

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

إعداد:

د/ موزة سيف خميس ناصر الدرمني

أستاذ مساعد- كلية الآداب و العلوم الانسانية والاجتماعية
جامعة الشارقة ، جامعة كلباء

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث علاقة رأس المال النفسي بالتكيف، والتعرف على مدى اسهام رأس المال النفسي في التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء التابعة لإمارة الشارقة بدولة الإمارات العربية المتحدة. وبلغت عينة الدراسة (٢٥٩) طالب (178 من الذكور ، 81 من الإناث)، بمتوسط عمرى قدره ١٨,٠٩ وانحراف معيارى قدره ٠,٧٤، وقد تكونت أدوات الدراسة من مقياس التكيف مع الحياة الجامعية (ترجمة وتعريب: هيبه، ٢٠١٧)، مقياس رأس المال النفسي (ترجمة وتعريب الباحثة). وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التكيف مع الحياة الجامعية مرتفع و كذلك مستوى رأس المال النفسى لدى طلاب السنة الأولى الجامعية، و أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد رأس المال النفسى و المقياس ككل و كذلك أبعاد التكيف مع الحياة الجامعية و المقياس ككل، كما توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية من خلال أبعاد رأس المال النفسى، و كانت أكثر الأبعاد هي الصمود و الكفاءة الذاتية. واستنادا إلى الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة ونتائج الدراسة الحالية تم تقديم بعض التوصيات والبحوث المقترحة، من بينها اقتراح دراسة فئات و متغيرات أخرى كسمات الشخصية الخمسة الكبرى وعلاقتها بالتكيف مع الحياة الجامعية.

الكلمات المفتاحية: رأس المال النفسي، التكيف مع الحياة الجامعية.

Psychological capital and its relationship to adaptation to university life among first-year students at the University of Kalba - Emirate of Sharjah

Preparation:

Dr. Moza Saif Khamis Nasser Al Darmaki

Assistant Professor - College of Arts, Humanities and Social Sciences
University of Sharjah , Kalba University

Abstract

The current study aimed to examine the relationship of psychological capital to adaptation to university life among first-year students at the University of Kalba - in the Emirate of Sharjah- United Arab Emirates. The study sample was (259) male and female students (178males, 81 females), with an average age of 18.09, and a standard deviation of (0.74). The study tools included the adjustment to university life scale (translation and Arabization: Haiba, 2017), and the psychological capital scale (translation and Arabization by the researcher). The results of the study concluded that the level of adaptation to university life is high, as is the level of psychological capital among first-year university students. It was founded that there is a statistically significant correlation between the dimensions of psychological capital and the scale as a whole, as well as the dimensions of adaptation to university life and the scale as a whole. It was also founded that adaptation to university life can be predicted through the dimensions of psychological capital, and the most common dimensions were resilience and Self-efficacy. Based on the theoretical framework, results of previous studies, and the results of the current study, some recommendations and proposed research were presented, including a proposal to study other categories and variables, such as the Big Five personality traits and their relationship to adaptation to university life.

Keywords: psychological capital, adaptation to university life.

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

إعداد:

د/ موزة سيف خميس ناصر الدرمني

أستاذ مساعد- كلية الآداب و العلوم الانسانية والاجتماعية
جامعة الشارقة ، جامعة كلباء

مقدمة:

إن الانتقال من المدرسة الثانوية إلى الجامعة يعتبر حدثاً مثيراً ولكنه شاقاً لدى البعض، لأنه فقرة إلى عالم جديد يتمتع بمزيد من الاستقلالية والتحديات الأكاديمية والمشاهد المتنوعة في بيئة اجتماعية مختلفة، حيث يتحول التعلم من نظام تقليدي أشبه بالواجبات المعبأة مسبقاً في مناهج معينة إلى مجموعة متنوعة من المعرفة ينهل منها الطالب بطرق مختلفة معتمد فيها اعتماداً كلياً على ذاته، وهو من يقوم بتركيبها وتشكيلها حسب حاجته. وبشكل عام المرحلة الانتقالية من المدرسة إلى الجامعة مبهجة ومختلفة ومرعبة في آن واحد.

فالانتقال إلى الحياة الجامعية يُعد مرحلة حيوية في مسار الفرد، خاصة بالنسبة للطلاب الجدد في السنة الأولى، ويواجه هؤلاء الطلاب تحديات متعددة نتيجة لاختلاف متطلبات الحياة الأكاديمية في هذه المرحلة، وزيادة الضغط الزمني، وضرورة الاندماج في علاقات وأنشطة اجتماعية جديدة. ويؤدي فشل إدارة هذه الضغوط إلى تقليل مفهوم الذات الأكاديمي، وزيادة احتمالية التعرض للفشل الأكاديمي، وزيادة التوتر ومشكلات الانقطاع، فانتقال الطالب إلى مرحلة الجامعة غالباً ما يمثل فترة من المشكلات النفسية للطلاب، لأنه يمثل مرحلة تحمل متطلبات جديدة، في المجالات الاجتماعية والأكاديمية والمعيشية، فالبعد النسبي عن العائلة، وعن رفقائه الذين كانوا معه في المدرسة الثانوية يعتبر من الأمور التي قد تزيد من صعوبات التكيف النفسي والأكاديمي عند الطالب الجامعي المستجد، لذا فإنه قد يعاني في هذه المرحلة من القلق حتى يتمكن من التكيف adaptation مع حياته الجديدة في الجامعة (Perera & McIlveen, 2014,395).

والتكيف في الحياة الجامعية من الأمور المهمة التي تساعد الطالب على التحصيل الأكاديمي، فانتقال الطلاب من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية يشكل غالباً فترة من التحولات النفسية، ويأتي هذا التحول مع متطلبات جديدة في الجوانب الاجتماعية، والأكاديمية، والحياتية، مما يعزز التحديات التكيفية للطلاب الجدد، فالانقطاع النسبي عن جو الأسرة ورفاق المدرسة الثانوية يمثل تحدياً إضافياً، مما يزيد من صعوبات التكيف النفسي والأكاديمي للطلاب الجدد في الجامعة، كما يمكن أن يتسبب هذا في مشاعر القلق خلال هذه المرحلة، حتى يتمكن الطالب من التكيف بشكل أفضل مع حياته الجامعية (Perera, Mcllveen, & Oliver, 2015, 440).

ويظهر التكيف بشكل عام في حياتنا في مختلف المجالات والمناسبات، ويمثل تكيف الفرد مع البيئة الاجتماعية وتكيف المدرس مع عمله وتكيف الطالب مع جامعته أمثلة على هذه الظاهرة، حيث تتجه الكائنات الحية إلى تغيير سلوكها استجابةً لتغيرات البيئة التي تحيط بها، فمع وجود تغير في البيئة التي يعيش فيها الفرد، يقوم بضبط سلوكه وفقاً لهذه التغيرات، ويمكن رؤية ذلك في أمثلة متنوعة مثل تغيير الإنسان للملابس لتناسب فصول السنة والمناخ، والبحث عن وسائل جديدة لتلبية احتياجاته. وعندما يجد الإنسان أن بيئته الحالية لا تلبى احتياجاته، قد يعمل على تعديل البيئة نفسها أو يقوم بتعديل احتياجاته لتحقيق التوازن والتكيف الأمثل (Titzmann & Lee, 2018).

وهذا السلوك أو الإجراء يسمى التكيف Adjustment، ويشير (Sang et al., 2016) إلى أن التكيف هو مصطلح مرتبط بالحياة، ويدل على التغير في الكائن الحي سواء أكان في البناء أم في الوظيفة يجعله أكثر قدرة على المحافظة على حياته أو على أبناء جنسه. واستخدم المصطلح في علم النفس الاجتماعي ليشير إلى تغيير سلوك الفرد لكي يتفق مع غيره من الأفراد وخاصة بإتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية، ثم انتقل مفهوم التكيف من علم الحياة إلى علم النفس ليشير إلى التغيرات البنائية أو السلوكية التي تصدر عن الإنسان وتجعله أكثر مواءمة مع الظروف البيئية التي يعيش فيها.

لا شك أن فترة الحياة الجامعية تمثل تحديات نفسية مختلفة و طويلة، خاصة في بداية فترة الانتقال ويترتب على ذلك تأثيرات واسعة النطاق، يحتاج طلاب الجامعات على أساسها إلى موارد نفسية فعّالة وقوية للتكيف مع هذه الظروف، حيث يظهر أن تنمية المرونة، كعامل أساسي في رأس المال النفسي، يكون أمراً ذا أهمية بالغة، وأن القدرة على التكيف والصمود يعتبر مورداً نفسياً أساسياً ينشأ من خلال أنظمة التكيف البشرية لمواجهة التحديات التي تهدد التنمية، خاصة تلك التي تشكل تهديداً لأنظمة الحماية النفسية (Liang et al., 2018, 3).

ويعد التكيف مع الحياة الجامعية نتيجة تفاعل معقد بين العوامل الاجتماعية والشخصية والبيئية، والدعم المؤسسي، والمهارات الشخصية والأكاديمية، والتحفيز الشخصي التي تشكل مكونات أساسية لتحقيق تجربة دراسية مثمرة وناجحة، ويرتبط التكيف بعدد من الممارسات السلوكية لدى الطالب في أغلب المواقف التعليمية، والتي تحدد نمط التكيف لديه من حيث كونه جيداً أم لا، ومن أهم هذه الممارسات السلوكية والتي تؤدي إلى تكيف جيد التركيز أثناء الدراسة، والانتباه في المحاضرات، وعدم التخلف عن إنجاز المهمات الدراسية في مواعيدها المحددة، والاتجاهات الإيجابية نحو الجامعة، والتقدير بالأنظمة والتعليمات فيها، وعدم تكرار الغياب عن الدراسة، وكذلك الرضا عن دراسته وتخصصه، حيث أنه إذا كثر تكرار هذه المظاهر السلوكية واستمرارها لمدة زمنية طويلة نسبياً يدل ذلك على سلوك أكاديمي جيد لدى الطالب (عبدالحافظ، ٢٠١٥، ٢٢٩).

ويعد التكيف أهم العمليات النفسية التي يقوم بها الطالب من أجل مواجهة المشكلات والتحديات التي تواجهه أثناء الحياة الأكاديمية، فهو عبارة عن مجموعة من الأفكار والسلوكيات التي يقوم بها الطالب بوعي تام، ليعالج أو يسيطر على تأثير المواقف التي يمر بها أو المواقف التي من المتوقع أن يمر بها في المستقبل داخل بيئته الجامعية (السيد، ٢٠٢٠، ٢٩٦)، و رأت (محمد، ٢٠٢١، ١٦) أن التكيف يشمل تفاعل الطلاب مع بيئتهم الدراسية، وهو الأمر الذي يلعب دوراً حاسماً في تقدمهم العلمي والنفسية. و من خلال هذا التكيف يكتسب الطلاب القدرة على التعامل مع تحدياتهم الأكاديمية بكفاءة، و ينشأ من هذا

التفاعل توجهات إيجابية نحو تحقيق أهدافهم الأكاديمية، حيث يعتمد التكيف بشكل أساسي على مدى تقبل الطالب الحياة الدراسية الجديدة وما بها من تحديات، وبالتالي يستخدم كل طالب استراتيجيات مختلفة تتناسب مع متطلباته الشخصية للتغلب على أي تحدي أكاديمي يواجهه.

وينجم التكيف مع الحياة الجامعية عن تفاعل الطلبة مع المواقف التربوية، وهو محصلة لتفاعل عدد من العوامل منها الميول، ونضج الأهداف، والاتجاهات نحو النظام الدراسي والمواد الدراسية، وعلاقته برفقائه وأساتذته ومستوى طموحه، ولا يقاس تكيف الطالب بمدى خلوه من المشكلات بل بقدرته على مواجهة هذه المشكلات، وحلها حلولاً إيجابية يساعد على تكيفه مع نفسه ومحيطه الجامعي، وأنه تلاؤم الطالب مع ما تتطلبه المؤسسة التربوية من استعداد لتقبل الاتجاهات والقيم والمعارف التي تعمل على تطويرها لدى الطلبة (Weva, et al., 2022).

وتعتبر دراسة التكيف مع الحياة الجامعية من بين الجوانب الأساسية في سيكولوجيا التكيف التي نالت اهتمام الباحثين، وتتعلق دراسة هذا النوع من التكيف بجوانب تتصل بالسلوك التربوي للفرد ضمن إطار المؤسسات التربوية الرسمية، التي تمارس عملها بهدف إحداث التغييرات التي تتصل بإمكانية تحقيق أهداف التعليم الجامعي، لذلك فإن الاتجاهات التربوية الحديثة المتعلقة بالتكوين العقلي والشخصي للفرد المتعلم، أخذت تؤكد على مبدأ التكامل الشخصي، وبذلك أخذت تعطي اهتماماً أكبر للجوانب التكيفية عند الفرد بالإضافة إلى اهتمامه بنموه العقلي، وقد أثرت هذه الاتجاهات على تنشيط الدراسات المتعلقة بتوفير أسباب الصحة النفسية والتكيف النفسي للطلبة في المواقف الجامع (Corti, F., et al., 2023).

أما رأس المال النفسي فهو يمثل أحد الجوانب الإيجابية التي تعكس صحة الفرد النفسية، ومدى توافقه العام ورضاه عن الحياة الجامعية تحديداً، حيث يعكس رأس المال النفسي قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط الجامعية التي يتعرض لها في بدايات الدراسة، ويشمل ذلك مواجهة القلق والتحديات والتهديدات، حيث يواجه الفرد العديد من الضغوط التي قد تشكل

مصادر قلق وتهديد، ويؤثر ذلك على توافقه العام وبشكل خاص توافقه الأكاديمي (شاهين، ٢٠٠٣، ١٥١).

وأشار (Russo & Stoykova, 2015) إلى أن رأس المال النفسي يعد الإعداد الشخصي الإيجابي الذي يساعد الأفراد على تحقيق النجاح في مختلف جوانب الحياة، ويتكون رأس المال النفسي من مجموعة من المشاعر النفسية الإيجابية التي تعزز الأمل في تحقيق الأهداف، وتعزز التفاؤل بشأن المستقبل، وتعزز القدرة على التكيف والاستعداد السريع للتعامل مع الأزمات أو المشكلات في بيئة العمل، وعلى إثر ذلك يكون الفرد مقتنعاً بقدرته على تنفيذ المهام بنجاح والتعامل بفعالية مع التحديات الواردة.

ويرى (Luthans et al, 2007) أن رأس المال النفسي عبارة عن حالة نفسية قابلة للتغيير، تركز على الموارد والقدرات النفسية الإيجابية لدى البشر، والتي يمكن تحسينها وإدارتها، مما يؤثر في النهاية على الأداء.

وعلى الرغم من كون السمات الشخصية الخمس الكبرى من الخصائص المستقرة للغاية في طبيعتها، بحيث تميل إلى التغيير قليلاً إلى حد ما على مدار العمر، وبالتالي تعتبر سمات شخصية، إلا أن رأس المال النفسي هو حالات نفسية قابلة للتغيير (Luthans & Youssef-Morgan, 2017).

ويرى (McKenny et al., 2013, 157) أن أبعاد رأس المال النفسي من الموارد النفسية الإيجابية التي تتمثل في الأمل والتفاؤل والمرونة والثقة بالنفس.

ومن هنا تحاول الدراسة بيان و إيجاد علاقة ذات دلالة وارتباط بين رأس المال النفسي لدى طلاب السنة الجامعية الأولى والتكيف مع الحياة الجامعية، بحيث يؤثر رأس المال النفسي في تكيف الطالب في السنة الدراسية الأولى من المرحلة الجامعية.

مشكلة الدراسة:

يرتبط تكيف الطلاب بعديد من التحديات الشخصية والاجتماعية، وتتضمن هذه التحديات الحاجة لإنشاء علاقات جديدة، وتطوير عادات التعلم التي تتناسب والبيئة الأكاديمية الجديدة، وفي بعض الحالات فإن الفشل في مواجهة هذه التحديات يدفع الطلبة إلى الانسحاب من

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

الجامعة، كما أن تركيبة العوامل المثيرة للضغط في حياة الجامعة مثل التخطيط للمستقبل، والجهود لإنجاز الاختبارات والمهام، واختيار التخصص، والانتقال إلى الاستقلال النسبي يمكن أن يشكل ضغوطاً تحد من قدرة الطلبة على التكيف مع الحياة الجامعية، وهناك مشكلات يواجهها الطلبة كالمشكلات الأكاديمية بالإضافة إلى المشكلات الشخصية والاجتماعية (Schotte et al., 2022, 76).

وتتبلور مشكلة الدراسة في أن طلاب الجامعة في السنة الأولى أكثر عرضة للمعاناة من الأحداث السلبية ويجدون صعوبة في التكيف مع الحياة الجامعية؛ ولديهم انخفاض في العلاقات الاجتماعية، كما أن العواطف لديهم غير مستقرة بما في ذلك تدني احترام الذات والشعور بالوحدة، فهم بين مطرقة انخفاض رأس المال النفسي، وسندان التكيف في الحياة الجامعية وهو ما أكدته نتائج دراسة (Han et al., 2017). وفي نطاق العلاقة بين رأس المال النفسي والتكيف في الحياة الجامعية خاصة السنة الأولى تؤكد نتائج دراسة (AI- (Mahrooqi & Denman, 2015) أن ٤٦٪ من طلاب الجامعة في السنة الأولى يواجهون صعوبات في التكيف مع بيئتهم الجديدة ومتطلبات الدراسة في الجامعة، وشملت القضايا الرئيسية التي تم تحديدها لتسبب هذه الصعوبات انخفاض مستويات تقدير الذات والافتقار إلى معلومات واضحة مما يؤدي إلى فهم محدود للحياة الجامعية، وهناك تباين في عدم التكيف لدى طلاب السنة الجامعية الأولى في سلطنة عمان بين الجنسين.

ومع هذا الوضع يفقد الطلبة القدرة على التعامل اجتماعياً سواء داخل البيئة الجامعية أو خارجها، ويعجزون عن مواجهة مشكلاتهم الذاتية، مما يؤدي إلى تطوير وضع آخر لديهم ووضعهم أمام خطر تدني مستوى التحصيل الأكاديمي، وانخفاض مستوى قدراتهم بين زملائهم، الأمر الذي ينعكس على تكيفهم الاجتماعي، والأكاديمي مما يبعدهم عن تحقيق طموحاتهم (محمد، ٢٠٢٢، ٦٨١)، وتعد علاقة الطلبة بزملائهم من العوامل المهمة التي تؤثر في حياتهم الجامعية، وتحقيق التكيف لديهم سواء في المجتمع بصفة عامة، أو في البيئة الجامعية بصفة خاصة، كما أن الطلبة الذين ينجحون في تحقيق التكيف الأكاديمي والاجتماعي يجدون قبولاً بين زملائهم وقدرة عالية على التفاعل الاجتماعي مستقبلاً، وعلى

النفيس من ذلك فإن الطلبة الذين يفشلون في تحقيق التكيف الأكاديمي والاجتماعي يواجهون نفوراً من زملائهم مما يؤثر سلباً في حياتهم الأكاديمية، والاجتماعية والنفسية (بهنساوى، ٢٠١٩، ٦).

وقد وجدت نتائج دراستي (Ouweneel et al., 2011; Krasikova et al., 2015) أن رأس المال النفسي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية الفردية، بما في ذلك احترام الذات والمشاعر الداخلية والتوازن العاطفي والقلق والاكتئاب والبارانويا والحساسية الشخصية.

ويمثل رأس المال النفسي مورداً إيجابياً يُمكن طلاب الجامعة من تحقيق النجاح (Sweetman & Luthans, 2010) وترى (Siu et al., 2014) أن طلاب السنة الجامعية الأولى يمكنهم مواجهة التحديات الأكاديمية من خلال رأس المال النفسي، أو بمعنى آخر، يمكن لرأس المال النفسي أن يحمي من العوامل غير المواتية مثل غياب الوالدين على المدى الطويل.

و وفقاً لنظرية تدخل رأس المال النفسي يعمل الصمود كأحد أبعاده على تنشيط العمليات المعرفية والعاطفية والسلوكية التي يمكن أن تغير تصور الفرد عن ظروفه الخارجية (Russo & Stoykova, 2015).

و أظهرت دراسات (Rew et al., 2014; Russo & Stoykova, 2015) أن أنشطة التدخل للطلاب في السنة الأولى يمكن أن تحسن بشكل ملحوظ رأس مالهم النفسي، وهو ما يزيد من إمكانية دمجهم في الحياة الجامعية. و وفقاً لنظرية تدخل رأس المال النفسي يعمل الصمود كأحد أبعاده على تنشيط العمليات المعرفية والعاطفية والسلوكية التي يمكن أن تغير تصور الفرد عن ظروفه الخارجية (Russo & Stoykova, 2015).

ورأى (Wu, 2016) أن التكيف للطلاب يتأثر بمجموعة من العوامل منها: حاجاته الشخصية والاجتماعية، وسماته الشخصية، و كما يشير (Elias, Mahyuddin and Uli, 2009) إلى أن هناك ثلاثة أنواع رئيسية من التكيف في الحياة الجامعية، وهي التكيف الأكاديمي، والاجتماعي، والعاطفي، إضافة إلى ذلك فالأداء الأكاديمي الجامعي متنبأ

لتكيف الطلاب الجامعيين، فالذين تكيفوا أكاديمياً مع الجامعة في مرحلة مبكرة هم أكثر عرضة للاستمرار في دراستهم مقارنة بأولئك الذين يجدون هذا التكيف أكثر صعوبة. في حين ذكر (Al-Mahrooqi & Denman, 2015) أن التكيف المبكر مع المتطلبات الجامعية، يساعد الطلاب على الحصول على نتائج أكاديمية أكثر إيجابية.

كما أشار (Schotte et al.,2022) إلى وجود ارتباط إيجابي بين مستوى التكيف الأكاديمي والتحصيل الدراسي، حيث أن التكيف الأكاديمي الإيجابي للطلاب له تأثير في تعزيز أدائه الأكاديمي، ويساعد في إظهار إمكاناته وطاقاته والاستفادة منها في رفع مستواه التعليمي وأن التحصيل الدراسي ليس المعيار الوحيد لتحديد مستوى التكيف الأكاديمي، ولكنه الأهم. ويوضح (Nie et al., 2015,135) أن التكيف يدعم قدرة الطالب على تكوين علاقات طيبة مع أساتذته وزملائه في الدراسة، بهدف التعايش مع البيئة الجامعية وإشباع حاجاته، فالتكيف الأكاديمي يعتبر جانباً للتكيف العام للفرد الذي يمكن أن يؤثر بشكل كبير على صحة الفرد النفسية، وهو نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية.

ويؤدي سوء التكيف الأكاديمي إلى خلق الكثير من المشكلات لدى الطلبة، وخاصةً ضعف التحصيل الأكاديمي، وتوتر العلاقات الاجتماعية بالآخرين كما يؤثر في شخصية الطالب، ونشوء العلاقات غير الإيجابية مع الأقران، وقد تتكون المشاعر السلبية تجاه العملية التعليمية التي تظهر على شكل سلوكيات مضطربة، (Areepattamannil & Freeman, 2018,703).

وأشارت دراسة السيد (٢٠٢٠) إلى تأثير جنس الطالب على هذا النوع من التكيف، حيث بينت أن الإناث هم أكثر قدرة من الذكور على التكيف الأكاديمي، حيث إن ميولهن للدراسة والتحصيل العلمي أكثر من الذكور، مما يدفعهن إلى التفاعل الإيجابي مع معطيات البيئة الجديدة.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية :

١. ما مستوى التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى في جامعة كلباء؟
٢. ما مستوى رأس المال النفسي لدى طلاب السنة الأولى في جامعة كلباء؟

٣. ما العلاقة بين رأس المال النفسي والتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة

الأولى في جامعة كلباء؟

٤. هل يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية من خلال رأس المال النفسي لدى

طلاب السنة الأولى في جامعة كلباء- إمارة الشارقة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة علاقة رأس المال النفسي بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء التابعة لإمارة الشارقة. وكذلك معرفة مستوى كل من رأس المال النفسي و التكيف مع الحياة الجامعية، ومدى إسهام رأس المال النفسي في التكيف مع الحياة الجامعية .

أهمية الدراسة:

وتنقسم أهمية الدراسة إلى أهمية نظرية وأهمية تطبيقية:

أولاً: الأهمية النظرية:

١- تتناول الدراسة الحالية التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى الجامعية عند الانتقال من المرحلة الثانوية، وما يتصل بعملية الانتقال من تحديات وضغوط يتعرض لها الطلاب الجدد.

٢- تساعد الدراسة في معرفة تأثير رأس المال النفسي في التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الدراسية الأولى، مما يتيح الفرصة أمام الباحثين إلى إعداد برامج خاصة بتنمية رأس المال النفسي حتى تزيد من قدرة الطلاب على التكيف مع الحياة الجامعية.

٣- تعد السنة الأولى في المرحلة الجامعية هي الأهم في حياة الطالب، وكلما كانت الحالة النفسية للطالب أكثر إيجابية كلما كان تكيفه وتحصيله الدراسي في الجامعة أفضل.

٤- تقدم الدراسة الحالية بعض التوصيات والمقترحات التي تفيد المدرسين والإداريين بالجامعات في تهيئة الظروف والتعامل مع الطلبة في هذه المرحلة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1. يمكن استخدام نتائج البحث لتصميم بيئة جامعية أكثر تواصلاً مع الاحتياجات النفسية للطلاب في السنة الجامعية الأولى.
2. توجه نتائج الدراسة الذين يتعاملون مع الطلبة في المرحلة الجامعية الأولى إلى الإهتمام برأس المال النفسي لدى الطلبة والبرامج الوقائية من المشكلات المختلفة
3. تدريب الطلاب من خلال برامج تدريبية وارشادية على أن يصبحوا أقل عرضة للهشاشة النفسية، والذي يؤثر بدوره على مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب بالجامعة.

مصطلحات الدراسة:

أ- رأس المال النفسي Psychological capital

عرف (Rus & Jesus, 2010) رأس المال النفسي بأنه الحالة النفسية الإيجابية للفرد القابلة للتطوير، وتتميز بوجود الثقة لبذل الجهد للنجاح في المهام الصعبة (الكفاءة الذاتية)، وجعل سند إيجابي حول النجاح في المستقبل (التفاؤل)، والمثابرة نحو الأهداف وإعادة توجيه المسارات نحو الأهداف (الأمل)، والارتداد مرة أخرى بعد التعرض للمشاكل والشدائد لتحقيق النجاح (المرونة).

ويعرف بأنه مجموعة حالة نفسية نتيجة مجموعة من السمات الشخصية والعقلية التي يمتلكها الفرد، وتشمل الثقة بالنفس، والإرادة، والصمود أمام التحديات، ويتضمن الأبعاد التي ذكرتها (شاهين ، ٢٠٢٣):

البعد الأول: الكفاءة الذاتية وهي القدرة على أداء مهمة معينة بنجاح، وتنمية الحافز الداخلي للفرد لإنجاز المهام بكفاءة.

البعد الثاني: الصمود وهو قدرة الفرد على التعامل بنجاح في مواقف التغييرات والمخاطر.

البعد الثالث: الأمل ويشير إلى الإصرار على تحقيق الأهداف، وإعادة نمو المسارات نحو تحقيقها.

البعد الرابع: التفاؤل وهو امتلاك الفرد التوقعات الإيجابية نحو أهدافه.

ب- التكيف مع الحياة الجامعية Adaptation to university life

تعرفه (عبدالحافظ، ٢٠١٥، ٢٢٧) بأنه تكيف يحدث نتيجة تفاعل معقد بين العوامل الاجتماعية والشخصية والبيئية، والدعم المؤسسي، والمهارات الشخصية والأكاديمية، والتحفيز الشخصي التي تشكل مكونات أساسية لتحقيق تجربة دراسية مثمرة وناجحة. وتعرف الباحثة التكيف مع الحياة الجامعية بأنه عملية تضمين الطلاب في بيئة جديدة، حيث يقومون بتنظيم وقتهم، وبناء علاقات اجتماعية، والاستفادة من الموارد الجامعية لتحقيق توازن ناجح بين الدراسة والحياة الشخصية.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: رأس المال النفسي:

يعرف (Luthans et al, 2007) رأس المال النفسي بأنه الحالة النفسية الإيجابية للفرد القابلة للتطوير والتي تتميز بالثقة (الكفاءة الذاتية) أي امتلاك الثقة اللازمة للنجاح في المهام الصعبة، والتفاؤل ويتمثل في خلق السلوكيات الإيجابية اللازمة للنجاح في الحاضر والمستقبل، والأمل أي المثابرة نحو تحقيق الأهداف وإعادة توجيه نحو تلك الأهداف من أجل تحقيق النجاح، والمرونة وتتمثل في قدرة الفرد على العودة إلى الحالة الطبيعية في حالة تعرضه للمشكلات والمحن في سبيل تحقيق النجاح.

ويعرف (الكرداوي، ٢٠١٣) رأس المال النفسي بأنه مجموعة من المشاعر النفسية الإيجابية التي تساعد الفرد وتجعله يشعر بالأمل في تحقيق أهدافه، والتفاؤل بشأن مستقبله وزيادة قدرته على التكيف وسرعة العودة إلى حالته الطبيعية في حالة تعرضه لأزمات أو مشكلات داخل بيئة العمل مع قناعاته بقدرته على القيام بما يكلف به من مهام بنجاح.

وقد أوضح (العززي، حمود، ٢٠١٤) أن رأس المال النفسي يشمل إعداد النفسية التي يمكن بنائها عندما تسير الأمور على ما يرام، ومن ثم اعتمادها أو الاستعانة بها عندما تسير الأمور بشكل سيء، وتشمل هذه الموارد: المرونة، والدافع، والأمل، والتفاؤل،

والمعتقد الذاتي، والثقة، وقيمة الذات، والمقدرة وكل منهم يعد عنصراً أساسياً من عناصر السعادة في سياق الحياة.

وأوضح (Vink et al., 2017) أن مجال علم النفس الإيجابي تم بناء وتوسيع نظرية المشاعر الإيجابية، إذ أن الجزء الأساسي في الإيجابية لا ينبثق فقط من المصادر الفكرية (مثل حل المشكلات، والابداع)، أو من المصادر الطبية (مثل تحمل الإجهاد) أو من المصادر الاجتماعية (مثل العلاقات)، وإنما أيضاً ينبثق من الفهم النظري لرأس المال النفسي وقد أطلقت عليه تسمية (المصادر النفسية).

ثانياً: التكيف:

يُعرف (Nie et al., 2015, 135) التكيف مع الحياة الجامعية على أنه القدرة التي يتحلى بها الطلاب على بناء علاقات إيجابية مع أساتذتهم وزملائهم في الدراسة، بهدف تطوير تفاعل جيد مع البيئة الجامعية وتحقيق رضا الاحتياجات الشخصية. يُعد هذا التكيف عملية ديناميكية تنجزها الطلاب بهدف استيعاب المحتوى الدراسي وتحقيق النجاح فيه، وتحقيق التوازن بين أنفسهم وبيئتهم الجامعية وعناصرها الأساسية.

كما عرف (Xie et al., 2019, 862) التكيف مع الحياة الجامعية بأنه قدرة الطالب على تحقيق الحد المقبول من التأقلم النفسي والاجتماعي في أي مرحلة من المراحل الدراسية التي يمر بها، كنتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية وقدرته على التخطيط وإيجاد الممارسات المساعدة في التحصيل الدراسي، والتعامل مع المدرسين والزملاء جيداً.

أما (محمد، ٢٠١٩، ٣٤١) فقد عرفت التكيف مع الحياة الجامعية على أنه قدرة الفرد على تكوين علاقات مرضية مع أساتذته وزملائه، وملائمة أو تطوير البيئة الجامعية لم يتماشى مع حاجات الطالب.

وتعرف (عبدالله، ٢٠٢٠، ٧٩) التكيف مع الحياة الجامعية بأنه تكيف الطالب مع مختلف العوامل في البيئة الأكاديمية، التكيف مع الاحتياجات الداخلية، الرغبات والأهداف، والتكيف مع متطلبات المنهج الدراسي.

ويعرفه (Yang, 2018, 9) بأنه امتلاك موقف أو اتجاه إيجابي تجاه الأهداف الأكاديمية، وإكمال المتطلبات الأكاديمية، وفعالية الجهود لتحقيق الأهداف الأكاديمية، وتحقيق النجاح في البيئة الأكاديمية. وبذلك فإن مفهوم التكيف مع الحياة الجامعية هو مفهوم مركب يرتبط به عدد من المظاهر والممارسات السلوكية عند الفرد المتعلم في المواقف المختلفة، والتي يتحدد من خلالها نمط التكيف مع الحياة الجامعية.

ويُعرف التكيف مع الحياة الجامعية بأنه عملية تعديل الأفراد لمواجهة التحديات الأكاديمية وتطوير المهارات والمعرفة اللازمة للنجاح في بيئة التعليم. يتضمن التكيف مع الحياة الجامعية تنظيم الوقت والمهام الدراسية، وتحسين التحصيل الأكاديمي، وتطوير قدرات البحث والتفكير (Sun et al., 2023, 185)، والتكيف مع الحياة الجامعية يشمل تلبية متطلبات الدراسة والتعليم، ومواجهة التحديات التي تواجه الطلاب والمعلمين في البيئة الأكاديمية. يشمل التكيف مع الحياة الجامعية أيضًا تحقيق التقدم والتفوق الأكاديمي من خلال الاستفادة من الفرص التعليمية المتاحة (Mestre, et al., 2016).

ويرى (شعثان، ٢٠١٩، ٢٧) أن التكيف مع الحياة الجامعية يتطلب القدرة على التكيف مع التغييرات المستمرة في العملية التعليمية والمواجهة بفعالية للتحديات الأكاديمية المتنوعة. يُعزّز التكيف مع الحياة الجامعية القدرة على التعلم الذاتي وتحقيق النجاح الأكاديمي والاستفادة القصوى من الفرص التعليمية المتاحة.

والتكيف هو القدرة على تكييف أساليب الدراسة والتعلم والتفاعل مع الأساتذة والزملاء في البيئة الأكاديمية لتحقيق التحصيل الدراسي المرجو. يُعدُّ التكيف الأكاديمي أساسيًا لتحقيق التفوق الأكاديمي وتطوير القدرات والمهارات الأكاديمية للطلاب والمعلمين (هادي، ٢٠٢١، ١٠٠).

وترى الباحثة أن التكيف في الحياة الجامعية هو عملية مستمرة يقوم بها الطلاب بهدف استيعاب مواد الدراسة بفعالية، بهدف تحقيق نتائج مرضية في تحصيلهم الأكاديمي وأدائهم، حيث يسعى الطلاب في هذه العملية إلى التوافق مع متطلبات المؤسسة التعليمية، وذلك من خلال تبني الاتجاهات والقيم والمعارف التي تُسهم في تنمية مهاراتهم ومعرفتهم، ويهدف

التكيف أيضاً إلى تحقيق تناغم فعال بين الطلاب والبيئة الجامعية ومكوناتها الأساسية، وهذه المكونات تتضمن الأساتذة والزملاء، فضلاً عن الأنشطة الاجتماعية والثقافية والرياضية المتاحة في الجامعة، تشمل هذه العملية أيضاً مواد الدراسة وأسلوب تناول المعلومات والمهارات الدراسية.

العوامل المؤثرة في التكيف مع الحياة الجامعية

تترافق العملية التربوية عادة مع قدر كبير من الجهد الجسدي والكره النفسي، وغالباً ما يكون لذلك عواقب وخيمة على صحة الطالب النفسية والجسدية، ويتعرض الطالب لمشكلات كثيرة، منها المنافسة واختلاف التجاوب الفردي، وعدم التكيف مع المجتمع الجامعي، إضافة إلى صعوبات التعلم ذات المنشأ النفسي (Nie et al., 2015, 145) إن وصول الطلبة إلى التكيف الجيد من خلال تقبلهم لأنفسهم وتقديرهم الإيجابي لذواتهم هو من الأهداف الأساسية للتربية، إن الطالب المتكيف إيجابياً يتوقع النجاح بدرجة أكبر من سيء التكيف، ولأنه يتوقع النجاح فإنه يسلك طرقاً تقوده إلى النجاح، أما النظرة السلبية نحو الذات فإنها تجعل الفرد أقل قدرة على العمل المستمر (عبدالله، ٢٠٢٠، ٨١).

ويرى (Wu, 2016, 12) إلى أن التكيف مع الحياة الجامعية هو نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية، وينظر إلى عملية التكيف مع الحياة الجامعية بأنها محصلة تفاعل عدد من العوامل هي: القدرات العقلية، والميول التربوية، والحالة النفسية، والظروف الأسرية.

ويوضح (Xie et al., 2019, 862) أن التكيف داخل المؤسسات التربوية يتأثر بالجو الأكاديمي السائد فيها، فالمجتمع الأكاديمي الإيجابي هو الذي تسوده الحرية والديمقراطية وروح العدالة، والمساواة، والمودة والتعاطف بين الطلبة أنفسهم ومع مدرسيهم، وهو الذي يساعد الطلبة على استغلال طاقاتهم وقدراتهم إلى الحد الأقصى، بالإضافة إلى الدور الإيجابي للمدرسين من خلال تفاعلهم الإيجابي مع الطلبة، واعتمادهم المناهج وطرق التدريس التي تساهم في تنمية مهارات الطلبة ومعارفهم.

يوضح (بهنساوي، ٢٠١٩، ٥) أن التكيف في الحياة الجامعية عملية مهمة تؤثر بشكل كبير على تجربة الطلاب في البيئة الدراسية، حيث تتأثر هذه العملية بعدد من العوامل المؤثرة التي يمكن إيضاحها فيما يلي:

١. **الدعم الاجتماعي والمؤسسي:** يلعب الدعم الاجتماعي دورًا حاسمًا في نجاح التكيف، وتشمل هذه العوامل الدعم من الأساتذة والزملاء والمشرفين الأكاديميين، وعلاقات الثقة والتواصل الجيد مع الأفراد في البيئة الجامعية تسهم في توفير بيئة داعمة تساعد الطلاب على التغلب على التحديات الأكاديمية والشخصية.

٣. **المهارات الشخصية والأكاديمية:** تلعب المهارات الشخصية والأكاديمية دورًا مهمًا في تجاوز صعوبات التكيف، والقدرة على إدارة الوقت، وتطوير مهارات الدراسة الفعالة، وحل المشكلات تسهم في تحقيق تجربة تعليمية ناجحة، فالطلاب الذين يمتلكون مهارات تنظيمية وتحليلية قوية يكونون أكثر قدرة على مواجهة تحديات الدراسة.

٣. **التحفيز والأهداف الشخصية:** يعزز التحفيز الشخصي ووجود أهداف واضحة دافع الطلاب لتحقيق النجاح الأكاديمي، وعندما يكون لدى الطلاب رؤية واضحة لأهدافهم التعليمية والمهنية، يصبحون أكثر اجتهادًا وتفانيًا في العمل الأكاديمي، وهذا الدافع يساهم في تجاوز التحديات والعقبات التي قد تظهر أثناء مسيرتهم الدراسية.

إن تجاوز الأستاذ الجامعي للنهج التقليدي في التدريس -عن المرحلة ما قبل الجامعية- واستخدامه لتقنيات تعليمية متنوعة وحديثة، بالإضافة إلى توظيف استراتيجيات تعليمية متعددة، وإيلاء الاهتمام لاستثمار الاختلافات الفردية بين الطلاب، يسهم بشكل فعال في تحفيز رغبة الطلاب في استيعاب المعرفة وتعزيز تكيفهم الأكاديمي، هذه الجهود تساهم في تخفيف التوتر والقلق الذي يمكن أن يصاحب الطلاب خلال مرحلة اندماجهم في البيئة الدراسية الجديدة (Reich & Flanagan, 2018, 3).

بينما تشكل الدافعية محركًا أساسيًا للسلوك عند الفرد، تظهر أن مستوى هذه الدافعية له تأثير كبير على إنجازاته الأكاديمية وتحقيقه لنجاحاته في المجال العلمي. يتسلح الفرد الذي يتمتع بدافعية قوية لتحقيق الإنجازات والتفوق بالقدرة على تكيف نفسه على الصعيدين النفسي

والأكاديمي مع متغيرات الظروف والبيئة الدراسية الجديدة. يسعى هذا الفرد بجد واجتهاد للتغلب على التحديات ويسعى للتخلص من توتراته وقلقه، سعياً نحو النجاح وتحقيق أهدافه المرجوة (Sang et al., 2016).

والتكيف هو عملية سعي الإنسان الدائم للتوفيق بين متطلباته وظروف البيئة المحيطة. وهو عملية مستمرة، حيث يواجه الفرد باستمرار تحديات جديدة من البيئة، ولكي يتمكن الفرد من التكيف مع هذه التحديات، فإنه يحتاج إلى أن يمتلك القدرة على التعلم والنمو، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، والقدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات، والقدرة على التكيف مع التغيير، والقدرة على التعامل مع الضغوط (Zhang et al., 2019, 41).

التكيف عامة هو عملية مهمة للصحة النفسية والعاطفية، فعندما يكون الفرد قادراً على التكيف مع المشاكل والتحديات الاجتماعية، فإنه يكون قادراً على التعامل مع التوترات والضغوط بشكل أفضل، ويشعر بالانتماء والتقدير الذاتي، مما يساهم في الشعور بالسعادة والرضا العام، كما أنه يمنع الشعور بالعزلة والوحدة، ويحمي الفرد من الاكتئاب والقلق الاجتماعي، ويفيد فهم التكيف خاصة في مجال الإعاقات في تبصيرهم بأساليب التكيف الانسجام والتفهم والقدر على صياغة أهداف واقعية حتى لا يكون الفشل في تحقيقها سبباً في إحباطهم وإقناعهم بأن الإعاقة ليست سوي صعوبة مستجدة ينبغي لتعامل معها بأكثر موضوعية للاستمرار في تحقيق الأهداف (قادر، ٢٠٢٣، ٥١٩).

د- **تقبل الذات:** أن فكرة الإنسان عن نفسه من أهم العوامل التي تؤثر على سلوكه، فكلما كانت هذه الفكرة إيجابية تتصف بالرضا واحترام الذات كلما كان ذلك وفقاً له اتجاه المشاركة الإيجابية وللتوافق مع الآخرين مما يرفع لديه معدلات الاتجاه في مجالات تتفق مع إمكانياته والعكس صحيح فالفرد الذي لا تقبل نفسه ولا يشعر بالرضا ويعاني صعوبات مختلفة يكون أكثر عرضة للمواقف الإحباطية التي تشعره بالفشل وعدم التكيف فيدفعه ذلك أما إلى الانطواء أو إلى العدوان، وكل منها مؤشر على سوء التكيف (Franco-O'Byrne, 2023, 15).

ه- الصمود: وتعني عدم الجمود في الأفكار والتمسك بالشكليات ولا مجال للتعديل في أي موقف كل ذلك يمثل صعوبات أمام التكيف فالمواقف متغيرة ومتجددة وليست جامدة، والقدرة على التشكل مع الظروف المختلفة لهو من عوامل التكيف مع الظروف، فالفرد الذي ينقل المثيرات الجديدة في الموقف الحياتية والذي تصدر منه استجابات ملائمة نحوها فإنه يكون توافقا وتكيفاً مع الوسط البيئي والاجتماعي الذي يعيش فيه، أكثر من الفرد يتصف بالجمود العقلي أو الفكري والذي يؤدي به إلى الشعور بالتوتر والاضطراب النفسي والاجتماعي وعدم القدرة على التوافق والتكيف في إطار الوسط الاجتماعي.

يشير الصمود النفسي إلى القدرة على التعامل والتحمل في وجه التحديات والصعاب الحياتية، كما إنه القدرة على الصمود والتعافي من الضغوط النفسية والصعاب الناتجة عن الظروف الصعبة، وعلى الصعيد الاجتماعي، يشير التكيف الاجتماعي إلى القدرة على التفاعل والتكيف مع الآخرين والبيئة الاجتماعية بشكل فعال (Anghel, 2015).

ويرتبط الصمود النفسي بالتكيف الاجتماعي بشكل وثيق. عندما يكون لدى الفرد القدرة على الصمود النفسي، فإنه يكون أكثر قدرة على التكيف مع التحديات الاجتماعية والضغوط الناتجة عن العلاقات الاجتماعية. إنه يمتلك القوة الداخلية والمرونة العاطفية التي تمكنه من التحمل والتعافي من الصدمات الاجتماعية والمواقف المحفوفة بالمخاطر، كما يتمتع بالثقة بالنفس والتفاؤل، مما يمكنه من التعامل مع الصعاب الاجتماعية والمشاكل بشكل فعال، ويظهر الصمود النفسي في القدرة على التحمل والتعاطف والاحترام تجاه الآخرين، مما يسهم في بناء علاقات اجتماعية صحية ومثمرة (da Silva-Sauer et al., 2022).

دراسات سابقة:

دراسة (Siu et al., 2014) التي هدفت إلى استكشاف وصف رأس المال النفسي في سياق أكاديمي وفهم ارتباطه بالنتائج الأكاديمية لدى طلاب الجامعة في السنين الأولى. تمت مراجعة منهجية لـ ٤٣ دراسة من مصادر متعددة بين عامي ٢٠١٢ و ٢٠٢٢، وتمحورت حول تأثير رأس المال النفسي على أداء طلاب الجامعة في السنة الأولى. تم التركيز على العوامل الشخصية والاجتماعية التي تؤثر على تطور رأس المال النفسي لدى الطلاب، مثل

احترام الذات والتحفيز والامتنان والدعم الأسري والعلاقات مع الأقران. أظهرت الدراسة أن رأس المال النفسي يلعب دوراً مهماً في النتائج الأكاديمية، مثل الأداء الأكاديمي والمشاركة والإرهاق والتكيف والتوتر والتحفيز الداخلي. تؤكد الدراسة على أهمية فهم علاقة رأس المال النفسي بنتائج الطلاب في السياق الأكاديمي، وتشير إلى ضرورة تكامل برامج تنمية رأس المال النفسي في المناهج الجامعية حيث يمكن لهذه المبادرات أن تعزز الإنجازات الأكاديمية والرفاه الشامل للطلاب الجامعيين.

وهدفت دراسة (Al-Mahrooqi & Denman, 2015) لرصد العوامل التي تؤثر على التكيف لدى طلاب السنة الأولى من مؤسسة اللغة الإنجليزية في الجامعة الحكومية الوحيدة في سلطنة عمان - جامعة السلطان قابوس (SQU). تم استخدام استبيان مكون من ثلاثة أجزاء يشتمل على أسئلة وعناصر مفتوحة باستخدام مفتاح الإجابة على مقياس ليكرت المكون من خمس نقاط. تشمل المجالات التي تم فحصها على أنها قد تؤثر على تكيف الطلاب الجدد التوقعات قبل وبعد دخول الجامعة، ومتطلبات تخصصات الطلاب أو تخصصاتهم، واحترام الذات، والمتطلبات الأكاديمية والاجتماعية والعاطفية لأدوارهم الجديدة كطلاب جامعيين، والتوتر، والرغبة في ترك الجامعة قبل الحصول على الدرجة العلمية. وتكونت العينة من 60 طالباً (30 ذكراً و30 أنثى) مسجلين في البرنامج التأسيسي للغة الإنجليزية بجامعة السلطان قابوس. وتشير النتائج إلى أن 46٪ من المشاركين يواجهون صعوبات في التكيف مع بيئتهم الجديدة التي تعتمد اللغة الإنجليزية ومتطلبات الدراسة في الجامعة. وشملت القضايا الرئيسية التي تم تحديدها لتسبب هذه الصعوبات انخفاض مستويات احترام الذات والافتقار إلى معلومات واضحة عن الدورة مما يؤدي إلى فهم محدود للمشاركين للدورة ومتطلباتها. عدم التكيف وطلاب السنة الجامعية الأولى في سلطنة عمان تم العثور على 61 اختلافاً بين الجنسين في هذه المجالات. ويختتم البحث بتقديم عدد من الحلول لتسهيل تكيف الطالب مع الدراسة الجامعية.

دراسة (Han et al., 2017) التي هدفت لمعرفة تأثير الوساطة لتقدير الذات والمرونة، والدور المعتدل لتجربة التترك في حياة الطلاب على الأحداث الحياتية السلبية

والاكتئاب في جامعات الصين. شملت الدراسة ٨٧٩ طالباً جامعياً من ٣ جامعات في سيتشوان وتشونغتشينغ، حيث تم فصلهم إلى مجموعتين (طلاب جامعيين بتجربة ترك وطلاب جامعيين بدون تجربة ترك). تم استخدام مجموعة من الأدوات للتقييم، بما في ذلك قائمة تقييم أحداث الحياة للمراهقين، ومقياس تقدير الذات، ومقياس المرونة للمراهقين الصينيين، ومقياس الاكتئاب ذات التقييم الذاتي. أظهرت النتائج أن طلاب الجامعات الذين عاشوا تجربة الترك كانت الدرجات لديهم أعلى بشكل دال مقارنة بأقرانهم الذين لم يعيشوا تجربة الترك كما كانت الخلفية الخيرية للطلاب تؤثر بشكل معتدل على احترام الذات والمرونة.

سعت دراسة (Liang et al., 2018) إلى معرفة تطور رأس المال النفسي لطلاب الجامعات، وتصميم تدخل جماعي لتحسين رأس المال النفسي لطلاب الجامعات. تم توزيع استبيان على ٢٨١ طالباً جامعياً عاشوا تجربة تركهم وحدهم و ٢٨٤ طالباً جامعياً في المجموعة الضابطة في الدراسة الأولى. أظهرت النتائج أن رأس المال النفسي لدى الطلاب الجامعيين الذين عاشوا تجربة تركهم وحدهم كان متوسطاً، وكانت مستويات إيمانهم بالنفس وتفائلهم وآمالهم ورأس المال النفسي الشامل أقل بشكل دال من غيرهم الذين لم يعيشوا تجربة الترك لوحدهم، ومع ذلك كانت قوتهم النفسية على نحو ملحوظ أعلى من غيرهم الذين لم يعيشوا تجربة الترك، كما أشارت النتائج أيضاً إلى أن بعض العوامل الديموغرافية مثل الجنس، والصف الدراسي، ووضع الطفل الوحيد، وتجربة قيادة الطلاب، وتكرار اللقاء مع الوالدين، والعلاقة مع الأوصياء تؤثر بشكل واضح على رأس المال النفسي لديهم. ويلاحظ من عرض الدراسات السابقة أن رأس المال النفسي من المتغيرات النفسية المهمة التي يكون لها دور كبير في التكيف بالمرحلة الجامعية والحياة بشكل عام، حيث يشير رأس المال النفسي إلى مجموعة من الموارد والخصائص النفسية والعاطفية التي يمتلكها الفرد، والتي تؤثر على قدرته على التكيف مع التحديات والتغيرات في حياته. وفي سياق الحياة الجامعية، يلعب رأس المال النفسي دوراً هاماً في تحديد كيفية تكيف الطلاب مع البيئة الجديدة، ومن

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

العناصر المكونة لرأس المال النفسي والتي لها أثر كبير في التكيف: التحفيز وتحديد الأهداف، الايجابية، التحمل النفسي، العلاقات الاجتماعية، الإدراك الذاتي والنجاح الشخصي.

فروض الدراسة :

ويمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي :

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التكيف مع الحياة الجامعية والمتوسط الفرضي (٥٠ %) لدى عينة طلاب السنة الأولى الجامعية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات رأس المال النفسي والمتوسط الفرضي (٥٠ %) لدى عينة طلاب السنة الأولى الجامعية.
3. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي ودرجاتهم على الأبعاد و الدرجة الكلية لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية.
4. يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية من خلال أبعاد رأس المال النفسي لدى عينة طلاب السنة الأولى الجامعية.

الطريقة والإجراءات :

أولاً : منهج الدراسة :

تم استخدام المنهج الوصفي الذي يعتمد على جمع البيانات عن الظاهرة المراد دراستها، وتنظيمها وتحليلها كمياً ونوعياً واستخراج الاستنتاجات التي تساعد على فهم ظاهرة الدراسة وتطويرها .

ثانياً : عينة الدراسة :

و قد تكونت عينة الدراسة مما يلي:

أ) العينة الاستطلاعية: تكونت العينة الاستطلاعية من (١٦٤) طالب وطالبة من طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء التابعة لإمارة الشارقة بدولة الإمارات العربية المتحدة، (١٠٦ ذكور، ٥٨ إناث)، تتراوح أعمارهم بين ١٧ و ١٨ عاماً، بمتوسط عمري قدره ١٨,١١ ، وانحراف معياري قدره ٠,٦٨، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة .

(ب) العينة الأساسية :

تكونت العينة الأساسية للدراسة من (٢٥٩) طالب وطالبة من طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء التابعة لإمارة الشارقة بدولة الإمارات العربية المتحدة (178 من الذكور ، 81 من الإناث)، بمتوسط عمري قدره ١٨,٠٩ وانحراف معياري قدره ٠,٧٤ بهدف التحقق من فروض الدراسة.

ثالثاً: أدوات الدراسة :

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس التكيف مع الحياة الجامعية ورأس المال النفسي، و يمكن تناولها على النحو التالي:

١- مقياس التكيف مع الحياة الجامعية **Student Adaptation to College**

(SAC) (ترجمة وتعريب: هيبه، ٢٠١٧) :

أعد هذا المقياس (Baker & Siryk ,1999) وتتكون الصورة المعربة للمقياس والتي ترجمها (هيبه، ٢٠١٧) من (٥٢) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد هي : (التكيف الأكاديمي ، والتكيف الانفعالي الشخصي ، والتكيف الاجتماعي) ، ويمكن وصفها على النحو التالي:

- أ- التكيف الأكاديمي: ويتكون من (٢٥) عبارة تقيس مدى نجاح الطالب في مواجهة المطالب التربوية المتنوعة (مثل: الدافعية للأداء الأكاديمي بشكل جيد ، والأداء الأكاديمي).
- ب- التكيف الانفعالي الشخصي: ويتكون من (١٦) مفردة تقيس مدى شعور الفرد نفسياً وبدنياً داخل الجامعة من خلال الحالة النفسية الداخلية خلال عملية التكيف في الجامعة .
- ج- التكيف الاجتماعي : ويتكون من (١١) مفردة تقيس مدى نجاح الطالب في مواجهة المطالب الاجتماعية داخل الجامعة (مثل : الأنشطة الاجتماعية ، إقامة علاقات مع الآخرين).
- والجدول التالي يوضح وصف تلك الأبعاد :

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

جدول (١) توزيع عبارات مقياس التكيف مع الحياة الجامعية

عدد العبارات	أرقام العبارات	البعد
٢٥	٣٩-٣٦-٣٣-٣٢-٢٩-٢٦-١٩-١٨-١٦-١٥-١٣-١٢-١١-١٠-٧-٤-١ ٥٢-٥١-٥٠-٤٩-٤٧-٤٥-٤٣-٤١	التكيف الأكاديمي
١٦	٤٨-٤٢-٤٠-٣٧-٣١-٣٠-٢٧-٢٤-٢٣-٢٢-٢٠-١٧-١٤-٨-٥-٢	التكيف الانفعالي الشخصي
١١	٤٦-٤٤-٣٨-٣٥-٣٤-٢٨-٢٥-٢١-٩-٦-٣	التكيف الاجتماعي
٥٢		إجمالي عدد العبارات

تصحيح المقياس :

للاستجابة لكل مفردة، تم وضع مقياس خماسي بطريقة ليكرت؛ موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة. وللإجابة عليه يضع الطالب علامة (√) في الخانة التي تتوافق معه. ويأخذ الطالب خمس درجات إذا اختار البديل " موافق بشدة " وأربع درجات إذا اختار البديل "موافق" وثلاث درجات إذا اختار البديل "محايد" ودرجتين إذا اختار البديل "معارض" ودرجة واحدة إذا اختار البديل "معارض بشدة"، وذلك بالنسبة للعبارات الموجبة مع عكس التصحيح بالنسبة للعبارات السالبة، وتتراوح الدرجة على المقياس من (٥٢- ٢٦٠)، وكلما زادت الدرجة دلت على ارتفاع التكيف مع الحياة الجامعية لدى الطالب.

وقد قام (هيبه ، ٢٠١٧) بالتحقق من الخصائص السيكومترية لهذا المقياس على النحو التالي:
الصدق : قام (هيبه ، ٢٠١٧) بالتحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين ، والتحليل العاملي الاستكشافي والذي نتج عنه استخراج الأبعاد الثلاثة للمقياس . كما قام بحساب الاتساق الداخلي للمقياس .

الثبات: قام (هيبه ، ٢٠١٧) بالتحقق من الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ وبلغت قيم المعاملات (٠,٩١ ، ٠,٨٣ ، ٠,٨١ ، ٠,٩٢) بالنسبة للأبعاد الثلاثة و المقياس ككل على الترتيب .

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية :

الصدق العاملي للمقياس :

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (٢) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة لتثبيح كل مفردة على أبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية:

جدول (٢) تشبعات مفردات أبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

المفردة	الوزن الاتحادي المعيارية	الوزن الاتحادي	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة	البعد
١	٠,٤٦	١	-	-	-	التكيف الأكاديمي
٤	٠,٤٦	١,٣٢	٠,٢٤	٥,٦٢	٠,٠١	
٧	٠,٦٧	٢,٣٣	٠,٣٤	٦,٨٩	٠,٠١	
١٠	٠,٤٩	١,٣١	٠,٢٢	٥,٨٧	٠,٠١	
١١	٠,٥	١,٥٥	٠,٢٦	٥,٩٤	٠,٠١	
١٢	٠,٦٦	١,٨	٠,٢٦	٦,٨٣	٠,٠١	
١٣	٠,٥٦	١,٧٢	٠,٢٧	٦,٣١	٠,٠١	
١٥	٠,٥٣	١,٥٨	٠,٢٦	٦,١١	٠,٠١	
١٦	٠,٦٢	٢,٠٤	٠,٣١	٦,٦٧	٠,٠١	
١٨	٠,٦٦	٢,١٦	٠,٣٢	٦,٨٥	٠,٠١	
١٩	٠,٥٧	١,٦١	٠,٢٥	٦,٣٨	٠,٠١	
٢٦	٠,٥٨	١,٧٥	٠,٢٧	٦,٤٥	٠,٠١	
٢٩	٠,٥١	١,٥٤	٠,٢٦	٦	٠,٠١	
٣٢	٠,٧١	٢,٣٧	٠,٣٤	٧,٠٨	٠,٠١	
٣٣	٠,٥٢	١,٥٥	٠,٢٦	٦,٠٦	٠,٠١	
٣٦	٠,٥٣	١,٧١	٠,٢٨	٦,١١	٠,٠١	
٣٩	٠,٥	١,٤٤	٠,٢٤	٥,٩٤	٠,٠١	
٤١	٠,٦	١,٧٨	٠,٢٧	٦,٥٦	٠,٠١	
٤٣	٠,٤٧	١,٤١	٠,٢٥	٥,٧٣	٠,٠١	
٤٥	٠,٥٧	١,٦١	٠,٢٥	٦,٣٦	٠,٠١	
٤٧	٠,٧	٢,٠١	٠,٢٩	٧,٠٤	٠,٠١	
٤٩	٠,٥٦	١,٦٧	٠,٢٦	٦,٣٣	٠,٠١	

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

مستوى الدلالة	النسبة المئوية	خطأ القياس	الوزن الانحداري	الوزن الانحداري المعياري	المفردة	البعد
٠,٠١	٥,٣٨	٠,٢٥	١,٣٤	٠,٤٣	٥٠	
٠,٠١	٥,٧٨	٠,٢٤	١,٣٦	٠,٤٨	٥١	
٠,٠١	٥,٧١	٠,٢١	١,١٩	٠,٤٧	٥٢	
٠,٠١	١٣	٠,٠٨	١,٠١	٠,٧٦	٤٨	التكيف الانفعالي الشخصي
٠,٠١	٩,١٨	٠,٠٨	٠,٧٣	٠,٥٧	٤٢	
٠,٠١	٨,٧٦	٠,٠٦	٠,٥٥	٠,٥٤	٤٠	
٠,٠١	٩,٣٢	٠,٠٦	٠,٥٧	٠,٥٧	٣٧	
٠,٠١	٩,٤٤	٠,٠٧	٠,٧	٠,٥٨	٣١	
٠,٠١	٧,٣٣	٠,٠٧	٠,٥٢	٠,٤٦	٣٠	
٠,٠١	٩,٤	٠,٠٧	٠,٦٧	٠,٥٨	٢٧	
٠,٠١	٧,٨٩	٠,٠٨	٠,٦١	٠,٤٩	٢٤	
٠,٠١	٨,٤	٠,٠٩	٠,٧١	٠,٥٢	٢٣	
٠,٠١	٨,٤٥	٠,٠٨	٠,٦٤	٠,٥٣	٢٢	
٠,٠١	١٠,٤٦	٠,٠٧	٠,٧٣	٠,٦٣	٢٠	
٠,٠١	٩,٧٤	٠,٠٨	٠,٧٦	٠,٦	١٧	
٠,٠١	٩,٣٧	٠,٠٧	٠,٦٩	٠,٥٨	١٤	
٠,٠١	٩,٨٦	٠,٠٦	٠,٥٨	٠,٦	٨	
٠,٠١	١١,٢	٠,٠٦	٠,٦٧	٠,٦٧	٥	
-	-	-	١	٠,٧٩	٢	
-	-	-	١	٠,٤٨	٣	التكيف الاجتماعي
٠,٠١	٦,٦٦	٠,٢١	١,٣٨	٠,٦٤	٦	
٠,٠١	٥,٩١	٠,٢٢	١,٣١	٠,٥١	٩	
٠,٠١	٦,٨٣	٠,٢٤	١,٦١	٠,٦٧	٢١	
٠,٠١	٦,١٥	٠,٢٣	١,٤١	٠,٥٥	٢٥	
٠,٠١	٦	٠,١٩	١,١٥	٠,٥٣	٢٨	
٠,٠١	٦,٤١	٠,٢٣	١,٥	٠,٥٩	٣٤	
٠,٠١	٥,٠٨	٠,٢٣	١,١٥	٠,٤١	٣٥	
٠,٠١	٦,١١	٠,٢٤	١,٤٥	٠,٥٤	٣٨	
٠,٠١	٦,٠٦	٠,٢٥	١,٥٢	٠,٥٤	٤٤	
٠,٠١	٦,٣٧	٠,٢	١,٢٨	٠,٥٩	٤٦	

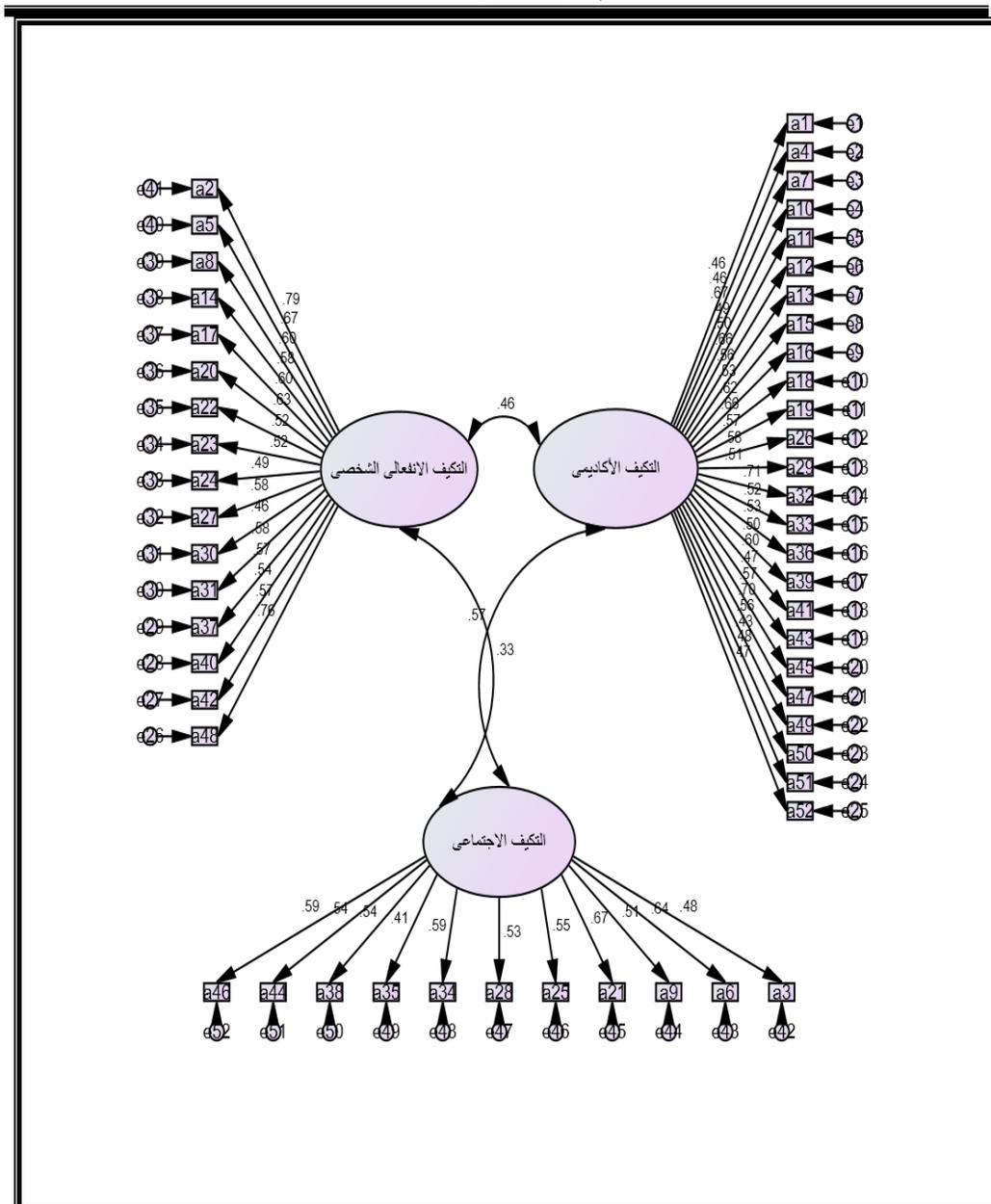
يتضح من جدول (٢) أن جميع مفردات مقياس التكيف مع الحياة الجامعية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية. ويوضح جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية:

جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٣٣٠٦,٨٧	
مستوى الدلالة	دالة عند مستوى ٠,٠١	
DF	١٢٧١	
CMIN/DF	٢,٦٠	أقل من ٥
GFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٣) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٣٣٠٦,٨٧ بدرجات حرية = ١٢٧١ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٦٠، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.94، NFI= 0.91، IFI= 0.95، CFI= 0.92، RMSEA= 0.08)، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العائلي التوكيدي لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية. ويمكن توضيح نتائج التحليل العائلي التوكيدي لبنية التكيف مع الحياة الجامعية من خلال الشكل التالي:

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة



شكل (1) البناء العاملي لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية

الاتساق الداخلي لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية:

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (٤) قيم معاملات الارتباط لعبارات مقياس التكيف مع الحياة الجامعية

التكيف الاجتماعي		التكيف الانفعالي الشخصي		التكيف الأكاديمي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠,٥٧	٣	**٠,٥٨	٢	**٠,٥٥	١
**٠,٦٣	٦	**٠,٥١	٥	**٠,٦١	٤
**٠,٧٠	٩	**٠,٤٨	٨	**٠,٦٦	٧
**٠,٥٢	٢١	**٠,٤٦	١٤	**٠,٤٧	١٠
**٠,٥٠	٢٥	**٠,٥٦	١٧	**٠,٥٦	١١
**٠,٤٤	٢٨	**٠,٥١	٢٠	**٠,٤٤	١٢
**٠,٧١	٣٤	**٠,٦٤	٢٢	**٠,٤٨	١٣
**٠,٧٨	٣٥	**٠,٦١	٢٣	**٠,٥٣	١٥
**٠,٦٥	٣٨	**٠,٥٧	٢٤	**٠,٦٣	١٦
**٠,٦١	٤٤	**٠,٦٤	٢٧	**٠,٥٨	١٨
**٠,٧٤	٤٦	**٠,٤٣	٣٠	**٠,٥٨	١٩
		**٠,٦٣	٣١	**٠,٤٢	٢٦
		**٠,٥	٣٧	**٠,٦٢	٢٩
		**٠,٦٥	٤٠	**٠,٥٢	٣٢
		**٠,٥٨	٤٢	**٠,٤٢	٣٣
		**٠,٦	٤٨	**٠,٥٥	٣٦
				**٠,٦٣	٣٩
				**٠,٥	٤١
				**٠,٦٢	٤٣
				**٠,٥٤	٤٥
				**٠,٧٥	٤٧
				**٠,٦٢	٤٩
				**٠,٤٩	٥٠
				**٠,٦٤	٥١
				**٠,٦٦	٥٢

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٤) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١ ، و الذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
**٠,٨٩	التكيف الأكاديمي
**٠,٨٥	التكيف الانفعالي الشخصي
**٠,٨٧	التكيف الاجتماعي

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٥) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٨٥.٠ - ٨٩.٠) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس ، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.
ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس والمقياس ككل والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول (٦) يوضح ثبات مقياس التكيف مع الحياة الجامعية بطريقة ألفا كرونباخ

معامل ألفا كرونباخ	البعد
٠,٨٥	التكيف الأكاديمي
٠,٨٦	التكيف الانفعالي الشخصي
٠,٨٢	التكيف الاجتماعي
٠,٩٤	المقياس ككل

يتضح من الجدول السابق(٦) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس التكيف مع الحياة الجامعية.

٢- مقياس رأس المال النفسي (ترجمة وتعريب الباحثة):

- أعد هذا المقياس (Luthans et al.,2007) وهو يتكون من أربع أبعاد هي :
- البعد الأول : الكفاءة الذاتية: ويتكون هذا البعد من ٦ عبارات (٦-١) .
 - البعد الثاني : الأمل : ويتكون هذا البعد من ٦ عبارات (٧-١٢) .
 - البعد الثالث :الصمود : ويتكون هذا البعد من ٦ عبارات (١٣-١٨).

- البعد الرابع: التفاؤل: ويتكون هذا البعد من ٦ عبارات (١٩-٢٤).

تصحيح المقياس :

للاستجابة لكل مفردة، تم وضع مقياس خماسي بطريقة ليكرت؛ موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة. وللإجابة عليه يضع الطالب علامة (٧) في الخانة التي تتوافق معه. ويأخذ الطالب خمس درجات إذا اختار البديل " موافق بشدة " وأربع درجات إذا اختار البديل "موافق" وثلاث درجات إذا اختار البديل "محايد" ودرجتين إذا اختار البديل "معارض" ودرجة واحدة إذا اختار البديل "معارض بشدة"، وذلك بالنسبة للعبارات الموجبة مع عكس التصحيح بالنسبة للعبارات السالبة، وتتراوح الدرجة على المقياس من (٢٤- ١٢٠)، وكلما زادت الدرجة دلت على ارتفاع رأس المال النفسي لدى الطالب.

الخصائص السيكومترية لمقياس رأس المال النفسي

مؤشرات صدق البنية لمقياس رأس المال النفسي :

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس رأس المال النفسي باستخدام التحليل العامل التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20 ، و يوضح جدول (٧) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة لتثبيح كل مفردة على أبعاد مقياس رأس المال النفسي :

جدول (٧) تشبعات مفردات أبعاد مقياس رأس المال النفسي باستخدام التحليل العامل التوكيدي

المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة	البعد
٦	٠,٧٣	٠,٩٨	٠,١	٩,٨٤	٠,٠١	الكفاءة الذاتية
٥	٠,٥٢	٠,٩٨	٠,١٣	٧,٤٣	٠,٠١	
٤	٠,٧٣	٠,٩٥	٠,١	٩,٩١	٠,٠١	
٣	٠,٥٩	١,٠٧	٠,١٣	٨,٢٤	٠,٠١	
٢	٠,٤١	١,٠٣	٠,١٧	٦,٠٦	٠,٠١	
١	٠,٦٤	١	-	-	-	
١٢	٠,٧١	٠,٨٦	٠,٠٨	١٠,٩٥	٠,٠١	الأمل
١١	٠,٧٩	١,١٧	٠,١	١٢,٠٩	٠,٠١	

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

المستوى الدلالة	النسبة الدرجة	خطأ القياس	الوزن الاتحادي	الوزن الاتحادي المعياري	المفردة	البعد
٠,٠١	١١,٦٣	٠,١١	١,٢٤	٠,٧٦	١٠	
٠,٠١	١١,٩٢	٠,١١	١,٣٦	٠,٧٨	٩	
٠,٠١	١١,٩٧	٠,١١	١,٣٢	٠,٧٨	٨	
-	-	-	١	٠,٧	٧	
٠,٠١	١٥,٣٥	٠,٠٥	٠,٨	٠,٧٧	١٨	الصمود
٠,٠١	٨,٦٢	٠,٠٨	٠,٧٢	٠,٥١	١٧	
٠,٠١	١٠,٢٣	٠,٠٨	٠,٨١	٠,٥٨	١٦	
٠,٠١	١٧,٠٥	٠,٠٥	٠,٩١	٠,٨١	١٥	
٠,٠١	١٧,٤٦	٠,٠٦	٠,٩٩	٠,٨٢	١٤	
-	-	-	١	٠,٨٩	١٣	
٠,٠١	١٧,٢٣	٠,٠٦	١,١	٠,٨٦	٢٤	التفاؤل
٠,٠١	١٣,٩٣	٠,٠٩	١,٢٣	٠,٧٥	٢٣	
٠,٠١	١٧,٤٥	٠,٠٦	٠,٩٩	٠,٨٧	٢٢	
٠,٠١	١٥,٨	٠,٠٦	٠,٩٩	٠,٨١	٢١	
٠,٠١	١٦,٦٣	٠,٠٦	١,٠٤	٠,٨٤	٢٠	
-	-	-	١	٠,٨٣	١٩	

يتضح من جدول (٧) أن جميع مفردات مقياس رأس المال النفسي كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس رأس المال النفسي . ويوضح جدول (٨) مؤشرات صدق البنية لمقياس رأس المال النفسي :

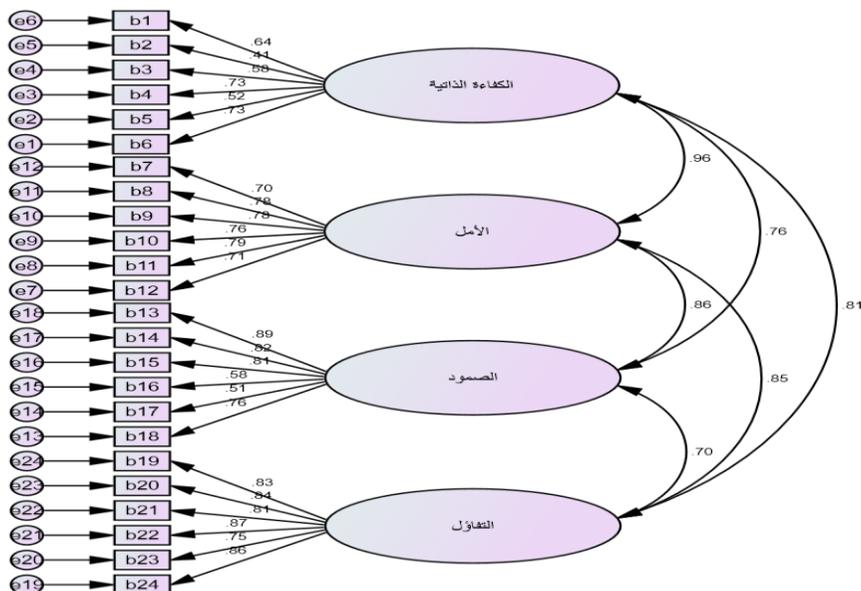
جدول (8) مؤشرات صدق البنية لمقياس رأس المال النفسي

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٥٦٥,٣٦	
مستوى الدلالة	داله عند ٠,٠١	
DF	٢٤٦	
CMIN/DF	٢,٢٩	أقل من ٥
GFI	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.

د/ موزة سيف خميس ناصر الدرهمي

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
		١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٨) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٥٦٥,٣٦ بدرجات حرية = ٢٤٦ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٢٩، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.95، NFI= 0.93، CFI= 0.94، RMSEA= 0.08)، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العائلي التوكيدي لمقياس رأس المال النفسي. ومما سبق يمكن القول أن نتائج التحليل العائلي التوكيدي قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء لمقياس رأس المال النفسي. ويمكن توضيح نتائج التحليل العائلي التوكيدي لبنية أبعاد رأس المال النفسي من خلال الشكل التالي:



شكل (٢) البناء العائلي لأبعاد مقياس رأس المال النفسي

الاتساق الداخلي

تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات كل بعد بالدرجة الكلية له. ويمكن توضيح النتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (٩) الاتساق الداخلي لكل بعد على مقياس رأس المال النفسي

التفاؤل		الصمود		الأمل		الكفاءة الذاتية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠,٦٣	١٩	**٠,٦٢	١٣	**٠,٤٥	٧	**٠,٦٨	١
**٠,٥٨	٢٠	**٠,٥٢	١٤	**٠,٦٠	٨	**٠,٦٤	٢
**٠,٥٤	٢١	**٠,٦١	١٥	**٠,٧٥	٩	**٠,٥٧	٣
**٠,٦٨	٢٢	**٠,٤٧	١٦	**٠,٦٢	١٠	**٠,٧٠	٤
**٠,٥٧	٢٣	**٠,٥٣	١٧	**٠,٤٩	١١	**٠,٥٦	٥
**٠,٦٧	٢٤	**٠,٤٥	١٨	**٠,٤٣	١٢	**٠,٦٩	٦

** دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١ ، و الذى يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين لأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي

معامل الارتباط	البعد
**٠,٨٦	الكفاءة الذاتية
**٠,٨٣	الأمل
**٠,٨١	الصمود
**٠,٨٧	التفاؤل

** دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين كل بُعد من الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلى .

ثبات مقياس رأس المال النفسي :

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس و المقياس ككل والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول (١١) معاملات الثبات لأبعاد مقياس رأس المال النفسي والمقياس ككل

البعد	معامل ألفا كرونباخ
الكفاءة الذاتية	٠,٧٨
الأمل	٠,٧٢
الصمود	٠,٧٥
التفاؤل	٠,٧٢
المقياس ككل	٠,٨٢

يتضح من الجدول السابق (١١) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس رأس المال النفسي وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق و الثبات و يمكن استخدامها علمياً .

الأساليب الإحصائية :

اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على بعض من الأساليب الإحصائية الملائمة لمتغيرات الدراسة، وذلك من خلال استخدام المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة، حيث تم إدخال البيانات، عن طريق استخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package For The Social Sciences) أو اختصاراً (SPSS25)، وكذلك برنامج AMOS20 الإحصائي، من أجل تحليلها والحصول على النتائج وقد استعملت الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون .
- التحليل العاملي التوكيدي.
- معامل الفا – كرونباخ لحساب الثبات.
- تحليل الانحدار المتعدد .

خطوات الدراسة :

- إعداد أدوات الدراسة والتحقق من خصائصها السيكومترية.
- اختيار عينة الدراسة من طلاب السنة الأولى .

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

- تطبيق أدوات الدراسة .
 - تفرغ و تصحيح درجات الطلاب على أدوات الدراسة .
 - معرفة مستوى التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الجامعية الأولى.
 - معرفة مستوى رأس المال النفسي لدى طلاب السنة الجامعية الأولى.
 - معرفة العلاقة بين رأس المال النفسي و التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الجامعية الأولى.
 - معرفة مدى إسهام أبعاد رأس المال النفسي فى التكيف مع الحياة الجامعية.
- نتائج التحقق من فروض الدراسة ومناقشتها:

١- نتائج التحقق من الفرض الأول :

نص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التكيف مع الحياة الجامعية والمتوسط الفرضى (٥٠ %) لدى عينة من الطلاب فى السنة الأولى الجامعية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار " ت " للعينة الواحدة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية لدى الطلاب والمتوسط الفرضى (٥٠ %)، ويوضح الجدول التالي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد التكيف مع الحياة الجامعية والمقياس ككل لدى الطلاب والمتوسط الفرضى (٥٠ %)

البعد	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
التكيف الأكاديمي	العينة	٢٥٩	٨٢,٥٣	٢٠,٦٧	٥,٨٦	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضى (٥٠%)	-	٧٥	-		
التكيف الانفعالي الشخصي	العينة	٢٥٩	٤٧,٨٤	١٣,٩٨	٠,١٨	غير دالة
	المتوسط الفرضى (٥٠%)	-	٤٨	-		
التكيف الاجتماعي	العينة	٢٥٩	٣٩,٠٢	٩,١٥	١٠,٥٩	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضى (٥٠%)	-	٣٣	-		
الدرجة الكلية	العينة	٢٥٩	١٦٩,٣٩	٣٨,٣٨	٥,٦١	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضى (٥٠%)	-	١٥٦	-		

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ %) في التكيف الأكاديمي لصالح أفراد العينة؛ حيث كان متوسط العينة ٨٢,٥٣ أعلى من المتوسط الفرضي (٥٠٪) = ٧٥، وكانت قيمة " ت " = ٥,٨٦، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ %) في التكيف الانفعالي الشخصي؛ حيث كان متوسط العينة ٤٧,٤٨ والمتوسط الفرضي (٥٠٪) = ٤٨، وكانت قيمة "ت" = ٠,١٨ وهي قيمة غير دالة إحصائياً. ويتضح من الجدول السابق أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ %) في التكيف الاجتماعي لصالح العينة؛ حيث كان متوسط العينة ٣٩,٠٢ أعلى من المتوسط الفرضي (٥٠٪) = ٣. وكانت قيمة " ت " = ١٠,٥٩ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. وأخيراً، يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ %) في الدرجة الكلية للمقياس لصالح العينة؛ حيث كان متوسط العينة ١٦٩,٣٩ أعلى من المتوسط الفرضي (٥٠٪) = ١٥٦، وكانت قيمة " ت " = ٥,٦١ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. وهذا يعني أن أفراد العينة من الطلاب في السنة الدراسية الأولى كانوا مستواهم مرتفع في التكيف مع الحياة الجامعية و ظهر هذا الارتفاع في التكيف الأكاديمي و التكيف الاجتماعي أما التكيف الانفعالي الشخصي كان مستواهم متوسط ، وهذا يعني أن أفراد العينة مستمتعين بالنواحي الأكاديمية في الجامعة ، فهم يتعاملون مع المطالب التربوية والتي تشتمل على الدافعية لإكمال الأعمال الأكاديمية ، والنجاح في مواجهة المتطلبات الأكاديمية ، والجهد الأكاديمي المبذول، والرضا عن البيئة الأكاديمية ، وكذلك في مستوى التكيف الاجتماعي الذي يتعلق بكيفية تعامل الطلاب في البيئة الاجتماعية ، واندماجهم في الأنشطة الاجتماعية ، ومدى رضاهم عن الجوانب الاجتماعية المتعددة لخبراتهم الجامعية .

٢- نتائج التحقق من الفرض الثاني :

نص الفرض الثالث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات رأس المال النفسي والمتوسط الفرضي (٥٠ %) لدى عينة من الطلاب في السنة الأولى الجامعية".

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار "ت" للعينة الواحدة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس رأس المال النفسي لدى الطلاب والمتوسط الفرضي (٥٠ ٪)، ويوضح الجدول التالي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد رأس المال النفسي والمقياس ككل لدى الطلاب والمتوسط الفرضي (٥٠ ٪)

البيد	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الكفاءة الذاتية	العينة	٢٥٩	٢٥,٩٠	٣,٥٠	٣٦,٣٨	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضي (٥٠ ٪)	-	١٨	-		
الأمل	العينة	٢٥٩	٢٦,٣٤	٣,٥٥	٣٧,٧٧	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضي (٥٠ ٪)	-	١٨	-		
الصمود	العينة	٢٥٩	٢٥,٠٢	٤,٢٨	٢٦,٣٥	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضي (٥٠ ٪)	-	١٨	-		
التفاؤل	العينة	٢٥٩	٢٦,٨٣	٣,٥٢	٤٠,٣٢	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضي (٥٠ ٪)	-	١٨	-		
الدرجة الكلية	العينة	٢٥٩	١٠٤,٠٨	١٢,٩٨	٣٩,٧٦	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتوسط الفرضي (٥٠ ٪)	-	٧٢	-		

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ ٪) في بعد الكفاءة الذاتية لصالح أفراد العينة؛ حيث كان متوسط العينة ٢٥,٩٠ أكثر من المتوسط الفرضي (٥٠ ٪) = ١٨، وكانت قيمة "ت" = ٣٦,٣٨ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. ويتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ ٪) في بعد الأمل لصالح العينة؛ حيث كان متوسط العينة ٢٦,٣٤ أكثر من المتوسط الفرضي (٥٠ ٪) = ١٨، وكانت قيمة "ت" = ٣٧,٧٧ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. ويتضح من الجدول السابق أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (٥٠ ٪) في بعد الصمود لصالح العينة؛ حيث كان متوسط العينة ٢٥,٠٢ أكثر من المتوسط الفرضي (٥٠ ٪) = ١٨ وكانت قيمة "ت" = ٢٦,٣٥ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. كما يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة

والمتوسط الفرضى (٥٠ %) فى بعد التفاؤل لصالح العينة، وكان متوسط العينة ٢٦,٨٣ أكثر من المتوسط الفرضى (٥٠ %) = ١٨، وكانت قيمة " ت " = ٤٠,٣٢ وهى قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. وأخيراً، يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضى (٥٠ %) فى الدرجة الكلية للمقياس لصالح العينة؛ حيث كان متوسط العينة ١٠٤,٠٨ أكثر من المتوسط الفرضى (٥٠ %) = ٧٢، وكانت قيمة " ت " = ٣٩,٧٦ وهى قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وهذا يدل على أن مستوى العينة مرتفع فى رأس المال النفسى أى أن مستواهم مرتفع فى الكفاءة الذاتية و الأمل و الصمود و التفاؤل .

٣- نتائج الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسى ودرجاتهم على الأبعاد و الدرجة الكلية لمقياس التكيف مع الحياة الجامعية .

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية و الدرجة الكلية و رأس المال النفسى و كانت النتائج كما بالجدول التالى :

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس رأس المال النفسى و الدرجة الكلية وأبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية و الدرجة الكلية

الدرجة الكلية	التكيف الاجتماعى	التكيف الانفعالى الشخصى	التكيف الأكاديمى	التكيف مع الحياة الجامعية رأس المال النفسى الكفاءة الذاتية
**٠,٤٧	**٠,٣٤	**٠,٣٩	**٠,٤٦	الأمل
**٠,٤٦	**٠,٣٤	**٠,٣٧	**٠,٤٦	الصمود
**٠,٥٣	**٠,٣٧	**٠,٤٢	**٠,٥٤	التفاؤل
**٠,٤٣	**٠,٣٣	**٠,٣٨	**٠,٣٩	الدرجة الكلية
**٠,٥٤	**٠,٤	**٠,٤٥	**٠,٥٣	

** دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول أنه توجد علاقة ارتباطيه موجبة و دالة عند مستوى ٠,٠١ بين أبعاد مقياس رأس المال النفسى و الدرجة الكلية و أبعاد مقياس التكيف مع الحياة الجامعية و الدرجة الكلية . فيمثل رأس المال النفسى أحد الجوانب الإيجابية التي تعكس صحة الفرد النفسية، ومدى توافقه العام ورضاه عن الحياة الجامعية تحديداً، حيث يعكس رأس المال

النفسي قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط الجامعية التي يتعرض لها في بدايات الدراسة، ويشمل ذلك مواجهة القلق والتحديات والتهديدات، حيث يواجه الفرد العديد من الضغوط التي قد تشكل مصادر قلق وتهديد، ويؤثر ذلك على توافقه العام وبشكل خاص توافقه الأكاديمي، فالكفاءة الذاتية تعزز القدرة على استخدام استراتيجيات حل المشكلة واتخاذ القرار للتخطيط وإدارة الموارد الشخصية بشكل أكثر فعالية، والتفكير أكثر بالتوقعات الايجابية، وهي مهمة في تحقيق الأهداف من رتبة أعلى، وأنها تلعب دوراً مهماً في مواجهة الضغوط، فتجعل الفرد ينزع إلى النظر إليها باعتبارها تحديات له وليست كونها تهديدات (Morton et al., 2014, 95)، كما أن الأفراد مرتفعي الكفاءة الذاتية يتميزون بعده خصائص، فهم يعتقدون بأنهم قادرين على وضع الأهداف المثيرة للتحدي، وفي قدرتهم على تحقيقها، والالتزام بالسعي نحوها، ولديهم قدرة أكبر على المثابرة في مواجهة التحديات لأنهم يستطيعون تغيير المواقف والسلوك لكي ينتجوا نواتج إيجابية أكثر، كما يبذلون جهوداً أكبر عند الفشل في تحقيق الأهداف المثيرة للتحدي، ويندمجون بشكل أعمق في الأنشطة المؤدية لتحقيق الأهداف، ويركزون على الفرص المفيدة بشكل محتمل – بدلاً من المخاطر- باعتبارها أهدافاً جديرة بالسعي نحوها، كما أنهم يعتقدون بأنهم قادرين على إدارة الضغوط بشكل ملائم، والاستعداد لها قبل أن تقع بشكل فعلي، كما يعتقدون في قدرتهم على إحداث التغيير الموجب، وعلى التحكم في الأحداث البيئية، ومن ثم يعتقدون بأنهم أقل عرضة للمخاطر، كما يعتقدون في قدرتهم على تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف يمكن التحكم فيها أكثر، والاستمرار في التوجه نحو المهام البيئية الصعبة تحت الظروف المرهقة مثل الانتقال للجامعة والتعرض للضغوط الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية (تامر شوقي، ٢٠١٠، ١٦٢-١٦٣). كما ترى الباحثة أن المتفائلون يستهدفون مواجهة المشكلات مسبقاً، ويتخذون خطوات نشيطة وبناءة في حل مشكلاتهم، فهم يسعون إلى تحقيق أهدافهم ذات القيمة حتى عندما يواجهون المواقف الصعبة أو الضاغطة، كما أنهم يفسرون الضغوط على أنها إثارة إنتاجية وطاقة حيوية، والنظر إلى المخاطر والمطالب والفرص في المستقبل باعتبارها تحديات شخصية وليست ضغوطاً، كما أنهم يميلون إلى تغيير الظروف المرتبطة

بالمواقف الضاغطة بدلاً من تجاهلها أو الانسحاب منها ، كما أنهم يبذلون جهوداً ليظلوا مندمجين في تحقيق الأهداف ذات القيمة ، كما أنهم يستخدمون المنظور الزمنى المستقبلي لبناء حياتهم ، مع تخطيط سياقات الفعل المفيدة ، و المصممة لتحقيق الأهداف المستقبلية ذات القيمة ، كما أنهم يتخللوا النواتج الناجحة واستخدامها في توجيه جهودهم في حل المشكلات. والتوقعات التفاضلية تعمل على الاندماج ومواصلة الجهد لتحقيق الأهداف المرغوبة في سياقات مختلفة تشمل حتى الظروف الصعبة. كما أن التفاؤل يستحث الاستخدام الأمثل لاستراتيجيات المواجهة بسبب التوقعات الايجابية المعقدة التي يولدها التفاؤل لدى الفرد ، للتغلب على المصاعب أو الشدائد كالانتقال للجامعة (Perera & McIlveen, 2014,396). ويعتبر الصمود من الأسس الرئيسة للصحة النفسية، ومؤشراً مهماً على السمات الإيجابية للشخصية؛ ولذلك فهو يلعب دوراً مهماً في نمو الفرد النفسي والاجتماعي، ويعبر عن نظام تفكيره وسلوكه في مواجهة الحياة ومتطلباتها المختلفة، ويكشف عن الاتزان الانفعالي للفرد، ويدل على مدى توافق الفرد مع ذاته وبيئته، كما أنه يدعم شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن العالم من حوله (Cheng et al., 2014, 1588). ويرى (Tan-Kristanto & Kiropoulos, 2015, 639) أن الصمود يحفز عملية التوافق الناجح مع الخبرات الحياتية السلبية التي تهدد الصحة النفسية للفرد، وتجاوزها بكل كفاءة واقتدار.

وكذلك (Kapikıran & Acun-Kapikıran, 2016,2089) يرى أن الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من الصمود لديهم القدرة على الوصول إلى نتائج إيجابية من المواقف الحياتية المختلفة حتى تلك المثيرة للضغوط النفسية، وأنهم قادرون على المحافظة على مستويات مرتفعة من الرضا عن الحياة. وأوضح (Kotze & Kleynhans, 2013, 52) أن الصمود بمثابة بنية عامة يشير إلى قدرة الأفراد على التوافق النفسي مع مختلف المواقف والبيئات التي تفرض عليهم، وأيضاً التغلب على الظروف والضغوط التي تفرضها هذه المواقف، حيث يلجأ الأفراد لنقاط القوة لديهم ولمهاراتهم ولكفايتهم الذاتية الداخلية

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

وللدعم الاجتماعي والنفسي المتوفر في البيئة المحيطة بهم من أجل المحافظة على مستويات مرتفعة من التوافق والهناء النفسي.

٤- نتائج التحقق من الفرض الرابع : الذي ينص على: يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية من خلال أبعاد رأس المال النفسي لدى عينة من طلاب السنة الأولى الجامعية .

و ينقسم هذا الفرض إلى أربع فروض فرعية على النحو التالي :

أ- يمكن التنبؤ بالتكيف الأكاديمي من خلال أبعاد رأس المال النفسي لدى عينة من طلاب السنة الأولى الجامعية.

و للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise و

الجدول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج :

يوضح الجدول التالي تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الأكاديمي:

جدول (١٥) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الأكاديمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	R ²	نسبة التباين
الانحدار	٣٥٧٢٩,٤٩	٢	١٧٨٦٤,٧٥	٦١,٣٩	دالة عند ٠,٠١	٠,٣٢	٣٢٪
البواقي	٧٤٤٩٣,٠٤	٢٥٦	٢٩٠,٩٩				
الكل	١١٠٢٢٢,٥	٢٥٨					

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الأكاديمي كانت دالة عند ٠,٠١ . بإسهام نسبي لهذه المتغيرات بلغ ٣٢٪ ، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على بعد التكيف الأكاديمي .

جدول (١٦) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الأكاديمي

المتغيرات	معاملات الانحدار B	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثابت	-١,١٥	٨,٢١	.	-٠,١٤	غير دالة
الصمود	٢	٠,٣	٠,٤٢	٦,٦٢	دالة عند ٠,٠١
الكفاءة الذاتية	١,٣	٠,٣٧	٠,٢٢	٣,٥١	دالة عند ٠,٠١

د/ موزة سيف خميس ناصر الدرهمي

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد رأس المال النفسي التي يمكن أن تنتبأ بيعد التكيف الأكاديمي

كانت (الصمود ، الكفاءة الذاتية) ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي :

$$\text{التكيف الأكاديمي} = 2 \times (\text{الصمود}) + 1,3 \times (\text{الكفاءة الذاتية}) - 1,15$$

ب- يمكن التنبؤ بالتكيف الانفعالي الشخصي من خلال أبعاد رأس المال النفسي لدى عينة من طلاب السنة الأولى الجامعية.

و للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise و

الجدول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج :

يوضح الجدول التالي تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي)

على بعد التكيف الانفعالي الشخصي:

جدول (١٧) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي)

على بعد التكيف الانفعالي الشخصي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	R ²	نسبة التباين
الانحدار	١٠٥٢٩,٧٦	٢	٥٢٦٤,٨٨	٣٣,٨١	دالة عند ٠,٠١	٠,٢١	٢١٪
اليواقي	٣٩٨٥٨,٧٥	٢٥٦	١٥٥,٧٠				
الكلية	٥٠٣٨٨,٥١	٢٥٨					

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الانفعالي الشخصي كانت دالة عند ٠,٠١ . بإسهام نسبي لهذه المتغيرات بلغ ٢١% ، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على بعد التكيف الانفعالي الشخصي .

جدول (١٨) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد

التكيف الانفعالي الشخصي

المتغيرات	معاملات الانحدار B	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثابت	٠,٨٤	٦	.	٠,١٤	غير دالة
الصمود	٠,٩٤	٠,٢٢	٠,٢٩	٤,٢٤	دالة عند ٠,٠١
الكفاءة الذاتية	٠,٩١	٠,٢٧	٠,٢٣	٣,٣٦	دالة عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد رأس المال النفسي التي يمكن أن تنتبأ بيعد التكيف الانفعالي

الشخصي كانت (الصمود ، الكفاءة الذاتية) ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي :

$$\text{التكيف الانفعالي الشخصي} = 0,94 \times (\text{الصمود}) + 0,91 \times (\text{الكفاءة الذاتية}) + 0,84$$

رأس المال النفسي وعلاقته بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى بجامعة كلباء بدولة الإمارات العربية المتحدة

جـ يمكن التنبؤ بالتكيف الاجتماعي من خلال أبعاد رأس المال النفسي لدى عينة من طلاب السنة الأولى الجامعية.

و للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise و الجداول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج :

يوضح الجدول التالي تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الاجتماعي:

جدول (١٩) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الاجتماعي

نسبة التباين	R ²	مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط مجموع المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
١٦%	٠,١٦	دالة عند ٠,٠١	٢٤,٨٤	١٧٥٥,٣٧	٢	٣٥١٠,٧٥	الانحدار
				٧٠,٦٧	٢٥٦	١٨٠٩١,١١	البواقي
					٢٥٨	٢١٦٠١,٨٦	الكل

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الاجتماعي كانت دالة عند ٠,٠١ . بإسهام نسبي لهذه المتغيرات بلغ ١٦% ، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على بعد التكيف الاجتماعي .

جدول (٢٠) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على بعد التكيف الاجتماعي

مستوى الدلالة	قيمة ت	معاملات الانحدار المعيارية	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار B	المتغيرات
دالة عند ٠,٠١	٣		٤,٠٥	١٢,١٣	الثابت
دالة عند ٠,٠١	٣,٨١	٠,٢٧	٠,١٥	٠,٥٧	الصمود
دالة عند ٠,٠١	٢,٦٨	٠,١٩	٠,١٨	٠,٤٩	الكفاءة الذاتية

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد رأس المال النفسي التي يمكن أن تتنبأ ببعدها التكيف الاجتماعي كانت (الصمود ، الكفاءة الذاتية) ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي :

التكيف الاجتماعي = ٠,٥٧ × (الصمود) + ٠,٤٩ × (الكفاءة الذاتية) + ١٢,١٣ .

د- يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية ككل من خلال أبعاد رأس المال النفسي لدى عينة من طلاب السنة الأولى الجامعية.

و للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise و الجداول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج :

يوضح الجدول التالي تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على التكيف مع الحياة الجامعية ككل:

جدول (٢١) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على التكيف مع الحياة الجامعية ككل

نسبة التباين	R ²	مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط مجموع المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
٣٢٪	٠,٣٢	دالة عند ٠,٠١	٦١,١٣	٦١٤٣٨,٨٣	٢	١٢٢٨٧٧,٧	الانحدار
				١٠٠٤,٩٠	٢٥٦	٢٥٧٢٥٤,٢	البواقي
					٢٥٨	٣٨٠١٣١,٨	الكلي

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على التكيف مع الحياة الجامعية ككل كانت دالة عند ٠,٠١ . بإسهام نسبي لهذه المتغيرات بلغ ٤٤,٩ % ، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على التكيف مع الحياة الجامعية ككل .

جدول (٢٢) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد رأس المال النفسي) على التكيف مع الحياة الجامعية ككل

مستوى الدلالة	قيمة ت	معاملات الانحدار المعيارية	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار B	المتغيرات
دالة عند ٠,٠١	١٣,٨٥		٣,٧٥	٥١,٩٦	الثابت
دالة عند ٠,٠١	٧,٦	٠,٣٦	٠,١٢	٠,٩٢	الصمود
دالة عند ٠,٠١	٧,٣٣	٠,٣٥	٠,١٦	١,١٧	الكفاءة الذاتية

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد رأس المال النفسي التي يمكن أن تتنبأ بالتكيف مع الحياة الجامعية ككل كانت (الصمود ، الكفاءة الذاتية) ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

التكيف مع الحياة الجامعية ككل = ٠,٩٢ × (الصمود) + ١,١٧ × (الكفاءة الذاتية)
٥١,٩٦+

ويلاحظ من نتائج الفرض السابق بأنه يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية من خلال أبعاد رأس المال النفسي و كانت أكثر الأبعاد هي الصمود و الكفاءة الذاتية ، فالكفاءة الذاتية تعزز القدرة على استخدام استراتيجيات حل المشكلة واتخاذ القرار للتخطيط وإدارة الموارد الشخصية بشكل أكثر فعالية ، والتفكير أكثر بالتوقعات الايجابية، وهي مهمة فى تحقيق الأهداف ، أن الصمود بمثابة بنية عامة يشير إلى قدرة الأفراد على التوافق النفسي مع مختلف المواقف والبيئات التي تفرض عليهم، وأيضاً التغلب على الظروف والضغوط التي تفرضها هذه المواقف، حيث يلجأ الأفراد لنقاط القوة لديهم ولمهاراتهم ولكفائتهم الذاتية الداخلية وللدعم الاجتماعي والنفسي المتوفر في البيئة المحيطة بهم من أجل المحافظة على مستويات مرتفعة من التوافق والهناء النفسي. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (شاهين، ٢٠٢٣) التي توصلت أنه يمكن التنبؤ بالتوافق الدراسي من خلال رأس المال النفسي .

خلاصة النتائج :

توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التكيف مع الحياة الجامعية مرتفع لدى أفراد العينة من طلاب السنة الأولى الجامعية في جامعة كلباء، و كذلك مستوى رأس المال النفسي لدى طلاب السنة الأولى الجامعية، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد رأس المال النفسي و المقياس ككل و كذلك أبعاد التكيف مع الحياة الجامعية و المقياس ككل، كما توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالتكيف مع الحياة الجامعية من خلال أبعاد رأس المال النفسي و كانت أكثر الأبعاد هي الصمود و الكفاءة الذاتية.

توصيات الدراسة :

من خلال ما اطلعت عليه الباحثة من أدبيات وما تم التوصل إليه من نتائج، يمكن التوصية بما يلي:

١- مساعدة الطلاب فى عملية التكيف فى المرحلة الجامعية وخاصة لدى طلاب السنة

الدراسية الأولى .

- ٢- تقديم محاضرات توعية للطلاب الجدد عن طبيعة الدراسة في الجامعة وكيفية تنظيم وإدارة الوقت .
- ٣- إقامة رحلات ترفيهية للطلاب الجدد للمساعدة في التفريغ الانفعالي، وخلق جو من المرونة والتنوع .
- ٤- مد يد العون للطلاب أثناء المرحلة الجامعية، حتى يتمكنوا من الصمود أمام الضغوط الدراسية والاجتماعية التي يمرون بها لأنها ستساعدهم على زيادة التكيف مع الحياة الجامعية .
- ٥- تقديم محاضرات لتوعية الطلاب بمخاطر الضغوط الأكاديمية و الاجتماعية وكيفية مواجهتها وتأثيرها على تكيفهم الجامعي.

بحوث مقترحة :

- ١- دراسة متغيرات أخرى و تأثيرها على التكيف في الحياة الجامعية مثل الانفعالات الإيجابية، والاستقلالية، وقبول الذات، واليقظة الذهنية، وسمات الشخصية.
- ٢- دراسة سمات الشخصية الخمسة الكبرى وعلاقتها بالتكيف في الحياة الجامعية.
- ٣- إجراء نفس الدراسة الحالية في مراحل تعليمية أخرى كالمرحلة الإعدادية أو المرحلة الثانوية.

المراجع

المراجع العربية

- بهنساوي، أحمد فكري (٢٠١٩). التنافر المعرفي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية جامعة بني سويف - كلية التربية*. ١٦ (٨٤)، ١-٤٧.
- السيد، رياض سليمان (٢٠٢٠). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلاب الجامعة: دراسة في نمذجة العلاقات. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، ٤٤ (٣)، ٢٩١-٣٧٢.
- شاهين، سارة محمد (٢٠٢٣). الإسهام النسبي لرأس المال النفسي في التنبؤ بالتوافق الأكاديمي لدى طالبات الجامعة، *مجلة الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس*، ٧٣ (١)، ١٤٧-١٩٣.
- شعثان، لخضر (٢٠١٩). التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات: دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة زيان عاشور الجلفة. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح - ورقلة*. ١١ (٢)، ٢٥-٣٦.
- عبد الحافظ، ثناء عبدالودود (٢٠١٥). التفكير العلمي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *المؤتمر العلمي الرابع لأبحاث الموهبة والتفوق في الوطن العربي: الطالب في مدرسة المستقبل*، الناشر: المؤسسة الدولية للشباب والبيئة والتنمية والجامعة الأردنية. ص ٢٢٥-٢٥٢.
- عبدالله، حنان أحمد (٢٠٢٠). مستوى مهارات الحياة وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة الأردنية. *المجلة التربوية الأردنية*، ٥ (١)، ٧٤-١٠٠.
- العززي، خليل إبراهيم؛ حمود، سعد علي (٢٠١٤). رأس المال النفسي "منظور فكري في المكونات والمرتكزات الجوهرية للبناء والتطوير"، *مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية، كلية الإدارة والاقتصاد، جامعة بغداد*، ص ١٨-٦٥.
- قادر، محمود مصطفى (٢٠٢٣). الضغوط الحياتية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي: بحث ميداني لدى العمال السوريين في مدينة أربيل. *مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية*، عدد ٤٨، ٥١٦-٥٥١.
- الكرداوي، مصطفى محمد (٢٠١٣). أثر الانطمار الوظيفي في العلاقة بين رأس المال النفسي ومستوى الشعور بالاحتقان الوظيفي لدى العاملين بالقطاع الحكومي في محافظة الدقهلية، *مجلة الإدارة العامة، معهد الإدارة العامة بالرياض*، (٥٣)، (٣)، ٧٤١-٧٨٩.
- محمد، تمارا قاسم (٢٠٢١). أثر الكفاءة الذاتية الأكاديمية والتكيف الأكاديمي وأسلوب التعلم بالشغف الأكاديمي. (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة اليرموك.
- محمد، إيمان عبدالوهاب (٢٠١٩). الطلاب الوافدين وآليات التكيف الثقافي والأكاديمي: دراسة ميدانية في بعض الجامعات الحكومية والخاصة، *مجلة البحث العلمي في الآداب*، ٢٠ (٤)، ٣٣٩-٣٥٨.

محمد، هيثم يوسف (٢٠٢٢). التكيف الأكاديمي لدى الطلبة اللاجئين السوريين من ذوي الإعاقة. *مجلة جامعة عمان العربية للبحوث - سلسلة البحوث التربوية والنفسية*، ٧(٢)، ٦٧٠-٦٩٣.
هادي، نداء كاظم (٢٠٢١). التسوية الأكاديمي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة الجامعة. *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. ١٩، ٩٩-١١٥.
هيبة ، محمد أحمد (٢٠١٧). العلاقات السببية بين بعض المتغيرات الشخصية والديموجرافية والمواجهة المعتمدة على الاندماج بالتكيف مع الحياة الجامعية لدى طلاب السنة الأولى ، *مجلة الإرشاد النفسى* ، ٤٩ ، ١-٦٠.

المراجع الأجنبية

- Al-Mahrooqi, R. I., & Denman, C. J. (2015). Adaptation and first-year university students in the Sultanate of Oman. Chapter in a publication. Available at: ResearchGate.
- Anghel, R. (2015). Psychological and educational resilience in high vs. low-risk romanian adolescents. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 203, 153–157. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.08.274>.
- Areepattamannil, S., & Freeman, J. G. (2018). Academic achievement, academic self-concept, and academic motivation of immigrant adolescents in the greater Toronto area secondary schools. *Journal of Advanced Academics*, 19(4), 700–743. <https://doi.org/10.4219/jaa-2008-831>
- Cheng, C., Bobo, L., & Puisally, C. (2014). Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(6), 1582-1607.
- Corti, F., Llanes, J., Dorio Alcaraz, I., & Freixa Niella, M. (2023). Initial adaptation among university student: The case of the social sciences. *Plos one*, 18(11), e0294440 Silva-Sauer, L., Lima, T.R.G., da Fonsêca, É.K.G. (2022). Psychological Resilience Moderates the Effect of Perceived Stress on Late-Life Depression in Community-Dwelling Older Adults. *Trends in Psychol.* (2022). <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00217-z>
- Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment amongst first year students in a Malaysian university. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 494-505.
- Franco-O'Byrne, D. (2023). The impact of loneliness and social adaptation on depressive symptoms: Behavioral and brain measures evidence from a brain health perspective. *Frontiers in Psychology*, 14, 1096178. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1096178>

- Han, L., Wang, Z. L., and Zhang, J. H. (2017). Relationship between negative life events and depression in college students with left-behind experience. *Chin. Ment. Health J.* 31, 326–332. doi: 10.3969/j.issn.1000-6729.2017.04.013
- Kapıkıran, S., & Acun-Kapıkıran, N. (2016). Optimism and psychological resilience in relation to depressive symptoms in university students: Examining the mediating role of self-esteem. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 16 (6) 2087– 2110.
- Kotze, M., & Kleynhans, R. (2013). Psychological well-being and resilience as predictors of first-year students' academic performance. *Journal of Psychology in Africa*, 23(1) 51–60.
- Krasikova, D. V., Lester, P. B., and Harms, P. D. (2015). Effects of psychological capital on mental health and substance abuse. *J. Leader. Organ. Stud.* 22 , 1–12. doi: 10.1177/1548051815585853
- Liang, L., Xiao, Q., & Yang, Y. (2018). The Psychological Capital of Left-Behind University Students: A Description and Intervention Study From China. *Frontiers in Psychology, Volume 9, Section: Educational Psychology*. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02438.
- Luthans F, Youssef-Morgan CM.(2017). Psychological capital: an evidence-based positive approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. 2017;4(1):339–366. doi: 10.1146/annurev-orgpsych-032516-113324
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction.
- McKenny AF, Short JC, Payne GT.(2013). Using computer-aided text analysis to elevate constructs: An illustration using psychological capital. *Organizational Research Methods*. 2013;16(1):152–184.
- Mestre, J. M., Guil, R., Lopes, P. N., Salovey, P., & Gil-Olarte, P. (2016). Emotional intelligence and social and academic adaptation to school. *Psicothema*, 18, 112–117.
- Morton, S., Mergler, A., & Boman, P. (2014). Managing the transition: The role of optimism and self-efficacy for first-year australian university students. *Australian Journal of Guidance and Counselling* , 24(1), pp. 90-108.
- Nie, Y., Cai, X., & Zhang, W. (2015). A study of the relationships among personality, academic adaptation and academic achievement of

- grade one middle school students. *Studies of Psychology and Behavior*, 3(2), 134–138 doi: CNKI:SUN:CLXW.0.2005-02-009
- Ouweneel, E., LeBlanc, P. M., and Schaufeli, W. B. (2011). Flourishing students: a longitudinal study on positive emotions, personal resources, and study engagement. *J. Posit. Psychol.* 6, 142–153. doi: 10.1080/17439760.2011.558847
- Perera, H. N., & McIlveen, P. (2014). The role of optimism and engagement coping in college adaptation: A career construction model. *Journal of Vocational Behavior*, 84(3), 395-404.
- Perera, H. N., & McIlveen, P., & Oliver, M., E. (2015).The mediating roles of coping and adjustment in the relationship between personality and academic achievement. *British Journal of Educational Psychology* , 85, 440–457.
- Reich, H. A., & Flanagan, K. S. (2018). School Adjustment. In I. B. Weiner & W. E. Craighead (Eds.), *The Corsini Encyclopedia of Psychology* (pp. 1–23). <https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy082>
- Rew, L., Thompson, S., & Brown, A. (2014). An intervention to enhance psychological capital in homeless females: preliminary findings. *J. Adolesc. Health* 54, S13–S13. doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.10.041
- Russo, S. D., & Stoykova, P. (2015). Psychological Capital Intervention (PCI): a replication and extension. *Hum. Resource Dev. Q.* 26, 329–347. doi: 10.1002/hrdq.21212
- Sang, L., Chen, G., & Zhu, J. (2016). The relationship between social support and learning adaptation of college students: The mediating effect of resilience. *China Journal of Health Psychology*, 24(2), 248–251. <https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2016.02.024>
- Schotte, K., Rjosk, C., & Edele, A. (2022). Do teachers' cultural beliefs matter for students' school adaptation? A multilevel analysis of students' academic achievement and psychological school adjustment. *Soc Psychol Educ* 25, 75–112 (2022). <https://doi.org/10.1007/s11218-021-09669-0>
- Siu, O. L., Bakker, A. B., and Jiang, X. H. (2014). Psychological capital among university students: relationships with study engagement and intrinsic motivation. *J. Happiness Stud.* 15, 979–994. doi: 10.1007/s10902-013-9459-2
- Sun, X., Zhang, X., Duan, C.(2023). Parental active internet mediation and Children's academic adaptation: the mediating role of video gaming

- and moderating role of deviant peer affiliation. *Curr Psychol* 42, 184–194 (2023). <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02217-1>
- Sweetman, D., & Luthans, F. (2010). “The power of positive psychology: psychological capital and work engagement,” in: *Work Engagement: A Handbook of Essential Theory and Research*, eds A. B. Bakker and M. P. Leiter (East Sussex: Psychology Press). 54–68.
- Tan-Kristanto, S. & Kiropoulos, L. (2015). Resilience, self efficacy, coping styles and depressive and anxiety symptoms in those newly diagnosed with multiple sclerosis. *Psychol. Health Med.*, 20(6), 635–645.
- Titzmann, P. F., & Lee, R. M. (2018). Adaptation of young immigrants: A developmental perspective on acculturation research. *European Psychologist*, 23(1), 72–82.
- Vink, Ouweneel, E. & Leblance, P. (2011): Psychological Resources for Angaged Employses: Psychological Capital in the Job Demands – Resources Model. *Gedrag & Organization*, 24(2), 101.-120.
- Weva, V., Napoleon, J. & Malkus, E. (2022). School adaptation among immigrant youth from a Dutch integration program: The influence of acculturative stress and bicultural identity integration on academic motivation. *Curr Psychol* (2022). <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03295-5>
- Wu, N. (2016). *The relationship between children internet use with academic performance: The role of parental mediation*. Central China Normal University, Doctor Dissertation.
- Xie, X., Wang, X., Wang, P., Wang, Y., Lei, L., Guo, J., & Bi, C. (2019). Academic adaptation and pursuit of the symbolic function of Mobile phones among adolescents: Moderating role of self-identity and mediating role of academic performance. *Child Indicators Research*, 12(3), 861–872. <https://doi.org/10.1007/s12187-018-9560-5>
- Yang, S. P. (2018). *A study on the relationship between academic self-efficacy and learning adaptability of high-level graders in primary school*. Yanbian University, Master Dissertation.
- Zhang, J., Zhang, Y., & Xu, F. (2019). What really matters for social adaptation among left-behind children in china? A systematic review and meta-analysis. *World Journal of Education*, 9(5), 41–50.