

فاعلية برنامج إرشادي قائم على المساندة الاجتماعية في تحسين التكيف الاجتماعي للطلّابات المتعنّرات أكاديمياً

أ.م.د. دينا إبراهيم محمد كشك

أستاذ مساعد

بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية
كلية علوم الرياضة للبنات – جامعة الاسكندرية.

مقدمة البحث :

تُعد مرحلة الدراسة الجامعية من أهم المراحل في حياة الانسان ، إذ تشكل نقطة تحول أساسية في نمو شخصيته وتحديد مستقبله المهني والاجتماعي ، فالجامعة ليست مجرد مؤسسة تعليمية لنقل المعرفة ، بل هي بيئة تربوية واجتماعية تسهم في تنمية مهارات التفكير وتوسيع دائرة العلاقات الانسانية وصقل القيم والاتجاهات. (١٦ : ١٢٥) ، (22:8)

ويذكر محمد الحوت ، ناهد الشاذلي (٢٠٠٧) أن التعليم الجامعي من الأدوات التي تسهم بفاعلية في تكوين الفرد والمجتمع وبلورة ملامحه في الحاضر والمستقبل معاً ، وضمان طرق التطور السليم للمجتمع في مسيرته نحو طموحاته في التقدم والرفي في مختلف ميادين الحياة (١٢ : ١٣)

وتشير ابتسام محمود (٢٠٠٩) أن الشباب الجامعي الصفوة المختارة لأى مجتمع وبقدر ما يكون عليه من علم وخلق وكفاءة بقدر ما يودى ذلك الى تقدم المجتمع ، فهم أمل الأمة وإدارة التنمية والتجديد فى الجوانب الإقتصادية والاجتماعية والتربوية والتنقيفية ، فضلاً عن أنهم العنصر الأساسى فى بناء الجامعة ، وهم مادتها الخام وهدفها إذا يتفاعلون مع قدرتها العلمية وتوجيهها التربوى بهدف إعدادهم لقيادة وتتمية المجتمع. (١ : ١٥)

فهم أمل المجتمع ومستقبله ، وعلى عاتقهم تنهض المجتمعات وتحقق أهدافها ، ومن المعروف أن هؤلاء الطلاب يواجهون العديد من التحديات الأكاديمية والشخصية خلال سنوات حياتهم الجامعية التي قد تتجاوز الأربع سنوات ، وبالتالي فإن معرفة هذه التحديات والاحتياجات يُعد من الأمور الهامة التي تكفل لهم النجاح (2 : 35)

وتحتل الطالبة الجامعية مكانة مميزة داخل المجتمع ، كونها تمثل شريحة شابة ومؤثرة في عملية التنمية الاجتماعية والثقافية ، كما تعد أحد أهم عناصر التغيير الايجابي داخل الأسرة والمجتمع ، ومع ذلك تواجه العديد من الطالبات تحديات متنوعة تتعلق بالتكيف مع متطلبات الحياة الجامعية من ناحية وضغوط الدراسة والاختبارات والعلاقات الاجتماعية من ناحية اخرى (٧ : ٣٥)

كما وتُعد المساندة الاجتماعية من المفاهيم الجوهرية في علم الاجتماع ، إذ تمثل منظومة من التفاعلات الإيجابية التي يقدمها الآخرون للفرد، بما تشتمل عليه من دعم عاطفي، ومعلوماتي، وأدائي، وتقييمي، وهي تسهم في تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات المختلفة. وقد أوضح ساراسون وآخرون (٢٠٠٩) Sarason, el أن المساندة الاجتماعية تؤثر بصورة مباشرة في خفض مستويات القلق والاكتئاب، كما تعمل بصورة غير مباشرة على تعزيز التكيف الأكاديمي والاجتماعي، وزيادة الشعور بالانتماء والرضا (114 : 33)

ومما سبق يتضح لدينا أهمية المساندة الاجتماعية بين أفراد المجتمع بشكل عام وطلّابات الجامعة بشكل خاص ، لأن الطالبة الجامعية في حاجة ماسة للمساندة الاجتماعية من المحيطين بها ، فهي بحاجة إلى الدعم والتقدير والمساندة من قبل شبكة العلاقات الاجتماعية سواء في قاعة المحاضرات أو في نطاق الجامعة أو الأسرة ، وتتنوع أنماط المساندة الاجتماعية التي تحتاجها الطالبة لتشمل المساندة الوجدانية والتربوية والأكاديمية والصحية والسلوكية والاجتماعية والنفسية والاسرية والمساندة من الاصدقاء والاقربان (8-12 : 34)

وبالتالي فإن المساندة الاجتماعية تُعد عاملاً هاماً من عوامل التحصيل الدراسي لدى الطالّابات حيث أنهن يتأثرن بالبيئة الجامعية التي يعشن فيها وخاصة الطالّابات الجدد لما يواجهن من صعوبات عديدة في بداية حياتهن الجامعية تعوقهن على التكيف والاندماج الاجتماعي، وبالتالي فهن بحاجة إلى المساندة الاجتماعية .

ومن منظور نفسي اجتماعي ترتبط المساندة الاجتماعية بمفهوم الاندماج الاجتماعي والشعور بالانتماء، إذ تشير الدراسات إلى أن الطالبة التي تتلقى دعماً مستمراً من أسرته أو أقرانها تكون أكثر قدرة على التفاعل الاجتماعي، وأكثر توازناً في مواجهة ضغوط الدراسة والحياة الجامعية (١١ : ٤)

وتُعد المساندة الاجتماعية من أبرز المتغيرات الاجتماعية التي تسهم في تعزيز قدرة الفرد على مواجهة ضغوط الحياة ، حيث تمثل شبكة من العلاقات الايجابية التي توفر للفرد الدعم العاطفي والمادي والمعنوي في المواقف الصعبة .

(١٧: ١٠١)

وتؤكد العديد من الدراسات أن المساندة الاجتماعية تسهم في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي للطلبة الذين يواجهون صعوبات أكاديمية (٦ : ٢١٥)

وتكيف الطالبة الجامعية مع البيئة الجامعية كما يشير برونيل وشومخر (٢٠١١) & Brownwell, Shumaker, من شأنه أن يمكنها من تكوين علاقات جيدة مع البيئة التي تعيش فيها، لا سيما الأسرة وزملاء الدراسة والأصدقاء، وإدارة وأعضاء هيئة التدريس في الجامعة الذين يمثلون أهم مصادر المساندة الاجتماعية، وبالتالي تتشكل لديها شبكة من العلاقات الاجتماعية تدعمها بمشاعر الحب والاحترام والتقدير، وتعزز من ثقتها بنفسها ومن قوتها لمواجهة مشكلات الحياة ومتطلباتها، لتشكل علاقاته الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين وما يرافقها من تفاعلات اجتماعية، الأساس في المساندة الاجتماعية التي يحتاجها الإنسان لمشاركته المواقف الاجتماعية المختلفة، أو لإمداده بالمعارف والمعلومات، أو السلوكيات والأفعال التي يقوم بها، أو للوقوف إلى جانبه وقت الأزمات النفسية أو المادية أو الاجتماعية أو الأكاديمية.

(25: 3)

يُعد التكيف الاجتماعي أحد أهم المؤشرات على النضج النفسي والاجتماعي لدى الطالبات، فهو يعكس قدرة الطالبة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، والتفاعل مع البيئة الجامعية أو المدرسية بما يضمن تحقيق التوازن بين مطالبها الذاتية ومتطلبات المجتمع (١٠: ٧)

ويُنظر إلى التكيف الاجتماعي بوصفه عملية ديناميكية مستمرة تهدف إلى تحقيق التوافق بين الفرد ومحيطه الاجتماعي بما يتيح له الشعور بالرضا والانتماء والقدرة على أداء أدواره الاجتماعية بنجاح .

ويُعرف بأنه القدرة على التفاعل مع الآخرين في ضوء القيم والمعايير الاجتماعية بما يحقق الاندماج في الجماعة والتوافق مع متطلبات الادوار الاجتماعية (١٧ : ١٥١)

وانطلاقاً مما سبق يتضح أن البيئة الجامعية تُعد بيئة غنية بالخبرات الاجتماعية والتربوية التي تشكل شخصية الطالبة الجامعية ، إلا أنها في الوقت ذاته قد تكون مصدراً للضغوط النفسية والأكاديمية خاصة بالنسبة للطالبات اللاتي يواجهن صعوبات دراسية أو تعثر أكاديمي (١٦ : ٢٢٨)

مشكلة البحث:

تتعرض طالبات الجامعة في مختلف المستويات إلى الكثير من المواقف والمصاعب الحياتية التي تقلقهم وتثير التوتر لديهن ومع ازدياد الضغوط والتحديات التي تواجه طالباتنا في مختلف جوانب الحياة وانعكاس آثارها على حياة الطالبة اليومية وشعورها بالخوف والقلق، وزيادة المشاعر السلبية الناتجة عن الأعباء والضغوط الحياتية اليومية تبرز الحاجة الملحة إلى المساندة الاجتماعية لهؤلاء الطالبات .

رغم إدراك الأهمية البالغة للمساندة الاجتماعية في مساعدة الطالبات الجامعيات على مواجهة التحديات الأكاديمية والنفسية والاجتماعية، إلا أن الملاحظ في الواقع الجامعي أن العديد من الطالبات المتعثرات أكاديمياً يفتقرن إلى وجود برامج إرشادية منظمة تعمل على تزويدهن بأشكال الدعم الاجتماعي اللازمة. فضعف التفاعل الإيجابي مع الزميلات وأعضاء هيئة التدريس، والشعور بالانعزال أو الإقصاء، يزيد من حدة مشكلات التعثر الأكاديمي، ويؤثر سلباً على مسارهن التعليمي والمهني المستقبلي.

ويمثل التعثر الأكاديمي مشكلة شائعة في الجامعات، حيث تعاني بعض الطالبات من صعوبات في التحصيل الدراسي، وعدم القدرة على التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية. وتشير الدراسات التربوية والنفسية الحديثة إلى أن المساندة الاجتماعية (من الأسرة، الأقران، والأساتذة) تعد من العوامل الجوهرية التي تساهم في تحسين التكيف الأكاديمي والنفسي، وتخفيف الضغوط المرتبطة بالتعثر الدراسي

ومن خلال عمل الباحثة كمنسق الارشاد الاكاديمي لطالبات المستوى الثاني بكلية علوم الرياضة جامعة الاسكندرية ، كعضو هيئة تدريس و مرشد أكاديمي للعديد من الطالبات ، فقد شعرت بأهمية المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات اكاديميا واللاتي لديهن عدد من الانذارات ومهدين بالفصل من الجامعة .

ومن هنا تبرز الحاجة إلى تصميم برنامج إرشادي قائم على المساندة الاجتماعية لدعم الطالبات المتعثرات أكاديمياً ومساعدتهن على التغلب على التكيف الاجتماعي مع البيئة الجامعية ومواجهة الصعوبات التي وتحيط بالانذارات الأكاديمية التي حصلت عليها .

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

إثراء الأدب التربوي ببحوث تتناول العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتكيف الاجتماعي لدى الطالبات المتعثرات دراسياً .

الأهمية التطبيقية:

١. تقديم برنامج إرشادي يمكن أن تستفيد منه إدارات الجامعات ومراكز الإرشاد الطلابي لدعم المتعثرات.
٢. مساعدة الطالبات المتعثرات على تحسين مهارتهن في إدارة الوقت، وتنظيم الجهد الدراسي، والتكيف مع البيئة الجامعية.
٣. يمكن أن يوجه صناع القرار التربويين لوضع سياسات داعمة تعتمد على المساندة الاجتماعية كأداة لخفض نسب التعثر الأكاديمي .

أهداف البحث:

١. التعرف على أثر البرنامج الإرشادي القائم على المساندة الاجتماعية في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي لدى الطالبات المتعثرات أكاديمياً من خلال المقارنة بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.
٢. الكشف عن الفروق في مستوى التكيف الاجتماعي بين الطالبات المتعثرات أكاديمياً في المجموعة التجريبية التي طُبّق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة بعد التطبيق.
٣. التعرف على أثر البرنامج الإرشادي القائم على المساندة الاجتماعية في تحسين مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المتعثرات أكاديمياً من خلال المقارنة بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.
٤. الكشف عن الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية بين الطالبات المتعثرات أكاديمياً في المجموعة التجريبية التي طُبّق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة بعد التطبيق.

فروض البحث:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في التكيف الاجتماعي قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي .
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً في التكيف الاجتماعي بين المجموعة التجريبية التي طُبّق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية .
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المساندة الاجتماعية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي .
٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً في المساندة الاجتماعية بين المجموعة التجريبية التي طُبّق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث:

- المساندة الاجتماعية :

هي إدراك الطالبة المتعثرة أكاديمياً لمدى توافر أشكال الدعم النفسي، والمادي، والمعلوماتي، والانفعالي من المحيطين بها (الأسرة، الأصدقاء، الزملاء، أعضاء هيئة التدريس، والإدارة الجامعية) بما يساعدها على مواجهة صعوبات الدراسة والتغلب على التعثر. (تعريف اجرائي)

- التكيف الاجتماعي:

هو قدرة الطالبة المتعثرة أكاديمياً على التوافق مع البيئة الجامعية بما تتضمنه من أنظمة ولوائح وعلاقات اجتماعية، بما يحقق شعوراً بالانتماء، ويسهم في بناء علاقات إيجابية مع الزميلات وأعضاء هيئة التدريس والمجتمع الجامعي بوجه عام.(تعريف اجرائي)

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإتباع أحد تصميماته وهو القياسين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية الواحدة لملائمته لطبيعة البحث.

ثانياً : مجالات البحث

أ- المجال المكاني:

أجري البحث بكلية علوم الرياضة للبنات – جامعة الاسكندرية .

ب- المجال الزمني:

استغرقت الدراسة شهرين في الفترة من ١ / ٧ / ٢٠٢٥ م الى ١ / ٩ / ٢٠٢٥ موزعة كالتالي :

- تم إجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من ١ / ٧ / ٢٠٢٥ م إلى ١٥ / ٧ / ٢٠٢٥ .
- تم إجراء الدراسة الأساسية التجريبية للبحث في الفترة من ٢٠ / ٧ / ٢٠٢٥ إلى ١ / ٩ / ٢٠٢٥

ج- المجال البشري:

يمثل مجتمع البحث طالبات المستوى الثاني بكلية التربية الرياضية للبنات المتعثرات دراسيا (الحاصلات على انذار أكاديمي أو أكثر) والمقيدات بفصل الصيف .

ثالثاً : مجتمع وعينة البحث :

تم إختيار مجتمع وعينة البحث بالطريقة العمدية على الطالبات المتعثرات دراسيا بالمستوى الثاني بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية وعددهم (١٢٠) طالبة ، وقد اشتملت عينة البحث على عدد (١٠٠) طالبة تم تقسيمهم إلى عدد (٢٠) طالبة لتقنين أدوات البحث ، عدد (٤٠) طالبة للمجموعة التجريبية ، عدد (٤٠) طالبة للمجموعة الضابطة .

شروط إختيار العينة :

- أن تكون طالبة بالمستوى الثاني بكلية علوم الرياضة للبنات – جامعة الاسكندرية .
- ٢. أن تكون الطالبة متعثرة أكاديميا وحاصلة على انذار اكاديمي أو أكثر .
- أن تكون الطالبة مقيدة بفصل الصيف للعام الجامعي ٢٠٢٤ – ٢٠٢٥

ويوضح جدول (١) التوصيف العددي لمجتمع وعينة البحث

جدول (١)

التوصيف العددي لمجتمع وعينة البحث

مجتمع البحث	عينة تقنين الأدوات		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		إجمالي العينة	
	عدد	% من مجتمع البحث	عدد	% من مجتمع البحث	عدد	% من مجتمع البحث	عدد	% من مجتمع البحث
١٢٠	٢٠	١٦,٦٧	٤٠	٣٣,٣٣	٤٠	٣٣,٣٣	١٠٠	٨٣,٣٣

أدوات جمع البيانات :

١. مقياس المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات أكاديمياً (اعداد الباحثة)
٢. مقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات أكاديمياً (اعداد الباحثة)
٣. برنامج ارشادي قائم على المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات أكاديمياً (اعداد الباحثة)

١. خطوات بناء مقياس المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات أكاديمياً

قامت الباحثة بتصميم مقياس المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات أكاديمياً من خلال الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات المرجعية والمقاييس العلمية التي تناولت المساندة الاجتماعية مثل مقياس ساراسون Sarason (١٩٨٣) ، كوهن Cohen (١٩٨٣) ، عبد العزيز الشخص (٢٠٠٣) ، ناهد شكري (٢٠١٠) ، فاطمة القحطاني (٢٠١٥) ، هدى الدوسري (٢٠١٨) ، زينب عبد الله (٢٠٢٠) ، سمر النجار (٢٠٢١) والمقابلة الشخصية مع السادة الخبراء لتحديد محاور المساندة الاجتماعية للطالبات ، تم التوصل الى (٥) محاور للمقياس وهم : (المساندة العاطفية ، المساندة المادية ، المساندة الارشادية ، المساندة التقديرية ، المساندة التكاملية)

تم عرض المحاور على السادة الخبراء في علم الاجتماع الرياضي وعلم النفس الرياضي وعددهم (١٠) مرفق (١) وذلك لإبداء الرأي في محاور المقياس وقد اتفق المحكمون بنسبة ١٠٠٪ على محاور المقياس .

بعد التوصل الى محاور المقياس تم وضع العبارات الخاصة بكل محور في صورتها الأولية وذلك من خلال الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات المرجعية والمقاييس العلمية التي تناولت المساندة الاجتماعية للطالبات والمقابلة الشخصية مع السادة الخبراء لتحديد عبارات مقياس المساندة الاجتماعية .

- المحور الأول: المساندة العاطفية ويتضمن ١٣ عبارة .

- المحور الثاني: المساندة المادية ويتضمن ٨ عبارات .

- المحور الثالث: المساندة الارشادية ويتضمن ١٣ عبارة .

- المحور الرابع: المساندة التقديرية ويتضمن ١٣ عبارة.

- المحور الخامس : المساندة التكاملية ويتضمن ٨ عبارات .

ويوضح جدول (٢) آراء السادة الخبراء في عبارات الصورة الأولية لمقياس المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات.

جدول (٢)

آراء الخبراء في عبارات الصورة الأولية لمقياس المساندة الاجتماعية (ن=١٠ خبراء)

المحور	رقم العبارة	الخبراء الموافقون		رقم العبارة	المحور	ملاحظات	معامل لوش		ملاحظات
		عدد	%				لصدق المحتوى	لصدق المحتوى	
المساندة العاطفية	١	٩	٩٠,٠٠٠	٢٩	تابع المساندة الارشادية		*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	٢	٩	٩٠,٠٠٠	٣٠			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	٣	٧	٧٠,٠٠٠	٣١		صياغة	٠,٤٠٠	٧٠,٠٠٠	
	٤	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٢			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٥	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٣			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٦	٩	٩٠,٠٠٠	٣٤	المساندة التقديرية		*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	٧	٤	٤٠,٠٠٠	٣٥		حذف	٠,٢٠٠-	٤٠,٠٠٠	
	٨	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٦			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٩	٩	٩٠,٠٠٠	٣٧			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	١٠	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٨			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	١١	٩	٩٠,٠٠٠	٣٩			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	١٢	٩	٩٠,٠٠٠	٤٠			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	١٣	١٠	١٠٠,٠٠٠	٤١			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	١٤	٩	٩٠,٠٠٠	٤٢			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	١٥	٩	٩٠,٠٠٠	٤٣			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	١٦	٩	٩٠,٠٠٠	٤٤			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
المساندة المادية	١٧	١٠	١٠٠,٠٠٠	٤٥			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	١٨	٧	٧٠,٠٠٠	٤٦		صياغة	٠,٤٠٠	٧٠,٠٠٠	
	١٩	٧	٧٠,٠٠٠	٤٧		صياغة	٠,٤٠٠	٧٠,٠٠٠	
	٢٠	١٠	١٠٠,٠٠٠	٤٨	المساندة التكاملية		*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٢١	١٠	١٠٠,٠٠٠	٤٩			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
المساندة الارشادية	٢٢	١٠	١٠٠,٠٠٠	٥٠			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٢٣	١٠	١٠٠,٠٠٠	٥١			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٢٤	٧	٧٠,٠٠٠	٥٢		صياغة	٠,٤٠٠	٧٠,٠٠٠	
	٢٥	١٠	١٠٠,٠٠٠	٥٣			*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	
	٢٦	٩	٩٠,٠٠٠	٥٤			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	٢٧	٩	٩٠,٠٠٠	٥٥			*٠,٨٠٠	٩٠,٠٠٠	
	٢٨	١٠	١٠٠,٠٠٠				*١,٠٠٠	١٠٠,٠٠٠	

* مقبول (معامل لوش لصدق المحتوى المقبول عند (ن = ١٠ خبراء) = ٠,٨٠٠ (Ayre & Scally, 2013, p.85)

يتضح من جدول (٢) موافقة السادة الخبراء على الصورة الأولية لعبارات المقياس مع اقتراح إعادة صياغة وحذف بعض العبارات وقد قامت الباحثة بالتعديلات اللازمة قبل تطبيق المقياس على عينة التقنين كما يتضح من الجدول التالي.

جدول (٣)

التعديلات التي تمت على مقياس المساندة الاجتماعية وفقاً لآراء السادة الخبراء

المحور	العبارة قبل التعديل		نوع التعديل	العبارة بعد التعديل	
	رقم العبارة	العبارة		رقم العبارة	العبارة
المساندة العاطفية	٣	بطمئنني زملائي عندما أقلق من رسوبي في مادة ما.	صياغة	٣	بطمئنني زملائي عندما أقلق من أدائي الدراسي
	٧	أجد من يستمع لي عندما أشعر بالإحباط من تعثري الاجتماعي.	حذف	-	-
المساندة المادية	١٨	أستفيد من الدعم المادي أو الخدمات التي تقدمها الجامعة للطلّاب المتعثّرات.	صياغة	١٧	أستفيد من التسهيلات أو الخدمات التي تقدمها الجامعة للطلّاب المتعثّرات
	١٩	يقدم لي بعض الزملاء المساعدة في أداء متطلبات المقررات.	صياغة	١٨	ساعدني بعض زملائي في إنجاز متطلبات المقررات الدراسية
المساندة الإرشادية	٢٤	أحصل على مراجع أو مصادر تساعدني في الدراسة.	صياغة	٢٣	أحصل على توجيه لاستخدام مراجع أو مصادر تساعدني في الدراسة
	٤٤	أجد من يشجّعني على الاستمرار في محاولاتي الدراسية.	حذف	-	-
المساندة التقديرية	٤٦	أشعر بأن زميلاتي يقدّرن جهدي في الدراسة.	حذف	-	-
	٥٣	أجد من يشجّعني على المشاركة في المناسبات الجامعية.	صياغة	٥٠	أتلقي تشجيعاً على المشاركة في الفعاليات الجامعية .

المعاملات العلمية لمقياس المساندة الاجتماعية (المقياس في صورته الأولى) مرفق (٢)

قامت الباحثة بتطبيق المقياس في صورته الأولى على عينة البحث لأجراء المعاملات العلمية لمقياس المساندة الاجتماعية للطلّاب المتعثّرات وذلك عن طريق حساب الصدق والثبات على عينة البحث الاستطلاعية والتي تبلغ عددها (٢٠) طالبة من الطالّبات المتعثّرات المسجلات بفصل الصيف للعام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ وذلك على النحو التالي:-

أولاً: صدق المقياس: تم حساب الصدق عن طريق الصدق التكويني (الاتساق الداخلي) والذي يوضح ارتباط درجة العبارة بدرجة المحور ودرجة المحور بالدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية للطلّاب المتعثّرات ، وكذلك تم استخدام صدق المقارنة الطرفية لمقياس المساندة الاجتماعية .

جدول (٤)

الاتساق الداخلي لمقياس المساندة الاجتماعية (ن = ٢٠)

المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط (سبيرمان)		المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط (سبيرمان)	
		العبارة مع المحور	المقياس مع إجمالي			العبارة مع المحور	المقياس مع إجمالي
المساندة العاطفية	١	*٠,٨٦١	*٠,٩٠٤	المساندة الإرشادية	٢٧	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠
	٢	*٠,٩٤٢	*٠,٨٢٢		٢٨	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠
	٣	*٠,٩٤٢	*٠,٨٢٢		٢٩	*٠,٩١٣	*٠,٨٨٠
	٤	*٠,٨٩٤	*٠,٧٨٤		٣٠	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠
	٥	*٠,٨٩٤	*٠,٧٨٤		٣١	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠
	٦	*٠,٦٧٣	*٠,٥٧٨		٣٢	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠
	٧	*٠,٥٣٥	*٠,٤٦٠		٣٣	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠
	٨	*٠,٩٧٢	*٠,٨٥٦	المساندة التقديرية	٣٤	*٠,٩٦٦	*٠,٩٨٠
	٩	*٠,٩٢٠	*٠,٧٩٢		٣٥	*٠,٩٦٦	*٠,٩٨٠
	١٠	*٠,٨٩٥	*٠,٩٨٠		٣٦	*٠,٩٦٦	*٠,٩٨٠
	١١	*٠,٨٩٠	*٠,٩٤٣		٣٧	*٠,٨٩٦	*٠,٨٨٠
	١٢	*٠,٨٩٠	*٠,٩٤٣		٣٨	*٠,٩٦٦	*٠,٩٨٠
	١٣	*٠,٨٥٥	*٠,٨٨١		٣٩	*٠,٩٦٦	*٠,٩٨٠
المساندة المادية	١٤	*٠,٩١٩	*٠,٨٧٦		٤٠	*٠,٩٦٦	*٠,٩٨٠
	١٥	*٠,٩٩٨	*٠,٩٨٠		٤١	*٠,٨٥٤	*٠,٧٩٩
	١٦	*٠,٩٩٨	*٠,٩٨٠		٤٢	*٠,٨٢٢	*٠,٧٧١
	١٧	*٠,٩٩٨	*٠,٩٨٠		٤٣	*٠,٧٠٩	*٠,٦٢٩
	١٨	*٠,٩٩٨	*٠,٩٨٠		٤٤	*٠,٦٨٣	*٠,٦١٣
	١٩	*٠,٩٩٨	*٠,٩٨٠	المساندة التكاملية	٤٥	*٠,٧١٢	*٠,٥١٩
المساندة الإرشادية	٢٠	*٠,٩٩٨	*٠,٩٨٠		٤٦	*٠,٨٧٠	*٠,٦٢٩
	٢١	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠		٤٧	*٠,٨٣٠	*٠,٧٢٢
	٢٢	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠		٤٨	*٠,٩٦٦	*٠,٧٧١
	٢٣	*٠,٨٥٩	*٠,٨٢٤		٤٩	*٠,٩٦١	*٠,٧٦٨
	٢٤	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠		٥٠	*٠,٩٦١	*٠,٧٦٨
	٢٥	*٠,٩٠٥	*٠,٩٠٨		٥١	*٠,٨٥٠	*٠,٦٧٨
	٢٦	*٠,٩٩٧	*٠,٩٨٠		٥٢	*٠,٧٤٩	*٠,٥٨٢

* دال عند ٠,٠٥ (سبيرمان الجدولي = ٠,٤٤٧)

يتضح من جدول (٤) أن معاملات ارتباط كل عبارة بالمحور الخاص بها وبإجمالي المقياس وكذا ارتباط كل محور بإجمالي المقياس دالة إحصائيًا مما يدل على الاتساق الداخلي لمحاور وعبارات المقياس .

جدول (٥)

صدق المقارنة الطرفية لمقياس المساندة الاجتماعية (ن=١٠=٢=٥)

المحور	وحدة القياس	الإحصاء الوصفي						اختبار مان ويتني		
		الإرباع الأعلى		الإرباع الأدنى		الإرباع الأعلى		الإرباع الأدنى		الدالة (P)
		متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
المساندة العاطفية	درجة	٢٦,٠٠	١,٢٢٥	١٢,٠٠	٠,٠٠٠	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	*٠,٠٠٥
المساندة المادية	درجة	١٦,٢٠	٠,٤٤٧	٨,٠٠	٠,٠٠٠	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	*٠,٠٠٤
المساندة الإرشادية	درجة	٢٦,٦٠	٠,٥٤٨	١٣,٠٠	٠,٠٠٠	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	*٠,٠٠٥
المساندة التقديرية	درجة	٢٣,٠٠	٠,٠٠٠	١١,٦٠	١,٣٤٢	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	*٠,٠٠٤
المساندة التكاملية	درجة	١٦,٦٠	١,٣٤٢	٩,٦٠	٣,٠٥٠	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	*٠,٠٠٦
إجمالي المقياس	درجة	١٠٧,٠٠	٤,٠٠٠	٥٤,٢٠	٤,٣٨٢	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠	*٠,٠٠٨

* دال إحصائيًا عند ٠,٠٥ (P<0.05)

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائية بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى لمقياس المساندة الاجتماعية مما يدل على صدق المقياس وقدرته على التمييز بين المستويات المختلفة.

ثانيًا :- ثبات المقياس: تم حساب الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية للطالبات المعثرات عن طريق معامل الثبات ألفا لكرونباخ وإعادة التطبيق.

جدول (٦)

ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة ألفا كرونباخ

المحور	رقم العبارة	معامل ثبات المحور	معامل ثبات المقياس	معامل ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة للمحور		المحور	رقم العبارة	معامل ثبات المحور	معامل ثبات المقياس
				للمحور	للمقياس				
المساندة العاطفية	١	٠,٩٦٢	٠,٩٩٢	٠,٩٥٨	٠,٩٩٢	تابع المساندة الإرشادية	٢٧	٠,٩٩٤	٠,٩٩٣
	٢			٠,٩٥٩	٠,٩٩٢		٢٨		٠,٩٩٣
	٣			٠,٩٥٩	٠,٩٩٢		٢٩		٠,٩٩٤
	٤			٠,٩٥٨	٠,٩٩٢		٣٠		٠,٩٩٣
	٥			٠,٩٥٨	٠,٩٩٢		٣١		٠,٩٩٣
	٦			٠,٩٦٢	٠,٩٩٢		٣٢		٠,٩٩٣
	٧			٠,٩٦٢	٠,٩٩٢		٣٣		٠,٩٩٣
	٨	٠,٩٩٢	٠,٩٩٢	٠,٩٥٦	٠,٩٩٢	المساندة التقديرية	٣٤	٠,٩٦٩	٠,٩٦٣
	٩			٠,٩٥٧	٠,٩٩٢		٣٥		٠,٩٦٣
	١٠			٠,٩٥٨	٠,٩٩٢		٣٦		٠,٩٦٣
	١١			٠,٩٥٨	٠,٩٩٢		٣٧		٠,٩٦٦
	١٢			٠,٩٥٨	٠,٩٩٢		٣٨		٠,٩٦٣
	١٣			٠,٩٨٨	٠,٩٩٢		٣٩		٠,٩٦٣
	١٤			٠,٩٨٩	٠,٩٩٢		٤٠		٠,٩٦٣
المساندة المادية	١٥	٠,٩٨٩	٠,٩٩٢	٠,٩٨٦	٠,٩٩٢		٤١		٠,٩٦٩
	١٦			٠,٩٨٦	٠,٩٩٢		٤٢		٠,٩٦٨
	١٧			٠,٩٨٦	٠,٩٩٢		٤٣		٠,٩٦٩
	١٨			٠,٩٨٦	٠,٩٩٢		٤٤		٠,٩٦٩
	١٩			٠,٩٨٦	٠,٩٩٢		٤٥		٠,٩٤٩
	٢٠			٠,٩٨٦	٠,٩٩٢		٤٦		٠,٩٤١
	٢١			٠,٩٩٣	٠,٩٩٢		٤٧		٠,٩٤٥
المساندة الإرشادية	٢٢	٠,٩٩٤	٠,٩٩٢	٠,٩٩٣	٠,٩٩٢	المساندة التكاملية	٤٨	٠,٩٤٩	٠,٩٣٥
	٢٣			٠,٩٩٤	٠,٩٩٢		٤٩		٠,٩٣٣
	٢٤			٠,٩٩٣	٠,٩٩٢		٥٠		٠,٩٣٣
	٢٥			٠,٩٩٤	٠,٩٩٢		٥١		٠,٩٤٤
	٢٦			٠,٩٩٣	٠,٩٩٢		٥٢		٠,٩٤٩

يتضح من جدول (٦) أن معامل ثبات المقياس وكذلك معاملات ثبات المحاور مقبولة إحصائيًا (٠,٧٠ فأكثر) كما أن معاملات الثبات للمقياس والمحاور في حالة حذف العبارة أقل من (أو تساوي) مثيلتها بدون حذف العبارة مما يعني أن حذف أي عبارة سيؤثر سلبًا (أو لن يؤثر) على ثبات المقياس، وهذا يدل على ثبات المقياس ومحاوره وعباراته.

جدول (٧)
ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة إعادة التطبيق (ن = ٢٠)

المحور	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط (سبيرمان)	معامل ألفا كرونباخ للثبات
		متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
المساندة العاطفية	درجة	١٩,٥٠	٦,٣١٢	١٧,٧٠	٥,٢١٢	*٠,٨٦٩	٠,٩٢١
المساندة المادية	درجة	١٣,٢٥	٣,٩٥٩	١٢,٨٥	٤,٦٠٣	*٠,٧٩٤	٠,٨٧٩
المساندة الإرشادية	درجة	٢١,٥٠	٦,٤٢٠	١٨,٦٥	٥,٠٧١	*٠,٨١٢	٠,٨٨٣
المساندة التقديرية	درجة	١٨,٩٠	٤,٩٣٠	١٨,٧٠	٥,٣٣٢	*٠,٨٧٦	٠,٩٣٢
المساندة التكاملية	درجة	١٤,٤٠	٣,٢٦٧	١٣,٦٠	٢,٩٤٥	*٠,٨٨٢	٠,٩٣٤
إجمالي المقياس	درجة	٨٧,٥٥	٢٣,٤٧٨	٨١,٥٠	٢٠,٠٠١	*٠,٩٣٥	٠,٩٦٠

* دال عند ٠,٠٥ (معامل ارتباط سبيرمان الجدولي = ٠,٤٤٧)

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني في مقياس المساندة الاجتماعية كما أن معامل ألفا كرونباخ للثبات مقبول إحصائياً (٠,٧٠ فأكثر) ، مما يشير إلى أن الاختبار ثابت وصالح للتطبيق على عينة البحث الحالية

بذلك أصبح المقياس يشتمل على (٥٢) عبارة ، وطلب من المفحوصات (الطالبات) أن يحددن إجابتهن وفقاً لمقياس متدرج لكل عبارة ، وقد تم تحديد طريقة الاجابة على عبارات المقياس وفقاً لتقدير مقياس ليكرت الثلاثي (دائماً ، أحياناً ، نادراً) والتي تقابل الدرجات (٣ ، ٢ ، ١) للطالبات المتعثرات.

وتتكون الدرجة الكلية للمقياس من مجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة ، حيث يتم جمع الدرجات المسجلة على جميع العبارات لكل محور ، وكلما ارتفع المتوسط الحسابي لهذه الدرجات واقترب من الدرجة العظمى دل ذلك على ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات ، وحيث أن المقياس ثلاثي التدريج فتكون الدرجة الكلية العظمى للمقياس (١٥٦) درجة ، والدرجة الكلية الصغرى للمقياس (٥٢) درجة .

٢. خطوات بناء مقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات أكاديمياً

قامت الباحثة بتصميم مقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات أكاديمياً من خلال الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات المرجعية والمقاييس العلمية التي تناولت التكيف الاجتماعي مثل مقياس صلاح الدين علام (٢٠٠٣) ، عبد العزيز الشخص (٢٠٠٤) ، ايناس عبد الحليم (٢٠١٦) ، عبير السعيد (٢٠١٦) ، سامية فوزي (٢٠١٩) ، سمر النجار (٢٠٢١) والمقابلة الشخصية مع السادة الخبراء لتحديد محاور التكيف الاجتماعي للطالبات ، تم التوصل الى (٥) محاور للمقياس وهم : (التكيف مع الزميلات ، التكيف مع أعضاء هيئة التدريس ، التكيف مع اللوائح الجامعية ، التكيف مع الانشطة الجامعية ، التكيف مع المجتمع الجامعي)

تم عرض المحاور على السادة الخبراء في علم الاجتماع الرياضي وعلم النفس الرياضي وعددهم (١٠) مرفق (١) وذلك لإبداء الرأي في محاور المقياس وقد اتفق المحكمون بنسبة ١٠٠٪ على محاور المقياس .

بعد التوصل الى محاور المقياس تم وضع العبارات الخاصة بكل محور في صورتها الأولية وذلك من خلال الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات المرجعية والمقاييس العلمية التي تناولت التكيف الاجتماعي للطالبات والمقابلة الشخصية مع السادة الخبراء لتحديد عبارات مقياس التكيف الاجتماعي للطالبات .

- **المحور الأول: التكيف مع الزميلات** ويتضمن ٨ عبارات .
 - **المحور الثاني: التكيف مع أعضاء هيئة التدريس** ويتضمن ٨ عبارات .
 - **المحور الثالث: التكيف مع اللوائح الجامعية** ويتضمن ٨ عبارات .
 - **المحور الرابع: التكيف مع الانشطة الجامعية** ويتضمن ٨ عبارات
 - **المحور الخامس : التكيف مع المجتمع الجامعي** ويتضمن ٨ عبارات .
- ويوضح جدول (٨) آراء السادة الخبراء في عبارات الصورة الأولية لمقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات.

جدول (٨)

آراء السادة الخبراء في عبارات الصورة الأولية لمقياس التكيف الاجتماعي (ن=١٠ خبراء)

المحور	رقم العبارة	الخبراء الموافقون		رقم العبارة	المحور	ملاحظات	معامل لوش		ملاحظات
		عدد	%				لصديق المحتوى	لصديق المحتوى	
التكيف مع الزميلات	١	٧	٧٠,٠٠٠	٢١	تابع	صياغة	٠,٤٠٠	١,٠٠٠	
	٢	١٠	١٠٠,٠٠٠	٢٢	التكيف مع الأنظمة		*١,٠٠٠	٠,٨٠٠	
	٣	١٠	١٠٠,٠٠٠	٢٣	الجامعة		*١,٠٠٠	٠,٨٠٠	
	٤	٩	٩٠,٠٠٠	٢٤			*٠,٨٠٠	٠,٨٠٠	
	٥	١٠	١٠٠,٠٠٠	٢٥			*١,٠٠٠	١,٠٠٠	
	٦	٩	٩٠,٠٠٠	٢٦			*٠,٨٠٠	٠,٨٠٠	
	٧	٥	٥٠,٠٠٠	٢٧	التكيف مع الأنشطة	حذف	٠,٠٠٠	٠,٨٠٠	
	٨	٩	٩٠,٠٠٠	٢٨	الجامعة		*٠,٨٠٠	١,٠٠٠	
	٩	٩	٩٠,٠٠٠	٢٩			*٠,٨٠٠	١,٠٠٠	
	١٠	٧	٧٠,٠٠٠	٣٠		صياغة	٠,٤٠٠	٠,٨٠٠	
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	١١	٩	٩٠,٠٠٠	٣١			*٠,٨٠٠	١,٠٠٠	
	١٢	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٢			*١,٠٠٠	٠,٤٠٠	
	١٣	٧	٧٠,٠٠٠	٣٣		صياغة	٠,٤٠٠	١,٠٠٠	
	١٤	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٤			*١,٠٠٠	٠,٨٠٠	
	١٥	٩	٩٠,٠٠٠	٣٥	التكيف مع المجتمع الجامعي		*٠,٨٠٠	١,٠٠٠	
التكيف مع الأنظمة الجامعية	١٦	٩	٩٠,٠٠٠	٣٦			*٠,٨٠٠	٠,٨٠٠	
	١٧	٩	٩٠,٠٠٠	٣٧			*٠,٨٠٠	٠,٨٠٠	
	١٨	٩	٩٠,٠٠٠	٣٨			*٠,٨٠٠	٠,٤٠٠	
	١٩	١٠	١٠٠,٠٠٠	٣٩			*١,٠٠٠	٠,٨٠٠	
	٢٠	١٠	١٠٠,٠٠٠	٤٠			*١,٠٠٠	١,٠٠٠	

الإضافات

المحور	رقم العبارة	الخبراء الموافقون	معامل لوش	ملاحظات
التكيف مع الزميلات	٨	٩	٩٠,٠٠٠	إضافة

* مقبول (معامل لوش لصديق المحتوى المقبول عند (ن = ١٠ خبراء) = ٠,٨٠٠ (Ayre & Scally, 2013, p.85))

يتضح من جدول (٨) موافقة السادة الخبراء على الصورة الأولية لعبارات المقياس مع اقتراح إعادة صياغة وحذف بعض العبارات وقد قامت الباحثة بالتعديلات اللازمة قبل تطبيق المقياس على عينة التفتين كما يتضح من الجدول التالي

جدول (٩)

التعديلات التي تمت على مقياس التكيف الاجتماعي وفقاً لآراء السادة الخبراء

المحور	العبارة قبل التعديل		نوع التعديل	العبارة بعد التعديل	
	رقم العبارة	العبارة		رقم العبارة	العبارة
التكيف مع الزميلات	١	أجد سهولة في تكوين صداقات مع زميلاتي في الجامعة.	صياغة	١	أستطيع تكوين صداقات جديدة بسهولة داخل الجامعة
	٧	أشعر بالود المتبادل بيني وبين زميلاتي.	حذف	-	-
	-	-	إضافة	٨	أجد دعماً من صديقاتي عند مواجهة صعوبة دراسية
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	١٠	أستطيع الاستفسار من أساتذتي دون خوف أو قلق.	صياغة	١٠	أستطيع الاستفسار من أساتذتي دون تردد
	١٣	أستطيع أن أطرح آرائي في قاعة الدرس بحرية.	صياغة	١٣	أستطيع التعبير عن رأيي بحرية داخل المحاضرة.
	٣٠	أشارك في الأعمال التطوعية داخل الجامعة.	صياغة	٣٠	أحرص على المشاركة في الأعمال التطوعية داخل الجامعة
التكيف مع الأنشطة الجامعية	٣٢	أشعر بالانتماء أكثر للجامعة عند المشاركة في أنشطتها.	صياغة	٣٢	أشعر بالانتماء أكثر للجامعة من خلال المشاركة في أنشطتها.
	٣٨	أشعر بالفخر لانتمائي لهذه الجامعة.	صياغة	٣٨	أشعر بالفخر لانتمائي لجامعتي

المعاملات العلمية لمقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات (المقياس في صورته الأولى) مرفق (٤)

قامت الباحثة بتطبيق المقياس في صورته الأولى على عينة البحث لإجراء المعاملات العلمية لمقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات وذلك عن طريق حساب الصدق والثبات على عينة البحث الاستطلاعية والتي تبلغ عددها (٢٠) طالبة من الطالبات المتعثرات المسجلات بفصل الصيف للعام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ وذلك على النحو التالي:-

أولاً: صدق المقياس: تم حساب الصدق عن طريق الصدق التكويني (الاتساق الداخلي) والذي يوضح ارتباط درجة العبارة بدرجة المحور ودرجة المحور بالدرجة الكلية لمقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات ، وأيضاً استخدام صدق المقارنة الطرفية لمقياس التكيف الاجتماعي .

جدول (١٠)

الاتساق الداخلي لمقياس التكيف الاجتماعي (ن = ٢٠)

المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط (سبيرمان)			المحور	رقم العبارة	معامل الارتباط (سبيرمان)		
		العبارة مع المحور	العبارة مع إجمالي المقياس	المحور مع إجمالي المقياس			العبارة مع المحور	العبارة مع إجمالي المقياس	المحور مع إجمالي المقياس
التكيف مع الزميلات	١	*٠,٩٠٩	*٠,٩١٥	*٠,٩٧٧	تابع التكيف مع الأنظمة الجامعية	٢١	*٠,٩١٥	*٠,٩١٥	*٠,٩٩٣
	٢	*٠,٨٥٥	*٠,٨٩٣			٢٢	*٠,٨٩٣	*٠,٨٩٣	
	٣	*٠,٨٥٨	*٠,٨٨٠			٢٣	*٠,٨٨٠	*٠,٨٨٠	
	٤	*٠,٨٣٧	*٠,٨٠٢			٢٤	*٠,٨٠٢	*٠,٨٠٢	
	٥	*٠,٧٣٧	*٠,٧٥٧			٢٥	*٠,٧٥٧	*٠,٧٥٧	
	٦	*٠,٥٩٢	*٠,٤٧٠			٢٦	*٠,٤٧٠	*٠,٤٧٠	
	٧	*٠,٥٩٢	*٠,٤٨٦			٢٧	*٠,٤٨٦	*٠,٤٨٦	
	٨	*٠,٩٧٨	*٠,٩٨٣			٢٨	*٠,٩٨٣	*٠,٩٨٣	
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	٩	*٠,٩١٨	*٠,٩١٥	*٠,٩٨٤	التكيف مع الأنشطة الجامعية	٢٩	*٠,٩١٨	*٠,٩١٨	*٠,٩٨٧
	١٠	*٠,٩٨٣	*٠,٩٨٣			٣٠	*٠,٩٨٣	*٠,٩٨٣	
	١١	*٠,٩٦٦	*٠,٩٢٦			٣١	*٠,٩٢٦	*٠,٩٢٦	
	١٢	*٠,٨٨٨	*٠,٨٧٧			٣٢	*٠,٨٧٧	*٠,٨٧٧	
	١٣	*٠,٨٣٣	*٠,٧٦٥			٣٣	*٠,٧٦٥	*٠,٧٦٥	
	١٤	*٠,٨٩٤	*٠,٩٠٤			٣٤	*٠,٩٠٤	*٠,٩٠٤	
	١٥	*٠,٨٩٦	*٠,٩١١			٣٥	*٠,٩١١	*٠,٩١١	
	١٦	*٠,٩٨٣	*٠,٩٨٣			٣٦	*٠,٩٨٣	*٠,٩٨٣	
التكيف مع الأنظمة الجامعية	١٧	*٠,٩٨١	*٠,٩٨٣	*٠,٩٩٣	التكيف مع المجتمع الجامعي	٣٧	*٠,٩٨١	*٠,٩٨١	*٠,٩٦٩
	١٨	*٠,٨٨٩	*٠,٩١١			٣٨	*٠,٨٨٩	*٠,٨٨٩	
	١٩	*٠,٩١٢	*٠,٩٢٠			٣٩	*٠,٩١٢	*٠,٩١٢	
	٢٠	*٠,٩٢٩	*٠,٩٠٩			٤٠	*٠,٩٢٩	*٠,٩٠٩	

* دال عند ٠,٠٥ (سبيرمان الجدولي = ٠,٤٤٧)

يتضح من جدول (١٠) أن معاملات ارتباط كل عبارة بالمحور الخاص بها وبإجمالي المقياس وكذا ارتباط كل محور بإجمالي المقياس دالة إحصائياً مما يدل على الاتساق الداخلي لمحاور وعبارات المقياس

جدول (١١)

صدق المقارنة الطرفية لمقياس التكيف الاجتماعي (ن = ٢ = ٥)

المحور	وحدة القياس	الإحصاء الوصفي						اختبار مان ويتني		
		الإرباع الأعلى		الانحراف		الإرباع الأدنى		متوسط	الترتيب	الدالة (P)
التكيف مع الزميلات	درجة	متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط	الترتيب	١٠٠,٠٠	٣,٠٠	*٠,٠٠٧
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	درجة	١٨,٤٠	٣,٣٦٢	٩,٨٠	٣,٤٩٣	٧,٨٠	٣٩,٠٠	١٦,٠٠	٣,٢٠	*٠,٠١٤
التكيف مع الأنظمة الجامعية	درجة	١٧,٦٠	٢,٥١٠	٩,٤٠	٢,٦٠٨	٨,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	*٠,٠٠٨
التكيف مع الأنشطة الجامعية	درجة	١٤,٨٠	١,٧٨٩	٨,٢٠	١,٧٨٩	٨,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	*٠,٠٠٦
التكيف مع المجتمع الجامعي	درجة	١٦,٤٠	٠,٨٩٤	٩,٤٠	٢,١٩١	٨,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	*٠,٠٠٦
إجمالي المقياس	درجة	٨٥,٢٠	١١,٦٩٢	٤٧,٢٠	١٣,٨٦٤	٨,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٣,٠٠	*٠,٠٠٨

* دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (P<0.05)

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى لمقياس التكيف الاجتماعي مما يدل على صدق المقياس وقدرته على التمييز بين المستويات المختلفة.

ثانياً :- ثبات المقياس: تم حساب الثبات لمقياس التكيف الاجتماعي للطالبات المتعثرات عن طريق معامل الثبات ألفا لكرونباخ وإعادة التطبيق.

جدول (١٢)

ثبات مقياس التكيف الاجتماعي بطريقة ألفا كرونباخ

المحور	رقم العبارة	معامل ثبات المحور	معامل ثبات المحور	معامل ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة للمقياس	المحور	رقم العبارة	معامل ثبات المحور	معامل ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة للمقياس	معامل ثبات المحور	معامل ألفا كرونباخ في حالة حذف العبارة للمقياس
التكيف مع الزميلات	١	٠,٩٧٢	٠,٩٦٧	٠,٨٨٣	التكيف مع الزميلات	٢١	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠
	٢			٠,٨٩٤		٢٢		٠,٩٩٠		
	٣			٠,٨٩٠		٢٣		٠,٩٩٠		
	٤			٠,٨٩٢		٢٤		٠,٩٩٠		
	٥	٠,٩٦٤	٠,٩٦٢	٠,٩٠١		٢٥	٠,٩٩٠	٠,٩٩١		
	٦			٠,٩٠٩		٢٦		٠,٩٩١		
	٧			٠,٩٠٩		٢٧		٠,٩٩٠		
	٨			٠,٨٧٩		٢٨		٠,٩٩٠		
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	٩	٠,٩٧١	٠,٩٥٩	٠,٩٦٧	التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	٢٩	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠
	١٠			٠,٩٦٣		٣٠		٠,٩٩٠		
	١١			٠,٩٦٣		٣١		٠,٩٩٠		
	١٢			٠,٩٦٩		٣٢		٠,٩٩٠		
	١٣	٠,٩٧٢	٠,٩٤٣	٠,٩٧١		٣٣	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠		
	١٤			٠,٩٦٨		٣٤		٠,٩٩٠		
	١٥			٠,٩٦٩		٣٥		٠,٩٩٠		
	١٦			٠,٩٦٣		٣٦		٠,٩٩٠		
التكيف مع الأنظمة الجامعية	١٧	٠,٩٥٥	٠,٩٤٣	٠,٩٧٣	التكيف مع الأنظمة الجامعية	٣٧	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠	٠,٩٩٠
	١٨			٠,٩٧٠		٣٨		٠,٩٩٠		
	١٩			٠,٩٦٩		٣٩		٠,٩٩٠		
	٢٠			٠,٩٦٨		٤٠		٠,٩٩٠		

يتضح من جدول (١٢) أن معامل ثبات المقياس وكذلك معاملات ثبات المحاور مقبولة إحصائيًا (٠,٧٠ فأكثر) (Lance, Butts & Michels, 2006) كما أن معاملات الثبات للمقياس والمحاور في حالة حذف العبارة أقل من (أو تساوي) مثيلتها بدون حذف العبارة مما يعني أن حذف أي عبارة سيؤثر سلبًا (أو لن يؤثر) على ثبات المقياس، وهذا يدل على ثبات المقياس ومحاوره وعباراته.

جدول (١٣)

ثبات مقياس التكيف الاجتماعي بطريقة إعادة التطبيق (ن = ٢٠)

المحور	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط (سبيرمان)	معامل ألفا كرونباخ للثبات
		متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
التكيف مع الزميلات	درجة	١٥,٢٥	٣,٨٢٣	١٥,١٠	٤,٢١٧	*٠,٨٨٣	٠,٩٣٦
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	درجة	١٥,٠٥	٣,٩٥٣	١٤,٨٠	٤,٤٢٠	*٠,٨٠٢	٠,٨٨٧
التكيف مع الأنظمة الجامعية	درجة	١٤,٧٠	٣,٦٢٩	١٤,١٥	٣,٧٠٣	*٠,٩٢٤	٠,٩٦٠
التكيف مع الأنشطة الجامعية	درجة	١٢,٧٠	٢,٩٤٠	١٢,٧٥	٣,٦٨٣	*٠,٨٠٤	٠,٨٧٩
التكيف مع المجتمع الجامعي	درجة	١٤,٤٠	٣,١٦٩	١٣,٦٠	٣,٤٠٩	*٠,٨٠٥	٠,٨٩١
إجمالي المقياس	درجة	٧٢,١٠	١٧,٢٠٤	٧٠,٤٠	١٧,٣٦٤	*٠,٩٤٩	٠,٩٧٤

* دال عند ٠,٠٥ (معامل ارتباط سبيرمان الجدولي = ٠,٤٤٧)

يتضح من جدول (١٣) وجود ارتباط دال إحصائيًا بين التطبيق الأول والثاني في مقياس التكيف الاجتماعي كما أن معامل ألفا كرونباخ للثبات مقبول إحصائيًا (٠,٧٠ فأكثر) مما يشير إلى أن الاختبار ثابت وصالح للتطبيق على عينة البحث الحالية.

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في المساندة الاجتماعية قبل التجربة (ن=١=٢=٤٠)

المحور	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
المساندة العاطفية	درجة	١٨,٧٣	٣,٨٣٦	٢٠,٢٠	٣,٨٩١	١,٧٠٧
المساندة المادية	درجة	١٣,٩٨	٢,٧٣١	١٣,٨٨	٢,٦٨١	٠,١٦٥
المساندة الإرشادية	درجة	٢٠,٠٣	٣,٧٤٥	٢١,٥٥	٤,٤٨٩	١,٦٥٠
المساندة التقديرية	درجة	٢١,٨٣	٣,٥٤٤	٢٠,٥٨	٢,٩٦٩	١,٧١٠
المساندة الاجتماعية/التكاملية	درجة	١٤,٩٥	٢,٤٣٨	١٤,٤٣	٢,٠٨٦	١,٠٣٥
إجمالي المقياس	درجة	٨٩,٥٠	٧,٤٣٢	٩٠,٦٣	٧,١٩٦	٠,٦٨٨

* دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٩٩١)

يتضح من جدول (١٤) أن الفروق بين مجموعتي البحث في مستوى المساندة الاجتماعية غير دالة إحصائياً مما يدل على تجانس مجموعتي البحث وتمتعهما بمستوى متقارب في هذا المتغير قبل التجربة.

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في التكيف الاجتماعي قبل التجربة (ن=١=٢=٤٠)

المحور	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
التكيف مع الزميلات	درجة	١٣,٩٨	٢,٢٨١	١٤,٨٨	٢,٤٥١	١,٧٠٠
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	درجة	١٤,٣٠	٣,١٨٠	١٤,٧٠	٣,٧١٦	٠,٥١٧
التكيف مع الأنظمة الجامعية	درجة	١٣,٥٥	٢,٣٦٤	١٣,٨٣	٢,٤٤٨	٠,٥١١
التكيف مع الأنشطة الجامعية	درجة	١٤,١٠	٢,٥٦٠	١٣,٦٣	٢,٤٠٤	٠,٨٥٥
التكيف مع المجتمع الجامعي	درجة	١٤,٣٠	٢,٩١١	١٣,٥٣	١,٨٩٤	١,٤١١
إجمالي المقياس	درجة	٧٠,٢٣	٥,٤٢٨	٧٠,٥٥	٥,٥٠٠	٠,٢٦٦

* دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٩٩١)

يتضح من جدول (١٥) أن الفروق بين مجموعتي البحث في مستوى التكيف الاجتماعي غير دالة إحصائياً مما يدل على تجانس مجموعتي البحث وتمتعهما بمستوى متقارب في هذا المتغير قبل التجربة.

خطوات اعداد البرنامج الإرشادي القائم على المساندة الاجتماعية للطالبات المتعثرات أكاديمياً

تُشير المساندة الاجتماعية إلى الشعور بالانتماء والتقدير والمساعدة من الآخرين ، سواء الأسرة أو الأصدقاء أو الزملاء أو أعضاء هيئة التدريس ، بناءً على ذلك تم اعداد هذا البرنامج الإرشادي القائم على المساندة الاجتماعية بهدف مساعدة الطالبات المتعثرات أكاديمياً على تحسين تكيفهن الاجتماعي وتنمية دافعيتهن نحو الانجاز الأكاديمي من خلال التفاعل الجماعي والدعم المتبادل .

أهداف البرنامج :

الهدف العام :

تحسين مستوى التكيف الاجتماعي لدى الطالبات المتعثرات أكاديمياً من خلال برنامج ارشادي قائم على المساندة الاجتماعية .

الأهداف الفرعية :

١. تحسين مستوى التكيف الاجتماعي للطالبات الجامعيات المتعثرات.
٢. تنمية مهارات المساندة الاجتماعية (طلب الدعم – تقديم الدعم – إدراك قيمته).
٣. تعزيز الثقة بالنفس والفاعلية الذاتية في المجال الأكاديمي.
٤. تدريب الطالبات على مهارات التواصل وحل المشكلات وإدارة الوقت.
٥. خفض القلق الأكاديمي المرتبط بالدراسة والامتحانات.
٦. تعزيز الانتماء للجامعة والشعور بالأمان الاجتماعي داخلها.

الفئة المستهدفة :

طالبات المستوى الثاني بكلية علوم الرياضة للبنات جامعة الاسكندرية المتعثرات أكاديمياً (حاصلات على انذار أكاديمي أو أكثر)

مراحل اعداد البرنامج

١. مرحلة الاعداد : وتم من خلالها تصميم البرنامج الارشادي من حيث عدد الجلسات الارشادي واختيار عينة البحث ، وتحديد الزمان والمكان والادوات اللازمة للبرنامج
 ٢. مرحلة التحكيم : تم عرض البرنامج الارشادي في صورته الاولى على عدد (٥) من الأساتذة المتخصصين في علم الاجتماع الرياضي للتأكد من مدى ملائمة البرنامج لافراد العينة المستهدفة ومدى صحة اجراؤه ، وأكد جميعهم على صلاحية الأنشطة والتدريبات والتعليمات باستثناء بعض التعديلات .
 ٣. مرحلة التنفيذ : وفيها تم تطبيق جلسات البرنامج الارشادي على عينة البحث
 ٤. مرحلة التقييم : التأكد من صلاحية البرنامج الارشادي من خلال القياس البعدي لمقاييس البحث .
- تم إعداد برنامج إرشادي قائم على المساندة الاجتماعية يستهدف الطالبات المتعثرات أكاديمياً، بهدف مساعدتهن على تعزيز قدرتهن على مواجهة الصعوبات الدراسية، وتنمية مشاعر الانتماء والدافعية نحو النجاح. يقوم البرنامج على عدد (١٢) جلسة إرشادية متتابعة، مدة كل جلسة (٦٠) دقيقة تقريباً، بمعدل (٢) جلسة أسبوعياً. وقد روعي في تصميمه الاعتماد على استراتيجيات الإرشاد الجمعي، وتوظيف أنشطة تفاعلية متنوعة تراعي خصائص الطالبات في هذه المرحلة.

محتوى البرنامج:

- الجلسة الأولى: التعارف وكسر الحواجز، عرض أهداف البرنامج وتوقعات المشاركات.
- الجلسة الثانية: تقديم مفهوم المساندة الاجتماعية ومصادرها، من خلال العصف الذهني والنقاش الجماعي.
- الجلسة الثالثة: الوعي بالذات وإدارة الضغوط
- الجلسة الرابعة: تعزيز الثقة بالنفس والفاعلية الذاتية
- الجلسة الخامسة: مهارات التواصل الفعال
- الجلسة السادسة: إدارة الوقت وتنظيم الجهد
- الجلسة السابعة: مواجهة القلق الأكاديمي
- الجلسة الثامنة: مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار
- الجلسة التاسعة: المساندة المتبادلة وبناء شبكة دعم
- الجلسة العاشرة: تعزيز الانتماء للجامعة
- الجلسة الحادية عشرة: المراجعة والتلخيص
- الجلسة الثانية عشرة: التقييم والختام

أساليب التنفيذ:

- المناقشة والحوار الإرشادي.
- لعب الأدوار. (Role Play)
- العصف الذهني.
- ورش العمل والأنشطة الجماعية.
- تمارين الاسترخاء والتنفس العميق.

أساليب التقييم:

- تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية قبلًا وبعديًا.
- تطبيق مقياس التكيف الأكاديمي قبلًا وبعديًا.
- الملاحظة المباشرة لمستوى التفاعل والمشاركة.

المعالجات الإحصائية

- ١- معامل لوش لصديق المحتوى وحسب كالاتي
$$\text{معامل لوش لصديق المحتوى} = \frac{\text{عدد الخبراء الموافقون} - (\text{عدد الخبراء} \div 2)}{(\text{عدد الخبراء} \div 2)}$$
- ٢- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- ٣- اختبار مان ويتني اللابارامتري للفروق بين مجموعتين مستقلتين
- ٤- معامل ارتباط سبيرمان

٥- معامل ألفا كرونباخ للثبات

٦- ثبات إعادة التطبيق

٧- اختبار ت الفروق بين قياسين متتابعين لنفس العينة paired T test.

٨- اختبار ت الفروق لمجموعتين مستقلتين Independent T test.

٩- حجم الأثر d لكوهين ويحسب كالآتي

$$d_z = \frac{t}{\sqrt{n}} \quad \text{لمجموعتين مستقلتين} \quad d_s = t \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}$$

(30:4)

ويفسر حجم الأثر كالآتي: صغير (٠,٢-أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥-أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨ فأكثر)

(30:3)

عرض ومناقشة النتائج

الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في التكيف الاجتماعي قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي.

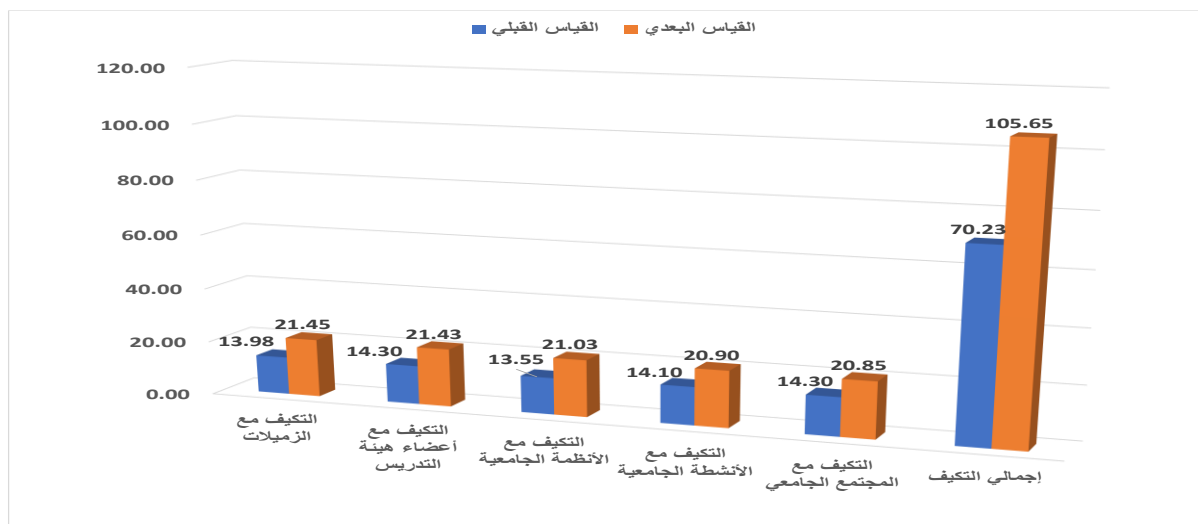
جدول (١٦)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في التكيف الاجتماعي للمجموعة التجريبية

(ن=٤٠)

المحور	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"	حجم الأثر d لكوهين
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التكيف مع الزميلات	درجة	١٣,٩٨	٢,٢٨١	٢١,٤٥	١,٣٥٨	*١٨,٢٤١	٢,٨٨٤
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	درجة	١٤,٣٠	٣,١٨٠	٢١,٤٣	١,٢٣٨	*١٤,٠٩٩	٢,٢٢٩
التكيف مع الأنظمة الجامعية	درجة	١٣,٥٥	٢,٣٦٤	٢١,٠٣	١,٤٩٣	*١٧,٨٣٧	٢,٨٢٠
التكيف مع الأنشطة الجامعية	درجة	١٤,١٠	٢,٥٦٠	٢٠,٩٠	١,٥٦٦	*١٣,٠٣٧	٢,٠٦١
التكيف مع المجتمع الجامعي	درجة	١٤,٣٠	٢,٩١١	٢٠,٨٥	١,١٢٢	*١٢,٦٨٦	٢,٠٠٦
إجمالي المقياس	درجة	٧٠,٢٣	٥,٤٢٨	١٠٥,٦٥	٣,٠٠٩	*٣٧,٢٦٥	٥,٨٩٢

* دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,٠٢٣) حجم الأثر: صغير (٠,٢-أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥-أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨ فأكثر)



شكل (١)

متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي في التكيف الاجتماعي للمجموعة التجريبية

يتضح من جدول (١٦) وشكل (١) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في التكيف الاجتماعي دالة إحصائياً في اتجاه القياس البعدي، كما أن حجم الأثر كبير في جميع المتغيرات مما يدل على فاعلية البرنامج المستخدم مع المجموعة التجريبية في تحسين التكيف الاجتماعي.

كما أظهرت القيم العالية لاختبار "ت" أن الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي ذات دلالة قوية في جميع محاور المقياس (التكيف مع الزميلات، أعضاء هيئة التدريس، الأنظمة الجامعية، الأنشطة الجامعية، المجتمع الجامعي).

ويلاحظ كذلك أن حجم الأثر وفق معامل كوهين (d) تراوح بين (٢,٠٠٦) و (٥,٨٩٢)، وهي قيم تفوق (٠,٨)، مما يشير إلى أن البرنامج كان ذا تأثير كبير جداً في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي لدى الطالبات المتعثرات أكاديمياً.

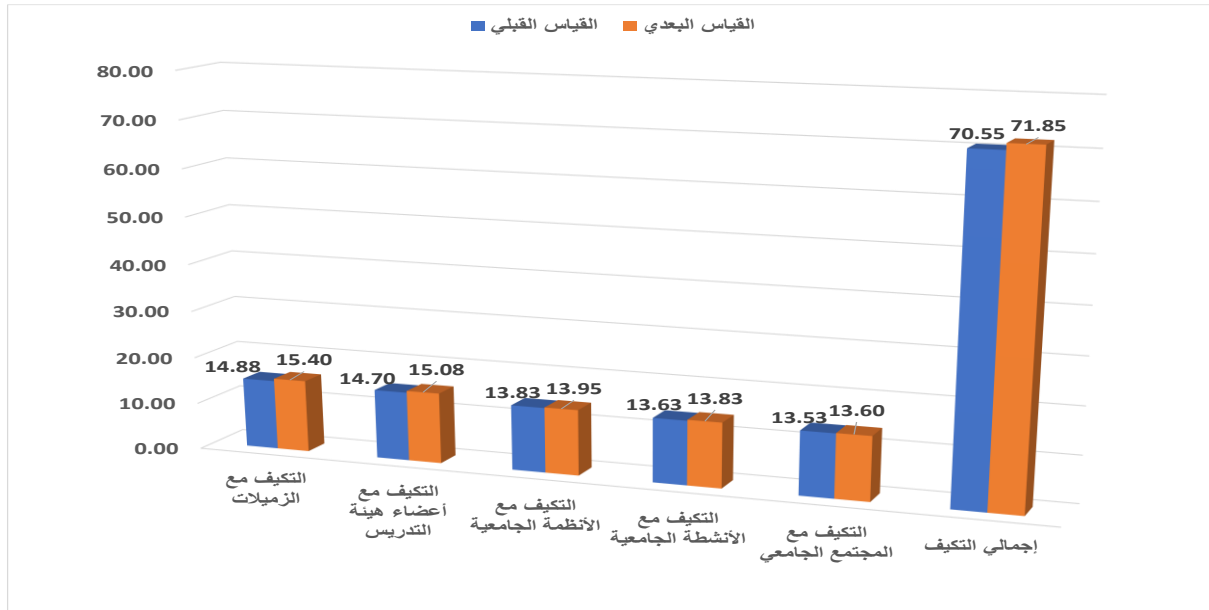
جدول (١٧)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في التكيف الاجتماعي للمجموعة الضابطة

(ن=٤٠)

المحور	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"	حجم الأثر d لكوهين
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التكيف مع الزميلات	درجة	١٤,٨٨	٢,٤٥١	١٥,٤٠	٣,٠٠٣	١,٥٢٩	٠,٢٤٢
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	درجة	١٤,٧٠	٣,٧١٦	١٥,٠٨	٢,٧٩٥	١,٢٠٤	٠,١٩٠
التكيف مع الأنظمة الجامعية	درجة	١٣,٨٣	٢,٤٤٨	١٣,٩٥	٢,١٨٣	٠,٤٥٨	٠,٠٧٢
التكيف مع الأنشطة الجامعية	درجة	١٣,٦٣	٢,٤٠٤	١٣,٨٣	٢,١٤٧	١,٠٩١	٠,١٧٣
التكيف مع المجتمع الجامعي	درجة	١٣,٥٣	١,٨٩٤	١٣,٦٠	١,٩٤٥	٠,٤٣٣	٠,٠٦٨
إجمالي المقياس	درجة	٧٠,٥٥	٥,٥٠٠	٧١,٨٥	٥,٣٩٠	١,٨٧٩	٠,٢٩٧

دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,٠٢٣) حجم الأثر: صغير (٠,٢- أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥- أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨- فأكثر)



شكل (٢)

متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي في التكيف الاجتماعي للمجموعة الضابطة

يتضح من جدول (١٧) وشكل (٢) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في التكيف الاجتماعي دالة إحصائيًا في اتجاه القياس البعدي، كما أن حجم الأثر شبه منعدم في جميع المتغيرات فيما عدا محور التكيف مع الزميلات، وإجمالي المقياس حيث كان حجم الأثر صغير (وهو في كل الحالات أصغر من حجم الأثر المقابل في المجموعة التجريبية) مما يؤكد فاعلية البرنامج المستخدم مع المجموعة التجريبية في تحسين التكيف الاجتماعي

تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة منى الشايب (2019) التي أشارت إلى أن توفير الدعم الاجتماعي والمساندة من قبل الأسرة والأقران وأعضاء هيئة التدريس يساهم في تعزيز قدرة الطالبة على التكيف مع بيئة الجامعة ومتطلباتها الجديدة. كما تتفق مع ما ذكرته رباح عبد الله (2019) من أن التكيف الاجتماعي عملية ديناميكية مستمرة تتأثر بالعلاقات الاجتماعية ومصادر المساندة المتاحة للطالبة في بيئتها الجامعية، وأن هذه المساندة تمثل عاملاً حاسماً في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي للطالبة.

كذلك، تؤكد هذه النتيجة ما توصلت إليه دراسة هبة عبد القادر (2021) حول أثر البرامج الإرشادية القائمة على الدعم الاجتماعي في خفض الضغوط النفسية وتحسين التوافق الجامعي لدى الطالبات، إذ أوضحت أن المشاركة في مثل هذه البرامج تساعد في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي، والقدرة على حل المشكلات، مما ينعكس إيجاباً على مستوى التكيف الاجتماعي.

وتوضح دراسة فاطمة الخالدي (2020) أن التدريب على مهارات التفاعل الاجتماعي والاندماج في الأنشطة الجامعية يعزز من مفهوم الذات الاجتماعي لدى الطالبات، ويزيد من قدرتهن على بناء علاقات إيجابية مع الزميلات وأعضاء هيئة التدريس، وهو ما ينعكس بدوره على ارتفاع مستوى التكيف الاجتماعي..

وبناءً على ذلك، يمكن القول إن هذه النتائج تتفق مع الاتجاه العام للأدبيات السابقة التي تؤكد أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً جوهرياً في تحسين التكيف الاجتماعي والأكاديمي، وتدعم فاعلية البرامج الإرشادية القائمة عليها في تحقيق الأهداف التربوية والنفسية المنشودة.

ومما سبق يتضح تحقق الفرض الأول والذي ينص على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في التكيف الاجتماعي قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي

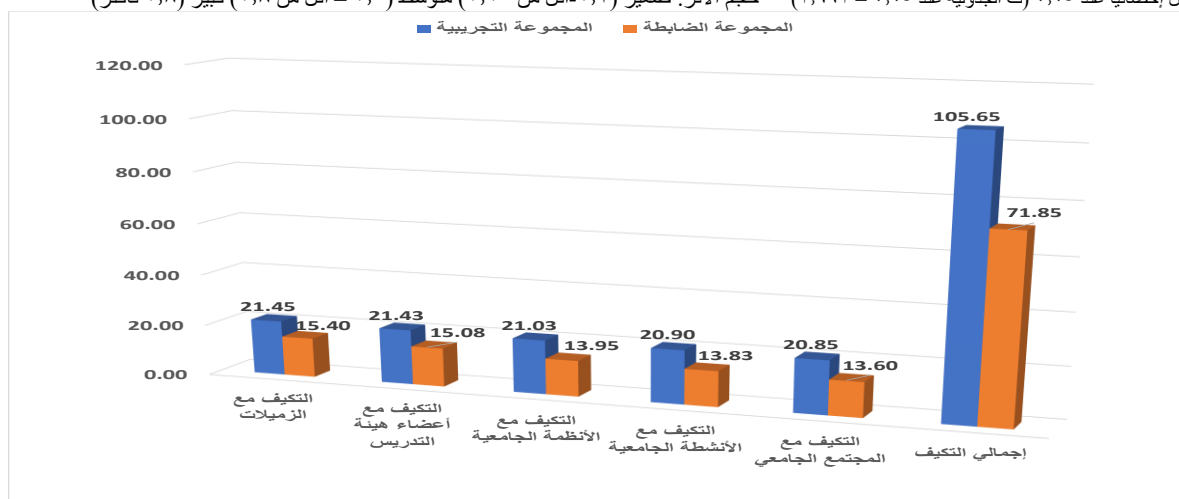
الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً في التكيف الاجتماعي بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين لمجموعتي البحث في التكيف الاجتماعي (ن=٢٠=٤٠)

المحور	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"	حجم الأثر d لكوهين
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التكيف مع الزميلات	درجة	٢١,٤٥	١,٣٥٨	١٥,٤٠	٣,٠٠٣	*١١,٦١٢	٢,٥٩٦
التكيف مع أعضاء هيئة التدريس	درجة	٢١,٤٣	١,٢٣٨	١٥,٠٨	٢,٧٩٥	*١٣,١٣٦	٢,٩٣٦
التكيف مع الأنظمة الجامعية	درجة	٢١,٠٣	١,٤٩٣	١٣,٩٥	٢,١٨٣	*١٥,٩١٦	٣,٥٥٨
التكيف مع الأنشطة الجامعية	درجة	٢٠,٩٠	١,٥٦٦	١٣,٨٣	٢,١٤٧	*١٦,٨٣٩	٣,٧٦٣
التكيف مع المجتمع الجامعي	درجة	٢٠,٨٥	١,١٢٢	١٣,٦٠	١,٩٤٥	*٢٠,٤١٧	٤,٥٦٤
إجمالي المقياس	درجة	١٠٥,٦٥	٣,٠٠٩	٧١,٨٥	٥,٣٩٠	*٣٤,٦٢٩	٧,٧٤١

* دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٩٩١) حجم الأثر: صغير (٠,٢-أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥-أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨ فأكثر)



شكل (٣)

متوسطات القياسين البعدين لمجموعتي البحث في التكيف الاجتماعي

يتضح من جدول (١٨) وشكل (٣) أن الفروق بين مجموعتي البحث في نتائج القياس البعدي للتكيف الاجتماعي دالة إحصائياً في اتجاه المجموعة التجريبية، كما أن حجم الأثر كبير في جميع المتغيرات مما يؤكد فعالية البرنامج المستخدم مع المجموعة التجريبية في تحسين التكيف الاجتماعي.

تشير هذه النتيجة إلى أن البرنامج الإرشادي قد وفر للطالبات فرصاً للتفاعل الاجتماعي الإيجابي، وتنمية مهارات التواصل، وإتاحة بيئة داعمة تشجع على التعبير عن المشاعر والمشاركة الفعالة داخل المجتمع الجامعي. فالأنشطة والجلسات الإرشادية القائمة على المساندة العاطفية والمعرفية والسلوكية ساعدت الطالبات على إدراك ذواتهن بصورة أكثر إيجابية، والتعامل مع المواقف الاجتماعية والأكاديمية بثقة ومرونة، مما انعكس على ارتفاع مستوى تكيفهن الاجتماعي.

كما يتفق هذا التفسير مع ما أشارت إليه ندى الخطيب (2022) بأن المساندة الاجتماعية تسهم في تعزيز الإحساس بالانتماء والتقبل الاجتماعي، وتساعد الأفراد على مواجهة الضغوط الجامعية والتعامل معها بفاعلية. وأكدت دراسة منى الحربي (2021) أن البرامج الإرشادية القائمة على الدعم الاجتماعي تسهم في خفض مشاعر العزلة الاجتماعية، وتزيد من قدرة الطالبات على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية داخل الحرم الجامعي.

وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع ما توصلت إليه الدراسات الأجنبية، حيث أشار Yıldırım & Tanrıverdi (2020) إلى أن المساندة الاجتماعية من الزملاء وأعضاء هيئة التدريس تؤدي إلى تحسين مستوى الاندماج الجامعي والتكيف الاجتماعي لدى الطلبة، كما بينت Zimet et al. (2019) أن توفر الدعم الاجتماعي من مصادر متعددة (الأسرة، الأصدقاء، الجامعة) يعزز التفاعل الاجتماعي الإيجابي ويقلل من مظاهر الانسحاب والعزلة.

وترى **إيمان عبد الرحمن (2021)** أن المساعدة الاجتماعية تمثل أحد العوامل الجوهرية في بناء التوافق الجامعي لدى الطالبات، لأنها توفر لهن الشعور بالأمان النفسي والانتماء، مما يساعد في تطوير سلوكيات اجتماعية أكثر انسجاماً وتفاعلاً. كذلك، أكد **Kong et al. (2021)** أن المساعدة الاجتماعية تسهم في تحسين العلاقات الشخصية للطلبة الجامعيين من خلال تعزيز التعاطف والتعاون، مما يزيد من القدرة على التكيف مع البيئة الجامعية ومتطلباتها.

من ثم، يمكن القول إن فاعلية البرنامج ترجع إلى اعتماده على مبادئ المساعدة الاجتماعية كإطار بنائي يركز على إشباع حاجات الانتماء، والتقبل، والمشاركة، وهي حاجات أساسية للتكيف الاجتماعي، خصوصاً لدى الطالبات اللاتي يعانين من التعثر الأكاديمي وما يصاحبه من مشاعر الرفض أو الانسحاب الاجتماعي. وقد مكنهن البرنامج من اكتساب استراتيجيات فاعلة للتفاعل الاجتماعي، مما أدى إلى ارتفاع مستوى التكيف الاجتماعي في القياس البعدي مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وبناء على ما سبق، تؤكد هذه النتائج أن البرنامج الإرشادي القائم على المساعدة الاجتماعية كان ذا فاعلية كبيرة في تحسين التكيف الاجتماعي، وأن دعم العلاقات الاجتماعية الإيجابية داخل الجامعة يُعد من أهم مداخل تعزيز الصحة النفسية والأكاديمية لدى الطالبات المتعثرات أكاديمياً.

ومما سبق يتضح تحقق الفرض الثاني والذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً في التكيف الاجتماعي بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في المساعدة الاجتماعية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي.

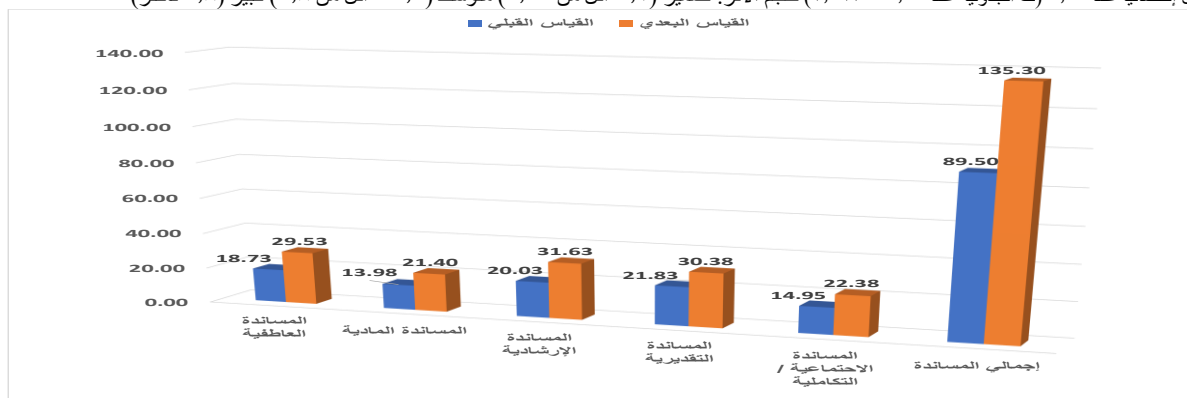
جدول (١٩)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في المساعدة الاجتماعية للمجموعة التجريبية

(ن=٤٠)

المحور	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"	حجم الأثر d لكوهين
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
المساعدة العاطفية	درجة	١٨,٧٣	٣,٨٣٦	٢٩,٥٣	٣,٣٨٢	*١٢,٧٦٧	٢,٠١٩
المساعدة المادية	درجة	١٣,٩٨	٢,٧٣١	٢١,٤٠	٣,٣١١	*٩,٧٧٧	١,٥٤٦
المساعدة الإرشادية	درجة	٢٠,٠٣	٣,٧٤٥	٣١,٦٣	٢,٥٣٩	*١٤,٧٧٥	٢,٣٣٦
المساعدة التقديرية	درجة	٢١,٨٣	٣,٥٤٤	٣٠,٣٨	٢,٣٨٢	*١٨,٢١٠	٢,٨٧٩
المساعدة الاجتماعية/التكاملية	درجة	١٤,٩٥	٢,٤٣٨	٢٢,٣٨	٢,٦٧٦	*١٣,٨٥٩	٢,١٩١
إجمالي المقياس	درجة	٨٩,٥٠	٧,٤٣٢	١٣٥,٣٠	٥,٤٠٧	*٣٢,٠١٦	٥,٠٦٢

دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,٠٢٣) حجم الأثر: صغير (٠,٢-أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥ - أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨ فأكثر)



شكل (٤)

متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي في المساعدة الاجتماعية للمجموعة التجريبية

يتضح من جدول (١٩) وشكل (٤) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المساندة الاجتماعية دالة إحصائياً في اتجاه القياس البعدي، كما أن حجم الأثر كبير في جميع المتغيرات مما يدل على فاعلية البرنامج المستخدم مع المجموعة التجريبية في تحسين المساندة الاجتماعية

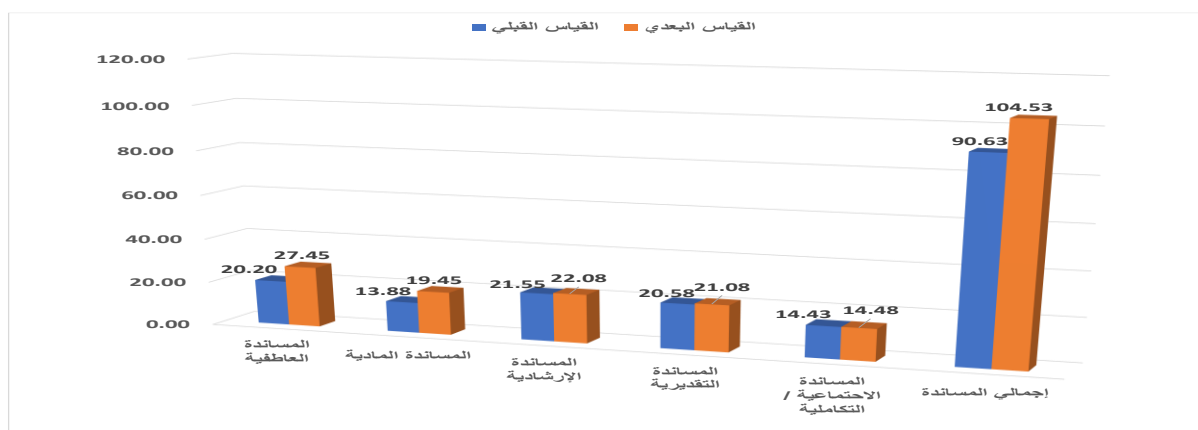
جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في المساندة الاجتماعية للمجموعة الضابطة

(ن=٤٠)

المحور	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"	حجم الأثر d لكوهين
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
المساندة العاطفية	درجة	٢٠,٢٠	٣,٨٩١	٢٧,٤٥	٤,١٨٨	*٨,٩٨٦	١,٤٢١
المساندة المادية	درجة	١٣,٨٨	٢,٦٨١	١٩,٤٥	٣,٦٣٠	*٩,٣٠٧	١,٤٧٢
المساندة الإرشادية	درجة	٢١,٥٥	٤,٤٨٩	٢٢,٠٨	٤,٥٣٧	١,٤٤٥	٠,٢٢٨
المساندة التقديرية	درجة	٢٠,٥٨	٢,٩٦٩	٢١,٠٨	٢,٤٣٣	١,٤٦٤	٠,٢٣١
المساندة الاجتماعية/التكاملية	درجة	١٤,٤٣	٢,٠٨٦	١٤,٤٨	٢,٢٩٨	٠,١٦٧	٠,٠٢٦
إجمالي المقياس	درجة	٩٠,٦٣	٧,١٩٦	١٠٤,٥٣	١٠,٤٥٤	*١١,٢٢٠	١,٧٧٤

دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,٠٢٣) حجم الأثر: صغير (٠,٢-أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥-أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨ فأكثر)



شكل (٥)

متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي في المساندة الاجتماعية للمجموعة الضابطة

يتضح من جدول (٢٠) وشكل (٥) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المساندة الاجتماعية دالة إحصائياً في اتجاه القياس البعدي، كما أن حجم الأثر كبير في محوري المساندة العاطفية، والمساندة المادية، وإجمالي المقياس وصغير في محوري المساندة الإرشادية والمساندة التقديرية وشبه منعدم في محور المساندة الاجتماعية/التكاملية (وهو في كل الحالات أصغر من حجم الأثر المقابل في المجموعة التجريبية) مما يؤكد فاعلية البرنامج المستخدم مع المجموعة التجريبية في تحسين المساندة الاجتماعية.

تشير النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المساندة الاجتماعية، حيث جاءت الفروق في اتجاه القياس البعدي، مما يدل على حدوث تحسن طفيف في مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد هذه المجموعة حتى في غياب البرنامج الإرشادي، وهو ما يمكن تفسيره بعوامل طبيعية مثل تأثير البيئة الجامعية والتفاعل الاجتماعي اليومي بين الطالبات، والذي قد يسهم بدرجة محدودة في تعزيز جوانب المساندة.

كما أظهرت النتائج أن حجم الأثر الكبير في محوري المساندة العاطفية والمساندة المادية قد يُعزى إلى كون هذه الجوانب من المساندة أكثر وضوحاً وقابلية للتبادل بين الأفراد حتى دون تدخل مباشر من البرامج الإرشادية؛ إذ تمثل المساندة العاطفية – كالاتهام، والتعاطف، والاستماع – أكثر أشكال الدعم شيوعاً في البيئات الاجتماعية القريبة مثل

الأسرة أو الزميلات (Cassel, 2019). أما المساعدة المادية فتتعلق بتقديم العون الملموس أو الموارد، وهو ما قد يحدث بشكل تلقائي في إطار العلاقات الاجتماعية الاعتيادية (Cohen & Wills, 1985).

في المقابل، لوحظ أن حجم الأثر كان صغيراً في محوري المساعدة الإرشادية والتقديرية، ويرجع ذلك إلى أن هذه الجوانب من المساعدة تتطلب مهارات تواصل فعالة وخبرات إرشادية منظمة لا تتوافر عادة في التفاعلات العادية، بل تحتاج إلى تدريب وتوجيه منظم، وهو ما وفّره البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية فقط.

أما بالنسبة لمحور المساعدة الاجتماعية/التكاملية، فقد كان حجم الأثر شبه منعدم لدى المجموعة الضابطة، وهو ما قد يعكس ضعف الشعور بالانتماء والاندماج الاجتماعي دون تدخل إرشادي ممنهج، إذ تشير الدراسات إلى أن برامج المساعدة الاجتماعية المنظمة تلعب دوراً حاسماً في بناء شبكات الدعم الاجتماعي وتعزيز الشعور بالارتباط والانتماء.

وتُظهر هذه النتائج أن جميع قيم حجم الأثر لدى المجموعة الضابطة كانت أقل من مثيلاتها لدى المجموعة التجريبية، مما يؤكد أن التحسن الحقيقي في أبعاد المساعدة الاجتماعية كان نتيجة مباشرة لتطبيق البرنامج الإرشادي القائم على المساعدة الاجتماعية، والذي ساعد على تطوير الجوانب العاطفية، والإرشادية، والتكاملية من خلال أنشطة تفاعلية وجلسات جماعية موجهة، مما أسهم في تحسين العلاقات الاجتماعية وتعزيز الدعم النفسي والاجتماعي المتبادل بين الطالبات.

ومما سبق يتضح تحقيق الفرض الثالث والذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في المساعدة الاجتماعية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي

الفرض الرابع: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً في المساعدة الاجتماعية بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

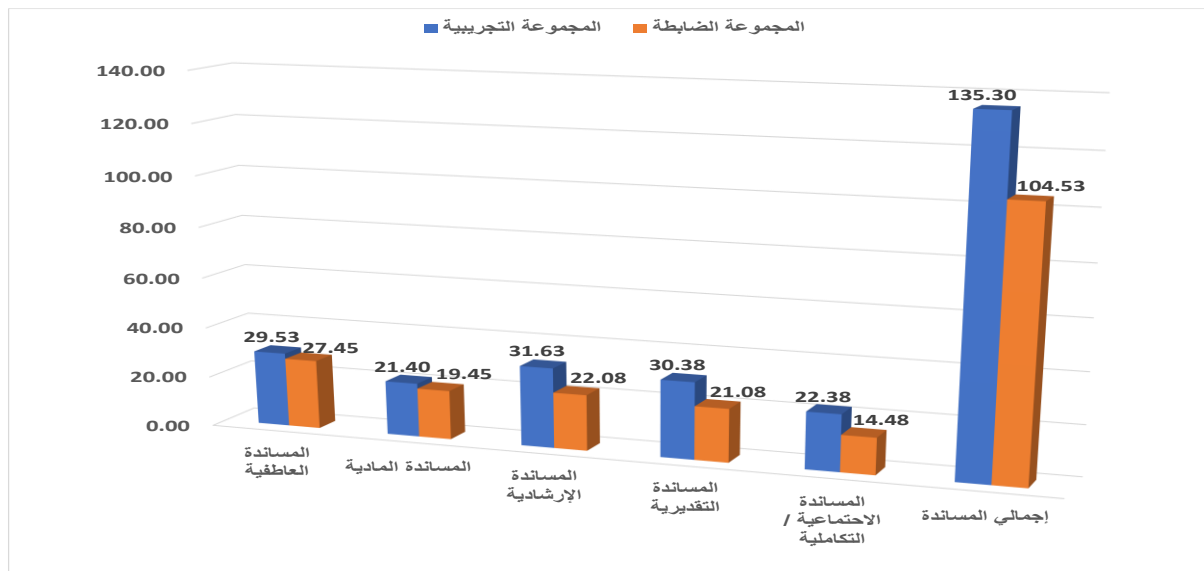
جدول (٢١)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين لمجموعتي البحث في المساعدة الاجتماعية

(ن=١٠، ن=٢٠=٤٠)

المحور	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت"	حجم الأثر d لكوهن
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
المساعدة العاطفية	درجة	٢٩,٥٣	٣,٣٨٢	٢٧,٤٥	٤,١٨٨	*٢,٤٣٨	٠,٥٤٥
المساعدة المادية	درجة	٢١,٤٠	٣,٣١١	١٩,٤٥	٣,٦٣٠	*٢,٥١٠	٠,٥٦١
المساعدة الإرشادية	درجة	٣١,٦٣	٢,٥٣٩	٢٢,٠٨	٤,٥٣٧	*١١,٦١٦	٢,٥٩٦
المساعدة التقديرية	درجة	٣٠,٣٨	٢,٣٨٢	٢١,٠٨	٢,٤٣٣	*١٧,٢٧٤	٣,٨٦٢
المساعدة التكاملية	درجة	٢٢,٣٨	٢,٦٧٦	١٤,٤٨	٢,٢٩٨	*١٤,١٦٣	٣,١٦٦
إجمالي المقياس	درجة	١٣٥,٣٠	٥,٤٠٧	١٠٤,٥٣	١٠,٤٥٤	*١٦,٥٣٧	٣,٦٩٦

* دال إحصائياً عند ٠,٠٥ (ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ١,٩٩١) حجم الأثر: صغير (٠,٢-أقل من ٠,٥) متوسط (٠,٥ - أقل من ٠,٨) كبير (٠,٨ فأكثر)



شكل (٦)
متوسطات القياسين البعديين لمجموعتي البحث في المساندة الاجتماعية

يتضح من جدول (٢١) وشكل (٦) أن الفروق بين مجموعتي البحث في نتائج القياس البعدي للمساندة الاجتماعية دالة إحصائياً في اتجاه المجموعة التجريبية، كما أن حجم الأثر كبير في جميع المتغيرات عدا محوري المساندة العاطفية والمساندة المادية حيث كان حجم الأثر متوسط مما يؤكد فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم مع المجموعة التجريبية في تنمية إدراك الطالبات المتعثرات أكاديمياً لمصادر الدعم والمساندة التي يتلقينها من المحيط الاجتماعي داخل الجامعة وخارجها.

تُفسر هذه النتائج بأن البرنامج الإرشادي عمل على تنمية الوعي لدى الطالبات بأهمية التواصل الاجتماعي، وتفعيل العلاقات الإيجابية مع الزميلات وأعضاء هيئة التدريس، مما عزز مشاعر الانتماء والتقدير الذاتي، وقلل من حدة الشعور بالعزلة أو الرفض الاجتماعي، ويتفق ذلك مع دراسة جهاد السرطاوي (٢٠١٨)، نسرين محمود (٢٠٢٠) وهي كلها عناصر ترتبط إيجاباً بمستويات المساندة الاجتماعية المدركة.

كما أن التركيز في البرنامج على المساندة العاطفية والإرشادية من خلال الجلسات الجماعية والنقاشات المفتوحة، ساعد الطالبات على التعبير عن مشاعرهن والتفاعل الإيجابي مع المواقف الأكاديمية الصعبة، مما انعكس على تحسن مؤشرات التوافق الاجتماعي والأكاديمي معاً، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة فاطمة عبد الرحيم (2019) التي أكدت أن المساندة الاجتماعية تساهم في تعزيز المرونة النفسية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، ومع دراسة Alharbi & Smith (2018) التي بينت أن الدعم الاجتماعي يساهم في خفض الضغوط الأكاديمية وتحسين الأداء الدراسي للطلبة ذوي التحصيل المنخفض.

كما تشير نتائج الدراسة إلى أن المجموعة الضابطة لم تحقق سوى تحسن محدود في بعض الأبعاد، ويرجع ذلك غالباً إلى الخبرات العادية التي قد يكتسبها الأفراد خلال المدة الزمنية بين القياسين دون تدخل مباشر، مما يؤكد أن التحسن الحقيقي كان ناتجاً عن البرنامج الإرشادي وليس عوامل خارجية. وهذا يتفق مع ما ذكره Sarason & Pierce (1990) من أن فعالية المساندة الاجتماعية تتعزز عندما تكون مقصودة ومنهجية من خلال تدخلات إرشادية محددة الأهداف.

ويلاحظ كذلك أن أكبر تأثير للبرنامج كان في بُعدي المساندة التقديرية والمساندة الاجتماعية التكاملية، حيث ساهمت الجلسات الإرشادية في بناء الثقة بالنفس وإشراك الطالبات في أنشطة جماعية عززت الإحساس بالانتماء للبيئة الجامعية، وهو ما أشار إليه Cohen & Wills (1985) في نظريتهم حول "فرضية العازل (Buffering Hypothesis) التي ترى أن المساندة الاجتماعية تعمل كعازل نفسي يخفف أثر الضغوط ويساعد الفرد على التكيف الأفضل مع المواقف الصعبة.

بناءً على ذلك، يمكن القول إن البرنامج الإرشادي القائم على المساندة الاجتماعية قد أثبت فاعليته بوضوح في تحسين مستويات المساندة الاجتماعية المدركة لدى الطالبات المتعثرات أكاديمياً، مما يعزز فرص نجاحهن الأكاديمي وتكيفهن النفسي والاجتماعي داخل الجامعة.

ومما سبق يتضح تحقق الفرض الرابع والذي ينص على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات المتعثرات أكاديمياً في المساندة الاجتماعية بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

الاستخلاصات والتوصيات :

الاستخلاصات :

في ضوء نتائج التحليل الإحصائي والمناقشة النظرية، يمكن استخلاص ما يلي:

١. فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على المساندة الاجتماعية في تحسين مستوى المساندة الاجتماعية بجميع أبعادها (العاطفية، المادية، الإرشادية، التقديرية، والتكاملية) لدى الطالبات المتعثرات أكاديميًا، مقارنة بالمجموعة الضابطة، وهو ما يدل على أثر إيجابي مباشر للبرنامج في تنمية وعي الطالبات بمصادر الدعم الاجتماعي داخل الجامعة وخارجها.
٢. وجود تحسن ملحوظ في التكيف الاجتماعي والأكاديمي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، مما يعكس الدور المهم للمساندة الاجتماعية في خفض مستويات القلق والتوتر المرتبطة بالتعثر الأكاديمي، وتعزيز مشاعر الانتماء والتقبل داخل البيئة الجامعية.
٣. أظهرت النتائج أن حجم الأثر كان كبيرًا في معظم محاور المساندة الاجتماعية، مما يدل على قوة البرنامج في إحداث تغيير فعال ومستدام في العلاقات الاجتماعية والتفاعل الإيجابي بين الطالبات.
٤. تشير النتائج إلى أن العلاقات الاجتماعية التبادلية داخل الجامعة تمثل مصدرًا رئيسيًا للدعم النفسي والعاطفي، وأن تفعيلها من خلال الإرشاد الجماعي يسهم في رفع مستوى التقدير الذاتي والانتماء المؤسسي لدى الطالبات.
٥. أكدت الدراسة أن المساندة الاجتماعية تمثل مدخلًا فعالاً لتحسين الأداء الأكاديمي والتوافق النفسي، كونها تسهم في تعزيز الثقة بالنفس، والإحساس بالكفاءة الشخصية، وتخفيف مشاعر العزلة أو الفشل.

التوصيات

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج، توصي الباحثة بما يلي:

١. تعميم تطبيق البرامج الإرشادية القائمة على المساندة الاجتماعية في الجامعات، خاصة بين فئات الطالبات المتعثرات أكاديميًا أو اللاتي يواجهن صعوبات في التكيف مع البيئة الجامعية.
١. إدماج مفاهيم المساندة الاجتماعية والانتماء الجامعي ضمن الخطط والأنشطة الإرشادية ومراكز الإرشاد الأكاديمي، لتصبح جزءًا من برامج التنمية النفسية والاجتماعية للطالبات.
٢. تدريب المرشدات الأكاديميات وأعضاء هيئة التدريس على مهارات تقديم المساندة الاجتماعية، وخاصة الإرشادية والتقديرية، لما لها من أثر واضح في تحفيز الطالبات على تحسين أدائهن الأكاديمي.
٣. تعزيز التواصل بين الأسرة والجامعة عبر لقاءات ودورات إرشادية، لرفع وعي أولياء الأمور بأهمية الدعم الأسري في نجاح الطالبات أكاديميًا ونفسيًا.
٤. إجراء مزيد من البحوث المستقبلية حول أثر المساندة الاجتماعية على متغيرات أخرى مثل الدافعية للتعلم، جودة الحياة الجامعية، والرضا الأكاديمي، باستخدام عينات مختلفة وبيئات جامعية متعددة للتحقق من تعميم النتائج.

المراجع

أولا المراجع العربية

١. ابتسام محمود محمد (٢٠٠٩) : المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، بحث منشور، دارصفاء للنشر والتوزيع، القاهرة.
٢. إيمان عبد الوهاب محمد (٢٠١٩) : الطلاب الوافدون وآليات التكيف الثقافي والأكاديمي: دراسة ميدانية في بعض الجامعات الحكومية والخاصة. مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس .
٣. إيمان عبد الرحمن. (٢٠٢١) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي والاجتماعي لدى طالبات الجامعة. المجلة التربوية، جامعة القاهرة.
٤. جهاد عبد الله السرطاوي (٢٠١٨) : المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعات الأردنية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين .
٥. رحاب عبد الله (٢٠١٩): أثر الدعم الاجتماعي في التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة الجامعية. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس.
٦. سارة أحمد عبد الحميد (٢٠٢٠) : دور المساندة الاجتماعية في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس ٤٤ (١) ، ٢١٢ - ٢٣٥
٧. عائشة بنت محمد الغامدي (٢٠٢٠) : العلاقة بين التعثر الأكاديمي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات الجامعة ، مجلة الملك عبد العزيز ٣٧ (١) ، ٣٣ - ٥٣
٨. فاطمة الخالدي (٢٠٢٠): التفاعل الاجتماعي وعلاقته بمفهوم الذات والتكيف لدى طالبات الجامعة. مجلة جامعة أم القرى.
٩. فاطمة محمد عبد الرحيم (٢٠١٩) الدعم الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. مجلة البحوث النفسية، جامعة عين شمس.
١٠. فاطمة محمود حسين (٢٠١٨) : التكيف الاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أسيوط
١١. فرج علي الفقيه عبد العاطي (٢٠٢١) : المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاندماج الاجتماعي لدى الشباب الجامعي . مجلة كلية الآداب، جامعة طنطا.
١٢. محمد صبري الحوت ، ناهد عدلى شاذلي (٢٠٠٧) : التعليم والتنمية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
١٣. منى أحمد عبد الرحمن (٢٠٢٠) : البيئة الجامعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، جامعة القاهرة ، ٢٨ (٣) ، ١٢٢ - ١٤٠ .
١٤. منى الحربي (٢٠٢١) فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم الاجتماعي في خفض العزلة الاجتماعية لدى طالبات الجامعة. مجلة التربية وعلم النفس، جامعة الإمام محمد بن سعود.
١٥. منى الشايب (٢٠١٩): التكيف الاجتماعي لدى طالبات الجامعة وعلاقته بالدعم الاجتماعي. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة الزقازيق
١٦. منى عبد الرحمن يوسف (٢٠٢٢) : دور الارشاد الاكاديمي في تحسين التكيف الجامعي لدى الطالبات . مجلة التربية الحديثة ١٢ (٤) ، ٢٢١ - ٢٤٥
١٧. نجلاء محمد الشهابي (٢٠١٩) : المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية لدى طلبة الجامعة مجلة العلوم التربوية والنفسية ١٧ (٢) ١٤٥-١٦٧ .
١٨. ندى الخطيب (٢٠٢٢) : المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة الملك سعود.
١٩. نسرين محمود عبد الله (٢٠٢٠) : فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مهارات التكيف الأكاديمي لدى الطالبات المتعثرات أكاديميًا. مجلة كلية التربية، جامعة المنوفية.
٢٠. هبة عبد القادر (٢٠٢١) : فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم الاجتماعي في خفض الضغوط النفسية وتحسين التوافق الجامعي. مجلة دراسات نفسية وتربوية، جامعة الإسكندرية.
٢١. هدى حسني الشايب (٢٠١٩) : التكيف الاجتماعي للطلبات المغتربات بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية: دراسة اجتماعية. مجلة كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية.

ثانيا المراجع الأجنبية

22. Abecia, D. R., Samong, M., Abella, L.L, Balamero, F, Tamayo, A, & Gabronino, R.(2014).Measuring Happiness of University Students. *American Journal of Social Sciences*,2(3).43-48.
23. Alharbi, E., & Smith, A. (2018). *Social support and academic achievement among university students: The role of psychological well-being*. International Journal of Higher Education, 7(3), 1-11.
24. Ayre, C., & Scally, A. J. (2013). Critical values for Lawshe's content validity ratio: Revisiting the original methods of calculation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 47(1), 79-86. doi:10.1177/0748175613513808
25. Brownwell, A. & Shumaker, S. (2011). Social Support an Introduction to Acomplex Phenomenon. *Journal in Social , Issues*, Vol. (40). NO. (4), 1-9.

26. Cassel, J. (2019). The Contribution of the Social Environment to Host Resistance. *American Journal of Epidemiology*, 188(9), 1670–1682.
27. Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). *Stress, social support, and the buffering hypothesis*. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
28. Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2021). *Emotional intelligence and social adaptation: The mediating role of social support and self-esteem*. *Personality and Individual Differences*, 168, 110379
29. Lance, C. E., Butts, M. M., & Michels, L. C. (2006). The sources of four commonly reported cut-off criteria: What did they really say? *Organizational Research Methods*, 9(2), 202-220. doi:10.1177/1094428105284919
30. Lakens, D. (2013). Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative science: a practical primer for t-tests and ANOVAs. *Frontiers in Psychology*, 4, 1-12. doi:10.3389/fpsyg.2013.00863
31. Pritchard, ME & Wilson, GE (2007) : What predicts adjustment among college students? A longitudinal panel study *Journal of American College* - Taylor & Francis, Volume 56, Issue 1, Published online: 07 Aug 2010.
32. Sarason, I. G., & Pierce, G. R. (1990). Social support: The sense of acceptance and the role of relationships. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social support: An interactional view* (pp. 97–128). Wiley.
33. Sarason, I., & Sarason, B. (2009). *Social support: Theory, research and applications*. Springer.
34. Townsend, J. C. (2010). *The moderating role of social support on the relationship of perceived stress and life satisfaction of psychology graduate students* (Doctoral dissertation, University of Kansas).
35. Yoldascan, E., Ozenli, Y., Kutlu, O., Topal, K., & Bozkurt, A. I. (2009). Prevalence of obsessive-compulsive disorder in Turkish university students and assessment of associated factors. *BMC psychiatry*, 9(1), 1-8.
36. Yıldırım, M., & Tanrıverdi, F. (2020). *Social support and academic adjustment among university students: The mediating role of self-efficacy*. *Journal of Education and Learning*, 9(3), 123–135.
37. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (2019). The multidimensional scale of perceived social support (MSPSS): A psychometric evaluation. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 127–135.

المخلص

فاعلية برنامج إرشادي قائم على المساندة الاجتماعية في تحسين التكيف الاجتماعي للطلّابات المتعنّثات أكاديمياً

أ.م.د. دينا إبراهيم محمد كشك

أستاذ مساعد

بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية
كلية علوم الرياضة للبنات – جامعة الاسكندرية.

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على المساندة الاجتماعية في تحسين التكيف الاجتماعي لدى الطالبات المتعنّثات أكاديمياً ، استخدمت الباحثة استخدمت المنهج التجريبي بإتباع أحد تصميماته وهو القياسين (القبلي والبعدي) للمجموعة التجريبية الواحدة لملائمته لطبيعة البحث، تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية على الطالبات المتعنّثات دراسيا بالمستوى الثاني بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية وعددهم (١٢٠) طالبة ، واشتملت عينة البحث على عدد (١٠٠) طالبة تم تقسيمهم إلى عدد (٢٠) طالبة لتقنين أدوات البحث ، عدد (٤٠) طالبة للمجموعة التجريبية ، عدد (٤٠) طالبة للمجموعة الضابطة وقد استخدمت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التكيف الاجتماعي كأدوات رئيسية لجمع البيانات بعد التحقق من صدقهما وثباتهما.

أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع أبعاد المساندة الاجتماعية لصالح القياس البعدي، كما وُجدت فروق دالة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية. وقد كان حجم الأثر كبيراً في أغلب المحاور، مما يؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تحسين إدراك الطالبات لمصادر الدعم والمساندة الاجتماعية داخل الجامعة وخارجها. كما بينت النتائج أن البرنامج الإرشادي أسهم في رفع مستوى التكيف الاجتماعي لدى الطالبات، من خلال تزويدهن بالخبرات والمهارات الاجتماعية اللازمة للتفاعل الإيجابي مع الآخرين، وتقوية روابط الدعم مع الزميلات والأساتذة والأسرة.

Summary

The Effectiveness of a Counseling Program Based on Social Support in Improving Social Adjustment among Academically Underachieving Female Students

Prof.Asst.Dr. Dina Ebrahim Mohamed Keshk

Assistant Professor

Department of Educational, Psychological and Social Sciences

Faculty of Sport Science for Girls,Alexandria University

The present study aimed to identify the **effectiveness of a counseling program based on social support in improving social adjustment among academically underachieving female students**. The researcher employed the **experimental method**, following one of its designs — the **pre-test and post-test for one experimental group**, due to its suitability for the nature of the study.

The study sample was **intentionally selected** from academically underachieving students in the second year at the Faculty of Physical Education for Girls, Alexandria University, with a total of (120) students. The research sample included (100) students, divided as follows: (20) students for the standardization of research tools, (40) students for the experimental group, and (40) students for the control group. The researcher used the **Social Support Scale** and the **Social Adjustment Scale** as the main tools for data collection after verifying their validity and reliability.

The results revealed **statistically significant differences between the pre- and post-measurements of the experimental group** in all dimensions of social support in favor of the post-measurement. Additionally, there were **significant differences between the experimental and control groups** in the post-test results, favoring the experimental group. The **effect size was large** in most dimensions, confirming the **effectiveness of the counseling program** in enhancing students' perception of social support sources both inside and outside the university.

Furthermore, the findings indicated that the counseling program contributed to **raising the level of social adjustment** among the students by providing them with the necessary social skills and experiences for positive interaction with others, and by strengthening their support networks with peers, faculty members, and family, which positively reflected on their psychological and academic stability.