الفـــــــــهرس	الصفحة
شكر و تقدير	
إهداء	
فهرس المحتويات	أ
قائمة الجداول	ج
قائمة الملاحق	د
المقدمة	1
الباب الأول : الجانب النظري	
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	
1-إشكالية الدراسة	7
2-فرضيات الدراسة	11
3-أهمية الدراسة	12
4-أهداف الدراسة	13
5-تحديد المفاهيم الدراسية	13
6-الدراسات السابقة	14
7-تعقيب	17
الفصل الثاني :المهارات الاجتماعية	
1-تمهيد	21
2-تعريف المهارات الاجتماعية	22
3- خصائص المهارة و الأداء الماهر	23
4-خصائص الأداء الماهر عن الأداء العادي	25
5-الكفاءة في المهارات الإجتماعية	27

6-القصور في المهارات الاجتماعية	28
7-أنواع المهارات الاجتماعية	30
8-عناصر المهارات الاجتماعية	33
9-المكونات الأساسية للمهارات الاجتماعية	34
10-وظائف المهارات الاجتماعية	36
11-طرق و أساليب اكتساب المهارات الاجتماعية	38
12-مبادئ لتدريب على المهارات الاجتماعية	42
13-آليات التدريب على المهارات الاجتماعية	42
14-خلاصة الفصل	44
الفصل الثالث :التكيّف الأكاديمي	
1- تمهيد	47
2-مفهوم التكيف اصطلاحا	48
3-تعريف التكيف الأكاديمي	49
4-النظريات المفسّرة للتكيف	50
5-معايير التكيف	54
6-التكيف الأكاديمي	58
7-التكيف الأكاديمي و المرحلة الجامعية	62
8-التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة	69
9-الإرشاد الأكاديمي	72
10- النشاطات الطلابية	74

11-خلاصة الفصل	75
الباب الثاني : الجانب الميداني	
الفصل الرابع: منهجية الدراسة	
1- تمهيد	79
2-منهج البحث	79
3- الدراسة الإستطلاعية	80
4- عينة البحث	80
5-الأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل البيانات	82
6-أدوات البحث	83
الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج	
1- عرض نتائج الدراسة	90
2- تفسير النتائج و مناقشتها	99
3-الإستنتاج العام	102
4-خاتمة	104
5-الاقتراحات	107
المراجع	109
الملاحق	117

فهرس الجداول

رقم الجدول	قائمة الجداول	الصفحة
1	توزيع عينة البحث حسب الجنس	81
2	توزيع عينة البحث حسب التخصص	82
3	وصف للأبعاد التي يحتويها الاستبيان	84
4	قائمة الأساتذة المحكمين للاستبيان تعلم المهارات الاجتماعية	86
5	نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم الاجتماعية حسب الجنس لتخصص العلوم التكنولوجية	90
6	نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية حسب الجنس لتخصص العلوم الإنسانية	91
7	نتائج أفراد العينة للسداسي الأول حسب الجنس تخصص العلوم و التكنولوجية	92
8	نتائج أفراد العينة حسب الجنس للسداسي الأول تخصص العلوم الإنسانية	93
9	العلاقة الإرتباطية بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لدى تخصُصين العلوم التكنولوجية والعلوم الإنسانية	95
10	اختبار الفروق المشاهدة لنتائج أفراد عينة بين تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية على مقياس تعلم المهارات الاجتماعية	96
11	اختبار الفروق المشاهدة لنتائج أفراد عينة بين تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية في نتائج السداسي الأول	98

فهرس الملاحق

رقم الملحق	الملحق	الصفحة
01	قائمة الأساتذة المحكمين على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية	118
02	استبيان تعلم المهارات الاجتماعية	119
03	معطيات و نتائج الدراسة على نظام ال SPSS	122

-مقدمة:

إن الكائن البشري لا يمكنه العيش بمفرده داخل بيئة ما، مليئة بالمثيرات المتنوعة التي تؤثر فيه و يتأثر بها بطريقة أو بأخرى ، فالحياة من أساسياتها التعامل و الأخذ و العطاء بين الأفراد حتى تستمر ، و من هنا أصبحت العلاقات الإنسانية غاية في الأهمية حتى تسير الحياة الاجتماعية بصورة مقبولة ،فالتواصل ضرورة إنسانية و حاجة الإنسان له لا تقل عن حاجته للأمن و الغذاء والمأوى، كما أنه العيش في ظل شبكة من العلاقات تتضمن الوالدين والأقارب، الجيران الأصدقاء و غيرهم من المحيطين به يتطلب بعض المهارات الاتصالية التي تعمل على توطيد الصلة مع الآخرين و القدرة على فهمهم، و كل هذا لا يحدث الا اذا كان للفرد القدرة على الإنصات و تفهم الآخرين و مشاركتهم وجدانيا و غيرهم من المزايا التي تعرف بمصطلح المهارات الاجتماعية ،و هي قدرات نوعية للتعامل الفعال مع الآخرين في مواقف محددة بالشكل الذي يحقق أهدافا معينة سواء فيما يتعلق بالشخص أو بالأشخاص الآخرين. فنجد دراسة "**مارجاليت**" التي أوضحت فعالية برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية في تعزيز التوافق الإجتماعي لدى بعض الفئات من المتخلفين عقليا حيث أظهروا تحسنا في التعاون مع الزملاء و ارتفاعا في مستوى التوكيدية.

(كاشف و عبد الله، 2009 ، ص197).

كما وجد "**كمبال**" أن الأطفال الذين يعانون من اضطرابات في السلوك، يبدون فقرا في المهارات الاجتماعية و يتميزون بعدم التوافق الإجتماعي مقارنة بأقرانهم الغير مضطربين .

(طايبي، 2007 ، ص9).

كما أوضحت "**عزة عبد الكريم مبروك**"، **(2002)** أن المهارات الاجتماعية لها دور هام في نجاح الفرد في إقامة علاقات تفاعل اجتماعي كفئ مع الآخرين و مدى قدرته على مواصلة هذا التفاعل و انخفاض هذه المهارات قد يفسر الإخفاق الذي يعانيه بعض الأفراد في مواقف الحياة العملية.

(عبد الكريم عزة، 2002 ،ص2).

و موضوع بحثنا تناول المهارات الاجتماعية من المنظور الأكاديمي و حصرناها في تعلم المهارات الاجتماعية المتعلقة بالطالب في الجامعة و الجانب الأكاديمي أكثر منه جانب اجتماعي، و كانت عينة الدراسة حول طلاب المستوى الأول جامعي لعينة من طلاب جامعة الدكتور يحيى فارس بولاية المدية، و أخذنا تخصصين تخصص العلوم التكنولوجية وتخصص العلوم الإنسانية ، في عينة إجمالية قدرت ب 70 طالب و طالبة .

و انطلقت دراستنا من فرضية إمكانية وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لطلبة مستوى أولى جامعي

تناولنا جانبين : **الجانب الأول النظري** يحتوي على ثلاث فصول :

الفصل الأول تناولنا فيه مدخل الدراسة و الإشكالية و الفرضيات، و أهمية الدراسة و أهداف الدراسة و تحديد المفاهيم إجرائيا و الدراسات السابقة ،و **الفصل الثاني** تناولنا المتغير المستقل المهارات الاجتماعية و أهم التعريفات و خصائصها و مكوناتها و أساليب و طرق تعلمها و أيضا آليات التدريب للمهارات الاجتماعية و أهم المبادئ التي تحكمها ،و **الفصل الثالث** الذي تناولنا فيه التكيف الأكاديمي و أهم تعريفاته و معايير التكيف و أهم النظريات التي تناولت التكيف كمفهوم عام ، و أيضا تناولنا التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة ، و أهم المشكلات التي تواجه الطالب في الجامعة ، و أيضا أهمية الإرشاد الأكاديمي بالنسبة للطالب و الجامعة ، و النشاطات الطلابية التي من شأنها أن تساعد الطالب على الاندماج في جو الجامعة

الجانب التطبيقي : الذي تناولنا فيه فصلين .

الفصـــل الأول : احتـوى علـى الجانـب المنهجـي للدراسـة انطلاقـا مـن مـنهج الدراسـة و الدراسـة الاستطلاعية و العينة و الأساليب الإحصائية المستخدمة ، وأدوات البحث .

الفصل الثاني : تناولنا فيه عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها و الاستنتاج الذي قمنا فيه بالتحقق من صحة الفرضيات البحثية ، و أيضا الخاتمة و الاقتراحات ،و استخدمنا في هذه الدراسة أساليب ، و انتهت الدراسة بتحقق الفرضية البحثية وهي وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائيا بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لمستوى سنة أولى جامعي لدى عينة من طلاب جامعة الدكتور يحيى فارس بالمدية.

و كانـت حوصـلة الدراسـة أنـه كلمـا زاد تعلـم المهـارات الاجتماعيـة زاد التكيـف الأكـاديمي ، و أن تخصص العلوم التكنولوجية أقل تعلما للمهارات الاجتماعية بالمقارنة مع تخصص العلوم الإنسانية ، و أن تخصص العلوم التكنولوجية أقل تكيفا من تخصص العلوم الإنسانية ،و النتائج البحثية تؤكد ذلك.

الفصل الأول :

الإطار العام للدراسة

1-إشكالية الدراسة

2-فرضيات الدراسة

3-أهمية الدراسة

4-أهداف الدراسة

5-تحديد مفاهيم الدراسة(المهارات الاجتماعية، التكيّف الأكاديمي)

6- تعقيب عن الدراسات السابقة

1) – إشكالية الدراسة:

في ظل تحديات العصر المتسارعة، و العولمة التنافسية و متطلبات سوق العمل المتغيرة، و فرص العمل التي تسعى الأمم جاهدة إلى تطوير المنظومة التعليمية، لما لها من تأثير مباشر على الجوانب الاقتصادية و المجتمعية للفرد.

و يعتمد المجتمع بدرجة كبيرة على مؤسسات التعليم العالي في إعداد أبنائه القادرين على تلبية احتياجاته، و توفير متطلبات المهن و فرص عمل جديدة. و فى ضوء ذلك توفر هذه المؤسسات المواصفات التي ينبغي أن يتحلى بها الخريج الذي يعمل بالمهن المختلفة.

و يتصف التعليم الجيّد في عصر المعرفة باكتساب الطالب القدرة على الإبداع و الابتكار، و استخدام التكنولوجي و التعلّم الذاتي، و التعلم مدى الحياة، و من ثم التحول من نمط التعلم التقليدي إلى نمط التعلم الفعّال و هو الأمر الذي يجعل من الضروري تطوير المؤسسات التعليمية و فاعليتها التعليمية بما في ذلك التنمية المهنية المستدامة للعاملين بها لتحقيق التميز و التنافسية، و لتصبح قادرة على إنتاج و نشر المعرفة و تنمية المهارات و تحويلها إلى مقدرات اقتصادية فعلية تخدم خطط التنمية الشاملة.

كما تعد المهارات الاجتماعية مهارات حياتية يحتاجها الناس كافة، لذا ينبغي إكسابها وتنميتها عند الطلبة في جميع مراحلهم الدراسية، و منها المرحلة الجامعية، حتى يكونوا بذلك أكثر تفاعلاً مع العالم المحيط بهم و لكونها تلعب دوراً أساسياً و هاماً في انسجام الفرد و توافقه مع المحيط الذي يعيش فيه ، ليصبح اجتماعيا و كونها تشكل هدفاً تربوياً يمثل جانباً أساسياً من جوانب شخصية المتعلم، فالإنسان اجتماعي بطبعه ، و يحتاج إلى التعامل مع الجماعات المختلفة داخل المجتمع الواحد تعاملاً يعود عليه بالنفع و على المجموعة التي ينتمي إليها ، فهو يحتاج منذ صغره إلى

اكتساب خبرات اجتماعية تجعله يتكيف مع هذه الجماعة ، و لعل أبرز تلك الخبرات مهارات التعامل مع المجتمع.

و قد تبين أن هناك فروقًا بين الدراسة في الثانوية و الدراسة في الجامعة منها :إن الدراسة في الجامعة تحتاج إلى مهارات متميزة كاستخدام المكتبة، و القراءة السريعة ، و أخذ الملاحظات و كتابة الأبحاث و التقارير ، و يعتمد التعليم الثانوي على الاستذكار بينما في الجامعة يعتمد على التحليل و غيره من مهارات التفكير، و يعتمد الطالب على المدرس في الثانوية أكثر من اعتماده على المدرس بالجامعة. و المهارات الاجتماعية لها دور في تكيف الأفراد نفسيا و اجتماعيا في مختلف مجالات الحياة، و لكي تتم الإنتاجية يجب أن يكون هناك تكوين لهؤلاء الطلاب ولكي يكون التكوين على أكمل وجه يجب أن يتحلى الطالب ببعض المهارات التي يمكن أن تساعده في النجاح في هذا التكوين و أيضا النجاح في العمل مستقبلا، و نريد أن ندرس المهارات الاجتماعية في الجامعة و لدى الطلاب فقد تم تناول موضوع المهارات الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي و أيضا المدرسي و لكن ضمن تحديات العصر الجديدة صار الطلاب يجدون صعوبات داخل الجامعة فصاروا مقيّدين عوضا أن يكونوا منفتحين على العالم لأنهم في مرحلة تنقلهم لطور آخر من الشغل و التفاعلات الاجتماعية و إن لم يكتسب هؤلاء الطلاب المهارات الاجتماعية اللازمة لتكيفهم و مراحل الدراسة و الشغل سيكون هنالك مشاكل في المستقبل و إن كان بعض الطلبة مفتقدين لهذه المهارات هناك إستراتيجيات لتعلم هذه المهارات اللازمة لتكيف الفرد ضمن جماعة الدراسة أو العمل .

و من الدراسات التي اهتمت بأهمية المهارات الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي نجد دراسة "**مارجاليت**" التي أوضحت فعالية برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية في تعزيز

التوافق الإجتماعي لدى بعض الفئات من المتخلفين عقليا حيث أظهروا تحسنا في التعاون مع الزملاء و ارتفاعا في مستوى التوكيدية.

(كاشف و عبد الله، 2009 ، ص197).

في حين يرى" **برادي**" أن تدريب المرضى السيكالتريين على مهارات اجتماعية يؤدي إلى تحسن واضح في القلق الإجتماعي و كذا في التوافق الإجتماعي.

كما وجد "**كمبال**" أن الأطفال الذين يعانون من اضطرابات في السلوك، يبدون فقرا في المهارات الاجتماعية و يتميزون بعدم التوافق الإجتماعي مقارنة بأقرانهم الغير مضطربين .

(طايبي، 2007 ، ص9).

كما أوضحت "**عزة عبد الكريم مبروك**"، **(2002)** أن المهارات الاجتماعية لها دور هام في نجاح الفرد في إقامة علاقات تفاعل اجتماعي كفئ مع الآخرين و مدى قدرته على مواصلة هذا التفاعل و انخفاض هذه المهارات قد يفسر الإخفاق الذي يعانيه بعض الأفراد في مواقف الحياة العملية.

(عبد الكريم عزة، 2002 ،ص2).

و في نفس السياق تمكن الفرد من إقامة علاقات وثيقة مع المحيطين بهم و الحفاظ عليها، من منطلق أن إقامة علاقات ودية من بين المؤشرات الهامة للكفاءة في العلاقات الشخصية، فالفرد يعيش في ظل شبكة من العلاقات التي تتضمن الوالدين الأقارب و من ثم فإن نمو تلك المهارات ضروري للشروع في إقامة علاقات شخصية ناجحة ومستمرة معهم.

إذ يوضح "**ألتمان و تايلور**" أنها مركزية لنمو العلاقات الوثيقة حيث يصعب تصور علاقة وثيقة بمعزل عن قدر مناسب منه، يتبادله الطرفان و ينمو بالتدريج من حيث العمق و الاتساع عبر تاريخ العلاقة، فضلا عن الإنصات و تفهم الآخرين و مشاركتهم و وجدانيا.

(فرج شوقي، 2003 ، ص19).

كما يعد التكيف مع الحياة الجامعية متطلبًا أساسيًا لنجاح الطلبة و استمرارهم بالدراسة الجامعية ، و يتأثر تكيّف الطلبة مع الحياة الجامعية بمشكلات عدّة تسهم في إعاقة تكيّفهم و تحدّ من تحقيق أهداف الجامعة في بناء الطالب علميا و الإسهام في نمو شخصيته و من هذه المشكلات، المشكلات النفسية مثل: تدني الثقة بالذات، و التوتر النفسي، و المشكلات الاجتماعية مثل: صعوبة تكوين علاقات إيجابية مع الأساتذة و الطلبة ، و المشكلات الدراسية مثل: تدني مستوى التحصيل، و اختيار التخصص و تنظيم الوقت ، و استثماره ، و استخدام المكتبة ، و كتابة التقارير، و الأبحاث .

إضافة إلى ذلك: ضعف الإعداد المسبق لدخول المرحلة الجامعية، اختلاف الجو الجامعي التعليمي عن الجو التعليمي في الثانوية، و تباين أساليب التدريس و طريقة الاختبارات، كما أن الجامعة تعطي طلبتها حرية أوسع و مسؤولية أكبر بعكس الثانوية، فضلا عن مشكلات دراسية و اجتماعية و نفسية و تربوية أخرى، قد تعيق نجاح الطالب الجامعي و تقدمه .

حيث تعتبر الجامعة تجربة جديدة للطلبة ، مختلفة عن التجارب التعليمية السابقة ففيها كثير من المشكلات و الخبرات الجديدة ، التي عليهم اجتيازها ، و مواجهتها ، و التكيّف معها مثل : التعرّف إلى أنظمة الجامعة و لوائحها و اختيار التخصص و التكيّف معه و الاختيار المهني و الإعداد لمهنة المستقبل، و ما يرتبط بذلك من اتخاذ قرارات ذات أهمية بمستقبل الطلبة و حياتهم العلمية.

و انطلاقا من دراستنا هذه فإن بحثنا يحاول دراسة موضوع نسب الإنتقال إلى السنة الثانية جامعي التي قلّت و الضغط التي تشهده جامعات الجزائر، فقد بلغ عدد المسجلين بالسنة أولى جامعي في السنوات الفارطة حوالي مليون طالب، إلا أن عدد المنتقلين إلى السنة الثانية جامعي حوالي مئتين ألف طالب ، فالتساؤل المطروح أين العدد المتبقي من الطلبة، فالنسبة المتبقية تدعونا إلى محاولة الكشف عن عدم الإنتقال لهذه النسبة الكبيرة و الأغلبية يعاد توجيههم و هذا راجع لأسباب عديدة ربما لنقص المهارات اللازمة لتكيف الطالب أكاديميا ، لكن هل توجد صحيح هذه الكفاءات أو المهارات التي تساعد الطالب على تجاوز المشكلات الأكاديمية و اكتساب المهارات الاجتماعية التي تساعده على التكيف الأكاديمي و سنخص بدراسة المهارات الاجتماعية و علاقتها بالتكيف الأكاديمي ذلك لكونها من العناصر المهمة التي تحدد طبيعة التفاعلات اليومية للطلبة السنة الأولى مع المحيط الجامعي لما يواجه الكثير الطالب من مشكلات في التكيّف، خاصة الطلبة الذين ينتقلون من المرحلة الدراسية الثانوية إلى المرحلة الجامعية، حيث أن البيئة الثقافية والاجتماعية جديدة ، يرافقها العديد من الضغوطات، ومواقف متعدّدة تحتّم على الفرد الوصول إلى تكيّف مثالي.

- **و منه يمكننا أن نطرح الإشكالية التالية:**

*هل توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيّف الأكاديمي لدى طلبة المستوى أولى جامعي لعيّنة من طلاب جامعة المدية ؟.

2)- فرضية الدراسة:

*توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين اكتساب المهارات الاجتماعية و درجة التكيّف الأكاديمي لطلبة المستوى الأولى جامعي.

- **الفرضيات الجزئية**

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات (العلوم التكنولوجية و العلوم الإنسانية) في تعلم المهارات الاجتماعية لدى طلبة مستوى أولى جامعي .

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات (العلوم التكنولوجية و العلوم الإنسانية) في التكيّف الأكاديمي لدى طلبة مستوى أولى جامعي .

3)- أهمية الدراسة:

ترجع أهمية البحث الحالي في أنه يسلّط الضوء على أهمية المهارات الاجتماعية في تحقيق التكيّف الأكاديمي لدى طلبة المستوى أولى جامعي، كما تتجلى أهمية هذا البحث في التعرّف على المهارات الاجتماعية باعتبارها قدرات نوعية سواء لفظية أو غير لفظية للتعامل الفعّال مع الآخرين و التي تبرّر دوره بصورة واضحة في الحياة اليومية للطلبة الجامعيين و تكيّفهم الأكاديمي .

و كل هذا سوف ينتج قدرا من المعلومات للباحثين في هذا التخصص يساعدهم على الدراسة و التعمق أكثر في كيفية اكتساب و نمو المهارات الاجتماعية للطلبة الجامعيين، بهدف علاج أو تنمية جوانب الضعف و القصور في المهارات الاجتماعية للطلبة التي لها تأثير على حياتهم اليومية و بصفة مباشرة بتكيّف الطالب مع الفرد (الأستاذ) و الجماعة (الأقران من الطلبة في الجامعة أي الزملاء)

4)- أهداف الدراسة:

لكل دراسة أو بحث هدف أو غرض حتى يكون ذا قيمة علمية و تتلخص هذه الأهداف في:

- ✓ - التعرف على أهمية اكتساب المهارات الاجتماعية في التحقيق التكيف الأكاديمي لطلبة الأولى جامعي.
- ✓ - التعرف على مستوى المهارات الاجتماعية و مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الأولى جامعي أي بعد الدخول العام.
- ✓ - التعرف على مدى وجود ارتباط بين أبعاد المهارات الاجتماعية و درجة التكيف الأكاديمي عند طلبة الأولى جامعي.

5)- تحديد مفاهيم البحث إجرائيا:

5-1)- المهارات الاجتماعية:

و تمثل الطريقة أو الكيفية التي يتصرف بها الطالب في تعاملاته اليومية و هذا من خلال ما يصدر منه أو من الآخرين فهي عملية متبادلة بين الأفراد و الجماعات.

و في بحثنا هذا يتحدد مفهوم المهارات الاجتماعية إجرائيا بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية الذي تم بناءه و تمت المصادقة عليه من لجنة المحكمين بالجامعة ، بحيث أعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها الطالب هي 200 درجة ، و أدنى درجة يمكن أن يتحصل عليها الطالب هي 40 درجة من متوسط الدرجات 120 درجة يمكن أن يتحصل عليها الطالب على نفس الاستبيان .

5-2)- التكيف الأكاديمي:

وقد حصرنا مفهومه في دراستنا هذه في معدل السداسي الأول الذي يتحصل عليه كل طالب وطالبة في تخصصه، الذي حدّد متوسطه بالمعدل 20/10 .

5-3)- طلاب السنة الأولى جامعي:

يقصد بهم عيّنة الطلاب الملتحقين بجامعة "يحي فارس" بولاية المدية، و الذين نجحوا في اجتياز امتحان شهادة الباكالوريا و سمحت لهم معدّلاتهم بالالتحاق بالجامعة، و في مختلف الكليات و التخصصات و المستويات الموجودة فيها ، تناولنا تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية لمستوى سنة أولى جامعي بجامعة المدية للسنة الجامعية 2014 / 2015.

6)- الدراسات السابقة:

6-1)- الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعية:

6-1-1)- دراسة رجيعة و ابراهيم (2003) :

المهارات الاجتماعية و التوافق الدراسي علاقتهما بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات "دراسة تنبؤية " هدفت هذه الدراسة إلى بحث علاقة كل من التوافق الدراسي بأبعاده الفرعية و درجته الكلية و المهارات الاجتماعية بأبعادها الفرعية و الدرجة الكلية بالاكتئاب في ضوء بعض المتغيرات الأخرى و هي :

التخصص و الفرقة الدراسية و الجنس ثم بحث مدى إمكانية التنبؤ بالاكتئاب من خلال متغيرات التوافق الدراسي و المهارات الاجتماعية و ذلك على عينة من طلاب الجامعة من الجنسين و تكونت العينة من 250 من طلاب الفرق الدراسية الأولى و الرابعة و الدراسات العليا و قد استعين بالعديد من

الأدوات وهي : مقياس التوافق الدراسي . مقياس المهارات الاجتماعية . مقياس الاكتئاب الصورة المختصرة .

و بعد معالجة البيانات إحصائيا من خلال معامل الارتباط بيرسون و تحليل التباين و الإختبار (ت) لدلالة الفروق تم التوصل إلى النتائج التالية :

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين التوافق الدراسي و الإكتئاب .
- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين المهارات الاجتماعية و الاكتئاب.
- يوجد أثر دال إحصائيا لكل من التخصص و الفرقة الدراسية منفردين متفاعلين على الاكتئاب.
- لا يوجد أثر دال إحصائيا للجنس على الاكتئاب.

و يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال التوافق الدراسي و المهارات الاجتماعية و أن المهارات أكثر تنبؤا من التوافق الدراسي.

(رجيعة و إبراهيم، 2003، 21).

6-1-2)- دراسة الحسانين(2003):

المهارات الاجتماعية كدالة لكل من الجنس و الاكتئاب و بعض المتغيرات النفسية الأخرى.

تفترض هذه الدراسة أن المهارات الاجتماعية تتطلب قدرا من الاتساق بين المكونات الوجدانية التي تسهم في أنماط السلوك المعبر عن المهارات الاجتماعية.

و قد أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (220) طالبا و طالبة من طلاب كلية الدداب جامعة طنطا بواقع (108 من الذكور، 112 من الإناث).

جميعهم من طلاب الفرقة الثانية و تم تطبيق مقاييس المهارات الاجتماعية- مقاييس الاكتئاب – مقاييس الشعور بالوحدة النفسية - مقاييس التوكيدية.

و أشارت النتائج إلى عدم تحقق الفرض الأساسي بشكل تام، كما أن هنالك أدلة على فروق بين الجنسين في المتغيرات المزاجية و بعض إبعاد المهارات الاجتماعية

كما أكدت النتائج أن متغيرات الاكتئاب و التوكيدية لهما أثر كبير في المهارات الاجتماعية

6-2)- الدراسات التي تناولت التكيّف الأكاديمي:

6-2-1)- دراسة (Moor,2003):

هدفت الدراسة إلى التعرّف على العلاقة بين البيئة الأسرية و الأداء والتكيّف الأكاديمي ، تكوّنت عيّنة الدراسة من (86) طالباً من طلاب الجامعة الجيل الأول، طبقت على العيّنة مقياس البيئة الأسرية و استبانة تكيّف الطالب.

أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية بين دعم الأسرة والأداء والتكيف الأكاديمي كما أظهرت النتائج وجود فروقاً دالة إحصائياً بين متوسطات التكيف والأداء الأكاديمي.

(Moor, 2003: 7)

6-2-2)- دراسة (عودة ، 1992):

هدفت الدراسة إلى تعريف المشكلات التكيّفية عند الطلبة الأجانب في جامعة اليرموك /كلية التربية، وهل للجنس أثر في حجم هذه المشكلات .تكونت عينة الدراسة من (400) طالبة وطالب من الطلبة المغتربين في جامعة اليرموك، طوّر الباحث إستبانة لقياس المشكلات التكيّفية.

و باستعمال وسائل إحصائية أظهرت النتائج وجود بعض المشكلات التكيّفية أولها في المجال الاقتصادي و الثانية في المجال الأكاديمي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية في حجم المشكلات تبعاً لمتغير الجنس.

(عودة، 1992: 08).

7)- تعقيب على الدراسات السابقة :

7-1)- تعقيب على الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعية :

7-1-1)- دراسة كل من رجعية و إبراهيم (2003):

تناولت ثلاث متغيرات المهارات الاجتماعية و التوافق الدراسي و الاكتئاب في ضوء التنبؤ بالمتغيرات، و ربط الباحثون التوافق الدراسي بأبعاده الفرعية و درجته الكلية و المهارات الاجتماعية بأبعادها الفرعية و الدرجة الكلية بالاكتئاب في ضوء متغيرات أخرى مثل التخصص و الفرقة الدراسية و الجنس، و الباحثين قاموا بالربط بعدة متغيرات من شأنها أن تسهل عليهم التنبؤ، و لكن أهملوا الجانب الذاتي و الحتمية، و أيضا الظروف الدخيلة المتحكمة في مبدأ التغيير.

7-1-2)- دراسة الحسانين (2003) :

تناول المهارات الاجتماعية كدالة لكل من الجنس و الاكتئاب و بعض المتغيرات النفسية الأخرى، تفترض هذه الدراسة أن المهارات الاجتماعية تتطلب قدرا من الاتساق بين المكونات الوجدانية التي لا تسهم في أنماط السلوك المعبر عنى المهارات الاجتماعية ، لكن الباحث هنا أهمل الأبعاد الأخرى غير الوجدانية المتحكمة في أنماط السلوك المعبرة عن المهارات الاجتماعية و غيرها من أنماط السلوك .

7-2)- تعقيب على الدراسات التي تناولت التكيف الأكاديمي:

7-2-1)- دراسة (Moor,2003) :

تناول العلاقة بين البيئة الأسرية و التكيف الأكاديمي في ضل علاقة إرتباطية، لكن الباحث أجرى دراسته على البيئة الأجنبية، و البيئة الأجنبية مختلفة عن البيئة العربية فالبيئة العربية تتدخل فيها مؤثرات أخرى بغض النظر عن البيئة الأسرية، و هذا أيضا بالنسبة للبيئة الأجنبية فكان على الباحث الإشارة إلى تلك المؤشرات التي تهم في المجال النفسي الأكاديمي .

7-2-2)- دراسة (عودة ،1992) :

هدفت الدراسة غلى تعريف المشكلات التكيفية عند الطلبة الأجانب في جامعة اليرموك بكلية التربية ، و أخذ الباحث متغير الجنس، و كشف الباحث عن المشكلات التكيفية للطلبة الأجانب، لكن الباحث أهمل أن متغير المكان أو البيئة يؤثر على التكيف أكثر من متغير الجنس .

و النتائج في كل هذه الدراسات تتشابه و تختلف و هذا راجع لاختلاف البيئة و لمتغيرات أخرى، لكن بالإضافة لذلك يوجد تشابه في الهدف و الأساليب الإحصائية.

ـ الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية.

1 ـ تمهيد.

2 -.تعريف المهارات الإجتماعية

3- خصائص المهارة و الأداء الماهر.

4- خصائص الأداء الماهر عن الأداء العادي.

5- الكفاءة في المهارات الاجتماعية.

6- القصور في المهارات الاجتماعية.

7- أنواع المهارات الاجتماعية.

8- عناصر المهارات الاجتماعية.

9- مكونات المهارات الاجتماعية,

10- وضائف المهارات الاجتماعية.

11 – طرق و أساليب تعلم المهارات الاجتماعية.

12-مبادئ لتدريب على المهارات الاجتماعية.

13-آليات التدريب على المهارات الاجتماعية .

14-خلاصة الفصل

1)- تمهيد:

يعتبر التفاعل الاجتماعي أساس كل نظام اجتماعي فعندما يتصل شخص بشخص آخر ويتعامل معه فإن سلوك كل منهما يتأثر و يتعدّل بسلوك الآخر وينظر كل منهما إلى الآخر كشخص له اتجاهاته وقيمه وتوقعاته وأحكامه، وتصرف كل شخص يتوقف إلى حد ما على اتجاهاته نحو توقعاته عن استجابة الآخرين المحتملة ، والتواصل والتفاعل الاجتماعي ضرورة إنسانية واجتماعية يحتاجه كل فرد منا والذي يؤدي إلى التماسك و الترابط بين الأفراد والجماعات ، وهذه العلاقات تنشأ من خلال اكتساب الأفراد لمهارات التواصل اللفظي و غير اللفظي أو تعرف باسم المهارات الاجتماعية.

ويؤكّد "**الحسانين**"، على أن المهارات الاجتماعية تؤدي دورا كبيرا في مختلف المواقف الاجتماعية التي يتفاعل خلالها الفرد مع الآخرين وعلى الرغم من تباين وجهات النظر بين الباحثين فيما يتعلق بالتفرقة بين المهارات الاجتماعية وغيرها من المفاهيم مثل الذكاء الاجتماعي و الكفاية الاجتماعية اللذان يتضمنان مجموعة متآلفة من مهارات التواصل الاجتماعي الأساسية التي تمثل الأساس النظري لقياس المهارات الاجتماعية و عليه فالمهارات الاجتماعية التي نحن بصددها هي عادات و سلوكيات مقبولة اجتماعيا يتدرّب عليها الفرد إلى درجة الإتقان و التمكّن من خلال التفاعل الاجتماعي الذي يعدّ عملية مشاركة بين الأفراد من خلال مواقف الحياة اليومية التي من شأنها أن تفيده في إقامة علاقات ناجحة مع الآخرين في محيط مجاله النفسي.

(الحسانين، 2003،ص:195).

ولهذا تطرقنا في هذا الفصل إلى كل من تعريف المهارة الاجتماعية و أنواعها و عناصرها و أبعادها و خطواتها و كذا أساليب اكتسابها و آليات تدريب هذه المهارات الاجتماعية .

2)- تعريف المهارات الاجتماعية:

ولتوضيح مفهوم المهارات الاجتماعية لابد أن نورد مجموعة من التعريفات للمهارات الاجتماعية.

ـ يتضمن التراث النفسي العديد من التعريفات التي تناولت المهارات الاجتماعية .

- . يعرّفها "**السمادوني**" بأنها القدرة على التعامل مع الآخرين والدراية بالقواعد التي تحكم السلوك الاجتماعي.

(السامادوني،1994: 01).

- ويعرّف"**ميهوب**" : المهارات الاجتماعية بأنها استعداد فطري ينمو بالتعلم و يصقل بالتدريب والممارسة و يصبح الذي يتمتع بالمهارة قادراً على الأداء السليم.

(ميهوب 1996،ص:33).

- و يعرّف **ميز و لاد (Mizz & Ladd)** فيعرف المهارة الاجتماعية بانها قدرة الفرد على تنظيم و ترتيب أفكاره و سلوكه بهدف تحقيق أهداف اجتماعية و ثقافية مقبولة

(Mizz & Ladd. 1988.p389) .

من خلال ما تقدم من تعريفات نجد أن هناك اختلاف متباين من تعريف لآخر، و هذا يعود إلى اختلاف الباحثين في الجوانب التي تناولوها في تحديدهم للفرد الماهر اجتماعيا، لكن بالرغم من هذا الاختلاف فإن جميعها تنتهي إلى قدرة الفرد في تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين و الاتصال معهم و التأثير فيهم و القدرة على حل المشاكل و الخلافات التي تنشأ بينهم، و المصاعب التي تعوق طريقهم و التعامل بحكمة معهم، و قدرته على أداء الأدوار القيادية بنجاح و الكفاءة في إدارة المناقشات الاجتماعية و العمل بصورة فاعلة.

3)- خصائص المهارة والأداء الماهر:

تتصف المهارة بالقدرة على الأداء المنظم المتكامل للأعمال الحركية المعقدة بدقة و سهولة و سرعة مع التكيف للظروف المتغيرة المحيطة بالعمل، حيث تتصف المهارة بعدة خصائص و صفات من بين هذه الصفات نذكر منها ما يلي:

3-1)- المهارات النمائية:

فالتلاميذ يتعلّمون المهارة عبر الزمن عن طريق الجمع بين التعليم و الممارسة و هم عادة يبدءون من مستويات منخفضة من حيث الكفاءة ويتقدّمون على نحو تدريجي، و يستطيع الملاحظون أن يشاهدوا هذه الظاهرة بسهولة بمقارنة كفاءة فرد ما في مهارة معينة عبر فترات زمنية مختلفة، و لن يحدثوا عادة فرقا في الأداء أو القدرة من يوم إلى آخر، و لكنهم سوف يلحظوا تقدما واضحا من شهر إلى آخر و من سنة إلى أخرى.

3-2)- المهارات المتعلّمة:

معظم المهارات تتعدّى كونها عادات تم تعلّمها آليا عن طريق التدريب، وأنها ببساطة أنماط من السلوك معقّدة ومنظّمة تنظيماً عالياً.

3-3)- المهارات المعقّدة:

بعض المهارات معقّدة بحيث يختلف الخبراء في طبيعتها الدقيقة، إذ يمكن القول أنها تتميز بالخصائص التالية:

عملية فيزيقية و عاطفية، و عقلية و تتطلب معلومات و معارف و تتحسن من خلال التدريب و الاستخدام و يمكن استخدامها في مواقف متعددة.

(السيد محمد أبو هاشم، 2004، ص 23).

ويضيف كل من "**عبد الهادي السيد عبده و فاروق السيد عثمان**" **(1995)**أصناف أخرى على الخصائص السابقة.

- ✓ أن الأداء التلقائي للمهارة ينشأ عن استعداد الفرد لاستقباله كمثير متسلسل من الأحداث.
- ✓ يعتمد هذا الاستعداد للقيام بعمل ما على درجة كبيرة على تنبؤ الفرد بالأحداث المستقبلية والتنبؤ هو قدرة الفرد على الحديث في ضوء ما سبق من أحداث في الماضي
- ✓ أن أداء مهارة ما مثلاً (المهارة القرائية) يتطلّب نمطاً من السلوك يتصف بالتعقيد و التكامل.
- ✓ أن الشخص المتحكم في المهارة القرائية يستطيع أن يقوم بهذا السلوك المعقّد بتلقائية وعفوية.

- ✓ التلقائية في السلوك نتيجة التنسيق والتكامل بين النواحي المختلفة للسلوك المطلوب في النمط المعقد.
- ✓ الفرد يستطيع أن يطوّر المهارة بحيث ينتقل من مستوى بسيط إلى مستوى معقّد.

(أبو هاشم و حسن،2004،ص: 24،25).

فمن خلال ما سبق نستنتج أن المهارة يمكن لأي فرد أن يكتسبها بحيث يكون على استعداد لذلك من خلال الجمع بين التعليم و الممارسة فهذه المهارات هي عبارة عن عادات يتم الفرد اكتسابها بطريقة آليا عن طريق التدريب حيث أن أنماط السلوك تتصف بالتعقيد و التكامل.

4)- خصائص الأداء الماهر عن الأداء العادي:

و يحدّد الأداء الماهر عن الأداء العادي في عدّة نقاط ، نذكر من أهمها:

4-1)- تسلسل الاستجابة و تنظيمها: يتضمن الأداء الماهر سلسلة من الاستجابات و عادة ما تكون هذه الاستجابات من النوع الحركي و تختلف الاستجابات اللفظية في أنها حركات عضلية مثل حركات الأطراف، و كل حركة يمكن اعتبارها ارتباطاً بين مثير و استجابة.

4-2)- أنماط الاستجابة: السلوك الماهر تنظيماً لسلاسل المثيرات والاستجابات في أنماط أكبر مع التغير و الإتقان النهائي للمهارة وهو ليس مجرد الأداء الأولي مضافاً إليه عنصر السرعة بل أنه أداء قد يختلف عن الأداء المبدئي.

و تتميّز بالعديد من التغّيرات أهمها:

- ✓ نقص التوتر العضلي الذي يصاحب المحاولات الأولى.

- ✓ حذف الحركات الزائدة عن الحاجة.
- ✓ زيادة التوافق لظروف الأداء.
- ✓ زيادة المرونة في الأداء.
- ✓ زيادة الثقة بالنفس و عدم الظهور النسبي للتردّد.
- ✓ زيادة الرّغبة في تحسّن الجهد و نمو اتجاه الرضا عن العمل.
- ✓ زيادة الاستبصار بالعمل و إدراك العلاقات بين أجزائه.
- ✓ الانتظام في الأداء بحيث يعطي انطباعاً بعدم التسّرع.

4-3)- التغذية المرتدّة الداخلية: تلعب التغذية المرتدّة دوراً هاماً في اكتساب المهارة حيث أن معرفة الفرد بنتائج أدائه تساعده على تكوين الإدراك للمهارة وذلك بتصحيح الأداء بحيث يقود إلى تكوين المهارة.

4-4)- الدّقة مع السرعة: يمتاز الأداء الماهر بالسرعة في الأداء فالكاتب الماهر على الحاسب الآلي يكتب عدداً كبيراً من الكلمات في الدقيقة إذا قورن بغيره.

4-5)- القدرة على الأداء تحت الضغوط: فالرياضي الكفء و الحرفي الماهر قادرا على الأداء تحت ضغط الزمن

أو التعب أو اللحظات الحرجة أو مع وجود مشاهدين يتتبعون ما يعمله كل منهما.

4-6)- التوقيت : وهو هام من ناحية التكامل أو التنظيم لنمط السلوك المرتبط بالمهارة و عملية التوقيت عملية معقدة

و لا يستغرق نشاط ما وقتاً للقيام به فقط و إنما يتطلب وقتاً لاتخاذ القرار حول التعامل مع المعلومات.

4-7)- الإستراتيجية: يتضمن الأداء الماهر جانباً معرفياً هاماً فالمصارع الماهر هو الذي يستطيع أن يستخلص أسلوب خصمه و يستطيع أن يصدر النمو السلوكي المناسب للسباق و أن يتفوق عليه.

4-8)- التآزر و الانسجام: ويعنى استخدام العضلات الجسم معاً و يعني حسن التناسق بين العضلات فتعلم مهارة يحتاج إلى تعاون و تضافر عدد كبير من العضلات وتنظيم عملها كما يحدث لراكب الدراجة أو السيارة

(أبو هشام و حسن، 2004،ص: 31.26).

يتضّح من خلال ما سبق أن الفرد الماهر يختلف عن الفرد العادي في بعض الخصائص فالفرد الماهر يتضمن استجابات حركية كما أنه يتميّز بالعديد من التغيّرات و له القدرة على معرفة نتائج أدائه مما يساعده على تكوين الإدراك أيضا يمتاز بالسرعة في الأداء و قدرته على الأداء تحت الضغوط كما أنه يتضمن جانبا معرفيا هاما و قدرته على التآزر و التناسق بين العضلات.

5)- الكفاءة في المهارات الاجتماعية :

يرى"**عدس**" أنه حتى يصبح الفرد ذا كفاية اجتماعية عليه أن يكون قادراً على الاتصال مع الغير و على إقامة صلات معهم يستطيع بها أن يتفاهم معهم و يفهمهم بلغة الحوار، كما يفهم ما عندهم من مشاعر و أحاسيس عن طريق لغة العيون ، وما يبدوا على وجوههم من ملامح وأمارات تدل بما توحيه للرائي على شعور الآخرين وأحاسيسهم وعليه أن يكون قادراً كذلك على المشاركة الجماعية ، والمبادرة في الحديث و المشاركة في هو أن يكون عنده في الوقت نفسه أسلوب يستميل به الغير و يصغون إليه ،

سواء بالوسائل اللفظية المباشره أم بالإيحاءات و الدلالات المعنوية و قادراً على استخدام اللغة بشكل سليم مؤثر في نفوس السامعين.

(عدس،1999،129).

و من خلال ما سبق نجد أن مفهوم الكفاءة يرتبط بمفهوم المهارات الاجتماعية و الذي يتعلق بقدرة الفرد في التعامل مع الآخرين و على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة.

6)- القصور في المهارات الاجتماعية:

إن القصور في المهارات الاجتماعية ينتج عن مصادر متنوعة ، إذ قد يكون هذا القصور أو العجز ناتج عن الفشل في اكتسابها بسبب قلة الفرص للتعرض للنماذج من السلوك الاجتماعي المقبول.

إذ يشير"**جاري**"(**GARY.1983**) إلى أن هناك ثلاثة أنماط من النقص تم تجديدها على أنها نواحي النقص في المهارة تتمثل في افتقار الأفراد إلى المعارف والمفاهيم عن السلوك الاجتماعي المناسب، و النقص نتيجة التدريب غير الكافي، و العائد التافه أو غير الدقيق.

(كاشف إيمان و عبد الله هشام، 2009 ،ص30).

أو قد يكون الفرد يمتلك هذه المهارات و لكنه يعجز عن استعمالها لسبب أو لآخر، و يمكننا حصر هذه الأسباب فيما يلي:

6-1)- الاستجابات الانفعالية: من الاستجابات الانفعالية التي تؤدي إلى القصور في المهارات الاجتماعية نجد القلق ، إذ لوحظ أن القلق يحول دون اكتساب الاستجابات النهائية و أيضا المخاوف المرضية ، و من ثم فإن الأفراد قد لا يتعلمون كيفية التفاعل مع أقرانهم لأن القلق الاجتماعي أو المخاوف تعوق مدخل السلوك الاجتماعي ، و بالمثل فإن التجنب أو الهروب من المخاوف الاجتماعية يخفف القلق، وبالتالي يدعم بطريقة سلبية سلوكية العزلة الاجتماعية.

ومن الاستجابات الانفعالية التي قد تحول دون اكتساب المهارات الاجتماعية أيضا نجد الاندفاعية ، فالأفراد الذين يظهرون سلوكا اجتماعيا اندفاعيا يفشلون في تعلم إستراتجيات التفاعل الاجتماعي المناسب ، لأن سلوكهم ينشأ عن الرفض من الأقران ، و لذلك فإن الأقران يتجنبون الفرد المندفع ، و هذا ينتج عنه أن هذا الفرد لا يتعرض لنماذج طيبة من السلوك الاجتماعي .

(كاشف إيمان و عبد الله هشام ، 2009 ،ص31).

6-2)- توقع العواقب: يشتمل متغير توقع عواقب السلوك توقعنا، وتنبؤنا بنتائج في سلوكنا في موقف ما ولذلك توقع نتائج سلوك الآخرين، فضلا عن توقعنا بمدى كفاءتنا الذاتية في القيام بأفعال معينة.

(Rakos.1991.p54)

ويشير العديد من الباحثين إلى أنهم بسبب ضعف المهارات الاجتماعية لدى الفرد طبيعة العواقب التي يتوقعها لسلوكه في مواقفا لتفاعل الاجتماعي وأن ذوي المستوى المنخفض من المهارات لديهم نمط مميز من توقع العواقب ، حيث يميلون كما يشير"**كلارك و أرركويتز**"(**Clark & Arkawtz**) وجدوا أن ذوي القلق الاجتماعي المرتفع وهو من مؤشرات انخفاض المهارات الاجتماعية ، يركزون على الجوانب السلبية كما يوضح "**جامبريل**" (**Gambrill**) في توقع أن يسخر منهم الآخرون أو يؤذونهم .

(فرج شوقي، 2004 ،ص64).

6-3)- المعتقدات غير المنطقية:

إن معتقدات الفرد تحدد سلوكه ، فعلى سبيل المثال ، إن ميل الفرد لمسايرة الآخر ينقد يفسرها اعتقاده بأن مسايرتهم ضرورية لكي يكون محبوبا من قبلهم ، و قد يعتقد آخر أنه سيحظى نتيجة لذلك بمزايا ، و هو ما يشير للطابع المتفرد للمعتقدات بشكل عام و هنا كمعتقدات منطقية وأخرى غير منطقية ،

و هي المسؤولة جزئيا عن الفروق المنظورة في سلوك الأفراد ، و من المفترض أن القدرة على التفسير المنطقي للأمور من بين العناصر الضرورية للمهارات الاجتماعية ، وفي المقابل فإن التفسير غير المنطقي من بين العوامل المثيرة للاضطرابات في العلاقات الشخصية ، و هو ما يعد مؤشر الضعف المهارات الاجتماعية.

وأوضحت الدراسات أن المعتقدات غير المنطقية ترتبط بصور مختلفة من المشكلات النفسية و القلق الاجتماعي المفرط ، و التوقعات المبالغ فيها، وتجنب مواجهة المشكلات، ويعد **ألبرت أليس (Albert Ellis)** من أوائل الباحثين الذين أبرزوا دورها السلبي في السلوك غير الماهر اجتماعيا، وثمة أدلة متعددة على أن تلك المعتقدات تمارس تأثيرا سلبيا على المهارات الاجتماعية إذ يركز "**ويليبروتن**" أن كثيرا من مظاهر السلوك غير الملائم (غير الماهر اجتماعيا) تتبع من تلك المعتقدات لأنه يصعب أن يتوفر في مواقف الحياة الواقعية ما يتطابق مع تلك المعتقدات.

(فرج شوقي، 2004 ،ص66).

7)- أنواع المهارات الاجتماعية:

لقد أورد"**الجبري و الديب و جونسون** "الخاصة بالمهارات الشخصية و الاجتماعية التي يمكن الاستعانة بها في المواقف التعاونية وهي:

7-1)- مهارة الثقة: وتعني قدرة الفرد على التعبير عن أفكار هو آرائه بوضوح والتي يتقبلها زملائه بالتأييد و الترحيب و تتضمن مهارة الثقة نوعين من السلوك هما:

- ✓ **الأول الوثوقية :** وتعني القدرة على الانفتاح والمشاركة في الأفكار و المعلومات بحرية و تأييد من الآخرين.

- ✓ **الثانيـة الجدارة بالثقـة :** و تعني أن يكون الآخرون قادرون على التعبير عن أفكارهم بوضوح والتي تنال التأييد و التشجيع من الآخرين في جو يسوده المرح و الاطمئنان.

7-2)- مهارةالاتصـال :وتعني قدرة الفرد على أن يتصل بزملائه و يبادلهم أفكاره ويشاركهم في المعلومات التي يحتاجون إليها ويحاول كل فرد فهم أفكار الآخرين و أشعارهم حتى يتمكنوا من الوصول إلى الهدف المشترك.

7-3)- مهارة تتالي الأدوار: وتعني السماح لأي عضو في الجماعة بالقيام بدوره لأداء مهمته وينتظر زملاءه مدة معينة عند أداء دورهم ويعطونه فرصة لإنجاز مهمته ثم يؤدي الآخرون دورهم بالطريقة نفسها.

7-4)- مهـارة القيـادة: وتعني القدرة على المحافظة على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد داخل الجماعة بفعالية كما تعني التأثير المتبادل بين أفراد الجماعة من أجل تحقيق الهدف المشترك.

7-5)- مهـارة حـل الصـراع: وتعني القدرة على حل الآراء المتباينة بين الأعضاء داخل الجماعة والوصول إلى اتفاق يرضي جميع أفراد الجماعة.

7-6)- مهـارة تشـغيل الجماعيـة: وتعني قدرة أعضاء الجماعة على استخدام الإجراءات التجريبية الخاصة بالتعاون أثناء تعلم المادة الدراسية.

(الجبري و الديب،1998:ص،69-70).

- و قدّم كذلك "**أبو هاشم**"مجموعة أخرى من أهم المهارات الاجتماعية و هي:

7-7)- مهارات المشاركة : حيث نجد بعض التلاميذ ذوي مهارات اجتماعية قد لا يكون الآخرون على استعداد أو غير قادرين على المشاركة و أحياناً يكون التلاميذ الذين يتجنبون العمل الاجتماعي خجولين وكثيراً ما يكون الخجولين أذكياء جداً ولكنهم قد يعملون بمفردهم مع شخص آخر و هؤلاء يجدون صعوبة في العمل مع الجماعة و هناك التلميذ النمطي الذي يختار بسبب أو آخر أن يعمل بمفرد هو يرفض المشاركة في المشروعات الجماعية التعاونية.

7-8)- المهارات الجمعية : تتوفر لدى معظم الناس خبرات العمل في جماعات كان أعضاءها مريحين و لديهم مهارات اجتماعية جيدة و لكي يكون عمل الجماعة جيدة يجب أن يتعلموا المهارات الاجتماعية ليتفاعلوا بنجاح مع الجماعة.

7-9)- التعاون: يعد التعاون أسلوباً من أساليب السلوك الاجتماعي وتقتضي طبيعتها لتفاعل بين الأفراد لتحقيق هدف مشترك و ينتج عن ذلك الاهتمامات المشتركة بينهم و روح الصداقة ومشاعر السعادة و زيادة الاتصال والمساعدة وتنسيق الجهود.

(أبو هاشم و حسن، 2004:150-151).

و هذا يعني أن الفرد الذي يملك هذه المهارات، بمعنى مهارات المشاركة مع الزملاء و الأصدقاء في الدراسة أو في العمل و مهارات الجماعة وقدرته على التفاعل مع الجماعة بصورة جيدة و مهارات التعاون و الاهتمام بهم للمساعد ولتحقيق أهداف مشتركة و غيرها من المهارات، فهذا يعني أن الفرد لديه مهارات اجتماعية عالية بإمكانه التكيّف مع الجماعة،كما أن شخصيته تنمو بشكل سوي .

8)- عناصر المهارات الاجتماعية:

قدّم "**فرج**" عناصر للمهارات الاجتماعية و هي على النحو الآتي:

8-1)- مهارات توكيد الذات: وتتعلق بمهارات التعبير عن المشاعر، والآراء والدفاع عن الحقوق وتحديد الهوية وحمايتها ومواجهة ضغوط الآخرين.

8-2)- مهارات وجدانية :مثل المشاركة الوجدانية و التعاطف التي تعمل على تيسير أقامة علاقات وثيقة وودية مع الآخرين وإدارة التفاعل معهم.

8-3)- المهارات الاتصالية و تنقسم إلى قسمين:

8-3-1)- مهارات الإرسال : و تعبر عن قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في نقلها للآخرين لفظياً أو غير لفظي من خلال عمليات نوعية مثل التحدث والحوار و الإشارات الاجتماعية.

8-3-2)- مهارات الاستقبال : و تعنى مهارة الفرد في الانتباه و تلقي الرسائل اللفظية وغير اللفظية من الآخرين و إدراكها وفهم مغزاها و التعامل معهم في ضوئها.

8-4)- مهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية :وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه اللفظي وغير اللفظي الانفعالي خاصة في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق أهداف الفرد.

(فرج،2003: 51).

و بناء على ما سبق و بالنظر إلى عناصر المهارات الاجتماعية يمكن القول أن المهارات الاجتماعية تتمثل في قدرة الفرد في التعبير بصورة لفظية و غير لفظية عن مشاعره و آراءه و أفكاره للآخرين،

و أن ينتبه و يدرك في الوقت نفسه الرسائل اللفظية و غير اللفظية الصادرة عنهم، و يفسرها على نحو يساهم في توجيه سلوكه حيالهم، و التصرف بصورة ملائمة في مواقف التفاعل الاجتماعي، و يتحكم في سلوكه على نحو يساعده في تحقيق أهدافه و متطلباته.

9)- مكونات المهارات الاجتماعية:

قام "**ريجيو**" و من بعده "**السيد إبراهيم السامادوني**"، و" **محمد السيد عبد الرحمن**" بتحليل هذه المهارات الأساسية التي تؤدي إلى رفع أو خفض مدى اجتماعية الأشخاص و قوة تأثيرهم ي الآخرين على النحو التالي:

9-1)- الجانب الانفعالي: و يشمل هذا الجانب ما يلي:

9-1-1)- الحساسية الانفعالية: قدرة الفرد على استقبال و تفسير الرسائل غير الفضية للآخرين،

و التي تعكس مشاعرهم و حالاتهم الانفعالية، و يتسم الأفراد المرتفعون على هذه المهارة بالدقة في تفسير المؤشرات الانفعالية الصادرة عن الآخرين و من البنود التي تقيسها، المشاعر الحقيقة للآخرين حتى ولو حاولوا إخفاءها.

9-1-2)- الضبط الانفعالي: قدرة الفرد على تنظيم التحكم في المؤشرات الانفعالية غير اللفظية الصادرة عنه، بما يخدم أهدافه في موقف التفاعل، و من شواهد ارتفاع هذه المهارة تمكن الفرد من إخفاء مشاعره الداخلية و إظهار أخرى مغايرة إذا أراد ذلك، و من البنود التي تقيسها يصعب على الناس أن يعرفون من وجهي ما أريد قوله لهم.

9-1-3)- التعبير الانفعالي: مهارة الفرد في التعبير غير اللفظي عن اتجاهاته، و مشاعره و حالاته الانفعالية و من البنود التي تقيس تلك المهارة، يسهل على الآخرين أن يعرفوا أني حزين أم سعيد.

(طريف شوقي، 2002، ص، 46).

9-2)- الجانب الاجتماعي:

يرى **(RIGGIO ,1987)** أنه لكي يتمتع الفرد بمهارات اجتماعية متميزة لابد أن تتوافر لديه عدة صفات من أهمها الحكمة و النضج الاجتماعي، و القدرة على إدارة الحوار و التكيف في المواقف المختلفة، و التعامل بنجاح مع ديناميت الحياة الاجتماعية بمواقفها المختلفة، و تتمثل هذه المهارات الأساسية للاتصال الاجتماعي اللفظي فيما يلي:

9-2-1)- الحساسية الاجتماعية: قدرة الفرد على فهم، و الوعي بالمعايير الحاكمة للسلوك في المواقف الاجتماعية و قدرته على تقدير مدى ملائمة سلوكه و سلوك الآخرين فيها.

9-2-2)- الضبط الاجتماعي: مهارة الفرد على تقديم ذاته في المواقف الاجتماعية بشكل مناسب

و تعديل سلوكه فيها بما يناسب مع متطلباتها على نحو يبدو متوافقا، و واثقا من ذاته.

9-2-3)- التعبير الاجتماعي: مهارة الفرد في التعبير اللفظي عن مشاعره، و أفكاره و آراءه للآخرين، و إجراء حوارات فعّالة معهم في مواقف التفاعل الاجتماعي حول الموضوعات المختلفة.

(محمد السيد، 1997،ص،4-6).

يتضح من المهارات المتضمنة في تعريف "**ريجيو**" أنه يغلب على بعضها بوضوح الصيغة المعرفية مثل الحساسية الاجتماعية فهي مهارات تعكس معالجات معرية محورية لهم السلوك الاجتماعي و كذلك مهارة الضبط الانفعالي فهي تعكس تلك العلاقة الوثيقة بين المعرفة و الوجدان وهي من العناصر المهمة في مجال المعرفة الاجتماعية المعاصرة.

(ظريف شوقي، 2002ص، 46).

10)- وظائف المهارات الاجتماعية:

تتجسّد المهارات الاجتماعية في جميع الأنشطة العملية والبيئة ومن ثم يصبح من الصعب حصر تلك الأنشطة في تقسيم واحد وبدلاً من ذلك يمكن عرض قائمة لأحد عشر وظيفة للمهارات الاجتماعية هي:

- ✓ المبادرة : لإحداث تفاعل مستمر أو بداية لتفاعل جديد.
- ✓ تنظيم الذات:بمعنى إدارة السلوك الذاتي دون إتباع تعليمات من قبل الآخرين.
- ✓ أتباع القواعد:أي إتباع القواعد و الإرشادات و الأنشطة اليومية.
- ✓ تقديم تغذية عكسية إيجابية من خلال تقديم الدعم للآخرين.
- ✓ تقديم تغذية عكسية سلبية من خلال تصحيح الآثار السلبية.
- ✓ الوصول إلى الحلول الموقفية،أي الوصول إلى دلائل واستجابات مرتبطة بالموقف.
- ✓ الحصول على معلومات وتقديم مساعدة للآخرين.
- ✓ الطلب و القبول أي قبول المساعدة من الآخرين وطلب المساعدة.
- ✓ الوصول إلى خيارات أي الوصول إلى البدائل المختلفة المتاحة أو التي يمكن أتاحتها.
- ✓ مواجهة المواقف السلبية بمعنى ابتكار استراتيجيات بديلة لمواجهة المواقف السلبية.

- ✓ الإنهاء بمعنى الانسحاب من التفاعل أو النشاط.

(سرحان،2003: 245).

- كما يذكر "**بهادر**"أهمية المهارات الاجتماعية على النحو الآتي:

المهارات الاجتماعية عامل مهم في تحقيق التكيف الاجتماعي داخل الجماعات التي ينتمون إليها.

المهارات الاجتماعية تفيد الأطفال في التغلب على مشكلاتهم و توجيه تفاعلهم في البيئة المحيطة.

- ✓ يساعد اكتساب الأطفال لتلك المهارات على استمتاع هؤلاء الأطفال بالأنشطة التي يمارسونها وتحقيق الحاجات النفسية لهم.
- ✓ تساعد لمهارات الاجتماعية الأطفال على تحقيق قدر كبير من الاستقلال الذاتي والاعتماد على النفس و الاستمتاع بأوقات الفراغ.
- ✓ تساعد المهارات الاجتماعية على اكتساب الثقة بالنفس ومشاركة الآخر ينفي الأعمال التي تتفق وقدراتهم وإمكانياتهم.
- ✓ تساعد على التفاعل مع الرفاق والابتكار و الإبداع في حدود طاقاتهم الذهنية الجسمية
- ✓ المهارات الاجتماعية تجعل التعامل مع الآخر ينفعّ الأ تجعل الإنسان قادراً على مواجهة الآخرين وتحريكهم وإقامة العلاقات الناجحة و على إقناع الآخرين والتأثير فيهم وجعلهم راضين عن تصرفاتهم.

(دانييال جولمان،2000: 166).

11)- طرق و أساليب تعلّم المهارات الاجتماعية:

فمعظم الباحثين يرون أن برنامج التدريب على اكتساب المهارات الاجتماعية لا تخرج في معظمها عن التعليمات ولعب الدور، التغذية المرتدة ، والتدعيم ، النمذجة و أخيرا الممارسة.

11-1)- التعليمات: وتتضمن تلك التعليمات ووصفا للاستجابات المناسبة وكيفية أدائها، ويجب أن تكون التعليمات محددة ودقيقة.

(الكاشف إيمان وعبد الله هشام، 2009 ،ص37).

11-2)- النمذجة: تعد النمذجة أكثر أساليب تنمية المهارات الاجتماعية شيوعا ، حيث يمكن من خلالها تعلم العديد من المهارات الاجتماعية إذ يرجع إسهامها إلى جهود"**ألبرت باندورا**" **(A. Bandura)** في صياغته لنظرية التعلم الاجتماعي، ويطلق على النمذجة كذلك التعلم بالعبرة ، و التقليد و التعلم الشهودي و غيرها.

(معتز سيد عبدالله، 2000 ،ص264).

ويقصد بالنمذجة إتاحة نموذج سلوكي مباشر (شخص) أو ضمني (تخيلي) للمتدرب ، حيث يكون الهدف هو توصيل المعلومات حول النموذج السلوكي المعروض للمتدرب بقصد إحداث تغيير ما في سلوكه أي اكتسابه سلوكا جديدا وفي مايلي أهم أنواع النمذجة.

11-3)- النمذجة المباشرة أو الصريحة : حيث توجد قدوة فعلية أو شخص يؤدي النموذج السلوكي الاجتماعي المطلوب إتقانه أو قدوة رمزية من خلال فيلم أو مجموعة من الصور المسلسلة بطريقة تكشف عن خطوات أداء السلوك، أو يقدم النموذج الخاص بهذا السلوك في مواقف فعلية أو رمزية.

11-4)- النمذجة الضمنية أو الإقتداء المتخيل:

وفيه يتخيل المتدرب شخصا آخر يسلك على نحو مؤكد في موقف يصعب عليه أن يؤكد ذاته ، والجدير بالذكر أنا لفرد حين يشاهد نموذجا واقعيا فإنه إما أن يحاكي سلوكه أو يستخدمه في مخيلته ، ويحاكيه على المستوى التخيلي في المواقف التي تتطلب ذلك فيما بعد.

11-5)- لعب الدور:

يرجع الفضل في إرساء الأساس النظري للعب الدور إلى "**مورينو**"(**Moreno**)الذي افترض أنه يمكن علاج العديد من المشكلات الانفعالية.

(معتز سيد عبد الله، 2000 ،ص265).

والمنطلق الكامن من خلف هذا الأسلوب يتمثل في أن قياما لفرد يتمثل في الدور الذي يصعب القيام به في الواقع الفعلي، قد يجعله أكثر ألفة به ومن ثم اعتيادا عليه،وأقل تهيبا من أدائه فيما بعد في مواقف طبيعية وأكثر بأوجه الصعوبة التي يخبرها فيها ، و من ثم يعمل على تجنبه افضلا عن أنه يمكنه من إجراء بيان عملي على السلوك قبل تنفيذه ، وهو ما يتيح له الفرصة للنقد الذاتي وتلقي نقد الآخرين و تقييمهم لأدائه بصورة موضوعية لن تتاح له في الواقع الذي قد تكلف الأخطاء فيه ثمنا باهظا يدفعه الفرد خصما من توافقه النفسي وعلاقاته الشخصية.

(طريف غريب، 1998 ،ص235).

كما يتضمن لعب الأدوار منهجا آخر من مناهج التعلم الاجتماعي يدرب الفرد بمقتضاها على تمثيل جوانب من المهارات الاجتماعية حتى يتقنها.

ولإجراء هذا الأسلوب يطلب المدرب من الفرد الذي تنقصها المهارات الاجتماعية أن يؤدي دورا مخالفا لشخصيته.

(كاشف إيمان و عبد الله هشام، 2009 ،ص40).

11-6)- التغذية المرتدة و التدعيم:

وتعني تقييم أداء العميل للمهارة وإرشاده إلى نقاط الضعف أو قوة الأداء ، مع تقديما لتدعيم الاجتماعي للأداء الجيد، وهذه التدعيمات قد تكون تشجيعا أو ثناء أو امتداحا ، مكافآت ، اشتراك في أنشطة ترويحية. وقد يكون مصدر التدعيم داخليا و قد يكون في هذه الحالة أكبر أثرا حينئذ من التدعيم الخارجي من الآخرين، كأن يوجه عبارة معينة لنفسه أو يعد نفسه بمكافأة معينة، ومن المتوقع أن يصبح التدعيم أكثر تأثيرا حيث تتوافر فيه شروط معينة كان يصدر عقب فترة قصيرة من صدور الاستجابة و يلبي حاجات ورغبات المتدرب،ويكون متنوعا ، و غير متوقع و يتناسب طرديا مع حجم التقدم المنظور .

11-7)- الممارسة:

ويقصد بها قيام العميل بممارسة المهارة التي تعلمها خارجا لجلسات في الحياة الواقعية ، حتى يتحسن أداؤه مع متابعته في الجلسات المثالية. لذلك ففي نهاية كل جلسة يعطي العميل واجبا منزليا محددا يقوم فيه بممارسة المهارات التي تعلمها ، و تكون هذه الواجبات متدرجة الصعوبة بحيث تكون سهلة في البداية ، وتجدر الإشارة إلى أن الواجب التمهيدي قد لا يتطلب ان يتفاعل مباشر مع الآخرين مثل قراءة كتاب عن التوكيد ، ثمن طلب منه بعد ذلك التقدم للمواقف الشخصية ، وتتمثل أهمية تلك الواجبات أيضا في أنه استكشف عن نقاط التقدم لدى المتدرب ونقاط الضعف و التي تختلف عند المتدربين نظرا للفروق الفردية بينهم .

(ظريف غريب، 1998 ،ص257).

مما سبق يمكن أن نستخلص أن اكتساب المهارات الاجتماعية يتم من خلال عمليات التفاعل مع الآخرين كما أن الأساليب السابقة الذكر تساعد الأفراد على تصحيحا لأفكار الخاطئة عن أنفسهم و

تغيير التوقعات الخاصة بالنتائج السلبية ، و تساعدهم أيضا على تنظيم أفكارهم على نفسهم بأسلوب أكثر ثقة و إيجابية أثناء تفاعلهم الاجتماعي.

- وهناك أساليب أخرى أطلق عليها وأضاف أساليب التدخل الأكاديمي والمعرفي ونذكر منهامايلي:

11-8)- الاستراتيجيات السلوكية المعرفية : وتهدف هذه الإستراتيجية السلوكية المعرفية إلى زيادة القدرة على ضبط النفس من خلال مراقبة الذات والتقييم الذاتي و التعزيز الذاتي.

11-9)- مراقبة الذات: ويتضمن أسلوب مراقبة الذات تعليم الطلاب فحص سلوكياتهم بصورة واعية ومقصودة و قد استخدم هذا الأسلوب بنجاح في زيادة معدل ممارسة الطلاب للسلوكيات المرغوبة مثل الاستذكار و الاشتراك في المناقشة داخل غرفة الفصل أن مراقبة الذات تحقق أقصى فاعلية في التأثير على السلوك وبالنسبة لمعظم التطبيقات في غرفة الدراسة فإن أسلوب مراقبة الذات يعد أحد الجهود المتعددة المستخدمة في تعليم المهارات الاجتماعية.

11-10)- التقييم الذاتي : يعد أسلوب التقييم الذاتي برنامجاً يتضمن تعليم الطلاب مقارنة سلوكياتهم مع المعايير السلوكية التي تم تحديدها مسبقاً وهنا يتم تعليم الطلاب كيفية مقارنة أدائهم للسلوك موضع الاهتمام مع معدل حدوثه قبل التعلم.

11-11)- التعزيز الذاتي: يستخدم أسلوب التعزيز الذاتي (أو العقاب الذاتي) لتعليم الطلاب تزويد أنفسهم بتغذية راجعة سواء إيجابية أو سلبية.

(السرطاوي و الشخصي،1999: 131-132).

12)- مبادئ للتدريب على المهارات الاجتماعية:

أشار"**عبد الحميد و آخرون**"**(2003)**، أن هناك كبادئ ينبغي مراعاتها أثناء التدريب على المهارات الاجتماعية و تتمثل هذه المبادئ فيما يلي:

- ✓ استبعاد كلمة يجب و ينبغي فهذه الأحكام المطلقة قد تعوق العملية التدريبية، و استخدام بدلا منها أريد و أفضل فهي غير ملزمة.
- ✓ لا للنصائح و لكن تحديد طبيعة الوقف و الاختيارات و البدائل المتاحة و تشجيع الفرد أن يتخذ بنفسه قرارا للتصرف فيه بالطريقة التي يعتقدها مناسبة.
- ✓ تقديم عائدا للمتدرب عندما ينجز تحسنا بسيطا ، في أدائه المهاري ليشجعه على الاستمرار.
- ✓ تشجيع المتدرب على ممارسة خارج قاعة التدريب ما تعلمه داخلها و أن يشرح للمحيطين به ما يتعرض له من تدريبات لرفع مهارته الاجتماعية حتى ينشأ مناخا متفهما لما يطرأ على سلوكياته من تغير.
- ✓ التدرج وسيلة فعالة لرفع كفاءة العملية التدريبية، و بموجبه نبدأ بتدريب الفرد على المهارات الأبسط، كتقديم الذات، ثم الأكثر صعوبة مثل مواجهة موقف عصيب.

(عبد الحليم و آخرون، 2006،ص، 157).

13)- آليات التدريب على المهارات الاجتماعية:

13-1)- التدريب على المهارات الاجتماعية كإستراتيجية علاجية:

حيث أن العديد من الاضطرابات النفسية و السلوكية و التربوية ترتبط بالقصور في المهارات الاجتماعية و هذا ما أثبتته الدراسات النفسية التي أجريت حيث تبين من النتائج أن العديد من الاضطرابات النفسية

مثل الاكتئاب والخجل والخوف والانسحاب مرتبط بقصور في المهارات الاجتماعية وكذلك العديد من الاضطرابات السلوكية مثل النشاط الزائد ...الخ.

13-2)- استخدام المهارات الاجتماعية كإستراتيجية نمائية:

يمكن استخدام المهارات الاجتماعية بهدف استغلال قدرات الأفراد وتقوية صحتهم النفسية أي قد ندرب الطلاب الذين لا يعانون من أي اضطرابات سلوكية أو نفسية و الهدف الاسمي هو تحسين السلوكيات الاجتماعية لديهم مثل مهارة حلال مشكلات و مهارة ضبط النفس و مهارة التعاون ... الخ.

13-3)- استخدام برامج المهارات الاجتماعية كإستراتيجية وقائية:

وتقع هذه الإستراتيجية على عاتق المرشد النفسي في المدرسة ليحصر الطلاب المهيئين للمشكلات النفسية و السلوكية و لديهم استعداد للانحراف في سعي المرشد لتدريبهم على تأكيد الذات والتعبير عن الرفض لرغبات الآخرين.

(المخظي،2006: 3-4).

14)- خلاصة الفصل:

تعتبر المهارات الاجتماعية من العناصر المهمة اكتسابها عند كل فرد لما لها من تأثير على طبيعة التفاعلات اليومية بين الأفراد ،والتي تتجلّى من خلال قدرة الفرد على التعبير الانفعالي والاجتماعي واستقبال انفعالات الآخرين و تفسيرها ، وكل هذا سيؤثر على توافقه، سواء على المستوى الشخصي والاجتماعي، فالمهارات الاجتماعية تيسّر عمليات التفاعل و الاحتكاك بالآخرين.

ـ الفصل الثالث: التكيّف الأكاديمي.

1-تمهيد.

2- مفهوم التكيف.

3- تعريف التكيّف الأكاديمي.

4- النظريات المفسّرة للتكيّف.

5- معايير التكيّف.

6- التكيف الأكاديمي.

7- التكيف الأكاديمي و المرحلة الجامعية.

8- التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة

9- الإرشاد الأكاديمي.

10- النشاطات الطلابية.

11-خلاصة الفصل

1)- تمهيد:

يواجه طلبة الجامعة قضايا تتعلق بالتكيّف النفسي و الاجتماعي، الذي يشير إلى عملية التفاعل بين الفرد بما لديه من حاجات و إمكانات، و بين البيئة بما فيها من خصائص و متطلّبات و القدرة على التعامل مع الضغوطات الحياتية. و تنطوي عملية التكيّف على مجموعة من ردود الفعل أو الاستجابات السلوكية التي يعدل بها الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ردا على ظروف محيطة

أو خبرات جديدة.

أما التكيّف الأكاديمي فهو من أهم مظاهر التكيّف العام و من أقوى المؤشرات على صحة الطالب النفسية، إن تكيّف الطالب مع متطلبات الجامعة و شعوره بالرضا عن نوعية حياته الجامعية يمكن

أن ينعكس على إنتاجيته، و يسهم في تحديد مدى استعداده لتقبل الاتجاهات و القيم التي تعمل الجامعة لتطويرها لدى طلبتها. إن الضغوط النفسية المرتبطة بالحياة الجامعية، قد ينتج عنها انسحاب العديد من الطلبة من الجامعة قبل التخرج .

.(tinto- 1996)

إن هذه الظاهرة تنتج عن تنوع المشكلات التي يواجهها الطلبة خاصة في السنوات الأولى من الدراسات الجامعية. تتضمن هذه المشكلات تشكيل علاقات و التكيّف معها و تعلّم استراتيجيات جديدة للمهارات الاجتماعية، إضافة إلى الأبعاد الأكاديمية، و بعد المسافة، و كيفية التعامل مع الأساتذة و الزملاء، و لهذا فهم بحاجة إلى أن يتعلموا استراتيجيات للمهارات الاجتماعية و طرق ممارستها و

تطويرها. فإذا فشلوا في مواجهة هذه التحديات فإنهم من المحتمل أن يتسربوا من الجامعة قبل التخرج، أما إذا نجحوا في مواجهة هذه التحدّيات فسوف يطوّرون تكيّفا إيجابيا ينعكس على أدائهم الأكاديمي، و اعتقاداتهم حول قدراتهم على القيام بالمهام المختلفة.

و عليه سنحاول في هذا الفصل التطرّق إلى كل ما له علاقة بالتكيّف العام و الأكاديمي للطالب الجامعي.

2)- مفهوم التكيّف إصطلاحا:

إن التكيّف بمفهومه العام هو انسجام الفرد مع محيطه، و هو مظهر من مظاهر الصحة النفسية و يعد عملية ديناميكية مستمرة بين الفرد و البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف فيها الفرد إلى تعديل سلوكه بما تتوافق مع بيئته الاجتماعية، مما يمكن من إقامة علاقات جيّدة مع الآخرين ليوافق بين نفسه و العالم المحيطة به، و يعتبر التكيّف الأكاديمي أحد جوانب التكيّف العام، الذي يرتبط بصحة الفرد النفسية، و نتاج تفاعل الفرد مع المواقف التربوية و الحياة الجامعية

(محمد بني خالد،2010، ص 414).

و قد ورد العديد من التعريفات للتكيّف منها:

- يعرف"**كوهين**" **(Cohen,1994)** التكيّف على أنه:" تغيّر يقوم به الفرد للاستجابة للمواقف الجديدة، أو أن يدرك المواقف إدراكا جيد".

(Cohen.R,1994,p 32).

❋

3)- تعريف التكيّف الأكاديمي:

يعرّف "**بيكر روبرت**" و "**سيرك يوهند**" **(2002)** التكيّف الأكاديمي: "بأنه حالة تبدو في العملية الديناميكية المستمرة، التي يقوم بها الطالب الجامعي لاستيعاب مواد الدراسة و النجاح فيها و تحقيق التواؤم بينه و بين البيئة الجامعية، و مكوناتها الأساسية و هي الأساتذة و الزملاء و الأنشطة الاجتماعية و الثقافية، و الرياضية، و مواد الدراسية، وأسلوب التحصيل الدراسي".

(بيكر و يوهن،ترجمة: علي عبد السلام،2002،ص:04).

أما "**صلاح الدين العمرية**" **(2004)** يقول: " التكيف الأكاديمي هو قدرة الفرد على تكوين علاقات مرضية مع أساتذة و زملائه و ملائمة أو تطوير البيئة الجامعية لما يتماشى مع حاجات الطلاب، و هو قدرة الطالب على تحقيق حاجاته الاجتماعية من خلال علاقاته مع زملائه و أساتذته و الجامعة و إدارتها، و من خلال مساهمته في ألوان النشاط الاجتماعي الجامعي بشكل يؤثر في صحته النفسية و في تكامله الاجتماعي".

(صلاح الدين العمرية،2004،ص:146).

و عليه نستنتج أن التكيّف الأكاديمي ما هو إلا المحصّلة النهائية للعلاقة الديناميكية البناءة بين الطالب من جهة و بين محيطه الدراسي من جهة أخرى، بما يساهم في تقدّم الطالب و نماءه العلمي و النفسي، و تتمثل أهم المؤشرات الجيّدة لتلك العلاقة في التفاعل و التواصل داخل حجرة الدراسة مع جميع جوانب العلمية التعليمية بمختلف جوانبها من أساتذة و زملاء و مناهج دراسية، و إدارة، و نظام الامتحانات و غيرها، بحيث يساهم ذلك في مواجهة متطلبات البيئة التعليمية و بالتالي رضا الطالب عن الجوانب و قناعته بها و تعايشه مع متطلبات الجامعة.

4)- النظريات المفسّرة للتكيّف الأكاديمي:

يختلف تفسير التكيف باختلاف المدارس النفسية و نظرة كل منها إلى الإنسان و الحياة و طبيعة العلاقات الإنسانية

وظهرت عدة نظريات تناولت التكيف الإنساني و منها:

4-1)- التكيّف من منظور مدرسة التحليل النفسي:

يرى "سيجموند فرويد" مؤسس نظرية التحليل النفسي أن الفرد يولد مزودا بغرائز و دوافع و أن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباع للحاجات أو إحباطات، و عليه فإن الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة، و المطالب الاجتماعية من جهة أخرى، و عليه فلا يتم التكيف إلا إذا استطاعت (الأنا) التي تعمل وفق مبدأ الواقع على تحقيق التوازن بين متطلبات (الهو) و تحذيرات (الأنا الأعلى) و مقتضيات الواقع، أي حل الصراع بين (الهو) و (الأنا الأعلى).

(عبد العزيز بن عبد الله السنبل،2004،ص:12).

و تبين هذه االنظرية أن التكيف هو محصلة لحل الصراع بين متطلبات الهو وقيم الأنا الأعلى أي الواقع ، وهذا التفسير يربط التكيف بأإشباع الحاجات و الغريزة، و هو منظور ناقص من جوانب سلوكية تعلمية إدراكية عقلية.

4-2)- التكيّف من منظور المدرسة السلوكية:

ينظر الاتجاه السلوكي لمفهوم التكيّف من خلال ارتباطات بين متغيرات حسية و استجابات جسمية و عقلية و انفعالية و اجتماعية، و الاتجاه السلوكي ينظر إلى شخصية الفرد و كأنها آلة ذاتية الحركية توجهها ضغوط بيئته و حوافز متغيّرة و استجابات توافقية، و يتمثل مفهوم العادة مركزا أساسا في النظرية السلوكية باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين مثير و استجابة، و بما أن العادات متعلمة و مكتسبة لهذا يمكن استبدال العادات غير التكيّفية بعادات تكيّفية.

(عبد العزيز بن عبد الله السنبل،2004،ص:14).

- و من وجهة نظر السلوكية فإن التكيّف يتحقق من خلال:

✓ زيادة إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى حدوث السلوك الشاذ، أو التي تمنع السلوك المطلوب من أن يحدث.

✓ الطالب من الفرد معالجة كل من السلوك و الظروف ذات العلاقة و تسجيلها و ذلك لتقدير البديل المهم.

✓ مكافأة السلوك الناجح و التوصل إلى معلومات جديدة حول الحاجات الأخرى.

(عرين عبد القادر باجس المجالي،2006،ص:46).

نستنتج من هذا الإتجاه أن التكيف هو محصلة إدراك الموقف، و معالجة السلوك و تعديله مع مكافأة السلوك الجيد و هذا التفسير آلي يجعل من الإنسان آلة و يهمل من الجانب الشعوري الداخلي.

4-3)- التكيّف من منظور المدرسة الإنسانية:

بعد مفهوم الذات مفهوما محوريا في بناء الشخصية و كذا التكيّف النفسي، و مفهوم الذات الإيجابي يعبر عن الصحة النفسية و التكيّف النفسي، و أن تقبل الذات موجبا بتقبل و قبول الآخرين، و يعد تقبل الذات عاملا أساسيا في تحقيق التكيّف، في حين أن مفهوم الذات السلبي يعبر عن عدم التكيّف لدى الفرد، كما أن تطابق مفهوم الذات الواقعية مع مفهوم الذات المثالية لدى الفرد يؤدي إلى التكيّف فالصحة النفسية، و عدم التطابق يؤدي إلى القلق و التوتر و سوء التكيّف النفسي.

.(**Spencer et Jeffrey,1980,p186**)

نستنتج من أصحاب هذا الإتجاه أن التكيف يرتبط بمفهوم الذات و التطابق بين الذات الواقعية

و الذات المثالية و هذا تفسير يربط التكيف بأشياء داخلية، بعيدة عن المؤثرات الخارجية التي تلعب دور كبير في التكيف السليم.

4-4)- التكيّف من منظور نظرية التعلّم الاجتماعي:

فتشير إلى أن التكيّف السوي يتضمن كفاية الفرد و مهارته في التعامل بنجاح مع البيئة، و أن الأفراد يقللون من صراعاتهم الداخلية المتعلّمة عن طريق تغيير سلوكهم الاجتماعي، و عن طريق تعلم استخدام مدى واسع من المتغيرات المعرفية مثل مهارات حل المشكلات و التعزيز الذاتي .

(عرين عبد القادر،2006،ص:46).

نستنتج أن أصحاب هذا الإتجاه فسّروا التكيف من خلال السلوكات المتعلمة من طرف البيئة المحيطة ،واستخدام مهارات التعزيز الذاتي و حل المشكلات، و هذا التفسير يمد لموضوعنا بصلة ترابط لأننا تناولنا التكيف عن طريق استخدام مهارات متعلمة من البيئة المحيطة .

4-5)- التكيّف من منظور النظرية المعرفية:

فيما يتعلّق بهذه النظرية فإنها لم تعرف موضوع التكيّف، و لكن يشير "أليس" (Ellis) إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالتكيّف السوي هم الذين يفكرون بطريقة منطقية و عقلانية و علمية تمنع ظهور الاضطرابات النفسية.

(عرين عبد القادر،2006،ص:46).

ونستنتج أن أصحاب هذا الإتجاه يفسرون التكيف عن طريق عملية التفكير السليم و المنطقي و العلمي و هذا تفسير ذاتي غير شامل لا يتناول الجانب التأثيري سواء بالإيجاب أو بالسلب و هو الجانب الخارجي البيئي .

و مما سبق نستنبط من ذلك أن التكيّف يعني العلاقة المنسجمة مع البيئة، و التي تمثل القدرة على إشباع أغلب الحاجات و تلبية المتطلّبات سواء الفسيولوجية أو الاجتماعية، أو هو التغير الضروري في أنماط السلوك لأجل إشباع الحاجات و تلبية المتطلّبات، فإذا عجز الفرد عن التكيّف مع البيئة تماما، فيصبح في حالة عدم التكيّف أو ما يطلق عليه التكيّف الغير سوي قد يكون في ذلك هلاكه، و لكن في الغالب يحقّق الفرد تكيّفا ناجحا، أو على الأقل يحقّق شيئا من التكيّف ، و إذا قمنا بالربط بين هذه النظريات نجد تفسيرا شاملا للتكيف.

و من المعلوم أن من أهم الصعوبات التي تواجه طلاب الجامعة، و ترتبط بخصائصهم التي يتميّزون بها، خاصة بما يحمله من قدرات و مواهب، و رغم إيجابية هذه الخصائص فإنها تصطدم بالبيئة التي لا تتفهم حاجاتهم و لا توفر الإمكانات اللازمة لتلبية رغباتهم و تنمية قدراتهم، مثل عدم توفر البيئة التعليمية الفعّالة لتلبية احتياجات هذه الفئةو الوصول بأفرادها إلى حالة التكيّف (النفسي و الاجتماعي و الأكاديمي).

بعد عرض مفهوم التكيّف و نظرياته لابد من توضيح محدّداته و أبعاده و جوانبه خصوصا ما يرتبط بهذه الدراسة و ذلك فيما يلي:

5)- معايير التكيف :

يوصف الإنسان أنه سوي أو غير سوي، و ذلك من خلا ما اتفق عليه أن سلوكه أو ما يقوم به من نشاط يكون مقبولا أو غير مقبول اجتماعيا، و الإنسان غير المتكيف هو المخالف للقانون و العنيد و الغير مطيع، و طالما أن السواء و اللاسواء يدخل نطاق التكيف و سوء التكيف، لذلك فإنه يجب الإشارة إلى المعايير التي يمكن أن يتحدد من خلالها التكيف و التي منها ما يلي:

5-1)- المعيار الإحصائي:

و يرى هذا المعيار أن الشخص السوي هو من لا ينحرف كثيرا عن المتوسط، و بعبارة أخرى السوي هو المتوسط و هو الذي يمثل الشطر الأكبر من مجموعة الناس وفق المنحنى الإعتدالي، و من مميزات هذا المعيار انه يراعي ما بين الانحراف من تدرج، فيميز بين الحالات الخفيفة و المتوسطة و العنيفة من سوء التكيف، و لكن يجب الإشارة هنا إلى انه وفقا فهذا المعيار نجد أن من هم على

مستوى عال من الذكاء و الصحة يعتبرون أيضا من الشواذ، إلا أن علماء النفس قصروا الشذوذ على الإنحراف من الناحية السلبية".

(أحمد عزت راجح، 1985، ص 581).

إذن المعيار الإحصائي يرى أن الشخص السوي هو الشخص المتوسط، و تحتل فئة الأسوياء الجزء الأكبر من منحنى التوزيع الإعتدالي، أما الشخص غير المتكيف فينتمي إلى منطقة دون المتوسط في هذا المنحنى.

5-2)- المعيار المثالي:

يسمى الشخص سويا كلما اقترب أكثر من المثل الأعلى فيكون مثاليا في ذكائه أو جماله أو صحتهن لكن المعيار المثالي ربما كان نادرا التكرار جدا من الناحية الإحصائية أو غير موجود على الإطلاق في المجتمع المدروس، و هكذا يصبح مفهوما قول أي محلل نفسي أنه ليس هناك فرد سوي، حيث يكون قي ذهنه المعيار المثالي للسواء و هذا المعيار يعطي للسواء معنى أكثر وضوحا و دقة، و هو مدى اقتراب الشخص من الكمال بالنسبة لهذه السمة أو تلك الخاصية، كما أننا في حياتنا العملية نميل للاستفادة من هذا المعيار، فنحن مثلا نختار لعمل معين أكفأ الناس للقيام به قبل أن نختار متوسط الكفاءة.

(عبد الحميد محمد شاذلي، 2001، ص 62).

5-3)- المعيار الثقافي (الحضاري):

استنادا إلى هذا المعيار يعتبر سلوك الفرد و اتجاهه شاذا أو سويا طبقا للوسط الاجتماعي (الحضاري) الذي يتحرك فيه، فالمجتمع يشكل بقسوة معايير الثابتة و لا يرحم أي انحراف عنها، و قد يسمح بالانحراف المعقول من أجل فردية التعبير، و لكن الانحرافات الأساسية التي تخلق الاضطرابات و الفوضى في الفرد و من حوله تعتبر دليلا على شخصيته شاذة و في ضوء هذا المفهوم فإن أشكالا كثيرة من السلوك الشاذ ينظر إليها على أنها شاذة باختلاف الوسط الحضاري الذي نعتبره مقياس حكمنا.

(والترج كوفيل و آخرون، ترجمة محمود الزيادي، 1967،ص04).

و من أهم ما يؤخذ على هذا المعيار أن السواء أو الشذوذ بالنسبة لسمة معينة كثيرا ما يختلف من حضارة لأخرى و من عصر إلى عصر.

5-4)- المعيار الباثولوجي (المرضي):

إن السلوك الشاذوفق هذا المعيار هو نتيجة حالة مرضية أو مضطربة نستندل عليها من وجود أعراض إكلينيكية معينة (مثلا مخاوف لا أساس لها كما هو الحال عند العصابيين، أو هذاءات و هلوسات كما هو الحال عند الذهانيين او سلوك مضاد للمجتمع كما هو الحال عند السيكوباتيين)، و طبقا لهذا المعيار فالشخص ذو الشخصية السوية هو شخص بلااعراض مرضية و بالرغم من ذلك فإن الخبرة تعلمنا أنه نادرا من نجد فردا خاليا من هذه الأعراض و بخاصة في ظل الظروف الضاغطة.

(عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 61).

و هذا المعيار أصلح و أوضح في تحديد السواء و الشذوذ بالنسبة للاضطرابات الانفعالية و الانحراف السلوكي حتى يعد شاذا، كما ينقصه أيضا الإتفاق على تحيد جامع للأعراض المرضية.

5-5)- المعيار الذاتي:

و يعتمد هذا المعيار في تحديد لمفهوم الشخصية السوية على أن السوية هي ما يدركه الفرد في ذاته النفسية، أي أنه يتخذ من نفسه إطارا مرجعيا يرجع إليه في الحكم على السلوك أنه سوي أو شاذ، و ذلك يصرف النظر عن المسايرة التي قد يبديها الشخص على أساس المعايير الموجودة في المجتمع، فإن المحك الهام هو ما يشعر به الشخص و كيف يرى في نفسه الاتزان و السعادة، أي أن السوية هنا إحساس داخلي و خبرة ذاتية، فإن كان الشخص يشعر بالقلق أو التعاسة فإنه يعد وفقا لهذا المعيار الذاتي غير سوي، و إذا كان يشعر بالتفاؤل فإنه يعد وفقا لهذا المعيار إنسان سوي، و واضح أن المعيار معيار ظاهري لا يتسم بالموضوعية و من ثم تكون أحكامه متحيزة و ليس عادلة.

(صبرة محمد علي، أشرف محمد عبد الغني شرين، 2004، ص151).

5-6)- المعيار التكاملي (الطب نفسي):

تبعا لهذا المعيار فإن سوء التكيف أو اعتلال الشخصية لا يرجع لعامل واحد ذاتي أو بيئي، و لكن لعدة عوامل متفاعلة ذاتية جسمية، نفسية، عقلية، و بيئية، و مادية و اقتصادية، و اجتماعيةمع اختلاف الأهمية النسبية لكل عامل في كل حالة على حدى و أن كل عامل يؤثر في الآخر، فالعامل الذاتي يؤثر في البيئة و العكس صحيح.

(فتيحة سعدي، 2005، ص137).

من خلال تعرضنا لهذا المعيار يمكن القول أن سوء التكيف لا يرجع لعامل واحد فقط ذاتي أو بيئي، و إنما يرجع إلى تفاعل هذه العوامل فيما بينها حيث كل عامل يؤثر في الآخر.

نستخلص من خلال تناولنا لهذه المعايير أن مفهوم السواء نسبي يختلف من معيار إلى آخر، و يلاحظ أن كل معيار يكون أصلح من غيره في تحديد معنى السواء بالنسبة لجانب سلوكي معين، حتى أننا نجد أنفسنا معتادين على استخدامه من حياتنا العامة، من ذلك مثلا استخدام المعيار المثالي السواء في جوانب الصحة سواء منها البدنية أو النفسية، و استخدام المعيار الإحصائي بالنسبة لسمات الطول و الوزن.

كما نستخلص أيضا سوء التكيف هو الانحراف عن المتوسط و يكون نتيجة لتفاعل العوامل الذاتية النفسية و الاقتصادية و الاجتماعية.

6)- التكيّف الأكاديمي:

يعتبر التكيّف الأكاديمي المتغير الثاني في هذه الدراسة، الذي يعد أحد أهم مظاهر التكيف العام للطالب و يعتبر من أقوى المؤشرات المتعلقة بالصحة النفسية، إذ أن تكيف الطالب مع جو الجامعة و شعوره بالرضا و الارتياح يمكن أن ينعكس على إنتاجية و على مدى استعداده لتقبل الاتجاهات و القيم التي تعمل المؤسسة التربوية على توفيرها.

فالطلبة المتكيّفون أكاديميا تكون نتائجهم الدراسية أفضل، و مشاركتهم في الأنشطة و البرامج الطلابية تكون أكثر و قد وجد التكيف الأكاديمي للطالب يرتبط بجنس الطالب، و بحاجاته الشخصية، كما يتأثر بظروف الأسرة و مستواها الاقتصادي و الاجتماعي و الثقافي، و يتأثر كذلك بمفهوم الذات لدى

الطالب، و مستوى طموحه و آماله بالمستقبل بالإضافة إلى طبيعة الحياة الجامعية و ما فيها من أنظمة و تعليمات و مناهج وعلاقات مع الأساتذة و الطلاب.

(عرين عبد القادر باجس المجالي،2006،ص:49).

- و قد عرف "**أبو طالب صابر**" **(1979)** التكيف الأكاديمي بأنه "نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية و تعتبر عملية التكيف الأكاديمي محصلة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية و التحصيلية و ميول الفرد التربوية و اتجاهاته نحو النظام المدرسي و حالته النفسية و ظروف الأسرية بشكل عام، و لعل أكثر الجوانب ارتباطا بالتكيف الأكاديمي هو الجانب التحصيلي في حياة الفرد".

(أبو طالب صابر،1979،ص3).

و انطلاقا من ذلك فإن الكثير من المؤسسات التربوية عملت على دراسة و تقييم ما تقدمه من خدمات و برامج لطلابها من اجل تحقيق هذا النمط من التكيّف.

و تعد دراسة التكيف الأكاديمي من بين الجوانب الأساسية في سيكولوجية التكيف التي نالت اهتمام الباحثين، و تتعلق دراسة هذا النوع من التكيف بجوانب تتصل بالسلوك التربوي للفرد ضمن إطار المؤسسات التربوية الرسمية التي تمارس عملها، بهدف إحداث التغيرات السلوكية المرغوبة عند الطلبة ، هذه المتغيرات التي تتصل بإمكانية تحقيق أهداف التعلم المدرسي و الجامعي، لذا فإن الاتجاهات التربوية الحديثة المتعلقة بالتكوين العقلي و الشخصي للفرد المتعلم تؤكد على مبدأ التكامل الشخصي للفرد و تعطي اهتماما أكبر للجوانب التكيّفية عند الفرد، و قد أثرت هذه الاتجاهات على تنشيط الدراسات المتعلقة بتوفير أسباب الصحة النفسية و التكيف النفسي للطلبة في المواقف التعليمية

المختلفة. فالتكيف الأكاديمي يعتبر جانبا من جوانب التكيف العام للفرد الذي يمكن أن يؤثر بشكل كبير على صحة الفرد النفسية، و هو نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية كما تعد الخبرة التربوية التي يكتسبها الطالب من مصادر متعددة ذات أثر على تكيفه، و تسهم في تنمية قدراته على إقامة علاقات إيجابية و ناجحة في المواقف الحياتية المتنوعة، لذا فإن عمليتي التعلم و التعليم الناجحتين تعتبران من الوسائل المهمة في رفد خبرات الطالب و تعميقها بحيث يتمكن الفرد بمساعدتها أن يصبح أكثر تكيفا مع متطلبات الحياة المستجدة.

كما يعد التفوق الدراسي من الوسائل الرئيسية التي لها صلة في تحقيق التكيف، لاسيما الأكاديمي و الشخصي و الاجتماعي.

(عرين عبد القادر باجس المجالي،200-،ص:50).

خاصة أن المنظومة التربوية الجزائرية الجديدة تعتمد على بيداغوجية "المقاربة بالكفاءات بدلا من المقاربة السابقة "التعليم بالأهداف"، حيث تعد "المقاربة بالكفاءات" إحدى البيداغوجيات التي تبنتها وزارة التربية الوطنية، و التي على أساسها تم بناء المناهج الجديدة التي شرع في تطبيقها ابتداء من السنة الدراسية 2003-2004

(المنظومة التربوية الجزائرية،2007،ص:2-1).

حيث أن المؤسسات التعليمية الجامعة، يعتبران من العوامل الأولى التي تحتاج إليها المجتمعات و المجتمع الجزائري خصوصا، لتحقيق مشاريعه التربوية، و تكوين أفراد حسب متطلبات العصر التكنولوجي و التقدم العلمي و اللحاق بالركب الحضاري، و تحقيق النوعية و حسن الأداء، و تقليص

الهوة الموجودة بين الواقع و متطلبات العصر، و ذلك انطلاقا من تشخيص الواقع الخاص بالمجال التربوي.

(فاطمة الزهراء بوكرمة،2009ص:136).

و من أجل رفع ذلك التحدي يجب إتباع مسعى بيداغوجي، يضع المتعلم في جوهر العملية التعلمية و التعليمية و هذا المسعى يعتمد على بناء الكفاءات التي تزوّد المتعلم بوسائل تسمح له بأن يتعلم كيف يتعلم بنفسه.

الكفاءة تفيد في الاندماج الوظيفي للمعارف و المعارف الفعلية و المعارف الوجدانية و معارف الوجود مستقبلا بحيث تمكن هذه الكفاءة الفرد من التكيف مع المحيط من انجاز المشاريع التي ينوي تحقيقها في المستقبل، لهذا تعتبر الكفاءة مجموعة من السلوك الكامن: الوجداني، و المعرفي و النفس حركي. الذي يسمح للفرد بممارسة نشاطه المعقد بفعالية.

(فاطمة الزهراء،2009،ص140-141).

و عليه فإن الاهتمام بالصحة العامة للفرد المتعلم و صحته النفسية، من أهم متطلبات بيداغوجية "المقاربة بالكفاءات"، و طلبة الجامعة من أهم الركائز التي يرتكز عليها المجتمع في بناء المستقبل و تحقيق التفاعل مع المتغيرات الفكرية و العلمية و الثقافية و الاقتصادية و الاجتماعية و التكيف مع مستجداتها و من ثم إرساء دعائم النهضة و التنمية المستدامة، و لذلك أوجب على الجهات المعنية و المختصين الاهتمام بهذه الشريحة.

7)- التكيّف الأكاديمي و المرحلة الجامعية:

تعد مرحلة الدراسة الجامعية من أكثر مراحل الحياة أهمية، كما لها دور رئيسي في صقل شخصية الطالب و تحديد مستقبله المهني، بالإضافة إلى تزويدها إياه بكم من المهارات العلمية و العملية و الشخصية حيث تترك أثرا كبيرا لعقود قادمة. و تحتاج الدراسة الجامعية إلى تضافر العديد من المقومات للنجاح، فالتحديات كثيرة، و تبدو في بعض الأحيان مستحيلة.

7-1)- طبيعة المرحلة الجامعية و متطلباتها:

تعد الفترة الانتقالية من مرحلة الدراسة الثانوية إلى مرحلة الدراسة الجامعية من الفترات الحرجة، و يعود السبب الرئيسي في ذلك إلى الفروق الجذرية الشائعة بين المرحلتين من نواح شتى، مثل أسلوب التعلم و كذلك أساليب التدريس و تقييم الطالب، و قد أثبتت العديد من الدراسات أن فرص النجاح في المرحلة الجامعية تزداد بنسبة كبيرة في حالة كون الطالب مهيأ لتلك المرحلة و على علم بالفروقات بينها و بين المرحلة الثانوية، و ما هو مطلوب منه للتأقلم و الانخراط فيها و قد نتج عن ذلك قيام معظم الجامعات باستخدام مقررات تقدم للطلاب المستجدين بالجامعة تعينهم على التكيف

و الانتقال إلى المرحلة الجامعية عن طريق تعريفهم بالنواحي الرئيسية للدراسة الجامعية و أساليب النجاح.

(عبد الله بن عبد الخثلان و آخرون،2005،ص:04).

و يمكن تلخيص الفروقات الرئيسية بين الدراسات الجامعية و الدراسة في المرحلة الثانوية في النقاط التالية:

- ✓ تعتمد المرحلة الجامعية بدرجة كبيرة على قدرة الطالب على إدراك مسؤولياته، و تحملها بشكل صحيح
- ✓ و التصرف وفقا للأنظمة و القوانين. ففي المرحلة الثانوية لا يوجد.
- ✓ في العادة الكثير من الأنظمة و اللّوائح التي ينبغي إتباعها، و إذا وجدت فهناك من يقوم بمتابعة تطبيقها بشكل دائم و صارم وسواء من المدرسين أو المشرفين أو الأهل.
- ✓ و على النقيض من ذلك تعتمد المرحلة الجامعية على وجود عدد كبير من الأنظمة و التعليمات التي ينبغي على الطالب أن يتعرف عليها أولا، ثم يلتزم بها. و مع أن الرقابة من قبل الجامعة لا تكون عادة شديدة بهدف تعويده على تحمل المسؤولية إلا أن نتائج عدم الالتزام بالأنظمة أو عدم معرفتها تكون في العادة وخيمة على الطالب.
- ✓ يعتبر الذهاب إلى المدرسة الثانوية الوسيلة لتلقي الدروس، أما حضور المحاضرات الجامعية يكون بهدف التعلم،و على الرغم من أن الفرق بين الحالتين قد لا يبدو واضحا للوهلة الأولى، إلا أن ذلك الفرق جذري حيث يتمحور حول الدور المطلوب من الطالب في كل من الحالتين. ففي الحالة الأولى– المرحلة الثانوية– يكون الطالب في دور "الباحث" عن المعلومات، مما يعني الحاجة الملّحة لوجود الرغبة و العزيمة و المثابرة لمتابعة البحث، و ما يتطلّبه ذلك من جهد ذاتي دون الاعتماد الكبير على الأساتذة.
- ✓ تكون الحصص الدراسية في معظم الأحيان في المرحلة الثانوية مجدولة بشكل متواصل، و بحضور عدد محدود من الطلاب، كما أنه ليس من المتوقع من الطالب التحضير بشكل كبير قبل الحصة الدراسية، أو كتابة الكثير من الملاحظات أثنائها– أما بالنسبة للدراسة الجامعية فإن المحاضرات تمتد على مدار اليوم بشكل متفرق، من الصباح الباكر حتى المساء، و

تتخللها في الكثير من الأحيان فترات طويلة من وقت الفراغالتي ينبغي الاستفادة منها بشكل ملائم، كما تتطلب الدراسة الجامعية أيضا التحضير بشكل جيد قبل المحاضرة، و كذلك القدرة و الحرص على تدوين الملاحظات الواضحة و المرتبة أثناء الاستماع للمحاضرة.

و من أهم الفروقات الجذرية بين المرحلتين الجامعية و الثانوية، هو مقدار الجهد المطلوب من الطالب خارج الحصة الدراسية، فبينما يكتسب طالب المرحلة الثانوية معظم المعلومات أثناء الحصة الدراسية و لا يحتاج لبذل جهد كبير خارجها، يختلف الوضع تماما بالنسبة للطالب الجامعي، حيث لا تشكل المعلومات التي يتلقاها أثناء المحاضرة إلا جزءا يسيرا من المعلومات التي يحتاج أن يتعلمها، مما يستدعي أن يبذل الطالب جهدا كبيرا للمذاكرة و المراجعة و حل التمارين خارج المحاضرة و بذل مجهود مخفي لكي يتمكن من متابعة دراسته بشكل صحيح. كما تتطلب الدراسة الجامعية أيضا البحث الدائم في المراجع و الكتب خارج نطاق الكتب الدراسية المقرّرة.

(عبد الله بن عبد الخثلان و آخرون2005،ص:04-05).

و من هذا نستخلص أن المرحلة الجامعية مرحلة انتقالية، يتعرض فيها الطالب للكثير من الضغوط و المشاكل النفسية و الاجتماعية ، التي تعرقل مساره الدراسي من سوء تكيف و الانسحاب و العزلة و التأخر الدراسي ، و هذه المشكلات من شأنها أن تؤدي بالطالب إلى التراجع و عدم الاندماج مع الزملاء ، و في الأخير عدم التكيف الأكاديمي و حتى الاجتماعي، و يجب على الطالب أن يتمتع بالعديد من المتطلبات و المهارات ،التي تساعده على التكيف السليمو التفوق ليجتاز تلك العقبات .

7-2)- الطالب و الإقامة الجامعية:

للإقامة في سكن الجامعة، إيجابيات كثيرة تزيل من استقرار الطالب و تفاعله دراسيا و اجتماعيا مع المجتمع الجامعي، كما أن له أحيانا نتائج سلبية إذا تعرض الطالب لبعض المشاكل فيه مثل عدم التوافق النفسي أوالاجتماعي مع زميله في السكن بسبب الاختلافات في الطبائع و السلوك أو عدم التوفيق في اختيار الموقع أو الجيرة المناسبة.

أمّا الإقامة خارج الجامعة سواء مع الزملاء أو الأسرة، يكون له تبعات سلبية أخرى مثل الانشغال بالمواصلات و توفير الخدمات اللازمة له، مما يشتت ذهن الطالب و تركيزه.

(عبد الله بن عبد الخثلان،2005،ص:05).

نستنتج من هذا أن الإقامة الجامعية تساعد الطالب على التكيف الأكاديمي، و هذا بالمقارنة بالإقامة خارج الجامعة، و التي تعرض الطالب للعديد من التأخير و تضييع الوقت و تشتيت ذهن الطالب.

7-3)- الطالب و الأستاذ الجامعي:

ينبغي للطالب الجامعي أن يتعرف على الدور المختلف الذي يقوم به الأستاذ الجامعي، مقارنة بدور الأستاذة الآخرين حيث يكون دور الأستاذ الإرشاد و التوجيه بشكل عام، و يقوم بشرح و توضيح المبادئ العامة لكل موضوع و محاوره الرئيسية و إلقاء المحاضرات و الأعمال الموجهة، أما العلاقة بين الأستاذ الجامعي و الطالب،فهي العلاقات الإنسانية الخاصة و المميزة و التي تقوم على مبادئ العقل و الخلق و الاحترام

حيث يرى "**الصالح مصلح أحمد**"**(1996)** أن " العديد من البحوث ركزت على أهمية العلاقة بين الطالب و الأستاذ، فقد ذكر معظم الطلبة أن أهم الصفات التي يحبون أن يتصف بها الأستاذ هي أن يقوم اتجاههم بدور المرشد و الأب و الإنسان و الأستاذ، و أن يظهر في علاقته مع الطلبة و الود و الصداقة و التعاطف، و يهتم بمستقبلهم و حل مشاكلهم و يشاركهم في أنشطتهم".

(الصالح مصلح أحمد،1996،ص:73).

ونستنتج بذلك أن الأستاذ بالجامعة يساهم في مساعدة الطالب ،على النمو المتكامل الشامل فكريا و معرفيا و خلقيا و اجتماعيا و نفسيا، و بذلك يساهم في تقدمه و الرفع من تحصيله و تنمية كفاءاته .

7-4)- الطالب و التقييم الجامعي:

تتميز المرحلة الجامعية بأسلوبها المختلف من ناحية أساليب تقييم أداء الطالب و طبيعته الاختبارات التي تعطي في كل مقرر، حيث تتفاوت الأساليب حسب طبيعة كل مقرر، و لكنها في العادة تشمل على المعايير التالية: الحضور، و المشاركة الصفية و الاختبارات، و التقارير و المشاريع البحثية.

و تتجلى صعوبة تعامل بعض الطلاب مع الاختبارات الجامعية من كون تلك الاختبارات تركز على قياس قدرة الطالب

على التحليل و الاستنباط و المقارنة، و هي قدرات تعتمد بشكل جذري على الإستعاب و الفهم العميق للموضوع و ليس على الحفظ و تكرار الأفكار.

(عبد الله بن عبد الله الخثلان و آخرون،2005،ص:05).

ونستنتج أن عملية التقييم بالجامعة تتدخل فيها عدة معايير و ضوابط تحكمها و تسيرها، من قدرات الطالب و فنياته في الحفظ و التحليل و الربط و الاستنباط و المقرنة و كل هاته المعايير تكون قيمة الطالب و تحصيله بالجامعة

7-5)- الطالب و التحصيل الأكاديمي:

خلال المرحلة الجامعية يكون طموح الطلاب هو: النجاح، و لكن النجاح في الجامعة هو من الأمور التي قد تستعصي على البعض، لما تتطلبه الدراسة الجامعية من مهارات و جهد و مثابرة و صبر و خلفية علمية جيدة و هي أمور يمتلكها الكثيرون و لكن البعض منهم قد يفشل في توظيفها لتحقيق هدفه و طموحه.

إن حوالي ما يقارب (20) من إجمال المقبولين في الجامعات لا يكملون دراستهم الجامعية بسبب تدني مستوى التحصيل الأكاديمي و تختلف هذه النسبة من جامعة إلى أخرى، رغم أن معظم هؤلاء الطلاب الذين يواجهون الفشل الأكاديمي كانوا من الطلاب المتميزون أكاديميا و النابغين أثناء المرحلة الثانوية، مما يؤكد أن النجاح في المرحلة الجامعية لا يرتبط مباشرة بمستوى الطالب في المرحلة الثانوية أو قدراته الذهنية.

(عبد الله بن عبد الخثلان،2005،ص:05-06).

حيث أن التكيّف الأكاديمي هو نجاح الفرد في المؤسسات التعليمية المختلفة، و النمو السوي معرفيا و اجتماعيا و كذلك التحصيل المناسب، و حل المشكلات الدراسية مثل ضعف التحصيل الأكاديمي.

(الديب حامد،2000،ص:40).

مما سبق نستنتج أن تكيف الطالب أكاديميا تتدخل فيه عدة عوامل ، و هذه العوامل من شأنها أن ترفع من تحصيل الطالب و تكيفه أكاديميا ،أو العكس و يكون بذلك تدني تحصيله و بالتالي سوء تكيفه، و هذا ليس مرتبط بفترات دراسية سابقة، و لكن مرتبط بالمناخ الدراسي و التعليمي الذي يساهم فإرتفاع تحصيله الدراسي بالجامعة .

7-6)- الطالب و الفشل الأكاديمي:

يمكن تلخيص بعض العوامل الرئيسية التي تؤدي إلى تعثر بعض الطلاب الجامعيين في ما يلي:

- ✓ اختيار التخصص الأكاديمي غير الملائم للقدرات و الرغبات الشخصية.
- ✓ التغيب المفرط عن المحاضرات.
- ✓ عدم إعطاء الدراسة الجامعية حقّها و الانشغال عنها بأمور أخرى.
- ✓ عدم الاهتمام بإدارة الوقت.
- ✓ عدم توفر المهارات الدراسية اللازمة.
- ✓ عدم وضوح الأهداف و ما يرغب الطالب في الوصول إليه.
- ✓ الاستمرار في الاعتماد على الآخرين، و قلة الاعتماد على النفس.
- ✓ عدم الاكتراث، و اللامبالاة بالأمور المهمة خاصة الدراسية منها.
- ✓ الافتقار إلى المثابرة و الهزيمة و ضعف الرغبة في النجاح و التميز.
- ✓ الاستمرار في التفكير و التصرف كطالب في المرحلة الثانوية.
- ✓ عدم التكيّف مع البيئة الجامعية، أكاديميا و اجتماعيا و نفسيا.
- ✓ ضعف القدرة على التفكير التحليلي و الاستنباطي.

- ✓ قلة الاهتمام بسلامة و صحة الذهن و الجسد.

(عبد الله بن عبد الله الخثلان و آخرون، 2005،ص:06).

كما اتّضح مما سبق فالدراسة الجامعية مرحلة مختلفة بالنسبة للطالب و تستدعي على أن يكون على معرفة بذلك لكي يستعد بكل الوسائل للتأقلم مع البيئة الدراسية الجامعية و متطلباتها و التكيف معها من أجل بلوغ النجاح.

8)- التكيّف الأكاديمي للطالب في الجامعة:

لقد سبق و أن ذكرنا أن عملية التكيّف بصورة عامة عبارة عن التفاعل بين الفرد و ما لديه من إمكانيات و حاجات من جهة، و بين البيئة و ما فيها من خصائص و متطلبات من جهة أخرى، و يكون الناتج النهائي لهذه العملية هو التكيّف الحسن أو التكيّف السيئ.

(فوزي محمد جبل،2000،ص:61).

و يظهر التكيّف الحسن في شعور الطالب بالرضا و الارتياح اتجاه دوره كطالب في الجامعة و انخراطه في مجتمع الجامعة و استمتاعه بدراسته و ارتياحه لأساتذته و زملائه كما ينعكس التكيّف الحسن في الإنتاجية، أي في أداء المهمات المتضمنة في التعليم الجامعي و التمكن من المعارف و المعلومات و المهارات، الأمر يظهر في النتائج الدراسية التي يحصل عليها الطالب، و في مستوى نجاحه في الاختبارات و الامتحانات و أساليب التقييم التي صممت بشكل يقيس مدى تمكن الطالب من المعارف و المعلومات و المهارات التي يستهدف التدريس تحقيقها لديه.

أما التكيّف السيئ للطالب الجامعي، فيظهر في شعور الطالب بعدم الرضا عن دوره كطالب في الجامعة، و هو الأمر الذي يبدو على شكل إحساس بالقلق و التوتر و الشعور بالغربة و الاكتئاب، و تتراوح هذه الحالة من الاضطراب ما بين عدم التكيف البسيط، و حتى حالات الاضطرابات النفسية الشديدة التي تعيق اتصال الفرد بالواقع، كما يظهر أثار التكيف السيئ في إنتاجية الطالب على شكل تدهور في الأداء التحصيلي و في نتائج الطالب الدراسية و معدلاته.

و يتأثر التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة بعوامل متعددة مثل: خبرات طفولته وقدراته العقلية و التحصيلية و مهارته، كما يتأثر بظروف الأسرة التي ينتمي إليها الطالب و المركز الاجتماعي و الثقافي و الاقتصادي لتلك الأسرة، و يتأثر أيضا بمفهوم الذات لدى الطالب و مدى تقبله و تقديره لذاته و مستوى طموحه و آماله في المستقبل بالإضافة إلى ذلك فإن تكيف الطالب يتأثر بطبيعة الحياة في الجامعة و ما فيها من قواعد و تعليمات و مناهج

و علاقات مع الأساتذة و الزملاء، و ما تقدّمه الجامعة للطالب من خدمات في مجالات التوعية و الإرشاد و الإعداد للدراسة الجامعية و المساعدة على اختيار التخصص و برامج تنمية المهارات الدراسية و الاجتماعية التي تساعد على النجاح في التكيف الأكاديمي.

(فوزي محمد جبل،2000،ص:66).

وإنطلاقا من هذا نستنتج أن تكيف الطالب في الجامعة يتعرض لعدة عوامل فعالة، من شأنها أن تساعد الطالب في التكيف الجيد أو العكس، فتساهم في تدهور مساره بالجامعة فيكون بذلك الأمر متعلق بالجامعة و الطالب معا.

8-1)- دور الجامعة في تحسين التكيّف الأكاديمي للطالب في الجامعة:

يمكن للجامعة أن تتسم في تحسين التكيف الأكاديمي للطالب و تطويره، و ذلك من خلال تعريف الطلبة الجدد بالجامعة، و تهيئتهم للدراسة فيها، و من خلال الإرشاد الأكاديمي و التوجيه و الإرشاد النفسي، و توفير الفرص للطالب للمشاركة في نشاطات متنوعة داخل الجامعة و خارجها، كما أن تقديم التسهيلات المعيشية المتعلقة بالسكن و الطعام و المواصلات يمكن أن ينخفض من الضغوطات التي يتعرض لها الطالب، و فيما يلي توضيح لدور الجامعة في تحسين التكيف الأكاديمي للطالب:

- برامج تهيئة الطلبة الجدد: ينبغي أن تبدأ برامج تهيئة الطلبة الجدد في وقت مبكر قبل التحاقهم بالجامعة و تعتبر الزيارات التي تنظمها المدارس للجامعات خطوة أولى في هذا الطريق، و ينبغي أن تتم الزيارات بحيث يتعرف طلبة المدارس و خاصة المدارس الثانوية من خلالها إلى المرافق الجامعية المختلفة، و التخصصات التي تقدمها و شروط الالتحاق بالجامعة.
- و من المفيد أن تنظم الجامعات برامج خلال الصيف للطلبة المرشحين للالتحاق بالجامعة ، يتعرفون من خلالها على مرافق الجامعة، و يتلقون تدريبات في المهارات الدراسية و الاجتماعية التي تحسن من مستوى تكيفهم الأكاديمي، و تعتبر هذه البرامج ضرورية و بشكل خاص للطلبة الذين يأتون من المناطق البعيدة عن الجامعات.
- تتضمن التدريبات في مجال المهارات الدراسية في استخدام المكتبة و كتابة البحوث السريعة، أما التدريبات في مجال المهارات الاجتماعية فتضمنت على تدريبات في إقامة العلاقات و التعامل مع الطلبة و الأساتذة و تدريبات في مهارات الاتصال كالإصغاء الفعّال و المبادرة و التعبير عن المشاعر الإيجابية و السلبية كما تتضمن تدريبات في تقبل الاختلاف

و التعارض في وجهات النظر و حل المشكلات من خلال الأساليب المنطقية و العلمية في التفكير، كما تتضمن معلومات حول النشاطات المختلفة المتوفرة للطلبة في الجامعة و كيفية الالتحاق بها و الإفادة منها.

من هذا نستنتج أن للجامعة دور كبير في تكيف الطالب أكاديميا ، حتى و إن كانت لديه مهارات إجتماعية تحت المتوسط يمكن للجامعة أن تنميها من خلال النشاطات و الخدمات التي تقدمها الجامعة للطالب ، و التي تمكنه من الإحتكاك بين الطالب و زملاءه و بين الطالب و أساتذته و الطالب و الإدارة و حتى الطالب و مختلف النشاطات المكتبية و غيرها ، وهذا ماأشرنا إليه في دراستنا الحالية.

9)- الإرشاد الأكاديمي:

يمثل الإرشاد الأكاديمي ركنا أساسيا و محوريا في النظام التعليمي، حيث بعد استجابة موضوعية لمواجهة متغيرات اجتماعية و اقتصادية و إنسانية في صلب النظام و فلسفته التربوية، علاوة على كونه يستجيب لحاجات الدارس ليتواصل مع التعليم الجامعي.

(دليل الإرشاد الأكاديمي،2008،ص:2-3).

و لذلك تقوم الجامعات بتخصيص مرشد لكل مجموعة من الطلبة، و المرشد عادة أستاذ في الجامعة، يقوم بمساعدة الطالب للوصول إلى أفضل تكيف ممكن في الوسط الجامعي، و يتطلب الإرشاد الأكاديمي بهذا المعنى وجود علاقة بين المرشد و الطالب تتسم بالمودة و الاحترام، و تسمح للطالب بأن يعبر عن مشكلاته بحرية، كما تساعد المرشد لكي يحدث تعديلات إيجابية في سلوك الطالب و معلوماته أو اتجاهاته بهدف تحسين مستوى التكيّف لديه.

و يخصص المرشد الأكاديمي ساعات محدودة يتواجد فيها في مكتبه تسمى "الساعات المكتبية" تتراوح بين ساعتين و ثلاثة ساعات أسبوعيا، لاستقبال الطلبة الذين يشرف على إرشادهم، و يلتزم المرشد بالساعات المكتبية التزامه بالمحاضرات التي يدرسها. و يمكن أن يلتزم الإرشاد الأكاديمي باستخدام الأسلوب الفردي أي إلقاء بكل طالب على حدة، أو الجمعي أي إلقاء بمجموعة من الطلبة بحسب حاجات الطلبة. و يوفر الإرشاد الفردي للطالب جوًا أكثر خصوصية و يجعل موضوع الإرشاد متناسبا مع قضية الطالب الفردية، أما الإرشاد الجمعي فهو لمتابعة القضايا التي يشترك فيها مجموعة من الطلبة و يتيح الإرشاد الجمعي للطلبة فرصة أكبر للتفاعل و الإفادة من خبرات بعضهم البعض، مع وجود توجيه المرشد الأكاديمي، يحتفظ المرشد بملف لكل طالب من طلبته، يتضمن التاريخ التحصيلي للطالب في الجامعة و خطة الدراسة التي تتضمن المسافات و أي معلومات يحتاجها المرشد في توجيهه لطلبته هذاو يساعد المرشد الطلبة على اتخاذ قرارات حول اختيار التخصص، كما يساعدهم على تنظيم الوقت و تطوير المهارات الدراسية المناسبة، كما تقع على المرشد مسؤولية إحالة الطالب إلى جهات أخرى داخل الجامعة أو خارجها للحصول على خدمات متخصصة، كأن يحيله إلى جهات أخرى داخل الجامعة أو خارجها للحصول على خدمات متخصصة، كأن يحيله إلى مركز الإرشاد النفسي أو المنح أو القروض حسب ما يتطلبه الوضع. و تقع على المرشد الأكاديمي مسؤولية أن يكون ملما كافيا بالأنظمة و القوانين و التعليمات المتعلقة بالجامعة، و المعلومات التي تتعلقبالخطط بالجامعة و المعلومات التي تتعلق بالخطط الدراسية و البرامج الأكاديمية و غيرها، و هذا لابد من أن تتوافر في المرشد الأكاديمي بعض المهارات حتى يستطيع أن يؤدي دوره بدقة و منها: الإصغاء الفعال، بذل الجد للمساعدة و الحفاظ على المواعيد، سعة الأفق و المعاصرة و التفاهم و الاحترام و الديمقراطية و الحوار و الأسلوب العلمي في حل المشكلات.

(دليل الإرشاد الأكاديمي،2008،ص 05).

ومن هذا نستنتج أن عملية الإرشاد بالجامعة مهمة بصفة كبيرة ، و فعالة في عملية التكيف الأكاديمي للطالب و بالتالي يجب توفر الإرشاد الأكاديمي في معظم جامعاتنا بالجزائر، و هذا يساعد الطالب في تنمية مهاراته الإجتماعية التكيفية التي تساعده لبلوغ أهدافه التعلمية.

10)- النشاطات الطلابية:

تعمل الجامعة من خلال إدارة متخصصة بشؤون الطلبة يطلق عليها في بعض الجامعات عمادة شؤون الطلبة على توفير نشاطات طلابية تلبي حاجات الطلبة في المجالات المختلفة: الدينية و الرياضية و الاجتماعية و الثقافية و الفنية و الترويحية، و تساعد نوادي النشاط على إيجاد تفاعل إيجابي بين الطلبة، كما تسهم في خفض الضغوطات النفسية لديهم، و تحسن تكيفهم الأكاديمي، و نوعية حياتهم الجامعية.

و لكي تحقق النشاطات الطلابية أهدافها ينبغي أن تكون ممتعة و مفيدة، و تستقطب أكبر عدد من الطلبة و لا تقتصر على البعض فقط بل تستوعب كل طالب لديه اهتمام في أي مجال من مجالات النشاط.

(دليل الإرشاد الأكاديمي،2008،ص 06).

و من هذا نستخلص أن النشاطات الطلابية لها دور كبير في تكيف الطالب أكاديميا و تنمية مهاراته الإجتماعية و هذا من خلال الإحتكاك بين الطلبة و تمرير الخبرات التي تسمح بتعلم المهارات الإجتماعية، و التي تساعد الطالب كثيرا في عملية التكيف الأكاديمي .

11)- خلاصة الفصل:

يعد التكيّف جوهر الحياة النفسية، و لب العملية التربوية و هذه الأخيرة ليست إلا إعانة الإنسان على التكيف مع محيطه ليتكيف محيطه معه.

(فاخر عاقل،1983،ص:23).

فالتكيّف مع الحياة عموما، و مع متطلبات الحياة الجامعية خصوصا، يعتبر متطلبا أساسيا لنجاح الطلبة، و استمرارهم في الدراسة الجامعية، بحكم أن التكيف الأكاديمي للطالب في الجامعة يعتبر واحد من أقوى المؤشرات المتعلقة بصحته النفسية، فتكيّف الطالب من عدم تكيفه، يتأثر مع الحياة الجامعية، و بمشاكلها المتعددة التي نجد منها: ضعف الإعداد المسبق لدخول المرحلة الجامعية، اختلاف الجو الجامعي التعليمي عن المدرسة، و تباين أساليب التدريس و طريقة إجراء الاختبارات، كما أن الجامعة تعطي حرية أوسع و مسؤولية أكبر بعكس المدرسة، فضلا عن المشكلات الدراسية و الاجتماعية و النفسية و التربوية و عقبات أخرى تعيق نجاح الطلاب الجامعيين و تقدمهم، و بالتالي سوء تكيّفهم و الذي يرتبط إلى حد كبير برسوبهم أو إنذارهم أو حتى فصلهم من الجامعة، و أن هذا يعد هدرا في التعليم الجامعي لابد أن تتصدى له الجهات المعينة، و تتضافر الجهود، و أن توضع برامج ملائمة للحد من وقوع هذه المشاكل و سوء التكيّف الأكاديمي، و إجراء دراسات و أبحاث للتخفيف منه.

ـ الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية.

1 ـ تمهيد.

2 -.منهج البحث.

3- الدراسة الاستطلاعية.

4- عينة البحث.

5- الأساليب الإجصائية.

6- أدوات البحث.

1)- تمهيد:

عندما يقوم الباحث بدراسة ما فإنه يحاول دوما أن يحصل على المعلومات الوافرة التي تمكنه من وصف الظاهرة المراد دراستها وصفا شاملا يسمح له بتحديد العلاقات القائمة بين عناصرها، لذلك فإنه يتبع مجموعة من الخطوات العلمية الدقيقة و المنظمة و التي تمكنه من تحقيق أهداف الدراسة، وهذا ما سنتطرق إليه في هذا الفصل و الذي يبدأ بتحديد نوع المنهج المتبع في هذه الدراسة ثم مجتمع و عينة الدراسة و كيفية اختيارها و خصائصها، ثم عرض لأهم الأدوات المستعملة في جمع البيانات، ثم سنحدد مكان و زمان إجراء البحث وأخيرا المعالجة الإحصائية.

2)- منهج البحث:

يقصد بالمنهج تلك القواعد و الأنظمة التي يتم وصفها من أجل الوصول إلى حقائق مقبولة حول الظواهر.

(محمد عبيدات و آخرون،1999) .

- و من أجل الإجابة على التساؤلات و التحقق من صحة الفرضيات اتبعنا:

المنهج الوصفي، فهو المنهج المناسب لتحقيق أهداف الدراسة بالشكل الذي يضمن الدّقة و الموضوعية ذلك لأنّه يدرس " العلاقة بين المتغيرات، و يصف درجة العلاقة بين المتغيرات وصفا كميا و ذلك باستخدام مقاييس كمية ومن أغراض المنهج الوصفي هو وصف العلاقات بين المتغيرات، أو استخدام هذه العلاقات في عمل تنبؤات تتعلّق بهذه المتغيّرات."

و المنهج الوصفي على العموم يعتمد على وصف دقيق و تفصيلي لظاهرة أو موضوع محدّد على صورة نوعية أو كمية رقمية . و هو أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدّد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة و ذلك من أجل الحصول على

(بكير مليكة،2010) .

نتائج عملية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية و بما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة.

3)- الدراسة الاستطلاعية:

في البداية قمنا بدراسة استطلاعية، و التي تسمح لنا بالاحتكاك لأول مرة بميدان البحث، كما تتيح لنا الكشف عن مدى ملائمة المقاييس المستخدمة لعينة الدراسة، و هذا من أجل تحديد صدق و ثبات المقاييس.

و بما أن محور الدراسة هو طالب سنة أولى جامعي توجهنا إلى جامعة الدكتور يحيى فارس بولاية المدية حتى يكون مجالا لبحثنا، و قمنا بتطبيق مقياس تعلم المهارات الاجتماعية على 70 طالب وطالبة.

4)- عينة البحث و خصائصها:

4-1)- عينة البحث:

تعرف العينة على أنها جزء من المجتمع تتم دراسة الظاهرة من خلال المعلومات عن هذه العينة، حتى نتمكن من تعميم النتائج على المجتمع.

(النجار نبيل جمعة، 2010 ، ص14) .

و تكونت عينة هذا البحث من 70 طالب و طالبة مستوى أولى جامعي، منهم (35 طالب) و (35 طالبة) تراوحت أعمارهم مابين 18 و 24 سنة ، اختيرت بالطريقة المقصودة و هو: أسلوب يلجأ إليه الباحث إذا كانت جميع مفردات الجمهور غير معروفة له، فيختار العينة على أساس المعلومات المتوفرة عن هذا الجمهور، فيختارها بعناية و بصورة غير عشوائية، لأنه يرى أنها تحقق أهداف دراسته بشكل أفضل.

(طلعت لطفي، 1995 ، ص67).

و يقصد بمفردات الجمهور أفراد العينة الممثلين للمجتمع الأصلي .

4-2)- خصائص العينة:

لكل عينة بحث خصائص تميزها، فالباحث يعتمد على هذه الخصائص في توزيع أفراد هذه العينة، و فيما يلي سنقوم بتوزيع عينة البحث وفق التخصص و الجنس سنعرضها في الجداول التالية :

✓ **جدول رقم (1) : توزيع عينة البحث حسب الجنس**

الجنس	المجموع	النسبة المئوية
ذكور	35	%50
إناث	35	%50
المجموع	70	%100

يظهر من الجدول رقم (**01**) إن نسبة الذكور قدرت بـ **50 %** في حين قدرت نسبة الإناث بـ **50 %** و هي تساوي نسبة الذكور.

✓ **جدول رقم (2) : توزيع عينة البحث حسب التخصص**

التخصص	العدد	النسبة
علوم تكنولوجية	35	%50
علوم إنسانية	35	%50
المجموع	70	%100

يظهر من الجدول رقم (**02**) إن نسبة تخصص العلوم التكنولوجية قدرت بـ **50 %** في حين قدرت نسبة تخصص العلوم الإنسانية بـ **50 %** و هي تساوي نسبة تخصص العلوم التكنولوجية.

5)- الأساليب الإحصائية :

استخدمنا في دراستنا هذه مجموعة من الأساليب الإحصائية و المتمثلة في:

- الإحصاء الوصفي : و يتضمن النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية .
- الإحصاء الاستدلالي : و يتضمن معامل الارتباط بيرسون (**Person**) ، اختبار **T** للفروق لعينتين مستقلتين.

6)- أدوات البحث:

يقوم الباحث باختيار وسيلة أو أكثر تمكنه من جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول الظاهرة المراد دراستها و في هذا البحث اعتمدنا على الأدوات التالية:

6-1)- استبيان المهارات الاجتماعية:

6-1-1)- البيانات الشخصية:

تم بناء استمارة تتكون من الأسئلة بهدف جمع بعض المعلومات عن أفراد العينة تخص كل من الجنس ، السن المستوى التعليمي ، معدل السداسي الأول.

6-1-2)- البنود :

استبيان تعلم المهارات الاجتماعية هو أداة قياس على شكل تقرير ذاتي، و هي تقدر أبعاد مهارات الاتصال الاجتماعي للطالب في الجامعة و التي لما تركب تشكل مهارة اجتماعية شاملة.

وتوجد مقاييس عديدة للمهارات الاجتماعية و لكن نحن سعينا لبناء استبيان يتناول تعلم المهارات الاجتماعية التي يحتاجها الطالب في الجامعة مع زملائه و مع نفسه و مع الأساتذة و الإدارة و حتى المكتبة، المهارات التي يحتاجها الطالب و هو بالجامعة لتمكنه من النجاح و التفوق، و يتكون استبيان تعلم المهارات الاجتماعية من 40 بند، و لا توجد بنود سلبية أي جميع البنود موجبة.

- ✓ **التنقيط الكلي المقياس** : أعلى قيمة يمكن الحصول عليها هي 200 نقطة و أدناها 40 نقطة.
- ✓ **السلم التقييمي** : تقييم المهارات الاجتماعية المقبولة بداية من 120 كحد فاصل ، أو كحد أدنى لوجود المهارات الاجتماعية و في حالة حصول على نتيجة أقل من هذه القيمة 120 يعني لا وجود للمهارات الاجتماعية أو أنها ضعيفة.

و يمكن تقديم القيم المعيارية كما يلي : من 40 إلى 69 مهارات اجتماعية منخفضة، من 70 إلى 99 ضعيفة

من 100 إلى 119 مهارات اجتماعية تحت المتوسط ، من 120 إلى 139 مهارات اجتماعية متوسطة، من140 إلى 159 مهارات اجتماعية فوق المتوسط ، من 160 إلى 179 مهارات اجتماعية جيدة ، من 180 إلى 200 مهارات اجتماعية ممتازة.

مع التخلي عن النتيجة التي تتضمن أدنى نقطة 40 و أعلى نقطة 200 ، لأنها إجابات لا تخدم الموضوع و المجيب فيها قد يكون في حالة عدم تركيز.

✓ **جدول رقم (3) :وصف للأبعاد التي يحتويها الاستبيان.**

الأبعاد	أرقام البنود
المهارات ذاتية	.1،2،4،5،12،19،24،28
مهارات الإندماج مع الزملاء	.6،7،11،15،18،32،35،10
مهارات الإحتكاك مع الأساتذة	.34،21 ،8،9،13،17،33،37
مهارات التفاعل مع الإدارة	.38،39،40،22،16 ،20،26،36
مهارات المشاركة بالمكتبة	.25،29،30 ،3،14،23،27،31

✓ **طريقة التصحيح :**

يتم تنقيط هذا الاستبيان بطريقة بسيطة، بحيث تعطى علامة وفقا للإجابة التي تم اختيارها كالتالي:

ليس مثلي إطلاقا=1 ·

مثلي قليلا = 2 .

مثلي =3 .

مثلي غالبا =4 .

مثلي تماما = 5 .

6-1-3)- الخصائص السيكومترية للاستبيان :

6-1-3-1)- صدق الاستبيان في الدراسة الحالية:

قمنا بتحديد صدق الأداة عن طريق عرضها على لجنة محكمين تألفت من مجموعة من المتخصصين في علوم التربية و علم النفس ثم قمنا بتفريغ إستبانات لجنة التحكيم كاختيار العبارات التي حصلت على نسبة % 80 فما فوق إذ بلغ استبيان تعلم المهارات الاجتماعية 40 بند من أصل 45 بند و كانت بدائل الاستبيان كالآتي (ليس مثلي إطلاقا، مثلي قليلا، مثلي، مثلي غالبا ،مثلي تماما).

جدول رقم (4) يبين قائمة الأساتذة المحكمين للاستبيان تعلم المهارات الاجتماعية :

الرقم	اسم المحكم	الرتبة العلمية	الجامعة	التخصص
01	رضا حيرش	دكتوراه	المدية	علوم التربية
02	سنوسي زموري	ماجستير	المدية	إرشاد و الصحة النفسية
03	بن قطاف محمد	دكتوراه	المدية	علم النفس الأرطوفوني
04	محمد الوناس	ماجستير	المدية	علم النفس الاجتماعي
05	فريد بكيس	ماجستير	المدية	علم النفس الاجتماعي
06	نبيل ولد محي الدين	دكتوراه	المدية	علم النفس

6-1-3-2)- ثبات الاستبيان في الدراسة الحالية:

تم حساب الثبات بطريقة واحدة و هي إعادة التطبيق إذ بعد 15 يوم و هذا في 14 أفريل 2015 و إعادة التطبيق في يوم 28 أفريل من نفس السنة، طبق هذا الإستبيان على عينة قوامها (70) فرد ذكر و أنثى، ثم حسب الارتباط بين درجات التطبيق الأول و التطبيق الثاني و الذي قدر بـ 0.92 و هو دال إحصائيا عند مستوى خطأ=0.01 و مؤشر الدلالة 0.0093 مما يدل على تمتع الاختبار بدرجة مناسبة من الثبات.

6-2)- التكيف الأكاديمي :

و بالنسبة للمتغير الثاني التكيف الأكاديمي و الذي قمنا بتحديد درجاته حسب معدل السداسي الأول، و تناولنا مؤشر المعدل لقياس هذا المتغير.

6-2-1)- السلم التقييمي :

الطالب أو الطالبة التي تتحصل على معدل أقل من 10 بذلك تكون أو يكون غير متكيف أكاديميا ، بينما الطالب أو الطالبة التي تتحصل على معدل يساوي أو يفوق 10 تكون أو يكون متكيف أكاديمي.

ـ الفصل الخامس: عرض البيانات و مناقشة النتائج.

1-عرض النتائج الدراسة.

2- مناقشة النتائج و تفسيرها.

3- الإستنتاج العام.

4- خاتمة.

5- الإقتراحات.

الفصل الثالث :
التكيف الأكاديمي

1)- عرض نتائج الدراسة :

✓ نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية

✓ **جدول رقم(5)يوضح نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم الاجتماعية حسب الجنس لتخصص العلوم التكنولوجية:**

أفراد العينة	العدد	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العينة الكلية	35	155	100	121.40	12.67
ذكور	17	142	100	120.82	19.81
إناث	18	155	100	121.94	15.31

***يمثل الجدول رقم(5)** نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية حسب الجنس لتخصص العلوم التكنولوجية ، وتمثل عدد الأفراد للعينة الكلية 35 فردا وتحصلوا على أعلى قيمة في الاستبيان 155 وأدناها 100 ومتوسط حسابي قدره121.40، وهو يعني أنالأفراد كانت لديهم مهارات الاجتماعية متوسطة، أي مابين 120 و139 ، وهي أعلى من الدرجة الفاصلة، وكانت قيمة الإنحراف المعياري 12.67.

وتحصل أفراد العينة الذكور وعددهم 17 فردا على درجات ما بين 142 و100، ومتوسط حسابي قدره 120.82 وهي تعني قيمة أعلى من الحد الفاصل أي كان لدى الذكور مهارات اجتماعية متوسطة حسب السلم التقدير يقدر الانحراف المعياري بـ 19.81 ،أما الإناث وعددهم 18 فردا فكانت نتائجهم

ما بين 155 و 100 ومتوسط حسابي قدره 121.94وهو قيمة أعلى من قيمة الذكور، وهي تعني مهارات اجتماعية متوسطة ، أي ما بين120 و 139 و قدرت قيمة الانحراف المعياري بـ 15.31.

- ✓ **جدول رقم(6)يبيّن نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية حسب الجنس لتخصص العلوم الإنسانية :**

أفراد العينة	العدد	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العينة الكلية	35	185	92	126.51	22.057
ذكور	18	154	92	123	18.97
إناث	17	185	98	130.23	24.95

***يمثل الجدول رقم(6)** نتائج أفراد العينة على استبيان تعلم المهارات الاجتماعية حسب الجنس لتخصص العلوم الإنسانية، وعدد أفراد العينة الكلية 35 فردا وتحصلوا على أعلى قيمة في الاستبيان185 وأدناها 92 ومتوسط حسابي قدره 126.51 وهو يعني أن الطلبة لديهم مهارات اجتماعية متوسطة، أي مابين 120 و 139 وهي أعلى من الدرجة الفاصلة، وكانت قيمة الانحراف المعياري 22.057 وتحصل أفراد العينة الذكور والذين عددهم 18فردا على درجات ما بين 154 و 92، ومتوسط حسابي قدره 123 وهي تعني قيمة أعلى من الحد الفاصل أي أن لدى الذكور مهارات اجتماعية متوسطة حسب السلم التقديري، وقدر الانحراف المعياري بـ 18.97.

أما الإناث فكانت نتائجهم ما بين 185 و 98 مع العلم أن عددهم17 فردا، ومتوسط حسابي قدره 130.23 وهو قيمة أعلى من قيمة الذكور، وهي تعني مهارات اجتماعية متوسطة، أي ما بين 120 و 139، وقدرت قيمة الانحراف المعياري بـ 24.95.

✓ نتائج أفراد العينة في السداسي الأول (التكيف الأكاديمي) :

✓ **جدول رقم (7) يبيّن نتائج أفراد العينة للسداسي الأول حسب الجنس تخصص العلوم و التكنولوجية:**

أفراد العينة	العدد	أعلى معدل	أدنى معدل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العينة الكلية	35	15	9	10.485	1.482
ذكور	17	13	9	10.29	1.104
إناث	18	15	9	10.66	1.782

***يمثل الجدول رقم (7)** نتائج أفراد العينة حسب الجنس للسداسي الأول تخصص العلوم التكنولوجيةوعدد أفراد العينة الكلية 35 فردا،و تحصلواعلى أعلى معدل في السداسي الأول 15 وأدناه 9، و متوسط حسابي قدره 10.485 و هو يعني أن الطلبة متكيفين أكاديميا ، و هي تساوي المعدل الفاصل ، وكانت قيمة الانحراف المعياري 1.482.

و تحصل أفراد العينة الذكور و الذي عددهم 17 على أعلى معدل في السداسي الأول 13و أدناه 9،و متوسط حسابي قدره 10.29 و هو يعني أن الذكور متكيفين أكاديميا، و هي تساوي المعدل الفاصل،و كانت قيمة الانحراف المعياري 1.104 .

و تحصلت الإناث و البالغ عددهم 18 على أعلى معدل في السداسي الأول 15أدناه 09 ، و متوسط حسابي قدره 10.66 و هو يعني أن الإناث متكيفين أكاديميا، و هي تساوي المعدل الفاصل، و كانت قيمة الانحراف المعياري 1.782.

✓ **جدول رقم(8)يبيّن نتائج أفراد العينة حسب الجنس للسداسي الأول تخصص العلوم الإنسانية:**

أفراد العينة	العدد	أعلى معدل	أدنى معدل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العينة الكلية	35	16	8	11.20	2.23
ذكور	18	15	8	10.83	1.723
إناث	17	16	8	11.588	2.67

***يمثل الجدول رقم(8)** نتائج أفراد العينة حسب الجنس للسداسي الأول تخصص العلوم الإنسانية و عدد أفراد العينة الكلية 35 فرد، و تحصلوا على أعلى معدل في السداسي الأول

16 و أدنـاه 8، و متوسـط حسـابي 11.20 و يعنـي أن أفـراد العينـة متكيفـين أكاديميـا، و هي أعلى من المعدل الفاصل، وانحراف معياري قدره 2.23

و تحصل الذكور البالغ عددهم 18 على أعلى معدل في السداسي الأول 15 و أدناه 8 ، و متوسط حسابي 10.83و يعني هذا أن الذكور متكيفين أكاديميا ، و هي أعلى من المعدل الفاصل، و انحراف معياري قدره 1.723 .

و تحصل الإناث البالغ عددهم 17 على أعلى معدل في السداسي الأول 16 وأدناه 8 ، و متوسط حسابي 11.588 و يعني أن الإناث متكيفين أكاديميا، و هي أعلى من المعدل الفاصل، و انحراف معياري قدره 2.67.

1-1)- اختبار الفرضية الرئيسية:

التي مفادها أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لدى طلبة مستوى أولى جامعي.

✓ **جدول رقم (9)يبيّن العلاقة الإرتباطية بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لدى تخصُصين العلوم التكنولوجية والعلوم الإنسانية:**

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الترابط بيرسون	الدلالة الإحصائية		المؤشر
					0.05	0.01	
تعلم المهارات الاجتماعية	70	123.95	18.075	0.902		دال	0.0001
التكيف الأكاديمي	70	10.84	1.915				

***يبين الجدول رقم(9)** العلاقة إرتباطية بين المتغير المستقل تعلم المهارات الاجتماعية وبين المتغير التابع التكيف الأكاديمي لتخصُصين العلوم التكنولوجية والعلوم الإنسانية، وذلك باستخدام معامل الارتباط بيرسون، فقد كانت قيمة الترابط 0.902، وقيمة المؤشر للدلالة 0.0001 وهي قيمة أقل من الدرجة الحرجة 0.01، أي أن قيمة الترابط دالة إحصائيا عند الدرجة الحرجة 0.01، ومنه قبول الفرضية البديلة التي مفادها وجود علاقة ترابطية دالة إحصائيا بين المتغير المستقل تعلم المهارات الاجتماعية وبين المتغير التابع التكيف الأكاديمي،و أنه كلما زاد تعلم المهارات الاجتماعية زادت نسبة التكيف الأكاديمي لدى العينة

1-2)- إختبار الفرضية الجزئية الأولى:

التي مفادها أن هناك فروق دالة إحصائيا بين التخصصات في تعلم المهارات الاجتماعية لدى طلبة مستوى أولى جامعي

✓ **الجدول رقم(10)يبيّن اختبار الفروق المشاهدة لنتائج أفراد عينة بين تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية على مقياس تعلم المهارات الاجتماعية:**

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس ف	قيمة ت	الدلالة الإحصائية		المؤشر
						0,05	0,01	
درجات تخصص العلوم التكنولوجية على مقياس تعلم المهارات الاجتماعية	35	121.40	12.76	11.24	1.187	دال		0.046
				المؤشر				
				0.001				
درجات تخصص العلوم الإنسانية على مقياس تعلم المهارات الاجتماعية	35	126.51	22.05					

***يبيّن الجدول رقم (10)** اختبار الفروق المشاهدة لنتائج أفراد العينة بين التخصصات على مقياس تعلم المهارات الاجتماعية، وكما هو ملاحظ فإن تحصلوا العلوم الإنسانية أعلى درجة من العلوم التكنولوجية بقيمة 121.40 لتخصص العلوم التكنولوجية مقابل126.51 لتخصص العلوم الإنسانية، وباستخدام اختبار "**ت**" للفروق لعينتين مستقلين وبعد حساب التجانس الذي كان دالا، فإن قيمة "**ت**" المحسوبة كانت 1.187 وقيمة المؤشر قدرت بـ 0.046 وهي قيمة أصغر من 0,05 ومنه فإن قيمة "**ت**" المحسوبة دالة إحصائيا، أي قبول الفرضية البديلة التي مفادها وجود فروق مشاهدة دالة إحصائيا بين تخصص العلوم التكنولوجية والعلوم الإنسانية للمتوسطات الحسابية المشاهدة في تعلم المهارات الاجتماعية ، ونرفض الفرض الصفري .

1-3)- اختبار الفرضية الجزئية الثانية:

التي مفادها أن هناك فروق دالة إحصائيا بين التخصصات في التكيف الأكاديمي لدى طلبة مستوى أولى جامعي.

الجدول رقم (11) يبيّن اختبار الفروق المشاهدة لنتائج أفراد عينة بين تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية في نتائج السداسي الأول :

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس ف	قيمة ت	الدلالة الإحصائية		المؤشر
						0,05	0,01	
نتائج تخصص العلوم التكنولوجية في السداسي الأول	35	10.48	1.48	9.579	1.576	دال		0.023
				المؤشر				
				0.003				
نتائج تخصص العلوم الإنسانية في السداسي الأول	35	11.20	2.23					

***يبين الجدول رقم (11)** اختبار الفروق المشاهدة لنتائج أفراد العينة بين التخصصات في نتائج السداسي الأول وكما هو ملاحظ فإن تحصلوا العلوم الإنسانية أعلى درجة من العلوم التكنولوجية بقيمة10.48لتخصص العلوم التكنولوجية مقابل 11.20 لتخصص العلوم الإنسانية ، وباستخدام اختبار "**ت**" للفروق لعينتين مستقلين وبعد حساب التجانس الذي كان دالا ، فإن قيمة "**ت**" المحسوبة كانت 1.576 وقيمة المؤشر قدرت بـ 0.023 وهي قيمة أصغر من 0,05 ومنه فإن قيمة "**ت**" المحسوبة دالة إحصائيا، أي قبول الفرضية البديلة التي مفادها وجود فروق مشاهدة دالة إحصائيا بين

تخصص العلوم التكنولوجية والعلوم الإنسانية للمتوسطات الحسابية المشاهدة في التكيف الأكاديمي، ونرفض الفرض الصفري.

2)- تفسير النتائج و مناقشتها:

انطلق البحث من إشكالية وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي

وتوصل البحث بعد اختبار الفرضيات لعدة نتائج ، وسيتم مناقشة النتائج حسب الفرضيات المقدمة وحسب نتائج الدراسات السابقة للبحوث الأخرى المشابهة.

2-1)- مناقشة الفرضية الأولى:

هناك علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لدى طلبة مستوى أولى جامعي.

ويتبيّن من الجدول رقم(**9**)إن العلاقة الإرتباطية بين تعلم المهارات الاجتماعية والتكيف الأكاديمي لدى العينة الكلية 70تمثلت بقيمة0.902 ،وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند درجة الحرية 0.01 وهو ما يثبت قبول الفرضية البديلة أي أنه توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين و رفض الفرضية الصفرية

ونفسر إتفاق هذه النتيجة مع نتائج البحوث والدراسات السابقة العربية و الأجنبية فيكون تعلم المهارات الاجتماعية سيمكن أفراد المجموعة من التكيف الأكاديمي الجيد وبشكل سريع ، وهي دراسات كل من: دراسة(**العدل، 1998**) ودراسة(**عبدالله ،2002**) ودراسة (**السيسي،2003**) ودراسة (**رجيعة و إبراهيم،)2003** و دراسة (**قاسم،2003**) و دراسة (**الحسانين ،2003**) ودراسة (**إبراهيم محمد المغازي، 2004)**

ودراسة (**عبد الحميد رجيعة وإبراهيم ألشامخي إبراهيم،2003**)و التي أكدت جميعها على نتائج إيجابية فعالة لتعلم المهارات الاجتماعية في الجانب التعليمي و الدراسي.

و دراسة (**moor,2003**) و دراسة(**عودة ،1992**) و أكدت هذه الدراسات على أهمية التكيف الأكاديمي بالنسبة للطالب في الجامعة.

وهي تتفق مع نتائج البحث الحالي والذي اثبت اختبار الفرضية الأولى التي تنص على وجودعلاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية و التكيف الأكاديمي لطلبة مستوى أولى جامعي،وإنتعلم المهارات الاجتماعية يزيد من التكيف الأكاديمي لدى طلبة مستوى أولى جامعي.

2-2)- مناقشة الفرضية الثانية:

توجد فروق مشاهدة دالة إحصائيا بين متوسطي درجات تعلم المهارات الاجتماعية بين التخصصات(تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية).

ويتبيّن من الجدول رقم **(10)**أنه هناك فروق مشاهدة ذات دلالة إحصائية بين تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية على مقياس تعلم المهارات الاجتماعية لدى عينة تتكون من35 في كل تخصص وهذا بعد تطبيق الاستبيان التي أكد وجود فروق مشاهدة بين الذكور و الإناث بالنسبة لمتغير البيئة في جانب المهارات الاجتماعية.

و هو ما أكدته نتائج الدراسات كل من (**دراسة الحسانين،2003**) و دراسة(**رجيعة و إبراهيم،2003**).

وهذا ما يفسر أن تخصص العلوم التكنولوجية أقل تعلم للمهارات الاجتماعية بالمقارنة مع تخصص العلوم الإنسانية .

2-3)- مناقشة الفرضية الثالثة:

توجد فروق مشاهدة دالة إحصائيا بين متوسطي نتائج السداسي الأول أي التكيف الأكاديمي بين التخصصات

(تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلو الإنسانية).

ويتبيّن من الجدول رقم (**11**)إن هناك فروق مشاهدة ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية.

و في هذا تؤكد النتائج دراسة كل من (**رضوان سرحان ،2002**) و دراسة (**مجمد بني خالد، 2009**) التي أكدت الفروق المشاهدة بين وسط الطلبة في نتائج التكيف الأكاديمي و هو ما أكدته دراستنا الحالية .

نستنتج بذلك أن تخصص العلوم الاجتماعية أقل تكيفا أكاديميا من تخصص العلوم الإنسانية.

ومما هو جدير بالذكر أن تعلم المهارات الاجتماعية مرتبط بدرجة موجبة مع التكيف الأكاديمي و هذا ما تؤكده النتائج التي توصلنا إليها، فتخصص العلوم التكنولوجية عندهم تعلم مهارات اجتماعية متوسطة وتكيف أكاديمي مقبول بالمقابل تخصص العلوم الإنسانية عندهم تعلم مهارات اجتماعية متوسطة بدرجة أعلى و تكيف أكاديمي أكبر.

3)- الاستنتاج العام:

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا ، مع تحديد وسائل ومؤشرات قياس هذه المتغيرات ، شرعنا في العمل الميداني لجمع بيانات الدراسة ثم تحليلها باستخدام تقنيات إحصائية ،ليتم في الأخير تحليل و مناقشة النتائج من حيث التأكيد أو النفي لفرضيات البحث.

وهذا التحليل أتبع بتفسير النتائج المتوصل إليها من مناقشة نتائج التحليل الإحصائي ، وذلك بالاعتماد على الآراء ووجهات النظر وكذا نتائج الدراسات المنجزة من طرف الباحثين الوارد ينفي الجانب النظري،وقد توصلنا إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لدى طلاب مستوى أولى جامعي .
- توجد فروق دالة إحصائيا في تعلم المهارات الاجتماعية بين تخصص العلوم التكنولوجية و العلوم الإنسانية
- توجد فروق دالة إحصائيا في التكيف الأكاديمي بين تخصص العلوم التكنولوجية و تخصص العلوم الإنسانية.

فالحوصلة العامة لأهم النتائج المتوصل إليها من خلال هذه الدراسة،تبين أن تعلم المهارات الاجتماعية لتخصص العلوم التكنولوجية أقل بالمقارنة مع تخصص العلوم الإنسانية، و ربما هذا راجع لطبيعة الدراسة الفردية المتمثلة في المشروع الفردي سواء كان في الأعمال الموجهة أو الأعمال التطبيقية للطالب في تخصص العلوم التكنولوجية، بينما طبيعة الدراسة الجماعية المتمثلة في البحوث و المشاريع المشتركة في الأعمال الموجهة لتخصص العلوم الإنسانية، و قد يرجع هذا لعوامل أخرى مثل لغة التكوين المعتادة في تخصص العلوم التكنولوجية و هي اللغة الفرنسية وهي لغة غريبة على الأغلبية العظمى وهذا راجع للموقع الجغرافي و العادات و التقاليد في ولاية المدية و المناطق المجاورة لها، بينما تخصص العلوم الإنسانية التكوين العلمي يكون باللغة العربية بالإضافة للغة الفرنسية و هذا مشجع بعض الشيء،وتأكد النتائج أيضا أهمية تعلم المهارات الاجتماعية في زيادة التكيف الأكاديمي لطلبة مستوى أولى جامعي ،إذ تساهم في تكيف دراسي أكاديمي جيد،وذلك عن طريق اكتساب مهارات اجتماعية أكاديمية فالنتائج المتوصل إليها جاءت لتدعم النتائج المتوصل إليها من طرف الباحثين في المجال المعرفي ، و تأكد ارتباط تعلم المهارات الاجتماعية بارتفاع التكيف الأكاديمي لطلبة مستوى أولى جامعي،وتبقى هذه النتائج مقبولة في حدود العينة المتعامل معها إلى حد ما.

فالنتائج المتوصل إليها جاءت لتدعم النتائج المتوصل إليها من طرف الباحثين في المجال المعرفي و الأكاديمي.

وتأكد ارتباط تعلم المهارات الاجتماعية بالتكيف الأكاديمي،وتبقى هذه النتائج مقبولة في حدود العينة المتعامل معها إلى حد ما

4)- خاتمة:

يعتبر موضوع المهارات الاجتماعية من المواضيع التي اهتم بها علم النفس الحديث و علم النفس الاجتماعي وهذا لاعتبارها من العناصر المهمة التي تحدد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به كما أن انخفاضها أو عدم توظيفها بالشكل المناسب يفسر الإخفاق الذي يعانيه بعض الأفراد في مواقف الحياة، و نقص الفعالية في المحيط الاجتماعي، و كلل هذا يؤدي إلى درجات متفاوتة من سوء التكيف الأكاديمي لطلبة الذين يعانون من انخفاض مهاراتهم الاجتماعية الأكاديمية. فمن خلال هذه الدراسة حاولنا معرفة ترابط تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي، و كذلك معرفة الفروق المشاهدة بين التخصصات (العلوم التكنولوجية و العلوم الإنسانية) في تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي و قد تم التحقق من فرضيات هذه الدراسة بتطبيق استبيان تعلم المهارات الاجتماعية الذي تم بنائه و تعديله و تسجيل نتائج السداسي الأول الذي حددناه بالتكيف الأكاديمي، و استخدمنا في تحليل النتائج مجموعة من الأساليب الإحصائية و المتمثلة في:

الإحصاء الوصفي : النسب المئوية و المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية.

الإحصاء الاستدلالي: معامل الارتباط **(Person)** واختبار "**T**" للفروق لعينتين مستقلتين و قد أسفرت النتائج عن :

- ✓ توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي لطلبة مستوى أولى جامعي.

- ✓ توجد فروق مشاهدة دالة إحصائيا في تعلم المهارات الاجتماعية بين التخصصات (العلوم التكنولوجية و العلوم الإنسانية) لصالح تخصص العلوم الإنسانية.
- ✓ توجد فروق مشاهدة دالة إحصائيا في التكيف الأكاديمي بين التخصصات (العلوم التكنولوجية و العلوم الإنسانية) لصالح تخصص العلوم الإنسانية.
- ✓ فالطلبة تخصص العلوم التكنولوجية تعلمهم للمهارات الاجتماعية أقل بالمقارنة مع تخصص العلوم الإنسانية،

و بالمقابل نجد تكيفهم أكاديميا أقل من تخصص العلوم الإنسانية و ذلك له أسباب يمكن أن تكون محض دراسات أخرى في المستقبل، إلى جانب العلاقة الطردية بين تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي فكلما زاد تعلم المهارات الاجتماعية زاد التكيف الأكاديمي و هذا ما يؤكد أهمية المهارات الاجتماعية في الرفع من درجة التكيف الأكاديمي، ومن هذا يمكننا التنبؤ بتكيف الطلبة أكاديميا انطلاقا من درجة تعلمهم للمهارات الاجتماعية و درجة اكتسابها.

قد أسفرت نتائج البحث الحالي على تحقيق جميع الفرضيات، و بالتالي تحققت الفرضية العامة.

و تتفق نتائج هذا البحث مع دراسات كل من (**العدل، 1998**) و دراسة (**عبد الله ،2002**) و دراسة (**السيسي،2003**) و (**رجيعة وإبراهيم، 2003**) و دراسة (**قاسم،2003**) و دراسة (**الحسانين** ،2003) ودراسة (**إبراهيم محمد المغازي، 2004**) و دراسة (**عبد الحميد رجيعة و إبراهيم الشامخي إبراهيم،2003**) **و دراسة** (**moor,2003**) و دراسة (**عودة ،1992**) **و دراسة** (**الحسانين،2003**) و دراسة (**رجيعة و إبراهيم، 2003**) و دراسة (**رضوان سرحان ،2002**) و دراسة (**مجمد بني خالد، 2009**) الدراسات المقاربة لدراستنا، في

بلادنا فإنه قمنا بمراجعة التراث السيكولوجي و لم يعثر على أية دراسة في مجال ارتباط تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي، في حدود إطلاعنا و هذا يرجع إلى أن الاهتمام بهذا النوع من الدراسات ما زال في بدايته ، و يحتاج إلى مزيد من البحوث و الدراسات التي تتناول استراتيجيات مختلفة، توضح أهميتها في التكيف الدراسي بصفة عامة والتكيف الأكاديمي بصفة خاصة .

و تخلص النتائج إلى ارتباط تعلم المهارات الاجتماعية و التكيف الأكاديمي ارتباطا موجبا دالا إحصائيا، و نأمل نحن أن تدعم نتائج هذا البحث مختلف الدراسات الرامية إلى الكشف عن أهمية المهارات الاجتماعية و أساليب تعلمها في محيط الطلبة بشكل عام في بلادنا ، و تكون بداية لدراسات أخرى مستقبلية تسير نحوى نفس الهدف.

5)- الاقتراحات:

خلص البحث إلى مجموعة من الاقتراحات الهامة التي ينبغي الاهتمام بها، و هي كما يلي:

1-ضرورة تعلم طلبة سنة أولى جامعي للمهارات الاجتماعية.

2-التوعية بإستراتيجيات تعلم المهارات الاجتماعية و أهميتها في الرفع من الجانب الأكاديمي للطالب، في جميع التخصصات.

3-تخصيص أقسام خاصة في الجامعات مجهزة بالوسائل المتعددة و أساتذة مختصين مكونين للطلبة اجتماعيا وأكاديميا حتى يمكن تعميم الخدمات بالجامعة.

4-ضرورة إنشاء الاهتمام بالطالب عند دخوله المسار الجامعي، و تبنيه نفسيا و أكاديميا، و هذا بعملية التوجيه و الإرشاد التي يشرف عليها مختصين بالإرشاد و التوجيه بالجامعة، باعتبار السنة أولى جامعي مرحلة حرجة في مسار الطالب الجامعي .

5-أن تضع الجامعة نتائج البحث الحالي موضع الاعتبار متخذة كافة الإجراءات التي من شأنها يمكن الاهتمام بالطالب اجتماعيا و أكاديميا ، لتسمح للطالب بالاندماج بالجامعة.

6-الكشف المبكر عن درجات تعلم المهارات الاجتماعية التي يتمتع بها الطالب عند دخوله للجامعة للتكفل به مبكرا لكي يندمج مع جماعة الدراسة و التدريس.

7-الاهتمام جديا بموضوع المهارات الاجتماعية و تأثيرها الإيجابي على الطلبة للرفع من نسبة النجاح في السنة أولى جامعي.

8-المرافقة النفسية بكل مجرياتها للطالب الجامعي و خاصة سنة أولى جامعي .

9-يمكن أن تمدد هذه الإقتراحات للسنة الثانية و الثالثة جامعي نظرا لأهميتها .

ـ قائمة المراجع:

-الكتب باللغة العربية:

1- القرآن الكريم(2010) دار السلام للنشر و التوزيع، ط1، القاهرة مصر.

2- إبراهيم، عبد الستار، و آخرون (1993): العلاج السلوكي و نماذج من حالاته، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الآداب.

3- أبو هاشم، السيد محمد و حسن، فاطمة حلمي (2004): سيكولوجية المهارات، ط1، زهراء الشرق، القاهرة.

4- أحمد عزت راجح (1985): " أصول علم النفس"، دار المعارف، القاهرة.

5- الجبري، أسماء عبد العال و الديب، محمد مصطفى (1998): سيكولوجية التعاون و التنافس و الفردية، ط، عالم الكتب، القاهرة.

6- الحسانين، محمد محمد (2003): المهارات الاجتماعية كدالة لكل من الجنس و الاكتئاب و بعض المتغيرات النفسية الأخرى، دراسات نفسية ـ القاهرة المجلد (13) العدد (1).

7- الدليم ، فهد بن عبد الله (2005): المهارات الاجتماعية لدى الفصاميين المراجعين و المنومين، دراسات عربية في علم النفس- القاهرة المجلد (4) العدد (1).

8- السامادوني، السيد إبراهيم (1994): مفهوم الذات لدى أطفال ما قبل المدرسة في علاقة بالمهارات الاجتماعية للوالدين، دراسات نفسية – القاهرة المجلد (4) العدد (3).

9- السرطاوي، ويدان أحمد و الشخص، عبد العزيز السيد(1999): تربية الأطفال و المراهقين المضطربين سلوكيا (النظرية و التطبيق) ط الأولى، دار الكتاب العربي الرياض.

الصـالح مصـلح أحمـد (1996): " التكيـف الاجتمـاعي و التحصـيل الدراسـي"، دار الفيصـل الثقافية، الرياض.

10- المخظي، جبران يحي (2006): المهارات الاجتماعية، أطفال الخليج للدراسات و البحوث.

11- ـ بطرس حافظ بطرس (2008): " التكيف و الصحة النفسية للطفل"، الطبعة الأولى، دار المسيرة و التوزيع

12- ـ بيكر روبرت و سيرك يوهن (2002): تعريب و إعداد علي عبد السلام: " دليل تطبيق مقياس التوافق مع الحياة الجامعية"، دار النهضة المصرية، القاهرة.

13- ـ جولمـان، دانييـل (2000): الـذكاء العاطفي(ترجمـة: ليلـى الجبـالي) سلسـلة عـالم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة

14- ـ حامد الديب (2000): " فلسفة التكيف النفسي الاجتماعي في المدارس الرياضية"، دار الكتاب اللبناني، بيروت.

15- صالح حسن الداهري (2005):" مبادئ الصحة النفسية"، دار وائل للنشر و التوزيع، عمان.

16- صبره محمد علي و أشرف محمد عبد الغني شريت (2004): الصحة النفسية و التوافق النفسي، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

17- صلاح الدين العمرية (2004): "الصحة النفسية و الإرشاد النفسي"، المجتمع العربي للنشر ، الأردن.

18- عبد الحليم محمود السيد و آخرون (1991): علم النفس الاجتماعي القاهرة، دار الحكيم.

19- عبد الحميد محمد شاذلي (2001): " الواجبات المدرسية و التوافق النفسي"، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.

20- عبد الله محمد قاسم (2001):" مدخل إلى الصحة النفسية"، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، عمان.

21- عدس، محمد عبد الرحيم(1999): صعوبات التعلم، عثمان، الأردن دار الفكر العربي للطباعة و النشر.

22- علاء الدين كفافي (2006): " الإرشاد الأسري"، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.

23- علي عبد السلام (2001): السلوك التوكيدي و المهارات الاجتماعية و علاقتها بالسلوك الانفعالي للغضب بين العاملين و العاملات مجلة علم النفس، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب العدد (57) سند 15 ص 55-85.

24- عودة أحمد سليمان و ملكاوي فتحي حسن (1992): أساسيات البحث العلمي في التربية و العلوم النفسية، ط1، مكتبة الكتاني.

25- فاخر عاقل(1983): " معالم التربية"، بيروت، دار الملايين للنشر و التوزيع.

26- فاطمة الزهراء بوكرمة (2009): " الكفاءة مفاهيم و نظريات"، دار هومة للطباعة و النشر و التوزيع، الجزائر.

27- فتحي ، ريهام محمد (2000): فعالية استخدام لعب الدور في تنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأطفال الصم، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة عين شمس.

28- فرج، ظريف شوقي محمد (2003): المهارات الاجتماعية و الاتصالية، دار غريب، القاهرة.

29- فوزي محمد جبل (2000): " الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية"، المكتبة الجامعية، دار النهضة العربية.

30- كاشف إيمان و هشام، عبد الله (2009): القياس النفسي و الاجتماعي، تقويم و تنمية المهارات الاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة، دار الكتاب الحديث، مصر.

31- محمد السيد الهابط (2003): " التكيف والصحة النفسية"، الطبعة الثالثة، المكتبة الجامعي الحديث، الإسكندرية.

32- محمد عبيدات و آخرون (1999): منهجية البحث العلمي، القواعد و المراحل و التعليمات، ط2، دار وائل.

33- مصطفى فهمي (1987): " الصحة النفسية"، الطبعة 2، دار الثقافة، القاهرة.

34- نعيم الرفاعي (1987): " الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف"، جامعة دمشق.

35- نوال محمد عطية (2001): " علم النفس و التكيف الاجتماعي"، الطبعة الأولى، دار القاهرة للكتاب، القاهرة.

36- والترج كوفيلو آخرون(1967) ترجمة محمود الزيادي:" علم النفس الشواذ"، دار النهضة العربية، القاهرة.

ـ المعاجم و القواميس باللغة العربية:

37- أحمد العايد، أحمد مختار عمر، الجيلاني بن الحاج يحيى، داود عبده، صالح جواد طعمة، نديم مرعشلي (1989): " المعجم العربي الأساسي" المنظمة العربية للتربية و الثقافة و العلوم للنشر، توزيع لاروس.

38- فؤاد أبو حطب و محمد سيف الدين فهمي (2003): " معجم علم النفس و التربية"، الجزء الأول،مجمع اللغة العربية، مصر.

39- ابراهيم الصباطي (1997): " التكيف الدراسي لدى الطلبة و الطالبات السعوديين و المصريين"، المجلة التبوية، مجلد 12، عدد 15، صفحة 75-119.

ـ المجلات باللغة العربية:

40- بن دانية أحمد العيد والشيخ حسن محمد محمود (1998): "علاقة الرضا الوظيفي و التكيف الدراسي بدافعية الإنجاز لدى الطالبات في الانتساب الموجه بجامعة الإمارات العربية المتحدة"، المجلة التربوية، 12 (46)، صفحة 199-231.

41- سرحان، محمد محمود (2005): طريق تنظيم المجتمع و تنمية المهارات الاجتماعية لدى القيادات الشعبية، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية و العلوم الإنسانية جامعة حلوان- المجلد (1) العدد (15).

42- سليمان الريحاني (1987): " العلاقة بين التحصيل الأكاديمي لطلبة الجامعة و بين تكيفهم و بعض خصائصهم الديموغرافية"، مجلة أبحاث اليرموك، المجلد 3، العدد 2.

43- عبد العزيز بن عبد الله السنبل (2004): " تقنين مقياس مدى التكيف لدى الدارسين في مراكز محو الأمية و تعليم الكبار في مدينة الرياض"، مجلة التربية، جامعة الملك سعود، الإمارات العربية المتحدة، السنة العشرين (20)، العدد 22.

44- عطية، السيد عبد الحميد (2004): التدخل المهني و استخدام برنامج مقترح لتنمية المهارات الاجتماعية مع جماعة المعاقين و أمهاتهم، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية و العلوم الإنسانية- جامعة حلوان المجلد (1) العدد (16).

45- محمد أحمد الرفوعو أحمدالقرارعة (2004): " التكيف و علاقته بالتحصيل الدراسي: دراسة ميدانية لدى طالبات تربية الطفل بكلية الطفلية الجامعية التطبيقية في الأردن"، مجلة دمشق، المجلد 20، العدد الثاني (02).

46- محمد بني خالد (2010): " التكيف الأكاديمي و علاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت"، مجلة النجاح للأبحاث و العلوم الإنسانية مجلد 24 (02)، صفحة 413-432.

47- معتز السيد عبد الله (2000): بحوث في علم النفس الاجتماعي و الشخصية، المجلة الثالثة، القاهرة، دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع.

ـ الرسائل و الأطروحات الجامعية:

48- أبو طالب صابر (1979): " أنماط التكيف الأكاديمي عند طلبة الكلية العربية بعمان"، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، قسم التربية.

49- أماني محمد الناصر (2006): " التكيف المدرسي عند المتفوقين و المتأخرين تحصيلا في مادة اللغة الفرنسية و علاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة "، مذكرة ماجستير، جامعة دمشق، كلية التربية، قسم التربية الخاصة.

50- بكير، مليكة (2010): اتجاه نحو العمل الارشادي و علاقته بالدافعية للانجاز لدى مستشاري التوجيه.

51- جبريل موسى عبد الخالق (1983): " تقدير الذات و التكيف المدرسي لدى الطلبة الذكور"، رسالة دكتوراه، جامعة دمشق، كلية التربية.

52- عرين عبد القادر باجس المجالي (2006): " العلاقة بين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية و بين كل من العزو السببي التحصيلي و التكيف النفسي و الاجتماعي و الأكاديمي للطلبة الموهوبين و المتفوقين بدولة الإمارات المتحدة"، أطروحة دكتوراه، جامعة عمان، كلية العلوم التربوية، تخصص تربية خاصة.

53- فتيحة سعدي (2005): " فعالية مراكز التربية الخاصة في تعديل سلوك الأطفال المعاقين عقليا (درجة بسيطة)"، مذكرة ماجستير في العلوم الإنسانية و الإجتماعية، جامعة الجزائر، قسم علم النفس و علوم التربية و الأرطفونيا.

54- فريدة طايبي(2007): المهارات الاجتماعية و علاقتها بالتوظيف النفس، اجتماعي للفرد، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية، الجزائر.

55- ميهوب، سهير إبراهيم (1996): تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي لدى عينة من الأطفال المتأخرين عقليا، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس.

ـ المواقع الخاصة بالانترنت:

58- نادر الملاح (2003): " التكيف الاجتماعي"، على البريد الالكتروني:

http://lahaonline.com

59- المنظومة التربوية الجزائرية (2007): " لماذا بيداغوجية المقاربة بالكفاءات؟"على البريد الإلكتروني:

http://dlamgia.jeeran.com

60- عبد الرحمن بن عبد الله الخثلان، عبد المطلب يوسف جابر، محمد بن عبد العزيز العوهلي، عمر بن عبد الله السويلم (2005): " المهارات الدراسية الجامعية".

http://study.kfupm.edu.sa/ktab.htm

61- دليل الإرشاد الأكاديمي (2008): " جامعة بنها، كلية الزراعة"، على البريد الإلكتروني:

http://qaufabu.files.wordpress.com

ـ قائمة المراجع الأجنبية:

62-COLLEGE.PLAN.HIGHER Tinto, V. (1996). Reconstructing the first year 6.. of EDU,25,1

63 -Cohen (r) (1994): " psychology and adjustement: cultuers and change", Allyn and bacon, boston.

65 -. Spencer (A.) et Jeffery (S.) (1980) : « Adjustement and growth : the challenges of life » ,Rinehart and wiston, new york.