

ضغوط فيروس كورونا وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة

د. زهير عبد الحميد النواجحة^(١)

(١) عضو هيئة تدريسية غير متفرغ بجامعة القدس المفتوحة, Email: nawajha307@hotmail.com

(قدم للنشر بتاريخ ٢٠٢١/٠٦/١٩م - قبل للنشر بتاريخ ٢٠٢١/١٢/٠١م)

المستخلص:

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي، والتحقق من العلاقة الارتباطية بينهما، والكشف عن الفروق في ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي، وفقاً لمتغير الجنس، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٨) طالب وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة، وتحقيقاً لأهداف الدراسة استخدم الباحث أداتين للدراسة: مقياس ضغوط فيروس كورونا من إعداد (Nguyen & Le ٢٠٢١)، ومقياس الصمود الأكاديمي من إعداد (Cassidy ٢٠١٦)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط لضغوط فيروس كورونا، ووجود مستوى مرتفع لُبعد المثابرة، والتأمل والتكيف لطلب المساعدة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين ضغوط فيروس كورونا، ويُعد كل من المثابرة، والتأمل والتكيف لطلب المساعدة، في حين بيّنت النتائج وجود علاقة إيجابية بين ضغوط فيروس كورونا ويُعد التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في ضغوط فيروس كورونا، ويُعد المثابرة، والتأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية وفقاً لمتغير الجنس، بينما كانت الفروق دالة في بُعد التأمل والتكيف لطلب المساعدة لصالح الذكور.

الكلمات المفتاحية: ضغوط، فيروس كورونا، الصمود الأكاديمي، طلبة الجامعة.

للاستشهاد من البحث

النواجحة، زهير عبد الحميد (٢٠٢١). ضغوط فيروس كورونا وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية،

المجلد (١٣)، العدد (٤)

Corona Virus Stress and its Relationship to Academic Resilience among University Students

Dr. Zuhair Abdel Hamid EL Nawajha1
Part-time faculty member at Al-Quds Open University

Abstract:

The study aimed to identify the level of Corona Virus stress and academic resilience, verify the correlational relationship between them, and reveal the differences in the Corona Virus stress and academic resilience, according to the variable of sex, and the study sample consisted of (١٩٨) students from Open Al-Quds University. In order to achieve the objectives of the study, the researcher used two tools for the study: Corona Virus Stress Scale prepared by Nguyen & Le (2021), and the Academic Resilience Scale prepared by Cassidy (2016). The study results showed an average level of Corona Virus stress, and high level of perseverance, Meditation and adaptation to seek help dimension, And the presence of an average level of the dimension of negative influences and emotional response, The results indicated a negative relationship between the stresses of the Corona Virus, and the dimension of perseverance, meditation and adaptation to seeking help, while the results showed a positive relationship between the stresses of the Corona Virus and the dimension of negative influences and emotional response, The results found that there were no differences in Corona Virus stress, persistence, negative influences and emotional response dimensions according to the gender variable, while the differences were significant in the meditation and adaptation dimension for seeking help in favor of males.

Key Words: Stress, Corona Virus, Academic Resilience, University Students

How to cite this paper:

EL Nawajha, Z (2021). Corona Virus Stress and its Relationship to Academic Resilience among University Students, Journal of Umm Al-Qura University for Educational and Psychological Sciences, Vol (13), No (4)

مقدمة الدراسة:

استحوذت التداعيات الناتجة عن جائحة فيروس كورونا على تفكير ووجدان غالبية الناس، ودخل العالم في موجة من الرعب، والرهبة، والخوف، ففكرة الإصابة بالفيروس، وقلق الموت، وانعدام الشعور بالأمن، وتفشي معدلات البطالة، والتدابير الاحتياطية الصارمة للسيطرة على انتشار الوباء، كالتباعد الاجتماعي، وارتداء الكمامات... الخ، ولدت أنواعًا مختلفة من الاضطرابات النفسية، والتي تتراكم معًا على شكل مُهدّدات تؤثر بشكل كبير على مجمل جوانب الشخصية، فالوباء ليس مجرد حالة مرضية عابرة تصيب الجسد، بل يمتد تأثيره إلى النواحي الانفعالية والنفسية.

ويُعتبر الضغط النفسي من أكثر الاضطرابات النفسية انتشارًا في ظل تفشي جائحة كورونا، والذي قد يتطور لدى الأفراد الذين لديهم خبرات مؤلمة، ويمكن أن يؤثر سلبيًا على الرفاهية الوظيفية، والاجتماعية للمرضى، وتتركز السمات الأساسية لهذا الاضطراب في الآتي: إعادة تجربة الحدث الصادم، وتجنب المواقف، وحدث تغييرات سلبية في العواطف والمعتقدات، والإثارة المفرطة، وقد تظهر الأعراض على الفور بعد شهر واحد أو ربما تظهر بعد بضعة أشهر أو حتى سنوات بعد التعرض للإصابة. Asim, van (Teijlingen& Sathian,2020)

وترتبط الضغوط بمجموعة من المواقف والمشاعر التي يتبناها الشخص، وهي حالة انفعالية معقدة تتميز بالإثارة أو الاضطراب، الذي يهيئ الفرد إلى استجابة منظمة معينة، وفي هذا الصدد يوضح (Bisquerra 2011)، أن الحالات الانفعالية للضغوط، والكرب، والقلق تتكون من جوانب ثلاثة هي: جانب فسيولوجي - عصبي، يرتبط بمجموعة من الاستجابات الجسدية، وجانب سلوكي، يرتبط بمجموعة من السلوكيات والتي تكون نتاج المشاعر، والجانب المعرفي المرتبط بالخبرات والتي تكون نتاج التعلم.

وتُعَدُّ الضغوط الحياتية من أشدّ الخبرات تأثيرًا على حالة الاستقرار والتوازن والأداء الطبيعي للفرد، ويعرفها (Selye 1976) "بالحالة التي تتجلى في متلازمة تتكون من جميع التغييرات التي تحدث بشكل خاص في النظام البيولوجي، وهي استجابة نمطية، يُطلق عليها "متلازمة التكيف العامة"، وتبدي في ثلاث مراحل هي: رد فعل الإنذار على مرحلة الصدمة الأولية: وتُظهر مرحلة الصدمة استشارة ذاتية، وزيادة إفراز الأدرينالين، وتقرحات معدية معوية. واستمرار التحفيز الضار: وهنا يدخل الفرد مرحلة المقاومة. ففي هذه المرحلة تحتفي أعراض ردة الفعل التنبيهية، وهذا يشير إلى تكيف الفرد مع الضغوط. ومع ذلك فإن المقاومة تزيد التحفيز، وتقلل مقاومة أنواع الضغوطات الأخرى في نفس الوقت. واستمرار التحفيز المكروه: وهنا تفسح المقاومة المجال لمرحلة الإرهاق، واستنفاد قدرة الفرد على التكيف مع الضغوطات. (Krohne, 2002)

ويُصنّف بدوي (٢٠٠٧). الضغوط إلى أنواع متعددة من بينها: ضغوط الحياة الأسرية، وتتضمن ضغوط الحياة الاجتماعية، والعلاقات الأسرية، وأعباء المهام العائلية والاقتصادية، وأساليب المعاملة الوالدية مثل القسوة، والإهمال، والضغوط الانفعالية والجسدية: وتنشأ نتيجة الإحباط، والقلق، وتدني الثقة بالنفس، والمفاهيم السالبة عن الذات عامة، والذات الجسدية، خاصة، والإصابة بالأمراض الجسدية، وضغوط الدراسة: وتتضمن صعوبات التعلم، وعدم تنظيم أوقات المذاكرة، والخوف من الفشل في الدراسة.

ويُنظر للضغوط على أنها مُثيرات مرعجة، و ناتجة عن مواقف حياتية غاية في التعقيد، ويمكن أن تمس فئات اجتماعية مختلفة، بما فيها طلبة الجامعات، فبحسب (Karl Albrecht) تنقسم الضغوط التي تعترض الطلبة إلى أربعة أنواع هي: ضغوط الوقت: وتحدث عندما يشعر الطالب بالقلق بشأن الوقت، وبشكل أكثر تحديدًا عندما لا يكون لديه الوقت الكاف لإنجاز جميع المهام اللازمة، وغالبًا ما يواجه الطالب هذا عندما يخشى من عدم القدرة على الوفاء بالمواعيد النهائية، كحضور المحاضرات، وتقديم الامتحانات بشكل

وجاهي، وتسجيل الدخول إلى جهاز الكمبيوتر للاستماع للمحاضرات. والضغط التوقعية: وقد يشعر الطالب بهذا النوع من الضغوط بطريقة غامضة وملموسة أثناء الدراسة، كالشعور بالقلق حيال اختبار أو مهمة أو عرض تقديمي، والشعور بالرهبة أو الخوف من عدم اليقين بشأن المستقبل بشكل عام، والشعور بالتوتر بشكل متكرر كلما اقترب الطالب من التخرج. والضغط الظرفية، وتحدث عندما يكون في موقف مزعج أو مثير للقلق لا يمكن التحكم فيه كالوضع الحالي لفيروس كورونا على عكس الضغوط المرتبطة بالوقت والضغط التوقعية، وبالنسبة للطلاب، يمكن أن ينشأ هذا النوع من الضغوط في عدد من الظروف المختلفة، فقد يأتي نتيجة نسيان كلمات أثناء عرض تقديمي، أو الرد على مكالمة هاتفية حول حالة طوارئ عائلية. ومواجهة الضغوط: وينتج التوتر عندما يشعر الفرد بالقلق بشأن رؤية أشخاص معينين، إما بمفردهم أو في مجموعة، لا يمكن الاستمتاع بقضاء الوقت معهم، أو مواجهة صعوبات في التواصل معهم، وقد يشعر الطلاب بالضغط عندما يواجهون مواقف كتخويف الأساتذة الطلبة. (Hena, Salman & Ramsha, 2020)

وقد حدّد Burnett & Fanshawe (1997) تسعة ضغوط شائعة، وذات ارتباط وثيق بالبيئة التعليمية منها: الأساليب التعليمية، والعلاقات بين المعلمين والطلاب، وعبء العمل الأكاديمي، والبيئة الجامعية، والمشاعر الضعيفة، ونمط الشخصية، والتنظيم وتحقيق الاستقلال، والقلق بشأن المستقبل، والعلاقات مع الوالدين. (Adebusuyi, 2018).

ونتيجةً لتفشي جائحة فيروس كورونا، تأثرت المسيرة التعليمية، فقد كان لنظام التعليم عن بعد آثارًا سلبية عديدة، تمثلت في تعاضل الحواجز التي تحول دون التعلم النشط، والتفاعل غير الكافي بين الطلبة والمعلمين، علاوة على ذلك فقد ظهرت أشكالاً متعددة من الاضطرابات النفسية، والسلوكية، فبحسب دراسة أجراها (González et.al. 2020)، فإن ما لا يقل عن ثلث طلبة الجامعات المكسيكية، تأثروا سلبًا بجائحة فيروس كورونا، فقد ظهرت عليهم أعراض: فقدان السيطرة، والعصبية، والخمول، والنعاس، وسوء المزاج، والتوتر، والضغط.

وتعدّ الضغوط الأكاديمية هي نتاج مزيج من المطالب الأكاديمية الملحة، والقدرة التكيفية المتاحة للطلاب. وإذا كان الطالب غير قادر على التعامل بشكل فعال مع تلك الضغوط، فقد ينتج عن ذلك عواقب صحية، ونفسية، واجتماعية وعاطفية خطيرة. (Wilks, 2008)

ويُعد الصمود الأكاديمي من أهم متغيرات علم النفس الإيجابي، وهو من القوى والكفايات الشخصية، ذات التأثير في بلوغ الأهداف المرجوة، وتحقيق التميز، والنجاح، خاصة في أوقات الأزمات، ويُعرّف " بقدرة الطلبة على التعامل بفعالية مع النكسات والتحديات والضغط في بيئة المدرسة". (Fallon, 2010) ،

ويُعرفه (Janabi, Behrangi & Taheri 2017) " بالقدرة على النجاح في الجامعة رغم وجود صعوبات جمّة، وجوانب النقص " ، و يتبدى الصمود الأكاديمي في الخصائص الآتية: الثقة، والرفاهية، والدافعية، والتوجه نحو الخبرة، والتواصل القوي، و إدارة الضغوط.

ووفقاً (Benard 1995)، فإن الأفراد المرنين يتسمون بأربع سمات مشتركة هي: الكفاءة الاجتماعية: وتعني القدرة على الحصول على ردود إيجابية من الآخرين، وإقامة علاقات إيجابية مع الأقران. ومهارات حل المشكلات: وتعني التخطيط الذي يسهل رؤية المرء لنفسه، وسعة الخيلة في طلب المساعدة من الآخرين، والاستقلالية: وتعني الإحساس بالهوية والقدرة على التصرف بشكل

مستقل. والشعور بالهدف والتوجه نحو المستقبل: ويعني التوجه نحو الهدف مع تطلعات تعليمية، والمثابرة والأمل والشعور بمستقبل مشرق. (Shilpa, & Srimathi, 2015)

وتوصلت نتيجة دراسة أجراها (Martin & Marsh (2006) إلى أن هناك خمسة متغيرات تنبأ بالصمود الأكاديمي هي: الكفاءة الذاتية، التحكم، التخطيط، وانخفاض القلق، والمثابرة. وبناءً على تلك النتائج، عرض Martin & Marsh نموذج النظرية والذي يتألف من الأبعاد الآتية: الثقة (الكفاءة الذاتية)، التنسيق (التخطيط) والتحكم ورباطة الجأش (انخفاض القلق) والالتزام (الإصرار). بالإضافة إلى ذلك، أظهرت نتائج الدراسة أن الصمود الأكاديمي يتنبأ بثلاث نتائج تعليمية ونفسية هي: الاستمتاع بالمدرسة والاندماج بالصف، واحترام الذات بشكل عام.

وفي إطار متابعة وفحص الجهود البحثية السيكولوجية، ذات الصلة بمتغيرات الدراسة، أمكن عرضها وفق محورين: حيث تناول المحور الأول. دراسات سابقة تناولت ضغوط فيروس كورونا: فقد اهتمت دراسة (Altman Levkovich, 2020) بالتعرف إلى تأثير جائحة كورونا، على الضغوط، والتفاعل الاجتماعي، وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (1407) من البالغين، وأشارت النتائج الكمية إلى أن حوالي (48%) من أفراد العينة لديهم ردود فعل عاطفية سلبية و (20%) عرضة للإصابة بالفيروس، علاوة على ذلك، بينت النتائج ارتفاع مستوى درجة التهديد المدرك، والشعور بالتوتر، والضغوط، والشعور بالصدمة والفوضى، والتكيف التدريجي مع الواقع الجديد، ومخاوف على الذات والأسرة. وبحثت دراسة (Girma & Ayalew, 2020) علاقة الضغوط المرتبطة بفيروس كوفيد-19 باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من البالغين المصابين بأمراض مزمنة في مناطق جنوب غرب أثيوبيا، تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة بلغ قوامها (613) بالغاً ممن يعانون من أمراض مزمنة، وأظهرت نتائج الدراسة أن حوالي (68,4%) يعانون من ضغوط شديدة، كما بينت النتائج ارتباط درجات الضغوط بشكل إيجابي مع استراتيجيات المواجهة النشطة مثل الإلهاء، والتأقلم، والإنكار، والدعم العاطفي، وفك الارتباط السلوكي، والتنفيس، وإعادة الصياغة الإيجابية، ولوم الذات، والتخطيط، والفكاهة والدين. وأجرى كل من (Rodríguez-Hidalgo, Pantaleón, Dios & Falla, 2020) دراسة هدفت إلى تحليل مستويات الخوف من كوفيد-19، والضغوط، والقلق، والاكتئاب، أثناء إغلاق الجامعات في الإكوادور، وأجريت الدراسة على (640) طالباً جامعياً، وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الخوف، والضغوط، والقلق، والاكتئاب، وبينت النتائج ارتفاع تلك المستويات لدى الإناث أكثر من الذكور، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين الخوف من فيروس كوفيد-19، والضغوط، والقلق، والاكتئاب. وحاولت دراسة (Ullman, Doza, Khan, Haque & Mamun, 2020) التعرف إلى العوامل المرتبطة بضغط فيروس كوفيد-19، وتم إجراء الدراسة على عينة مقدارها (340) من البالغين في بنغلادش، أظهرت النتائج أن حوالي (85,60%) من المشاركين يعانون من ضغوط مرتبطة بكوفيد-19، مما يؤدي إلى قلة النوم وسوء المزاج، وازدياد حالات الفوضى في الأسرة. والخوف من الإصابة بالعدوى سواء الخوف على النفس، أو أحد أفراد الأسرة، أو الأقارب، كما بينت النتائج أن المتغيرات الديموغرافية، مثل المهنة والعمر والجنس والحالة الاجتماعية لها تأثيرات كبيرة على الضغط النفسي المتزايد. وتناولت دراسة (Alreshidi, Alshaidi & Ahmed Zakout, 2020) تقييم تأثير التغطية الإعلامية المكثفة لأخبار الوباء على مستوى الضغوط، والقلق، والاكتئاب، وبلغ عدد المشاركين في الدراسة (215) من المواطنين السعوديين، والمقيمين غير السعوديين، وبينت النتائج ارتفاع معدلات انتشار الضغوط، والقلق، والاكتئاب لدى المشاركين غير السعوديين مقارنة بالمشاركين السعوديين، وأشارت النتائج إلى أن التغطية الواسعة في وسائل الإعلام لأخبار فيروس كورونا المستجد، تسببت في معاناة نفسية كبيرة، وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الضغوط،

والقلق، والاكنتاب لدى الإناث أعلى من الذكور. وأجرى صغير (٢٠٢٠). دراسة بحثت العلاقة بين ضغوط كورونا واليقظة العقلية، وتكونت العينة من (٦٤٣) طالب وطالبة من الجنسية المصرية والسعودية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين بُعد الملاحظة كأحد أبعاد اليقظة العقلية والضغوط الناتجة عن تفشي فيروس كورونا، ووجود علاقة سالبة بين بُعد الوصف، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرات الداخلية كأبعاد لليقظة العقلية والضغوط الناتجة عن تفشي فيروس كورونا، كما بينت النتائج انخفاض الضغوط الناتجة عن تفشي فيروس كورونا لدى الطلبة المصريين مقارنة بالطلبة السعوديين. وأهتم الطيب (٢٠٢٠). بالكشف عن الضغوط النفسية الناتجة عن فيروس كورونا وفاعلية الذات، وطبقت أدوات الدراسة على عينة بلغ قوامها (١٣٦) طالبة من طالبات جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز، وبينت النتائج ارتفاع مستوى الضغوط النفسية، وفاعلية الذات، كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الضغوط النفسية الناتجة عن فيروس كورونا وفاعلية الذات. وسعت دراسة (٢٠٢١) Nguyen & Le التعرف إلى تأثير ضغوط كوفيد-١٩ على الرفاه النفسي، ودور الشفقة بالذات، والامتنان كمتغيرات وسيطة، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٩) من الأشخاص البالغين في فيتنام، وأظهرت النتائج أن متغيرات الشفقة بالذات، والامتنان لها تأثير مباشر على الرفاه النفسي، وأيضًا بينت نتائج الدراسة أن زيادة الشفقة بالذات والامتنان يمكن أن يساعد في تحسين الرفاهية النفسية وتقليل تأثير ضغط كوفيد-١٩ والمخاوف على الصحة النفسية للأفراد. ومن جانب آخر تناول المحور الثاني: دراسات سابقة تناولت الصمود الأكاديمي: حيث هدفت دراسة (٢٠١٧) Abad Kader & إلى تحديد العلاقة بين الصمود الأكاديمي و عوامل الحماية والوقاية الاجتماعية، لدى طلاب المدارس الثانوية، تم جمع البيانات من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين الصمود الأكاديمي وعوامل الحماية والوقاية الاجتماعية. كما هدفت دراسة (٢٠١٧) Mwangi, & Mwaniki Ileri، التعرف إلى درجة مساهمة عوامل الحماية الخارجية والداخلية في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى طلاب المدارس الثانوية في مقاطعة كيامبو في كينيا، وتكونت عينة الدراسة من (٣٩٠) طالب، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة إيجابية قوية كبيرة بين عوامل الحماية الخارجية والداخلية والصمود الأكاديمي، بالإضافة إلى ذلك كان لعوامل الحماية الداخلية قيمة تنبؤية إيجابية ومهمة بالصمود الأكاديمي. وفي نفس الشأن بحثت دراسة مصطفى (٢٠١٨). العلاقة الارتباطية بين الصمود الأكاديمي، وكل من الامتنان والتحيز المعرفي، وبلغ قوام عينة الدراسة (١١٥) طالبًا من طلبة المرحلة الثانوية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود الأكاديمي والامتنان، ووجود علاقة سالبة بين الصمود الأكاديمي والتحيز المعرفي، كما بينت النتائج أن الامتنان أقوى منبئ بالصمود الأكاديمي. كما بحثت دراسة بلبل (٢٠١٩) العلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية وكل من الصمود الأكاديمي، وضغوط الحياة المدركة، والكشف عن الفروق في اليقظة العقلية، والصمود الأكاديمي، وضغوط الحياة المدركة تبعًا لمتغيرات: الجنس، والفرقة الدراسية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة العقلية وأبعاد الصمود الأكاديمي المتمثلة في المثابرة، والتأمل والدرجة الكلية، في حين أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اليقظة العقلية وبعد التأثيرات السلبية أحد أبعاد الصمود الأكاديمي، ووجود علاقة سالبة بين اليقظة العقلية وضغوط الحياة المدركة، كما بينت النتائج وجود فروق في الجنس في الصمود الأكاديمي، وضغوط الحياة المدركة لصالح الإناث. واستهدفت دراسة (٢٠١٩) Tamannaifar, & Shahmirzaei التنبؤ بالصمود الأكاديمي استنادًا على أساليب المواجهة، وسمات الشخصية، وتألفت عينة الدراسة من (٣٦٨) طالب بواقع (٢٥٣) طالبة، و (١١٥) طالبًا من طلاب جامعة كاشان المتخرجين، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية كبيرة بين الصمود الأكاديمي وأسلوب المواجهة الذي يركز على المشكلة، ووجود علاقة سلبية بين الصمود الأكاديمي وأسلوب المواجهة الذي يركز على العاطفة، والأسلوب المواجهة التجنيبي،

وكانت الارتباطات إيجابية بين الصمود الأكاديمي والانبساطية، والانفتاح، والتوافق، والضمير، بينما كان هناك ارتباط سلبي كبير مع العصائية، وعلاوة على ذلك، أشارت نتائج تحليل الانحدار إلى أن الأسلوب الذي يركز على العاطفة والتعامل مع المشكلة تتنبأ بنسبة (٢١٪)، من تباين الصمود الأكاديمي، في حين تتنبأ أبعاد سمات الشخصية الضمير والانبساط — (٣٢٪)، من تباين الصمود الأكاديمي. وفحصت دراسة (Seçer&Ulas, ٢٠٢٠). الدور الوسيط للصمود الأكاديمي في العلاقة بين الحساسية للقلق والأداء الاجتماعي والتكيفي، ورفض المدرسة والتعلق بالمدرسة، لدى عينة تركية من (٤٥٢) طالبًا في المدرسة الثانوية. أظهرت نتائج الدراسة أن الصمود الأكاديمي توسط بشكل كامل العلاقة بين حساسية القلق والتعلق المدرسي، في حين توسط جزئيًا في العلاقة بين الأداء الاجتماعي والتكيفي ورفض المدرسة والتعلق المدرسي. وحاولت دراسة (Tope-Banjoko, Davis, Morrison, Fife, Hill. & Talley ٢٠٢٠) استكشاف درجة تنبؤ اليقظة العقلية، والتنظيم المعرفي العاطفي، وسلوكيات التحكم الذاتي، بالصمود الأكاديمي لدى عينة بلغ قوامها (٤٠٠) طالبًا من الطلبة الأمريكيين من أصل أفريقي، ومن تخصصات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، وأظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بالصمود الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية، والتنظيم المعرفي والعاطفي، وسلوكيات التحكم الذاتي. وبمحت دراسة الصائم وعطا (٢٠٢٠). العلاقات السببية بين الصمود الأكاديمي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمساندة الاجتماعية، لدى عينة بلغ قوامها (٤١٢) طالبًا من طلبة الجامعة، وبينت النتائج وجود تأثير غير مباشر لبعده الانبساطية، والمقبولية، والعصائية في الصمود الأكاديمي عبر المتغير الوسيط المساندة الاجتماعية. وتحققت دراسة محمود ورضوان (٢٠٢١). من العلاقة الارتباطية بين أنماط التفكير والصمود الأكاديمي، وتكونت عينة الدراسة من (٤٧٠) طالبًا من طلبة الدراسات العليا، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة بين نمط (الباحث)، والصمود الأكاديمي، ووجود علاقة سالبة بين نمط (المخلص)، والصمود الأكاديمي، ووجود علاقة موجبة بين نمط (المتحمس)، والصمود الأكاديمي.

يتضح مما تم عرضه من دراسات سابقة تناولت متغيرات الدراسة (ضغوط فيروس كورونا، والصمود الأكاديمي) وجود فجوة بحثية، حيث لم يجر الجمع بتلك المتغيرات في سياق دراسة سبقت هذا الجهد، وهذا في نطاق حدود علم الباحث، الأمر الذي يستدعي عرض مبررات ومسوغات مشكلة الدراسة الحالية.

مشكلة الدراسة:

من الطبيعي أن يتعرض الإنسان في حياته اليومية إلى جملة من المحن، والأزمات، والشدائد، والتي قد تفوق قدرته في بعض الأحيان على تحملها والتكيف معها، وتجعله عالمًا، في دائرة الانفعالات السلبية من قبيل: الضغوط، والتوتر، والقلق، وقد يزداد الأمر سوءاً وتعقيداً، وخاصة إذا ما تعرض لضغوط إضافية، جلبها تفشي وباء اجتاحت العالم، وفتك بالملايين من البشر، وأثر على كافة مناحي الحياة، وتداعيات كبيرة طالت معظم الشرائح والفئات الاجتماعية بما فيها الطلبة، في مختلف المراحل التعليمية، وللحد من التفشي الواسع لجائحة كورونا، اتخذت الجهات المختصة، مجموعة من القيود، والإجراءات والتدابير الاحترازية، منها: التعليق الجزئي لبعض المؤسسات التعليمية، والدوام الجزئي، وفي بعض الأحيان إغلاق الكامل للمؤسسات التعليمية، والتحول المفاجئ من التعليم الوجاهي، إلى التعليم الإلكتروني، وقد أدى ذلك إلى حدوث أزمات غير معهودة من قبل، فيما يتعلق باستمرار الخدمات التعليمية وإجراء الاختبارات، والتقييمات المطلوبة، ونتيجة لذلك وجد الآباء أنفسهم مضطرين لتحمل مسؤولية الاستمرار في تعليم أبنائهم، وهذا يُشكل عبئًا إضافيًا على الآباء، وخاصة أن البعض غير مؤهلين التأهيل الكافي، للمساعدة في تعليم أبنائهم، علاوة على ذلك نجد أن

بعض الآباء والطلبة أنفسهم غير مستعدين للتعامل مع المنصات التعليمية المتاحة عبر الأنترنت، والتكيف مع البيئات التعليمية الإلكترونية، فضلاً عن ذلك، عدم قدرة بعض الطلبة الذين ينتمون للأسر ذات الدخل الاقتصادي المنخفض، من اقتناء جهاز حاسوب، وعدم توفر خدمات الأنترنت، وفي ضوء تلك المعضلات، و ما أحدثه هذا الفيروس من مشكلات، وضغوط، فقد يواجه الطلبة مجموعة متنوعة من الاضطرابات، والمشكلات التي تهدد صمودهم الأكاديمي، و يكون لها تأثير سلبي على الأداء والإنجاز الأكاديمي، ونذير للتكاسل والتسويف، والتخلف الدراسي، وضعف القدرة على مواجهة الصعاب والعقبات، وتأسيساً على ما سبق ذكره من مسوغات ومبررات، تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات الفرعية الآتية.

- ١- ما مستوى ضغوط فيروس كورونا لدى أفراد عينة الدراسة؟
- ٢- ما مستوى الصمود الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة؟
- ٣- هل توجد علاقة ارتباطية بين ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة؟
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس ضغوط فيروس كورونا وفقاً لمتغير الجنس؟
- ٥- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصمود الأكاديمي وفقاً لمتغير الجنس؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية التعرف إلى ما يلي:

- ١- التعرف إلى مستوى ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي لدى أفراد العينة.
- ٢- التعرف إلى مستوى الصمود الأكاديمي لدى أفراد العينة.
- ٣- التحقق من العلاقة الارتباطية بين ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة.
- ٤- الكشف عن الفروق في متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس ضغوط فيروس كورونا وفقاً لمتغير الجنس.
- ٥- الكشف عن الفروق في متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصمود الأكاديمي وفقاً لمتغير الجنس.

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من المسوغات النظرة والتطبيقية الآتية:

المسوغات النظرية:

- ١- تُعد الدراسة الحالية مهمة، كونها تتناول موضوعاً يساعد على فهم العوامل التي قد تعزز التكيف، والاندماج المناسب في السياقات التعليمية المستجدة، والتي فرضت كأساليب تعليمية بديلة، ومرهقة مقارنة بالتعليم الوجاهي، خاصة في ظل تنامي ضغوطات أخرى، مثل مهددات جائحة فيروس كورونا، والأعباء المالية، وصعوبة التكيف مع الأدوار الاجتماعية الجديدة.
- ٢- تأتي أهمية هذه الدراسة في ظل الحاجة الماسة والعاجلة، للبحث في معالجة المشكلات النفسية الناشئة عن تفشي فيروس كورونا، وظهور سلالات جديدة، وتطوير استراتيجيات التدخل العلاجي والوقائي.

- ٣- تكمن أهمية هذه الدراسة في وقت انصب الاهتمام فيه بالتركيز على معالجة قضايا الصحة الجسدية المرتبطة بالوباء، فقضايا تدهور الصحة العقلية، والتداعيات النفسية الناتجة عن الفيروس لم تحظ بالقدر الكاف سواء بالبحث والدراسة والعلاج النفسي.
- ٤- تنبع أهمية الدراسة كونها من الدراسات الأصلية، والتي لم تحظ بالاهتمام الكاف في البيئة الفلسطينية، والعربية، وذلك في حدود نطاق علم الباحث.
- ٥- تكتسب أهمية الدراسة أهميتها كونها تستهدف فئة عمرية تمتد من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الشباب، وتتراوح أعمارهم من (١٩- ٢٢) سنة تقريباً، وتتميز هذه الفئة بالسعي نحو استكشاف، وتحقيق الهوية، والتركيز على الذات، والمرور في طفرات نمائية صعبة، بسبب التغيرات التي تطرأ على تكوينهم الجسدي، والعاطفي، والاجتماعي، إضافة إلى الأوضاع والظروف السياسية، والاجتماعية، والاقتصادية الصعبة، والتي تزيد من سوء التكيف، وتفاقم مشكلات الصحة النفسية، وفي مقدمتها القلق، والتوتر، والضغوط النفسية.

المسوغات التطبيقية:

- ١- تتمثل أهمية الدراسة في تعريف وتقنين مقاييس أجنبية، مما يحفز الباحثين إلى إجراء دراسات مستقبلية، ذات صلة بمتغيرات الدراسة، ويساعد في عملية التشخيص.
- ٢- قد تفيد نتائج هذه الدراسة في لفت انتباه المختصين في مجال الصحة النفسية، والإرشاد النفسي والتربوي، وتقديم فهمًا أعمق حول خطورة الضغوط الناتجة عن فيروس كورونا، وأهمية الصمود الأكاديمي في تعزيز الصحة النفسية، وتحقيق التوافق النفسي، والاندماج الأكاديمي.

التعريفات المفاهيمية للدراسة:

ضغوط فيروس كورونا: Corona Virus Stress

يُعرفها كل : (Nguyen & Le, 2021) بالشعور بالتوتر، والخوف والخشية من الإصابة، وتبدي أعراض ضغوط فيروس كورونا: بالأرق، والأحلام المزعجة، وعدم القدرة على التركيز، وظهور سلوكيات قهريّة، والقلق من العواقب الاقتصادية الناتجة عن تداعيات التدابير الاحترازية. ويعرفها الباحث إجرائيًا بحالة سلبية دافعة تسيطر على تفكير ووجدان الطالب نتيجة الانتشار السريع لفيروس كورونا وتداعياته الخطيرة.

الصمود الأكاديمي: Academic Resilience: يُعرفه (Cassidy, 2016) بقدرة الطالب على التكيف الإيجابي، والناجح في مواجهة الشدائد التي تُمثل تهديدًا لأداء الطالب ومستقبله التعليمي. ويعرفه الباحث إجرائيًا بالبنية الداخلية الذاتية الدافعة للطالب إلى الجد والاجتهاد والمثابرة، التأمل والتكيف مع المستجدات.

محددات الدراسة:

تحدد حدود الدراسة الحالية بما يلي:

البعد الموضوعي: ضغوط فيروس كورونا وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

البعد المكاني: تم إجراء الدراسة في جامعة القدس المفتوحة في قطاع غزة.

البعد الزمني: تم تطبيق الدراسة خلال الربع الثاني من عام ٢٠٢١

البعد البشري: طلبة جامعة القدس المفتوحة.

البعد الإجرائي: تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس ضغوط فيروس كورونا ومقياس الصمود الأكاديمي، كما تتحدد بعينة

طلبة الجامعة والأساليب الإحصائية المستخدمة.

إجراءات الدراسة:

يتناول هذا الجزء من الدراسة وصفاً للخطوات المتبعة من حيث اختيار: منهج الدراسة ومجتمعها وعينتها، ووصف الأدوات

المستخدمة، والتحقق من صدقها وثباتها، والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة النتائج، وفيما يلي وصفاً لهذه الإجراءات.

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، باعتباره من أنسب المناهج لتحقيق أهداف الدراسة. ويعرف عودة وملكاوي

(١٩٩٢) المنهج الوصفي الارتباطي بالمنهج الذي يقوم بدراسة وفهم الظاهرة فهماً دقيقاً، ويعتمد على الربط وتحليل العلاقة بين

المتغيرات للوصول إلى الاستنتاجات.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع - خان يونس ورفع، والبالغ عددهم (٣٤٧٦) طالب وطالبة.

المصدر: (معطيات قسم القبول والتسجيل: عام ٢٠٢١)

عينة الدراسة الفعلية:

اختار الباحث عينة متيسرة، حيث تم إعداد استبانة الكترونية، وذلك نظراً لظروف إغلاق الجامعات بسبب تفشي فيروس

كورونا، وتم إرسال رابط الاستبانة على هواتف طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع خان يونس، ورفع، وقد بلغ عدد أفراد العينة الذين

أجابوا على الاستبانة (١٩٨) طالب وطالبة، بواقع (٩٨) طالب، و (١٠٠) طالبة. وتراوح نسبة أفراد العينة بالنسبة للمجتمع حوالي

(٦٪) تقريباً.

أداتا الدراسة:

أولاً: مقياس ضغوط كورونا: **Corona Virus Stress Scale** إعداد (٢٠٢١) Nguyen & Le تعريب

الباحث

وصف المقياس:

يهدف المقياس للكشف عن مستوى الضغوط التي تعترض طلبة الجامعة، والناجمة عن فيروس كورونا. ويتكون المقياس من (٢٠)

فقرة، تقيس " مخاوف الإصابة، وأعرض الإجهاد، والمخاوف من التداعيات الاقتصادية، والتداعيات النفس جسدية، والفحص القهري

والبحث عن الطمأنينة، ويستجيب أفراد عينة الدراسة على فقرات المقياس، باختيار بديل واحد من البدائل المعدة وفق تدرج خماسي:

(يحدث دائماً، يحدث غالباً، يحدث أحياناً، يحدث نادراً، لا يحدث أبداً) وذلك بتحديد البديل الذي ينطبق عليه. وفي ضوء أهداف

الدراسة، قام الباحث بتعريب المقياس، وإعادة صياغة بعض فقراته لتناسب مع البيئة العربية، وخصائص أفراد عينة الدراسة، وقد تم

عرض المقياس على مجموعة من ذوي الخبرة في المجال السيكولوجي، وذلك لإبداء الرأي حول مناسبة الفقرات للتعريف الإجرائي لمتغير

ضغوط فيروس كورونا، ودرجة وضوحها، وسلامة الصياغة اللغوية، وفي ضوء تلك الملاحظات تم إجراء ما يلزم من تعديلات. وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، أجرى الباحث تطبيقاً استطلاعيًا على عينة بلغ قوامها (٣٥) طالبًا من ضمن مجتمع الدراسة، وقد اختار الباحث الأساليب الآتية للتحقق من صدق وثبات المقياس.

أولاً: الاتساق الداخلي:

جدول (١) معاملات الارتباط لفقرات مقياس ضغوط فيروس كورونا

م	الفقرات	معاملات الارتباط
١.	أعتقد أن النظافة الشخصية لا تكفي لحمايتي من الفيروس.	.750**
٢.	أرى أن نظام الرعاية الصحية غير قادر على إبقائي في مأمن من الفيروس.	.686**
٣.	أشعر بالعجز من عدم تمكني من حماية عائلتي من الفيروس.	.779**
٤.	أرى أن طريقة التباعد الاجتماعي وسيلة غير فعالة.	.535**
٥.	ينتابني القلق عند ملامسة شيئاً ما في مكان عام.	.842**
٦.	أخشى من سُعال الآخرين بالقرب مني .	.880**
٧.	أخشى أنني قد أصاب بالفيروس عند التعامل في المعاملات النقدية.	.739**
٨.	أشعر بالخوف من استعمال المصعد.	.753**
٩.	أنا قلق من نفاذ الطعام من محلات البقالة.	.769**
١٠.	أنا قلق من نفاذ أدوية البرد أو الأنفلونزا من الصيدليات.	.864**
١١.	أنا قلق من عدم توفر مستلزمات التنظيف والمعقمات.	.915**
١٢.	أنا قلق من تفشي معدلات البطالة.	.646**
١٣.	أعاني من الأرق في النوم.	.793**
١٤.	تراودني أحلام مخيفة في الليل.	.835**
١٥.	أواجه صعوبة في التركيز من كثرة التفكير في الفيروس.	.742**
١٦.	أشعر بردات فعل جسدية ، مثل التعرق أو دقات القلب.	.823**
١٧.	أتحقق من مقاطع الفيديو YouTube حول الفيروس.	.832**
١٨.	أسعى للحصول على تطمينات من الأصدقاء أو العائلة بشأن الفيروس.	.725**
١٩.	أفحص جسمي بحثاً عن علامات العدوى، مثل قياس درجة الحرارة.	.859**
٢٠.	أطلب من المهنيين الصحيين الحصول على المشورة بشأن الفيروس.	.881**

** دالة عند مستوى 01.

الثبات:

تم حساب ثبات مقياس ضغوط فيروس كورونا بطريقتين: معامل كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية

جدول (٢) معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية لمقياس ضغوط فيروس كوفيد-١٩

متغير ضغوط فيروس كورونا	كرونباخ ألفا	
	التجزئة النصفية	كرونباخ ألفا
	قبل التعديل	بعد التعديل
	.765	.866
	.904	

يتضح مما سبق أن معامل ثبات كرونباخ ألفا، والتجزئة النصفية لمقياس ضغوط فيروس كورونا مرتفع ودال إحصائياً، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مرتفعة الأمر الذي يطمئن الباحث إلى النتائج المتحصل عليها.

ثانياً: مقياس الصمود الأكاديمي: Academic Resilience Scale إعداده (Cassidy ٢٠١٦) تعريف الباحث وصف المقياس: اعتمد الباحث على مقياس الصمود الأكاديمي من إعداد (Cassidy ٢٠١٦) ، تعريف الباحث الحالي، ويهدف المقياس إلى الكشف عن قدرة الطالب للتغلب على الشدائد الأكاديمية التي يتعرض لها خلال دراسته الجامعية، وتعكس فقرات المقياس استجابات ذات صلة بالجوانب المعرفية، والعاطفية، والسلوكية، ويتكون المقياس في صورته الأولى من (٢٧) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية هي: البعد الأول: المثابرة ويتضمن (١١) فقرة، والبعد الثاني: التأمل والتكيف لطلب المساعدة بواقع (٩) فقرات، والبعد الثالث: التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية، وهو بُعد عكسي، وقد صيغت فقراته بصورة سلبية، ويتضمن (٧) فقرات، وللتحقق من صلاحية هذا المقياس، قام الباحث بتعريبه ، وعرضه على (٦) من الخبراء المختصين في المجال النفسي، والقياس والتقييم، إلى جانب خبراء في الترجمة، وقد أوصى السادة المحكمين بحذف (٣) فقرات من البعد الأول، وفقرة من البعد الثاني، وفقرة من البعد الثالث، وإجراء صياغة لغوية لبعض الفقرات، ليصبح عدد الفقرات (٢٢) فقرة، ويوضع أمام كل فقرة تدرج خماسي يبدأ ب: (يحدث دائماً، يحدث غالباً، يحدث أحياناً، يحدث نادراً، لا يحدث أبداً) ، وجميع فقرات البعد الأول، والثاني، فقرات مصاغة بالاتجاه الإيجابي، في حين تم صياغة فقرات البعد الثالث باتجاه سلبى. وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، أجرى الباحث تطبيقاً استطلاعيًا على عينة بلغ قوامها (٣٥) طالب من ضمن مجتمع الدراسة، وقد اختار الباحث الأساليب الآتية للتحقق من صدق وثبات المقياس.

أولاً: الاتساق الداخلي:

جدول (٣): معاملات الارتباط لفقرات أبعاد مقياس الصمود الأكاديمي

معاملات الارتباط	الفقرات	م	أبعاد
.316*	أحاول قدر الإمكان الاستمرار في الدراسة عن بُعد.	١.	المثابرة
.792**	ألجأ لتوظيف التغذية المرتدة لتجويد آدائي الأكاديمي.	٢.	
.542**	أجد صعوبة في الاستسلام لليأس.	٣.	
.663**	أستخدم طرائق مختلفة لتحفيز نفسي.	٤.	
.598**	طموحي لن يتأثر على المدى الطويل.	٥.	
.531**	لدي القدرة على تحدى المواقف الصعبة.	٦.	
.349*	أتطلع إلى تحسين مستوي التعليمي.	٧.	
.655**	الظروف الضاغطة لا تثنيني عن الاستمرار في تأدية مهامى.	٨.	
.457**	أبحث عن وسائل جديدة للتغلب على إغلاق الجامعة.	٩.	التأمل والتكيف لطلب
.661**	أطلب التشجيع من عائلتي وأصدقائي.	١٠.	
.712**	أذاكر مقرراتى بطرائق مختلفة.	١١.	
.646**	أحاول إنجاز أهدافى المنشودة.	١٢.	
.782**	أطلب المساعدة من أستاذى.	١٣.	
.672**	أرصد إنجازاتى وجهودى.	١٤.	

.659**	أستطيع تغيير خططي الدراسية.	١٥.	التأثيرات السلبية والاستجابية
.619**	أحاول التفكير في حلول أصيلة.	١٦.	
.484**	أشعر أن التدابير الاحترازية في الجامعة غير منطقية.	١٧.	
.789**	أفكر بأن فرص نجاحي في الجامعة باتت ضعيفة.	١٨.	
.734**	أخشى على نفسي من الإصابة بالكتابة.	١٩.	
.901**	أشعر بخيبة أمل كبيرة.	٢٠.	
.797**	أرى أن فرصتي في التفوق ضعيفة.	٢١.	
.789**	يصعب علي إيقاف نفسي من الذعر.	٢٢.	

دالة عند مستوى 05. ** دالة عند مستوى 01.

التحقق من الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات ارتباط أبعاد مقياس الصمود الأكاديمي، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٤) معاملات الارتباط لكل بُعد لمقياس الصمود الأكاديمي

الارتباط	البُعد
.714**	المثابرة
.822**	التأمل والتكيف لطلب المساعدة
.749**	التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية

** دالة إحصائياً عند مستوى ٠١.

يتضح من الجدول (٤) أن جميع الأبعاد دالة إحصائياً عند مستوى ٠١، مما يدل على اتساق أبعاد المقياس

الثبات: حساب ثبات مقياس الصمود الأكاديمي بطريقتين: معامل كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية

جدول (٥) معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية لكل بُعد من أبعاد مقياس الصمود الأكاديمي

التجزئة النصفية		كرونباخ ألفا	البُعد
بعد التعديل	قبل التعديل		
.878	.784	.823	المثابرة
.860	.755	.776	التأمل والتكيف لطلب المساعدة
.918	.850	.845	التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية

يتضح مما سبق أن معامل ثبات كرونباخ ألفا، والتجزئة النصفية لكل بُعد من أبعاد مقياس الصمود الأكاديمي معامل ثبات مرتفع

ودال إحصائياً، وهذا يدل على أن أبعاد المقياس تتمتع بدرجة ثبات مرتفعة الأمر الذي يطمئن الباحث إلى النتائج المتحصل عليها.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

- لحساب صدق وثبات أدوات الدراسة، استخدم الباحث الاتساق الداخلي، وكرونباخ ألفا والتجزئة النصفية.

- للإجابة على أسئلة الدراسة استخدم الباحث، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختار "t"، ومعامل ارتباط

بيرسون. ولتحديد مستوى متغيرات الدراسة الحالية، تم استخدام المحك الآتي:

جدول (٦) محك لتحديد مستويات المتغيرات واوزانها النسبية

الوزن النسبي	أقل من ٣٦٪	٣٦٪-٥٢٪	٥٣٪-٦٨٪	٦٩٪-٨٤٪	٨٥٪ فما فوق
المتوسط الحسابي	١-١,٨٠	٢,٦٠-١,٨١	٣,٤٠-٢,٦١	٤,٢٠-٣,٤١	٥-٤,٢١
التصنيف	منخفض جدا	منخفضة	متوسطة	مرتفعة	مرتفعة جدا

نتائج الدراسة وتفسيرها.

نتيجة السؤال الأول ونصه: ما مستوى ضغوط فيروس كورونا لدى أفراد عينة الدراسة؟ وللإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس ضغوط فيروس كورونا، والجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية لمقياس ضغوط فيروس كورونا

ضغوط فيروس كورونا	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
	٢,٦٦	.71	٦٦,٦٪	متوسط

بالنظر إلى جدول (٧) نلاحظ أن مستوى ضغوط فيروس كورونا (٢,٦٦)، وبمقارنة درجة هذا المتوسط بالمحك المستخدم، يتضح أن مستوى متوسطات ضغوط فيروس كورونا جاءت بدرجة متوسطة، وتشير هذه النتيجة إلى أن طلبة الجامعة، ما زالوا يعانون من تداعيات هذا الفيروس، المتمثلة في الهوس بالنظافة الشخصية، كغسل اليدين، والاستنشاق، والشك في نظم العلاج، والبروتوكولات الصحية المتبعة، والخشية من التدهور الاقتصادي، ونفاذ الطعام، والأدوية، وعدم توفر اللقاحات، وسيطرة مشاعر الأرق، والقلق، ومشاعر الوسواس القهري، مثل قياس درجة الحرارة باستمرار، وتكرار إجراء الفحوصات الطبية، ويمكن عزو هذه النتيجة في ظل استمرارية تفشي فيروس كورونا، واستمرار الإجراءات الاحترازية للحد من الإصابات كإغلاق الجامعات، والتعلم عن بعد، والتباعد الاجتماعي، وعدم توفر اللقاحات اللازمة للطلبة، واقتصارها على المرضى، وكبار السن، ومما لا شك فيه أن تلك الإجراءات والتداعيات تترك تأثيرات نفسية، كالشعور بالخوف، والقلق، والضغط، ومن جانب آخر يمكن تفسير أن مستوى الضغوط جاءت بدرجة متوسطة، إلى أن أفراد العينة من الشباب، وهم بحسب التقارير الطبية أقل عرضة للإصابة والوفاة، وأكثر قدرة على التعافي حتى في حالة الإصابة، وتتسق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (٢٠٢٠) شاهين وطموني، والمصري، ودراسة (٢٠٢٠) AlAteeq, Aljhani&AlEesa.

نتيجة السؤال الثاني ونصه: ما مستوى الصمود الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة؟ للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الصمود الأكاديمي، والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأبعاد الصمود الأكاديمي مرتبة تنازلياً

أبعاد الصمود الأكاديمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
المثابرة	٤,٠٤	.63	٨٠,٠٪	مرتفع
التأمل والتكيف لطلب المساعدة	٣,٩٧	.69	٧٩,٤٪	مرتفع
التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية	٣,٠٨	١,٠٠	٥٨,٢٪	متوسط

يتضح من الجدول (٨) أن المتوسط الحسابي في بُعد المثابرة يساوي (٤,٠٤)، والمتوسط الحسابي في بُعد التأمل والتكيف لطلب المساعدة يساوي (٣,٩٧)، وبمقارنة تلك النسب مع المحك المعتمد في الدراسة، يتبين أنها جاءت بدرجة مرتفعة، كما يتضح أن بُعد التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية يساوي (٣,٠٨)، وبمقارنة تلك النسبة يتبين أنها جاءت بدرجة متوسطة، وتتسق

هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من خضير وأحمد (٢٠١٨)، و مسير (٢٠١٨)، و الحارث والقرشي (٢٠٢١)، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة بُعد المثابرة، وبُعد التأمل والتكيف لطلب المساعدة، باعتبارهما من الميكانيزمات النفسية التي يلجأ إليها الفرد في حياته، ويستخدمها إبان حدوث الأزمات، والمشكلات، والأوبئة، والأمراض، لإحداث نوعاً من التكيف مع الأحداث الضاغطة الناجمة عن تداعيات فيروس كورونا، كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة النظام التعليمي المتبع في جامعة القدس المفتوحة، فالجامعة ومنذ تأسيسها تنتهج نظام التعليم المدمج، القائم على التعليم الوجيه، والالكتروني، فالطلبة يمتلكون مهارات التعامل مع الوسائط التكنولوجية، كالصفوف الافتراضية، وتقديم الامتحانات، و تنفيذ الأنشطة المهام الدراسية عبر الوسائط التكنولوجية المختلفة. كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الأسس الفلسفية للجامعات، والتي تسعى من خلالها إلى رفد الطالب بالعرفة، وصقل شخصيته، وتمكينه من التكيف والتأقلم مع متطلبات الحياة، وبث روح الحماسة والإبداع، والقدرة على تحمل المصاعب، والمسؤولية، فالعملية التعليمية في الجامعات تُعد بمثابة الداعم الأساسي لبناء شخصية الفرد بجميع مكوناتها، بما فيها تنمية سمة الصمود الأكاديمي، أما فيما يتعلق بحصول بُعد (التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية) على درجة متوسطة، فرمما تُعزى هذه النتيجة إلى الخوف من المستقبل المجهول، خاصة في ظل ظهور سلالات جديدة للفيروس، وتزايد أعداد الإصابات والوفيات، والتدابير الوقائية الصارمة للحد من الإصابة، وما ستؤول إليه الأمور، ومما لا شك فيه أن هذه التداعيات الخطيرة قد تترك آثاراً سلبية، واستجابة انفعالية سلبية.

نتيجة السؤال الثالث ونصه: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة؟ وللإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين متغيري ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي. والجدول (٩) يوضح نتائج اختبار معامل ارتباط بيرسون:

جدول (٩) يوضح قيم معاملات ارتباط بيرسون بين ضغوط فيروس كورونا والصمود الأكاديمي

الصمود الأكاديمي			
المثابرة	التأمل والتكيف لطلب المساعدة	التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية	ضغوط فيروس كورونا
-0.203**	-0.318**	0.589**	

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 < p) ** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يتضح من الجدول (٩) وجود علاقة عكسية، دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين ضغوط فيروس كورونا وبُعد الصمود الأكاديمي (المثابرة، والتأمل والتكيف لطلب المساعدة)، وتعني هذه النتيجة إلى أنه كلما ارتفع مستوى ضغوط فيروس كورونا تراجع مستوى المثابرة، والتأمل والتكيف لطلب المساعدة. ويشير ذلك إلى تأثير الطلبة بالضغوط الناتجة عن تداعيات فيروس كورونا، وهذا بدوره يؤدي إلى نقص الدافعية، وفتور الهمة، وفقد القدرة على مواجهة التحديات والصعاب، وضعف القدرة على التركيز والتأمل، كما يتضح وجود علاقة إيجابية ودالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين ضغوط فيروس كورونا وبُعد التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية، وتشير هذه النتيجة إلى أنه كلما ارتفع مستوى الضغوط يزداد مستوى التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية، وتُعد هذه النتيجة منطقية، فالضغوط لها تأثيرات سلبية على مجمل أبنية الشخصية سواء المعرفية، والانفعالية، والاجتماعية، والجسدية، ويتبع ذلك

خطر ارتفاع التأثيرات النفسية السلبية كالقلق ، والتوتر، والاكتئاب، و تجعل الفرد يستجيب لها بأساليب غير تكيفية، هذا لم يجد الباحث دراسات سابقة اتفقت واختلفت مع هذه النتيجة.

نتيجة السؤال الرابع ونصه: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات ضغوط فيروس كورونا لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس؟ ومن أجل الإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (t) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (١٠) تبين ذلك:

الجدول (١٠): يوضح نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين متوسطات ضغوط فيروس كورونا وفقاً لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	م. الدلالة
ذكر	2.62	.66	-0.677	غير دالة
أنثى	٢,٦٩	.75		

يتضح من جدول (١٠) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس ضغوط فيروس كورونا، ويعزو الباحث عدم وجود فروق في متوسطات ضغوط فيروس كورونا وفقاً لمتغير الجنس، إلى أن تهديدات فيروس كورونا طالت الجميع سواء الذكور أو الإناث، كما أن الإجراءات والتدابير الاحترازية تُفرض على الجميع، وأيضاً تشابه الصعوبات والمشكلات التي يمر بها كل من الذكور والإناث. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (٢٠٢٠) شاهين وطموهي والمصري. واختلفت مع نتيجة دراسة (٢٠٢٠) AlAteeq, Aljhani&AlEesa، والتي أظهرت ارتفاع مستوى الضغوط لدى الإناث مقارنة بالذكور.

نتيجة السؤال الخامس ونصه: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس؟ ومن أجل الإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (t) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (١١) تبين ذلك:

الجدول (١١): يوضح نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين متوسطات الصمود الأكاديمي وفقاً لمتغير الجنس

أبعاد الصمود الأكاديمي	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	م. الدلالة
المثابرة	ذكر	4.0859	.60896	.795	.452
	أنثى	4.0134	.66643		
التأمل والتكيف لطلب المساعدة	ذكر	4.0007	.75621	.417	.030
	أنثى	3.9591	.63778		
التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية	ذكر	3.0455	1.00136	.491	.730
	أنثى	3.1163	1.01776		

يتضح من جدول (١١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المثابرة، والتأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية، وفقاً لمتغير الجنس، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء سعي جميع الطلبة وعلى اختلاف جنسهم، بالمحافظة على مستويات عالية من الإنجاز، على الرغم من وجود أحداث وظروف ضاغطة، فهم في مرحلة دراسية غاية في الأهمية، يسعون إلى بلوغ تمامها، وبلوغ الأهداف المنشودة، فالمثابرة هي إحدى الخطوات التي تقود الفرد إلى شحذ الهمة لتحقيق النجاح، وأما فيما يتعلق بتفسير تساوي الطلبة والطالبات في بُعد التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية، فجميع الطلبة على حدٍ سواء، وتحديدًا في الأراضي الفلسطينية يعمرون بأوضاع وظروف سياسية غاية في التعقيد والصعوبة، علاوة على التداعيات الناتجة عن جائحة كورونا، فالتدابير والإجراءات

الاحترافية والوقائية طالت كافة القطاعات، بما فيها القطاع التعليمي، وقد أثرت بشكل كبير على حياتهم الشخصية والعاطفية، واستثارة ردود واستجابات انفعالية عديدة كالقلق، والاكتئاب، والخوف، والغضب. من جانب آخر بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد التأمل والتكيف لطلب المساعدة تبعًا لمتغير الجنس لصالح الذكور، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء اتصاف الذكور بالاستقلالية، والشجاعة والجرأة، في طلب المساعدة من الغير، بعكس الإناث اللواتي يتسمن بالخجل والحياء، والاستكانة، والانزواء، وهذا بحكم العادات والتقاليد السائدة في المجتمع. واتفقت جزئيًا نتيجة هذا البعد مع نتيجة دراسة (٢٠١٨) خضير وأحمد.

التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج يمكن التوصية بما يلي:

- تنمية مهارة إدارة ومعالجة الانفعالات السلبية، و التي تساعد في التعامل مع التأثيرات السلبية الناتجة عن تداعيات فيروس كورونا.
- تصميم برامج وقائية وعلاجية قائمة على الصمود، ومتغيرات إيجابية أخرى، للحد من التداعيات السلبية الناتجة عن فيروس كورونا.
- ضرورة الكشف الفعال عن الضغوط ومصادرها، والقيام بالتدخلات المبكرة، للحد قدر المستطاع من التوتر، والمحافظة على حالة الاستقرار والالتزان الانفعالي.

دراسات مستقبلية مقترحة:

- ضغوط فيروس كورونا وعلاقتها بكفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعات.
- ضغوط فيروس كورونا وعلاقتها بانتمائية الذات لدى طلبة الجامعة.
- رأس المال الروحي وعلاقته بالصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعات.

المراجع:

- بدوي، زينب (٢٠٠٧). الذاكرة المستقبلية وضغوط الحياة النفسية المدركة وعلاقتها بمهارات إدارة الوقت وبعض متغيرات الشخصية والعمر، *مجلة كلية التربية جامعة بنها*، ١٧، (٧١): ٨٢ - ١٤١.
- بلبل، يسرا (٢٠١٩). اليقظة العقلية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي وضغوط الحياة المدركة لدى طلبة كلية التربية بالزقازيق، *المجلة التربوية جامعة سوهاج*، (٦٨): ٢٤٦٣ - ٢٥٢٠.
- الحارثي، نوره والقرشي، خديجة (٢٠٢١). استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفياً وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة الطائف، *مجلة كلية التربية جامعة أسيوط*، ٣٧، (١): ٢٤٠ - ٣١٠.
- خضير، وفاء وأحمد، مهدي (٢٠١٨). الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة تكريت، *مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية*، ٢٥، (٦): ٥٠٤ - ٥٢٥.
- شاهين، محمد وطموني، عبد الرحمن، والمصري، إبراهيم (٢٠٢٠). مستوى الضغوط النفسية والاجتماعية وأساليب مواجهتها لدى عينة من الفلسطينيين الواقعين تحت الحجر المنزلي بسبب فيروس كورونا "، *COVID19، المجلة التربوية جامعة الكويت*، ٣٤، (١٣٧): ٣٣٩ - ٣٨٢.
- الصايم، رانيا وعطا، سالي (٢٠٢١). العلاقات السببية بين الصمود الأكاديمي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة الجامعة: دراسة سيكومترية إكلينيكية، *مجلة البحث العلمي في التربية جامعة عين شمس*، 10، (٢١): ٢١٥ - ٢٧٩.
- صغير، عبلة (٢٠٢٠). الضغوط الناتجة عن تفشي فيروس كورونا العالمي "كوفيد-١٩" وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الثانوية: دراسة عبر ثقافية مقارنة، *مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس*، (٦٣): ٢٧٧ - ٣٤٣.
- الطيب، فاطمة (٢٠٢٠). الضغوط النفسية المترتبة على جائحة "كوفيد-١٩" وعلاقتها بفعالية الذات لدى طالبات الجامعة، *مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ*، ٣٠، (٣): ١٥٣ - ١٧٩.
- عودة، أحمد و ملكاوي، فتحى (١٩٩٢). *أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية: الأردن*، أربد: مكتبة الكتاني.
- محمود، منى ورضوان، فوفية (٢٠٢١). أنماط مركز التفكير وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طلاب الدراسات العليا العاملين، *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، (١٩): ٣٤٣ - ٣٧٠.
- مسير، نهلة (٢٠١٨). الصمود الجامعي لدى طلبة كلية التربية بجامعة القادسية، *مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية*، (٣١)، الجزء ٣: ١٧٤ - ١٨٨.
- مصطفى، منال (٢٠١٨). التحيز المعرفي والامتنان كمنبآت بالصمود الأكاديمي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية جامعة الأزهر*، (١٨٠): ٦٤٨ - ٧٠٨.
- Adebusuyi, J. (2018). Academic Stress, Resilience, Peer Relation, and Teacher Support as Predictors of Undergraduates' Academic Confidence, *Journal of Education and Practice*, 9, (27):1-7.
- Al-Ateeq, D. Aljhani, S.&AlEesa, D. (2020). Perceived stress among students in virtual classrooms during the COVID-19 outbreak in KSA, *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 15, (5): 398-403.

- Al-Harthy, N. & Al-Qurashi, Kh. (2021). Strategies for cognitively regulating emotion and their relationship to academic resilience among Taif University students, *Journal of the College of Education, Assiut University*, 37, (1): 240-310.
- Al-Saim, R. & Atta, S. (2021). Causal relationships between academic resilience and the five major factors of personality and social support among a sample of university students: a clinical psychometric study, *Journal of Scientific Research in Education, Ain Shams University*, 10, (21): 215-279.
- Al-Tayeb, F. (2020). Psychological stresses resulting from the "Covid-19" pandemic and its relationship to self-efficacy among university students, *Journal of the Faculty of Education, Kafir El-Sheikh University*, 30, (3): 153-179.
- Asim M, van Teijlingen E, Sathian B. (2020). Coronavirus Disease (COVID-19) and the risk of PostTraumatic Stress Disorder: A mental health concern in Nepal. *Nepal J Epidemiol.*;10(2); 841-844. DOI: 10.3126/nje.v10i2.29761.
- Badawi, Z. (2007). Future memory and perceived psychological stress and their relationship to time management skills and some personality and age variables, *Journal of the Faculty of Education, Benha University*, 17, (71): 82-141.
- Bisquerra, R. (2011). Psych pedagogy of emotions, Spain: Synthesis.
- Bulbul, Y. (2019). Mindfulness and its Relationship to Academic Resilience and Perceived Life Stress among Students of the Faculty of Education in Zagazig, *Sohag University Educational Journal*, (68): 2463-2520.
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 18, 1- 11.
- Fallon, C. (2010). *School factors that promote academic resilience in urban Latino high school students* (Ph.D) dissertation, Loyola University Chicago.
- Girma, A.& Ayalew, E. (2020). Covid-19 related stress and coping strategies among adults with chronic disease in Southwest Ethiopia, *medRxiv preprint doi: <https://doi.org/10.1101/2020.08.14.20174318>*.
- González-Sanguino, C., Ausín, B., Ángel-Castellanos, M., Saiz, J., López-Gómez, A., Ugidos, C., & Muñoz, M. (2020). Mental Health Consequences during the Initial Stage of the 2020 Coronavirus Pandemic (COVID19) in Spain. *Brain, Behavior, and Immunity*. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.040>.
- Hena, Y. Salman, Kh. Ramsha, M. (2020). Covid 19 Stress Management among Students and its Impact on, Their Effective Learning, *International Technology and Education Journal*, 4, (2): 65- 74.
- Janabi, M. Behrangi, M.& Taheri, M. (2017). The effectiveness of Management Education Model on academic resilience of university students, *Conexão Ci. | Formiga/MG*, 12, (2): 369-374.
- Kader, N.& Abad, M. (2017). A Study of Relationship between Academic Resilience and Protective Factors among Senior Secondary Students, *Journal of Humanities and Social Science*, 22, (11): 51-55.
- Khudair, W. & Ahmed, M. (2018). Academic resilience among Tikrit University students, *Tikrit University Journal of Humanities*, 25, (6): 504-525.
- Krohne, H. (2002). *Stress and Coping Theories*, Johannes Gutenberg-University Mainz Germany.

- Levkovich, I. Altman, Sh. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on stress and emotional reactions in Israel: a mixed-methods study, *International Health*, 1-9. [doi:10.1093/inthealth/ihaa081](https://doi.org/10.1093/inthealth/ihaa081) Advance Access publication.
- Mahmoud, M. & Radwan, F. (2021). Thinking center patterns and their relationship to academic resilience among working graduate students, *The Arab Journal of Educational and Psychological Sciences*, (19): 343-370.
- Martin, A. & Marsh, H. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, **43**, 267-282. DOI: [10.1002/pits.20149](https://doi.org/10.1002/pits.20149).
- Mesir, N. (2018). University resilience among students of the College of Education at the University of Al-Qadisiyah, *Lark Journal of Philosophy, Linguistics and Social Sciences*, (31), Part 3: 174-188.
- Mustafa, M. (2018). Cognitive bias and gratitude as predictors of academic resilience among a sample of secondary school students, *Journal of the College of Education, Al-Azhar University*, (180): 648-708.
- Mwangi, C. Ireri, A. Mwaniki, E. (2017). Correlates of Academic Resilience among Secondary School Students in Kiambu County, Kenya. *Interdisciplinary Education and Psychology*, 1(4):1-10.
- Nguyen, T. & Le, G. (2021). The Influence of COVID-19 Stress on Psychological Well-Being Among Vietnamese Adults: The Role of Self-Compassion and Gratitude. *Traumatology. Advance online publication*. <http://dx.doi.org/10.1037/trm0000295>.
- Odeh, A. & Malkawi, F. (1992). *Fundamentals of Scientific Research in Education and Human Sciences: Jordan*, Irbid: Al-Kitabi Library.
- Rodríguez-Hidalgo AJ, Pantaleón Y, Dios I and Falla D (2020) Fear of -19, Stress, and Anxiety in University Undergraduate Students: A Predictive Model for Depression. *Front. Psychol.* 11:591797. [doi: 10.3389/fpsyg.2020.591797](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.591797).
- Seçer, I.&Ulas, S. (2020). The Mediator Role of Academic Resilience in the Relationship of Anxiety Sensitivity, Social and Adaptive Functioning, and School Refusal With School Attachment in High School Students. *Front. Psychol.* 11(557): 1- 12. [doi: 10.3389/fpsyg.2020.00557](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00557).
- Seghayer, A. (2020). The stresses resulting from the global outbreak of the Corona virus "Covid-19" and its relationship to Mindfulness among secondary school students: A comparative cross-cultural study, *Psychological Counseling Journal, Ain Shams University*, (63): 277-343.
- Shaheen, M. Tamoni, A. & Al-Masry, I. (2020). The level of psychological and social stress and methods of coping with it among a sample of Palestinians who are under home quarantine due to the Corona virus "COVID19", *Educational Journal, Kuwait University*, 34, (137): 339-382.
- Shilpa, S.&Srimathi, N. (2015). Role of Resilience on Perceived Stress among Pre University and Under Graduate Students, *The International Journal of Indian Psychology* ,2, (2): 141-149.
- Tamannaefifar, M., & Shahmirzaei, S. (2019). Prediction of Academic Resilience Based on Coping Styles and Personality Traits. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 7(1), 1-10. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.7.1.1>.

- Tope-Banjoko, T., Davis, V., Morrison, K., Fife, J., Hill, O. & Talley, C. (2020). Academic Resilience in College Students: Relationship between Coping and GPA. *Anatolian Journal of Education*, 5(2), 109-120. <https://doi.org/10.29333/aje.2020.529a>.
- UIIslam, D. Doza, B. Khan, Kh. Haque & Mamun, A (2020). Exploring COVID-19 stress and its factors in Bangladesh: A perception-based study, *journal homepage: www.cell.com/heliyon*, 6: 1-10.
- Wilks, S. (2008). Resilience amid Academic Stress: The Moderating Impact of Social Support among Social Work Students, *Advances in Social Work*, 9, (2): 106- 125.
- Zakout, Y. Alreshidi, F. Elsaid, R.&Ahmed, H. (2020). The magnitude of COVID-19 related stress, anxiety and depression associated with intense mass media coverage in Saudi Arabia, *AIMS Public Health*,7, (3): 664–678.