

## نمذجة العلاقات بين الخوف من جائحة كورونا (COVID-19) والضغوط الأكاديمية وجودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

د. حامد سامي حامد غريب\* أ.د.عبدالناصر السيد عامر\*\*

### مقدمة

ظهر فيروس كورونا المستجد المعروف بـ COVID-19 في مدينة يوهان عاصمة مقاطعة هوبي الصينية في ديسمبر عام (2019) في صورة إلتهاب رئوي حاد يصيب الأفراد الذين يعانون من انخفاض وظيفة المناعة الطبيعية في أجسامهم، حيث يعاني منه الكثير من الأفراد في كل دول العالم تقريباً، وأودى بحياة أكثر من (4) مليون شخص، وأصيب به أكثر من (181) مليون شخص لحظة كتابة تقرير البحث، ومن عواقبه إحداث حالة من التوتر والهلع والذعر والخوف والرعب والقلق بين كافة أفراد الشعوب، وتغير أنماط الحياة والعلاقات الاجتماعية، ويطلق على الخوف من جائحة كورونا فوبيا كورونا "Corona Phobia"، أو قلق كورونا " Corona Anxiety"، وكلها حالات انفعالية تصاحب الفرد لوجود مصدر تهديد، وهو الإصابة بجائحة كورونا، وقد أحدث الخوف من جائحة كورونا اضطرابات نفسية وضغوط أكاديمية انعكست على كل الجوانب الشخصية والاجتماعية لحياة الطلاب.

ويواجه طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا العديد من المشكلات والأزمات النفسية التي جعلتهم في حالة من القلق والتوتر والضغط المستمر بشأن مستقبلهم الأكاديمي، وبالتالي حدوث ضغوط أكاديمية متعددة ومتنوعة (Dong & Bouey, 2020). وترتبط جودة الحياة بالمستوى الذي يصل إليه الفرد في إشباع وإرضاء مختلف حاجاته النفسية والاجتماعية، كما ترتبط بالحالة الشعورية التي تجعل الفرد يرى نفسه

\* مدرس علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي ، كلية التربية- جامعة الأزهر.

\*\* أستاذ القياس والإحصاء النفسي ، كلية التربية- جامعة قناة السويس.

قادراً على إشباع حاجاته المختلفة (الفطرية والمكتسبة) والاستمتاع بالظروف المحيطة به (Cushing, 2011)، وتعكس جودة الحياة إدراكات الفرد بسعادته وحنينه وفرحه ورضائه عن وضعه الاجتماعي والنفسي والعائلي والصحي (عبدالناصر عامر، 2020a). ويعاني طلاب الجامعة من صعوبة في التعلم في ظل جائحة كورونا، مما يعرض حياتهم للاضطرابات والاختلالات الأكاديمية، ويسهم التوافق الأكاديمي بشكل كبير في قدرة الطلاب على التعلم وتنظيم انفعالاتهم.

### مشكلة الدراسة

اجتاح فيروس كورونا العالم، وتعرضت كل الأنظمة المجتمعية لتغيرات آنية لمواجهة الأزمة، وتغيرات مستقبلية قد تحدث تغيرات جوهرية في بنية النظم المجتمعية ومنطلقاتها ومسلطاتها، ومنها النظام التعليمي وما يتبعه من تغيرات في بنيته وهيكلته ولوائحه وجاهزيته التقنية والعلمية وأهدافه العامة والخاصة، والنظام الاقتصادي والاجتماعي للأفراد والعائلات وما يتبعه من تغيرات في العادات والتقاليد، وكذلك النظام الصحي في تجهيزاته واستعداداته وخبراته، وانطلاقاً من تلك التغيرات السريعة والمستجدة أصبح توفير أدوات التعليم الإلكتروني أولوية رئيسة للدول جميعها لضمان استمرارية عملية التعليم بصفة عامة والتعليم الجامعي بصفة خاصة، ولذا كان النظام التعليمي من أكثر الأنظمة تأثراً بجائحة كورونا، حيث إزدادت الضغوط والأعباء على عاتق الطلاب، وبالتالي أصبح يعيش الطلاب مشكلات نفسية وضغوط أكاديمية متواصلة.

وتعد جائحة كورونا إحدى الجائحات العالمية والأزمات الحديثة التي ألفت بظلالها على العملية التعليمية والتربوية، واستدعت إتخاذ إجراءات طارئة للتعامل معها والتخفيف من آثارها، وقد نال طلاب الجامعات المصرية من الضغوط والصعاب الأكاديمية خلال جائحة كورونا ما نال غيرهم من كافة فئات المجتمع المحلي والدولي، حيث وجدوا أنفسهم أمام تعليق الدراسة، وتشتت ذهني بشأن معدلاتهم الأكاديمية وتخرجهم من الجامعة، كما وجدوا أنفسهم - دون استعداد مسبق - وجهاً لوجه أمام ما يعرف بالتعلم الإلكتروني، بالإضافة إلى أنهم مجبورين على القيام بتدابير العزلة الصارمة محاربين عدواً غير معلوم بالنسبة لهم، وأصبحوا أمام مستقبل غامض ومجهول، وأحداث عالمية متصاعدة الوتيرة، وهذا قد يعني لهم خوفاً حقيقياً من مستقبل باتت مؤشراتته تدل على صعوبات وضغوطات عارمة.

وكشفت الدراسات عن وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جائحة كورونا والتوافق الأكاديمي كما أشارت دراسة حسام عبدالرحيم (2020)، ووجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جائحة

كورونا وجودة الحياة كما في دراسة عبدالناصر عامر (2020a)، ودراسة Han & Curtis (2020)، ودراسة Prachand, Milner, Angelos, Posner, Fung, Agrawal & Matthews (2020)، ووجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين جائحة كورونا والضغط الأكاديمية كما في دراسة Gupta (2020)، ودراسة Moawad (2020)، وعدم وجود علاقة بين جائحة كورونا والضغط الأكاديمية كما في دراسة نهلة علي (2020).

كما توصلت الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي كما في دراسة منتصر موسى (2002)، ودراسة سفيان الريدي (2012)، ودراسة Attiyah & Mohasn (2018)، ودراسة Moghodom & Salimi (2019)، ودراسة علي قشمر (2019)، ودراسة مصطفى صفوري، وعدنان العتوم، وفراس حموري (2019).

بينما أظهرت بعض الدراسات طبيعة العلاقة السلبية الدالة إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية والتوافق الأكاديمي كما في دراسة يوسف شلبي (2017)، ودراسة مصطفى أبو بكر (2018)، ودراسة Kuma (2019)، ودراسة Kumar & Palai (2019)، ودراسة Hussain, Kumar & Husain (2019).

في حين أكدت بعض الدراسات على وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية والتوافق الأكاديمي كما في دراسة Molzahn (2012)، ودراسة سارة عبدالسلام (2016)، ودراسة داليا العبد (2016)، ودراسة دعاء أبو المجد (2017)، ودراسة Assanq (2017)، ودراسة Ribriro (2017)، ودراسة لمياء العدساني (2018).

وعلى الرغم من تعدد الدراسات التربوية والنفسية في مجال دراسة العلاقة بين كل من (التوافق الأكاديمي، جودة الحياة الأكاديمية، الضغوط الأكاديمية، الخوف من جائحة كورونا) كل على حده، إلا أنه لا توجد أية دراسة - في حدود علم الباحثان - تناولت هذه المتغيرات في هيئة نموذج بنائي يُفسر العلاقات والتأثيرات البنائية بين هذه المتغيرات، وجاءت هذه الدراسة لسد النقص في هذا المجال، مما دفع الباحثان إلى القيام بهذه الدراسة لتحديد النموذج بنائي للعلاقات والتأثيرات البنائية بين متغيرات: (التوافق الأكاديمي، جودة الحياة الأكاديمية، الضغوط الأكاديمية، الخوف من جائحة كورونا) لدى طلاب الجامعة، وذلك عن طريق نمذجة المعادلة البنائية، ويتم ذلك من خلال قياس التوافق الأكاديمي، وقياس جودة الحياة الأكاديمية، وقياس الضغوط الأكاديمية،

وقياس الخوف من جائحة كورونا، وبناءً على ما سبق يُمكن تحديد مشكلة الدراسة من خلال الأسئلة التالية:

1. ما مستوى جودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة؟

2. ما مستوى التوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة؟

3. ما العلاقة بين الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية وجودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟

4. ما النموذج البنائي للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التوافق الأكاديمي كمتغير تابع وجودة الحياة الأكاديمية كمتغير وسيط والخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية كمتغيرين مستقلين لدى طلاب الجامعة؟

أهداف الدراسة

تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. تحديد مستوى جودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة.

2. تحديد مستوى التوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة.

3. التعرف على العلاقة بين التوافق الأكاديمي وجودة الحياة الأكاديمية والضغط الأكاديمية والخوف من جائحة كورونا.

4. التحقق من النموذج البنائي للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التوافق الأكاديمي كمتغير تابع وجودة الحياة الأكاديمية كمتغير وسيط والخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية كمتغيرين مستقلين لدى طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة

يمكن أن تتضح أهمية الدراسة من خلال جانبين للأهمية وهما كالآتي:

(أ) الأهمية النظرية:

1. تساعد دراسة متغيرات (جودة الحياة الأكاديمية، التوافق الأكاديمي) على مواجهة طلاب الجامعة للضغوط والتحديات التي يفرضها التعامل مع وباء كورونا المستجد.

2. التأكيد على أهمية استخدام الأساليب الإحصائية المتقدمة لدراسة العلاقات بين المتغيرات المتعددة التي تؤثر في الظاهرة النفسية، ومن هذه الأساليب نموذج المعادلة البنائية للعلاقات بين العوامل الكامنة.

3. محاولة التوصل إلى بنية النموذج الذي يساعد على تفسير العلاقات بين متغيرات: (التوافق الأكاديمي، جودة الحياة الأكاديمية، الضغوط الأكاديمية، الخوف من جائحة كورونا) من خلال الإطار النظري والدراسات السابقة.

4. إلقاء الضوء على أهمية التوافق الأكاديمي وجودة الحياة الأكاديمية في خفض الضغوط الأكاديمية والخوف من جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة.

#### (ب) الأهمية التطبيقية:

1. بناء برامج تدريبية تساعد في حل المشكلات الأكاديمية التي يتعرض لها طلاب الجامعة من خلال النموذج الذي تم التوصل إليه.

2. تشجيع طلاب الجامعة على التغلب على الضغوط الأكاديمية التي تواجههم أثناء جائحة كورونا من أجل فهم وإستيعاب المواد الدراسية المختلفة.

3. توجيه أعضاء هيئة التدريس بالجامعات إلى تخفيض حدة الخوف من وباء جائحة كورونا لدى الطلاب مع التزامهم بالإجراءات الاحترازية.

#### مصطلحات الدراسة

#### 1. الخوف من جائحة كورونا (Covid- Fear of the Corona Pandemic)

(19): يُعرفه الباحثان بأنه: "استجابات انفعالية بسبب احتمال الإصابة بفيروس كورونا، وينشأ عنها أعراض أو اضطرابات نفسية، مثل: (الذعر، الرعب، الوسواس القهري، تجنب الآخرين)، مما يعوق أداء الطالب في نواح عديدة سواء كانت معرفية أو اجتماعية أو فسيولوجية أو غير ذلك"، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها طلاب الجامعة على مقياس الخوف من جائحة كورونا المستخدم في الدراسة الحالية.

#### 2. الضغوط الأكاديمية Academic Stress: يُعرفها الباحثان بأنها: "مجموعة المواقف

والأحداث الضاغطة التي يتعرض لها طلاب الجامعة، ويتطلب منهم مواجهتها والتكيف معها، وتسبب لهم نوع من الضيق أو القلق أو التوتر"، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها طلاب الجامعة على مقياس الضغوط الأكاديمية المستخدم في الدراسة الحالية.

3. جودة الحياة الأكاديمية **Quality of Academic Life**: يُعرفها الباحثان بأنها: "شعور الطالب بالرضا والكفاءة الذاتية من خلال ما يحققه من أهداف أكاديمية تساهم في تحسين حياته الأكاديمية"، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها طلاب الجامعة على مقياس جودة الحياة الأكاديمية المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحثان.

4. التوافق الأكاديمي **Academic Adjustment**: يُعرفه الباحثان بأنه: "قدرة الطالب على تحقيق التكيف والتوازن والانسجام والتوائم بين حاجاته ومتطلبات البيئة الأكاديمية من خلال التفاعل والتواصل الإيجابي البناء مع أساتذته وزملائه، والقبول بالقواعد الدراسية والمشاركة في الأنشطة الأكاديمية المختلفة وتنظيم الوقت وحسن إدارته"، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها طلاب الجامعة على مقياس التوافق الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحثان.

#### حدود الدراسة

1. الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (-2020 2021).

2. الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة بكليتي: "التربية، الآداب والعلوم الإنسانية" جامعة قناة السويس.

3. الحدود الموضوعية: اقتصرت هذه الدراسة على تحديد النموذج البنائي للعلاقات بين كل من: (التوافق الأكاديمي، جودة الحياة الأكاديمية، الضغوط الأكاديمية، الخوف من جائحة كورونا) لدى طلاب الجامعة.

#### الإطار النظري ودراسات سابقة

أولاً: الخوف من جائحة كورونا (COVID-19)

عندما دقت أجراس الإنذار من تفشي فيروس جائحة كورونا، لم يكن أحد يتصور أن هذه الأجراس تدق لتخبر الناس أن العالم قبل جائحة كورونا لن يعود كما كان، وإنما نودع عصرًا ونستقبل عصرًا جديدًا بمفاهيم عصرية جديدة، تستهدف التعلم وليس التعليم، ويقوده العلم وليس الاقتصاد، والعلماء المبدعون وليس غيرهم، حيث شهد العالم أجمع صراعاً بين الإنسان وكائن صغير لا يرى بالعين المجردة في معركة قامت بها جنود الرحمة وملائكتها (الجيش الأبيض) للدفاع عن البشرية.

#### أسباب الخوف من جائحة كورونا:

قد أدى ما تم فرضه على معظم سكان العالم من إجراءات الحجر الصحي الصارمة، والقيود المفروضة على السفر، والفحص والمراقبة المستمرة، بالإضافة إلى القدر الكبير من المعلومات الخاطئة المنتشرة على مواقع التواصل الاجتماعي، والأرقام المخيفة والمرعبة التي تتناقلها وسائل الإعلام المحلية والعالمية المختلفة على مدار الساعة من أعداد مهولة للإصابات والوفيات إلى الخوف من جائحة كورونا.

وقد أحدثت جائحة كورونا حالة من الهلع والخوف والقلق بين جميع الشعوب، وتغيرت أنماط الحياة والعلاقات الاجتماعية، حيث توصل كل من Wang, Pan, Wan, Tan, Xu, McIntyre & Ho (2020) إلى حدوث مستويات عالية من الضغوط والقلق والاكتئاب في المجتمع الصيني أثناء الأسابيع الأربعة الأولى من بداية انتشار جائحة كورونا، كما توصل كل من Cao, Fang, Hou, Han, Xu, Dong & Zheng (2020) إلى أن (21.3%) من الطلاب في الصين يعانون من القلق والضغوط من جائحة كورونا بدرجة منخفضة، و(2.7%) يعانون من القلق والضغوط من جائحة كورونا بدرجة متوسطة، و(76%) يعانون من القلق والضغوط من جائحة كورونا بدرجة مرتفعة، وهذا يؤكد الآثار السلبية التي أحدثتها هذه الجائحة على مظاهر الحياة العامة للطلاب.

ومن أهم أسباب الخوف من جائحة كورونا هو التعرض للضغوط من خلال الأخبار التي يسمعها الفرد في وسائل الإعلام كل يوم عن حالات الإصابات والوفيات، وهذا يصاحبه أعراض مثل الشعور بالخوف والرعب وغيرها (Lin, 2020)، وهذا يؤكد ما تم التوصل إليه بأن هذا الفيروس تسبب في زيادة مستوى القلق والضغوط، وهو ما جعل الأفراد يتجنبون بعضهم البعض.

ويشير كل من Sun, Sun, Zhu, Zhang, Shang & Liu (2020) إلى أن الخوف من جائحة كورونا يُعد من أهم المنبئات بالضغوط النفسية والأكاديمية المترتبة على جائحة كورونا. يتضح مما سبق أن الخوف يمثل عامل حماية فيسبب حالة من الحرص وتجنب الآخرين خوفاً من العدوى، في حين تسبب المستويات المرتفعة من الخوف تأثيراً سلبياً على حياة الطالب، حيث يتداخل مع عادات النوم، ويسبب الأرق الطويل، كما يؤثر في الشهية والحالة المزاجية بشكل عام، وهو ما يؤثر في كفاءة جهاز المناعة.

### المشكلات النفسية لجائحة كورونا:

تسببت جائحة كورونا في إحداث تأثير نفسي واجتماعي عالمي، كما تسببت في إحداث أعباء اقتصادية وخسائر مالية، وتسببت أيضاً في ظهور عدد كبير من المظاهر النفسية عبر طبقات المجتمع المختلفة (Dubey et al., 2020)، وبالتالي نتج عنها حدوث الكثير من التأثيرات النفسية السلبية مثل: "الضغوط، القلق، التوتر، الاكتئاب، الضيق، الملل" أثناء هذه الجائحة. وقد أحدث هذا الخوف اضطرابات نفسية انعكست على كل الجوانب الشخصية والاجتماعية لحياة الأفراد بكل فئاتهم، وبالتالي على جودة حياتهم (عبدالناصر عامر، 2020a,b).

وأبرزت دراسة كلٍ من Alkhamees, Alrashed, Alzunaydi, Almohimeed & Aljohani (2020) الآثار النفسية لجائحة كورونا في المجتمع السعودي، حيث أقر (23.6%) بشعورهم بتأثير نفسي متوسط إلى شديد جراء جائحة كورونا، وأقر (28.3%، 24%، 22.3%) بأعراض الاكتئاب والقلق والتوتر على التوالي.

وتوصلت دراسة Wang et al., (2020) في (194) مدينة في الصين إلى أن (53.8%) من المشاركين عانوا من صعوبات وآثار نفسية سلبية جراء جائحة كورونا تراوحت من معتدلة إلى شديدة، حيث أقر (16.5%) من المستجيبين بمعاناتهم بأعراض اكتئاب، وأقر (28.8%) بأعراض قلق، وأقر (8.1%) بأعراض ضغوط.

وأظهرت دراسة كلٍ Rodríguez-Rey, Garrido-Hernansaiz & Collado (2020) في المجتمع الإسباني إلى أن (36%) من المشاركين أقروا بمعاناتهم بآثار نفسية من متوسطة إلى شديدة جراء جائحة كورونا، حيث أظهر (25%) أعراض قلق، وأظهر (41%) أعراض اكتئابية، وأظهر (34%) أعراض ضغوط.

وأسفرت دراسة أمال الفقي، ومحمد أبو الفتوح (2020) عن أن الضجر من أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة، بالإضافة إلى المشكلات النفسية الأخرى المتمثلة في: (الوحدة النفسية، اضطرابات النوم، اضطرابات الأكل، الاكتئاب والكدر النفسي، الوسواس القهري، المخاوف الاجتماعية) التي يعاني منها طلاب الجامعة بدرجة متوسطة.

وتوصل عبدالناصر عامر (2020a,c) إلى أن مستويات الخوف من جائحة كورونا كانت بدرجة متوسطة على عينة من المجتمع العربي، وكذلك على عينة من المجتمع المصري في أواخر شهر يوليو (2020).



وتوصلا (Amer & Farrag (2020 إلى أن (72%) من عينة من الشباب الجامعي في المجتمع العربي أفروا بشعورهم بالخوف من جائحة كورونا بدرجة من متوسطة إلى كبيرة، و (36%) يشعرون بالاكئاب بدرجة متوسطة إلى كبيرة، و (52.2%) يشعرون بالضغط النفسية بدرجة متوسطة إلى كبيرة، و (54.1%) يشعرون بالملل والضيق بدرجة متوسطة إلى كبيرة، و (39.6%) يشعرون بالإحباط بدرجة متوسطة وكبيرة، و (46.9%) يشعرون بالوحدة النفسية بدرجة متوسطة وكبيرة و(83.5%) يشعرون بالقلق علي أسرته.

وكشفت دراسة عبدالناصر عامر (2021a) إلى أن (74.6%) من المشاركين يعانون من مشكلات نفسية جراء جائحة كورونا في المجتمع المصري، حيث أقر (74.6%) بشعورهم بالخوف من جائحة كورونا بدرجة متوسطة إلى شديدة، و(40%) يشعرون بالاكئاب، و(59.4%) يشعرون بالضغط النفسية، و(60.4%) يشعرون بالملل والضيق، و(45.3%) يشعرون بالإحباط، و(52.4%) يشعرون بالوحدة النفسية، و(78.2%) يشعرون بالقلق على أسرته.

وتعددت الدراسات التي تناولت جائحة كورونا وعلاقتها بالضغط الأكاديمية، ومنها دراسة نهلة علي (2020) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى عينة قوامها (100) امرأة عاملة تتراوح أعمارهم بين (50: 30) عاماً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت مقياس الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد، ومقياس الاضطرابات النفسجسمية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة.

وهدفت دراسة (Gupta (2020 إلى كشف العلاقة بين التعليم أثناء جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية لدى عينة قوامها (320) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت الدراسة إلى أن جائحة كورونا تؤدي إلى ارتفاع مستوى الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، وضعف الإحساس بالحياة، والخوف من الموت، والخوف من العزلة، والشعور بالقلق والإحباط.

كما هدفت دراسة (Moawad (2020 إلى التعرف على العلاقة بين التعلم عبر الإنترنت أثناء جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية لدى عينة قوامها (646) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية

بجامعة الملك سعود، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت مقياس التعلم عبر الإنترنت أثناء جائحة كورونا، ومقياس الضغوط الأكاديمية، وتوصلت الدراسة إلى أن جائحة كورونا أدت إلى وجود توتر وضغوط أكاديمية بين الطلاب، كما توصلت إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التعلم عبر الإنترنت أثناء جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية لدى الطلاب.

يتضح مما سبق أن هذه الدراسات هدفت إلى كشف العلاقة بين جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية كما في دراسة نهلة علي (2020)، ودراسة (Gupta (2020)، ودراسة Moawad (2020)، وتراوحت أعداد المشاركين في هذه الدراسات بين (100) مشاركاً كما في دراسة نهلة علي (2020)، و(646) مشاركاً كما في دراسة (Moawad (2020)، وشملت العينة طلاب التعليم الجامعي والأفراد العاديين، والنساء العاملات، وأظهرت نتائج هذه الدراسات وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية كما في دراسة (Gupta (2020)، ودراسة (Moawad (2020)، وعدم وجود علاقة بين جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية كما في دراسة نهلة علي (2020).

#### ثانياً: الضغوط الأكاديمية

مفهوم الضغوط الأكاديمية:

تباينت تعريفات الضغوط الأكاديمية لدى علماء النفس تبعاً لاختلاف وجهات نظرهم، ومنها التعريفات التي ركزت على تأثير الجوانب المدرسية فقط: مثل تعريف زينب شقير (10: 2002) للضغوط الأكاديمية بأنها: "المشكلات الأكاديمية المتعلقة بظروف الدراسة مثل: (صعوبة التعامل مع الزملاء والأساتذة، صعوبة التحصيل الدراسي، ضعف القدرة على التركيز، عدم أداء الواجبات المنزلية، الغش في الامتحان)".

ويُعرف كل من (Banks & Smyth (2014); Wilks & Spivey (2010) الضغوط الأكاديمية بأنها: "الصعوبات التي تواجه الطالب في المواقف الدراسية، وتظهر من خلال علاقته بأساتذته وزملائه، وصعوبة الامتحانات".

بينما يُعرفها كل من (Sayal, Dodwad, Vaish & Sood (2014); Abiola & Garba (2015) بأنها: "عدم قدرة الطالب على أحداث استجابة مناسبة للمواقف التي يواجهها في الفصل الدراسي، مما يسبب له ضيقاً وتوتراً".

ويشير (Soon & Yunjin (2017 إلى الضغوط الأكاديمية بأنها: "المشكلات التي يواجهها الطلاب ويعانون منها، وتتمثل في صعوبة التركيز والتذكر بشكل ملائم وشروء الذهن لديهم". وهناك بعض التعريفات التي ركزت على جوانب مختلفة من الضغوط مثل تعريف زينب بدوي (2002) للضغوط الأكاديمية بأنها: "قوى خارجية ومشكلات تنبع من بيئة الطلاب الخارجية سواء أكانت أسرية أو مدرسية أو جامعية أو مهنة مستقبلية، وتؤدي إلى القلق والإحباط، ويتوقف مستوى القلق والإحباط على مدى إدراك الفرد لمصدر الضغط"، ولم يقتصر مصدر الضغوط على العوامل المرتبطة بالدراسة فقط.

ويرى طه حسين (2006)، وأحمد الغرير (2009) أن الضغوط الأكاديمية تظهر نتيجة لعدم التوازن بين ما يمتلكه الفرد وما تطلبه الظروف البيئية المحيطة، حيث تمثل الضغوط الأكاديمية: "حالة من عدم التوازن تنشأ لدى الطالب عندما يقارن بين متطلبات المواقف البيئية التي يتعرض لها، وبين ما يملك من إمكانيات شخصية أو اجتماعية، ويصاحب تلك الحالة أعراض فسيولوجية نفسية وسلوكية سلبية".

بينما يُعرف لطفي إبراهيم (2009) الضغوط الأكاديمية بأنها: "ظاهرة سيكولوجية متعددة الأبعاد تنتج عن مختلف العلاقات الاجتماعية والظروف البيئية التي يتفاعل معها الطالب على أنها مصدر للتوتر والقلق النفسي".

وعرفها كل من سمر عبدالعزيز (2011)، ومحمد عبدالرازق (2012) في ضوء تقييم الفرد الذاتي وإدراكه للمشكلات التعليمية والأسرية والفيزيائية، حيث تمثل الضغوط الأكاديمية "تقييم معرفي لمجموعة القدرات والمشاعر التي تكشف عن عجز الطالب لحل مشكلاته الأسرية والتعليمية والمستقبلية والنفسية والفيزيائية".

يتضح مما سبق أن الضغوط الأكاديمية هي المشكلات التي يواجهها الطالب، ويمكن ملاحظتها من خلال التغيرات التي تطرأ على الطالب، وقد تكون سلبية حينما تؤدي إلى انخفاض الدافعية نحو التعلم، أو إيجابية حينما تؤدي إلى زيادة الدافعية نحو التعلم، ويمكن تعريف الضغوط الأكاديمية بأنها: "مجموعة المواقف والأحداث الضاغطة التي يتعرض لها طلاب الجامعة، ويتطلب منهم مواجهتها والتكيف معها، وتسبب لهم نوع من الضيق أو القلق أو التوتر".

#### مصادر الضغوط الأكاديمية:

تتمثل مصادر الضغوط الأكاديمية التي يتعرض لها الطلاب فيما يلي:

1. سوء التكيف: وهو شعور الطالب بالتوتر والضغط في حالة عدم تكيفه مع المواقف التعليمية الجديدة بالنسبة له، ومع المواقف الدراسية المختلفة التي تواجهه وتؤثر عليه (نوال محمد، 2004).
2. الشرود الذهني: وهو الإغراق في أحلام اليقظة، وهي ظاهرة تعيق السير الفعال للعملية التربوية وتؤدي إلى ملل وانزعاج الطلاب (كلير فهيم، 2004).
3. التفكير في المستقبل: يؤدي التفكير في المستقبل إلى القلق، ويساعد في ذلك خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة (حنان عبد الحميد، 2000).
4. العوامل الأسرية والاقتصادية: يعتبر الوضع الاقتصادي للأسرة عاملاً من عوامل الضغط الأكاديمي، فانخفاض الدخل يؤدي إلى عدم القدرة على تلبية حاجات الأبناء، مما يدفعهم إلى العمل خارج أوقات الدراسة (Jabeen, 2016).
5. جماعة الأقران: تلعب جماعة الأقران دوراً هاماً في حياة الطالب، حيث تعيينه على تحمل المسؤولية، وتنمي فيه روح الانتماء، كما قد تسلك مسلكاً رديئاً فتلمي فيه روح العدوان نحو الآخرين مما يسبب له الضغط الأكاديمي (Yang & Zuhong, 2012).
6. المعلم: يمارس بعض المعلمين النمط التسلطي الذي يعتمد على عدم السماح للطلاب بالتعبير عن آرائهم، مما يساعد على ظهور اتجاهات سلبية تجاه المعلمين وتجاه موادهم الدراسية (طه حسين، 2006).
7. بيئة الصف الدراسي: قد يعيش الطالب خبرات مؤلمة داخل غرفة الصف فيعمم الطالب ذلك بان التعليم خبرة مؤلمة (أمل البكري، 2007).
8. القصور في التجهيزات التعليمية: عدم ملاءمة الأثاث لحجم الطلاب وضيق القاعات الدراسية واكتظاظها بالطلاب يؤدي إلى عدم ارتياح الطلاب (كلير فهيم، 2004).
9. قلق الاختبار: يعتبر الطلاب ذوي قلق الاختبار المرتفع موقف الاختبار تهديد شخصي لهم، وغالباً ما يكونون متوترين وخائفين وعصبيين ومستثارين انفعالياً، فضلاً عن التمرکز السلبي

للمعرفة المضطربة، وذلك نتيجة خبراتهم السابقة التي تؤثر على انتباههم وتتداخل في تركيزهم أثناء الامتحانات (Abiola & Garba, 2015).

10. طرق التدريس التقليدية: تسبب الطريقة التقليدية القائمة على الإلقاء الضيق والملل للطلاب، مما يدفعهم إلى الإنصراف عن التركيز وشروء الذهن (سهيلة كاظم، 2003). يتضح مما سبق أن الطالب يواجه كثيراً من مصادر الضغوط الأكاديمية، ومن ثم يحاول التعامل معها من خلال إتباع أساليب عديدة تبعده عن الضغوط وتعيد توازنه، وذلك من خلال الجهود السلوكية والمعرفية التي يتخذها الطالب في إدارة الموقف الذي تم تقديره من جانبه على أنه مرهق وشاق ويتجاوز إمكانياته.

#### النظريات المفسرة للضغوط الأكاديمية:

1. نظرية موراي (Murray, 1963): يعتبر موراي أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومين أساسيين في تفسير السلوك الإنساني، ويُعد الفصل بينهما تحريفاً خطيراً، كما يلتقي كل من الضغط والحاجة في وحدة سلوكية كلية تفاعلية تتضمن الموقف الحافز (الضغط) والحاجة، ويصنف "موراي" الحاجات إلى حاجات نفسية المنشأ، وهي حاجات داخلية، وحاجات ظاهرة تأتي أو تستثار من البيئة وهي تمثل ضغوطاً خارجية، وأن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول، ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها، ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة، ويشير موراي إلى أن الضغط يمثل المحددات المؤثرة في السلوك، ويميز بين ضغوط "بيتا" وهي ضغوط تحدث كما يُدركها الفرد، وضغوط "ألفا" وهي ضغوط واقعية في بيئة الفرد، وأن سلوك الفرد يرتبط غالباً بضغوط بيتا، وأن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة معينة، ويطلق على هذا مفهوم تكامل الحاجة، أما عندما يحدث تفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا.

2. نظرية سبيلبرجر (Spielberger, 1972): تعتبر نظرية "سبيلبرجر" في الضغوط ذات أساس نفسي، حيث يربط بين الضغط وحالة القلق، ويعتبر الضغط الناتج عن موقف ضاغط معين مسبباً لحالة القلق، ويستبعد القلق كسمة من سمات شخصية الفرد، وأهتم "سبيلبرجر" بتحديد طبيعة الظروف البيئية التي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، حيث يقدر الفرد الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه، ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف

الضغط مثل الكبت والإنكار والإسقاط، أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط.

3. نظرية سيلبي (Selye, 1976): يتألف النسق الفكري لنظرية "سيلبي" في أن الضغوط تؤثر على الإستجابة، كما تربط نظرية "سيلبي" بين التقدم أو الدفاع ضد الضغط وبين التعرض المستمر المتكرر للضغط، وحدد "سيلبي" ثلاثة مراحل للدفاع وتسمى مراحل التكيف العام، وهي كما يلي:  
أ. مرحلة رد الفعل أو الأنداز: وتتميز بزيادة النشاط والجهد بعد تعرض الفرد للموقف الضاغط.  
ب. مرحلة المقاومة: وتتضمن محاولات الفرد للتغلب على آثار المرحلة السابقة، وتتأثر هذه المرحلة بقدرة الفرد على التكيف مع شدة الضغط، وتتطلب كثيراً من الجهد، وإذا استمر الضغط فإن بعض التغيرات والأمراض تصيبه وتؤثر فيه مثل قرحة المعدة وارتفاع ضغط الدم وضيق التنفس.

ج. مرحلة الأنهاك والاستنزاف: حيث يبقى استمرار الضغط على الفرد وتكون المقاومة قد ضعفت، ويصبح الفرد فيها عاجزاً عن المقاومة عند تكرار المواقف الضاغطة وقد يصاب الفرد بالاكتئاب والأمراض النفسية.

4. نظرية لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 2004): يؤكد "لازاروس وفولكمان" على أن الضغط يحدث نتيجة للتفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة، لذلك لا بد أن يكون هناك تقيماً ذهنياً من جانب الفرد للمواقف الضاغطة، ومن ثم الحكم على الموقف المواجه وتصنيفه فيما يتعلق بالضغط، ويرى "لازاروس وفولكمان" أن هناك ثلاثة عناصر تشكل الأساس الذي ينطلق منه الفرد للاستدلال على حالة الضغط، وهي كالاتي:

أ. البيئة المحيطة بالفرد: سواء كانت هذه البيئة بيئة عائلية أو بيئة عمل أو بيئة اجتماعية عامة، إذ قد يوجد في هذه البيئة أياً كان نوعها ما قد يثير الفرد ويستنفره ويجعله في وضع غير طبيعي.

ب. الأفكار السلبية: التي توجد لدى الفرد عند تعرضه لأي أمر من الأمور المثيرة للضغط.  
ج. الإستجابة البدنية الصادرة من الفرد: حيال ما يواجهه من مثيرات ضاغطة، وأن تفاعل هذه العناصر مع بعضها البعض يترتب عليها آثار ذات طابع انفعالي مثل: "القلق الغضب، الاكتئاب".  
ينضح من النظريات المفسرة للضغوط الأكاديمية عدم وجود نظرية يمكنها تفسير كافة النتائج السلبية للضغوط الأكاديمية، حيث ركزت نظرية "موراي" على كون الضغوط صفة لموضوع بيئي يبسر أو يعوق جهود الفرد للوصول لهدف معين، كما ركزت نظرية "سيلبي" على وصف ردود

أفعال الفرد الفسيولوجية تجاه العوامل الضاغطة، بينما ركزت نظرية "لازاروس وفولكمان" على أن الضغوط تنشأ نتيجة لتفاعل الفرد مع البيئة تبعاً لإدراكه وتقييمه للمواقف الضاغطة، كما ركزت نظرية "سبيلرجر" على وصف ردود أفعال الفرد النفسية تجاه العوامل الضاغطة، وقد أهتمت نظرية "سبيلرجر" ونظرية "لازاروس وفولكمان" في تفسيرها للضغوط على العلاقة التفاعلية المتبادلة بين الفرد وبيئته، ولم تقتصر فقط على الجانب البيئي أو الاستجابة الفردية كما تبين في نظرية "موراي" ونظرية "سيلي"، حيث يرى كل من "سبيلرجر ولازاروس وفولكمان" أن الضغوط تنشأ من خلال العلاقة القائمة بين الفرد وبيئته، وذلك من خلال أساليبه في إدراكه وتقييمه وتفاعله مع بيئته، وردود أفعاله واستجابته مع ما تحتويه من عوامل ضاغطة، وهذا ما يميز نظرية "سبيلرجر" عن النظريات السابقة، ويجعل الباحثان يتبناها في هذه الدراسة.

وتعددت الدراسات التي تناولت الضغوط الأكاديمية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية، ومنها دراسة (Molzahn 2012) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط وجودة الحياة والتكيف لدى عينة قوامها (50) فرداً، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط ومقياس جودة الحياة ومقياس التكيف، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط وجودة الحياة، كما توصلت إلى أن استراتيجيات تحسين جودة الحياة والتقليل من الضغوط تساعد الأفراد على التكيف مع مواقف الحياة.

وهدفت دراسة سارة عبدالسلام (2016) إلى كشف العلاقة بين الشعور بالضغوط النفسية وجودة الحياة لدى عينة قوامها (1041) طالباً وطالبة من طالبات كلية رياض الأطفال وطلبة كلية التربية بجامعة المنصورة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، ومقياس الشعور بالضغوط النفسية، ومقياس جودة الحياة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الشعور بالضغوط النفسية وجودة الحياة لدى طالبات كلية رياض الأطفال وطلبة كلية التربية.

كما هدفت دراسة داليا العبد (2016) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها وبين المسؤولية الاجتماعية وجودة الحياة والتحصيل الدراسي لدى عينة قوامها (105) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية وكل من المسؤولية الاجتماعية وجودة الحياة والتحصيل الدراسي.

بينما هدفت دراسة دعاء أبو المجد (2017) إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى عينة قوامها (75) معلماً من معلمي الإعاقة البصرية للتلاميذ المكفوفين بمدارس النور للمكفوفين بحمامات القبة والجيزة وطنطا، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط النفسية، ومقياس جودة الحياة، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى معلمي التلاميذ المكفوفين.

وفحصت دراسة Assanq (2017) العلاقة بين جودة الحياة والصحة العقلية والضغوط الأكاديمية لدى عينة قوامها (112) طالباً وطالبة من طلاب المدارس الثانوية في شمال شرق تايلاند، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس جودة الحياة، ومقياس الضغوط الأكاديمية للمراهقين واختبار القلق والاكتئاب والرفاهية العامة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جودة الحياة والضغوط الأكاديمية، وأن الضغوط الأكاديمية تؤثر بشكل سلبي على جودة الحياة لدى طلاب المدارس الثانوية.

وكشفت دراسة Ribriro (2017) العلاقة بين الضغوط وجودة الحياة، حيث حددت هذه الدراسة (142) مقالة علمية، وتم تصنيف (13) مقالة فقط منها على أنها مؤهلة، وتوصلت الدراسة إلى أن جودة الحياة تحقق ارتباطاً سلبياً بالضغوط لدى طلاب الجامعة، وأن عوامل الإرهاق واضطرابات النوم والاكتئاب تضاعف هذا الارتباط السلبي.

وأوضحت دراسة لمياء العدساني (2018) طبيعة العلاقة بين جودة الحياة والضغوط النفسية لدى عينة قوامها (278) طالبة من الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات بجامعة الملك فيصل وتتراوح أعمارهن بين (25: 19) عاماً، واستخدمت الدراسة مقياس جودة الحياة، ومقياس الضغوط النفسية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جودة الحياة والضغوط النفسية لدى الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات باستثناء جودة الصحة العامة والضغوط نحو المستقبل، وجودة التعليم والدراسة، وجودة شغل الوقت وإدارته، والضغوط الأسرية.

يتضح مما سبق أن هذه الدراسات تناولت العلاقة بين الضغوط الأكاديمية وجودة الحياة الأكاديمية، وتراوحت أعداد المشاركين في هذه الدراسات بين (50) مشاركاً كما في دراسة Molzahn (2012)، و(1041) مشاركاً كما في دراسة سارة عبدالسلام (2016)، وشملت العينة طلاب التعليم الثانوي والتعليم الجامعي والمعلمين، واستخدمت هذه الدراسات مقياس الضغوط الأكاديمية ومقياس جودة الحياة الأكاديمية، وتوصلت إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية والتوافق الأكاديمي كما في دراسة Molzahn (2012).



دراسة سارة عبدالسلام (2016)، ودراسة داليا العبد (2016)، ودراسة دعاء أبو المجد (2017)، ودراسة (2017) Assanq، ودراسة (2017) Ribriro، ودراسة لمياء العدساني (2018).

### ثالثاً: جودة الحياة الأكاديمية

تُعد جودة الحياة مفهوم شامل يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الفرد، ويتغير بتغير الزمن والحالة النفسية والمرحلة العمرية للفرد.

مفهوم جودة الحياة الأكاديمية:

يُعد مفهوم جودة الحياة الأكاديمية من المفاهيم الحديثة نسبياً على مستوى التناول العلمي، وبالتالي هناك اختلاف وتنوع وتعدد في تعريفات جودة الحياة الأكاديمية، حيث عرفت كل من لفا العتيبي (2014)، وسالي حبيب (2016) بأنها: "معرفة الطالب بالخبرات والمهارات وتفاعل قدراته واستعداداته لإنتاج شيء مفيد يساهم في تطوير حياته وامتلاكه لصفات وأنماط سلوكية تمكنه من التكيف مع بيئته التعليمية لتحقيق الجودة الشاملة في مجال تخصصه".

ويعرفها كل من Fontinha, Laar & Easton (2018) بأنها: "شعور الطالب بالرضا والسعادة عن حياته عن طريق إشباع حاجاته المختلفة من خلال ما يتوافر لديه من قدرات وإمكانيات في ضوء الظروف المحيطة به".

كما يُعرف حامد غريب (2018) جودة الحياة الأكاديمية بأنها: "ارتفاع فاعلية الذات والمساندة الأكاديمية لدى الطالب، والتقدم في تحقيق الأهداف الأكاديمية، والتكيف مع البيئة التعليمية خلال الفترة التي يقضيها الطالب في التعليم".

بينما يُعرفها كل من Degoy & Berra (2018) بأنها: "مجموعة المهارات التي تعبر عن مستوى الرضاء الأكاديمي والكفاءة التعليمية لدى الطالب".

في حين يُعرفها كل من Sarwar & Aleem (2019) بأنها: "شعور الطالب بارتفاع فاعلية الذات الأكاديمية لديه، وقدرته على إشباع حاجاته، وتحقيق أهدافه الأكاديمية من خلال بيئة تعليمية يتوافر فيها المساندة والتشجيع الأكاديمي".

يتضح مما سبق أن جودة الحياة الأكاديمية تمثل شعوراً شخصياً للطالب من خلال العلاقة التفاعلية بين الطالب وبيئته التعليمية، وبالتالي يمكن تعريف جودة الحياة الأكاديمية بأنها:

"شعور الطالب بالكفاءة الذاتية من خلال ما يحققه من أهداف أكاديمية تساهم في تحسين حياته الأكاديمية".

### مؤشرات جودة الحياة الأكاديمية:

يشير عصام عبدالعزيز (96: 2008) إلى أن مؤشرات جودة الحياة الأكاديمية تتمثل في الآتي:

1. الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس: وتعني إحساس الطالب بقيمته، وأن لديه من الإمكانيات ما يؤهله لمواجهة الصعاب والتحديات والتغلب عليها دون الاعتماد على الآخرين، بالإضافة إلى قدرته على حسم المسائل واتخاذ القرارات في حينها، وعدم الحساسية للنقد.

2. القدرة على التفاعل الاجتماعي: وتعني قدرة الطالب على تكوين الصداقات وتبادل الزيارات، وتكوين علاقات إنسانية متشعبة قوامها الاحترام والود والتآلف مع الآخرين، وقدرته على الإسهام بدور إيجابي في المناسبات والأنشطة والحياة الاجتماعية.

3. النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس: ويعني قدرة الطالب على مواجهة الصراعات النفسية والسيطرة على الانفعالات والتعبير عنها بصورة مناسبة ومقبولة اجتماعياً.

4. القدرة على توظيف الطاقات والإمكانيات في أعمال واقعية: ويعني سعي الطالب إلى تحقيق ما لديه من طاقات، والاستفادة بما لديه من إمكانيات في أعمال مثمرة لا تتعارض مع مصالح الآخرين، وتشعره بالرضاء والإشباع.

5. التحرر من الأعمال العصبانية: ويعني خلو الطالب من الأنماط السلوكية الشاذة المصاحبة للاضطرابات والأمراض النفسية والعقلية، وانتقاء كل ما يعوق مشاركته في الحياة الأكاديمية، ويحد من تفاعله مع الآخرين، والحياة معهم بشكل عادي.

6. البعد الإنساني القيمي: ويعني تبني الطالب إطاراً يهتدي به ويوجه سلوكه، ويرى فيه مشاعر الآخرين ويحترم مصالحهم وحقوقهم، ويلتزم من خلاله بالقيم الواجبة في العلاقات المتبادلة كالصدق والوفاء والأمانة.

7. تقبل الذات وأوجه القصور المختلفة: ويعني تقبل الطالب لذاته كما هي في حقيقتها ورضائه عنها، وعدم النفور أو الخجل مما تنطوي عليه من معوقات جسمية أو غيرها، واستغلال ما يتمتع به من إمكانيات، والعمل على تنميتها إلى أقصى مستوى يمكن الوصول إليه.

وتؤكد آمال أبابطة (45: 2012) على أن مؤشرات جودة الحياة الأكاديمية تتمثل في السعادة الانفعالية، والرضاء عن الذات، وخفض الضغوط، والصحة الجسمية في قضاء وقت الفراغ، والأنشطة الحياتية، والعلاقات الشخصية، والنمو الشخصي في التعليم، والكفاءة الذاتية، وتقرير

المصير، والاستقلالية، والقيم الشخصية، والحقوق الإنسانية والقانونية، والاندماج والمشاركة الاجتماعية.

يتضح مما سبق تعدد مؤشرات جودة الحياة الأكاديمية، وتتضمن مجموعة من المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس، وتشمل المؤشرات النفسية من خلال توافق الطالب مع مصاعب الحياة الجامعية والشعور بالسعادة، والمؤشرات الاجتماعية من خلال ممارسة الطالب للأنشطة الاجتماعية والترفيهية، والمؤشرات التعليمية من خلال رضا الطالب بالمهام التي تفرض عليه والقدرة على تنفيذها والتوافق معها، والمؤشرات الجسمية من خلال رضا الطالب عن حالته الصحية.

### أهمية جودة الحياة الأكاديمية:

يشير (2003) Janicek إلى أن منظومة التعليم أصبحت تحتاج إلى التحسين الذي يستند على مخرجات التعليم بغض النظر عن مكان وبيئة التعلم، وأصبحت جودة الحياة الأكاديمية توجه قومي وهدف تسعى لتحقيقه كافة الأنظمة التعليمية في المجتمعات المتقدمة، ومن ثم أصبحت جودة الحياة الأكاديمية من القضايا المهمة في التعليم على المستوى المحلي والعالمية.

وتؤكد سوسن الجبلي (2007) على أن جودة الحياة الأكاديمية تعمل على إشباع حاجات الطلاب، ورفع مستوى مخرجات المؤسسة التعليمية لتتواءم مع احتياجات الدولة وطموحاتها حتى تكون قادرة على مواجهة المنافسة الإقليمية والعالمية، والوصول بخدماتها التعليمية والبحثية والمجتمعية إلى أعلى جودة ممكنة بأفضل الوسائل وأقل التكاليف.

ويرى أحمد عبدالعزيز (2009) أن جودة الحياة الأكاديمية تمثل مدخلاً مهماً وفعالاً لجودة الحياة العامة باعتبارها أحد مكوناتها، ومن ثم فإن نظرتهم لجودة حياتهم تؤثر في أدائهم الدراسي، وتحقيق أهدافهم الذاتية والموضوعية.

وتؤكد سالي حبيب (2016) على أن العالم يشهد انفجاراً معرفياً متطوراً باستمرار لا تستوعبه نظم التعليم، ولعل هذا كان وراء ظهور الدعوة إلى تصميم برامج إعداد معلمين على أساس معايير التمكن من الأداء، ومعايير الجودة العامة والشاملة من ناحية، والأكاديمية من ناحية أخرى.

يتضح مما سبق أن جودة الحياة الأكاديمية تُعد من أولويات الأنظمة التربوية من أجل مواجهة التحديات التي أوجدتها تكنولوجيا المعلومات، ورفع مستوى جودة الخدمات التعليمية المقدمة

للطلاب، مما يساعد على تحقيق التوازن بين جوانب العملية التعليمية، ومواجهة التحديات الحياتية والأكاديمية للطلاب.

وتعددت الدراسات التي تناولت العلاقة بين جائحة كورونا وجودة الحياة الأكاديمية، ومنها دراسة عبدالناصر عامر (2020b) التي توصلت إلى أن جودة الحياة ارتبطت بالخوف من جائحة كورونا ارتباطاً سالباً بدرجة ضعيفة جداً (-0.09) ودالة عند 0.05 والدلالة نتيجة كبر حجم العينة وهذ يتفق مع التحليل المنطقي، حيث زيادة الخوف يؤدي إلى عدم الصحة النفسية وبدوره جودة حياة منخفضة، ولكن صغر حجم الارتباط مفاده لا شيء مشترك بين جودة الحياة والخوف من كورونا، ويبدو أن هذا هو الحال في البيئة المصرية علي الأخص والعربية عموماً، وفي هذا الاطار يتضح أن الخوف من الموجة الثانية لجائحة كورونا يؤدي دوراً في التأثير على جودة الحياة الأكاديمية.

وهدفت دراسة عبدالناصر عامر (2020c) إلى التعرف على العلاقات السببية بين جودة الحياة والخوف من جائحة كورونا (COVID-19) والصمود النفسي والخوف الاجتماعي والتدين والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة قوامها (538) فرداً من المجتمع العربي في: (مصر، فلسطين، السعودية، الأردن، سوريا، اليمن، تونس)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت مقياس جودة الحياة، ومقياس الخوف من جائحة كورونا، ومقياس الصمود النفسي، ومقياس القلق الاجتماعي، ومقياس العوامل الخمسة للشخصية، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود تأثيرات موجبة ودالة إحصائياً من "الانبساطية، يقظة الضمير، المقبولية، التدين، الصمود النفسي" على جودة الحياة، بينما يوجد تأثير سالب من القلق الاجتماعي، كما توصلت إلى وجود تأثيرات موجبة ودالة إحصائياً من "القلق الاجتماعي، العصابية، التدين" على الخوف الكوروني، وتأثيرات سالبة من "الانبساطية، المقبولية، يقظة الضمير" على القلق الاجتماعي، بينما يوجد تأثيرات موجبة من "العصابية، الانفتاحية" على القلق الاجتماعي، وتأثيرات موجبة من "الانبساطية، يقظة الضمير، المقبولية، التدين" على الصمود النفسي.

وكشفت دراسة (Han & Curtis (2020) عن العلاقة بين جودة الحياة في المجتمع والخوف من الأوبئة كما تصورهما السينما لدى عينة قوامها (389) فرداً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس جودة الحياة في المجتمع ومقياس الأوبئة كما تصورهما السينما، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جودة الحياة في المجتمع والخوف من

الأوبئة كما تصورها السينما لدى الأفراد، كما توصلت الدراسة إلى أهمية مقاومة الأوبئة وعلاجها لتقليل الضرر والخوف لدى الأفراد.

وفحصت دراسة (Prachand et al. (2020) العلاقة بين جودة الحياة والخوف من الأوبئة لدى عينة قوامها (256) فرداً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس جودة الحياة ومقياس الخوف من الأوبئة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جودة الحياة والخوف من الأوبئة لدى الأفراد.

يتضح مما سبق أن هذه الدراسات هدفت إلى كشف العلاقة بين جائحة كورونا وجودة الحياة الأكاديمية كما في دراسة عبدالناصر عامر (2020b)، ودراسة عبدالناصر عامر (2020c)، ودراسة (Han & Curtis (2020)، ودراسة (Prachand et al. (2020)، وأظهرت نتائج هذه الدراسات وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جائحة كورونا وجودة الحياة الأكاديمية.

كما تعددت الدراسات التي تناولت جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي، ومنها دراسة منتصر موسى (2002) التي هدفت إلى كشف طبيعة العلاقة بين نوعية الحياة والتوافق الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى عينة قوامها (200) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الإمام المهدي، واستخدمت الدراسة مقياس نوعية الحياة ومقياس التوافق الانفعالي واختبار في التحصيل الدراسي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين نوعية الحياة والتوافق الانفعالي لدى طلبة جامعة الإمام المهدي.

وهدف دراسة سفيان الربدي (2012) إلى التعرف على العلاقة بين التوافق والحياة الجامعية لدى عينة قوامها (560) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة القصيم، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس التوافق ومقياس الحياة الجامعية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التوافق والحياة الجامعية لدى طلاب وطالبات كلية التربية.

كما هدفت دراسة (Attiyah & Mohasn (2018) إلى كشف العلاقة بين جودة الحياة والتوافق الأكاديمي والأداء الأكاديمي لدى عينة قوامها (70) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة المعاقين في قطر، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس جودة حياة الطلبة، ومقياس التوافق الأكاديمي ومقياس الأداء الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة والتوافق الأكاديمي والأداء الأكاديمي، كما توصلت إلى إمكانية التنبؤ بالأداء الأكاديمي من جودة الحياة والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

بينما هدفت دراسة (Moghodam & Salimi, 2019) إلى كشف العلاقة بين نمط الحياة الصحية وجودة الحياة المدرسية والتوافق الأكاديمي لدى عينة قوامها (370) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس نمط الحياة الصحية، ومقياس جودة الحياة المدرسية، ومقياس التوافق الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة المدرسية والتوافق الأكاديمي، كما توصلت الدراسة إلى التنبؤ بجودة الحياة المدرسية والتوافق الأكاديمي من نمط الحياة الصحية.

وأوضحت دراسة علي قشمر (2019) العلاقة بين التكيف مع الحياة الجامعية والتوافق الاجتماعي والنفسي والأكاديمي لدى عينة قوامها (160) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الأولى بالجامعات الفلسطينية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس نمط التكيف مع الحياة الجامعية، ومقياس التوافق الاجتماعي والنفسي والأكاديمي، ومقياس التكيف الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التكيف مع الحياة الجامعية والتوافق الاجتماعي والنفسي والأكاديمي لدى طلاب الفرقة الأولى بالجامعات الفلسطينية.

وكشفت دراسة مصطفى صفوري، وعدنان العتوم، وفراس حموري (2019) العلاقات البنائية المباشرة وغير المباشرة لجودة الحياة في التحصيل الدراسي من خلال التوافق الأكاديمي لدى عينة قوامها (494) طالباً وطالبة من الطلبة في الجامعات الفلسطينية، واستخدمت الدراسة المنهج الارتباطي ومقياس جودة الحياة واختبار في التحصيل الدراسي ومقياس التوافق الأكاديمي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقات سببية مباشرة لجودة الحياة في التحصيل الدراسي والتوافق الأكاديمي، ووجود علاقات سببية غير مباشرة لجودة الحياة في التحصيل الدراسي من خلال التوافق الأكاديمي.

يتضح مما سبق أن هذه الدراسات تناولت العلاقة بين جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي، وتراوحت أعداد المشاركين في هذه الدراسات بين (70) مشاركاً كما في دراسة Attiyah & Mohasn (2018)، و(560) مشاركاً كما في دراسة سفيان الربدي (2012)، وشملت طلاب التعليم الثانوي والتعليم الجامعي، واستخدمت هذه الدراسات مقياس جودة الحياة الأكاديمية ومقياس التوافق الأكاديمي، وتوصلت إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي كما في دراسة منتصر موسى (2002)، ودراسة سفيان الربدي (2012)، ودراسة Attiyah & Mohasn (2018)، ودراسة Moghodam & Salimi

(2019)، ودراسة علي قشمر (2019)، ودراسة مصطفى صفوري، وعدنان العتوم، وفراس حموري (2019).

رابعاً: التوافق الأكاديمي

مفهوم التوافق الأكاديمي:

تعددت تعريفات التوافق الأكاديمي لكونه عملية مستمرة ومتغيرة من طالب إلى طالب آخر، حيث تمكن الطالب من التكيف والتأقلم مع بيئته التعليمية، وبالتالي التأثير الإيجابي على تحصيله وتوافقه الأكاديمي، حيث يُعرّف حاتم إمام وسلوى عبدالباقي وسهير أمين (2015) التوافق الأكاديمي بأنه: "حب الطالب للتعليم والإقبال عليه، والسعي للتحصيل بشكل يتلاءم مع قدراته وطموحاته الشخصية، مع بناء علاقات اجتماعية جيدة بكل ما يحيط به من أفراد العملية التعليمية، والانصياع لكل قواعد العملية التعليمية".

ويُعرّف (2015) Campbell & Riggs التوافق الأكاديمي بأنه: "العملية التي يقوم بها الطالب للتأقلم مع مختلف العوامل التي تحيط به في الدراسة مثل: (نظام الدراسة، الزملاء، الأساتذة، سمات الشخصية)، وإبداء رغبته في الدراسة، وقدرته على أدائها".

كما تُعرّف سحر عابدين وسهام شريف وعزة عبدالحميد (2017) التوافق الأكاديمي بأنه: "عملية دينامية مستمرة بين الطالب وذاته، وبينه وبين أساتذته، وقدرته على إقامة علاقات طيبة معهم، ومشاركته في الأنشطة، والرضاء عن المواد الدراسية وعن درجاته التي يحصل عليها في الامتحانات".

بينما يُعرّف كل من Craeyvelt, Verschueren, Vanraeyveldt, Wouters & Colpin (2017) التوافق الأكاديمي بأنه: "الاندماج الإيجابي للطالب مع زملائه، والشعور نحو الأساتذة بالمودة والإخاء والاحترام، والاشتراك في الأنشطة الأكاديمية، والاتجاه الموجب نحو المواد الدراسية، والإقبال على المحاضرات، وحُسن استغلال الوقت".

وعرفته كل من أسماء أحمد وسحر علي (2018) بأنه: "قدرة الفرد على تحمل تبعات التعليم بما فيه من مقررات وأفراد ولوائح وقوانين ووسائل وطرق تدريس وتقويم، مما يجعله أكثر قدرة على النجاح والتفوق".

وقد عرف (Anderson & Guan (2018) التوافق الأكاديمي بأنه: "العملية التي يتفاعل فيها الطالب مع المواقف التربوية المختلفة، وذلك لتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة التعليمية، والتفاعل والتواصل الإيجابي مع جوانب العملية التعليمية".

وكذلك يُعرف (Jamehbozorgi, Rahiminezhad & Hejazi (2020) التوافق الأكاديمي بأنه: "قدرة الطالب على الانسجام مع بيئته الدراسية من خلال إقامة علاقات طيبة مع زملائه وأساتذته وإقباله على الدراسة بكل طاقتة الكامنة وقدرته على تنظيم أوقات الدراسة والاستذكار".  
ومما سبق يُمكن تعريف التوافق الأكاديمي بأنه: "قدرة الطالب على تحقيق التكيف والتوازن والانسجام والتواءم بين حاجاته ومتطلبات البيئة الأكاديمية من خلال التفاعل والتواصل الإيجابي البناء مع أساتذته وزملائه، والقبول بالقواعد الدراسية والمشاركة في الأنشطة الأكاديمية المختلفة وتنظيم الوقت وحسن إدارته".

### مظاهر التوافق الأكاديمي:

تتعدد المظاهر الدالة على توافق الطالب أكاديمياً، وقد أهتم عبدالناصر القدومي وكمال سلامة (2011)، وعصام محمد (2019)، وسالي عطا (2021) بالكشف عن هذه المظاهر ومن أهمها: القدرة على الاندماج مع الزملاء بسهولة والتعاون معهم، والمشاركة في الأنشطة الجماعية، واحترام الأساتذة ومحبتهم والتواصل معهم، والمرونة والقدرة على التعامل مع المستجدات المختلفة، ووضع أهداف واقعية تتناسب مع قدرات الطالب والسعي نحو تحقيقها، والاتجاهات الإيجابية نحو الدراسة، والشعور بأهميتها، وإمكانية الاستفادة منها في الحياة العملية، وتنظيم الوقت بشكل متزن، والتفوق الدراسي والحصول على درجات وتقديرات مرتفعة.  
ويشير كل من (Liran & Miller (2019); Quana, Heb & Sloan (2016) إلى أن امتلاك الطالب للمهارات والمعرفة والخبرة السابقة يمكنه من الاستجابة لمتطلبات البيئة التعليمية والمهارات الاجتماعية المرتبطة بالتعاون والتفاعل مع الزملاء والأساتذة والمواد الدراسية.  
يتضح مما سبق أن اتجاه الطالب الإيجابي نحو الذات والتعليم والزملاء والأساتذة وتنظيم الوقت من أهم مظاهر التوافق الأكاديمي التي تحقق الشعور بالسعادة والراحة النفسية والإتزان الانفعالي والتوافق الاجتماعي.

### أهمية التوافق الأكاديمي:

ترجع أهمية التوافق الأكاديمي للطالب الجامعي إلى أنه في هذه المرحلة يعيش مرحلة من أهم مراحل العمر، ويتعامل فيها مع تخصصات وعلوم جديدة، وتتميز هذه المرحلة بالقدرة على



الاستيعاب أكثر من غيرها من المراحل، كما أنها تمثل مرحلة البحث عن المستقبل، إضافة إلى اختلافها عن غيرها من المراحل في نظام الدراسة، ويتطلب هذا التغير في طبيعة الدراسة أن يكون الطالب قادراً على التوافق معها، حتى يستطيع الاستفادة من قدراته ومن الإمكانيات التي توفرها له جامعتة (عصام محمد، 2019).

ويعيق سوء التوافق الأكاديمي تأدية الطالب للمهام الأكاديمية المطلوبه منه، ويضعف مستواه الأكاديمي، ويدفعه في بعض الأحيان إلى الانسحاب من الدراسة الجامعية (Kimm, 2019). ويؤثر التوافق الأكاديمي على تحصيل الطالب الذي يعاني من سوء التوافق الأكاديمي، حيث يصعب عليه التركيز أثناء شرح الأستاذ، مما يقوده إلى التأخر الدراسي وضعف التحصيل، بالإضافة إلى أنه يجد نفسه عاجزاً عن مجاراة زملائه في الدراسة، مما يؤدي به إلى ضعف ثقته بنفسه (Solano & Cosentino, 2019).

ويهتم الأباء بالتوافق الأكاديمي باعتباره مؤشراً للتطور والرقى الأكاديمي للأبناء أثناء تقدمهم من صف دراسي لآخر، وكذلك يهتم الطلاب بالتوافق الأكاديمي باعتباره سبيل إلى تحقيق الذات وتقديرها (Chen, 2017).

ويؤدي التوافق الأكاديمي دوراً أساسياً في حياة الطالب، باعتباره من العوامل الرئيسية التي تعتمد عليها المؤسسات التعليمية في إنتقال الطلاب من صف إلى آخر ( Ferguson & Dimitrova, 2019).

يتضح مما سبق أهمية التوافق الأكاديمي في حياة الطالب الجامعي، وذلك بسبب كثرة الضغوط التي يتعرض لها الطالب، مثل: الضغوط الأكاديمية والنفسية والاجتماعية، مما قد يؤثر على توافقه مع ما يقع عليه من مسؤوليات وواجبات وتبعات دراسية مختلفة.

وكشفت دراسة حسام عبدالرحيم (2020) عن العلاقة بين الاعتماد على وسائل الإعلام الجديد في استقاء المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا والاندماج الأكاديمي لدى عينة قوامها (450) طالباً وطالبة من طلاب الجامعات الحكومية والخاصة والأزهرية في مصر، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت مقياس المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا، ومقياس الاندماج الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الاعتماد على وسائل الإعلام الجديد في استقاء المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا والاندماج الأكاديمي لدى طلاب الجامعات الحكومية والخاصة والأزهرية.

يتضح مما سبق أن دراسة حسام عبدالرحيم (2020) كشف عن العلاقة بين جائحة كورونا والاندماج الأكاديمي، وأظهرت وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين جائحة كورونا والاندماج الأكاديمي.

وتعددت الدراسات التي تناولت الضغوط الأكاديمية وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي، ومنها دراسة يوسف شلبي (2017) التي هدفت إلى وضع نموذج بنائي يوضح التأثيرات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الضغوط الأكاديمية المدركة وكل من استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية ودافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى عينة قوامها (191) طالباً وطالبة من طلاب شعبة التعليم الإبتدائي بكلية التربية للبنين وطالبات شعبة علم النفس بكلية التربية للبنات بجامعة الملك خالد، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط الأكاديمية المدركة، ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية، ومقياس دافعية الإنجاز، ومقياس التوافق الأكاديمي، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً للضغوط الأكاديمية المدركة في التوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

وهدفت دراسة مصطفى أبو بكر (2018) إلى فحص بنية العلاقات السببية بين إدمان الإنترنت والضغوط الأكاديمية والدعم الأكاديمي والتشويه المعرفي والتوافق الأكاديمي لدى عينة قوامها (336) طالبة من الطالبات المعلمات بالفرقة الرابعة جميع التخصصات بكلية التربية جامعة طنطا، واستخدمت الدراسة مقياس إدمان الإنترنت ومقياس الضغوط الأكاديمية ومقياس الدعم الأكاديمي ومقياس التشويه المعرفي ومقياس التوافق الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً للضغوط الأكاديمية في التوافق الأكاديمي لدى الطالبات المعلمات.

كما هدفت دراسة Kuma (2019) إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط الأكاديمية وسمات الشخصية وأساليب التوافق لدى عينة قوامها (114) طالبة من الطالبات كلية التمريض، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط الأكاديمية ومقياس سمات الشخصية ومقياس أساليب التوافق، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية وأساليب التوافق لدى طالبات كلية التمريض.

بينما هدفت دراسة Kumar & Palai (2019) إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط والتوافق والحنين إلى الوطن لدى عينة قوامها (100) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، واستخدمت

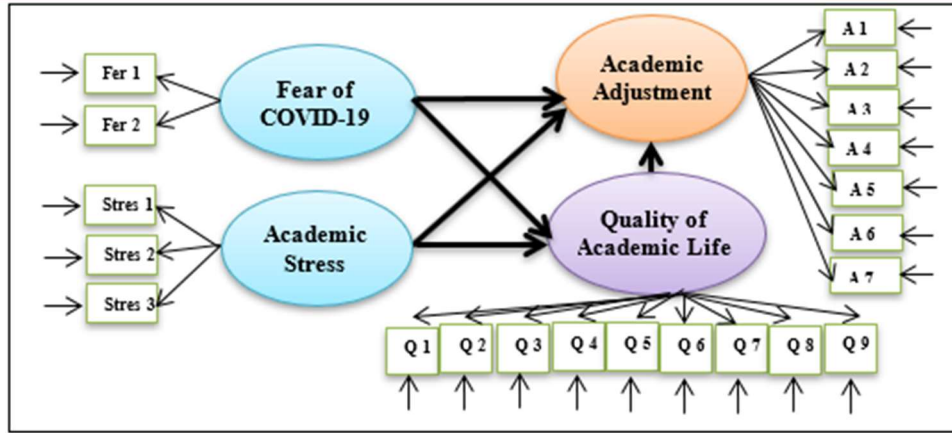
الدراسة مقياس الضغوط ومقياس التوافق، ومقياس الحنين إلى الوطن، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط والتوافق لدى طلاب الجامعة.

وفحصت دراسة Hussain, Kumar & Husain (2019) العلاقة بين الضغوط الأكاديمية والتوافق لدى عينة قوامها (110) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط الأكاديمية ومقياس التوافق، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية والتوافق لدى طلاب المرحلة الثانوية.

يتضح مما سبق أن هذه الدراسات تناولت العلاقة بين الضغوط الأكاديمية والتوافق الأكاديمي، وتراوحت أعداد المشاركين في هذه الدراسات بين (100) مشاركاً كما في دراسة Kumar & Palai (2019)، و(336) مشاركاً كما في دراسة مصطفى أبو بكر (2018)، وشملت طلاب التعليم الثانوي والتعليم الجامعي، واستخدمت هذه الدراسات مقياس الضغوط الأكاديمية ومقياس التوافق الأكاديمي، وتوصلت إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغوط الأكاديمية والتوافق الأكاديمي كما في دراسة يوسف شلبي (2017)، ودراسة مصطفى أبو بكر (2018)، ودراسة Kuma (2019)، ودراسة Kumar & Palai (2019)، ودراسة Hussain, Kumar & Husain (2019).

#### النموذج البنائي المقترح لمتغيرات الدراسة

في ضوء الدراسات السابقة والتحليل النظري يمكن اشتقاق النموذج البنائي المقترح لمتغيرات الدراسة، حيث اعتبر النموذج التوافق الأكاديمي متغير تابع، وجودة الحياة الأكاديمية متغير وسيط، والخوف من جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية متغيرات مستقلة، كما في الشكل (1) الآتي:



شكل (1): النموذج البنائي المفترض بين متغيرات الدراسة

وعليه فإن الهدف الرئيس من الدراسة تحديد الدور الذي يؤديه الخوف من جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية على كل من جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي في حالة إذا ما اعتبرنا والتوافق الأكاديمي متغير تابع، وجودة الحياة الأكاديمية متغير وسيط، بينما الخوف من جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية متغيرات مستقلة، وتسعى الدراسة أيضاً إلى تحديد مستوى أو درجة جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي في ظل جائحة كورونا لدى عينة من طلاب الجامعة.

### الطريقة والإجراءات

**المنهج:** اعتمدت الدراسة على تصميم الدراسات المستعرضة باستخدام مسح إلكتروني من خلال لينك على Google form في وسائل التواصل الاجتماعي في الفترة من مايو (2020) حتي نهاية شهر يوليو من نفس العام بعد شهر ونصف تقريباً من بداية تجربة التعلم الإلكتروني، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي من خلال تطبيق أدوات الدراسة على عينة كبيرة من الطلاب لتحديد مستويات التوافق الأكاديمي وجودة الحياة الأكاديمية في ظل جائحة كورونا، كما اعتمدت على المنهج الارتباطي للتحقق من النموذج البنائي المفترض للتأثيرات البنائية بين متغيرات الدراسة.

**المشاركون:** المجتمع المستهدف هم طلاب الجامعة، وتم استخدام عينة كرة الثلج، حيث تم إرسال أدوات الدراسة إلى طلاب جامعة قناة السويس في كليتي التربية، والآداب والعلوم الإنسانية بمساعدة الأساتذة علي مجموعات الفيسبوك والواتس وبدورهم يرسلوها إلى طلاب آخرين في الجامعة عبر الهواتف الذكية، وبلغ حجم المشاركون (511) طالباً وطالبة موزعين إلى 46

(9%) ذكراً، و 467 (91%) أنثى، بمتوسط عمر (22.40) عاماً وانحراف معياري (3.65) والباقي بيانات غائبة لم تذكر نوع الجنس، وحسب الفرقة الدراسية إلى 114 (22.7%) من طلاب الفرقة الأولى، و 123 (26.3%) من طلاب الفرقة الثانية، و 65 (12.9%) من طلاب الفرقة الثالثة، و 38 (7.6%) من طلاب الفرقة الرابعة و 110 (21.9%) من طلاب الدراسات العليا دبلوم عام، و 43 (8.6%) من طلاب الدراسات العليا دبلوم مهني وخاص، بينما 11 (2.1%) لم تذكر الفرقة، وتوزعت حسب نوعية الكلية إلى 435 (86.3%) من طلاب كلية التربية، و 69 (13.7%) من طلاب كلية الآداب والعلوم الإنسانية، و 9 (1.8%) من الطلاب لم يذكروا الكلية، وحسب مكان المعيشة إلى 324 (64.3%) من ساكني المدينة، و 180 (35.7%) من ساكني مناطق الريف، ولم يذكر 9 (1.8%) طبيعة مكان المعيشة.  
القياسات (الأدوات): تضمنت الدراسة المقاييس الآتية:

### 1. مقياس الخوف من جائحة كورونا إعداد عبدالناصر عامر (2020c):

يتكون من (12) مفردة وضّح في ضوء مقياس ليكرت الخماسي بدرجة كبيرة جداً (5)، بدرجة كبيرة (4)، متوسطة (3)، بدرجة قليلة جداً (2)، بدرجة قليلة (1)، وقدر ثبات وصدق المقياس على عينة في المجتمع العربي (N=538) وبلغ معامل ثباته باستخدام معامل ألفا كرونباخ (0.90). وأفرز التحليل العاملي الاستكشافي عاملين أحدهما مظاهر الخوف الشخصي بخمسة مفردات ( $\alpha=0.815$ ) والآخر الخوف المرتبط بالسلوكيات اليومية بسبعة مفردات ( $\alpha=0.894$ )، وأظهر التحليل العاملي التوكيدي حسن مطابقة نموذج العاملين مع البيانات، ويمكن القبول بأحادية البعد للمقياس (عبدالناصر عامر، 2020c)، وبالنسبة لبيانات العينة الحالية (N=511) بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للمقياس ككل (0.922) مما يدل على صلاحية بيانات المقياس للتحليلات الإحصائية في الدراسة.

### 2. مقياس جودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني (إعداد الباحثان):

تم إعداد المقياس في ضوء التراث البحثي الذي تناول مفهوم جودة الحياة الأكاديمية، ومنها دراسة الرضا الأكاديمي، وهي مجموعة من العوامل الاجتماعية والمادية والدراسية التي يترتب عليها حالة انفعالية سارة تحقق الإشباع للطلاب وتجعله راضياً عن دراسته، وتم أيضاً طرح سؤالاً مفتوح على الطلاب، وهو: ما هي خبراتك في التعلم الإلكتروني؟ وتنوعت استجابات الطلاب مثل التعلم عن بُعد مرهق جداً وغير كافي لإيصال المعلومات، ولا يوجد لدي خبرات كافية للتعلم

الإلكتروني، وتجربة ممتازة للتعلم عن بُعد، وفي نفس الوقت التفاعل من المجموعة المتعلمة والأستاذ، وإنشاء واجبات واختبارات بسيطة واجتيازها إحساس رائع، ولا يناسبني إطلاقاً وليس لدي الامكانيات الكافية للتعلم الإلكتروني، ولا يوجد شبكة إنترنت جيدة، وأنا لا أحب التعلم الإلكتروني كثيراً، وعدم القدرة على مواصلة التعلم عن بُعد، وعدم مراعاة الدكاتره للطلبة بخصوص الإنترنت. وهكذا تمحورت استجابات الطلاب حيث تبين إن أكثر الطلاب تنقصهم الخبرة للتعامل مع التعلم عن بُعد، بالإضافة إلى عدم توفر خدمات الإنترنت بشكل جيد وعدم التواصل الجيد مع الأستاذ، ولكن أقر البعض بأنه نظام جيد لتوصيل المعلومات والتدريب على التعلم الذاتي، ولا يشعرون بالارتياح في بيئة التعلم عبر الإنترنت.

وعليه تم الاستفادة من استجابات الطلاب للمساعدة في صياغة مفردات تقيس جودة الحياة الأكاديمية لقياس رضاهم عن بيئة التعلم الإلكتروني وتكون المقياس من (9) مفردات، وعرضت المفردات على (7) متخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، واتفق المحكمون على صلاحية المفردات لقياس جودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني، وكانت نسبة الاتفاق (85.7%)، وضحت في ضوء مقياس ليكرت الخماسي بدرجة كبيرة جداً (5)، بدرجة كبيرة (4)، متوسطة (3)، بدرجة قليلة جداً (2)، بدرجة قليلة (1)، وتضمن المقياس أيضاً البيانات الديموغرافية والجامعية مثل العمر والنوع، والكلية، والفرقة الدراسية، ومكان المعيشة.

ثبات المقياس: قُدر ثبات مفردات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ ب (0.960) وتراوح معامل ألفا كرونباخ للمقياس بعد استبعاد كل مفردة على حدة من المقياس بين ( ) 0.953: 0.960، وأيضاً قُدر الثبات باستخدام التجزئة النصفية وبلغت قيمته (0.954)، مما يدل على صلاحية كل مفردات المقياس لقياس مستوى جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

صدق المقياس: قُدر الصدق البنائي للمقياس بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية، وبلغت قيمة محك كايزر ماير اولكين لاختبار مدى مناسبة معاملات الارتباطات  $KMO=0.956$ ، وهي قيمة عالية جداً، وأفرز التحليل عاملاً واحداً عاماً بقيمة جذر كامن (6.845) وفسر (76.056%) من تباين مصفوفة الارتباطات وفيما يلي تشبعات المفردات بالعامل العام:

جدول (1): تشبعات مفردات مقياس جودة الحياة الأكاديمية بالعامل العام

م	المفردات	التشبعات بالعامل
1	أنا راضٍ عن جودة بيئة التعلم الإلكتروني	0.871
2	أنا راضي عن أدائي في بيئة التعلم الإلكتروني	0.868
3	أنا راضي عن مستوي تحصيلي واستيعابي للمعلومات المقدمة إلكترونياً.	0.881
4	أنا راضي عن طريقة تواصلتي وعلاقتي مع الأساتذة.	0.906
5	أنا راضي عن تنوع أساليب توصيل المادة العلمية إلكترونياً.	0.913
6	أنا راضي عن كمية المعلومات المقدمة لنا إلكترونياً.	0.843
7	أنا راضي عن مستوي التفاعل مع زملائي في بيئة التعلم الإلكتروني.	0.844
8	أنا راضي عن الدعم النفسي من الأساتذة في بيئة التعلم الإلكتروني.	0.825
9	أنا مرتاح مع بيئة التعلم الإلكتروني.	0.893
	الجذر الكامن	6.845
	التباين المفسر	76.056%

يتضح من الجدول (1) أن معاملات التشبع للمفردات بالعامل العام تراوحت بين ( 0.825: 0.913)، مما يدل على توفر صدق المفهوم بدرجة مرضية للمقياس، وقد صدق المفهوم من خلال معامل الارتباط المصحح بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس بعد استبعاد درجة المفردة وتروحت قيم معامل الارتباط المصحح بين (0.781: 0.887)، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من صدق البناء.

3. مقياس التوافق الأكاديمي (إعداد الباحثان):

تم بناء المقياس من خلال الاطلاع على الدراسات الآتية; Baker & Siryk (1999); Anderson, Guan, & Koc (2016); Cruz, Peterson, Fagan, Black & Cooper (2019)، وأيضاً من خلال المقابلات مع الطلاب، حيث أبدى معظم الطلاب درجة عالية من استيائهم للتعليم الإلكتروني، حيث جاءت بصورة فجائية ولم تكن مستعدين له، وتم صياغة (10) مفردات، وعرضت المفردات على (7) متخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، واتفق المحكمون على صلاحية المفردات لقياس التوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني، وكانت نسبة الاتفاق (85.7%)، وضح في ضوء مقياس ليكرت الخماسي بدرجة كبيرة جداً (5)، بدرجة كبيرة (4)، متوسطة (3)، بدرجة قليلة جداً (2)، بدرجة قليلة (1).

ثبات المقياس: قُدر ثبات مفردات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ وبلغت قيمته (0.924)، ولكن بعد استبعاد مفردتين هما "أعاني من الوحدة النفسية والضيق في بيئة التعلم الإلكتروني" و "ينقصني الثقة بالنفس من خلال التعلم الإلكتروني" ارتفع الثبات إلى (0.935)، وتم استبعاد مفردة "أنا قلق لأن إمكانياتي التكنولوجية لا تساعدني على التعلم إلكترونياً". فأصبح

ثبات ألفا (0.945) وتراوح معامل ألفا للمقياس بعد استبعاد كل مفردة على حده بين ( 0.929: 0.945)، وأيضاً قُدر الثبات باستخدام التجزئة النصفية وبلغت قيمته (0.940)، مما يدل على صلاحية مفردات المقياس لقياس التوافق الأكاديمي.

صدق المقياس: قُدر الصدق البنائي للمقياس بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية، وقد بلغ محك كايزر ماير أولكين لاختبار مدى مناسبة معاملات الارتباطات وبلغت قيمته  $KMO=0.941$ ، وهي قيمة عالية جداً، وأفرز التحليل عاملاً واحداً عاماً بقيمة جذر كامن (5.292) وفسر (75.595%) من تباين مصفوفة الارتباطات كالاتي:

جدول (٢): تشبعات مفردات مقياس التوافق الأكاديمي بالعامل العام

م	المفردات	التشبعات بالعامل
1	أشعر بالملل والإحباط في بيئة التعلم الإلكتروني.	0.826
2	ليس لدى الدافعية الكافية للتعلم الإلكتروني.	0.875
3	أتواصل بكفاءة مع أستاذي من خلال التعلم الإلكتروني.	0.786
4	أتوافق مع بيئة التعلم الإلكتروني.	0.925
5	أستمتع في بيئة التعلم الإلكتروني.	0.922
6	أثق من قدراتي وامكانياتي للتعلم الإلكتروني.	0.846
7	أشعر بالراحة النفسية في بيئة التعلم الإلكتروني.	0.846
	الجذر الكامن	5.292
	التباين المفسر	75.595%

يتضح من الجدول (2) أن معاملات التشبع للمفردات بالعامل العام تراوحت بين ( 0.786: 0.925)، مما يدل على توفر صدق المفهوم بدرجة مرضية للمقياس، وقُدر صدق المفهوم من خلال معامل الارتباط المصحح بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس بعد استبعاد درجة المفردة وتروحت قيم معامل الارتباط المصحح من (0.718: 0.890)، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرضية من البنية المتجانسة والصدق البنائي المرتفع.

4. مقياس الضغوط الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكترونية إعداد عبدالناصر عامر (2021b):

تكون المقياس من (20) مفردة تقيس الضغوط المرتبطة بالتعامل مع الأستاذ وامكانيات الإنترنت والمرتبطة بطبيعة المادة المقدمة، وكيفية تقديمها، وإجادة التعلم في بيئة التعلم الإلكتروني، والضغوط النفسية المرتبطة بالقلق والخوف من القشل وغيرها، وضحت في ضوء مقياس ليكرت الخماسي بدرجة كبيرة جداً (5)، بدرجة كبيرة (4)، متوسطة (3)، بدرجة قليلة جداً (2)، بدرجة قليلة (1).



وتم التأكد من صدق المفهوم باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي بإجراء طريقة المكونات الأساسية وطريقة التدوير المتعامد باستخدام فريماكس لعينة من طلاب الجامعة بلغت (349)، وأبرز التحليل عاملاً واحداً عاماً قبل التدوير تشبعت عليه كل المفردات بجانب ثلاثة عوامل أخرى، وبعد التدوير أفرز التحليل ثلاثة عوامل، العامل الأول (الضغوط النفسية، والثاني الضغوط المرتبطة بالتعامل مع الأستاذ ومهارات الطالب الإلكترونية للتعامل مع بيئة التعلم الإلكترونية وتوفر الإنترنت، والثالث الضغوط المرتبطة بطبيعة المادة الدراسية.

وقدر الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ ب (0.928). ولبيانات العينة الحالية بلغ ثبات معامل ألفا كرونباخ (0.930).

الإجراءات: تم تطبيق أدوات الدراسة للحصول على البيانات الأساسية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي خاصة الواتس والفيسبوك علي لينك إلكتروني في Google form خلال الفترة من (2020-7-15 : 2020-5-1) في جامعة قناة السويس على طلاب كليتي التربية والآداب والعلوم الإنسانية، وتم التنبيه على الطلاب أن البيانات تتسم بالسرية لاستخدامها في أغراض البحث العلمي، وإن هذه المقاييس تقيس الخوف من الجائحة وجودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني، وتم تحويل ملف البيانات Excel إلى ملف SPSS.

### التحليل الإحصائي

خُلّت البيانات باستخدام برنامج (SPSS Ver.23) لإجراء التحليلات الوصفية ومعامل ارتباط بيرسون، وبرنامج (Mplus Ver.7) للتحقق من النموذج البنائي المفترض باستخدام التحليل البنائي بين المتغيرات الكامنة في إطار نمذجة المعادلة البنائية.

## النتائج ومناقشتها

التحليلات الوصفية: فيما يلي عرض إحصائيات وصفية لمتغيرات الدراسة تتضمن المتوسط والانحراف المعياري والالتواء والتفرطح، كما في الجدول التالي:

جدول (3): المتوسطات والانحرافات المعيارية والتفرطح والالتواء لمفردات الدرجة الكلية

لمتغيرات الدراسة (N=511)

م	المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	التفرطح	الالتواء
1	الخوف من جائحة كورونا	42.373	12.650	-0.515	-0.217
2	الضغوط الأكاديمية	79.258	14.615	0.159	-0.693
3	جودة الحياة الأكاديمية	16.851	8.218	0.058	0.930
4	التوافق الأكاديمي	13.193	6.521	0.834	1.130

يتضح من الجدول (3) أن قيم الالتواء والتفرطح لمعظم متغيرات الدراسة لا تزيد عن (1)، مما يشير إلى توافر الاعتدالية بدرجة كبيرة، كما يتضح توفر الضغوط الأكاديمية (79.258) بدرجة مرتفعة لدى طلاب الجامعة، وتوفر الخوف من جائحة كورونا (42.373) بدرجة متوسطة لدى طلاب الجامعة، بينما توفرت جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي (16.851, 13.193) على التوالي بدرجة منخفضة لدى طلاب الجامعة.

السؤال الأول: ما مستوى جودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة؟ قُدرت المتوسطات والانحرافات المعيارية، وكذلك التفرطح والالتواء للتحقق من اعتدالية البيانات كالتالي:

جدول (4): المتوسطات والانحرافات المعيارية، والتفرطح والالتواء لمفردات جودة الحياة الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني (N=511)

م	المفردات	المتوسط	الانحراف المعياري	التفرطح	الالتواء
1	أنا راضي عن جودة بيئة التعلم الإلكتروني.	1.75	0.965	0.419	-1.100
2	أنا راضي عن أدائي في بيئة التعلم الإلكتروني.	1.91	1.059	-0.215	0.865
3	أنا راضي عن مستوى تحصيلي واستيعابي للمعلومات المقدمة إلكترونياً.	1.82	1.029	0.339	-1.084
4	أنا راضي عن طريقة تواصلتي وعلاقتي مع الأساتذة.	1.96	1.079	-0.073	0.878
5	أنا راضي عن تنوع أساليب توصيل المادة العلمية إلكترونياً.	1.85	1.042	0.124	-1.026

نمذجة العلاقات بين الخوف من جائحة كورونا ----- د/حامد سامي حامد غريب

أ.د/عبدالناصر السيد عامر

م	المفردات	المتوسط	الانحراف المعياري	التفرطح	الالتواء
6	أنا راضي عن كمية المعلومات المقدمة لنا إلكترونياً.	1.89	1.077	-0.058	0.965
7	أنا راضي عن مستوى التفاعل مع زملائي في بيئة التعلم الإلكتروني.	1.87	1.032	-0.043	0.946
8	أنا راضي عن الدعم النفسي من الأساتذة في بيئة التعلم الإلكتروني.	2.07	1.152	-0.653	0.685
9	أنا مرتاح مع بيئة التعلم الإلكتروني.	1.74	1.010	0.829	-1.273

يتضح من جدول (4) أن قيم الالتواء والتفرطح لمعظم المفردات لا تزيد عن (1)، مما يشير إلى توافر الاعتدالية بدرجة كبيرة، كما أن قيم المتوسط لكل استجابات الطلاب على المفردات تقترب أو تزيد عن (2) مما يشير إلى انخفاض جودة الحياة الأكاديمية، وفي المجمل العام فإن طلاب الجامعة يشعرون بدرجة منخفضة من جودة الحياة الأكاديمية لمعظم المفردات، حيث زادت قيمة المتوسط من (1.80)، وانخفضت عن (2.60)، ماعدا مفردات "أنا مرتاح مع بيئة التعلم الإلكتروني، أنا راضي عن جودة بيئة التعلم الإلكتروني" فكانت بدرجة منخفضة جداً، حيث انخفضت قيمة متوسطها عن (1.80)، وعموماً فإن متوسط الدرجة الكلية لجودة الحياة الأكاديمية بلغت (16.851)، وهي تعادل (37.446%) من الدرجة الكلية (45)، وبالتالي تتوفر جودة الحياة الأكاديمية بدرجة منخفضة لدى طلاب الجامعة.

السؤال الثاني: ما مستوى التوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة؟ قُدرت المتوسطات والانحرافات المعيارية، وكذلك التفرطح والالتواء للتحقق من اعتدالية البيانات كالتالي:

جدول (5): المتوسطات والانحرافات المعيارية، والتفرطح والالتواء لمفردات التوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني (N=511)

م	المفردات	المتوسط	الانحراف المعياري	التفرطح	الالتواء
1	أشعر بالملل والإحباط في بيئة التعلم الإلكتروني.	1.77	1.076	1.062	1.360
2	ليس لدى الدافعية الكافية للتعلم الإلكتروني.	1.99	1.109	0.008	0.902
3	أتواصل بكفاءة مع أستاذي من خلال التعلم الإلكتروني.	2.17	1.134	-0.457	0.610
4	أتوافق مع بيئة التعلم الإلكتروني.	1.82	1.054	8.55	1.227

م	المفردات	المتوسط	الانحراف المعياري	التفرطح	الالتواء
5	أستمتع في بيئة التعلم الإلكتروني.	1.70	1.025	1.477	1.464
6	أثق من قدراتي وامكانياتي للتعلم الإلكتروني.	2.01	1.106	-0.242	0.805
7	أشعر بالراحة النفسية في بيئة التعلم الإلكتروني.	1.74	1.020	1.256	1.374

يتضح من جدول (5) أن قيم الالتواء والتفرطح لمعظم المفردات لا تزيد عن (1)، مما يشير إلى توافر الاعتدالية بدرجة كبيرة، كما أن قيم المتوسط لكل استجابات الطلاب على المفردات تقترب أو تزيد من (2) مما يشير إلى انخفاض التوافق الأكاديمي، وفي المجمل العام فإن طلاب الجامعة يشعرون بدرجة منخفضة من التوافق الأكاديمي لمعظم المفردات، حيث زادت قيمة المتوسط عن (1.80)، وانخفضت عن (2.60)، ماعدا مفردات "أشعر بالملل والإحباط في بيئة التعلم الإلكتروني، أستمتع في بيئة التعلم الإلكتروني، أشعر بالراحة النفسية في بيئة التعلم الإلكتروني" فكانت بدرجة منخفضة جداً، حيث انخفضت قيمة المتوسط عن (1.80)، وعموماً فإن متوسط الدرجة الكلية للتوافق الأكاديمي بلغ (13.193)، وهي تعادل (37.694%) من الدرجة الكلية (35)، وبالتالي يتوفر التوافق الأكاديمي بدرجة منخفضة لدى طلاب الجامعة.

السؤال الثالث: ما العلاقة بين الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية وجودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة؟ فُدر معامل ارتباط بيرسون بين متغيرات الدراسة، ويمكن توضيح مصفوفة معامل الارتباط كما يلي:

جدول (6): مصفوفة الارتباط بين متغيرات الدراسة (N=511)

المتغير	الخوف من جائحة كورونا	الضغط الأكاديمية	جودة الحياة الأكاديمية	التوافق الأكاديمي
الخوف من جائحة كورونا	1.00			
الضغط الأكاديمية	-0.205**	1.00		
جودة الحياة الأكاديمية	-0.135**	-0.806**	1.00	
التوافق الأكاديمي	-0.130**	-0.801**	0.906**	1.00

استقرأ لمصفوفة الارتباط يتضح أن التوافق الأكاديمي ارتبط ارتباطاً موجباً ودال إحصائياً عند (0.01) مع جودة الحياة الأكاديمية بحجم علاقة "تأثير" كبير، حيث إن توافق الطلاب مع بيئة التعلم الإلكتروني أثناء جائحة كورونا أدى إلى التقدم في تحقيق الأهداف الأكاديمية، وارتفاع فاعلية الذات لديهم، وأسهم في تحسين الانجاز الأكاديمي وزيادة مستوى جودة الحياة الأكاديمية،

وبالتالي أدى إلى زيادة قدرتهم على الاستيعاب، وشعورهم بالسعادة والراحة النفسية، وتوافقهم الأكاديمي، وهذا يتفق مع (منتصر موسى، 2002؛ سفيان الربدي، 2012؛ علي قشمر، 2019؛ مصطفى صفوري وعدنان العتوم وفراس حموري 2019؛ Attiyah & Mohasn, 2019; Moghodam & Salimi, 2018).

وارتبط التوافق الأكاديمي ارتباطاً سالباً ودال إحصائياً عند (0.01) مع الخوف من جائحة كورونا بحجم علاقة "تأثير" ضعيف، وهذا يعني أن خوف طلاب الجامعة من جائحة كورونا جاء بأثر عكسي على توافقهم الأكاديمي، حيث لم يتقبل الطلاب نمط التعلم عن بُعد، بالإضافة إلى تأثرهم نفسياً ووجدانياً بهذه الجائحة، مما أدى إلى سيطرت مشاعر الخوف والقلق عليهم وفقدان الرغبة في المذاكرة، وعدم وضوح الرؤية حول مصير وسائل التقييم والامتحان والتأجيل وغيرها من الظروف التي فرضتها هذه الجائحة، والتي قد أسهمت بشكل سلبي على توافقهم الأكاديمي، وهذا يتفق مع دراسة حسام عبدالرحيم (2020).

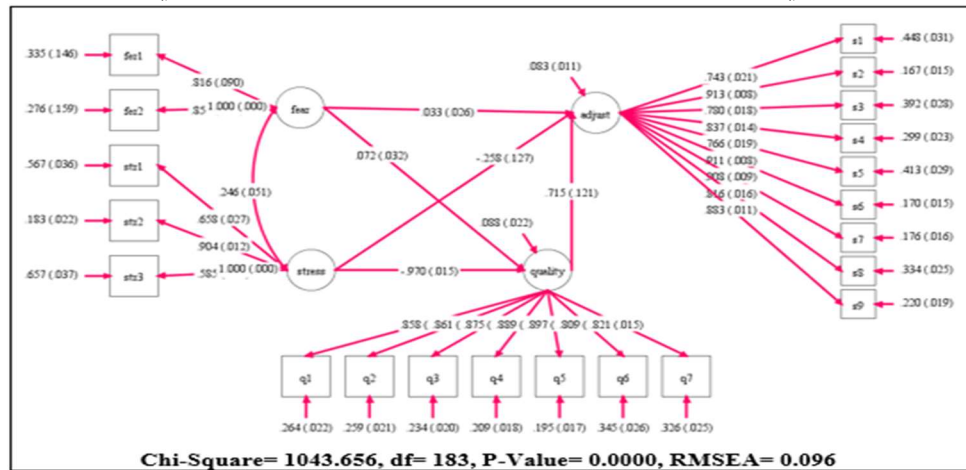
وارتبط التوافق الأكاديمي ارتباطاً سالباً ودال إحصائياً عند (0.01) مع الضغوط الأكاديمية بحجم علاقة "تأثير" كبير، وهذه النتيجة منطقية وتتفق مع التحليل النظري للدراسة، حيث إن طلاب الجامعة يعانون من بعض الضغوط الأكاديمية التي تتجدد وتستحدث وفقاً لمتطلبات المرحلة العمرية، وتتضمن: "اجتياز الامتحانات والتكاليف المطلوبة منهم، وإرضاء توقعات الأباء والأساتذة بخصوص أدائهم الأكاديمي، وإجادة التعلم الإلكتروني، وإمكانات الإنترنت، وطبيعة المادة المقدمة، والقلق والخوف من الفشل أثناء التعلم الإلكتروني"، وفي النهاية تصب كل هذه الضغوط الأكاديمية في ضعف الانجاز وسوء التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة، وهذا يتفق مع (يوسف شلبي، 2017؛ مصطفى أبو بكر، 2018؛ Hussain, Kumar & Husain, 2019; Kumar & Palai, 2019; Kuma, 2019).

وارتبطت جودة الحياة الأكاديمية ارتباطاً سالباً ودال إحصائياً عند (0.01) مع الخوف من جائحة كورونا بحجم علاقة "تأثير" ضعيف، حيث إن خوف الطلاب الشديد من الإصابة بفيروس كورونا قد أثر على الحالة النفسية وانخفاض الكفاءة الذاتية للطلاب، وأدى إلى ضعف جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، كما يؤدي زيادة الخوف إلى انخفاض الصحة النفسية وانخفاض جودة الحياة الأكاديمية، وهذا يتفق مع (عبدالناصر عامر 2020b,c؛ Prachand et al., 2020; Han & Curtis, 2020).

وارتبطت جودة الحياة الأكاديمية ارتباطاً سالباً ودالاً إحصائياً عند (0.01) مع الضغوط الأكاديمية بحجم علاقة "تأثير" كبير، حيث يؤدي تعرض الطلاب للضغوط الأكاديمية إلى الشرود الذهني، وسوء التكيف، وانخفاض الدافعية نحو التعلم، والعجز عن حل المشكلات الأسرية والتعليمية والمستقبلية والنفسية، مما يؤدي إلى انخفاض جودة الحياة الأكاديمية، وهذا يتفق مع (سارة عبدالسلام، 2016؛ داليا العبد، 2016؛ دعاء أبو المجد، 2017؛ لمياء العدساني، 2018؛ Ribriro, 2017; Assanq, 2017; Molzahn, 2012).

بينما ارتبط الخوف من جائحة كورونا ارتباطاً موجباً ودالاً إحصائياً عن (0.01) مع الضغوط الأكاديمية، حيث إن تعرض طلاب الجامعة للضغوط من خلال سماع الأخبار المتداولة في وسائل الإعلام كل يوم عن حالات الإصابات والوفيات نتيجة الإصابة بفيروس كورونا قد أدى إلى عدم تخوفهم من جائحة كورونا، وبالتالي تقبلهم للوضع القائم وتعايشهم معه، وهذا يبرز الدور الإيجابي لقدرة الطلاب على مواجهة الضغوط الأكاديمية في تجاوزهم للخوف من جائحة كورونا، وهذا يتفق مع (Moawad, 2020; Gupta, 2020).

السؤال الرابع: ما النموذج البنائي للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية بين التوافق الأكاديمي كمتغير تابع وجودة الحياة الأكاديمية كمتغير وسيط والخوف من جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية كمتغيرين مستقلين لدى طلاب الجامعة؟ تم إجراء نمذجة المعادلة البنائية باستخدام برنامج (Mplus Ver.7)، ويوضح شكل (2) النموذج البنائي للعلاقات بين متغيرات الدراسة بمساراته الدالة إحصائياً كآتي:



شكل (2): النموذج البنائي لمتغيرات الدراسة بمساراته الدالة إحصائياً

نمذجة العلاقات بين الخوف من جائحة كورونا ----- د/حامد سامي حامد غريب  
أ.د/عبدالناصر السيد عامر

وقد حقق النموذج البنائي المؤشرات التي تدل على حُسن المطابقة للبيانات كآلاتي:

جدول (7): قيم مؤشرات حُسن المطابقة

م	مؤشرات حُسن المطابقة	مدى المؤشر	قيمة المؤشر
١	مؤشر جذر متوسطات مربعات البواقي (SRMR)	من صفر إلى واحد	0.042
٢	مؤشر المطابقة للامعاري (TLI)	من صفر إلى واحد	0.909
٣	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	من صفر إلى واحد	0.921
٤	جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	من صفر إلى واحد	0.096

يتضح من الجدول (7) أن جميع قيم مؤشرات حُسن المطابقة جاءت في المدى المقبول، مما يدل على مطابقة النموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة بدرجة مرتفعة، وبناءً على ما سبق توجد مطابقة جيدة للعلاقات البنائية بين الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية كمتغيرين مستقلين وجودة الحياة الأكاديمية كمتغير وسيط والتوافق الأكاديمي كمتغير تابع، ويوضح الجدول (8) قيم التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للمتغيرات الكامنة المستقلة في المتغيرات الكامنة التابعة كآلاتي:

جدول (8): قيم التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للمتغيرات الكامنة المستقلة في المتغيرات الكامنة التابعة

التابع المستقل	نوع التأثير	التوافق الأكاديمي			جودة الحياة الأكاديمية		
		قيمة التأثير	الخطأ المعاري	قيمة "ت"	قيمة التأثير	الخطأ المعاري	قيمة "ت"
الخوف من جائحة كورونا	مباشر	30.03	60.02	71.28	20.07	20.03	2.259*
	غير مباشر	10.05	30.02	2.233*	-	-	-
الضغط الأكاديمية	مباشر	80.25-	70.12	2.033-	00.97-	50.01	65.081* -
	غير مباشر	30.69-	60.11	6.001* -	-	-	-
جودة الحياة الأكاديمية	مباشر	50.71-	10.12	5.886*	-	-	-

ينتضح من الجدول (8) ما يلي:

1. لا يوجد تأثير مباشر من الخوف من جائحة كورونا في التوافق الأكاديمي، بينما يوجد تأثير غير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) من الخوف من جائحة كورونا في التوافق الأكاديمي من خلال جودة الحياة الأكاديمية: ويمكن تفسير عدم وجود تأثير مباشر من خلال عدم اتقان طلاب الجامعة أثناء بداية جائحة كورونا لنمط التعلم الإلكتروني نتيجة حالة التخبط التي خاضها الطلاب خلال الفترات الأولى لجائحة كورونا، وعدم وضوح الرؤية حول موعد إنتهاؤها والسيطرة عليها عالمياً وداخلياً، مما أثر نفسياً ومعنوياً على الطلاب الجامعيين، وأدى إلى انخفاض تركيزهم وتشتت انتباههم، وبالتالي أضعف من توافقهم الأكاديمي، كما يمكن تفسير وجود تأثير غير مباشر موجب من خلال إنجاز طلاب الجامعة لمهامهم الأكاديمية في الوقت المحدد لها، بالإضافة إلى اهتمامهم بتطوير قدراتهم الأكاديمية أثناء الجائحة، مما أدى إلى تحسين جودة الحياة الأكاديمية، وبالتالي تحقق التوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وهذا يتفق مع دراسة حسام عبدالرحيم (2020).

2. يوجد تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) من الضغوط الأكاديمية في التوافق الأكاديمي، كما يوجد تأثير غير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) من الضغوط الأكاديمية في التوافق الأكاديمي من خلال جودة الحياة الأكاديمية: ويمكن تفسير وجود تأثير سالب من خلال تعدد وتنوع الضغوط الأكاديمية التي يعاني منها طلاب الجامعة بصفة عامة وأثناء جائحة كورونا بصفة خاصة، حيث وجد الطلاب أنفسهم أمام نظام تعلم مستحدث فُرض عليهم دون تخطيط مسبق له، بالإضافة إلى الخوف والقلق والتوتر من الفشل أثناء التعامل مع الأستاذ الجامعي من خلال استخدام بيئة التعلم الإلكترونية، مما أدى إلى توافقهم الأكاديمي نتيجة الضغوط الأكاديمية المفروضة عليهم أثناء جائحة كورونا، وهذا يتفق مع (يوسف شلبي، 2017؛ مصطفى أبو بكر، 2018؛ Hussain, 2019; Kumar & Husain, 2019; Kumar & Palai, 2019; Kuma, 2019).

3. يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.05) من الخوف من جائحة كورونا في جودة الحياة الأكاديمية: ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال الآثار الإيجابية التي أفرزها نظام التعلم الإلكتروني الذي تم الاعتماد عليه أثناء جائحة كورونا، حيث أدى إلى إشباع حاجات الطلاب المعرفية من خلال زيادة قدرتهم على التفاعل الاجتماعي،



وشعورهم بالكفاءة والثقة بالنفس، وتواصلهم مع أساتذتهم، وتوظيف طاقتهم وإمكاناتهم في أعمال واقعية من خلال الاندماج والمشاركة الاجتماعية، وهذا يبرز الدور الإيجابي للتعليم الإلكتروني الذي أدى إلى ارتفاع جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، وبالتالي استطاع الطلاب التغلب على الضغوط والتحديات التي فرضها الخوف من جائحة كورونا، وهذا يختلف مع (عبدالناصر عامر 2020b,c؛ Han & Curtis, 2020؛ Prachand et al., 2020).

4. يوجد تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) من الضغوط الأكاديمية في جودة الحياة الأكاديمية: ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال المواقف الضاغطة التي يتعرض لها طلاب الجامعة أثناء جائحة كورونا، وتتمثل في صعوبة تذكرهم بشكل ملاءم، وضعف قدرتهم على التركيز، وتؤدي إلى القلق والتوتر وانخفاض دافعية الانجاز، وبالتالي تسهم في انخفاض جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، وهذا يتفق مع (سارة عبدالسلام، 2016؛ داليا العبد، 2016؛ دعاء أبو المجد، 2017؛ لمياء العدساني، 2018؛ Molzahn, 2012؛ Assanq, 2017؛ Ribriro, 2017).

5. يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى (0.01) من جودة الحياة الأكاديمية في التوافق الأكاديمي: ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال قدرة طلاب الجامعة على توظيف طاقتهم أثناء جائحة كورونا في انجاز مهامهم الأكاديمية، واستغلال أوقات الفراغ في تحقيق التميز الأكاديمي، بالإضافة إلى ما يوفره التعليم الإلكتروني من التواصل والتفاعل الإيجابي للطلاب مع الأستاذ الجامعي بشكل دائم طوال الوقت، مما يؤدي إلى إقبال الطلاب على الدراسة وتحقيق النجاح والتفوق في مختلف الأنشطة والمهام الأكاديمية، وينعكس ذلك بشكل إيجابي على تحقيق جودة الحياة الأكاديمية التي بدورها تؤدي إلى تحقيق التوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وهذا يتفق مع (منتصر موسى، 2002؛ سفيان الربدي، 2012؛ علي قشمر، 2019؛ مصطفى صفوري وعدنان العتوم وفراس حموري 2019؛ Attiyah & Mohasn, 2018؛ Moghodam & Salimi, 2019).

#### المناقشة والتعليق

هدفت الدراسة إلى تحديد مستوى جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا لدى عينة من طلاب الجامعة، وتوصلت إلى توفر مستوى جودة الحياة الأكاديمية بدرجة منخفضة في ظل جائحة كورونا، حيث أثرت جائحة كورونا في معظم

مظاهر جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، وكانت أكثر مظاهر جودة الحياة الأكاديمية توافراً هي الرضاء عن الدعم النفسي من الأساتذة في بيئة التعلم الإلكتروني، بينما كانت أقل مظاهر جودة الحياة الأكاديمية توافراً هي الارتياح مع بيئة التعلم الإلكتروني، وهذا يدل على أن جائحة كورونا قد أثرت بشكل سلبي على جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، كما توصلت الدراسة إلى توفر مستوى التوافق الأكاديمي بدرجة منخفضة في ظل جائحة كورونا، وكانت أكثر مظاهر التوافق الأكاديمي توافراً هي التواصل بكفاءة مع الأستاذ من خلال التعلم الإلكتروني، بينما كانت أقل مظاهر التوافق الأكاديمي توافراً هي الشعور بالراحة النفسية في بيئة التعلم الإلكتروني، وهذا يدل على أن جائحة كورونا قد أثرت بشكل سلبي على التوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وأظهرت التحليلات الوصفية لمتغيرات الدراسة أن طلاب الجامعة يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط الأكاديمية، ومستويات متوسطة من الخوف من جائحة كورونا. وبالنسبة للتحليلات الارتباطية اتضح أن أكثر المتغيرات ارتباطاً بالتوافق الأكاديمي هي جودة الحياة الأكاديمية، وبالنسبة للخوف من جائحة كورونا يتبين أن أهم المتغيرات ارتباطاً بالخوف هي الضغوط الأكاديمية، بينما يرتبط التوافق الأكاديمي بشكل سلبي مع الخوف من جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية، وترتبط جودة الحياة الأكاديمية بشكل سلبي مع الخوف من جائحة كورونا والضغوط الأكاديمية، وهذا يبدو متناسق مع الإطار النظري والدراسات السابقة والتحليل المنطقي. وبالنسبة للعلاقات والتأثيرات بين متغيرات الدراسة يتضح أن من أكثر المتغيرات التي أسهمت في التوافق الأكاديمي هي جودة الحياة الأكاديمية، وهذا تؤيده معظم الدراسات في مجال علم النفس الإيجابي، وهذا يؤكد على ضرورة الاهتمام بتنمية جودة الحياة الأكاديمية وتقويتها من أجل زيادة التوافق الأكاديمي، وإذا دققنا في قيمة حجم التأثيرات على التوافق الأكاديمي نلاحظ أن معاملات الانحدار كلها من النوع الضعيف ما عدا جودة الحياة الأكاديمية كانت من النوع المتوسط، والدلالة الإحصائية كانت نتيجة حجم العينة الكبير، ويبدو أن تأثير الخوف من جائحة كورونا على التوافق الأكاديمي ضعيف جداً، كما أن تأثير الضغوط الأكاديمية على التوافق الأكاديمي ضعيف جداً، وهذا يعطي انطباع بأن طلاب الجامعة يتعايشون مع هذا الوضع بدون أحداث تأثير سلبي على التوافق الأكاديمي.

وبالنسبة لجودة الحياة الأكاديمية يتبين أن الضغوط الأكاديمية تسهم في انخفاض جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، ولكن النتيجة التي تستحق أن نقف عندها بالتأمل والتفسير هي

أنه كلما زادت درجة الخوف من جائحة كورونا كلما زادت جودة الحياة الأكاديمية، وبكل تأكيد توجد تفسيرات لها، ومن أهم هذه التفسيرات ما يلي:

1. تخفيض المقررات الدراسية على طلاب الفرقة الرابعة والدراسات العليا، واستبدالها بأبحاث بالنسبة لطلاب فرق النقل الثلاث "الأولى، الثانية، الثالثة" أثناء جائحة كورونا أدى إلى خفض مستوى القلق والتوتر، وتحسين مستوى جودة الحياة الأكاديمية.
2. طبيعة عينة الدراسة المتمثلة في طلاب الجامعة، حيث إنها من مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي، وبالتالي فإنهم يستطيعون ممارسة التعلم الإلكتروني أثناء جائحة كورونا كنمط تعلم بديل عن التعلم التقليدي، مما أسهم في تحسين مستوى جودة الحياة الأكاديمية لديهم.
3. أن شعور الطلاب بالخوف على مستقبلهم أدى إلى زيادة الاهتمام والتركيز الأكاديمي، وجعل الطلاب يحرصون على متابعة المهام الأكاديمية بصفة مستمرة، وبالتالي أشبع هذا الشعور بالخوف جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

## المراجع

- أحمد عبدالله عبدالعزيز (2009). جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية. *رسالة دكتوراة*، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- أحمد نايل الغرير (2009). *التعامل مع الضغوط النفسية*. الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- أسماء عبدالمتعال أحمد، سحر عبدالمحسن علي (2018). فعالية برنامج إرشادي نفسي ديني في علاج بعض مشكلات الإكتئاب الناتجة عن سوء التوافق النفسي والدراسي لدى عينة من طالبات جامعة نجران. *المجلة التربوية جامعة نجران*، (53)، 466-488.
- آمال إبراهيم الفقي، محمد كمال أبو الفتوح (2020). المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد COVID-19 بحث وصفي استكشافي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر. *المجلة التربوية بكلية التربية جامعة سوهاج*، (74)، 1074-1089.
- آمال عبدالسميع أباطة (2012). *جودة الحياة النفسية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أمل محمد البكري (2007). *علم النفس المدرسي*. الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- حاتم محمد أحمد إمام، سلوى عبدالباقي، سهير محمود أمين (2015). العلاقة بين التوافق الدراسي والمسئولية الاجتماعية نحو الأقران لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية المتفوقين دراسياً. *مجلة كلية التربية جامعة حلوان*، (2)21، 899-942.
- حامد سامي حامد غريب (2018). النموذج البنائي للذكاء الانفعالي وجوده الحياة والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. *رسالة دكتوراة غير منشورة*، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة قناة السويس.
- حسام فايز عبدالحى عبدالرحيم (2020). اعتماد طلبة الجامعات على وسائل الإعلام الجديد في استقاء المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا كوفيد-19 وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لديهم. *مجلة البحوث العلمية بكلية الإعلام بالقاهرة جامعة الأزهر*، (54)4، 2605-2656.
- حنان العناني عبدالحميد (2000). *الطفل والأسرة والمجتمع*. الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- داليا سامي إسماعيل العبد (2016). الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة وأساليب مواجهتها وعلاقتها بالمسئولية الاجتماعية وجوده الحياة والتحصيل الدراسي. *رسالة دكتوراة غير منشورة*، قسم الدراسات التربوية، معهد البحوث والدراسات العربية، جامعة الدول العربية.

- دعاء محمد حمودة أبو المجد (2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة والمسئولية الاجتماعية لدى معلمي التلاميذ المكفوفين. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة.
- زينب عبدالعليم بدوي (2002). النموذج السببي للعلاقات بين الإنبساطية- العصابية- والمستوى الاجتماعي- الاقتصادي ودافعية الإنجاز والضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، 3(26)، 5-64.
- زينب محمود شقير (2002). مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة العربية (مصرية- سعودية). القاهرة: مكتبة النهضة الحديثة.
- سارة عبدالسلام مصطفى عبدالسلام (2016). الشعور بالضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- سالي حسن حبيب (2016). فعالية برنامج تدريبي لتحسين جودة الحياة الأكاديمية لدى الطالبات الموهوبات. مجلة التربية الخاصة، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية علوم الإعاقة جامعة الزقازيق، 4(16)، 219-263.
- سالي نبيل عطا (2021). عادات العقل المنبئة بفاعلية الذات الإبداعية والتوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية. المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج، 81، 177-276.
- سحر عبده نور عابدين، سهام علي شريف، عزة خضير عبدالحמיד (2017). الخجل الاجتماعي وعلاقته بالتفوق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، (92)، 269-327.
- سفيان إبراهيم الربدي (2012). التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة كلية التربية بجامعة القصيم. مجلة العلوم العربية والإنسانية جامعة القصيم بالسعودية، 6(1)، 429-472.
- سمر عبدالبدیع عبدالعزيز (2011). الضغوط الأكاديمية وهرمون الكورتيزول لدى طالبات الثانوية العامة. مجلة البحث العلمي في التربية - مصر، 4(12)، 1561-1593.
- سهيلة محسن كاظم (2003). كفايات التدريس. القاهرة: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- سوسن شاكر الجبلي (2007). معايير الجودة الشاملة في الجامعات العربية. مجلة اتحاد الجامعات العربية بالأردن، 2(4)، 277-307.

- طه عبدالعظيم حسين (2006). *استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية*. عمان: دار الفكر.
- عبدالناصر السيد عامر (2020a). *إسهام الصمود النفسي في جودة الحياة في ظل جائحة كورونا (Covid-19)*. *المجلة التربوية بكلية التربية جامعة سوهاج*، 76، 1-12.
- عبدالناصر السيد عامر (2020b). *النمذجة السببية للعلاقات بين جودة الحياة والخوف من كورونا (COVID-19) والصمود النفسي والخوف الاجتماعي والتدين والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في المجتمع العربي*. *المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية*، المؤسسة الدولية لأفاق المستقبل، 3(4)، 389-431.
- عبدالناصر السيد عامر (2020c). *بناء نموذج سببي للعلاقات بين جودة الحياة والخوف من كورونا (COVID-19) والتدين والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في المجتمع المصري: اشكالية العلاقة بين الخوف والتدين*. *مجلة كلية التربية بجامعة قناة السويس بالإسماعيلية*، 47، 57-80.
- عبدالناصر السيد عامر (2021a). *المشكلات النفسية لجائحة كورونا (COVID-19) في المجتمع المصري*. *المجلة التربوية بكلية التربية جامعة سوهاج*، (81)، 1-12.
- عبدالناصر السيد عامر (2020b). *بناء ومصداقية مقياس الضغوط الأكاديمية في بيئة التعلم الإلكتروني لدى طلاب الجامعة باستخدام نمذجة المعادلة البنائية الاستكشافية: دراسة منهجية الطرق المختلطة*. *مجلة الدراسات والبحوث التربوية بالكويت*، 1(2)، 66-87.
- عبدالناصر القدومي، كمال سلامة (2011). *التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في الأكاديمية الفلسطينية للعلوم الأمنية في أريحا*. *مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق*، 73، 263-307.
- عصام بدر محمد (2019). *مهارات الحياة الجامعية وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة*. *المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل*، 20، 77-97.
- علي لطفي علي قشمر (2019). *التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والدراسي لدى طلبة السنة الأولى بالجامعات الفلسطينية*. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (77)، 67-92.
- كلير فهيم (2004). *الأسرة والمدرسة والمعلم وتحقيق النجاح للأبناء*. القاهرة: مكتبة الثقافة الدينية.
- لطفي عبدالباسط إبراهيم (2009). *مقياس الضغوط الأكاديمية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- لفا محمد هلال العتيبي (2014). تصميم مقياس جودة الحياة الأكاديمية لطلاب الجامعة. *مجلة القراءة والمعرفة كلية التربية جامعة عين شمس*، (148)، 241-280.
- لمياء عبدالله العدساني (2018). جودة الحياة وعلاقتها بالضغط النفسية لدى عينة من الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات بجامعة الملك فيصل: دراسة مقارنة. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (103)، 389-429.
- محمد مصطفى عبدالرازق (2012). الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً. *مجلة الإرشاد النفسي*، (32)، 499-579.
- مصطفى بشير صفوري، عدنان يوسف العتوم، فراس أحمد حموري (2019). نموذج سببي للعلاقة بين كل من التوافق الجامعي وجودة الحياة والتحصيل الدراسي لدى الطلبة العرب في جامعات الداخل في فلسطين. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، (5)27، 577-602.
- مصطفى حفيضة سليمان أبو بكر (2018). نمذجة بنية العلاقات السببية بين إدمان الإنترنت والضغط الأكاديمية والدعم الأكاديمي والتشويه المعرفي والتوافق الأكاديمي لدى الطالبات المعلمات. *مجلة كلية التربية جامعة طنطا*، (4)72، 765-834.
- منتصر كمال الدين محمد موسى (2002). نوعية الحياة وعلاقتها بالتوافق الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة الإمام المهدي. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية الآداب، جامعة أم درمان الإسلامية بالسودان.
- نهلة صلاح علي (2020). دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد COVID-19 والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، (108)30، 385-434.
- نوال سيد محمد (2004). فعالية برنامج لتنمية استراتيجيات مواجهة الضغوط المدرسية المدركة لدى الطالبات في مرحلة التعليم الثانوي. *رسالة دكتوراه غير منشورة*، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- يوسف محمد شلبي (2017). النموذج السببي للعلاقات المتبادلة بين الضغوط الأكاديمية المدركة وكل من استراتيجيات المواجهة ودافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية جامعة طنطا*، (3)67، 1-58.

- Abiola, I. & Garba, H. (2015). Psychological Distress due to Academic Stress among Clinical Students in a Nigerian Tertiary Institution: Comparison between Medical and Physiotherapy Students. *Journal of Basic and Clinical Sciences*, 12(2), 81-85.
- Alkhamees, A.; Alrashed, S.; Alzunaydi, A.; Almohimeed, A. & Aljohani, M. (2020). The psychological Impact of COVID-19 pandemic on the general population of Saudi Arabia. *Comprehensive psychiatry*, 102, 152-192.
- Anderson, J. & Guan, Y. (2018). Implicit Acculturation and the Academic Adjustment of Chinese Student Sojourners in Australia. *Journal of Australian Psychologist Society*, 53 (1). 444-453.
- Amer, A. & Farrag, S. (2020). The Psychological Impact of COVID-19 on a Sample of Young People in Arab Society. *Journal of Pediatrics and Therapeutics*, 10, 15- 28.
- Anderson, J.; Guan, Y. & Koc, Y. (2016). The academic adjustment scale: measuring the adjustment of permanent resident or sojourner students. *International Journal of Intercultural Relations*, 54, 68-76. ISSN 0147-1767
- Attiyah, A. & Mohasn, R. (2018). Quality of Life of Qatar University Students with Disabilities and its Relation to their Academic Adjustment and Performance. *International Journal of Special Education*, 33 (3), 74-95.
- Baker, R. & Siryk, B. (1999). *Student Adaptation to College Questionnaire: (SACQ); Manual*: Western Psychological Services.
- Banks, J. & Smyth, E. (2014). Your whole Life Depends on it': Academic Stress and high-stakes Testing in Ireland. *Journal of Youth Studies*, 18(5), 598-616.
- Campbell, R. & Riggs, S. (2015). The Role of Psychological Symptomatology and Social Support in the Academic Adjustment of Previously Deployed Student Veterans. *Journal of American College Health*, 63(7), 473-482.
- Cao, W.; Fang, Z.; Hou, G.; Han, M.; Xu, X.; Dong, J. & Zheng, J. (2020). The Psychological Impact of the COVID-19 Epidemic on College Students in China. *Journal of Psychiatry Research*, 11, 34-29.
- Chen, B. (2017). Parent-Adolescent Attachment and Academic Adjustment: The Mediating Role of Self-Worth. *Journal of Child Fam Stud*, 26, 2070-2076.
- Craeyevelt, S.; Verschuere, K.; Vancraeyveldt, C.; Wouters, S. & Colpin, H. (2017). The Role of Preschool Teacher-Child



- 
- Interactions in Academic Adjustment: An intervention Study with Playing-2-Gether. *British Journal of Educational Psychology*, 87, 345-364.
- Cruz, R.; Peterson, A.; Fagan, C.; Black, W. & Cooper, L. (2019). Evaluation of the Brief Adjustment Scale-6 (BASE-6): A Measure of General Psychological Adjustment for Measurement-Based Care. *Psychological Services*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/ser0000366>
- Cushing, C. (2011). Validation of a Measure of Weight-Related Quality of Life in a Community Sample of Normal Weight, Overweight, and Obese 4th and 5th Grade Students. *Ph.D.* University of Kansas.
- Degoy, E. & Berra, S. (2018). Differences in Health-Related Quality of Life by Academic Performance in Children of the City of Cordoba-Argentina. *Journal of Quality of Life Research*, 27, 1463-1471.
- Dong, L. & Bouey, J. (2020). Public Mental Health Crisis during COVID-19 Pandemic, China. *Journal of Emerge Infect Dis*, (7), 23-26.
- Dubey, S.; Biswas, P.; Ghosh, R.; Chatterjee, S.; Dubey, M. J.; Chatterjee, S. & Lavie, C. J. (2020). Psychosocial Impact of COVID-19 Diabetes & Metabolic Syndrome. *Clinical Research & Reviews*, 12 (1), 18-30.
- Ferguson, G. & Dimitrova, R. (2019). Behavioral and Academic Adjustment of Remotely Acculturating Adolescents in urban Jamaica. *Journal of Globalization as a Context for Youth Development*, 164, 27-47.
- Fontinha, R.; Laar, D. & Easton, S. (2018). Quality of Working Life of Academics and Researchers in the UK: The Roles of Contract Type, Tenure and University Ranking. *Journal of Studies in Higher Education*, 43(4), 786-806.
- Gupta, K. (2020). Psycho-social Impact Psychological Concerns and Interventions "Academic Stress among College students during COVID-19 Pandemic Lockdown". *Journal of Psychosocial Research*, 15(2), 555-561.
- Han, Q. & Curtis, D. (2020). Social Responses to Epidemics Depicted by Cinema and Emerging Infectious Diseases. *Journal of Psychology*, 26(2), 389-399.
- Jabeen, K. (2016). Effect of Perceived Academic Stress on Students' Performance. *Journal of Social Sciences Winter*, 7(2), 146-151.

- Jamehbozorgi, M.; Rahiminezhad, A. & Hejazi, E. (2020). Relationship of Identity Dimensions, Academic Identity Statuses to Academic adjustment in first Year Students. *Indian Journal of Positive Psychology*, 11(1), 8-11.
- Janicek, L. (2003). *Quality Assurance and Assessment Concepts in Continuing Education and Training in the Czech Republic; A case study*. Czech: the Brno university of Tech.
- Kimm H. (2019). The Influence of Academic Emotional Burnout on Academic Adjustment among College Students: The mediating Effect of a Grateful Disposition. *Journal of Asia Pacific Counseling The Korean Counseling Association*, 9 (2), 57-72.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (2004). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lin, C. (2020). Social Reactions Toward the 2019 Novel Coronavirus (COVID-19). *Social Health and Behavior*, 3, 1-2.
- Liran, B. & Miller, P. (2019). The Role of Psychological Capital in Academic Adjustment Among University Students. *Journal of Happiness Stud*, (20), 51-65.
- Moawad, R. (2020). Online Learning during the COVID-19 Pandemic and Academic Stress in University Students. *Journal of Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 12(1), 100-107.
- Moghodam, H. & Salimi, M. (2019). The Role of Lifestyle Raises Health in the Quality of School Life and also Academic Adaptation of Secondary Students. *Journal of Education Strategy Med Sic*, 12(1), 135-143.
- Murray, H. (1963). Studies of Stressful Interpersonal Disputations. *Journal of American Psychologist*, 18 (1) 28-36.
- Prachand, V.; Milner, R.; Angelos, P.; Posner, M.; Fung, J.; Agrawal, N. & Matthews, J. (2020). Medically-Necessary, Time-Sensitive Procedures: A Scoring System to Ethically and Efficiently Manage Resource Scarcity and Provider Risk During the COVID-19 Pandemic. *Journal of the American College of Surgeons*. 12(1), 214-231.
- Quana, R.; Heb, X. & Sloan, D. (2016). Examining Chinese postgraduate students' Academic Adjustment in the UK higher education sector: a process-based Stage Model. *Journal of Teaching in Higher Education*, 21(3), 326-343.
- Rodríguez-Rey, R.; Garrido-Hernansaiz, H. & Collado, S. (2020). Psychological Impact and Associated Factors During the Initial Stage of the Coronavirus (COVID-19) Pandemic Among the

- General Population in Spain. *Front. Psychol.* 23. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01540>.
- Sarwar, S. & Aleem, A. (2019). Health Related Quality of Life (HRQOL) and it's Correlation with Academic Performance of Medical Students. *Journal of Original Article*, 35(1), 1-5.
- Sayal, D.; Dodwad, V.; Vaish, S. & Sood, R. (2014). Effects of Academic Stress on Gingival and Periodontal Health- A Questionnaire Study. *Journal of Dental Specialties*, 2(2), 32-39.
- Selye, H. (1976). *Birth of Stress- what is Stress?*. New York: Academic Press.
- Solano, A. & Cosentino, A. (2019). The High Five Model: Associations of the High Factors With Complete Mental Well-Being and Academic Adjustment in University Students. *Europe's Journal of Psychology*, 15(4), 656-670.
- Soon, M. & Yunjin O. (2017). The Mediator Role of Perceived Stress in the Relationship between Academic Stress and Depressive Symptoms among E-learning Students with Visual Impairments. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 20(5), 123-135.
- Spielberger, C. (1972). *Anxiety: Current Trends in Theory and Research*. New York: Academic Press.
- Sun, L.; Sun, Z.; Zhu, Z.; Zhang, F.; Shang, Z. & Liu, N. (2020). Prevalence and Risk Factors of Acute Posttraumatic Stress Symptoms during the COVID-19 Outbreak in Wuhan. *China: Med Rxiv*.
- Wang, C.; Pan, R.; Wan, X.; Tan, Y.; Xu, L.; McIntyre, R. C. & Ho, C. (2020). A longitudinal Study on the Mental Health of General Population During the COVID-19 Epidemic in China. *Brain: Behav. Immun.* <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>.
- Wilks, S. & Spivey, C. (2010). Resilience in Undergraduate Social Work Students: Social Support and Adjustment to Academic Stress. *Journal of Social Work Education*, 29(3), 276-288.
- Yang, L. & Zuhong, L. (2012). Chinese High School Students' Academic Stress and Depressive Symptoms: Gender and School Climate as Moderators. *Journal of Stress and Health*, 28(1), 340-346.

## الملخص

هدفت الدراسة إلى تحديد مستوى جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني، والتعرف على العلاقة بين الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية وجودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي، وكذلك التحقق من النموذج البنائي بين الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية وجودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي لدى عينة قوامها (511) طالباً وطالبة من طلاب جامعة قناة السويس في كليتي التربية والآداب والعلوم الإنسانية، واستخدمت الدراسة المنهج الارتباطي، وتم استخدام مقاييس مختصرة للتوافق الأكاديمي، وجودة الحياة الأكاديمية، والضغط الأكاديمية، والخوف من جائحة كورونا من إعداد الباحثان، وُحلت البيانات باستخدام الإحصائيات الوصفية ومعامل ارتباط بيرسون ونمذجة المعادلة البنائية، وكشفت النتائج عن توافر مظاهر جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي بدرجة منخفضة، ووجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً عند (0.01) بين جودة الحياة الأكاديمية والتوافق الأكاديمي، وبين الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية، ووجود علاقة سلبية دالة عند (0.01) بين التوافق الأكاديمي وكل من الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية، وبين جودة الحياة الأكاديمية وكل من الخوف من جائحة كورونا والضغط الأكاديمية، كما كشفت وجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند (0.01) من الضغط الأكاديمية في جودة الحياة الأكاديمية، وتأثير مباشر موجب من جودة الحياة الأكاديمية في التوافق الأكاديمي، وتأثير غير مباشر سالب من الضغط الأكاديمية في التوافق الأكاديمي، ووجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً عند (0.05) من الضغط الأكاديمية في التوافق الأكاديمي، وتأثير مباشر موجب من الخوف من جائحة كورونا في جودة الحياة الأكاديمية، وتأثير غير مباشر موجب من الخوف من جائحة كورونا في التوافق الأكاديمي.

الكلمات الدلالية: الخوف من جائحة كورونا، الضغط الأكاديمية، جودة الحياة الأكاديمية، التوافق الأكاديمي، طلاب الجامعة.

---

## **Modeling the Relationships between Fear of the Corona Pandemic (COVID-19), Academic Stress, Quality of Academic Life and Academic Adjustment among University Students**

### **Abstract**

The study aimed to determine the level of Quality of Academic Life and Academic Adjustment in the E-learning Environment, and to identify the relationship between Fear of the Corona pandemic, Academic Pressures, Quality of Academic Life and Academic Adjustment, As well as verifying the structural model between all the previous variables among a sample of (511) students from Suez Canal University in the Faculties of Education and Arts, the correlational approach was used, and brief scales for the four variables were used, The data were analyzed using descriptive statistics, Pearson factors and structural equation modeling. The results revealed a low degree of Quality of Academic Life and Academic Adjustment, a significant positive relationship at (0.01) between Quality of Academic Life and academic Adjustment, Fear of the Corona Pandemic and Academic Pressures, and a significant negative relationship at (0.01) between Academic Adjustment and Fear of the Corona Pandemic and Academic Pressures, and between the Quality of Academic Life and both Fear of the Corona Pandemic and Academic Pressures. It also revealed a negative direct and indirect effect at (0.01) of Academic Pressures in Quality of Academic Life and Academic Adjustment, a positive direct effect of Quality of Academic Life in Academic Adjustment, and negative direct effect at (0.05) of Academic Pressures on Academic Adjustment, positive direct and indirect effect of the Fear of the Corona Pandemic on Quality of Academic Life and Academic Adjustment.

**Key words:** Fear of the Corona Pandemic, Academic Stress, Quality of Academic Life, Academic Adjustment and University Students.