

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

م. ثائر رشيد حسن

أ.م.د صالح مهدي صالح

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

إن الحياة الجامعية بصورة عامة والسنة الدراسية الأولى خاصة تعد تحدياً صعباً لمعظم الطلبة كونها مرحلة انتقالية من الحياة المدرسية إلى الحياة الجامعية وقد يتعرض الطلبة خلالها للأزمات النفسية ، إذ تبرز الصراعات بين احتياجاتهم والصعوبات التي يواجهونها في تكيفهم الاجتماعي والأكاديمي^(١).

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

ويعد التكيف مع الحياة الجامعية مطلباً أساسياً لنجاح الطلبة واستمرارهم بالدراسة لاسيما إن التكيف مع الحياة الجامعية يعد مؤشراً على تكيفهم العام أما سوء التكيف يدل على أن هناك حاجات غير مشبعة لدى الطلبة داخل البيئة الجامعية مما ينعكس اثر ذلك على تدني الأداء أثناء فترة التعلم وما بعدها^(٢).

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

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

في مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ، العدد(٨) ، السنة الرابعة ، يوليو ، ١٩٩٥) ص ٩٢ .

(٢) محمد جعفر الليل ؛ دراسة بعض المتغيرات المرتبطة بالتوافق مع المجتمع الجامعي لطلاب وطالبات جامعة الملك فيصل
بحث منشور في المجلة العربية للتربية ، المجلد (١٢) ، العدد (١) يونيو ، ١٩٩٣ ، ص ١٨٨ .

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

١ - ٢ مشكلة البحث :

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

١- ٣ أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

١. التعرف على المشكلات التكيفية التي تواجهها طلابات الصف الأول في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى.
٢. التعرف على اثر البرنامج الإرشادي التعليمي في تكيف طلابات مع الحياة الجامعية ، ومن خلال فحص الفرضيات

الصفريدة التالية :

- أ. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية وبين الاختبارين القبلي والبعدي .
- ب. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.
- ج. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي .

١-٤ فرضية البحث :

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

١-٥ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري / طالبات المرحلة الأولى / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .
- ٢-٥-١ المجال الزماني / للفترة من ٢٠٠٦ / ٢ / ٢٨ ولغاية ٢٠٠٦ / ٦ / ٢٨ .
- ٣-٥-١ المجال المكاني / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى .

١-٦ تحديد المصطلحات :

❖ **البرنامج الإرشادي** " هو عبارة عن خطة أو عملية تنظيم الخدمات التربوية والنفسية والأكاديمية التي تقوم بها المؤسسة التربوية ويشترك في إعدادها وتتفيزها المرشد مع مختصين آخرين كي يحصل توافق وتكيف عال للطلبة مع بيئتهم الدراسية "(١).

❖ **التكيف مع الحياة الجامعية** " هو مستوى رضا الطالب الجامعي عن العلاقات الاجتماعية والعوامل النفسية والدراسية وعوامل الضبط التي يتعرض لها داخل إطار الجامعة "(٢).

(١) صباح محمود محمد ؛ الموسوعة التربوية النفسية ، ط ١ : (بغداد ، بـ م ، ١٩٩٦) ص ٤٨ .

(٢) محمد جعفر الليل ؛ المصدر السابق ، ص ١٩٠ .

٢- الدراسات النظرية :

١- مفهوم الإرشاد :

يعد الإرشاد خدمة نفسية تربوية مهمة في عصرنا الراهن إذ لا يقتصر على جانب واحد من جوانب الحياة بل يمتد ليشمل جوانب الحياة كافة (الأسرية ، المدرسية ، الاجتماعية ، المهنية) وعلى هذا الأساس نشأ الإرشاد لمساعدة الفرد نفسياً وتربيوياً ومهنياً واجتماعياً كونه عملية إنسانية تهدف إلى تحقيق سعادة الفرد ومساعدته للتخلص مما لديه من مشكلات للوصول إلى أفضل مستوى ممكن من الصحة النفسية (١).

٢- الأسس التي تقوم عليها خدمات الإرشاد (٢) :

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

ب- الأسس النفسية : وهي من أهم الأسس التي يستند إليها الإرشاد لوجود خصائص جسمية وعقلية واجتماعية ووجدانية ينبغي مراعاتها والاهتمام بالفروق الفردية إلى جانب إشباع حاجات الفرد .

ج- الأسس التربوية : يعد الإرشاد عملية متممة لعملية التعلم والتعليم ، والتعلم الجديد يتحقق عن طريق الإرشاد الصحيح والتوجيه السليم.

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

٣- مجالات الإرشاد (٣) :

أ- المجال النفسي: ويهدف إلى مساعدة الطلبة الذين يعانون من اضطرابات انفعالية أو عاطفية عن طريق النشاطات الإرشادية من خلال تنمية القدرة على فهم الذات وكيفية التغلب على الشعور

(١) مجموعة أعضاء هيئة التدريس ؛ خصائص المرشد النفسي المدرسي ومهامه ، فعاليات الورشة النفسية العربية الثالثة ، الجمع السوري للعلوم النفسية والعلوم التربوية ، جامعة دمشق ، كلية التربية ، ١٩٩٨، ص ٨٢.

(٢) موسى جبريل وآخرون) ؛ التكيف والرعاية الصحية والنفسية : (عمان ، منشورات جامعة القدس المفتوحة ، ١٩٩٢) ص ٣٥٨.

(٣) محمود محمد عطية ؛ التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب مع البيئة المدرسية وعلاقته بالتحصيل : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة ، كلية التربية ، ١٩٩٧) ص ٣١٣-٣١٤.

بالنقص ومساعدة الطلبة على التخلص من الشعور باليأس والكآبة والاحتفاظ بحالة مزاجية متوازنة لمواجهة فقدان التركيز الناتج عن الضغوط الانفعالية والعاطفية.

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

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

دـ- المجال المهني : ويهدف إلى مساعدة الطلبة العاديين والمتفوقين والمعترين دراسياً من خلال التعرف لمدى ملائمة قدرات الأفراد المختلفة لمتطلبات المهنة التي يرغبونها والتعرف بالعلاقة بين التخصص الدراسي و مجالات العمل و تكوين مفهوم لدى الطلبة عن اهتماماتهم وأسلوب حياتهم المهنية والمستقبلية .

٤- أساليب الإرشاد :

أ- الإرشاد الفردي :

هو علاقة إرشادية مخططة بين طرفين تتم وجهاً لوجه بين المرشد والمستشار بهدف مساعدة المسترشد في فهم ذاته وحل مشكلاته وتحقيق حاجته في المستقبل ، ويعود الإرشاد الفردي الأساس في كل عملية إرشادية ولا سيما إذا توفر عدد كافي من المرشدين للقيام بالمقابلات والجلسات الإرشادية ليتم فيها تبادل المعلومات وإثارة الدافعية وتفسير المشكلات ووضع الخطوات العملية للإرشاد (١).

بـ- الإرشاد الجماعي :

هو عملية تفاعل بين المرشد ومجموعة من الأعضاء المسترشدين ممن تتشابه مشكلاتهم واضطرباتهم ولديهم مشكلات خاصة تضعف توافقهم وتألف المجموعة الإرشادية (٤-٨) مسترشدين وتكون العلاقة بين الأفراد ذات أهمية كبيرة في العمل الإرشادي وينتقل بعضهم ببعض ويكونون علاقات متبادلة مع بعضهم ويناقشون مشكلاتهم المشتركة بهدف تحقيق التعليم المتبادل

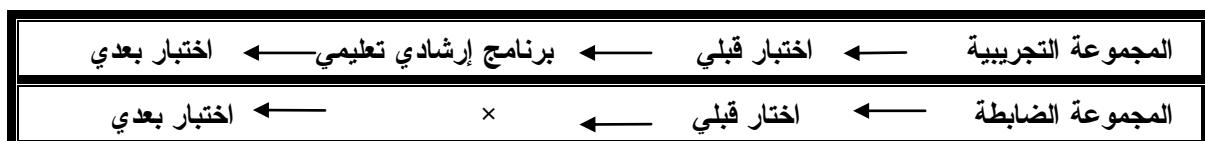
(١) عدنان محمد حسن ؛ الإرشاد التربوي : (بغداد ، وزارة التربية ، ١٩٨٦) ص ١٨٨ .

للاستفادة من تبادل المعلومات بين الأعضاء بما يحقق تنمية مفهوم الذات وتغيير السلوك لديهم (١)، ومن ابرز ما يميز هذا النوع وزيادة الحاجة لاستخدامه كونه وسيلة إرشادية اقتصادية من حيث الوقت والجهد والكلفة المالية فضلا عن النتائج المرضية التي يحققها للمترشدين على الصعيدين النفسي والاجتماعي (٢).

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارات القبلية والبعدية كما موضح بالشكل رقم (١).



شكل رقم (١)

يوضح التصميم التجريبى

٣-٢ مجتمع البحث :

يتعدد مجتمع البحث بطلبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى
والبالغ عددهن (٦٠) طالبة للعام الدراسي ٢٠٠٥ - ٢٠٠٦ .

٣-٣ عينة البحث :

بلغت عينة البحث (٣٠) طالبة تم اختيارهن بعد تطبيق مقياس التكيف مع الحياة الجامعية وحصلن على أقل الدرجات على المقياس يشكلون نسبة مؤدية قدرها (٥٠٪) من مجتمع الأصل لبالغ (٦٠) طالبة ، بعدها تم تقسيم الطالبات عشوائيا إلى مجموعتين مجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج الإرشاد التعليمي تتكون من (١٥) طالبة ومجموعة ضابطة لم تتعرض لأية برنامج تكونت من (١٥) طالبة أيضا.

^{١)} محمود محمد عطية؛ المصدر السابق ، ص ٢٨١.

^٢ نزيه حمدي (وآخرون)؛ الإرشاد التوجيهي في مراحل العمر، ط١: (عمان، منشورات جامعة القدس المفتوحة، ١٩٩٨) ص٣٨٦.

٣-٤ وسائل جمع المعلومات :

- ١- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- ٢- المقابلات الشخصية .
- ٣- استمار الاستبانة ، (ينظر ملحق ١) .
- ٤- جهاز فديو نوع ناشيونال .
- ٥- أفلام فديو .

٣-٥ أداة البحث :

للغرض التعرف على المشكلات التكيفية التي تواجه الطالبات وبهدف تحقيق أهداف البحث استخدم الباحثان مقياس (التكيف مع الحياة الجامعية) (١).

٣-٦ وصف المقياس :

صمم المقياس " يحيى داود سلمان الجنابي " من الجامعة المستنصرية - كلية التربية لقياس التكيف مع الحياة الجامعية ويكون المقياس من (٥١) فقرة تقيس (٣) مجالات هي (المجال الأكاديمي ، المجال النفسي ، المجال الاجتماعي) وتوجد أمام كل فقرة خمسة مستويات للإجابة أما أوزانها فقد وزعت على بدائل الإجابة كما موضح في الجدول رقم (١).

الجدول رقم (١)

يوضح مستويات الإجابة وبدائلها وأوزان الفقرات

وزن الفقرات	بدائل الإجابة				
	لا تطبق علي إطلاقا	تطبق علي قليلا	تطبق علي أحيانا	تطبق علي كثيرا	تطبق علي تماما
إيجابية	١	٢	٣	٤	٥
سلبية	٥	٤	٣	٢	١

توضع علامة (صحيح) من قبل الطالبة في المستوى الذي يتوافق معها ، والدرجة الكلية للمقياس هي مجموع درجات جميع الفقرات بينما إن الدرجة النهائية العليا للمقياس هي (٢٥٥) درجة ودرجة الدنيا هي (٥١) درجة والوسط الفرضي هو (١٥٣) درجة.

(١) يحيى داود سلمان الجنابي ؛ بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية في الجامعات الأردنية : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية / كلية التربية ، ٢٠٠١).

٦-٣ الأسس العلمية للمقياس :

بما إن المقياس مقنن ومطبق على عينات جامعية وللأمانة العلمية قام الباحثان بإيجاد الأسس العلمية للمقياس بالنظر لتطبيقه لأول مرة في كليات التربية الرياضية على الرغم من وجود عدة أنشطة تجمع ما بين الطالبة والطالب ، وللحاق من صدق المقياس الذي يعد أحد الخصائص المهمة في الحكم على صلاحية المقياس وهو أكثر الصفات التي يجب أن يتتصف بها المقياس^(١) ، وبهدف التأكيد من ذلك في بحثنا الحالي قام الباحثان بإيجاد الصدق الظاهري للمقياس وهو أحد أنواع الصدق الذي يمكن الاعتماد عليه في تقويم فقرات المقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين(*) في مجال علم النفس الرياضي والاختبارات والقياسات والإرشاد النفسي لإبداء آرائهم حول فقرات ومجالات المقياس كونها صالحة أم لا لهذه العينة.

ثبات المقياس :

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام الاختبار وإعادة الاختبار (test and Re test) على (٦) طالبات اختيروا عشوائياً من مجتمع البحث واجري الاختبار في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٦/٢/٢٨ واعيد بعد أسبوع من تاريخ الاختبار الأول للكشف عن (مدى استقرار النتائج عند تطبيق المقياس على مجموعة معينة ولأكثر من مرة عبر فاصل زمني)^(٢) ، وحساب معامل الارتباط بين الاختبارين استخدم قانون معامل الارتباط البسيط بيرسون ووجد بعد مقارنة القيمة الجدوليةبالغة (٠.٩٥) عند درجة حرية (٤) واحتمال خطأ(٠.٠٥) إن القيمة المحتسبة (٠.٩٢) قريبة من الجدولية مما يؤكد تمنع المقياس بدرجة ثبات عالية.

^(١) زكريا محمد الظاهر (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم في التربية : (عمان ، مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩ ص ١٣٢).

* الخبراء والمتخصصين هم :

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

^(٢) احمد عودة ؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ج ٢ : (اربد ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، ١٩٩٨) ص ٣٤٢.

موضوعية المقاييس :

بما إن فقرات المقاييس وتعليماته واضحة ومفهومة وغير قابلة للشك والتأويل والتقويم الذاتي فضلاً عن ملائمتها لجنس وعمر العينة وهذا ما أكده الخبراء والمختصين الذين سبق وعرض عليهم المقاييس لذا فالمقاييس ذات موضوعية عالية.

٧-٣ التجربة الاستطلاعية :

للتحقق من وضوح التعليمات وفقرات المقاييس والزمن المستغرق للإجابة عليه طبق المقاييس على عينة اختيرت من مجتمع البحث عشوائياً عددها (٦) طلبات وأجريت التجربة في تمام الساعة العاشرة من صباح يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٦/٢/٢٨ وتبيّن أن جميع الفقرات والتعليمات واضحة ومفهومة .

٨-٣ الاختبار القبلي :

تم إجراء الاختبار القبلي في تمام الساعة العاشرة من صباح يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٦/٣/٧ على طلبات الصف الأول في كلية التربية الرياضية البالغ عددهن (٦٠) طلبة .

٩-٣ البرنامج الإرشادي التعليمي :

بعد تقييم نتائج المقاييس الذي طبق على العينة تم تحديد أهم المشكلات التكيفية مع الحياة الجامعية ، إذ تم اعتماد الفقرة الحائزه على متوسط (٣) درجات فما دون هي مشكلات تكيفية وفي ضوء ذلك تم تحديد الحاجات ، بعدها عرض البرنامج الإرشادي التعليمي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الإرشاد التربوي والنفسي^(*) ينظر ملحق (٢) للتأكد من مدى مناسبة الأهداف والأنشطة المستخدمة والزمن المطلوب لتحقيق الأهداف الرامية إلى معالجة المشكلات التكيفية لطلابات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية .

^(*) الخبراء والمختصين هم :

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

ورتبت المشكلات التكيفية التي تعبّر عن حاجات الطالبات حسب أهميتها وأولويتها إن هناك (١٩) مشكلة رتبّت تنازلياً موزعة (٧) منها خاصة بالمجال الأكاديمي و(٦) خاصة بالمجال النفسي و(٦) فقرة خاصة بالمجال الاجتماعي ومن ثم تم تطبيق أسلوب الإرشاد الجمعي من خلال تحقيق (١٠) جلسات ينظر ملحق رقم (٢) بواقع جلستين أسبوعياً زمن كل منها ساعة واحدة وللأيام (الأحد والثلاثاء) واعتباراً من ٢٠٠٦/٣/١٤ وعلى الرغم من قيام الباحثان بضبط المتغيرات الداخلية التي قد تؤثر على التجربة الرئيسية فضلاً عما تقتضيه الأمانة العلمية من الباحثان لإعطاء صورة حقيقة عند تنفيذ البرنامج فقد تزامن مع تنفيذ البرنامج عطل نتيجة للظروف الأمنية التي يمر بها البلد والمحافظة والتي تم تعويضها في أيام أخرى ، واستخدم الباحثان في البرنامج عدة أنشطة تمثلت في المحاضرة والمناقشة وعرض نماذج أفلام وألعاب ومسابقات رياضية وزيارات ميدانية والتعزيز الاجتماعي ، وفي ضوء ذلك تم بناء البرنامج الإرشادي التعليمي الذي طبق على المجموعة التجريبية بعد أن تم إبلاغ الطالبات عن مكان وزمان الجلسات الإرشادية فضلاً عن المحافظة عن سرية ما يدور خلال هذه الجلسات.

٣ - ١٠ الاختبار البعدي :

بعد انتهاء فترة تنفيذ البرنامج الإرشادي الذي بدأ بتاريخ ٢٠٠٦/٣/١٤ على المجموعة التجريبية ولغاية ٢٠٠٦/٥/٢ طبق الاختبار البعدي على طالبات المجموعتين التجريبية والضاغطة.

٣ - ١١ الوسائل الإحصائية :

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

-٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٤-١ عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس التكيف مع الحياة الجامعية وتحليلها :

الجدول (٢)

يوضح درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وفروق الدرجات ورتبها

دالة الفروق	قيمة و الجدولية		الرتب ذات الدلالة	الرتب ذات الدلالة	رتب الفروق	ف قبلي - بعدي	درجات المجموعة التجريبية		سلسل الأفراد
	الجدولية	المحسوبة	السالبة	الموجبة			الاختباري البعدي القبلي	الاختباري البعدي القبلي	
دالة التباين	<	ج	١	ج	١	٣٢-	١٨٥	١٥٣	١
			٦		٦	٢٦-	١٨٠	١٥٤	٢
			١.٥		١.٥	٢٠-	١٧٥	١٥٥	٣
			٤		٤	٢٤-	١٧٩	١٥٥	٤
			٥		٥	٢٥-	١٨٠	١٥٥	٥
			٣		٣	٢٣-	١٧٩	١٥٦	٦
			٩		٩	٣٤-	١٩٠	١٥٦	٧
			٨		٨	٣١-	١٨٨	١٥٧	٨
			١٢		١٢	٣٨-	١٩٦	١٥٨	٩
			١.٥		١.٥	٤٠-	٢٠٠	١٦٠	١٠
			١٢		١٢	٣٨-	١٩٨	١٦٠	١١
			٧		٧	٢٨-	١٨٨	١٦٠	١٢
			١٤		١٤	٣٩-	٢٠٠	١٦١	١٣
			١٠		١٠	٣٧-	١٩٨	١٦١	١٤
			١٢		١٢	٣٨-	٢٠١	١٦٣	١٥
							١٨٩.١٣٣	١٥٧.٦٦٦	المتوسط

الفرضية الأولى :

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي التعليمي وبعد ، في حين تشير نتائج الجدول (٢) إن متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي قد بلغ (١٥٧.٦٦٦) ومتوسط درجات الاختبار البعدى بلغ (١٨٩.١٣٣) في التكيف مع الحياة الجامعية ، وعند تطبيق قانون ولوكسن للعينات المترابطة تبين ان الفرق دال إحصائيا ولصالح الاختبار البعدى للمجموعة التجريبية عند مستوى دلالة (٠٠٥) إذ بلغت القيمة المحسوبة (صفر) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٨) .

٤-٢ عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة على مقاييس التكيف مع الحياة

الجدول (٣)

الجامعية وتحليلها:

يوضح درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدى وفروق الدرجات ورتبها

دلالة الفروق	قيمة و		الرتب ذات الدلالة السالبة	الرتب ذات الدلالة الموجبة	رتب الفروق	ف قبلي - بعدي	درجات المجموعة الضابطة			ترتيب الأفراد
	الجدولية	المحسوبة					الاختبار البعدى	الاختبار القبلي		
٢٠١٣-٢٠١٤	-	-		٢.٥	٢.٥	٢	١٦٨	١٧٠	١	
				٢.٥	٢.٥	٢٠	١٧٠	١٧٢	٢	
				١	١	١	١٧١	١٧٢	٣	
			١١		١١	٧-	١٨٠	١٧٣	٤	
				٤.٥	٤.٥	٤	١٧٠	١٧٤	٥	
			١٥		١٥	١٤-	١٨٩	١٧٥	٦	
				٧.٥	٧.٥	٥	١٧٥	١٨٠	٧	
			٧.٥		٧.٥	٥-	١٨٥	١٨٠	٨	
				١٣.٥	١٣.٥	١٠	١٧٠	١٨٠	٩	
				٧.٥	٧.٥	٥	١٧٥	١٨٠	١٠	
			١٢		١٢	٩-	١٨٩	١٨٠	١١	
				٤.٥	٤.٥	٤-	١٨٧	١٨٣	١٢	
			١٠		١٠	٦-	١٩٠	١٨٤	١٣	
				٧.٥	٧.٥	٥	١٨٠	١٨٥	١٤	
				١٣.٥	١٣.٥	١٠	١٧٥	١٨٥	١٥	
							١٧٨.٢٦٦	١٧٨.٢	المتوسط	

الفرضية الثانية :

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي ويتبين من نتائج الجدول (٣) إن متوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي قد بلغ (١٧٨.٢) في حين بلغ متوسط الاختبار البعدى (١٧٨,٢٦٦) في التكيف مع الحياة الجامعية وعند تطبيق قانون ولوكسن للعينات المترابطة أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في التكيف بين درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى دلالة (٠٠٥) إذ بلغت القيمة المحسوبة (٦٠) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٨).

٤-٣ عرض نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها:

الجدول (٤)

يوضح درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

دالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة U		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		تسلسل الأفراد
		الجدولية	المحسوبة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	الدرجة	
دالة التباين	٠.٩٦	٢٣	٥٧	١٦.٥	١٨٥	١	١٦٨	١
				١٣.٥	١٨٠	٣	١٧٠	٢
				٧.٥	١٧٥	٥	١٧١	٣
				١٠.٥	١٧٩	١٣.٥	١٨٠	٤
				١٣.٥	١٨٠	٣	١٧٠	٥
				١٠.٥	١٧٩	٢١.٥	١٨٩	٦
				٢٣.٥	١٩٠	٧.٥	١٧٥	٧
				١٩.٥	١٨٨	١٦.٥	١٨٥	٨
				٢٥	١٩٦	٣	١٧٠	٩
				٢٨.٥	٢٠٠	٧.٥	١٧٥	١٠
				٢٦.٥	١٩٨	٢١.٥	١٨٩	١١
				١٩.٥	١٨٨	١٨	١٨٧	١٢
				٢٨.٥	٢٠٠	٢٣.٥	١٩٠	١٣
				٢٦.٥	١٩٨	١٣.٥	١٨٠	١٤
				٣٠	٢٠٠١	٧.٥	١٧٥	١٥
				٢٩٩.٥		١٦٦		المتوسط

الفرضية الثالثة:

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدى ، ويتبين من نتائج الجدول رقم (٤) إن هناك فروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية البالغ (١٨٩.١٣٣) في التكيف مع الحياة الجامعية وبين متوسط درجات المجموعة الضابطة البالغ (١٧٨.٢٦٦) ولصالح المجموعة التجريبية ، وعند تطبيق قانون مان وتي للعينات المتوسطة الحجم أظهرت النتائج إن الفروق دالة إحصائيا ولصالح البرنامج الإرشادي التعليمي في الاختبار البعدى لاسيما كانت القيمة المحسوبة (٤٤.٥) والقيمة الجدولية (٢٣) إذن ترفض الفرضية الصفرية.

مناقشة النتائج :

أولا/ تم تطبيق المقياس في الاختبار القبلي للكشف عن المشكلات التكيفية مع الحياة الجامعية وبعد معالجة البيانات إحصائيا ظهر إن هناك (١٩) مشكلة تعاني منها طالبات المرحلة الأولى موزعة على المجالات الأكademية والنفسيّة والاجتماعية وهي المجالات التي تضمنها المقياس ، ويعزو الباحثان سبب ذلك لقلة الخدمات الإرشادية والتوجيهية في الكلية فضلا عن كون السنة الأولى تعد تحديا صعبا لمعظم الطلبة كونها مرحلة انتقالية من الحياة المدرسية إلى الحياة الجامعية ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات والأبحاث السابقة كدراسة " خولة عبد الوهاب " (١) ودراسة " Han , 1997 " (٢) وريكارت " رياض وريكارت " (٣) ، مع ملاحظة اختلاف حدت هذه المجالات من دراسة أخرى .

ثانيا / التعرف إلى اثر البرنامج الإرشادي التعليمي في زيادة مستوى تكيف الطالبات مع الحياة الجامعية ، إن الطالبات اللواتي تلقن البرنامج الإرشادي ارتفاع لديهن مستوى التكيف مع الحياة الجامعية بشكل ملحوظ عن الطالبات اللواتي لم يتلقن أي برنامج إرشادي ، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى حسن اختيار الأنشطة التي رافقت الجلسات الإرشادية والتي بعثت فيهن روح الاهتمام بالطالبات لتساعدهم على تخطي قدراتهم المحددة وليشعروا أنهم قد تعلموا شيئا نافعا من خلال تلك الأنشطة التي تميزت بجاذبيتها والتي نفذت بأسلوب مشوق ومثير من أجل ان تصبح فتاة اليوم امرأة صالحة في المستقبل القريب وتأثر في حركة المجتمع من حيث نموه وتطوره ورقمه ، وتتفق

(١) خولة عبد الوهاب القيسي ؛ مشكلات طلبة المرحلة الأولى في الجامعة ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، مركز البحث التربوية والنفسية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٢ .

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

(٣) رياض وريكارت ؛ مشكلات طلبة جامعة مؤتة الجنان المدني، و حاجاتهم الإرشادية : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (٢٦) ، العدد ، (٢) ، ١٩٩٩) .

هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من " ابراهيم باجس ونزيه حمدي " (١) ودراسة " محمد السيد عبد الرحمن " (٢) ودراسة " Jackson " (٣) والتي أشارت نتائجها إلى إن الطلبة الذين شاركوا في البرنامج الإرشادي اظهروا تحسن ملحوظ في مستوى التكيف مع الحياة الجامعية ، ويعزو الباحثان سبب ذلك التحسن إلى المشاركة الجادة والتفاعل البناء ما بين طالبات المجموعة التجريبية خلال تلقينهن الخبرات ذات الطابع الإرشادي التعليمي الذي كان له بالغ الأثر في تحسين وزيادة مستوى التكيف مع الحياة الجامعية لديهن من خلال شعورهن بأن هناك طالبات آخريات يعانى من صعوبات ومشكلات في التكيف والانتماء للجامعة بينما إن الأسلوب الجمعي واستخدام أساليب متنوعة منها المحاضرة والمناقشة ولعب الدور والتغذية الراجعة والتدريب الذاتي كان دوره إيجابيا في تنمية الجماعة وتطويرها وتحقيق أهدافها واكتساب السلوك الاجتماعي الجيد بما يساعد على إقامة العلاقات الجيدة بين أفراد المجتمع ، كما أن جامعة دبى ب بصورة عامية وكلية التربية الرياضية ما زالت تفتقر إلى الدراسات والأبحاث التي تقصى مشكلات الطلبة والتي تمكن الكلية من التعرف إلى هذه المشكلات وتحديد طبيعتها وال المجالات التي تتركز فيها ليتمكن القائمون على أمور الكلية و الجامعة من معالجتها خاصة وان الكلية والجامعة ما زالت تفتقر لمركز متخصص في الإرشاد والتوجيه ليقوم ببناء الجانب النفسي والاجتماعي والأكاديمي والروحي والحركي و المساهمة في حل مشكلات الطلبة التي تؤدي إلى سوء تكيفهم .

^١) ابراهيم باجس ونزيه حمدي معلى ؛ تصميم برنامج إرشادي جمعي للتدريب على المهارات الدراسية واستقصاء فاعليته في تحسين التكيف لطلبة الجامعة الأردنية من ذوي التكيف الأكاديمي المنخفض : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (١٤) ، العدد (٥) أيار ١٩٩٢،) .

^٢) محمد السيد عبد الرحمن ؛ دراسات في الصحة النفسية ، ج ٢، : (القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر ، ١٩٩٨) .

^٣) Jackson , A ; Factors Related to Freshman Adjustment to college Attrition university of southern mississippi : (Dal,95/8,Aac 9905693 , Feb . 1999)

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١- الاستنتاجات :

١. ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية.
٢. عدم ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية .
٣. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في مقياس التكيف مع الحياة الجامعية.
٤. إن الأنشطة الرياضية كان لها بالغ الأثر في التفريغ الانفعالي لجو الطالبات .
٥. إن البرنامج الإرشادي اثر بشكل ايجابي في تحسين وزيادة تكيف الطالبات مع الحياة الجامعية من خلال ما تضمنه من ألعاب وأنشطة حركية متنوعة أسهمت في إطلاق القدرات الكامنة للطالبات.
٦. حاجة الطالبات الماسة للبرنامج الإرشادي التي تسهم في حل المشكلات النفسية والتربوية والاجتماعية.

٢- التوصيات :

١. فتح مراكز إرشادية في كافة كليات الجامعة لأهميتها وفعاليتها .
٢. الاهتمام بطلبة المرحلة الأولى لوجود نقلة في المناخ التنظيمي للجامعة.
٣. استخدام المقياس في تشخيص حالات عدم التكيف للطلبة.
٤. التأكيد على استخدام البرنامج الرياضي في التفريغ الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
٥. تعين مرشد تربوي داخل الكلية مهمته تنفيذ البرامج الإرشادية وتنظيم الخدمات الإرشادية ومساعدة الطلبة على حل مشكلاتهم التكيفية.
٦. إجراء لقاءات إرشادية جمعية مع تدريسيي الصنوف الأولى والتحدث معهم حول المشكلات التكيفية التي يواجهها الطلبة واقتراح الحلول المناسبة لها والتأكيد على الدور التربوي والعلمي في تخفيف حد هذه المشكلات ومعالجتها.
٧. نشر الوعي بين أعضاء الهيئة التدريسية حول كيفية التعامل مع حالات سوء التكيف الجامعي .

المقترحات :

١. إجراء دراسات تخص معرفة الفروق لاستخدام البرنامج بين الطلاب والطالبات .
٢. تطبيق البرنامج على كليات ذات اختصاصات أخرى.

المصادر العربية

- ابراهيم باجس ونزيه حمدي معالي ؛ تصميم برنامج إرشادي جمعي للتدريب على المهارات الدراسية واستقصاء فاعليته في تحسين التكيف لطلبة الجامعة الأردنية من ذوي التكيف الأكاديمي المنخفض : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (١٤) ، العدد (٥) أيار ، ١٩٩٢) .
- احمد عودة ؛ القياس والتقويم في العملية التربوية ، ج ٢ : (اربد ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، ١٩٩٨) خوله عبد الوهاب القيسى ؛ مشكلات طلبة المرحلة الأولى في الجامعة : (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٢) .
- رياض وريكارت ؛ مشكلات طلبة جامعة مؤتة الجناح المدني، و حاجاتهم الإرشادية : (مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد (٢٦) ، العدد ، (٢) ، ١٩٩٩) .
- زكرياء محمد الظاهر (وآخرون) ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية : (عمان،مكتبة الثقافة للنشر والتوزيع، ١٩٩٩) .
- صباح محمود محمد ؛ الموسوعة التربوية النفسية ، ط١ : (بغداد ، ب ، م ، ١٩٩٦) .
- عدنان محمد حسن ؛ الإرشاد التربوي : (بغداد ، وزارة التربية ، ١٩٨٦) .
- مجموعة أعضاء هيئة التدريس ؛ خصائص المرشد النفسي المدرسي ومهامه ، فعاليات الورشة النفسية العربية الثالثة ، الجمعية السورية للعلوم النفسية والعلوم التربوية ، جامعة دمشق ، كلية التربية ، ١٩٩٨ .
- محمد السيد عبد الرحمن ؛ دراسات في الصحة النفسية ، ج ٢، : (القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر ، ١٩٩٨) .
- محمد جعفر الليل ؛ دراسة بعض المتغيرات المرتبطة بالتوافق مع المجتمع الجامعي لطلاب وطالبات جامعة الملك فيصل : (المجلة العربية للتربية ، المجلد (١٣) ، العدد (١) يونيو ، ١٩٩٣) .
- محمود محمد عطية ؛ التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب مع البيئة المدرسية وعلاقتها بالتحصيل : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة / كلية التربية ، ١٩٩٧) .
- موسى جبريل و (آخرون)؛التكيف والرعاية الصحية والنفسية: (عمان،منشورات جامعة القدس المفتوحة، ١٩٩٢) .
- نزيه حمدي(وآخرون)؛الإرشاد التوجيهي في مراحل العمر، ط١: (عمان ،منشورات جامعة القدس المفتوحة ١٩٩٨) .
- يحيى داود سلمان الجنابي ؛ بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية في الجامعات الأردنية : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية / كلية التربية ، ٢٠٠١) .
- يوسف عبد الفتاح محمد ؛ اتجاهات بعض طلاب جامعات الإمارات نحو الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بتوافقهم الدراسي : (مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ، العدد (٨) ، السنة الرابعة ، يونيو ، ١٩٩٥) .

المصادر الأجنبية

- ^١) Han , Hoyong ; Astudy of the adjustment of korean studnts in area pennsylvan: (Dal /97, feb.1997)
- ^٢) Jackson , A ; Factors Related to Freshman Adjustment to college Attrition university of southern mississippi : (Dal,95/8,Aac 9905693 , Feb . 1999) .

بسم الله الرحمن الرحيم

(١) ملحق

استماراة الاستبانة

عزيزي الطالبة
تحية طيبة ..

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

مع افر التقدير

الفقرات	ت	النحو	النحو	النحو	النحو	النحو	النحو
أشعر إن بعض المواد الدراسية بعيدة عن التخصص الذي درسه .	١	لا تتطبق على إطلاقا	تطبق على قليلا	تطبق على أحيانا	تطبق على كثيرا	تطبق على تماما	
أواجه صعوبة في الحصول على المراجع والكتب .	٢						
أشعر بالارتياح إلى جو الامتحانات في الكلية .	٣						
أشعر بالارتياح إلى نوعية المسافات الدراسية المتوفرة في الكلية .	٤						
أجد صعوبة في المواد التي درسها .	٥						
أشعر بالخجل عندما أناقش موضوع الدرس أمام زملائي	٦						
أشعر إن اختصاصي الحالي لا ينسجم مع ميولي الأكاديمية .	٧						
افتخر بانتهائي إلى كليتي الحالية .	٨						
أشعر إن بعض المواد الدراسية التي درسها لا توافق التطور العلمي .	٩						
أجد صعوبة في تدوين الملاحظات خلال المحاضرات .	١٠						

١١	أعاني من كثرة الامتحانات خلال الفصل الدراسي .
١٢	استمتع بالمناقشات العلمية خلال محاضرات بعض الأساتذة .
١٣	أجد صعوبة بالاختلاط بالجنس الآخر .
١٤	أشعر أن الأساتذة ينفهمون مشكلاتنا الدراسية
١٥	أشعر بالحرمان من أشياء كثيرة متوفرة لدى زملائي .
١٦	أشعر بالسعادة خلال وجودي في المحاضرة .
١٧	أشعر إن نتائجي الأكademie ضعيفة بالنسبة للجهد الكبير الذي ابذله .
١٨	أشعر بالارتياح عندما يغيب بعض الأساتذة عن المحاضرات .
١٩	يكسبني التحاقى بالجامعة خبرات ومهارات جديدة .
٢٠	أفكر في تأجيل دراستي الجامعية .
٢١	أشعر بالتردد في عرض مشكلاتي الخاصة على أصدقائي .
٢٢	أشعر بالوحدة حتى أثناء وجودي مع زملائي الطلبة .
٢٣	أشعر بالارتباك إذا فكرت باقتراح فكرة لأبدأ بها المناقشة مع زملائي .
٢٤	أشعر بضعف قدرتي على التركيز أثناء مذاكرة دروسى
٢٥	أحس بأن شخصيتي ثانوية في الفعاليات التي يقوم بها زملائي الطلبة .
٢٦	أشعر بالنجاح في حياتي الجامعية .
٢٧	أشعر بتقدير ومحبة الأساتذة لي .
٢٨	أشعر بأنني أستطيع تحقيق طموحي الدراسي .
٢٩	يؤلمني إهمال الزملاء لرأي .
٣٠	يضايقني تدني مكانتي الاجتماعية بين زملائي الطلبة .
٣١	أشعر بأن حياتي الجامعية مليئة بالتفاؤل والنجاح .

٣٢	أحس إن علاقتي بزمائي في الدراسة على ما يرام .
٣٣	أشعر بالسعادة عندما أكون داخل الجامعة .
٣٤	أشعر بالمتعة عندما أقضى الوقت مع زملائي الطلبة في الجامعة .
٣٥	أجد صعوبة كبيرة في تحمل الضغوط التي أ تعرض لها في الجامعة .
٣٦	أجد صعوبة في التكيف إلى طريقة تدريس بعض الأساتذة .
٣٧	أشعر بالصداع عند دخولي الجامعة .
٣٨	يسعدني دعوة زميلي لي في مشاركتهم في رحلة جماعية .
٣٩	ينقصني ضبط انفعالاتي بطريقة ملائمة أثناء المحاضرات .
٤٠	يسعدني أن يكون معظم أصدقائي من طلبة الجامعة .
٤١	أشعر بالضيق عند توادي بالتجمعات الطلابية .
٤٢	تراءوني أحالم اليقظة أثناء المحاضرات .
٤٣	أشعر بالانسجام مع جو الجامعة .
٤٤	أشعر بوجود من يفهمني من زملائي الطلبة .
٤٥	أشعر بأن معظم الطلبة يستمتعون بالحديث معي .
٤٦	أشعر بأنني أتمتع بشخصية اجتماعية .
٤٧	أشعر بنشاط وهمة عندما يبدأ اليوم الدراسي .
٤٨	أحاول أن استثمر الوقت الذي اخصصه للدراسة بصورة صحيحة .
٤٩	أجد صعوبة في كيفية استخدام المكتبة .
٥٠	لدي رغبة في الانتقال إلى جامعة أخرى .
٥١	يسعدني المشاركة في المؤتمرات العلمية التي تعقد في الجامعة .