**التنبوء بالأداء الاكاديمى والتوافق النفسى من خلال توجهات الأهداف وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط الاكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة.**

**إعــداد**

|  |  |
| --- | --- |
| الأستاذ الدكتور | الأستاذ الدكتور |
| **محمود عوض الله سالم**  أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوى وعميد كلية التربية- جامعه بنها السابق | **رمضان محمد رمضان**  أستاذ علم النفس التربوى  ووكيل كلية التربية – جامعه بنها السابق |
| **سيد محمدي صميدة حسن**  مدرس علم النفس التربوى المساعد  كلية التربية – جامعه بنها | |

وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية فى التساؤل الرئيس التالى:

هل يمكن التنبؤ بالأداء الأكاديمى والتوافق النفسى لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال توجهات أهدافهم وأستراتيجيات المواجهة التى يستخدمونها فى مواجهة الضغوط الأكاديمية؟

**ومنة تتفرع التساؤلات التالية:**

* هل يمكن التنبؤ بالمعدل التراكمى للدرجات التحصيلية للمشاركين من خلال توجهات أهدافهم ( هدف الأتقان/ أقدام، هدف الأتقان/ إحجام، هدف الأداء/ أقدام، هدف الأداء/ إحجام)؟.
* هل يمكن التنبؤ بالإيجابية كأحد وجهى التوافق النفسى للمشاركين من خلال توجهات أهدافهم ( هدف الأتقان/ أقدام، هدف الأتقان/ إحجام، هدف الأداء/ أقدام، هدف الأداء/ إحجام)؟.
* هل يمكن التنبؤ بالتواؤمية كأحد وجهى التوافق النفسى للمشاركين من خلال توجهات أهدافهم ( هدف الأتقان/ أقدام، هدف الأتقان/ إحجام، هدف الأداء/ أقدام، هدف الأداء/ إحجام)؟.
* هل يمكن التنبؤ بالمعدل التراكمى للدرجات التحصيلية للمشاركين من خلال أستراتيجيات المواجهة المستخدمة ( أستراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة- أستراتيجيات المواجهة القائمة على الإنفعال)؟.
* هل يمكن التنبؤ بالإيجابية كأحد وجهى التوافق النفسى للمشاركين من خلال أستراتيجيات المواجهة المستخدمة ( أستراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة- أستراتيجيات المواجهة القائمة على الإنفعال)؟.
* هل يمكن التنبؤ بالتواؤمية كأحد وجهى التوافق النفسى للمشاركين من خلال أستراتيجيات المواجهة المستخدمة ( أستراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة- أستراتيجيات المواجهة القائمة على الإنفعال)؟.

**أهداف الدراسة:**

**تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الاهداف التالية:-**

* التنبؤ بالمعدل التراكمى للدرجات التحصيلية للمشاركين من خلال توجهات أهدافهم:( هدف الأتقان/ أقدام، هدف الأتقان/ إحجام، هدف الأداء/ أقدام، هدف الأداء/ إحجام).
* التنبؤ ببعدى التوافق النفسى " الإيجابية و التواؤمية " للمشاركين من خلال توجهات أهدافهم ( هدف الأتقان/ أقدام، هدف الأتقان/ إحجام، هدف الأداء/ أقدام، هدف الأداء/ إحجام).
* التنبؤ بالمعدل التراكمى للدرجات التحصيلية للمشاركين من خلال أستراتيجيات المواجهة المستخدمة ( استراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة- استراتيجيات المواجهة القائمة على الإنفعال).
* التنبؤ ببعدى التوافق النفسى " الإيجابية و التواؤمية " للمشاركين من خلال استراتيجيات المواجهة المستخدمة ( استراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة- استراتيجيات المواجهة القائمة على الإنفعال).

**أهمية الدراسة:**

**أولاً: الاهمية النظرية:**

**تكمن الأهمية النظرية للدراسة الحالية فى أنها:**

* تدعم التصورات النظرية المرتبطة بالنموذج الرباعى لتوجهات الأهداف والتى لم تنل الحظ الوافر من البحث والدراسة فى البيئة العربية.

**ثانياً: الاهمية التطبيقية:**

**تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية فى أنها:**

* تسعى إلى جذب إنتباه القائمين على العملية التعليمية إلى أهمية كل من: توجهات أهداف المتعلمين، وطبيعة الإستراتيجيات المستخدمة فى مواجهة الضغوط المدرسية عند صياغة وتشكيل المقررات والبرامج الدراسية.
* تساعد القائمين على العملية التعليمية فى التعرف بعض المتغيرات ذات التأثير على التوافق النفسى والأداء الأكاديمى للمتعلمين، وانعكاساتها فى إعداد البرامج التدريبية لتحسين الاداء الاكاديمى.

**مصطلحات الدراسة:**

**الأداء الأكاديمىAcademic Performance :**

ويعرف على أنه " مؤشراً لمدى إستيعاب المتعلم لما أكتسبة من خبرات سابقة ويقاس بالمعدل التراكمى لدرجات المشاركين خلال الفصل الدراسى الأول للعام الجامعى (2009/ 2010م)".

**التوافق النفسى Psychological Well-Being:**

يعرف صلاح مخيمر (1981) التوافق النفسى على أنه " الرضا بجنبات الواقع التى تنغلق على التغير، ولكن فى سعى دائب لا يتوقف لتخطى جنبات الواقع التى تنفتح للتغير مضياً بها قدماً على طريق التقدم والصيرورة، فالتوافق ديالكتيكية تتراوح ما بين نقيضين، ما بين المألوف بعاداتة والجديد بمرونتة وذكائه، ما بين الاستاتية العاجزة لرضى القناعة، ودينامية التحرك الدائب بين اللارضا والرضا الحقيقى، بين سلبية الإستسلام فى تسامح تجاة ما يستحيل على التغير، والإيجابية فى إبتكار لما ينفتح للتغير".

**ويتضمن التوافق بعدين رئيسين هما:**

1- بُعد الإيجابية ويتضمن:

* الرضى الحقيقى: هو حالة من السعى الدائب الذى لا يتوقف تنتاب الفرد عقب شعورة بالإرتياح المؤقت لتحقيق هدف ما.
* الإيجابية الخصبة: وتعنى ثقة الفرد بنفسه وبقدرته على إتخاذ القرار، والمضى به وبالاخرين -إن لزم الامر- إلى حيز التنفيذ فى تحمل المسئولية التى تترتب عليه.
* الإيجابية الخلاقة: وتعنى سعى الفرد الدائب لتخطى الصعاب، وميلة للمخاطرة ومواجهة المواقف الغير مالوفه بشكل جديد .

2- بُعد التواؤمية ويتضمن:

* المسايرة: وتعنى ميل الفرد إلى التنازل المؤقت لضغوط الأخرين الصريحة أو الضمنية عن تسامح منه؛ مع تحمل نقدهم وتقبل نصائحهم وإظهار الإلتزام بتوجيهاتهم.
* خفض التوتر: ويعنى سعى الفرد إلى تقليل حدة التوتر فى المواقف الباعثه عليه.
* رضى القناعة: وتعنى حالة من الشعور بالإرتياح تنتاب الفرد عند تحقيقة لمكسب بسيط على الرغم من إمكانية حصولة على مكسب أكبر ( وليد القفاص، 2007).

**توجهات الأهداف Goal Orientations :**

ويعرف إمس (Ames,1992) توجهات الأهداف على أنها أنماط دافعية متباينة الخصائص تستدعى بواسطة مطالب بيئية أو تعليمية مختلفة، وتنشط عندما يتبنى الفرد هدفاً بعينة.

وهناك أربعة أشكال لتوجهات الأهداف فى أطار النموذج الرباعى هى:

- هدف الإتقان/ إقدام: ويكون التركيز فيها على الإتقان والتعلم والفهم وتطوير الكفاءة، ويستخدم الفرد مجموعة من المحكات للتعرف على تحسن الذات، ومدى التقدم، والفهم العميق.

- هدف الإتقان/إحجام: ويكون التركيز فيها على تجنب الفهم الخاطئ وتجنب الفشل فى التعلم أو عدم الاتقان، ويستخدم الفرد مجموعة من المحكات فى التعرف على الخطأ، وأداء المهمة بصورة خاطئة.

- هدف الأداء/ إقدام: ويكون التركيز على التفوق على الآخرين، وإظهار القدرة مقارنة بالاخرين، ويستخدم الفرد مجموعه من المحكات أو معايير المقارنة: كالحصول على أعلى الدرجات و الظهور أفضل من الآخرين.

- هدف الأداء/ إحجام: ويكون التركيز على تجنب الدونية أو الظهور بمظهر الغباء مقارنةً ب الآخرين، ويعتمد الفرد على إستخدام معايير المقارنة لتجنب الحصول على أدنى الدرجات أو الظهور كأدنى من الآخرين) Pintrich.,2000 ).

**استراتيجيات المواجهةCoping Strategies :**

ويشير لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 1984) إلى أن المواجهة تعنى: الكيفية التى يستجيب بها الفرد للأحداث الضاغطة، وهناك طريقتين لمواجهة مسببات الضغوط هما:

- استراتيجيات تتجه صوب الانفعالات او المشاعر الذاتية وتسمى استراتيجيات المواجهة القائمة على الانفعال.

- استراتيجيات تتجه صوب المهمة/ المشكلة وتسمى استراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة.

**أولاً:المواجهة القائمة على المشكلة Problem-Focus Coping**

واستراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة هى تلك الاستراتيجيات التى تتجه بصورة مباشرة إلى تغير الموقف المشكل فى محاولة للتحكم فى الارتباك والتوتر الانفعالي الناتج عن ذلك الموقف.

**ثانياً: المواجهة القائمة على الانفعال Emotion-Focus Coping**

فى بعض الاحيان توظف استراتيجيات المواجهة فى زيادة الخبرات الانفعالية المرتبطة بالموقف المشكل، مثل: محاولات الآباء والمربين فى تعبئة الطالب بالعديد من الخبرات الانفعالية التى تهدف إلى زيادة قدرتة على التنافس، وتحقيق أعلى الدرجات فى ميدان المنافسة (Rijavec & Loncaric, 2006).

**عينة الدراسة:**

**أولاً: العينة الاستطلاعية:**

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (80) طالباً وطالبةً من طلاب الفرقة الأولى بكلية العلوم- جامعه بنها، منهم ( 34 ) طالباً، و( 46) طالبة، بمتوسط عمر زمنى (18.917) سنه، وإنحراف معيارى (0.58).

**ثانياً: العينة النهائية:**

تكونت عينة الدراسة من ( 150) طالباً وطالبةً من طلاب الفرقة الفرقة الأولى بكلية العلوم/ جامعه بنها؛ من المقيدين بنظام الساعات المعتمدة بالفصل الدراسى الثانى، للعام الجامعى 2009/ 2010م، من متوسطى التحصيل الدراسى؛ حيث تتراوح معدل درجاتهم التحصيلية بالفصل الدراسى الأول ما بين ( 2.02- 2.63) درجة، منهم ( 22 ) طالب، و (128) طالبة، بمتوسط عمر زمنى( 18.925) سنه، وإنحراف معيارى ( 0.63).