

# **التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة**

**Adjustment with university life and its relationship to self-  
regulation among university students**

**دكتور / أحمد خليفة أحمد يونس**

مدرس بقسم خدمة الفرد

كلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان



### ملخص:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، واستهدفت التعرف على مستوى التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي والعلاقة بينهما، وكذلك علاقتهما ببعض المتغيرات الشخصية والدراسية لدى عينة من طلبة الجامعة تم اختيارها بطريقة عشوائية مكونة من (٤٠٢) طالب وطالبة، وطبقت أدوات الدراسة بعد التأكد من صدقها وثباتها والحصول على موافقة لجنة أخلاقيات البحث العلمي بجامعة المجمعة وهي: مقياس التوافق مع الحياة الجامعية إعداد (١٩٨٤) Baker, & Siryk ترجمة علي (٢٠٠٢) ومقياس التنظيم الذاتي إعداد (2007) Moilanen, ترجمة عبد الهادي (٢٠١٨)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن عينة الدراسة لديها توافق مع الحياة الجامعية وتنظيم ذاتي بدرجة متوسطة، ولا توجد علاقة دالة إحصائية بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي، كما لا توجد فروق في التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي بشكل عام بين الذكور والإناث وبين طلبة الكليات العلمية والإنسانية، وتوصي الدراسة بالتوسع في الدراسات التي تربط بين التوافق مع الحياة الجامعية والسمات والمهارات الشخصية، كذلك وضع الأخصائي الاجتماعي برامج للتدخل المهني لتنمية التوافق والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة.

**الكلمات المفتاحية:** التوافق مع الحياة الجامعية، التنظيم الذاتي، طلبة الجامعة.

### Abstract:

This study based on the descriptive analytical method, and aimed to identify the level of adjustment with university life and self-regulation and the relationship between them, as well as their relationship to some personal and academic variables among a randomly selected sample of university students consisting of (402) students. applied the instruments after making sure of their validity and reliability, and getting the approval of the Scientific Research Ethics Committee at Majmaah University, which are: A scale of adjustment with university life prepared by Baker, & Siryk (1984), translated by Ali (2002) and a scale of self-regulation prepared by Moilanen, (2007). Translated by Abd al-Hadi (2018), The results of the study indicated that the study sample has adjustment with university life and self-regulation in a medium degree, and there is a no statistically significant relationship between adjustment with university life and self-regulation, and there are no differences in adjustment with university Life and self-regulation in general between (males and females) and between (Students of scientific and humanities faculties), and the study recommends expanding studies that relate compatibility with university life and personal traits and skills. The social worker also developing

programs for professional intervention to develop adjustment and self-regulation among university students.

**Keywords:** *Adjustment to University Life, self-regulation Students University.*

#### مقدمة:

يهتم المتخصصين في الخدمة الاجتماعية والعلوم النفسية والاجتماعية بدراسة التوافق لما له من أهمية كبرى في تحقيق الصحة النفسية، فينظر للتوافق على أنه مرادف للصحة النفسية أو على الأقل أنه من أهم مؤشراتنا (فهمي، ١٩٩٥، ص. ١٨) (عبد الفتاح، ١٩٩٠، ص. ٥٧) (العيسوي، ٢٠٠٠، ص. ١٩٧).

إن عملية التوافق قديمة قدم الإنسانية على الأرض، فالإنسان لديه قدرة أكبر على التوافق مع المواقف الجديدة من الكائنات الحية الأخرى. (Noor, & Gul, 2013, P. 36)

وقد أشار داود إلى أن التوافق مفهوم خاص بالإنسان لسعيه في تنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباط وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية أو السواء أو الانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي العمل وفي التنظيمات التي ينخرط فيها. (داود، ١٩٨٨، ص. ٣٥)

وتظهر قدرة الفرد على التوافق من خلال سلوكياته ومشاعره المتناسقة بشكل جيد، بحيث إن الفرد يشارك في عملية غنية مستمرة لتنمية وتطوير إمكاناته والتفاعل معها وبالتالي تغيير البيئة بصورة صحية (Noor, 2013, p.36).

لذا فإن التوافق يوصف بأنه عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوافق بين الفرد وبيئته، فهذا يضمن للفرد إشباع حاجاته وتحقيق متطلبات البيئة. (زهرا، ٢٠٠٥، ص. ٢٧)

ويمر الإنسان في حياته بمراحل ومواقف عدة من بينها المرحلة الجامعية، والجامعة تُعدّ مناخ جديد وبيئة جديدة يتحتم على الطلبة أن يتوافقوا لها التوافق السليم إذ أن التوافق مع الحياة الجامعية مطلب أساسي لنجاح الطلبة واستمرارهم بالدراسة الجامعية. (ويس، ٢٠١٠، ص. ١٢٠)

وللتوافق مع الحياة الجامعية أهمية بالغة وتأثير إيجابي كبير على الطالب في فترة مهمة من حياته وليست بقصيرة فتكون في بعض الكليات أربع سنوات وتصل إلى سبع سنوات في كليات أخرى، وتبدأ مؤشرات في السنة الأولى فأشارت دراسة Jean (٢٠١٠)

أن التسرب من الجامعة وخاصة في السنة الأولى يرتبط ارتباطاً عكسياً بالتوافق الاجتماعي للطالب. كذلك يؤكد بكر (٢٠١٥) أن سوء التوافق مع الحياة الجامعية يؤدي إلى مشكلات في الصحة النفسية والمستوى الدراسي.

وعند استعراض الدراسات السابقة نجد أن هناك مجموعة ليست بقليلة من الدراسات السابقة في مختلف الدول العربية اهتمت بالبحث عن مدى وجود توافق لدى الطلاب مع الحياة الجامعية، ومدى وجود علاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية وبعض المتغيرات الديموجرافية كالجنس والفرقة الدراسية ونظام الدراسة (تعليم مفتوح - تعليم نظامي) والمعدل التراكمي، تعليم الوالدين، مستوى الدخل الشهري، نوع الدراسة (الكليات العملية - الكليات النظرية)، وتوصلت هذه الدراسات إلى وجود توافق لدى الطلبة مع الحياة الجامعية بمستوى يتراوح من المتوسط إلى العالي، وتباينت في نتائجها في إثبات وجود أو عدو وجود علاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والمتغيرات الديموجرافية. (الريدي، ٢٠١٢)، (عبد اللا، ٢٠١٢)، (الرشكعة، ٢٠١٣)، (حجو، ٢٠١٥)، (الرفوع، ٢٠١٧)، و (قشمر، ٢٠١٩).

وتشير عديد من الدراسات التي تناولت موضوع التوافق مع الحياة الجامعية إلى أن تحول الطلاب إلى الجامعة يُعد تجربة صعبة للكثير منهم، حيث إنهم يتفاعلون عند انضمامهم للجامعة مع بيئة جديدة عليهم، وهذا قد يؤدي لحدوث بعض الصعوبات التي تعيق تقدمهم وبالتالي تؤدي هذه الصعوبات إلى عدم التوافق مع الحياة الجامعية والذي ينعكس سلباً على أدائهم الأكاديمي وتفاعلهم الاجتماعي مع الآخرين. (الريدي، ٢٠١٢، ص. ٤٣١)

إن الدراسات النفسية والاجتماعية لا تنصب على السلوك ذاته أو على التوافق نفسه بل تدور حول كيفية الوصول إلى التوافق وطبيعة العمليات التي يتم بواسطتها التوافق أو عدم التوافق. (الداهري، ٢٠٠٨، ص. ٦٤)

ومن الواضح أن العاملين الرئيسيين المشاركين في عملية التوافق هما البيئة والفرد (Julia, & Veni، ٢٠١٢).

فتناولت بعض الدراسات العوامل البيئية التي ترتبط إيجابياً بالتوافق مع الحياة الجامعية وكذلك لها دور وتسهم في إحداث هذا التوافق، مثل الشعور بالانتماء (صبحي، علي، و حامد ٢٠١٥) والمساندة الاجتماعية، وتكوين صداقات (علي، ٢٠٠٠).

(Wilcox, Winn, & Fyvie - Gauld, 2005).

ويركز الباحث في هذه الدراسة على ما يتعلق بالفرد وسماته الشخصية ومهاراته وقدراته التي تسهم في إحداث عملية التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة. فيرى فهمي (١٩٩٥) أنه من أسس التوافق أنه يقوم على أمر هام، هو أن يكون الشخص قادر على توجيه حياته توجيهاً ناجحاً بحيث تشبع حاجاته المختلفة مع عدم إعاقة إشباع الحاجات المشروعة للآخرين، فالتوافق لدى الفرد يتم عن طريق بعض الوظائف النفسية (فهمي، ١٩٩٥، ص. ٣٦ - ٤٣).

وفي هذا الإطار نجد أن هناك مجموعة أخرى من الدراسات السابقة أكثر عمقاً كان هدفها هو البحث في مدى وجود علاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية وبعض السمات والمهارات الشخصية، فتشير دراسة محمد (١٩٩٢) إلى وجود علاقة ارتباطية بين التوافق مع الحياة الجامعية والسمات الشخصية التي تتسم بالقوة الإيجابية والنضج والثبات الانفعالي.

وتؤكد دراسة كلا من محمود (١٩٨٦)، البازيدي (٢٠١٧)، ونيس (٢٠٢٠)، وصادق (٢٠١٩) على وجود علاقة بين فاعلية الذات والتوافق النفسي والاجتماعي والتوافق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

كما توصلت دراسة Ramos - Sánchez, & Nichols (٢٠٠٧) إلى أن الكفاءة الذاتية العالية ترتبط بالتوافق الأفضل مع الحياة الجامعية. وتشير دراسة أبو هين (٢٠٠١) إلى وجود علاقة إيجابية بين تقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية.

وتوصلت دراسة الشريدة (٢٠١٦) إلى أن الثقة بالنفس تقوم بدور مُعدّل للعلاقة بين الرضا عن الحياة والتوافق مع الحياة الجامعية، فتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين الرضا عن الحياة والتوافق مع الحياة الجامعية وأن هذه العلاقة ترتفع كلما ارتفعت درجة الثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة.

وقدرات التنظيم الذاتي تُعد أحد المجالات الهامة للنضج Park, Edmondson, & Lee (٢٠١٢). ووفقاً ل Williams et al (٢٠٠٨) فإن التنظيم الذاتي يتضمن القدرة على تعديل العواطف والأفكار والسلوكيات التي تساعد بمرور الوقت على زيادة التكيف لإحداث التوافق.

ويؤكد Abdullah, Elias, & Mahyuddin (٢٠١٠) أن القدرة على التوافق بين الطلاب الجامعيين الجدد تعتمد كثيراً على جهودهم في التكيف بالإضافة إلى استراتيجيات المواجهة المستخدمة للتعامل مع التحديات والمطالب التي تواجههم في الحرم الجامعي.

ويعتقد العالم Fromm أن الشخصية المتوافقة هي التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة، و أن تكون مستقبلة للآخرين، ومنفتحة عليهم، ولديها قدرة على التحمل و الثقة. (عبد اللطيف، ١٩٩٠، ص. ٨٦)

وهناك من الدراسات التي أكدت على هذه الفكرة فوجد دراسة Park, Edmondson, & Lee (٢٠١٢) التي هدفت إلى دراسة تطور مهارات التنظيم الذاتي خلال السنة الجامعية الأولى وتحديد كيفية ارتباط التغييرات في هذه المهارات بالتوافق مع الحياة الجامعية في عينة من طلاب السنة الأولى، وتوصلت هذه الدراسة إلى أن التغيير في قدرات التنظيم الذاتي تتبأت بالتغيرات في التوافق خلال السنة الجامعية الأولى.

#### مشكلة الدراسة

إن دور البحوث العلمية في تخصصات كالخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية يكون أكثر فائدة للبشرية إذا تناولت العمليات والمهارات والسمات الشخصية التي يستخدمها الإنسان لإحداث التوافق.

وعند الحديث عن التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة نجد أن عدد من الدراسات الأجنبية والعربية بحثت في العلاقة بين التوافق وبعض سمات ومهارات الشخصية التي من شأنها زيادة هذا التوافق مثل تقدير الذات، وفعالية الذات، والثقة بالنفس، والكفاءة الذاتية، والإيجابية.

ووجد الباحث ندرة في الدراسات العربية التي تناولت العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي بشكل عام.

إلا أن النتيجة التي توصلت إليها دراسة Park, Edmondson, & Lee (٢٠١٢) وأشارت إلى أن قدرات التنظيم الذاتي تتبأت بالتغيرات في التوافق خلال السنة الجامعية الأولى تفتح لنا المجال لإمكانية فحص العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة دون تحديد سنة دراسية معينة، حيث إن التنظيم الذاتي يتضمن جوانب معرفية وانفعالية وسلوكية (عبد الهادي، ٢٠١٨، ص. ١٥٤).

وبناء على ما سبق فإن الباحث يطرح مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس الآتي:  
"هل توجد علاقة إيجابية بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة"

### النظرية الموجهة للدراسة

تعددت النظريات المفسرة للتوافق فنجد النظريات الكبرى في علم النفس قدمت تفسيرات مختلفة للتوافق، فنظرية التحليل النفسي تنظر إلى عملية التوافق على أنها غالباً ما تكون لا شعورية، بينما تنظر النظرية السلوكية إلى التوافق على أنه اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعاله تمكنه من التعامل مع الآخرين (الصويط، ٢٠٠٨، ص. ٥٠-٥١) ثم جاءت النظرية الإنسانية في علم النفس كرد فعل لنظرية التحليل النفسي والنظرية السلوكية واهتمت النظرية الإنسانية بتنمية القوى والإمكانات الموجودة عند الإنسان. (مزور، ٢٠٢٠، ص. ١٢٨)

ومن أبرز رواد النظرية الإنسانية ماسلو Maslow وروجرز Rogers. وقد اتجه ماسلو إلى التركيز على قوانا الداخلية الفريدة، أما روجرز فتدور أبحاثه حول تنمية شخصية الإنسان، والشخصية هي تكامل جميع المميزات الفردية في منظومة فريدة تحدد محاولات الفرد للتكيف مع محيط متغير باستمرار وتتحدد بها. (مزور، ٢٠٢٠، ص. ١٢٨ - ١٢٩)

وتفسر النظرية الإنسانية التوافق على أنه كمال الفعالية وتحقيق الذات في حين أن سوء التوافق ينتج عن شعور الفرد بعدم القدرة وتكوين مفهوماً سالباً عن ذاته. (الكحلوت، ٢٠١١، ص. ٤٣)

ويتبنى الباحث في هذه الدراسة النظرية الإنسانية حيث يبحث في علاقة التنظيم الذاتي باعتباره سمة أو قدرة ومهارة شخصية بتوافق الطالب مع الحياة الجامعية.

### مفهوم التوافق مع الحياة الجامعية

يُعد التوافق مع الحياة الجامعية أحد ابعاد التوافق العام للطالب (الحربي، & الشمري، ٢٠١٧، ص. ١١٧) ويعرف التوافق العام بأنه:

"عملية التعامل مع التوترات والضغوط والصراعات لتلبية احتياجات الفرد، في هذه العملية يحاول الفرد تطوير والحفاظ على علاقة سلسة مع بيئته" (Ahmad, Anwar, & Khan, 2017, p. 22).

ويعرف التوافق من الناحية النفسية بأنه العمليات المستخدمة لإدارة المتطلبات البيئية. (Zeidner, & Saklofske, 1996, p506)



أما التوافق مع الحياة الجامعية يشير إليه Arkoff (١٩٦٨) بأنه "قدرة الطالب على تكوين علاقات طيبة وودية مع أعضاء هيئة التدريس وزملائه في الدراسة" (الربدي، ٢٠١٢، ص. 430).

ويشير Credé, & Niehorster (2012) إلى أن التوافق مع الحياة الجامعية يركز على الدرجة التي يستطيع الطلاب من خلالها التكيف بسرعة وفعالية مع التحديات المختلفة التي تواجههم في بيئة الكلية الجديدة.

كذلك يعرف بأنه "الأداء الناجح للجوانب الرسمية وغير الرسمية لدور الطالب" (Shields, 2002, p.368)

ويرى Gerdes, Mallinckrodt (١٩٩٤) أن التوافق الاجتماعي للطلاب هو العملية التي يتم من خلالها دمج الطلاب في مجتمع الحرم الجامعي، وبناء شبكات الدعم، والتفاوض على الحريات الجديدة التي توفرها الحياة الجامعية.

ويرى Baker, Siryk (١٩٩٩) أن توافق الطلاب هو مزيج من التوافق الأكاديمي والاجتماعي والشخصي العاطفي للطلاب جنباً إلى جنب مع مشاعر الالتزام الذي يعبر عنه الطالب تجاه المؤسسة.

ويتضمن التوافق مع الحياة الجامعية من وجهة نظر Baker, Siryk (١٩٩٩) أربع مجالات هي ١- التوافق الأكاديمي، ٢- التوافق الاجتماعي، ٣- التوافق الشخصي العاطفي، ٤- الالتزام بتحقيق الأهداف (الاندماج المؤسسي) وتعرف هذه المجالات كما يلي: (Bishop, Hansen, Keil, & Phoenix, 2019, p34)

- **التوافق الأكاديمي:** وهو قدرة الطالب على تلبية المتطلبات الأكاديمية المختلفة للنجاح في تجربة الكلية.
- **التوافق الاجتماعي:** القدرة على النجاح في الجوانب الاجتماعية وإقامة العلاقات الشخصية مثل تكوين صداقات في الكلية.
- **التوافق الشخصي العاطفي:** قدرة الطالب على تحقيق الراحة النفسية والجسدية والشعور بالرضا والسعادة.
- **الالتزام بتحقيق الأهداف:** قدرة الطالب على تحقيق الأهداف التعليمية والالتزام بأهداف المؤسسة التي ينتمي إليها ودرجة الارتباط بالكلية التي التحق بها.

ويبنى الباحث في الدراسة الحالية مفهوم التوافق مع الحياة الجامعية ل Baker, Siryk (١٩٩٩) ومفاهيم المجالات الأربعة الفرعية له (التوافق الأكاديمي - التوافق الاجتماعي - التوافق الشخصي العاطفي - الالتزام بتحقيق الأهداف) التعريف الإجرائي للتوافق مع الحياة الجامعية:

يُحدد مستوى التوافق مع الحياة الجامعية من خلال الدرجة التي يحصل عليها المبحوث على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية ل Baker, Siryk (١٩٨٤) ترجمة علي (٢٠٠٦)، كذلك يُحدد مستوى التوافق في كل مجال فرعي من خلال الدرجة التي يحصل عليها المبحوث في المجالات الفرعية للمقياس (التوافق الأكاديمي - التوافق الاجتماعي - التوافق الشخصي العاطفي - الالتزام بتحقيق الأهداف).

#### مفهوم التنظيم الذاتي

ويعرفه kopp (١٩٨٢) التنظيم الذاتي بأنه "بناء مركب يمثل القدرة على الامتثال مع المطالب الموقفية، والعمل على تعديل شدة الأفعال اللفظية والحركية وتكرارها واستمراريتها في المواقف المهنية والاجتماعية، والعمل على تأجيل التصرف والفعل بناء على هدف مرغوب به، مع القدرة على توليد سلوك مقبول اجتماعياً في غياب الرقابة الخارجية". (عبد الهادي، ٢٠١٨، ص. ١٥٣)

كما يستخدم التنظيم الذاتي للإشارة إلى السلوك الموجه نحو الهدف، ويشمل تنظيم الأشخاص لأفكارهم، وعواطفهم، ودوافعهم، وغرائزهم، وانتباههم، وأداء مهامهم. كما يشير أيضاً إلى العمليات التي تمارس بها النفس البشرية السيطرة على وظائفها وحالاتها وعملياتها الداخلية. (Vohs, & Baumeister, ٢٠٠٤، p. ١-٢) ويعرف Heatherton, & Tice (١٩٩٤) التنظيم الذاتي بأنه "قدرة الذات على التحكم في أفكارها، وعواطفها، وأفعالها".

يعرف Moilanen (٢٠٠٧) التنظيم الذاتي بأنه "القدرة على التنشيط والمراقبة والتنشيط والمثابرة و/ أو تكيف السلوك والانتباه والانفعالات والاستراتيجيات المعرفية، كاستجابة إلى توجيهات من مؤشرات داخلية، أو إثارة بيئية أو تغذية راجعة من الآخرين في محاولة لتحقيق الأهداف الشخصية". (Moilanen, ٢٠٠٧، ص. ٨٣٥).

ومن وجهة نظر Moilanen (٢٠٠٧) يجب أن تتضمن دراسة التنظيم الذاتي مجالين هما التنظيم الذاتي قصير المدى والتنظيم الذاتي طويل المدى.

- التنظيم الذاتي قصير المدى: هو التدابير الحالية التي تتخذ للتحكم في اللحظة الراهنة وضبط الاندفاعات بالسلوك وضبط الانتباه والانفعالات في السياق المباشر الحالي. (Moilanen، ٢٠٠٧، ص. ٨٣٦)
- التنظيم الذاتي طويل المدى: هو ضبط الاندفاعات أو توجيه الجهود على مدى فترة طويلة من الزمن قد تستمر أسابيع أو شهور أو سنوات، وقد يتضمن التخطيط الجوهرى لأحداث بعيدة مستقبلية يقوم بها الفرد. (Moilanen، ٢٠٠٧، ص. ٨٣٦)

ويتبنى الباحث في الدراسة الحالية مفهوم التنظيم الذاتي ل Moilanen (٢٠٠٧) ومفاهيم مجالاته الفرعية وهي (التنظيم الذاتي قصير المدى – والتنظيم الذاتي طويل المدى).  
التعريف الإجرائي للتنظيم الذاتي:

يُحدد مستوى التنظيم الذاتي من خلال الدرجة التي يحصل عليها المبحوث على مقياس التنظيم الذاتي من إعداد Moilanen (٢٠٠٧) ترجمة عبد الهادي (٢٠١٨) كذلك يُحدد كل مجال فرعي من مجالات التنظيم الذاتي من خلال الدرجة التي يحصل عليها المبحوث في مجالات المقياس الفرعية (التنظيم الذاتي قصير المدى – التنظيم الذاتي طويل المدى).

#### أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى:

- التعرف على مستوى التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة ومستوى كل مجال من مجالاته (التوافق الأكاديمي- التوافق الاجتماعي – التوافق الشخصي العاطفي- الالتزام بتحقيق الأهداف).
- التعرف على مستوى التنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة ومستوى كل مجال من مجالاته (التنظيم الذاتي قصير المدى – التنظيم الذاتي طويل المدى).
- التعرف على العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة كذلك علاقة كل مجال من مجالات التوافق مع الحياة الجامعية (التوافق الأكاديمي- التوافق الاجتماعي – التوافق الشخصي العاطفي- الالتزام بتحقيق الأهداف) بمجالات التنظيم الذاتي (التنظيم الذاتي قصير المدى – التنظيم الذاتي طويل المدى).
- التعرف على الفروق في التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي التي ترجع إلى متغيري النوع وطبيعة الدراسة.

## أهمية الدراسة

ترجع أهمية الدراسة إلى:

- أهمية الشباب الجامعي وما يمثله من عنصر اساسي من عناصر التنمية في المجتمع، وأهمية عملية توافق الطالب الجامعي مع الحياة الجامعية التي تشير الدراسات إلى أهميتها وأن حدوثها من السنة الأولى الجامعية يقلل من احتمالية تسرب الطلبة من الجامعة، وكذلك دورها في خفض تعرض الطلبة للمشكلات الدراسية والاضطرابات النفسية.
- أهمية مساعدة الطالب على إحداث التوافق مع الحياة الجامعية، فبالنظير من المهم معرفة المهارات والعوامل الشخصية والبيئية التي ترتبط إيجابياً وسلبياً بتوافق الطالب مع الحياة الجامعية ومن العوامل المهمة ما تسعى هذه الدراسة إلى التركيز عليه وهو " التنظيم الذاتي".

## منهجية الدراسة

### تصميم الدراسة

صممت هذه الدراسة بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي واعتمدت على طريقة البحوث الكمية التي تستخدم في تحديد خصائص الظواهر والعلاقة بين المتغيرات، وهذه الدراسة تسعى لتحديد العلاقة بين متغير التوافق مع الحياة الجامعية ومتغير تنظيم الذات لدى طلبة الجامعة.

### فروض الدراسة

#### الفرض الرئيس الأول :

توجد علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة

#### الفروض الفرعية:

توجد علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين التوافق الأكاديمي والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة

توجد علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين التوافق الاجتماعي والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة

توجد علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين التوافق الشخصي العاطفي والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة

توجد علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين الالتزام بتحقيق الأهداف والتنظيم الذاتي لدى  
طلبة الجامعة

#### الفرض الرئيس الثاني :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة ترجع  
إلى بعض المتغيرات الشخصية والدراسية.

#### الفروض الفرعية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة ترجع  
إلى النوع (ذكر - أنثى).

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة ترجع  
إلى

نوع الدراسة (علمية - إنسانية).

#### الفروض الرئيس الثالث:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة ترجع إلى بعض  
المتغيرات الشخصية والدراسية.

#### الفروض الفرعية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة ترجع إلى النوع  
(ذكر - أنثى).

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة ترجع إلى نوع  
الدراسة (علمية - إنسانية).

#### مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب والطالبات المنتظمين بالدراسة في كليات  
جامعة المجمعة في العام الجامعي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ م، وبلغ حجم مجتمع الدراسة  
(١٧٠٤٠).

#### عينة الدراسة

سحبت عينة عشوائية من مجتمع الدراسة البالغ عدده (١٧٠٤٠) طالب وطالبة،  
حيث قام الباحث بتطبيق قانون الحجم الأمثل للعينة باستخدام معادلة ريتشارد جيجر عند  
مستوى معنوية ٠,٠٥، أشارت النتائج إلى أن الحجم المناسب للعينة لا يقل عن (٣٧٦)  
مبحوث، فقام الباحث بالحصول على موافقة لجنة أخلاقيات البحث العلمي بجامعة المجمعة

والمساح بالتطبيق وبناء على هذه الموافقة قام الباحث بتصميم أدوات الدراسة إلكترونيا على نماذج جوجل وتواصل مع المسؤولين لإرسال الرابط الإلكتروني لأدوات الدراسة للطلاب على مجموعات الطلبة وأعضاء هيئة التدريس على وسائل التواصل وظل الباحث يجمع الاستجابات لمدة شهر من ٢٥ / ١١ / ٢٠٢٠ إلى ٢٤ / ١٢ / ٢٠٢٠م وبلغ حجم العينة (٤٠٢) مبحوث، ويوضح الجدول التالي خصائص عينة الدراسة:

جدول رقم (١) يوضح الخصائص الشخصية والدراسية لعينة الدراسة

النسبة	العدد	الخصائص	
%٧٩,٤	٣١٩	النوع	
		ذكر	
		أنثى	
%٢٠,٦	٨٣	المجموع	
%١٠٠,٠	٤٠٢	النوع	
%١٦,٢	٦٥	أقل من ٢٠ سنة	
%٤٤,٠	١٧٧	من ٢٠ إلى أقل من ٢٢	
%٢٥,٤	١٠٢	من ٢٢ إلى أقل من ٢٤	
%٩,٥	٣٨	من ٢٤ إلى أقل من ٢٦	
%٥,٠	٢٠	من ٢٦ سنة فأكثر	
%١٠٠,٠	٤٠٢	المجموع	
%٢١,٦	٨٧	نوع الدراسة	
%٧٨,٤	٣١٥	كليات علمية (تطبيقية)	
%١٠٠,٠	٤٠٢	كليات إنسانية (نظرية)	
%٢٦,١	١٠٥	المجموع	
%٢٠,٤	٨٢	السنة الدراسية	
%٢٠,٤	٨٢	الأولى	
%٣٣,١	١٣٣	الثانية	
%١٠٠,٠	٤٠٢	الثالثة	
%١٦,٧	٦٧	الرابعة	
%١٧,٧	٧١	المجموع	
%٣٥,٣	١٤٢	التقدير	
%٢٦,٤	١٠٦	مقبول	
%٤,٠	١٦	جيد	
%١٠٠,٠	٤٠٢	جيد جداً	
		ممتاز	
		لا يوجد تقدير (مستجد)	
		المجموع	

يتضح من الجدول رقم (١) الخصائص الديموجرافية لعينة الدراسة، ويلاحظ فيها نسبة الذكور (٧٩,٤%) بينما كانت نسبة الإناث (٢٠,٦%)، وبالنسبة لنوع الدراسة بلغت نسبة الطلبة في الكليات الإنسانية ذات الطبيعة الدراسية النظرية (٧٨,٤%) بينما بلغت نسبة الطلبة في الكليات العلمية ذات طبيعة الدراسة التطبيقية (٢١,٦%)، ويرجع انخفاض نسبة تمثيل الطالبات وانخفاض تمثيل الطلبة في الكليات العلمية في العينة إلى طبيعة مجتمع الدراسة فنسب التمثيل في العينة تعكس تقريباً النسب الحقيقية في مجتمع الدراسة. ويلاحظ أيضاً تمثيل الخصائص الديموجرافية للمجتمع في عينة الدراسة فتم تمثيل جميع فئات السن أو سنوات الدراسة أو المعدل التراكمي (التقدير الدراسي).

#### أدوات الدراسة

#### مقياس التنظيم الذاتي Self - Regulation

أعد هذا المقياس Moilanen (٢٠٠٧) وترجمة عبد الهادي (٢٠١٦) وعرضه بنسخته الإنجليزية والعربية على المتخصصين في اللغة الإنجليزية واللغة العربية وقام بالتعديل في بعض الصياغات في ضوء المحكمين المتخصصين في اللغات، ويتكون المقياس من ٢٦ بند، وتوزع بنوده على مجالين هما :

التنظيم الذاتي قصير المدى Short- Term Self - Regulation : ويشمل (١٣) بند

التنظيم الذاتي طويل المدى Long- Term Self - Regulation : ويشمل (١٣) بند

جدول رقم (٢) يوضح توزيع البنود الإيجابية والسلبية على مجالات مقياس التنظيم الذاتي

مجالات مقياس التنظيم الذاتي	البنود الإيجابية	البنود السلبية
التنظيم الذاتي قصير المدى	١-٥-٦-٧-١٣-١٤-١٨	٤-٩-١٠-١٢-١٥-١٧
التنظيم الذاتي طويل المدى	٢-٣-١٦-١٩-٢٠-٢١-٢٢	٨-١١
	٢٣-٢٤-٢٥-٢٦	

#### صدق وثبات مقياس التنظيم الذاتي

قام عبد الهادي (٢٠١٦) بحساب صدق الصورة المترجمة من المقياس بعدة طرق منها صدق المحكمين (الظاهري) حيث قام بعرضه على (٦) من المحكمين المتخصصين وقام بإجراء التعديلات في بعض صياغات بنود المقياس، كما قام بحساب صدق البناء الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين بنود المقياس وبين الدرجة الكلية للمجال الذي ينتمي إليه وكذلك الارتباط بين مجالي المقياس والدرجة الكلية للصورة المترجمة للغة العربية من المقياس وتؤكد من وجود ارتباطات دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١)، كما قام بحساب الثبات بطريقة ألفا كرومباخ وتؤكد من ثبات الصورة المترجمة للمقياس.

صدق البناء الداخلي: في هذه الدراسة قام الباحث بإعادة حساب معامل الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وذلك بالتطبيق على عينة من الطلبة قوامها (٣٥) طالب وطالبة من نفس الجامعة التي منها عينة الدراسة، وقارن النتيجة بما توصل إليه عبد الهادي (٢٠١٦) القائم بتعريب المقياس، كما يتضح ذلك في الجدول التالي:  
 جدول رقم (٣) يوضح درجة ارتباط مجالي المقياس بالدرجة الكلية للمقياس

مجالات مقياس التنظيم الذاتي	الارتباط بالدرجة الكلية عبد الهادي (٢٠١٦)	الارتباط بالدرجة الكلية الدراسة الحالية
التنظيم الذاتي قصير المدى	**٠,٩٣٩	**٠,٩٦٩
التنظيم الذاتي طويل المدى	**٠,٩٣٩	**٠,٩٧٧
** دال عند ٠,٠١		

ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية: لحساب ثبات المقياس في هذه الدراسة اعتمد الباحث على طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة الارتباط (سبيرمان براون) بين نصفي المقياس (البنود الفردية - البنود الزوجية)، وذلك بالتطبيق على عينة من الطلبة قوامها (٣٥) طالب وطالبة من نفس الجامعة التي منها عينة الدراسة، وقارن النتيجة بما توصل إليه عبد الهادي (٢٠١٦)، كما يتضح في جدول التالي:  
 جدول رقم (٤) يوضح معاملات ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

مجالات مقياس التنظيم الذاتي	عدد البنود	قيم ألفا كرونباخ عبد الهادي (٢٠١٦)	قيم ألفا كرونباخ الدراسة الحالية	قيم الارتباط بين نصفي المقياس
التنظيم الذاتي قصير المدى	١٣	٠,٧٠	٠,٧١٠	٠,٧٦٠
التنظيم الذاتي طويل المدى	١٣	٠,٧٢	٠,٧٨٥	٠,٧٨٢
التنظيم الذاتي	٢٦	٠,٨٠	٠,٨٧٢	٠,٩١١

يتضح من الجدول (٣) و(٤) أن مقياس التنظيم الذاتي بمجاليه (التنظيم الذاتي قصير المدى والتنظيم الذاتي طويل المدى) على درجة عالية من الصدق والثبات مما يسمح بتطبيقه واستخدامه في الدراسة الحالية.

#### تصحيح مقياس التنظيم الذاتي وتفسير الدرجات:

تتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال تدرج خماسي وهي (دائماً = ٥ - غالباً = ٤ - أحياناً = ٣ - نادراً = ٢ - أبداً = ١) وذلك للبنود الإيجابية والبنود السلبية تأخذ تقدير عكسي (دائماً = ١ - غالباً = ٢ - أحياناً = ٣ - نادراً = ٤ - أبداً = ٥)، وأدنى درجة يمكن أن



يحصل عليها المستجيب (٢٦) درجة وأعلى درجة (١٣٠) وتشير الدرجة الأعلى إلى ارتفاع التنظيم الذاتي لدى المبحوث وانخفاض الدرجة يشير إلى انخفاض التنظيم الذاتي، ولتيسير فهم الدرجات وتفسيرها قام الباحث بالاعتماد على المتوسط الحسابي لتصنيف المبحوثين في ضوء درجاتهم على المقياس إلى ثلاث فئات كما يتضح من الجدول التالي:  
جدول رقم (٥) يوضح تفسير درجات المبحوثين على مقياس التنظيم الذاتي

مجالات مقياس التنظيم الذاتي	الدرجة	الدرجة	الدرجة	الدرجة	الدرجة	الدرجة	تفسير الدرجة (مستوى التنظيم الذاتي)		
							مرتفع	متوسط	ضعيف
التنظيم الذاتي قصير المدى	١٣	٦٥	١٣	٥٢	١٧,٣٣	-١٣	٢٩,٣٣	-٢٩,٣٤	٦٥-٤٦,٦٧
التنظيم الذاتي طويل المدى	١٣	٦٥	١٣	٥٢	١٧,٣٣	-١٣	٢٩,٣٣	-٢٩,٣٤	٦٥-٤٦,٦٧
التنظيم الذاتي	٢٦	١٣٠	٢٦	١٠٤	٣٤,٦٦	-٢٦	٥٩,٦٦	-٥٩,٦٧	١٣٠-٩٤,٣٤

#### مقياس التوافق مع الحياة الجامعية: Adjustment College Scale

هذا المقياس من إعداد Baker, & Sirky (1984) وتم استخدام هذا المقياس على نطاق واسع وتمت ترجمته إلى لغات عديدة، واستخدم في عدة دراسات في دول مختلفة من العالم ووجد له موثوقية واتساق مرض ( SOLEDAD, ADELINA, ) .FERNÁNDEZ, & FERNANDA, 2012, p.626).  
وقام علي (٢٠٠٦) بترجمته وإعداده باللغة العربية وهو أداة للتقرير الذاتي متعدد المجالات بهدف القياس الكمي لتوافق طلاب وطالبات الجامعة مع الحياة الجامعية وتم تطبيقه على بيئة عربية وذلك في جمهورية مصر العربية، ويشمل المقياس في صورته الأصلية (٥٢) بند والمعربة (٣٦) بند، وقام الباحث في هذه الدراسة بحذف البنود التي لا تتناسب مع قيم وعادات وتقاليد المجتمع السعودي حيث أن الدراسة بالجامعات السعودية لا يوجد بها اختلاط بين الجنسين وغير مسموح بإقامة علاقات أو الحديث عن العلاقات مع الجنس الآخر، وعدد البنود المحذوفة ٣ بنود وهي:  
البند رقم ٦ "يساعدني الزملاء في حل مشكلاتي مع الجنس الآخر".  
البند رقم ٨ "أشعر بعدم الاستقرار العاطفي في علاقاتي مع الجنس الآخر".  
البند رقم ١٨ "أعتمد على بعض الزملاء في حل بعض المشكلات العاطفية مع الجنس الآخر".

وبالتالي أصبح المقياس المستخدم في الدراسة الحالية يتكون من (٣٣) بند موزعة علي (٤) مجالات رئيسية هي:-

التوافق الأكاديمي: Academic Adjustment: ويحتوي هذا المجال علي (١٥) بند.

التوافق الاجتماعي: Social Adjustment: ويحتوي هذا المجال علي (٥) بنود.

التوافق الشخصي العاطفي: Personal/ Emotional Adjustment: ويتكون هذا المجال من (٥) بنود.

الالتزام بتحقيق الأهداف: Attachment / Goal Commitment: ويتكون هذا المجال من (٨) بنود.

كما يتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول رقم (٦) يوضح توزيع البنود على مجالات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية

البنود	مجالات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية
٣- ١٠- ١١- ١٢- ١٣- ١٤- ١٥- ١٨- ٢٢- ٢٣-	التوافق الأكاديمي
٢٥- ٢٧- ٢٨- ٣٢- ٣٣	
٤, ٦, ١٦, ٢١, ٢٦	التوافق الاجتماعي
٢- ٧- ١٧- ٢٠- ٢٤	التوافق الشخصي العاطفي
١- ٥- ٨- ٩- ١٩- ٢٩- ٣٠- ٣١	الالتزام بتحقيق الأهداف

#### صدق وثبات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية

قام علي (٢٠٠٢) بحساب صدق الصورة المترجمة من المقياس بعدة طرق منها صدق المحكمين (الظاهري) حيث قام بعرضه على عدد من المحكمين المتخصصين وقام بإجراء التعديلات في ضوء اتفاق المحكمين بنسبة ٨٠% على البنود التي يجب أن يتضمنها المقياس، كما قام بحساب الصدق العاملي، وأظهرت النتائج تشبع الأبعاد الأربعة للمقياس على عامل واحد يستوعب ٧٨,٩% من التباين، كما قام بحساب الثبات بطريقة ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية وتأكد من ثبات الصورة المترجمة للمقياس.

**صدق البناء الداخلي:** في هذه الدراسة قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس على عينة من الطلبة من نفس الجامعة التي منها عينة الدراسة قوامها (٣٥) طالب وطالبة، كما يتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول رقم (٧) يوضح درجة الارتباط بين مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس

الارتباط بالدرجة الكلية	مجالات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية
**٠,٩٨٠	التوافق الأكاديمي
**٠,٩٥١	التوافق الاجتماعي
**٠,٨٨٦	التوافق الشخصي العاطفي
**٠,٩٢٢	الالتزام بتحقيق الأهداف
** دال عند ٠,٠١	

ثبات ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية: لحساب ثبات المقياس في هذه الدراسة اعتمد الباحث على طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة الارتباط (سبيرمان براون) بين نصفي المقياس (البنود الفردية - البنود الزوجية) وذلك بالتطبيق على عينة من الطلبة من نفس الجامعة التي منها عينة الدراسة قوامها (٣٥) طالب وطالبة، وقرن النتيجة بما توصل إليه علي (٢٠٠٢) مترجم المقياس، كما يتضح في جدول التالي:

جدول رقم (٨) يوضح معاملات ثبات المقياس باستخدام طريقة الفا كرونباخ والتجزئة النصفية

قيم الارتباط بين نصفي المقياس الدراسة الحالية	قيم الارتباط بين نصفي المقياس علي (٢٠٠٢)	قيم ألفا كرونباخ الدراسة الحالية	قيم ألفا كرونباخ علي (٢٠٠٢)	عدد البنود	مجالات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية
٠,٩٣٦	٠,٧٢	٠,٩٣٧	٠,٧٤	١٥	التوافق الأكاديمي
٠,٧٧٩	٠,٧٤	٠,٧٦٤	٠,٧١	٥	التوافق الاجتماعي
٠,٧٩٨	٠,٨٥	٠,٧٥٥	٠,٨٦	٥	التوافق الشخصي العاطفي
٠,٨٦٩	٠,٨٦	٠,٨١٥	٠,٧٨	٨	الالتزام بتحقيق الأهداف
٠,٩٢٩	-	٠,٩٦٢	-	٣٣	التوافق مع الحياة الجامعية

يتضح من الجدول (٧) و(٨) أن مقياس التوافق مع الحياة الجامعية ومجالاته الأربعة على درجة عالية من الصدق والثبات مما يسمح بتطبيقه واستخدامه في الدراسة الحالية.

### تصحيح مقياس التوافق مع الحياة الجامعية وتفسير الدرجات:

الإجابة على بنود المقياس تأخذ تدرج ثلاثي وهي (تتطبق تمامًا = ٣ - تتطبق إلى حد ما = ٢ - لا تتطبق = ١) وجميعها في اتجاه واحد وهو الاتجاه الإيجابي فالدرجة المرتفعة على المقياس أو على أي مجال من مجالات المقياس تعبر عن ارتفاع مستوى التوافق مع الحياة الجامعية وانخفاض الدرجة يعبر عن انخفاض مستوى التوافق مع الحياة الجامعية، ولتيسير فهم الدرجات وتفسيرها قام الباحث بالاعتماد على المتوسط الحسابي لتصنيف المبحوثين في ضوء درجاتهم على المقياس إلى ثلاث فئات كما يتضح من الجدول التالي:

جدول رقم (٩) يوضح تفسير درجات المبحوثين على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية

مجالات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية	عدد البنود	الدرجة العظمى	الدرجة الصغرى	المدى	طول الفئة	تفسير الدرجة (مستوى التوافق مع الحياة الجامعية)		
						ضعيف	متوسط	مرتفع
التوافق الأكاديمي	١٥	٤٥	١٥	٣٠	١٠	٢٤ - ١٥	٣٤ - ٢٥	٤٥ - ٣٥
التوافق الاجتماعي	٥	١٥	٥	١٠	٣,٣٣	٨,٣٣ - ٥	-٨,٣٤	-١١,٣٧ ١٥
التوافق العاطفي الشخصي	٥	١٥	٥	١٠	٣,٣٣	٨,٣٣ - ٥	-٨,٣٤	-١١,٣٧ ١٥
الالتزام بتحقيق الأهداف	٨	٢٤	٨	١٦	٥,٣٣	-٨	-١٣,٣٤	-١٨,٦٧ ٢٤
التوافق مع الحياة الجامعية	٣٣	٩٩	٣٣	٦٦	٢٢	٥٤ - ٣٣	٧٦ - ٥٥	٩٩ - ٧٧

### المعالجات الإحصائية

استخدم الباحث برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار (٢٦)

لتحليل ومعالجة البيانات معتمداً على الأساليب الإحصائية الأتية:

- التكرارات والنسب المئوية.
- المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري.
- الالتواء والتفرطح والرسم البياني للتوزيع الطبيعي.
- معامل ثبات ألفا كرومباخ ومعادلة سبيرمان براون للتجزئة النصفية.
- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبار "ت" للعينات المستقلة.

## نتائج الدراسة

جدول رقم (١٠) الإحصاء الوصفي لمغيرات الدراسة (التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي) لدى عينة الدراسة ن = ٤٠٢

المقياس	مجالات المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء	التفرطح	المستوى
التوافق مع الحياة الجامعية	التوافق الأكاديمي	٣١,٢٩	٤,٢	٣١	٠,٦٢	١,٣٢	متوسط
	التوافق الاجتماعي	١٠,٦٤	١,٩٢	١١	٠,٠٤	٠,٠٦	متوسط
التنظيم الذاتي	التوافق الشخصي العاطفي	١٠,٥٥	١,٧٨	١١	٠,٠٧	٠,٠٥	متوسط
	الالتزام بتحقيق الأهداف	١٩,٠١	٢,٦٦	١٩	٠,٠٧	٠,٤٦	مرتفع
	التوافق مع الحياة الجامعية	٧١,٤٩	٨,٠٤	٧١	٠,٣٢	٢,١	متوسط
التنظيم الذاتي	التنظيم الذاتي قصير المدى	٤٢,٧	٦,٣٤	٤٣	٠,١٣	٠,٠٥٢	متوسط
	التنظيم الذاتي طويل المدى	٤٨,٣٦	٦,٦١	٤٩	٠,٧٧	١,١٥	مرتفع
	التنظيم الذاتي	٩١,٠٦	١١,٣٩	٩١	٠,٢٦	٠,٢٤	متوسط

يتضح من الجدول رقم (١٠) الذي يعرض المقاييس الوصفية لمغيرات الدراسة

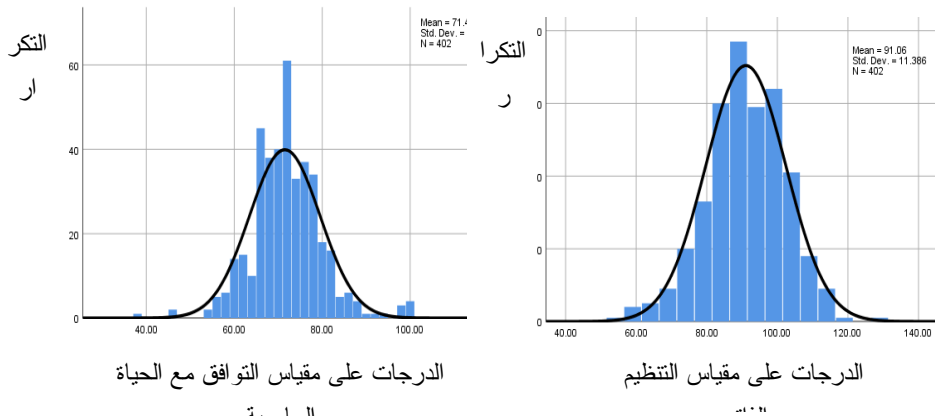
ما يلي:

بالنسبة للتوافق مع الحياة الجامعية:

- يتضح أن مستوى التوافق مع الحياة الجامعية في العينة جاء بمستوى متوسط حيث كان المتوسط الحسابي (٧١,٤٩) بانحراف معياري (٨,٠٤)، وبالنسبة لمجالات التوافق الفرعية جاءت كالتالي:
- التوافق الأكاديمي: جاء بمستوى متوسط حيث كان المتوسط الحسابي (٣١,٢٩) بانحراف معياري (١,٩٢).
- التوافق الاجتماعي: جاء بمستوى متوسط حيث كان المتوسط الحسابي (١٠,٦٤) بانحراف معياري (٤,٢).
- التوافق الشخصي العاطفي: جاء بمستوى متوسط حيث كان المتوسط الحسابي (١٠,٥٥) بانحراف معياري (١,٧٨).
- الالتزام بتحقيق الأهداف: جاء بمستوى مرتفع حيث كان المتوسط الحسابي (١٩,٠١) بانحراف معياري (٢,٦٦).

### بالنسبة للتنظيم الذاتي:

- ينضح أن مستوى التنظيم الذاتي في العينة جاء بمستوى متوسط حيث كان المتوسط الحسابي (٩١,٠٦) بانحراف معياري (١١,٣٩)، وبالنسبة لمجالات التنظيم الذاتي الفرعية جاءت كالتالي:
  - التنظيم الذاتي قصير المدى: جاء بمستوى متوسط حيث كان المتوسط الحسابي (٤٢,٠٧) بانحراف معياري (٦,٣٤).
  - التنظيم الذاتي طويل المدى: جاء بمستوى مرتفع حيث كان المتوسط الحسابي (٤٨,٣٦) بانحراف معياري (٦,٦١).
- كما يتضح أيضاً اقتراب قيم المتوسط الحسابي من قيم الوسيط وانخفاض درجات مقاييس الالتواء والتفرطح مما يشير إلى اقتراب توزيع متغيري التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى عينة الدراسة من التوزيع الطبيعي، كما يتضح ذلك من الشكل التالي:



شكل رقم (١) يوضح شكل التوزيع لمتغيرات الدراسة

جدول رقم (١١) العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى عينة الدراسة

المتغيرات	التنظيم الذاتي قصير المدى	التنظيم الذاتي طويل المدى	التنظيم الذاتي
التوافق الأكاديمي	٠,٠٢٣-	٠,٠٣٧-	٠,٠٣٧-
التوافق الاجتماعي	٠,٠١٢-	٠,٠٢١-	٠,٠٢٧-
التوافق الشخصي العاطفي	٠,٠٢٨	٠,٠١٧-	٠,٠٢١
الالتزام بتحقيق الأهداف	٠,٠٤٨-	٠,٠٥٥-	٠,٠٦٢-
التوافق مع الحياة الجامعية	٠,٠١٧-	٠,٠٣٥-	٠,٠٣٥-

يتضح من الجدول رقم (١١) عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي بشكل عام كذلك لا توجد علاقة بين كل مجال من مجالات التوافق مع الحياة الجامعية وكل مجال من مجالات التنظيم الذاتي حيث أن قيم الارتباط تتراوح ما بين أقل قيمة (٠,١٢) وأكبر قيمة للارتباط بينهما كانت (-٠,٠٦٢) وبالتالي فهذه القيم تقترب من الصفر فالعلاقة بينهما تكاد تكون منعدمة.

جدول رقم (١٢) دلالة الفروق في التوافق مع الحياة الجامعية وفقاً للجنس ونوع الدراسة

المقياس	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	فرق المتوسط	قيمة ت	الدلالة																																																																																																								
التوافق الأكاديمي	ذكور	٣١٩	٣١,٢٣	٤,٣	٠,٢٩	٠,٥٦٥	غير دل																																																																																																								
	إناث	٨٣	٣١,٥٢	٣,٨١				التوافق الاجتماعي	ذكور	٣١٩	١٠,٦٣	١,٩٣	٠,٠٣	٠,١٢٤	غير دل	إناث	٨٣	١٠,٦٦	٢	التوافق الشخصي العاطفي	ذكور	٣١٩	١٠,٥٢	١,٨٢	٠,١٣	٠,٥٧٩	غير دل	إناث	٨٣	١٠,٦٥	١,٦٣	الالتزام بتحقيق الأهداف	ذكور	٣١٩	١٨,٧٨	٢,٧٦	١,١٤	٣,٥١٩	دال عند ٠,٠١	إناث	٨٣	١٩,٩٢	٢,٠٣	التوافق مع الحياة الجامعية	ذكور	٣١٩	٧١,١٦	٨,٣٩	٠,٥٩	١,٦٠٦	غير دل	إناث	٨٣	٧١,٧٥	٦,٤١	التوافق الأكاديمي	علمية	٣١٥	٣١,١٤	٤,١٥	٠,٦٨	١,٣٣٢	غير دل	إنسانية	٨٧	٣١,٨٢	٤,٣٦	التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤	التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل
التوافق الاجتماعي	ذكور	٣١٩	١٠,٦٣	١,٩٣	٠,٠٣	٠,١٢٤	غير دل																																																																																																								
	إناث	٨٣	١٠,٦٦	٢				التوافق الشخصي العاطفي	ذكور	٣١٩	١٠,٥٢	١,٨٢	٠,١٣	٠,٥٧٩	غير دل	إناث	٨٣	١٠,٦٥	١,٦٣	الالتزام بتحقيق الأهداف	ذكور	٣١٩	١٨,٧٨	٢,٧٦	١,١٤	٣,٥١٩	دال عند ٠,٠١	إناث	٨٣	١٩,٩٢	٢,٠٣	التوافق مع الحياة الجامعية	ذكور	٣١٩	٧١,١٦	٨,٣٩	٠,٥٩	١,٦٠٦	غير دل	إناث	٨٣	٧١,٧٥	٦,٤١	التوافق الأكاديمي	علمية	٣١٥	٣١,١٤	٤,١٥	٠,٦٨	١,٣٣٢	غير دل	إنسانية	٨٧	٣١,٨٢	٤,٣٦	التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤	التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨								
التوافق الشخصي العاطفي	ذكور	٣١٩	١٠,٥٢	١,٨٢	٠,١٣	٠,٥٧٩	غير دل																																																																																																								
	إناث	٨٣	١٠,٦٥	١,٦٣				الالتزام بتحقيق الأهداف	ذكور	٣١٩	١٨,٧٨	٢,٧٦	١,١٤	٣,٥١٩	دال عند ٠,٠١	إناث	٨٣	١٩,٩٢	٢,٠٣	التوافق مع الحياة الجامعية	ذكور	٣١٩	٧١,١٦	٨,٣٩	٠,٥٩	١,٦٠٦	غير دل	إناث	٨٣	٧١,٧٥	٦,٤١	التوافق الأكاديمي	علمية	٣١٥	٣١,١٤	٤,١٥	٠,٦٨	١,٣٣٢	غير دل	إنسانية	٨٧	٣١,٨٢	٤,٣٦	التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤	التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																				
الالتزام بتحقيق الأهداف	ذكور	٣١٩	١٨,٧٨	٢,٧٦	١,١٤	٣,٥١٩	دال عند ٠,٠١																																																																																																								
	إناث	٨٣	١٩,٩٢	٢,٠٣				التوافق مع الحياة الجامعية	ذكور	٣١٩	٧١,١٦	٨,٣٩	٠,٥٩	١,٦٠٦	غير دل	إناث	٨٣	٧١,٧٥	٦,٤١	التوافق الأكاديمي	علمية	٣١٥	٣١,١٤	٤,١٥	٠,٦٨	١,٣٣٢	غير دل	إنسانية	٨٧	٣١,٨٢	٤,٣٦	التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤	التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																
التوافق مع الحياة الجامعية	ذكور	٣١٩	٧١,١٦	٨,٣٩	٠,٥٩	١,٦٠٦	غير دل																																																																																																								
	إناث	٨٣	٧١,٧٥	٦,٤١				التوافق الأكاديمي	علمية	٣١٥	٣١,١٤	٤,١٥	٠,٦٨	١,٣٣٢	غير دل	إنسانية	٨٧	٣١,٨٢	٤,٣٦	التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤	التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																												
التوافق الأكاديمي	علمية	٣١٥	٣١,١٤	٤,١٥	٠,٦٨	١,٣٣٢	غير دل																																																																																																								
	إنسانية	٨٧	٣١,٨٢	٤,٣٦				التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤	التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																																								
التوافق الاجتماعي	علمية	٣١٥	١٠,٥٢	١,٩٣	٠,٥٨	٢,٣٦٨	دال عند ٠,٠٥																																																																																																								
	إنسانية	٨٧	١١,١	١,٨٤				التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢	الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																																																				
التوافق الشخصي العاطفي	علمية	٣١٥	١٠,٥٥	١,٨	٠	٠,٠١٢	غير دل																																																																																																								
	إنسانية	٨٧	١٠,٥٥	١,٧٢				الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧	التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																																																																
الالتزام بتحقيق الأهداف	علمية	٣١٥	١٩,١	٢,٧	٠,٣٥	١,٠٥	غير دل																																																																																																								
	إنسانية	٨٧	١٨,٧٥	٢,٥٧				التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																																																																												
التوافق مع الحياة الجامعية	علمية	٣١٥	٧١,٣	٨	٠,٩	٠,٩١٣	غير دل																																																																																																								
	إنسانية	٨٧	٧٢,٢	٨,٢٨																																																																																																											

يتضح من الجدول رقم (١٢) لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في التوافق مع الحياة الجامعية وثلاثة من مجالاته الفرعية (التوافق الأكاديمي - والتوافق الاجتماعي - والتوافق الشخصي العاطفي)، بينما توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث عند مستوى معنوية (٠,٠١) في مجال الالتزام بتحقيق الأهداف وذلك لصالح الإناث حيث كانت قيمة "ت" (٣,٥١٩).

وكذلك لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الكليات العلمية والكليات النظرية في التوافق مع الحياة الجامعية وثلاثة من مجالاته الفرعية (التوافق الأكاديمي - والتوافق الاجتماعي - والتوافق الشخصي العاطفي)، بينما توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الكليات العلمية والكليات النظرية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في مجال التوافق الاجتماعي وذلك لصالح طلبة الكليات الإنسانية حيث كانت قيمة "ت" (٣,٥١٩).

جدول رقم (١٣) دلالة الفروق في التنظيم الذاتي وفقاً للجنس ونوع الدراسة

المقياس	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	فرق المتوسط	قيمة ت	الدلالة																																																								
التنظيم الذاتي قصير المدى	ذكور	٣١٩	٤٢,٩	٦,٤٣	٠,٩٨	١,٢٦٤	غير دال																																																								
	إناث	٨٣	٤١,٩٢	٦				التنظيم الذاتي طويل المدى	ذكور	٣١٩	٤٨,٦٤	٦,٤١	١,٣٤	١,٦٤٢	غير دال	إناث	٨٣	٤٧,٣	٧,٣	التنظيم الذاتي	ذكور	٣١٩	٩١,٥٤	١١,٣	٢,٣٢	١,٦٥٩	غير دال	إناث	٨٣	٨٩,٢٢	١١,٦١	التنظيم الذاتي قصير المدى	علمية	٣١٥	٤٢,٧٦	٦,٥٤	٠,٢٩	٠,٣٧٨	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٢,٤٧	٥,٦١	التنظيم الذاتي طويل المدى	علمية	٣١٥	٤٨,٦٤	٦,٥٨	١,٢٨	١,٦٠٣	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٧,٣٦	٦,٦٨	التنظيم الذاتي	علمية	٣١٥	٩١,٤	١١,٥٤	١,٥٧	١,١٤١	غير دال
التنظيم الذاتي طويل المدى	ذكور	٣١٩	٤٨,٦٤	٦,٤١	١,٣٤	١,٦٤٢	غير دال																																																								
	إناث	٨٣	٤٧,٣	٧,٣				التنظيم الذاتي	ذكور	٣١٩	٩١,٥٤	١١,٣	٢,٣٢	١,٦٥٩	غير دال	إناث	٨٣	٨٩,٢٢	١١,٦١	التنظيم الذاتي قصير المدى	علمية	٣١٥	٤٢,٧٦	٦,٥٤	٠,٢٩	٠,٣٧٨	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٢,٤٧	٥,٦١	التنظيم الذاتي طويل المدى	علمية	٣١٥	٤٨,٦٤	٦,٥٨	١,٢٨	١,٦٠٣	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٧,٣٦	٦,٦٨	التنظيم الذاتي	علمية	٣١٥	٩١,٤	١١,٥٤	١,٥٧	١,١٤١	غير دال	إنسانية	٨٧	٨٩,٨٣	١٠,٨								
التنظيم الذاتي	ذكور	٣١٩	٩١,٥٤	١١,٣	٢,٣٢	١,٦٥٩	غير دال																																																								
	إناث	٨٣	٨٩,٢٢	١١,٦١				التنظيم الذاتي قصير المدى	علمية	٣١٥	٤٢,٧٦	٦,٥٤	٠,٢٩	٠,٣٧٨	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٢,٤٧	٥,٦١	التنظيم الذاتي طويل المدى	علمية	٣١٥	٤٨,٦٤	٦,٥٨	١,٢٨	١,٦٠٣	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٧,٣٦	٦,٦٨	التنظيم الذاتي	علمية	٣١٥	٩١,٤	١١,٥٤	١,٥٧	١,١٤١	غير دال	إنسانية	٨٧	٨٩,٨٣	١٠,٨																				
التنظيم الذاتي قصير المدى	علمية	٣١٥	٤٢,٧٦	٦,٥٤	٠,٢٩	٠,٣٧٨	غير دال																																																								
	إنسانية	٨٧	٤٢,٤٧	٥,٦١				التنظيم الذاتي طويل المدى	علمية	٣١٥	٤٨,٦٤	٦,٥٨	١,٢٨	١,٦٠٣	غير دال	إنسانية	٨٧	٤٧,٣٦	٦,٦٨	التنظيم الذاتي	علمية	٣١٥	٩١,٤	١١,٥٤	١,٥٧	١,١٤١	غير دال	إنسانية	٨٧	٨٩,٨٣	١٠,٨																																
التنظيم الذاتي طويل المدى	علمية	٣١٥	٤٨,٦٤	٦,٥٨	١,٢٨	١,٦٠٣	غير دال																																																								
	إنسانية	٨٧	٤٧,٣٦	٦,٦٨				التنظيم الذاتي	علمية	٣١٥	٩١,٤	١١,٥٤	١,٥٧	١,١٤١	غير دال	إنسانية	٨٧	٨٩,٨٣	١٠,٨																																												
التنظيم الذاتي	علمية	٣١٥	٩١,٤	١١,٥٤	١,٥٧	١,١٤١	غير دال																																																								
	إنسانية	٨٧	٨٩,٨٣	١٠,٨																																																											

يتضح من الجدول رقم (١٣) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في التنظيم الذاتي وكذلك مجالاته الفرعية (التنظيم الذاتي قصير المدى - والتنظيم الذاتي طويل المدى).



وكذلك لا توجد فروق دالة إحصائية بين طلبة الكليات العلمية والكليات الإنسانية في التنظيم الذاتي وكذلك مجالاته الفرعية (التنظيم الذاتي قصير المدى - والتنظيم الذاتي طويل المدى) حيث كانت قيم "ت" منخفضة فتتراوح ما بين أقل قيمة (٠,٣٧٨) وأكبر قيمة (١,٦٥٩).

### مناقشة النتائج

تناقش هذه الدراسة العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية بمجالاته الأربعة (التوافق الأكاديمي - التوافق الاجتماعي - التوافق الشخصي العاطفي - الالتزام بتحقيق الأهداف) والتنظيم الذاتي بمجالاته (التنظيم الذاتي قصير المدى - التنظيم الذاتي طويل المدى) ولذلك قبل مناقشة النتائج المرتبطة بفروض الدراسة يناقش الباحث مدى وجود هاذان المتغيران لدى طلبة الجامعة وشكل التوزيع لهذه المتغيرات في عينة الدراسة:

بالنسبة للتوافق مع الحياة الجامعية توصلت الدراسة إلى أن طلبة الجامعة لديهم توافق مع الحياة الجامعية بدرجة متوسطة وكذلك في ثلاثة مجالات من مجالاته من أصل أربعة مجالات وهي التوافق الأكاديمي والتوافق الاجتماعي والتوافق الشخصي العاطفي، بينما المجال الرابع وهو الالتزام بتحقيق الأهداف لدى عينة الدراسة جاء مرتفعاً، ويتفق ذلك مع دراسة الربدي (٢٠١٢) حيث أشارت دراسته إلى أن مجال الالتزام بتحقيق الأهداف جاء في المرتبة الأولى وأعلى من المجالات الأخرى للتوافق التي جاءت في مرتبة متوسطة، كما اختلفت هذه النتيجة مع دراسة قشمر (٢٠١٩) التي أشارت إلى أن التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة الجامعة كان فوق المتوسط، مع الإشارة إلى اختلاف أداة القياس ومجالات التوافق المستخدمة في دراسة قشمر (٢٠١٩) عن أداة القياس المستخدمة في هذه الدراسة كما انها طبقت على طلبة السنة الجامعية الأولى فقط.

بالنسبة للتنظيم الذاتي توصلت الدراسة إلى أن طلبة الجامعة لديهم تنظيم ذاتي عام وتنظيم ذاتي قصير المدى بدرجة متوسطة ، بينما يوجد لديهم تنظيم ذاتي طويل المدى بدرجة مرتفعة ، ويتفق ذلك مع دراسة مومني، وخزعلي (٢٠١٦) التي اشارت إلى أن طلبة الجامعة لديهم تنظيم ذاتي بمستوى متوسط إلا أن الباحث يشير إلى اختلاف أداة قياس التنظيم الذاتي ومجالاته بين الدراستين .

وتوصلت الدراسة أيضا إلى أن توزيع المتغيرات (التوافق مع الحياة الجامعية ومجالاته- التنظيم الذاتي ومجالاته) في العينة تقترب من التوزيع الطبيعي، ويُعد هذه النتيجة طبيعية فغالبا ما نلاحظ التوزيع الطبيعي للمتغيرات النفسية الاجتماعية في العينات الدراسية العشوائية.

توصلت الدراسة أيضاً إلى عدم وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي، كذلك عدم وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مجالات التوافق مع الحياة الجامعية (التوافق الأكاديمي - التوافق الاجتماعي - التوافق الشخصي العاطفي - الالتزام بتحقيق الأهداف) وبين التنظيم الذاتي ومجالاته (التنظيم الذاتي قصير المدى - التنظيم الذاتي طويل المدى) وهذا يشير إلى عدم صحة الفرض الأول الرئيس للدراسة والفروض الفرعية المنبثقة منه. ولا تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Park, Edmondson, & Lee (٢٠١٢) التي تشير إلى وجود ارتباط موجب بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة السنة الجامعية الأولى، وقد يرجع هذا الاختلاف إلى أن دراسة Park, Edmondson, & Lee (٢٠١٢) ركزت على طلبة السنة الدراسية الأولى فقط في الجامعة لما لها من خصوصية حيث تمثل نقطة انتقال مهمة وحاسمة في حياة الطالب الجامعي فينتقل الطالب من نظام تعليمي قبل جامعي إلى بيئة جامعية مختلفة تمام ومتطلبات ونظام جديد على الطالب، أما هذه الدراسة فطبقت على عينة من الطلبة تمثل السنوات الجامعية المختلفة من السنة الأولى إلى الرابعة.

ومن النتائج التي توصلت إليها الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلبة الذكور والإناث في متغير التوافق مع الحياة الجامعية والمجالات الثلاثة الفرعية للتوافق (الأكاديمي - الاجتماعي - الشخصي العاطفي) ، بينما توجد فروق دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١) في المجال الرابع للتوافق (الالتزام بتحقيق الأهداف) واتفقت هذه النتيجة مع بعض النتائج التي توصلت إليه دراسة الربدي (٢٠١٢) حيث اشارت إلى عدم وجود فروق بين الإناث والذكور في المجال الأكاديمي مع وجود فروق في الالتزام بتحقيق الأهداف لصالح الإناث، كذلك لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة في الكليات العلمية والإنسانية في متغير التوافق مع الحياة الجامعية والمجالات الثلاثة الفرعية للتوافق (الأكاديمي - الشخصي العاطفي - الالتزام بتحقيق الأهداف) مع وجود فروق دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في المجال الرابع للتوافق (التوافق الاجتماعي) وذلك لصالح طلبة الكليات الإنسانية، مما يشير إلى قبول الفرض الرئيس الثاني للدراسة ورفض جزئي لفروضه الفرعية، واختلفت هذه النتيجة في جزء منها واتفقت في جزء آخر مع دراسة عبد اللا (٢٠١٢) حيث اشارت نتائج دراسته إلى عدم وجود فروق في التوافق ومجالاته بين طلبة الكليات العلمية والإنسانية، كذلك اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة حجو (٢٠١٥) التي اشارت إلى وجود فروق في التوافق مع الحياة الجامعية العام لصالح طلاب الكليات الإنسانية، وقد يرجع وجود فروق

في التوافق الاجتماعي لصالح الطلبة في الكليات الإنسانية نتيجة طبيعة الدراسة النظرية وسهولة متطلبات الدراسة في هذه الكليات بما يسمح للطلبة من تكوين صداقات وإقامة علاقات اجتماعية في محيط الجامعة.

وأيضاً توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلبة الذكور والإناث والطلبة في الكليات العلمية والكليات الإنسانية في متغير التنظيم الذاتي ومجالاته (التنظيم الذاتي قصير المدى - والتنظيم الذاتي طويل المدى) مع وجود فروق دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١) في المجال الرابع للتوافق (الالتزام بتحقيق الأهداف)، مما يشير إلى قبول الفرض الرئيس الثالث للدراسة وقبول فروضه الفرعية، وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة مومني، وخزعلي (٢٠١٦) حيث أشارت إلى وجود فروق في التنظيم الذاتي بين الذكور والإناث لصالح الإناث، مع الإشارة إلى اختلاف أدوات قياس التنظيم الذاتي ومجالاته في هذه الدراسة عن الدراسة الحالية.

ويمكن تفسير النتيجة النهائية التي توصلت إليها الدراسة وهي عدم وجود علاقة بين التنظيم الذاتي والتوافق مع الحياة الجامعية في ضوء النظرية الإنسانية الموجهة للدراسة على أن التنظيم الذاتي من السمات الشخصية التي ربما يكون لها دور في تحقيق التوافق لدى طالب الجامعة إذا وجدت مع منظومة من القوى والمميزات الشخصية الأخرى، فذلك لا بد من دراسة العلاقة بين التنظيم الذاتي والتوافق مع الحياة الجامعية في وجود ضبط وتحكم في مجموعة أخرى من السمات الشخصية.

#### توصيات الدراسة

- التوافق مع الحياة الجامعية وكذلك التنظيم الذاتي لهما أهمية كبرى لدى طالب الجامعة فتوصي الدراسة بوضع الأخصائي الاجتماعي الذي يعمل في الجامعة سواء في رعاية شباب الجامعة أو في مراكز التوجيه والإرشاد الطلابي برامج تدخل مهني لتنمية هذان المتغيران لدى طلبة الجامعة.
- إجراء دراسة مماثلة لفحص العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة ولكن على عينات أكبر ذات خصائص ديموجرافية مختلفة عما جاءت في هذه الدراسة، كذلك إجراء المقارنات بين مجموعات متعددة في ضوء متغيرات متعددة.
- إجراء دراسات وصفية تحليلية للمقارنة بين التوافق مع الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة في السنة الدراسية الأولى وفي السنة النهائية.

## المراجع

- أبو هين، فضل خالد. (٢٠٠١). تقدير الذات و علاقته بالتوافق النفسي و الاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني ال مشارك في انتفاضة الأقصى. مجلة جامعة الأقصى - سلسلة العلوم الإنسانية: جامعة الأقصى، مج ٥، ع ٢، ١١٧ - 154 .
- بكر، محمد السيد حسين. (٢٠١٥). مؤشرات الصحة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الجوف. مجلة الإرشاد النفسي: جامعة عين شمس - مركز الإرشاد النفسي، ع١٤، ١ - ٤٦ .
- حجو، مسعود عبد الحميد. (٢٠١٥). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة - بغزة. مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات: جامعة فلسطين - عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي، مج ٥، ع ١، ٢٨٣ - 310 .
- الحري، سعود نامي سعود، و الشمري، ناصر نزال سهو. (٢٠١٧). المشكلات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بأنماط التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب كلية التربية الأساسية بدولة الكويت. مجلة دراسات الطفولة: جامعة عين شمس - كلية الدراسات العليا للطفولة، مج ٢٠، ع ٧٤٤، ١١٥ - 128 .
- الداهري ، صالح حسن. (٢٠٠٨). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات). عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع ، ط ٢ .
- الريدي، سفيان بن إبراهيم. (٢٠١٢). التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة كلية التربية بجامعة القصيم. مجلة العلوم العربية والإنسانية: جامعة القصيم، مج ٦، ع ١، ٤٢٩ - ٤٧٢ .
- الرفوع، محمد أحمد خليل. (٢٠١٧). التوافق النفسي لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية وعلاقته ببعض المتغيرات. العلوم التربوية: جامعة القاهرة - كلية الدراسات العليا للتربية، مج ٢٥، ع ٤٤، ٢٠٨ - 233 .
- زهران، حامد عبد السلام، (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة: دار عالم الكتب، ط ٤ .
- الشريدة، أمل بنت صالح سليمان. (٢٠١٦). الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية كمنبئات بالرضا عن الحياة لدى طالبات كلية التربية جامعة القصيم. دراسات عربية في التربية وعلم النفس: رابطة التربويين العرب، ع٧٦، ٢٨١ - 302 .

- الشكعة، علي عادل. (٢٠١٣). تأثير نظام الدراسة والجنس على التوافق الجامعي لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وجامعة القدس المفتوحة. دراسات - العلوم التربوية: الجامعة الأردنية - عمادة البحث العلمي، مج ٤٠، ملحق، ٥٣٣ - 547 .
- صادق، مروة صادق أحمد. (٢٠١٩). الإسهام النسبي لمعتقدات فاعلية الذات الأكاديمية والتوجه المستقبلي "المهني / الأسري" في التنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية. المجلة المصرية للدراسات النفسية: الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مج ٢٩، ع ١٠٢، 458٤١١ - .
- صبيح، سيد محمد سيد، علي، ابراهيم علي السيد، و حامد، محمد سعد عثمان. (٢٠١٥). برنامج إرشادي بالمعنى لتنمية الشعور بالانتماء وأثره على التوافق النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي. مجلة كلية التربية: جامعة عين شمس - كلية التربية، ع ٣٩، ج ٣، ١٩٣ - 223 .
- الصويط، فواز بن محمد، و جمل الليل، محمد بن جعفر محمد. (2008). الاختيار المهني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى ضباط قاعدة الملك فهد الجوية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- عبد اللطيف، مدحت عبد الحميد. (١٩٩٠). الصحة النفسية والتوافق الدراسي. الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ط ١.
- عبدالفتاح، غريب. (١٩٩٩). علم الصحة النفسية. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبدالله، محمد الصافي عبدالكريم. (٢٠١٢). التوافق مع الحياة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات: دراسة مقارنة بين عينة مصرية وسعودية. مجلة كلية التربية: جامعة الإسكندرية - كلية التربية، مج ٢٢، ع ٤، ٢٨٧ - 333 .
- عبدالهادي، سامر. (٢٠١٨). مستوى تنظيم الانفعال بين الأشخاص لدى طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة الفلاح في دبي. دراسات - العلوم التربوية: الجامعة الأردنية - عمادة البحث العلمي، مج ٤٦، ملحق، ٢٣٨ - 259 .
- علي، عبد السلام علي. (٢٠٠٢). دليل تطبيق مقياس التوافق مع الحياة الجامعي (ATCS). القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ط ١ .
- علي، علي عبدالسلام. (٢٠٠٠). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الاجتماعية: لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية. علم النفس: الهيئة المصرية العامة للكتاب، س ١٤، ع ٥٣، ٦ - 23 .

- العيسوي، عبد الرحمن. (٢٠٠٠). علم النفس العام. الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- فهمي، مصطفى. (١٩٩٥). الصحة النفسية : دراسات في سيكولوجية التكيف. القاهرة، مكتبة الخانجي، ط٣.
- قشمر، علي لطفي علي. (٢٠١٩). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والدراسي لدى طلبة سنة أولى في الجامعات الفلسطينية. دراسات: جامعة عمار تليجي بالأغواط، ع٧٧، ٦٧ - ٩٢.
- الكلوت، أماني حمدي شحادة، والمزيني، أسامة عطية. (2011). دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية (غزة)، غزة.
- محمد، رجب علي شعبان. (١٩٩٢). العلاقة بين أساليب التعامل الإقدامية والإحجامية مع الأزمات والتوافق النفسي وبعض سمات الشخصية. علم النفس: الهيئة المصرية العامة للكتاب، س٦، ع٢٤، ١٠٤ - 125.
- محمود، عمر الفاروق محمد صديق، و صبحي، سيد محمد سيد. (1986). الفاعلية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى قطاعات من الشباب المصري (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة عين شمس، القاهرة.
- مزور، اشرف. (٢٠٢٠). نظرية الذات لكارل روجرز. مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية: مركز جيل البحث العلمي، ع٦٥، ١٢٧ - 136.
- مومني، عبد اللطيف عبد الكريم محمد، وخزعلي، قاسم محمد محمود. (٢٠١٦). التنظيم الذاتي لدي عينة من الطلبة الجامعيين وقدرته التنبؤية في تحصيلهم الدراسي. مجلة الدراسات التربوية والنفسية: جامعة السلطان قابوس، مج١٠، ع٣، ٤٦١ - 475.
- ونيس، سعيدة. "فاعلية الذات الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية: جامعة عبد الحميد مهري - قسنطينة ٢ مج٦، ع٢٤ (٢٠٢٠): ٤١٠ - ٤٢١.
- ويس، صاحب أسعد. (٢٠١٠). التوافق الدراسي لدى طلبة الجامعة. جامعة تكريت: journal of Surra Man Raa، 6(20)، ١٩٠ - ٢١٠.
- اليازیدی، فاطمة الزهراء، و أسماء هندي. "فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الأولى جامعي". مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والانسانية: المركز الجامعي بلحاج بوشعيب عين تموشنت مج١، ع٢٤ (٢٠١٧): ٢١٥ - ٢٤٦.

- Abdullah, M. C., Elias, H., Uli, J., & Mahyuddin, R. (2010). Relationship between coping and university adjustment and academic achievement amongst first year undergraduates in a Malaysian public university. *International Journal of Arts and Sciences*, 3(11), 379-392.
- Ahmad, M., Anwar, M. N., & Khan, S. (2017). Social adjustments and self-efficacy of university students. *Humanities and Social Sciences*, 24(2), 21-32.
- Baker, R. W. & Siryk, B. (1999). SACQ: Student Adaptation to College Questionnaire Manual. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179-189. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Bishop, D. I., Hansen, A. M., Keil, A. J., & Phoenix, I. V. (2019). Parental Attachment and Adjustment to College: The Mediating Role of Avoidant Coping. *The Journal of Genetic Psychology*, 180(1), 31-44. <https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.1080/00221325.2019.1577797>
- Gerdes, H., & Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: a longitudinal study of retention. *Journal of Counseling and Development*, 72, 281-288
- Heatherston, T., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. San Diego, CA: Academic Press, Inc.
- Jean, D. (2010). *The academic and social adjustment of first generation college students*. (PHD) Seton Hall University.
- Julia, M. & Veni, B. (2012). An Analysis of the Factors Affecting Students' Adjustment at a University in Zimbabwe. *International Education Studies*; Vol. 5, No. 6. doi:10.5539/ies.v5n6p244.
- Moilanen, K. L. (2007). The adolescent self-regulatory inventory: The development and validation of a questionnaire of short-term and long-term self-regulation. *Journal of youth and adolescence*, 36(6), 835-848.
- Noor, R., & Gul, S. (2013). Gender differences in psychological adjustment among spinal cord injured patients. *Internet Journal of Medical Update*, 8(2), 35-38.
- Park, C., Edmondson, D., & Lee, J. (2012). Development of Self-regulation Abilities as Predictors of Psychological Adjustment Across the First Year of College. *Journal of Adult Development*, 19(1), 40-49. <https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.1007/s10804-011-9133-z>
- Ramos-Sánchez, L., & Nichols, L. (2007). Self-efficacy of first-generation and non-first-generation college students: The relationship with academic performance and college adjustment. *Journal of college counseling*, 10(1), 6-18.
- Shields, N. (2002). Anticipatory Socialization, Adjustment to University Life, and Perceived Stress: Generational and Sibling Effects. *Social*

- Psychology of Education*, 5(4), 365–392. <https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.1023/A:1020929822361>
- Soledad, R. G. M., Carolina, T. V., Adelina, G. C. M., Fernandez, P., & Fernanda, M. (2012). The Student Adaptation to College Questionnaire (Sacq) for Use with Spanish Students. *Psychological Reports*, 111(2), 624–640. <https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.2466/08.10.20.PR0.111.5.624-640>
- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). Understanding self-regulation. *Handbook of self-regulation*, 19.
- Wilcox, P., Winn, S., & Fyvie Gault, M. (2005). ‘It was nothing to do with the university, it was just the people’: the role of social support in the first-year experience of higher education. *Studies in higher education*, 30(6), 707-722
- Williams, L., Gatt, J., Hatch, A., Palmer, D., Nagy, M., Rennie, C., et al. (2008). The INTEGRATE model of emotion, thinking and self regulation: An application to the ‘paradox of aging’. *Journal of Integrative Neuroscience*, 7, 367–404.
- Zeidner, M., & Saklofske, D. (1996). Adaptive and Maladaptive Coping. In M. Zeidner & N.S. Endler (Eds.), *Handbook of Coping: Theory, Research, Applications* (pp. 505-531). New York: John Wiley & Sons.