

تأثير برنامج إرشادي تعليمي لزيادة تكيف طالبات كلية التربية الرياضية مع الحياة الجامعية

م. ثائر رشيد حسن

أ.م.د. صالح مهدي صالح

1. التعريف بالبحث :

1.1 المقدمة وأهمية البحث :

إن الحياة الجامعية بصورة عامة والسنة الدراسية الأولى خاصة تعد تحدياً صعباً لمعظم الطلبة كونها مرحلة انتقالية من الحياة المدرسية إلى الحياة الجامعية وقد يتعرض الطلبة خلالها للأزمات النفسية ، إذ تبرز الصراعات بين احتياجاتهم والصعوبات التي يواجهونها في تكيفهم الاجتماعي والأكاديمي⁽¹⁾.

وتعد الجامعة بالنسبة للطلبة تجربة جديدة مختلفة عن التجارب السابقة ففيها الكثير من المشكلات والخبرات الجديدة التي تتطلب منهم اجتيازها ومواجهتها والتكيف معها كالتعرف على أنظمة الجامعة ولوائحها واختيار التخصص والتكيف معه والاختيار المهني والإعداد لمهنة المستقبل سيما وأن الجامعة تعطي طلبتها حرية أوسع ومسؤولية أكبر بعكس المدرسة .

ويعد التكيف مع الحياة الجامعية مطلباً أساسياً لنجاح الطلبة واستمرارهم بالدراسة لاسيما إن التكيف مع الحياة الجامعية يعد مؤشراً على تكيفهم العام أما سوء التكيف يدل على أن هناك حاجات غير مشبعة لدى الطلبة داخل البيئة الجامعية مما ينعكس أثر ذلك على تدني الأداء أثناء فترة التعلم وما بعدها⁽²⁾.

ولا تزال المرأة تعاني من عدم تقدير المجتمع لإمكاناتها لأسباب اجتماعية وثقافية ودينية وحضارية ، فضلاً عما لا تجده من تشجيع غير كافي من العائلة أو المجتمع مما ينعكس تأثير ما ذكر على عدم تكيفها مع الوسط الذي تتواجد فيه بصورة عامة والوسط الجامعي خاصة في ميدان التربية الرياضية فالعادات الموروثة والأحكام الاجتماعية السائدة فضلاً عن المتغيرات الدينية تعيق المرأة من تحقيق رغبتها في ممارسة الأنشطة الرياضية .

(1) يوسف عبد الفتاح محمد ؛ اتجاهات بعض طلاب جامعات الإمارات نحو الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بتوافقهم الدراسي : (بحث منشور

في مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ، العدد(8) ، السنة الرابعة ، يوليو ، 1995) ص92.

(2) محمد جعفر الليل ؛ دراسة بعض المتغيرات المرتبطة بالتوافق مع المجتمع الجامعي لطلاب وطالبات جامعة الملك فيصل (بحث منشور في المجلة العربية للتربية ، المجلد (13) ، العدد (1) يونيو ، 1993) ص188.

وتصل مستويات القلق خلال السنة الدراسية الأولى إلى أعلى مستوياتها لسوء تكيف الطلبة مع الحياة الجامعية ، من هنا تجلت أهمية البحث في محاولة جادة من الباحثان من خلال وضع برنامج إرشادي تعليمي لزيادة التكيف مع الحياة الجامعية كمساهمة متواضعة في تحديد المشكلات وتقدير حدتها والمجالات التي تتركز فيها والتي ستكون أساسا لوضع البرنامج الإرشادي الذي يساعد الطالبات على زيادة تكيفهم مع الحياة الجامعية ، ونظرا لعدم توفر مركز إرشادي للطلبة في الجامعة ازدادت الحاجة لمثل هذه الدراسة.

1.2 مشكلة البحث :

يواجه الطلبة في بداية حياتهم الجامعية مشكلات تسهم في إعاقة تكيفهم وتحد من تحقيق أهداف الجامعة في بناء الطلبة علميا والإسهام في نمو شخصياتهم . وذلك لاختلاف جو الدراسة وطبيعة النظام وطبيعة التعامل وأساليب التقويم وسبل الدراسة عن التعلم الثانوي فضلا عن ذلك فان دراسة الجامعة تحتاج إلى مهارات متميزة كاستخدام المكتبة والقراءة السريعة وكتابة التقارير والأبحاث والتحليل ، ويختلف جو دراسة الجامعة عامة والتربية الرياضية خاصة من حيث المناخ النفسي والاجتماعي وتشكيل الصداقات واتخاذ القرارات ، وقد لاحظ الباحثان بان مشكلة البحث تكمن في وجود تدني لدى طالبات كلية التربية الرياضية في تكيفهم الجامعي لخصوصية جنسهم بالنسبة للطلاب على الرغم من خصوصية الكلية عن باقي كليات الجامعة لوجود أنشطة وبرامج رياضية تؤكد على العمل الجماعي وتوثيق الروابط الاجتماعية وتنمي في الفرد صفة العمل للمصالح العام واحترام شخصية الأقران والتعاون مع الغير والثقة بالنفس.

1-3 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

1. التعرف على المشكلات التكيفية التي تواجهها طالبات الصف الأول في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.

2. التعرف على اثر البرنامج الإرشادي التعليمي في تكيف الطالبات مع الحياة المعية ، ومن خلال فحص الفرضيات

الصفحية التالية :

أ. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي .

ب. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.

ج. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي .

1-4 فرضية البحث :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري / طالبات المرحلة الأولى / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

1-5-2 المجال الزمني / للفترة من 28 / 2 / 2006 ولغاية 28 / 6 / 2006 .

1-5-3 المجال المكاني / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

1-6 تحديد المصطلحات :

❖ البرنامج الإرشادي " هو عبارة عن خطة أو عملية تنظيم الخدمات التربوية والنفسية والأكاديمية التي تقوم بها المؤسسة التربوية ويشترك في إعدادها وتنفيذها المرشد مع مختصين آخرين كي يحصل توافق وتكيف عال للطلبة مع بيئتهم الدراسية" (1).

❖ التكيف مع الحياة الجامعية " هو مستوى رضا الطالب الجامعي عن العلاقات الاجتماعية والعوامل النفسية والدراسية وعوامل الضبط التي يتعرض لها داخل إطار الجامعة" (2).

2- الدراسات النظرية :

1 (صباح محمود محمد ؛ الموسوعة التربوية النفسية ، ط1 : (بغداد ، ب م ، 1996) ص48.

2 (محمد جعفر الليل ؛ المصدر السابق ، ص190.

2-1 مفهوم الإرشاد :

يعد الإرشاد خدمة نفسية تربوية مهمة في عصرنا الراهن إذ لا يقتصر على جانب واحد من جوانب الحياة بل يمتد ليشمل جوانب الحياة كافة (الأسرية ، المدرسية ، الاجتماعية ، المهنية) وعلى هذا الأساس نشأ الإرشاد لمساعدة الفرد نفسياً وتربوياً ومهنياً واجتماعياً كونه عملية إنسانية تهدف إلى تحقيق سعادة الفرد ومساعدته للتخلص مما لديه من مشكلات للوصول إلى أفضل مستوى ممكن من الصحة النفسية (1).

2-2 الأسس التي تقوم عليها خدمات الإرشاد (2) :

أ- الأسس الفلسفية : يقوم الإرشاد على مبدأ منطلق من كون الإنسان حراً بحيث يمكنه أن يحدد أهدافه ويعمل على تحقيقها ، ووظيفة المرشد تقديم المساعدة للمسترشد لتحقيق أهدافه.

ب- الأسس النفسية : وهي من أهم الأسس التي يستند عليها الإرشاد لوجود خصائص جسمية وعقلية واجتماعية ووجدانية ينبغي مراعاتها والاهتمام بالفروق الفردية إلى جانب إشباع حاجات الفرد .
ج- الأسس التربوية : يعد الإرشاد عملية متممة لعملية التعلم والتعليم ، والتعلم الجديد يتحقق عن طريق الإرشاد الصحيح والتوجيه السليم.

د- الأسس الاجتماعية : من مبادئ الإرشاد تعريف الأفراد بالحياة الاجتماعية المحيطة بهم وإقامة علاقات اجتماعية داخل إطار المدرسة وخارجها .

2-3 مجالات الإرشاد (3) :

أ- المجال النفسي: ويهدف إلى مساعدة الطلبة الذين يعانون من اضطرابات انفعالية أو عاطفية عن طريق النشاطات الإرشادية من خلال تنمية القدرة على فهم الذات وكيفية التغلب على الشعور بالنقص ومساعدة الطلبة على التخلص من الشعور باليأس والكآبة والاحتفاظ بحالة مزاجية متوازنة لمواجهة فقدان التركيز الناتج عن الضغوط الانفعالية والعاطفية.

(1) مجموعة أعضاء هيئة التدريس ؛ خصائص المرشد النفسي المدرسي ومهامه ، فعاليات الورشة النفسية العربية الثالثة ، الجمع السورية للعلوم النفسية والعلوم التربوية ، جامعة دمشق ، كلية التربية ، 1998، ص82.

(2) موسى جبريل و(آخرون) ؛ التكيف والرعاية الصحية والنفسية : (عمان ، منشورات جامعة القدس المفتوحة ، 1992) ص358.

(3) محمود محمد عطية ؛ التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب مع البيئة المدرسية وعلاقته بالتحصيل : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة ، كلية التربية ، 1997) ص313-314.

ب- **المجال الأكاديمي:** ويهدف إلى مساعدة الطلبة الذين يواجهون صعوبات تؤثر على أدائهم الدراسي عن طريق الأنشطة الإرشادية المتمثلة بالتغلب على الرسوب بالمقررات الدراسية وتطوير الدافعية الذاتية نحو الدراسة والتعريف بكيفية التخطيط لبرامج الدراسة الثانوية والجامعية والتعرف بكيفية وضع أهدافا يمكن تحقيقها.

ج- **المجال الاجتماعي:** ويهدف إلى مساعدة الطلبة الذين يعانون من تدني في مستوى التكيف مع البيئة المدرسية أو الجامعية عن طريق الأنشطة الإرشادية المتمثلة بفهم الأسلوب الأمثل للاستفادة من وقت الفراغ والتوافق مع المحيط المحلي بالطالب وتطوير القدرة على تكوين علاقات إيجابية مع الزملاء وتزويد الطلبة بمعلومات عن كيفية اختيار أسلوب الحياة الاجتماعية الأفضل ومعالجة المشاكل الأسرية .

د- **المجال المهني :** ويهدف إلى مساعدة الطلبة العاديين والمتفوقين والمتعثرين دراسيا من خلال التعرف لمدى ملائمة قدرات الأفراد المختلفة لمتطلبات المهنة التي يرغبونها والتعرف بالعلاقة بين التخصص الدراسي ومجالات العمل وتكوين مفهوم لدى الطلبة عن اهتماماتهم وأسلوب حياتهم المهنية والمستقبلية .

2-4 أساليب الإرشاد :

أ- الإرشاد الفردي :

هو علاقة إرشادية مخططة بين طرفين تتم وجها لوجه بين المرشد والمسترشد بهدف مساعدة المسترشد في فهم ذاته وحل مشكلاته وتحقيق حاجته في المستقبل ، ويعد الإرشاد الفردي الأساس في كل عملية إرشادية ولا سيما إذا توفر عدد كافي من المرشدين للقيام بالمقابلات والجلسات الإرشادية ليتم فيها تبادل المعلومات وإثارة الدافعية وتفسير المشكلات ووضع الخطوات العملية للإرشاد (1).

ب- الإرشاد الجمعي :

هو عملية تفاعل بين المرشد ومجموعة من الأعضاء المسترشدين ممن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم ولديهم مشكلات خاصة تضعف توافقهم وتتألف المجموعة الإرشادية (4-8) مسترشدين وتكون العلاقة بين الأفراد ذات أهمية كبيرة في العمل الإرشادي ويتقبل بعضهم بعضا ويكونون علاقات متبادلة مع بعضهم ويناقشون مشكلاتهم المشتركة بهدف تحقيق التعليم المتبادل للاستفادة من تبادل المعلومات بين الأعضاء بما يحقق تنمية مفهوم الذات وتغيير السلوك لديهم (2) ، ومن ابرز ما

(1) عدنان محمد حسن ؛ الإرشاد التربوي : (بغداد ، وزارة التربية ، 1986) ص 188.

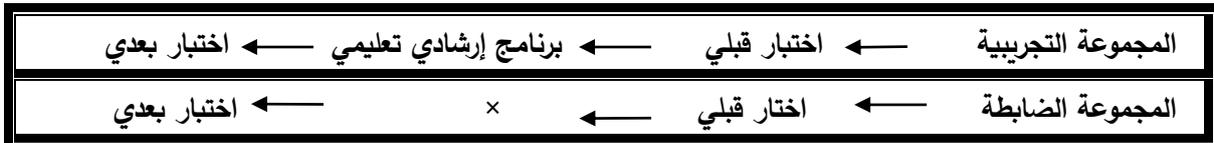
(2) محمود محمد عطية ؛ المصدر السابق ، ص 281.

يميز هذا النوع وزيادة الحاجة لاستخدامه كونه وسيلة إرشادية اقتصادية من حيث الوقت والجهد والكلفة المالية فضلا عن النتائج المرضية التي يحققها للمسترشدين على الصعيدين النفسي والاجتماعي (1).

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارات القبليّة والبعديّة كما موضح بالشكل رقم (1).



شكل رقم (1)

يوضح التصميم التجريبي

3-2 مجتمع البحث :

يتحدد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى والبالغ عددهن (60) طالبة للعام الدراسي 2005 . 2006 .

3-3 عينة البحث :

بلغت عينة البحث (30) طالبة تم اختيارهن بعد تطبيق مقياس التكيف مع الحياة الجامعية وحصولهن على اقل الدرجات على المقياس يشكلون نسبة مئوية قدرها (50 %) من مجتمع الأصل لبالغ (60) طالبة ، بعدها تم تقسيم الطالبات عشوائيا إلى مجموعتين مجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج الإرشاد التعليمي تتكون من (15) طالبة ومجموعة ضابطة لم تتعرض لأية برنامج تكونت من (15) طالبة أيضا.

4.3 وسائل جمع المعلومات :

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

2. المقابلات الشخصية .

(1) نزيه حمدي (وآخرون) ؛ الإرشاد التوجيه في مراحل العمر ، ط1 : (عمان ، منشورات جامعة القدس المفتوحة ، 1998) ص386.

3. استمارة الاستبانة ، (ينظر ملحق 1) .

4. جهاز فيديو نوع ناشيونال .

5. أفلام فيديو .

3-5 أداة البحث :

لغرض التعرف على المشكلات التكيفية التي تواجه الطالبات وبهدف تحقيق أهداف البحث استخدم الباحثان مقياس (التكيف مع الحياة الجامعية) (1).

3-5-1 وصف المقياس :

صمم المقياس " يحيى داود سلمان الجنابي " من الجامعة المستنصرية - كلية التربية لقياس التكيف مع الحياة الجامعية ويتكون المقياس من (51) فقرة تقيس (3) مجالات هي (المجال الأكاديمي ، المجال النفسي ، المجال الاجتماعي) وتوجد أمام كل فقرة خمسة مستويات للإجابة أما أوزانها فقد وزعت على بدائل الإجابة كما موضح في الجدول رقم (1).

الجدول رقم (1)

يوضح مستويات الإجابة وبدائلها وأوزان الفقرات

لا تنطبق علي إطلاقا	تنطبق علي قليلا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي تماما	بدائل الإجابة وزن الفقرات
1	2	3	4	5	إيجابية
5	4	3	2	1	سلبية

توضع علامة (صح) من قبل الطالبة في المستوى الذي يتوافق معها ، والدرجة الكلية للمقياس هي مجموع درجات جميع الفقرات سيما إن الدرجة النهائية العليا للمقياس هي (255) درجة والدرجة الدنيا هي (51) درجة والوسط الفرضي هو (153) درجة.

3-6 الأسس العلمية للمقياس :

بما إن المقياس مقنن ومطبق على عينات جامعية وللأمانة العلمية قام الباحثان بإيجاد الأسس العلمية للمقياس بالنظر لتطبيقه لأول مرة في كليات التربية الرياضية على الرغم من وجود عدة

(1) يحيى داود سلمان الجنابي ؛ بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية في الجامعات الأردنية : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية / كلية التربية ، 2001).

أنشطة تجمع ما بين الطالبة والطالب ، وللتحقق من صدق المقياس الذي يعد أحد الخصائص المهمة في الحكم على صلاحية المقياس وهو أكثر الصفات التي يجب أن يتصف بها المقياس (1) ، وبهدف التأكد من ذلك في بحثنا الحالي قام الباحثان بإيجاد الصدق الظاهري للمقياس وهو أحد أنواع الصدق الذي يمكن الاعتماد عليه في تقويم فقرات المقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين(*) في مجال علم النفس الرياضي والاختبارات والقياسات والإرشاد النفسي لإبداء آرائهم حول فقرات ومجالات المقياس كونها صالحة أم لا لهذه العينة.

ثبات المقياس :

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام الاختبار وإعادة الاختبار (test and Re test) على (6) طالبات اختيروا عشوائيا من مجتمع البحث واجري الاختبار في يوم الثلاثاء الموافق 2006/2/28 واعد بعد أسبوع من تاريخ الاختبار الأول للكشف عن (مدى استقرار النتائج عند تطبيق المقياس على مجموعة معينة ولأكثر من مرة عبر فاصل زمني) (2) ، ولحساب معامل الارتباط بين الاختبارين استخدم قانون معامل الارتباط البسيط بيرسون ووجد بعد مقارنة القيمة الجدولية البالغة (0.95) عند درجة حرية (4) واحتمال خطأ (0.05) إن القيمة المحسوبة (0.92) قريبة من الجدولية مما يؤكد تمتع المقياس بدرجة ثبات عالية.

موضوعية المقياس :

(1) زكريا محمد الظاهر (وآخرون) ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية : (عمان ، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع ، 1999)ص132.

(* الخبراء والمختصين هم :

✓ أ.د كامل طه الويس	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد
✓ أ.د نزار مجيد الطالب	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد
✓ أ.د محمد جسام عرب	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد
✓ أ.د ناظم كاظم	اختبارات وقياسات	كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى.
✓ أ.م.د عكلة سليمان	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى
✓ أ.م.د هناء المشهداني	إرشاد نفسي	كلية الآداب - الجامعة المستنصرية.
✓ أ.م.د يحيى الجنابي	إرشاد نفسي	كلية الآداب - الجامعة المستنصرية

(2) احمد عودة ؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ج2 : (اريد ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، 1998) ص342.

بما إن فقرات المقياس وتعليماته واضحة ومفهومة وغير قابلة للشكل والتأويل والتقييم الذاتي فضلا عن ملائمتها لجنس وعمر العينة وهذا ما أكده الخبراء والمختصين الذين سبق وعرض عليهم المقياس لذا فالمقياس ذا موضوعية عالية.

3-7 التجربة الاستطلاعية :

للتحقق من وضوح التعليمات وفقرات المقياس والزمن المستغرق للإجابة عليه طبق المقياس على عينة اختيرت من مجتمع البحث عشوائيا عددها (6) طالبات وأجريت التجربة في تمام الساعة العاشرة من صباح يوم الثلاثاء الموافق 2006/2/28 وتبين أن جميع الفقرات والتعليمات واضحة ومفهومة .

3-8 الاختبار القبلي :

تم إجراء الاختبار القبلي في تمام الساعة العاشرة من صباح يوم الثلاثاء الموافق 2006/3/7 على طالبات الصف الأول في كلية التربية الرياضية البالغ عددهن (60) طالبة .

3-9 البرنامج الإرشادي التعليمي :

بعد تفرغ نتائج المقياس الذي طبق على العينة تم تحديد أهم المشكلات التكيفية مع الحياة الجامعية ، إذ تم اعتماد الفقرة الحائزة على متوسط (3) درجات فما دون هي مشكلات تكيفية وفي ضوء ذلك تم تحديد الحاجات ، بعدها عرض البرنامج الإرشادي التعليمي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الإرشاد التربوي والنفسي^(*) ينظر ملحق (2) للتأكد من مدى مناسبة الأهداف والأنشطة المستخدمة والزمن المطلوب لتحقيق الأهداف الرامية إلى معالجة المشكلات التكيفية لطالبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية .

ورتبت المشكلات التكيفية التي تعبر عن حاجات الطالبات حسب أهميتها وأولويتها إن هناك (19) مشكلة رتبت تنازليا موزعة (7) منها خاصة بالمجال الأكاديمي و(6) خاصة بالمجال النفسي

(* الخبراء والمختصين هم :

كلية الآداب -الجامعة المستنصرية	إرشاد نفسي	✓ أ.د. جاسم فياض الشمري
كلية الآداب -الجامعة المستنصرية.	إرشاد نفسي	✓ أ.م.د. إقبال الدوري
كلية الآداب_ الجامعة المستنصرية.	إرشاد النفسي	✓ أ.م.د. هناء المشهداني
كلية الآداب - الجامعة المستنصرية.	إرشاد نفسي	✓ أ.م.د. يحيى الجنابي
كلية التربية الأساسية-الجامعة المستنصرية	إرشاد نفسي	✓ أ.م.د. أكرم الراوي
كلية التربية الأساسية-الجامعة المستنصرية	إرشاد نفسي	✓ أ.م.د. صباح خلف الطائي

و(6) فقرة خاصة بالمجال الاجتماعي ومن ثم تم تطبيق أسلوب الإرشاد الجمعي من خلال تحقيق (10) جلسات ينظر ملحق رقم (2) بواقع جلستين أسبوعياً زمن كل منها ساعة واحدة وللايام (الأحد والثلاثاء) واعتباراً من 2006/3/14 وعلى الرغم من قيام الباحثان بضبط المتغيرات الداخلية التي قد تؤثر على التجربة الرئيسة فضلاً عما تقتضيه الأمانة العلمية من الباحثان لإعطاء صورة حقيقية عند تنفيذ البرنامج فقد تزامن مع تنفيذ البرنامج عطل نتيجة للظروف الأمنية التي يمر بها البلد والمحافظة والتي تم تعويضها في أيام أخرى ، واستخدم الباحثان في البرنامج عدة أنشطة تمثلت في المحاضرة والمناقشة وعرض نماذج أفلام وألعاب ومسابقات رياضية وزيارات ميدانية والتعزيز الاجتماعي ، وفي ضوء ذلك تم بناء البرنامج الإرشادي التعليمي الذي طبق على المجموعة التجريبية بعد أن تم إبلاغ الطالبات عن مكان وزمان الجلسات الإرشادية فضلاً عن المحافظة عن سرية ما يدور خلال هذه الجلسات.

3-10 الاختبار البعدي :

بعد انتهاء فترة تنفيذ البرنامج الإرشادي الذي بدأ بتاريخ 2006/3/14 على المجموعة التجريبية ولغاية 2006/5/2 طبق الاختبار البعدي على طالبات المجموعتين التجريبية والضاغطة.

3-11 الوسائل الإحصائية :

وقد استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) في استخراج نتائج البحث.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس التكيف مع الحياة الجامعية وتحليلها :

الجدول (2)

يوضح درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وفروق الدرجات ورتبها

دلالة الفروق	قيمة و		الرتب ذات	الرتب ذات	رتب الفروق	ف قبلي - بعدي	درجات المجموعة التجريبية		تسلسل الأفراد
	الجدولية	المحسوبة	الدلالة السالبة	الدلالة الموجبة			الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
دال إحصائياً	8	صفر	1	لا توجد	1	32-	185	153	1
			6		6	26-	180	154	2
			1.5		1.5	20-	175	155	3
			4		4	24-	179	155	4
			5		5	25-	180	155	5
			3		3	23-	179	156	6
			9		9	34-	190	156	7
			8		8	31-	188	157	8
			12		12	38-	196	158	9
			1.5		1.5	40-	200	160	10
			12		12	38-	198	160	11
			7		7	28-	188	160	12
			14		14	39-	200	161	13
			10		10	37-	198	161	14
			12		12	38-	201	163	15
							189.133	157.666	المتوسط

الفرضية الأولى :

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي التعليمي وبعده ، في حين تشير نتائج الجدول (2) إن متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي قد بلغ (157.666) ومتوسط درجات الاختبار البعدي بلغ (189.133) في التكيف مع الحياة الجامعية ، وعند تطبيق قانون

ولكوكسن للعينات المترابطة تبين ان الفرق دال إحصائيا ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية عند مستوى دلالة (0.05) إذ بلغت القيمة المحسوبة (صفر) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (8) .

2-4 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة على مقياس التكيف مع الحياة الجامعية وتحليلها: الجدول (3)

يوضح درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وفروق الدرجات ورتبها

دلالة الفروق	قيمة و		الرتب ذات	الرتب ذات	رتب	ف قبلي	درجات المجموعة الضابطة		تسلسل الأفراد
	الجدولية	المحسوبة	الدلالة السالبة	الدلالة الموجبة	الفروق	- بعدي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
غير دال إحصائياً	8	60		2.5	2.5	2	168	170	1
				2.5	2.5	20	170	172	2
				1	1	1	171	172	3
			11		11	7-	180	173	4
				4.5	4.5	4	170	174	5
			15		15	14-	189	175	6
				7.5	7.5	5	175	180	7
			7.5		7.5	5-	185	180	8
				13.5	13.5	10	170	180	9
				7.5	7.5	5	175	180	10
			12		12	9-	189	180	11
			4.5		4.5	4-	187	183	12
			10		10	6-	190	184	13
			7.5		7.5	5	180	185	14
				13.5	13.5	10	175	185	15
				178.266	178.2	المتوسط			

الفرضية الثانية :

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي ويتضح من نتائج الجدول (3) إن متوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي قد بلغ (2.178) في حين بلغ متوسط الاختبار البعدي (178,266) في التكيف مع الحياة الجامعية وعند تطبيق قانون ولكوكسن للعينات المترابطة أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في التكيف بين درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى دلالة (0.05) إذ بلغت القيمة المحسوبة (60) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (8) .

3-4 عرض نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها:

الجدول (4)

يوضح درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

دلالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة U		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		تسلسل الأفراد
		الجدولية	المحسوبة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	الدرجة	
دال إحصائياً	0.05	23	44.5	16.5	185	1	168	1
				13.5	180	3	170	2
				7.5	175	5	171	3
				10.5	179	13.5	180	4
				13.5	180	3	170	5
				10.5	179	21.5	189	6
				23.5	190	7.5	175	7
				19.5	188	16.5	185	8
				25	196	3	170	9
				28.5	200	7.5	175	10
				26.5	198	21.5	189	11
				19.5	188	18	187	12
				28.5	200	23.5	190	13
				26.5	198	13.5	180	14
				30	2001	7.5	175	15
	299.5		166		المتوسط			

الفرضية الثالثة:

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ، ويتضح من نتائج الجدول رقم (4) إن هناك فروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية البالغ (189.133) في التكيف مع الحياة الجامعية وبين متوسط درجات المجموعة الضابطة البالغ (266.178) ولصالح المجموعة التجريبية ، وعند تطبيق قانون مان وتني للعينات المتوسطة الحجم أظهرت النتائج إن الفروق دالة إحصائياً ولصالح البرنامج الإرشادي التعليمي في الاختبار البعدي لاسيما كانت القيمة المحسوبة (44.5) والقيمة الجدولية (23) إذن ترفض الفرضية الصفرية.

مناقشة النتائج :

أولاً/ تم تطبيق المقياس في الاختبار القبلي للكشف عن المشكلات التكيفية مع الحياة الجامعية وبعد معالجة البيانات إحصائياً ظهر إن هناك (19) مشكلة تعاني منها طالبات المرحلة الأولى موزعة

على المجالات الأكاديمية والنفسية والاجتماعية وهي المجالات التي تضمنها المقياس ، ويعزو الباحثان سبب ذلك لقلة الخدمات الإرشادية والتوجيهية في الكلية فضلا عن كون السنة الأولى تعد تحديا صعبا لمعظم الطلبة كونها مرحلة انتقالية من الحياة المدرسية إلى الحياة الجامعية ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات والأبحاث السابقة كدراسة " خولة عبد الوهاب " (1) ودراسة " Han 1997 , (2) ودراسة "رياض وريكارت" (3) ، مع ملاحظة اختلاف حدت هذه المجالات من دراسة لأخرى .

ثانيا / التعرف إلى اثر البرنامج الإرشادي التعليمي في زيادة مستوى تكيف الطالبات مع الحياة الجامعية ، إن الطالبات اللواتي تلقن البرنامج الإرشادي ارتفع لديهن مستوى التكيف مع الحياة الجامعية بشكل ملحوظ عن الطالبات اللواتي لم يتلقن أي برنامج إرشادي ، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى حسن اختيار الأنشطة التي رافقت الجلسات الإرشادية والتي بعثت فيهن روح الاهتمام بالطالبات لتساعدنهم على تخطي قدراتهم المحدودة وليشعروا أنهم قد تعلموا شيئا نافعا من خلال تلك الأنشطة التي تميزت بجاذبيتها والتي نفذت بأسلوب مشوق ومثير من اجل ان تصبح فتاة اليوم امرأة صالحة في المستقبل القريب وتؤثر في حركة المجتمع من حيث نموه وتطوره ورقيه ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من " ابراهيم باجس ونزيه حمدي " (4) ودراسة " محمد السيد عبد الرحمن " (5) ودراسة " Jackson , 1999 " (6) والتي أشارت نتائجها إلى إن الطلبة الذين شاركوا في البرنامج الإرشادي اظهروا تحسن ملموس في مستوى التكيف مع الحياة الجامعية ، و يعزو الباحثان سبب ذلك التحسن إلى المشاركة الجادة والتفاعل البناء ما بين طالبات المجموعة التجريبية خلال تلقيهن الخبرات ذات الطابع الإرشادي التعليمي الذي كان له بالغ الأثر في تحسين وزيادة مستوى التكيف مع الحياة الجامعية لديهن من خلال شعورهن بأن هناك طالبات أخريات يعانن من صعوبات ومشكلات في التكيف والانتماء للجماعة سيما إن الأسلوب الجمعي واستخدام أساليب متنوعة منها المحاضرة

(1) خولة عبد الوهاب القيسي ؛ مشكلات طلبة المرحلة الأولى في الجامعة ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة بغداد ، 1992 .

(2) Han , Hoyong ; **Astudy of the adjustment of korean studnts in area pennsylvania** : (Dal /97, feb.1997

(3) رياض وريكارت ؛ مشكلات طلبة جامعة مؤتة الجناح المدني، وحاجاتهم الإرشادية : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد(26) ، العدد ، (2) ، 1999) .

(4) ابراهيم باجس ونزيه حمدي معالي ؛ تصميم برنامج إرشادي جمعي للتدريب على المهارات الدراسية واستقصاء فاعليته في تحسين التكيف لطلبة الجامعة الأردنية من ذوي التكيف الأكاديمي المنخفض : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (14) ، العدد(5) أيار ، 1992 ،

(5) محمد السيد عبد الرحمن ؛ دراسات في الصحة النفسية ، ج2، : (القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر ، 1998) .

(6) Jackson , A ; **Factors Related to Freshman Adjustment to college Attrition university of southern mississippi** : (Dal,95/8,Aac 9905693 , Feb . 1999)

والمناقشة ولعب الدور والتغذية الراجعة والتدريب الذاتي كان دوره ايجابيا في تنمية الجماعة وتطويرها وتحقيق أهدافها واكتساب السلوك الاجتماعي الجيد بما يساعد على إقامة العلاقات الجيدة بين أفراد المجتمع ، كما أن جامعة ديالى بصورة عامة وكلية التربية الرياضية ما زالت تفتقر إلى الدراسات والأبحاث التي تتقصى مشكلات الطلبة والتي تمكن الكلية من التعرف إلى هذه المشكلات وتحديد طبيعتها والمجالات التي تتركز فيها ليتمكن القائمون على أمور الكلية و الجامعة من معالجتها خاصة وان الكلية والجامعة ما زالت تفتقر لمركز متخصص في الإرشاد والتوجيه ليقوم ببناء الجانب النفسي والاجتماعي والأكاديمي والروحي والحركي و المساهمة في حل مشكلات الطلبة التي تؤدي إلى سوء تكيفهم.

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

1. ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية.
2. عدم ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية .
3. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية.
4. إن الأنشطة الرياضية كان لها بالغ الأثر في التفريغ الانفعالي لجو الطالبات .
5. إن البرنامج الإرشادي اثر بشكل ايجابي في تحسين وزيادة تكيف الطالبات مع الحياة الجامعية من خلال ما تضمنه من ألعاب وأنشطة حركية متنوعة أسهمت في إطلاق القدرات الكامنة للطالبات.

6. حاجة الطالبات الماسة للبرنامج الإرشادي التي تسهم في حل المشكلات النفسية والتربوية والاجتماعية.

5-2 التوصيات :

1. فتح مراكز إرشادية في كافة كليات الجامعة لأهميتها وفعاليتها .
2. الاهتمام بطلبة المرحلة الأولى لوجود نقلة في المناخ التنظيمي للجامعة.
3. استخدام المقياس في تشخيص حالات عدم التكيف للطلبة.
4. التأكيد على استخدام البرنامج الرياضي في التفرغ الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
5. تعيين مرشد تربوي داخل الكلية مهمته تنفيذ البرامج الإرشادية وتنظيم الخدمات الإرشادية ومساعدة الطلبة على حل مشكلاتهم التكيفية.
6. إجراء لقاءات إرشادية جماعية مع تدريسي الصفوف الأولى والتحدث معهم حول المشكلات التكيفية التي يواجهها الطلبة واختراع الحلول المناسبة لها والتأكيد على الدور التربوي والعلمي في تخفيف حدة هذه المشكلات ومعالجتها.
7. نشر الوعي بين أعضاء الهيئة التدريسية حول كيفية التعامل مع حالات سوء التكيف الجامعي .

المقترحات :

1. إجراء دراسات تخص معرفة الفروق لاستخدام البرنامج بين الطلاب والطالبات .
 2. تطبيق البرنامج على كليات ذات اختصاصات أخرى.
- المصادر العربية

- ابراهيم باجس ونزيه حمدي معالي ؛ تصميم برنامج إرشادي جمعي للتدريب على المهارات الدراسية واستقصاء فاعليته في تحسين التكيف لطلبة الجامعة الأردنية من ذوي التكيف الأكاديمي المنخفض : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (14) ، العدد (5) أيار ، 1992) .
- احمد عودة ؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ج 2 : (اريد ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، 1998)
- خوله عبد الوهاب القيسي ؛ مشكلات طلبة المرحلة الأولى في الجامعة : (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة بغداد ، 1992) .
- رياض وريكارث ؛ مشكلات طلبة جامعة مؤتة الجناح المدني، وحاجاتهم الإرشادية : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (26) ، العدد ، (2) ، 1999) .
- زكريا محمد الظاهر (وآخرون) ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية: (عمان، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع، 1999) .
- صباح محمود محمد ؛ الموسوعة التربوية النفسية ، ط1 : (بغداد ، ب م ، 1996)
- عدنان محمد حسن ؛ الإرشاد التربوي : (بغداد ، وزارة التربية ، 1986) .
- مجموعة أعضاء هيئة التدريس ؛ خصائص المرشد النفسي المدرسي ومهامه ، فعاليات الورشة النفسية العربية الثالثة ، الجمعية السورية للعلوم النفسية والعلوم التربوية ، جامعة دمشق ، كلية التربية ، 1998 .

- محمد السيد عبد الرحمن ؛ دراسات في الصحة النفسية ، ج2، : (القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر ، 1998) .
- محمد جعفر الليل ؛ دراسة بعض المتغيرات المرتبطة بالتوافق مع المجتمع الجامعي لطلاب وطالبات جامعة الملك فيصل : (المجلة العربية للتربية ، المجلد (13) ، العدد (1) يونيو، 1993).
- محمود محمد عطية ؛ التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب مع البيئة المدرسية وعلاقته بالتحصيل : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة /كلية التربية ، 1997) .
- موسى جبريل و(آخرون)؛ التكيف والرعاية الصحية والنفسية:(عمان، منشورات جامعة القدس المفتوحة، 1992) .
- نزيه حمدي(وآخرون)؛ الإرشاد التوجيه في مراحل العمر، ط1:(عمان، منشورات جامعة القدس المفتوحة 1998) .
- يحيى داود سلمان الجناحي ؛ بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية في الجامعات الأردنية : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية / كلية التربية ، 2001).
- يوسف عبد الفتاح محمد ؛ اتجاهات بعض طلاب جامعات الإمارات نحو الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بتوافقهم الدراسي : (مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ، العدد(8) ، السنة الرابعة ، يوليو ، 1995) .

المصادر الأجنبية

- ¹) Han , Hoyong ; Astudy of the adjustment of korean studnts in area pennsylvan: (Dal /97, feb.1997)
- ²) Jackson , A ; Factors Related to Freshman Adjustment to college Attrition university of southern mississippi : (Dal,95/8,Aac 9905693 , Feb . 1999) .

بسم الله الرحمن الرحيم

ملحق (1)

استمارة الاستبانة

عزيزتي الطالبة

تحية طيبة ..

يروم الباحثان إجراء بحثهما الهادف لقياس التكيف مع الحياة الجامعية لدى طالبات كلية التربية الرياضية وبالنظر لاختياركم ضمن عينة البحث ، يرجى تفضلكم بقراءة فقرات المقياس قراءة دقيقة والإجابة عليها من خلال وضع إشارة () في الحقل الذي ترونه مناسباً راجين أن تكون الإجابة دقيقة وعلمية وصريحة خدمة للبحث العلمي أملين تعاونكم معنا للتعرف على المشكلات التكيفية التي يواجهها لطلبة الجدد.

مع أفر التقدير

ت	الفقرات	تتطبق علي تماما	تتطبق علي كثيرا	تتطبق علي أحيانا	تتطبق علي قليلا	لا تتطبق علي إطلاقا
1	أشعر إن بعض المواد الدراسية بعيدة عن التخصص الذي أدرسه .					
2	أواجه صعوبة في الحصول على المراجع والكتب .					
3	أشعر بالارتياح إلى جو الامتحانات في الكلية .					
4	أشعر بالارتياح إلى نوعية المسافات الدراسية المتوفرة في الكلية .					
5	أجد صعوبة في المواد التي أدرسها .					
6	أشعر بالخجل عندما أناقش موضوع الدرس أمام زملائي					
7	أشعر إن اختصاصي الحالي لا ينسجم مع ميولي الأكاديمية .					
8	افتخر بانتمائي إلى كليتي الحالية .					
9	أشعر إن بعض المواد الدراسية التي أدرسها لا تواكب التطور العلمي .					
10	أجد صعوبة في تدوين الملاحظات خلال المحاضرات .					
11	أعاني من كثرة الامتحانات خلال الفصل الدراسي .					
12	استمتع بالمناقشات العلمية خلال محاضرات بعض الأساتذة .					
13	أجد صعوبة بالاختلاط بالجنس الآخر .					
14	أشعر أن الأساتذة يتفهمون مشكلاتنا الدراسية					
15	أشعر بالحرمان من أشياء كثيرة متوفرة لدى زملائي .					
16	أشعر بالسعادة خلال وجودي في المحاضرة .					
17	أشعر إن نتائجي الأكاديمية ضعيفة بالنسبة للجهد الكبير الذي أبذله .					
18	أشعر بالارتياح عندما يغيب بعض الأساتذة عن					

					المحاضرات .	
					يكسبني التحاقى بالجامعة خبرات ومهارات جديدة .	19
					أفكر في تأجيل دراستي الجامعية .	20
					اشعر بالتردد في عرض مشكلاتي الخاصة على أصدقائي .	21
					اشعر بالوحدة حتى أثناء وجودي مع زملائي الطلبة .	22
					اشعر بالارتباك إذا فكرت باقتراح فكرة لأبدأ بها المناقشة مع زملائي .	23
					اشعر بضعف قدرتي على التركيز أثناء مذاكرة دروسي	24
					أحس بأن شخصيتي ثانوية في الفعاليات التي يقوم بها زملائي الطلبة .	25
					اشعر بالنجاح في حياتي الجامعية .	26
					اشعر بتقدير ومحبة الأساتذة لي .	27
					اشعر بأنني أستطيع تحقيق طموحي الدراسي .	28
					يؤلمني إهمال الزملاء لأرائي .	29
					يضايقتني تدني مكانتي الاجتماعية بين زملائي الطلبة .	30
					اشعر بأن حياتي الجامعية مليئة بالتفاؤل والنجاح .	31
					أحس إن علاقتي بزملائي في الدراسة على ما يرام .	32
					اشعر بالسعادة عندما أكون داخل الجامعة .	33
					اشعر بالمتعة عندما اقضي الوقت مع زملائي الطلبة في الجامعة .	34
					أجد صعوبة كبيرة في تحمل الضغوط التي أتعرض لها في الجامعة .	35
					أجد صعوبة في التكيف إلى طريقة تدريس بعض الأساتذة .	36
					اشعر بالصداع عند دخولي الجامعة .	37
					يسعدني دعوة زملائي لي في مشاركتهم في رحلة جماعية .	38

					ينقصني ضبط انفعالاتي بطريقة ملائمة أثناء المحاضرات .	39
					يسعدني أن يكون معظم أصدقائي من طلبة الجامعة .	40
					اشعر بالضيق عند تواجدي بالتجمعات الطلابية .	41
					تراودني أحلام اليقظة أثناء المحاضرات .	42
					اشعر بالانسجام مع جو الجامعة .	43
					اشعر بوجود من يفهمني من زملائي الطلبة .	44
					اشعر بأن معظم الطلبة يستمتعون بالحديث معي .	45
					اشعر بأنني أتمتع بشخصية اجتماعية .	46
					اشعر بنشاط وهمة عندما يبدأ اليوم الدراسي .	47
					أحاول أن استثمر الوقت الذي اخصصه للدراسة بصورة صحيحة .	48
					أجد صعوبة في كيفية استخدام المكتبة .	49
					لدي رغبة في الانتقال إلى جامعة أخرى .	50
					يسعدني المشاركة في المؤتمرات العلمية التي تعقد في الجامعة .	51

أ.م.د. صالح مهدي حسن

م. ثائر رشيد حسن