيجة الى الثقافة والتربية التي لا تحترم الوقت بكونه عامل أساسي في حياة الانسان ومحور أساسي من محاور التطور والنمو.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

"ما درجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟"

1- جاء تقدير الدرجة الكلية لمتوسط الضغوط النفسية بدرجة قليلة، كما جاء تقدير متوسطات مجالات الضغوط النفسية موزعاً بين بدرجة قليلة وبدرجة متوسطة، بحيث جاءت متوسطات الضغوط العامة والضغوط الأسرية والضغوط الإجتماعية بدرجة قليلة، أما متوسطات الضغوط الدراسية والضغوط الإقتصادية والضغوط الأمنية جاءت بدرجة متوسطة.

2- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية ومجالاته (الضغوط العامة، الضغوط الأسرية، والضغوط الإجتماعية، والضغوط الإقتصادية) وبين القيمة المحكية، ولصالح متوسطات المجتمع.

3- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسط العينة لدى الضغوط الدراسية والضغوط الأمنية والقيمة المحكية.

أن الفقرات التي تقيس درجة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كانت تقديراتها تتراوح بين درجة كبيرة ودرجة قليلة جداً، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط النفسية بدرجة قليلة وبمتوسط حسابي قدره (2.5696) وبانحراف معياري قدره (0.63645)، وهذا يعني أن درجة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية جاءت بدرجة قليلة، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (33)؛ والتي نصت على "صعوبة الأسئلة الإمتحانية تسبب لي ضغطاً نفسياً" وهذه الفقرة تنتمي إلى مجال الضغوط الدراسية، وبلغ المتوسط الحسابي لهذه الفقرة قدره (3.4350) وبانحراف معياري قدره (1.30933)، أما أقل الفقرات تقديراً فكانت الفقرة رقم (2)، والتي نصت على "أشعر أنني مهدد بالقتل أو الخطف في كل لحظة من حياتي"، إذ جاء متوسطها الحسابي (1.3650) وبانحراف معياري قدره (0.80312)، وهذه الفقرة تنتمي إلى مجال الضغوط العامة.

كما أشارت النتائج إلى أن مجالات الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كانت تقديراتها تتراوح بين بدرجة متوسطة و بدرجة قليلة، ففي مجال الضغوط الأمنية الذي جاء ترتيبه أولاً؛ بلغ المتوسط الحسابي (3.0875) وبانحراف معياري قدره (1.24755)، ثم لحق به مجال الضغوط الدراسية بمتوسط حسابي قدره (2.9425) وبانحراف معياري قدره (0.78477)، ثم لحق به مجال الضغوط الإقتصادية بمتوسط حسابي قدره (2.7738) وبانحراف معياري (0.94994)، ثم تلاه مجال الضغوط العامة بمتوسط حسابي قدره (2.4393) وبانحراف معياري (0.77549)، ثم جاء تالياً مجال الضغوط الأسرية بمتوسط حسابي قدره (2.3593) وبانحراف معياري قدره (0.89873)، وأخيراً جاء مجال الضغوط الإجتماعية بمتوسط حسابي قدره (2.1763) وبانحراف معياري قدره (0.89625).

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت اليه دراسة كل من بوبو وشريبه وشيبب (2014) ودراسة جرادات (Jaradat, 2004) ، (دراسة سير Sayer, 2004) ، (دراسة كيلبي (2003) التي اشارت الى مستويات الضغوط النفسية لدى الطلبة الجامعيين، حيث يعزو الباحث هذه النتيجة الى ان الضغوط النفسية هي محصل طبيعي في حياة الانسان، ويجب ان تكون عنصرا دافعا للفرد من اجل الإنجاز والتقدم والابداع، الا ان الضغوط النفسية التي يتم تصورها على انها عناصر سلبية قد تؤدي الى العكس من ذلك، فهي قد تجعل الفرد يشعر بانه غير قادر، وتضعف ثقته بنفسه، وتؤثر على باقي مراحل حياته.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

"هل هناك علاقة بين درجة الضغوط النفسية ودرجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟"

1- وجود علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) بين مقياس الضغوط النفسية بجميع أبعاده ومقياس التسويق الأكاديمي، عدا العلاقة بين بعد الضغوط الأمنية ومقياس التسويق الأكاديمي إذ كان معدل الارتباط غير دال إحصائياً.

2- إن مقياس الضغوط النفسية يفسر ما نسبته (0.187) من التباين الموجود في مقياس التسويق الأكاديمي.

أن معاملات الارتباط بين أبعاد الضغوط النفسية ودرجتها الكلية ومقياس التسويق الأكاديمي ودرجته الكلية جاءت علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$)، عدا العلاقة بين الضغوط الأمنية والتسويق الأكاديمي إذ كان معامل الارتباط غير دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وكان معدل الارتباط بين الدرجة الكلية للضغوط النفسية والدرجة الكلية للتسويق الأكاديمي (0.437) ، وتعتبر هذه العلاقة متوسطة القوة وإيجابية، بمعنى أنه كلما زادت الضغوط النفسية زاد التسويق الأكاديمي.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت اليه دراسات كل من بالكس وديرو (Balkis & Duru,2009) ودراسة تشو وتشوي (Chu & Choi,2005) ودراسة الصوالحي والعمرى (2013) فقد ربطت

التسويق الأكاديمي بالضغوط النفسية والمشكلات التي تتعلق بحياة الطالب مثل تحصيله الأكاديمي أو تعثره، حيث يعزو الباحث هذه النتيجة إلى كونه من الطبيعي بأن يرتبط التسويق الأكاديمي بالضغوط النفسية، حيث إن كلاهما مكونان متوازيان، إذ إن التقليل من التسويق الأكاديمي قد يؤدي إلى التقليل من الضغوط النفسية والعكس صحيح، ويفسر الباحث هذا الطرح بكون التسويق الأكاديمي هو مشكلة بحد ذاتها تعكس غياب مهارات إدارة الوقت وتنظيم المهام، ومن الطبيعي في غياب مثل هذه المهارات الأساسية تكون النتيجة في تراكم هذه المهام وتضارب مواعيدها وبالتالي حدوث الضغوط النفسية والتي قد تحمل نتائج كارثية على بعض المهام أو جميعها.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

"هل تؤثر متغيرات الجنس والكلية والسنة الدراسية وعمل الطالب والمعدل التراكمي في متوسطات درجة التسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟"

لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) عند الدرجة الكلية لمقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس، الكلية، السنة الدراسية، عمل الطالب، والمعدل التراكمي.

بحيث أشارت النتائج أن قيمة ألفا عند جميع المتغيرات كانت أكبر من (0.05)، وهذا يشير إلى عدم رفض الفرضية الصفرية وبأن متغيرات الدراسة لم تؤثر على التسويق الأكاديمي. ويفسر الباحث هذه النتيجة كون التسويق هو مهارة مكتسبة لا ترتبط بالجنس أو الكلية أو السنة الدراسية أو عمل الطالب ومعدله التراكمي، فهي مهارة شخصية يجب عليه أن يكتسبها بعيداً عن هذه المؤثرات، لأنها لا تعد مصدراً لاكتساب مهارات إدارة الوقت وتنظيم المهام وتدريبها.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

"هل تؤثر متغيرات الجنس والسنة الدراسية والكلية والمعدل التراكمي وعمل الطالب بين متوسطات درجة الضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين؟"

1- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية ومجالاته تعزى لمتغير الجنس.

2- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته سوى مجال الضغوط الأسرية تعزى لمتغير الكلية.

3- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته سوى مجال الضغوط الإجتماعية تعزى لمتغير السنة الدراسية.

4- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته سوى مجال الضغوط العامة تعزى لمتغير عمل الطالب.

5 - لا يؤثر متغير المعدل التراكمي في مقياس الضغوط النفسية وجميع مجالاته.

نلاحظ من خلال النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس بأن متغيرات الدراسة لا تؤثر بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية، كما أشارت النتائج بأن متغير الكلية يؤثر في الضغوط الأسرية ويرجع الباحث ذلك إلى تدخل الأسرة في إختيار التخصص للطالبات والطلاب، كما أن متغير السنة الدراسية تؤثر في الضغوط الإجتماعية، ويرجع الباحث ذلك إلى أن الطلبة كلما تقدم في السنة الدراسية ترتفع علاقاته الإجتماعية، وهو ما يسبب له ضغطاً نفسياً إما لعدم تقبل نقد الآخرين أو المنافسة بينه وبين زملائه، كما يؤثر متغير عمل الطالب في مجال الضغوط العامة لأنه يجبر الطالب على الإنقطاع عن الدوام بصورة متكررة وعدم إيجاد الوقت الكافي للدراسة وهو ما يسبب له القلق والتوتر الدائم.

التوصيات:

- 1- ضرورة تكثيف الندوات والإجتماعات لزيادة الوعي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية حول أهمية إنجاز الأعمال الجامعية بوقتها المحدد، والوقوف عند المعوقات التي تمنع الطالب من إنجاز المهام بالوقت المحدد.
- 2- ربط مخرجات التعليم بسوق العمل من خلال التخطيط المسبق لوزارة التربية والتعليم العالي مع الجامعات الفلسطينية، وإعداد برامج التأهيل المناسبة للإنخراط بسوق العمل وذلك للحد من الضغوط الدراسية للطلبة.
- 3- زيادة الوعي لدى الأهالي في ضرورة إعطاء أبناءهم الحرية في إختيار التخصصات التي تناسب قدراتهم وميولهم.
- 4- ضرورة توفير الجامعة لأنشطة لامنهجية خصوصاً لطلبة العلوم الطبيعية كونها أكثر جموداً من كليات العلوم الإنسانية وذلك للتقليل من الضغوط النفسية للطلبة.
- 5- تقديم ورشات وندوات تعليمية تتمحور حول كيفية إدارة الوقت وضبطه.

المقترحات:

- 1- تناول متغيرات أخرى للربط بين الضغوط الإجتماعية والتسويق الأكاديمي مثل متغير التخصص والحالة الإجتماعية.
- 2- إجراء دراسات حول العلاقة بين الضغوط الدراسية والإجتماعية والتسويق الأكاديمي.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أبو زريق، محمد، وجرادات، عبدالكريم (2013). أثر تعديل العبارات الذاتية السلبية في تخفيض التسويف الأكاديمي وتحسين الفاعلية الذاتية الأكاديمية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 9، عدد 1، ص.ص 15-27.
- أبو مصطفى، نظمي (2007). مقياس الضغوط النفسية لدى المعلم الفلسطيني، قسم علم النفس، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.
- أبو مصطفى، نظمي، والسميري، نجاح. (2008). "علاقة الأحداث الضاغطة بالسلوك العدواني، دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الأقصى". مجلة الجامعة الإسلامية بغزة، سلسلة الدراسات الإنسانية، (16)، (1). ص.ص 347-410.
- أبو غزال، معاوية (2012). التسويف الأكاديمي: إنتشاره وأسبابه من وجهة نظر الطلبة الجامعيين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، العدد (2)، ص. ص 131. 149.
- بوبو، منذر، وشريبه، بشرى، وشبيب، هناء صالح (2014). التسويف الأكاديمي وعلاقته بالقلق بوصفه (سمة وحالة) "دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية في جامعة تشرين". مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية ، المجلد 36، العدد 6، ص. ص 473-488.
- جاسم، بشرى أحمد (2016) . الضغوط النفسية التي يعاني منها طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة اداب المستنصرية، العدد(74)، ص. ص 113-137 .
- جرير، سارا (2000). من اجل ادارة الضغوط بنجاح، دار الخليج، الطبعة الأولى، بيروت، لبنان.

- الجريسي ، خالد (2000). التعرف على قيمة الوقت من وجهة نظر المديرين في القطاع الصناعي الخاص. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 39، المجلد 3، ص. 133-167.
- الجنادي، لينة أحمد (2015). التسويق الأكاديمي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية والبيئة الصفية لدى طالبات جامعة القصيم. مجلة كلية التربية ببنها، مج. 26، ع. 101، ص.ص 122-153.
- جودة ، آمال (2004). "أساليب أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى". المؤتمر التربوي الأول للتربية في فلسطين، كلية التربية، الجامعة الإسلامية ، غزة، فلسطين
- جودة، إيمان، و رندة اليافي.(2002). ضغوط العمل وعلاقتها بالتوجه البيروقراطي وعدم الرضا الوظيفي. مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية، (18)، (1)، ص ص 71-120.
- حسن، هدى جعفر. (2006). "التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغط العمل والرضا عن العمل". مجله دراسات نفسيه، (16)، (1). ص.ص 112-118
- الحموي، منى وأمل الأحمد (2010) . التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات. مجلة جامعة دمشق، المجلد 26، عدد2.
- الحواجري، عبدالله تيسير. (2004) . "العلاقة بين الضغوط النفسية والإصابة بالقرحة الهضمية. رسالة ماجستير غير منشودة"، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الخطيب، جمال، و الحديدي، منى.(2003). برنامج تدريبي للاطفال المعاقين. دار الشروق، الأردن.

- رجاء ، مريم. (2007) الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية". دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية، المجلد الخامس، العدد الأول، ص145-172.
- الرشيدى، هارون توفيق (1999). الضغوط النفسية، طبيعتها، ونظرياتها. مطبعة جامعة طنطا، القاهرة، مصر.
- الزهراني، حسن علي محمد، (2010)، الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى عينة من طلبة جامعة حائل، رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة أم القرى، السعودية.
- سالم، هبة الله وكبشور كوكو وعمر هارون خليفة (2012). علاقة دافعية الانجاز بموقع الضبط، ومستوى الطموح، والتحصيل الدراسي. المجلة العربية للتطوير، عدد4.
- سحلول، وليد شوقي. (2014). التسويق الأكاديمي والمعتقدات وما وراء المعرفية حوله وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. مجلة التربية، مج (29) ع (3) ، ص. ص159-211.
- السلمي، عبدالله بن ناصر.(2013). مستوى التسويق الأكاديمي والدافعية الذاتية والعلاقة بينهما لدى طلاب كليات مكة المكرمة والليث في المملكة العربية السعودية جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- شقير، زينب محمود. (2002). الشخصية السوية والمضطربة، ط2، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.
- شواشرة، عمر، وحجازي، تغريد (2013). التسويق الأكاديمي وعلاقته بأساليب التفكير لدى الطلبة الجامعيين في الاردن. مجلة المنارة، مجلد(20)، العدد(1)ب/،2014.
- صوالحة، عونية عطاالله، والعمري، أسماء عبدالمنعم (2013). أسباب التعثر الأكاديمي في جامعة عمان الأهلية كما يراها الطلبة المتعثرون. مجلة البلقاء للبحوث والدراسات، مجلد16، عدد1، ص.ص123-167.

- عبد الرحيم، صالح علي؛ صالح، زينة علي.(2013).التسويق الأكاديمي وعلاقته بإدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، 2013، عدد 38، جزء 2، ص. ص: 241-271.
- العبدى، ناظم (1990). الشخصين بين السواء والمرض، القاهرة، الانجلو مصرية.
- العريني، عبد العزيز بن عبد الله (2002). عوامل هدر الوقت المخصص للعملية التعليمية في الابتدائية من وجهة نظر مديريها. المجلة التربوية، العدد 62، جامعة الكويت، الكويت، ص. ص1-24.
- عطية، مصطفى كامل ابو العزم .(2006). المدير الحائر بين الضغوط النفسية وجودة الاداء الوقائية ، الاسباب و العلاج ، دار الهاني للطباعة والنشر، مصر .
- العقيلي، أسعد صالح بو بكر (2009). المعوقات المؤثرة في استخدام الأساليب العلمية في إدارة الوقت. دراسة تطبيقية، كلية الإدارة والاقتصاد، الأكاديمية العربية المتوحة، الدنمارك.
- العنزي، عبدالله عبدالهادي (2016). أساليب التفكير ومستوى الطموح الأكاديمي ودورهما في التنشؤ تالتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. المجلة التربوية المتخصصة، المجلد5، العدد8، ص. ص97-134.
- عواد، يوسف ذياب (2010). درجة الاحتراق النفسي لطلبة المدارس الأساسية الحكومية الناتج عن دمج الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة بالصفوف العادية. مجلة جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين، مجلد 24(9)، ص. ص81-107.
- الغرير، أحمد نائل (2009). التعامل مع الضغوط النفسية. دار الشروق، الطبعة الأولى، عمان، الأردن.
- الغرير، أحمد نائل، اسعد (2009). التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشروق، الاردن.

- الفضيلية، محمد عبد الله، (2008) التطوير التنظيمي وعلاقته بإدارة الوقت، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- الكحلوت، عماد: الكحلوت ونصر (2006) الضغوط المدرسية وعلاقتها بأداء طلبة التكنولوجيا بالمرحلة الأساسية العليا، دراسة مقدمة للمؤتمر الأول بجامعة الأقصى بغزة، المناهج الفلسطينية الواقع والتغيرات، غزة، فلسطين.
- اللامي، عبدالعباس مجيد (2010). الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات المسائية في الجامعة وبناء برنامج ارشادي لتخفيفها، دراسة في الجامعة المستنصرية، بغداد، العراق.
- المديفر، عبدالله بن محمد. (2009). الدراسات المستقبلية وأهميتها للدعوة الإسلامية. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، السعودية.
- المشعان، عويد. (2000). "مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية". مجلة العلوم الاجتماعية، (28)، (1)، ص. ص 96-65.
- نصر الله، حنا (2005). مبادئ إدارة الوقت. دار التقدم العلمي، عمان، الأردن.
- هلال، محمد عبد الغني (2006) مهارات ادارة الضغوط، ط2، مركز تطوير الأداء والتنمية، مصر.
- هويدي، محمد؛ إلماني وسعيد. (2007). السلوكيات غير المقبولة من وجهة نظر الطلبة. مملكة البحرين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد الثامن عدد (7)، ص. ص 143-120.

- Balkis, M. (2013). *Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational beliefs about studying*. **Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies**, 13, 1, 57- 74.
- Balkis, M., & Duru, E. (2009). *Prevalence of academic procrastination behavior among pre- service teachers, and its relationship with demographics and individual preferences*. **Journal of Theory and Practice in Education**, 5, 18- 32. Retrieved from <http://www.researchgate.net/publication/26581257>
- Brouwers, A.&Tomic, W. (2000). *A longitudinal study of Teacher burnout and Perceived self-efficacy in classroom management*. **Teaching and Teacher Education**, 16, 239-253
- Cao, L. (2012). *Differences in procrastination and motivation between undergraduate and graduate students*. **Journal of the Scholarship of Teaching and Learning**, 12(2), 39-64. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ978906.pdf>
- Choi, J., & Moran, S. (2009). *Why not procrastinate? development and validation of a new active procrastination scale*. **Journal of Social Psychology**, 149(2), 195-212. doi/abs/10.3200/SOCP.149.2.195-212

- Chu, A. & Choi, J. (2005). *Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitude and performance.* **The Journal of Social Psychology**, 145(3), 245-264. Retrieved from <http://www.motivationalmagic.com>.
- Ferrari, J. (2000). *Procrastination and attention: Factor analysis of attention defect, boredomness, intelligence, self- esteem and task delay frequencies.* **Journal of Social Behavior and Personality**, 15, 185-196. Retrieved from Ebsco Host Journal Database.
- <http://www.freepatentsonline.com/article/College-Student-Journal/22842832.html>
- Jaradat. A.(2004). **Test anxiety in Jordanian students: Measurement, correlates and treatment.** Doctoral dissertation, Phillips University of Marburg, Germany.
- Johnson, E., Green, K., & Kluever, R. (2000). **Psychometric characteristics of the revised procrastination inventory.** *Research in Higher Education*, 41,2,269-279.
- -Jonassen , D . (2002) : **Toward design theory of problem solving,** **journal of educational technology research development** www.springerlink.com. Accessed on 20-7-2007.
- Keo, C, (2005)." **Reaction to stress: social support and coping strategies of early childhood teachers.**" Ph, D., Spalding University, USA.

- Kepbart, P, (2003). **An investigation of the impact of gender and other workplace diversity issues on the causes, costs, consequences, and constructive coping strategies of job stress.** Ph.D., Nova southeaten University, Canada.
- Klassen, R., Ang, P., Chong, W., Krawchuk, L., Huan, V., Wong, I., & Yeo, S. (2010). **Academic procrastination in two settings: Motivation correlates, behavioral patterns, and negative impact of procrastination in Canada and Singapore.** *Applied Psychology: An International Review*, 59(3), 361- 379.
- Knaus, W. (2000). ***Procrastination, Blame, and Change.*** *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 5, 153- 166.
- Lazarus ,R .S..Folkman ,S ,(1988): ***coping as a mediator of emotion*** *Journal of personality and social psychology* ,54.466-475.
- Noran, F. (2000). **Procrastination among students in institutes of higher learning: Challenges for K Economy.** Retrieved from <http://www.mahdzan.com/papers/procrastinate/> Accessed on 17th November, 2006.
- Ozer, B., & Ferrari, J. (2011). **Gender orientation and academic procrastination: Exploring Turkish high school students.** *Individual Differences Research*, 9, 1,33-40.
- Ozer, B., Demir, A., & Ferrari, J. (2009). ***Exploring academic procrastination among turkish students: Possible gender differences***

in prevalence and reasons. The Journal of Social Psychology, 2009, 149, 2, 241- 257.

- Piccarelli, R. (2003). ***How to overcome procrastination. The American Salesman***, 48, 27-29. Retrieved from Ebsco host journal database.
- SAYER, C. R. (2004). **The Psychological Implication Of Procrastintion, Anxiety Perfectionism, And Lowered Aspirations In College Students**, 122.
- Schouwenburg, H. C. (2004). Procrastination in academis settings: general introduction. In H.C.Schouwenburg, C.H. Lay, T.A. Pychyl, & J.R. Ferrari (Eds.), **Counseling the procrastinator inacademic setting** (3-17). Washington D.C. APA.
- Sedgwick, Lou. (2002) **"Teacher burnout, stressful student misbehavior, and the strategies teachers use to influence that misbehavior.** Dissertation Abstracts Interntional, 102(2) p802-A.
- Seligman, M. E. P.(1975). **Depression and learned helplessness.**In **R. J. Friedman & M. M. Katz Eds.,The psychology of depression: Contemporary theory and research.** Washington, D.C.: Winston-Wiley.
- Seo, E. (2013). **A comparison of active and passive procrastination in relation to academic motivation.** Social Behavior and Personality, 41, 5, 777-786.
- Wang, N., He, P., & Li, Q. (2013). **The Relationship between Postgraduates * Academic Procrastination and Psychodynamic**

Variables. International Conference on Education, Management and Social Science. China.

- Wang, Z., & Englander, F. (2010). *A cross-disciplinary perspective on explaining student performance in introductory statistics -- What is the relative impact of procrastination?* **College Student Journal**, 44(2), 458-471. Retrieved from.
- Wong, B. (2012). **Metacognitive awareness, procrastination and academic performance of university students in Hong Kong.** Doctoral Thesis, Leicester University.
- Yong, Fung Lan(2010): *A Study on the Assertiveness and Academic Procrastination of English and Communication Students at a Private University* **American Journal of Scientific Research**, Issue 9 .

الملاحق

ملحق رقم (1): الإستبانة

جامعة النجاح الوطنية

كلية الدراسات العليا

قسم الإدارة التربوية

حضرة الطالب /ة:.....

تحية طيبة وبعد ،

يقوم الباحث بإجراء دراسة بحثية حول (درجة التسويق الأكاديمي وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين)، وفيما يلي مجموعة من العبارات والتي تتطلب منك الإجابة عليها بأمانة ودقة وموضوعية، كما لا تختار سوى إجابة واحدة فقط عند كل عبارة ، ولا تترك أي فقرة دون الإجابة عليها، وإجابتك سوف تحاط بالسرية التامة ولا يطلع عليها سوى الباحث لاستخدامها في البحث العلمي.

شاكراً لكم لحسن تعاونكم

الباحث: أسامة البزور

القسم الأول: البيانات الشخصية

الرجاء وضع إشارة (√) في المربع المناسب:

1. الجنس: ذكر أنثى
- 2- الكلية: علوم إنسانية علوم طبيعية
- 3- السنة الدراسية: أولى ثانية ثالثة رابعة غير ذلك
- 4- بالإضافة الى كونك طالب على مقاعد الدراسة، فهل تعمل في مهنة او وظيفة معينة؟ نعم لا
- 5- المعدل التراكمي: 3.65 فأعلى 3-3.64 2.99-2.35 2.34-1.7 1.69 فما دون

التسويق الأكاديمي: هو التأجيل المتعمد للواجبات الأكاديمية التي يجب أن تكمل في الوقت المحدد كالاختبارات والأبحاث أو متطلبات المساقات الجامعية.
القسم الثاني: أداة الدراسة:

يرجى وضع إشارة (X) أسفل الخيار الذي تراه ينسجم معك فيما يلي:

الرقم	الفقرة	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
أولاً: مقياس الضغوط النفسية						
1.	أشعر بالضغوط النفسية والاجتماعية تحاصرني من كل جانب.					
2.	أشعر أنني مهدد بالقتل أو الخطف في كل لحظة من حياتي.					
3.	أنا خائف وأود ترك الدراسة.					
4.	أرى أن الحياة لا تستحق العيش.					
5.	أحس بفقدان الأمان والاستقرار النفسي والاجتماعي.					
6.	يخيّم عليّ الحزن بصورة مستمرة.					
7.	أنا خائف من المستقبل أكثر من الحاضر.					
8.	أشعر أنني سأنهار طالما أنا على هذا الحال.					
9.	فقدت الثقة بالآخرين في الآونة الأخيرة.					
10.	أحس بتشتت الأفكار وضعف القدرة على التركيز.					
11.	أعاني من القلق والتوتر الدائم.					
12.	تراودني فكرة الهجرة خارج بلدي.					
13.	تعتريني الرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين.					
14.	أنقطع عن الدوام بصورة متكررة.					
15.	ألزم الصمت عند الحديث عن الأمور السياسية.					
16.	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي.					
17.	أنطوي على نفسي دائماً.					
18.	أرى أن الغد سيكون أسوأ من اليوم.					
19.	أنسحب من الأماكن المزدحمة بسرعة.					
20.	أجد نفسي عاجزاً عن إيجاد الحلول لمشكلاتي.					
21.	تعلقي الشديد بأفراد أسرتي يسبب لي ضغطاً					

					نفسيا .
					22. البعد عن الأهل لغرض الدراسة يسبب لي ضغطا نفسيا .
					23. تحملي مسؤولية عائلتي يسبب لي ضغطا نفسيا .
					24. تدخل الأسرة في اختيار شريك/ة الحياة يسبب لي ضغطا نفسيا .
					25. إصابة أحد افراد عائلتي بمرض مزمن او عاهة جسمية او عقلية يسبب لي ضغطا نفسيا .
					26. تعصب أفراد عائلتي للزواج من الأقارب يسبب لي ضغطا نفسيا .
					27. الالتزام بوقت محدد في العودة إلى البيت يسبب لي ضغطا نفسيا .
					28. عدم عدالة بعض التدريسين في التعامل مع الطلبة يسبب لي ضغطا نفسيا .
					29. عدم الاستفادة من الشهادة بعد التخرج يسبب لي ضغطا نفسيا .
					30. نواقص كثيرة في مكتبة الجامعة تسبب لي ضغطا نفسيا .
					31. قلة المواد الدراسية العلمية مقارنة بالنظرية يسبب لي ضغطا نفسيا .
					32. مستلزمات الكلية لا تشجع على الدراسة مما يسبب لي ضغطا نفسيا .
					33. صعوبة الأسئلة الإمتحانية تسبب لي ضغطا نفسيا .
					34. نظام جدول المحاضرات غير مناسب مما يسبب لي ضغطا نفسيا .
					35. الحديث مع الغرباء يسبب لي ضغطا نفسيا .
					36. تسبب لي صراحتي مع الآخرين الإحراج مما يسبب لي ضغطا نفسيا .
					37. تدخل الأسرة في تحديد مظهري وسلوكي يسبب لي ضغطا نفسيا .
					38. عدم تقبل نقد الآخرين لي يسبب لي ضغطا نفسيا .
					39. توتر العلاقة مع بعض الزملاء/الزميلات يسبب لي

					ضغطاً نفسياً بسبب المنافسة الدراسية.
					40. أخشى من عدم تمكني من إكمال دراستي لضعف حالتني الاقتصادية مما يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					41. تحمل أسرتي مصاريف دراستي يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					42. محدودية الدخل الشهري للأسرة يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					43. ارتفاع أسعار الملابس يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					44. ارتفاع أسعار الكتب الدراسية أو الأقساط الدراسية يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					45. ارتفاع أجور النقل والمواصلات يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					46. ارتفاع الأجر الشهري للسكنات يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					47. تكاليف الزواج تسبب لي ضغطاً نفسياً.
					48. ممارسات قوات الاحتلال الصهيوني تجاهي تسبب لي ضغطاً نفسياً.
					49. الوضع الأمني يسبب لي ضغطاً نفسياً.
					50. اغلاق الشوارع بالحواجز والطرق يسبب لي ضغطاً نفسياً.
ثانياً: مقياس التسويق الأكاديمي					
					51. أتقاعس عن العمل بكثير من واجباتي الجامعية.
					52. أوجل مهماتي اليومية إلى الغد أو إلى إشعار آخر.
					53. أتتاسى القيام بكثير من واجباتي أو مهماتي الجامعية.
					54. أنتظر الفرصة المناسبة لتأتي نحوي دون عناء البحث عن الفرص.
					55. ينتشنت انتباهي عن مهماتي الجامعية الأساسية فأقوم بتأجيلها.
					56. أوخر البدء بواجباتي حتى الدقيقة الأخيرة.
					57. اترك المهام الجامعية التي بدأت بها قبل ان أكملها بقليل لأبدأ مهام أخرى.
					58. أكمل واجباتي الجامعية قبل الوقت المحدد.
					59. أبدأ واجباتي الجامعية فوراً دون تأخير.

					60. أكمل واجباتي الجامعية بشكل منتظم يوماً بيوم.
					61. أحب انهاء واجباتي الجامعية في الوقت الضائع.
					62. أبدأ بإنجاز الأعمال الأخرى على حساب وقتي الدراسي.
					63. أتوقف عن البدء في مهامى الجامعية عندما تسنح لى الفرصة للقيام بأعمال أخرى.
					64. أعجز عن البدء فى مهامى الجامعية لانشغالى بالتفاصيل.
					65. أُلجأ إلى التأجيل عند شعورى بضغط الواجبات الجامعية.
					66. أسعى إلى انجاز واجباتى الجامعية دون تأخير.
					67. أقوم بأعمال كثيرة فى الوقت نفسه وهذا يحول دون إكمال المهمات الجامعية.
					68. أتلكأ فى انجاز المهمات الجامعية بحجة الإلتقان.
					69. أهدر وقتاً كبيراً قبل البدء بإنجاز مهامى الجامعية.
					70. اعتذر عن إكمال مهامى الجامعية معللاً ذلك بأنها ليست ذات قيمة.
					71. عندما يطلب منى القيام بواجباتى الجامعية التى لا ارغبها أقول بتأجيلها.
					72. أوّجل المهام الجامعية الصعبة.
					73. أوّجل القيام بواجباتى الجامعية الأساسية مع أهميتها.
					74. أوّجل تلبية طلبات الآخرين رغم أنها جزء من عملى.
					75. أقلل من قدراتى فى مواجهة مهامى الجامعية.

ملحق رقم(2): أسماء المشاركين في تحكيم الأستبانة

مكان العمل	الإسم
جامعة النجاح الوطنية	د. فاخر الخليلي
جامعة النجاح الوطنية	د. سهيل صالحه
جامعة النجاح الوطنية	د. صلاح ياسين
جامعة النجاح الوطنية	د. عبد عساف
جامعة الإستقلال	د. مروان علاونة

ملحق رقم (3): كتاب تسهيل مهمة الباحث

An-Najah
National University
Faculty of Graduate Studies
Dean's Office



جامعة
النجاح الوطنية
كلية الدراسات العليا
مكتب العميد

التاريخ: 2017/3/14

حضرة الدكتور النائب الاكاديمي المحترم

الموضوع: تسهيل مهمة باحث

تحية طيبة وبعد،،

يرجى من حضرتكم التكرم بتسهيل مهمة الباحث/ أسامة لطفى محمود البزور، رقم تسجيله (11457865)، تخصص ماجستير الادارة التربوية في كلية الدراسات العليا بجامعة النجاح الوطنية، وهو يصدد اعداد الاطروحة الخاصة به والتي عنوانها: 'مرجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتسويق الأكاديمي لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس / فلسطين'. يرجى من حضرتكم تسهيل مهمته في توزيع استبانات على طلبة جامعة النجاح في الحرمين القديم والجديد.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،،

عميد كلية الدراسات العليا

د. محمد سومان شنيه



فلسطين - نابلس، ص ب 7-707 هاتف/2345115، 2345114، 2345113 (09)، 972 * فاكسيل: (09)2342907، (972) 3200
Nablus, P. O. Box (7) * Tel. 972 9 2345113, 2345114, 2345115
* Facsimile 972 92342907 * www.najah.edu - email fgs@najah.edu

An-Najah National University

Faculty of Graduate Studies

**The Degree of Psychological Stress and its Relationship to
Academic Procrastination Among Bachelor Students at
Najah National University in Nablus- Palestine**

by

Osama Lutfi Mahmoud Al-bzoor

Supervised

Prof. Ghassan Hilo

Co- Supervised

Dr. Fakher Khalili

**This Thesis is Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master in Educational Administration, Faculty of
Graduate Studies, An- Najah National University, Nablus- Palestine.**

2017

The Degree of Psychological Stress and its Relationship to Academic Procrastination Among Bachelor Students at Najah National University in Nablus- Palestine

by

Osama Lutfi Mahmoud Al-bzoor

Supervised

Prof. Ghassan Hilo

Co-Supervised

Dr. Fakher Khalili

Abstract

The research aimed to test the level of the academic procrastination and its relation to stress among students at Al-Najah National University in Palestine -Nablus , as well as identifying the level of stress which face students . The research also aimed to find out the effects of the study variables (sex, years of study, faculty , GPA and work) on the mean of the level of stress and the academic procrastination . The research also aimed to identify the level of the academic procrastination and stress on baccalaureate students at Al-Najah National University . For the purposes of the study , the researcher used the scale of the academic procrastination prepared by (shawashra , 2013) . The researcher also developed the scale of stress used in studies of (Jassim, 2013) and (Al- Lami , 2010) .

The scale of academic procrastination and its relation of stress was displayed to experts (Jury) to find the face validity .The researcher also calculated the cronbach's alpha and applied the scale on the study sample - consisting of 200 male and female students at Al-Najah National University . The researcher statistically analysed the data using (T- Test , One way ANOVA, Means, Standard deviations, Person Correlation

Coefficient and Simple Linear Regression). The results showed that the sample have little level stress , and its level of the academic procrastination was medium . The results showed statistical significant differences between the total of stress and standardized value in favor of the community average . However, the results showed no statistically significant difference between academic procrastination and standardized value .The results showed a positive relation between stress and academic procrastination , and showed that the variables (sex , year of studying, faculty , GPA and work) don't affect both of academic procrastination and stress .

