دراسة مقارنة بين التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية وطالبات الإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن بالمملكة العربية السعودية

إعداد

د/ أميرة أحمد عبد الحفيظ محمد

أستاذ علم النفس المساعد

بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن

دراسة مقارنة بين التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية وطالبات الإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن بالمملكة العربية السعودية

ملخص:

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على الفروق في التوافق النفسي بين طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وذلك من خلال مسح ميداني لطالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن المقيمات بالسكن الجامعي، والمقيمات بسكن خارجي وتم استخدام مقياس التوافق النفسي (إعداد الباحثة)، على عينة عشوائية طبقية بلغت ٣٨٣ طالبة موزعة كالتالي: (١٤٨) طالبة إقامة داخلية، و(٢٣٥) طالبة إقامة خارجية ، وأشارت نتائج الدراسة الميدانية إلى أن الفروق في متوسطات مستوى التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة تبعا لمتغير عدد سنوات الدراسة على بعد التوافق الشخصي أن الفروق كانت بين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة) وبين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (ثلاث سنوات) لصالح الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة)، وكانت على بعد التوافق الانفعالي والدرجة الكلية للتوافق النفسي بين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة) وبين الطالبات اللواتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنتين، وثلاثة سنوات، وأكثر من ثلاث سنوات) لصالح الطالبات اللواتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة)، بينما كانت المقارنات لدى طالبات الإقامة الخارجية على متوسطات بعد التوافق الانفعالي تبعا لمتغير عدد سنوات الدراسة بين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة) وبين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (أكثر من ثلاث سنوات) لصالح الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (أكثر من ثلاث سنوات) .

Level of psychological adjustment between internal residence students and external residence Students, A comparative study

Dr.. Amira Ahmad Abdul Hafiz Mohammed

(Assistant Professor of Psychology

Princess Nora bint AbdulRahman University)

ABSTRACT:

This study aims to identify differences in level of psychological adjustment between internal residency and external residence students at Princess Nora Bent Abdul Rahman University, Through a field survey of female students of Princess Noura Bint Abdul Rahman University residing in university housing, and residents living outside, The scale of psychological adjustment was used (Researcher preparation) on a random sample of 383 students distributed as follows: (148) students of internal residence and (235) external students . The results of the field study indicated according to the variable number of years of study after personal adjustment that the differences were between students who were enrolled in university (one year) and the students who were enrolled in the university (three years) for students who have been enrolled in the university (one year), It was emotional adjustment and total degree of psychological adjustment between the students who were enrolled in the university (one year) and students who have been enrolled in the university (two years, three years and more than three years) for students who have been enrolled in university (one year) , While comparisons were made with students of external residence on the averages after emotional compatibility according to the variable number of years of study between students who were enrolled in university (one year) and the students who were enrolled in university (more than three years) for students who have been enrolled in the university (more than three years) .

مقدمة:

تُشير العديد من الأدلة في علم النفس المعرفي والاجتماعي إلى وجود دوافع لدى الفرد للحفاظ على اتساقه الداخلي، من خلال تحقيق التوازن في معتقداته، والحفاظ على الاستقرار في أدواره، وتجنب المفاجأة، والحفاظ على علاقاته، وعدم الالتزام بارتباطات جديدة، فكل إنسان يسعى إلى أن يعيش حياة ذات معنى، ويتحقق هذا المعنى عندما ينعم الفرد بالتوافق النفسي الذي يشغل حيزا كبيرا في الدارسات والبحوث لأهميته في حياة الإنسان، ويُعد التوافق النفسي الهدف الأساسي لكثير من الدراسات التي تسعى لفهم سلوكيات الطلاب، وذلك من خلال دراسة جوانب الشخصية متضمنة الصحة النفسية التي من أهم أبعادها التوافق النفسي الذي يتمثل في محاولة الفرد إشباع حاجاته النفسية، نظرا لكون التوافق النفسي هو دليل تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة لاتصاله بالسلوك الإنساني من جهة، والجانب النفسي من جهة أخرى .(زهران، ٢٠٠١)، ويُشير التوافق النفسي إلى قوة الترابط بين الموقف والسلوك، وتبعاً لهذا المفهوم فإن القدرة على التنبؤ بسلوك فرد ما في موقف ما يكون ممكناً إذا تم تحديد مستوى التوافق النفسي لهذا الفرد. (Ajzen and Fishbein, 2005)

إن مفهوم التوافق Adjustment من أكثر المفاهيم شيوعاً في علم النفس ذلك أن علم النفس إنما هو علم سلوك الإنسان وتوافقه مع البيئة لذلك كانت دراسة علم النفس 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)

وقد اعتبرت السلوكيات البشرية ناتجا للتفاعلات الديناميكية للفرد والتي تعكس احتياجاته التوجيهية والبيئية، والتوافق النفسي هو عملية دينامية مستمرة يقوم بها الفرد بهدف تغييرات سلوكياته كي يُصبح أكثر توافقا مع نفسه، ومع الآخرين، والبيئة المحيطة به، والطالب عند انتقاله إلى المرحلة الجامعية يواجه العديد من المشكلات من أهمها مشكلة عدم القدرة على التكيف (سوء التوافق) الذي يُصبح جزءاً من حياته اليومية مما يؤثر سلبياً على صحته النفسية والعقلية، مما يُعرضه للإصابة ببعض الاضطرابات النفسية (مثل الانتحار، والعدوان، والتوحد). (Zhang and Zhang, 2007)، فالانتقال من المدرسة الثانوية إلى الجامعة يمكن أن يكون صعباً ومرهقاً للغاية لأي طالب (McCarthy et all, 2010)، فقد أظهرت الأبحاث والدراسات النفسية أن طلاب الجامعات يعانون من بعض الاضطرابات المتعلقة بسوء التوافق النفسي، نتيجة عدم القدرة على التكيف الاجتماعي، والتكيف مع التعلم، أو التكيف مع الزملاء .. الخ (Liu and Guo, 2010)، كما أجمع عدد كبير من الباحثين في علم النفس على أن طلاب الجامعات وخاصة طلاب المستويات الأولى قد يعانون من اضطرابات سوء التوافق

النفسي. (Klima and Repetti, 2008)، فكيف يواجه الطلاب الذين لديهم بالفعل سوء توافق، وكيف تكون التحديات التي يجب أن يواجهونها، فهؤلاء الطلاب يشعرون غالبا بالغربة والعزلة والوحدة في بيئة غير مألوفة، على الرغم من أن هذا قد ينطبق أيضا على الطلاب العاديين إلا أنها تشكل خطرا أكبر للطلاب الذين يعانون من سوء التوافق فيكونون أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية (Jones et al., 2008)، ويرتبط سوء التوافق النفسي ارتباطا وثيقا بالعدوان بين طلاب الجامعة (Ano and Vasconcelles, 2005) وقد توصلت الكثير من البحوث النظرية والتجريبية المتعلقة بالتوافق النفسي بين طلاب الجامعات إلى انتشار أعراض سوء التوافق النفسي، وبعض الاضطرابات النفسية المرتبطة بها بين هؤلاء الطلاب نتيجة عدم تكيفهم مع نظام الدراسة بالجامعة أو عدم التكيف مع الحياة الجامعية وزملاء الدراسة (Zhang and Jiang, 2006)، وبالإضافة إلى ذلك، فإن متطلبات العمل والدراسة في الجامعة تختلف تماما عما كان معتادا على الطلاب في المدرسة الثانوية، فحجم العمل أكبر ويجب أن يتم تغطيته في فترة أقصر من الوقت، والمحاضرات والتدريس والتحركات بوتيرة أسرع بكثير مما كانت عليه في المدرسة الثانوية (Cullaty, 2011) والطلاب الذين يلجأون إلى الإقامة الداخلية في الجامعة نتيجة انتقالهم من بيئة ريفية إلى بيئة حضرية لا يعرفون أي شخص فيها لكنهم مضطرين إلى التكيف بأسرع وقت مما يُشعرهم بالتهديد من قبل البيئة المادية الجديدة في مدينة غريبة(Bojuwoye, 2002) قد يؤثر أيضا على علاقات الطلاب مع الأصدقاء وأفراد الأسرة فيتراجع الأصدقاء وأفراد العائلة عنهم عندما ينتقلون بعيدا إلى الجامعة.، ومع مطالب وضغوط الحياة الجامعية يصعب الحفاظ على اتصال وثيق ومستمر معهم ، وهذا التحدي قد يؤدي إلى أن يعيد الطالب ترتيب أولوياته نتيجة شعوره بالضغط النفسي الشديد وعدم القدرة على التكيف، وعلى العكس من ذلك تكون لدى بعض الطلاب القدرة على التكيف بشكل جيد مع المتطلبات المؤسسية والبيئة الجديدة (Upcraft et all, 2005) ، هذه الفترة الانتقالية تنطوي على الانفصال عن بيئة مألوفة سابقا مع روتين الحياة اليومية المعتادة إلى البيئة المادية والاجتماعية والشخصية الجديدة تماما مع قواعد، ومطالب، وتوقعات ومسؤوليات جديدة تُعد "صدمة ثقافية تحتاج إلى إعادة التأهيل الاجتماعي والنفسي الكبير لمواجهة الالتقاء مع الأفكار الجديدة والمعلمين الجدد والأصدقاء الجدد، والقيم والمعتقدات المتنوعة، والحريات والفرص الجديدة، والمطالب الأكاديمية والشخصية والاجتماعية الجديدة (Backhaus ,2009)

مشكلة الدراسة:

يرتبط التوافق النفسي للطلاب بقدرتهم على إحداث الاتزان بين دوافعهم ، والضبط النفسي فالفرد السوي المتوافق يصدر عنه سلوك فعال يواجه به مختلف المشكلات ، والضغوطات بأساليب ايجابية مرضية ؛ وبالتالي يُحقق التوافق مع نفسه وأسرته، وهو مبدأ هام لتحقيق أهدافه ورغباته، فمن متطلبات الصحة النفسية للطالب الوصول إلى درجة عالية من الانسجام والتأقلم بينه وبين نفسه وأيضاً والمجتمع الذي يعيش فيه وهذا لن يتم إلا من خلال التوافق النفسي الانفعالي، وقد اهتمت العديد من الدراسات بالتوافق النفسي للطلاب منها دراسة (Cabrera et all, 1993) التي هدفت إلى إيجاد بعض الحلول لمشاكل الطلاب النفسية نتيجة عدم تكيفهم والتي قد تؤدي إلى تسربهم من الجامعة، ودراسة (Sandler,1999) التي تؤكد على أهمية اندماج الطالب الأكاديمي والاجتماعي في الجامعة وتحديد الأسباب التي تؤدي إلى التوافق النفسي للطالب الجامعي، ودراسة (Kahn and Nauta,2001) التي توصلت إلى أن الأداء الأكاديمي الجيد للطالب يساعده على تحقيق التوافق النفسي والتكيف مع بيئة الجامعة والزملاء الجدد، ودراسة (Aurel ,2013) التي توصلت إلى أن ما يواجهه طلاب الجامعة من صعوبة أو عدم القدرة على التكيف الاجتماعي في المرحلة الجامعية يجعلهم أكثر عُرضة لسوء التوافق والاضطرابات النفسية كالاكتئاب، ونظرا لأهمية التوافق النفسي لدى الطلاب وتأثيره على العملية التعليمية وانجاز الطلاب والذي قد ينعكس سلبا على تحصيلهم الدراسي , هذا ما شكل دافعا قويا للباحثة للكشف عن مختلف الحقائق الموجودة وراء هذا الموضوع وخاصة الفرق في مستوى التوافق النفسي بين طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، ويمكن تلخيص مشكلة الدراسة من خلال التساؤلين التاليين:

١- ما درجة التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟
٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لنوع الإقامة؟
٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير العمر؟
٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى للتخصص ؟

٥- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى للمستوى الدراسي ؟

٦- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لسنوات الالتحاق بالجامعة ؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

١- التعرف على مستوى التوافق النفسي بين طالبات الإقامة الداخلية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

٢- التعرف على مستوى التوافق النفسي بين طالبات الإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

٣- التعرف على الفروق في مستوى التوافق النفسي بين طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

٤- التعرف على الفروق في مستوى التوافق النفسي بين طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن حسب متغيرات العمر – عدد سنوات الدراسة – التخصص.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية في الآتي:

أولاً: الأهمية النظرية:

التعرف علي مستوي التوافق النفسي والاجتماعي الذي يعاني منه طالبات الإقامة الداخلية والخارجية (عينة الدراسة).

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١- الاستفادة من نتائج الدراسة في مجال وضع البرامج العلاجية المناسبة لمن تعاني من سوء التوافق النفسي والاجتماعي من طالبات الجامعة.

٢- تفتح الدراسة الحالية المجال أمام الباحثين والدارسين من أجل المزيد من الدراسات والبحوث في هذا الموضوع.

٣- محاولة إفادة الجامعات التي توفر إقامة داخلية لطلابها وتحسين مستوى الخدمات المقدمة لهم بشكل عام ولطالبات جامعة الأميرة نورة بشكل خاص.

حدود الدراسة:

الحدود المكانية: تتمثل في طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن -بمدينة الرياض – المملكة العربية السعودية.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٣٨-١٤٣٩ هـ

مصطلحات الدراسة:

التوافق النفسي:

يرى (Searle and Ward 1990) أن التوافق النفسي يشير إلى العملية السلوكية التي يحافظ بها البشر على التوازن بين احتياجاتهم ومحاولة تعديل العقبات التي تواجههم في بيئاتهم.

ويعرفه (Pugh,2002) على أنه عملية سلوكية يحافظ بها الفرد على التوازن بين الاحتياجات المختلفة التي يواجهها في وقت معين.

ووفقاً لـ (American Psychological Association Dictionary of Psychology ,2007) فإنه يمكن تعريف التوافق النفسي على أنه تعديل الفرد لاتجاهاته أو سلوكه أو كليهما تبعاً لحاجاته، وقد يحدث هذا التعديل نتيجة ظروف خارجية أو من خلال فهم الحاجة إلى تغيير أسلوب الحياة، والفرد الذي لديه توافق نفسي هو الذي يلبي احتياجاته بطريقة صحية ومفيدة ويظهر الاستجابات الاجتماعية والنفسية المناسبة للمواقف.

التوافق الشخصي وهو الشعور بالسعادة مع الذات ويتناول شخصية الفرد وسلوكه العام لأحداث التوافق ويتحقق بأشباع حاجاته.(حسين وعبد اليمه،٢٠١١م)

التوافق الانفعالي يقصد به أن يكون الفرد متزنا انفعاليا، و لديه القدرة على اتخاذ موقفاً انفعالياً مناسباً، والسيطرة على عواطفه، مع شعوره بالارتياح و الاستقرار النفسي دون توترات. (القذافي،٢٠١١م)

التوافق الاجتماعي وهو الشعور بالرضا مع الآخرين ويتناول العلاقات الاجتماعية ومسايرة معايير المجتمع الذي يعيش الفرد فيه وعلاقته مع المحيطين واوجه نشاطه الاجتماعي.(حسين وعبد اليمه،٢٠١١م)

والتوافق الأسري وهو الشعور بالسعادة مع الأسرة ويتناول العلاقات مع الوالدين وباقي أفراد الأسرة وعوامل التنشئة الأسرية والروابط الاسرية.(حسين وعبد اليمه،٢٠١١م)

وعلى هذا يكون التعريف الإجرائي للتوافق النفسي هو شعور الطالبة بوجود علاقة جيدة بينها وبين ذاتها وهو ما تقيسه ابعاد المقياس المتمثلة في: التوافق الشخصي، والتوافق الانفعالي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق الأسري، وهي الدرجة التي تحصل عليها الطالبة عند تطبيق مقياس التوافق النفسي(إعداد الباحثة).

طالبات الإقامة الداخلية:

هن مجموعة الطالبات المنتسبات لجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في مختلف التخصصات ويُقمن في الجامعة (السكن الجامعي داخل الجامعة).

طالبات الإقامة الخارجية:

هن مجموعة الطالبات المنتسبات لجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في مختلف التخصصات ويُقمن خارج الجامعة.

فروض الدراسة:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير نوع الإقامة.
٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $0.05 \geq (\alpha)$ بين متوسطات درجات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير العمر.
٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $0.05 \geq (\alpha)$ بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير التخصص.
٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $0.05 \geq (\alpha)$ بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة.
٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $0.05 \geq (\alpha)$ بين متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

التوافق النفسي:

ورد في لسان العرب " أن التوافق" مأخوذ من وفق الشيء أي لاءمه وقد وافقه موافقة، واتفق معه توافقاً (ابن منظور الأنصاري،١٩٨٨م).

والتوافق النفسي هو مدى ما يتمتع به الفرد من القدرة على السيطرة على القلق والشعور بالأمن والاطمئنان بعيدا عن الخوف والتوتر. (زهران،٢٠٠٥م)

يعتبر موضوع التوافق من الموضوعات الهامة في علم النفس فقد كان ولا يزال محور اً للاهتمام في العديد من الدراسات والأبحاث فهو دليل على الصحة النفسية والسلامة من الاضطرابات النفسية، والتوافق النفسي هو العملية الرئيسية التي يتخذها علم النفس موضوعاً له، وهو مطلب الإنسان الأساسي ويتحقق له السواء بقدر ما ينجح في تحقيق هذا المطلب كما تتضرر صحته النفسية بقدر ما يفشل في ذلك حتى أنه قد يصل إلى الاضطرابات النفسية في حالات الفشل الشديدة، وقد يتعرض الفرد في حياته لبعض الأحداث مثل التغير في طبيعة العمل أو في مكانه مثل هذه الأحداث تحتاج إلى عمليات توافق من جانب الفرد وتتضمن هذه العمليات أحياناً تعديلات في عادات الفرد ونظام معيشته (كفافي،٢٠١٢) ، ويعد التوافق النفسي من اكثر المصطلحات استخداما في العلوم النفسية والاجتماعية وقد استخدم التوافق بمعاني مختلفة مثل (التكيف، التأقلم، الانسجام) ومظهرا من مظاهر الصحة النفسية، والتوافق مفهوم مستمد من علم البيولوجي واستخدم بمفهوم التكيف .(حسين وعبد اليمة، ٢٠١١) ويُعرف بأنه "محاولة الفرد المستمرة تعديل وتغيير سلوكياته كي يُحقق المطالب الخارجية / أو الداخلية المحددة له والتي تمكنه من التكيف والتعايش مع البيئة المحيطة به " (Folkman and Lazarus, 1980)، ونتيجة لتكرار مصطلح التوافق أصبح معناه يتوقف على الموقف الذي يستخدم فيه فقد يأتي هذا المصطلح بمعنى قبول الأشياء التي لا تستطيع السيطرة عليها وقد يأتي بمعنى الاتفاق مع الأغلبية (المغربي، ١٩٩٢)، والتوافق يتم من خلال إشباع الفرد لحاجته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خاليه من التوترات والصراعات والاضطرابات النفسية واستمتاعه بعلاقات اجتماعيه حميمة (سفيان،2004)، ووفقاً لأغلب النظريات المفسرة للضغوط النفسية وجد كل من (Tedeschi and Calhoun,2004) أن مبدأ الفروق الفردية يلعب دوراً كبيراً لدى بعض الأفراد حيث أن نجاحهم المبكر في التأقلم والتكيف الذي هو مقدمة للتوافق النفسي، يعتمد على ما لديهم من مهارات التأقلم مما يُساعدهم في الحفاظ على صحتهم النفسية والجسدية، وهناك البعض الآخر يكون مساره التكيفي وفقاً لأحد النماذج المقترحة التالية: أولاً*المعالجة المعرفية المستمرة للحالة من أجل تحليل المواقف والعلاقات، والتخلي عن بعض الأهداف والافتراضات الأساسية، وفي الوقت نفسه بناء مخططات جديدة (أهداف ومعاني) وبالتالي، فإن درجة مشاركة الشخص إدراكيا في معالجة المعلومات المتعلقة بالحدث تبدو عنصرا

أساسيا في عملية التوافق النفسي، ثانياً*استخدام بعض استراتيجيات التكيف من أجل تعزيز المعالجة المعرفية وبالتالي تسهيل التوافق النفسي، بعض هذه الجهود قد تكون محاولة لقبول الحدث والتخطيط لكيفية التعامل مع التجربة المجهدة، إن عملية إعادة الهيكلة المعرفية، ومحاولة إعادة تقييم الضغوط النفسية لرؤيتها بصورة أكثر إيجابية قد يكون أيضا أسلوباً فعالاً لحدوث التوافق النفسي، فهو يتيح للفرد إيجاد معنى إيجابي أو فائدة معينة لحياته .(Manne et al., 2004) ، كما يُمكن الوصول إلى التوافق النفسي من خلال المعالجة العاطفية للحدث عن طريق الاعتماد على الفكاهة (Scrignaro et al., 2011)، إلا أن أسلوب الاعتماد على الفكاهة لمعالجة الضغوط والوصول إلى التوافق النفسي قد يواجه بعض الانكار أو الحيرة من قبل الآخرين ، لكن قد تكون الفكاهة (كاستجابة عاطفية) وسيلة من خلالها قد يخفف الأفراد ويغيرون أو يعيدون صياغة تصوراتهم عن الحدث أو المشكلة ..(Lefcourt, 2005) ، وطريقة الكشف الذاتي من الطرق التي تساعد على التوافق النفسي وذلك في البيئة الاجتماعية الداعمة، فقد يساعد الآخرون الداعمون على تغيير التصورات حول المواقف والتغييرات من خلال تقديم وجهات النظر التي يمكن دمجها في تغيير المخطط المعرفي للفرد، فإن محاولة الحصول على دعم كبير من الآخرين يُمكن الفرد من التعبير عن مشاعره الداخلية، وبالتالي الحصول على بعض المساعدة في التعامل مع ظروف الحياة المعدلة، مما قد يسهل المعالجة المعرفية للإدراكات والانفعالات لدى الفرد بعد تعرضه للضغوط والصدمات مما يُساعد في تحقيق التوافق النفسي له . (Bussell & Naus, 2010) ، وقد فسرت العديد من النظريات التوافق النفسي فركزت نظرية التحليل النفسي في تصورها لتوافق على قدرة الفرد لخفض التوتر والألم واشباع الحاجات وإلا فهو سيئ التوافق فيرى فرويد Freud (رائد مدرسة التحليل النفسي) أن عملية التوافق لدى الفرد غالبا ما تكون لا شعورية ، بحكم أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقة لكثير من سلوكياتهم ، فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إتباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعيا(الشاذلي، ٢٠٠١)، يرى أصحاب المدرسة السلوكية أن التوافق هو نمط من المسايرة الاجتماعية ،لأن المسايرة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة فواطسون وسكينر (من أشهر مؤسسي المدرسة السلوكية) فيرون أن أنماط التوافق وسوء التوافق ما هي إلا أنماط سلوكية متعلمة (مكتسبة)،من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد كما تؤكد هذه النظرية أكدت على أن التوافق هو جملة من العادات تعلمها الفرد في السابق، وساهمت في خفض التوتر لديه .إذ أشبعت آنذاك دوافعه وحاجاته إضافة إلى كونها مناسبة وذات فعالية في التعامل مع الآخرين. (الداهري، ٢٠٠٨)، كما ترى النظرية الإنسانية أن هناك سمات تميز الإنسان عن الحيوان كالحرية والإبداع ،ومن روادها كل من كارل روجرز وأبراهام ماسلو، وألبورت، فعلى سبيل المثال رأى روجرز بأن الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يلجئون للتعبير عن بعض الجوانب المقلقة على

نحو لا يتسق مع مفهوم الذات لديهم . كما يؤكد على أن سوء التوافق النفسي قد يستمر إذا ما حاولوا الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيدا عن مجال الوعي أو الإدراك، مما يؤدي إلى جعل إمكانية تنظيم أو توحيد مثل هذه الخبرات أمرا مستحيلاً فيدفع بهم لمزيد من مشاعر الأسى والتوتر وسوء التوافق، (علي، وعبد الغني، ٢٠٠٤) وهناك ارتباط وثيق بين التكيف والتوافق النفسي مدعوم نظرياً وتجريبياً، حيث أن التكيف يشير إلى الخطوات المؤدية إلى التوافق، والتوافق يشير إلى حالة الاستقرار التي يبلغها الكائن، فقد يعدل الكائن بعضاً منه أو يُحدث تعديل في البيئة أو يعدل الكائن بعضاً منه وبعضاً من البيئة لإعادة التوافق والتوازن ويتناول التوافق نواحي فيزيائية (مثل درجة الحرارة) ونواحي بيولوجية وفيزيولوجية(مثل تغيير شكل الكائن أو لونه أو تعديل بعض وظائفه) ونواحي نفسية (مثل تعديل الإدراك – الحسي شدة ووضوحاً بحسب قيمة المنبه ودلالته وتكراره وتحديد انفعاله)، والنواحي الاجتماعية (مثل تطوير دوافعه، وتعديل سلوكه بما يتفق مع مستويات مجتمعه بالإضافة إلى مقتضيات الموقف الراهن.....) الخ فإذا عجز الكائن عن التوافق مع البيئة تماماً وهو ما يسمى عدم التوافق Non-Adjustment فقد يكون في ذلك هلاك الكائن، ولكن الأغلب هو أن يحقق الفرد توافقاً ناجحاً، أو على الأقل يحقق شيئاً من التوافق ولو كان فاشلاً غير سوي وهو ما يسمى سوء التوافقMaladjustment. (أحمد،١٩٩٩) كما ان هناك عوامل ا تؤثر على التوافق ومن أهمها: التوافق النفسي ومطالب النمو: من أهم عوامل إحداث التوافق المباشرة، وتحقيق مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحله وبكافة مظاهره (جسميا، وعقليا، وانفعاليا، واجتماعيا.) ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد والتي يجب أن يتعلمها حتى يصبح سعيدا وناجحا في حياته، أي أنها عبارة عن المستويات الضرورية التي تحدد خطوات النمو السوي للفرد، ويؤدي تحقيق مطالب النمو إلى سعادة الفرد، ويسهل تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة وفي المراحل التالية، ويؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله، وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة وفي المرحلة التي تليها. (زهران،٢٠٠٢) التوافق النفسي ودوافع السلوك: من أهم الشروط التي تحقق التوافق النفسي ، إشباع دوافع السلوك وحاجات الفرد ،وهذه من أهم العوامل المباشرة لإحداث التوافق النفسي حيث يعتبر موضوع الدوافع أو القوى الدافعة للسلوك بصفة عامة من الموضوعات الهامة في علم النفس، لأن الدوافع بطبيعة الحال هي التي تفسر السلوك واشباعها ويعتبر السلوك نتاج عملية تتفاعل فيها العوامل الحيوية ، وأمثلتها الحاجات الحيوية، ضروري لحياة الفرد ،والعوامل النفسية الاجتماعية مثل: الحاجات النفسية (الأمن، والاجتماع، وتأكيد الذات) (زهران،٢٠٠٢) التوافق وحيل الدفاع النفسي: أساليب غير مباشرة تحاول إحداث التوافق النفسي وهي وسائل توافقيه لا شعورية من جانب الفرد ، من وظيفتها تشويه ومسح الحقيقة حتى يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباط والصراعات التي لم تحل والتي

تهدد أمنه النفسي , وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي. (زهران،٢٠٠٢)، ويمكن إجمال مؤشرات التوافق النفسي على النحو التالي:

١- التقبل الواقعي لحدود الإمكانيات.
٢- المرونة والاستفادة من الخبرات السابقة.
٣- التمتع بقدر جيد من التوافق الشخصي، والأسري والاجتماعي.
٤- الاتزان الانفعالي، والقدرة على مواجهة التحديات والأزمات ومشاعر الاحباط والضغوط بأنواعها المختلفة.
٥- القدرة على التكيف مع المطالب والحاجات الداخلية والخارجية وتحمل المسؤولية .
٦- الشعور بالسعادة والراحة النفسية والرضا عن الذات.
٧- التمتع بالأمن النفسي والواقعية في اختيار أهداف وأساليب تحقيقها.
٨- الإقبال على الحياة والتحلي بالخلق الكريم.
٩- معرفة قدرة الناس وحدودها واحترام الآخرين.
١٠-الخلو النسبي من الأعراض المرضية النفسية والعقلية.
١١-التمتع بالقدرة على التحصيل الأكاديمي الجيد وتنمية المهارات الأكاديمية والمعرفية والاجتماعية. (عبد الله،٢٠١٠)، ويختلف تأثير عوامل التوافق من فرد إلى أخر حسب البناء أو التنظيم التكاملي الديناميكي الذي يتميز به الفرد، والذي يتكون من محصلة التفاعل المستمر بين جوانب الفرد والجسمية والنفسية والعقلية والانفعالية مع مؤثرات البيئية المادية والاجتماعية (زهران،٢٠٠٥)

ويمكن إجمال أهم عوائق التوافق النفسي كالتالي: زهران،٢٠٠٥)

١- النقص الجسماني: تؤثر الحالة الجسمية العامة للفرد على مدى توافقه ، فالشخص العليل (المريض) الذي تنتابه الأمراض تقل كفاءته ويكون عرضة لمواجهة مشاكل لا يواجهها عادة الشخص السليم
٢- عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقرها الثقافة: يرى الفرد حاجاته الجسمانية، وحاجاته الاجتماعية المكتسبة واذا استثيرت الحاجة أصبح الإنسان في حالة توتر واختلال لتوازنه، ولابد للحاجة من مشبع لإزالة التوتر، وإعادة التوازن وتحدد الثقافة الطرق لإشباع هذه الحاجات التي يتم بها استعادة توازنه.
٣- عدم تناسب الانفعالات والمواقف: إن الانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها آثار ضارة جسمانيا واجتماعيا.

٤- الصراع بين أدوار الذات: ما يؤدي عادة إلى الصراع وعدم التكيف وجود مجموعة من العوائق والمتمثلة في:

أ- عوائق نفسية: ومنها الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقص أو تعار أهدافه ، وعدم قدرته على اختيار أي منها في الوقت المناسب ، مثلما يرغب الطالب في دراسة الطب أو الصيدلة وال يستطيع الفصل بينهما ؛ فيقع في صراع نفسي قد يمنعه من الالتحاق بأي من الدارستين في الوقت المناسب.

ب- عوائق مادية واقتصادية: يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانيات عائقا يمنع الفرد من تحقيق أهدافه ورغباته وهذا ما يسبب له الشعور بالإحباط.

ج- عوائق اجتماعية: وتتمثل في العادات والتقاليد والقوانين الموجودة في المجتمع ، والتي قد تُعيق الشخص عن تحقيق أهدافه واشباع حاجاته ، وذلك بضبط سلوكياته وتنظيم علاقته.

٥- العقبات الخاصة بالقدرات الفردية: إن الفرد في مراحل حياته يتعرض إلى عوائق مختلفة سواء كان عائق عضوي كنقص السمع أو البصر، أو عائق عقلي كانخفاض الذكاء، وبالتالي نقص في الأداء والاستعداد، وقد يكون العائق نفسي كالقلق والتعب، وعدم الثقة والقدرة على إقامة علاقات مع الآخرين وشعوره بعدم الرضا عن النفس، ولا يستطيع الدفاع عنها، كما يظهر في عدم قدرته على إقامة علاقة طيبة مع الأسرة.

٦- العقبات الاجتماعية: بالإضافة إلى العقبات السابقة التي يواجهها الفرد هناك البيئة الاجتماعية، التي تحول دون تحقيق الفرد لتوافقه الاجتماعي، والتي من شأنها التقليل من المهارة لدى الفرد كالعادات السيئة والصراعات الانفعالية التي تسببها الأسرة من خلال المعاملة السيئة.

كما تظهر في عدم قدرة الفرد على اكتساب المهارات الاجتماعية وتقبله لمختلف عادات وتقاليد المجتمع، وعدم الامتثال لبعض التقاليد الأسرية خاصة .

إجراءات الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المقارن لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة. كما أنه أنسب المناهج لرصد وتحليل متغيرات الدراسة الحالية (عمر،٢٠٠٢)، حيث تم

استقصاء آراء طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن حول درجة التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات الديمغرافية.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، والذي يبلغ عددهن حوالي ٤٠ ألف طالبة من المقيمات إقامة داخلية (السكن الجامعي)، والمقيمات إقامة خارجية .

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الكلية من (٤٠٠) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في المملكة العربية السعودية، تم اختيارهن بطريقة العينة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة الكلي، وبعد إتمام عملية جمع الاستبانات استردت الباحثة (٣٨٣) ما نسبته (٩٧.٧٥%) من عينة الدراسة، منها(١٤٨) استبانة لطالبة إقامة داخلية وتشكل ما نسبته (٣٧%) من عينة الدراسة الكلية، ومنها (٢٣٥) استبانة لطالبة إقامة خارجية وتشكل ما نسبته (٥٨.٧٥%) من عينة الدراسة الكلية، ويبين الجدول رقم (١) توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لنوع الإقامة، والسن، والتخصص، ومدة الالتحاق بالجامعة.

جدول رقم (١): توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لنوع الإقامة، والسن، والتخصص، ومدة الالتحاق بالجامعة.

المتغير	فئة المتغير	إقامة داخلية		إقامة خارجية	
		العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية
السن	اقل من ٢٠ سنة	34	23.0	31	13.2
	من ٢٠ – ٢٣ سنة	74	50.0	185	78.7
	أكثر من ٢٣ سنة	40	27.0	19	8.1
التخصص	علمي	95	64.2	87	37.0
	أدبي	53	35.8	148	63.0
مدة الالتحاق بالجامعة	سنة واحدة	41	27.7	33	14.0
	سنتين	10	6.8	59	25.1
	ثلاث سنوات	37	25.0	52	22.1
	أكثر من ٣ سنوات	60	40.5	91	38.7
المجموع	٣٨٣	١٤٨	%٣٧	٢٣٥	%٥٨.٧٥

أداة الدراسة: مقياس التوافق النفسي:

للتعرف إلى درجة التوافق النفسي لدى أفراد العينة استخدمت الباحثة مقياس التوافق النفسي (إعداد الباحثة)، ويشتمل المقياس في صورته النهائية على (٦٠) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي (التوافق الشخصي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق الأسري، والتوافق الانفعالي)، ويتكون كل بعد من أبعاد التوافق النفسي من عدد من الفقرات على الترتيب (٢٢-١٤-١٣-١١) .

تصحيح المقياس:

استخدمت الباحثة مقياس ليكرت الخماسي(كثيرا جدا، كثيرا، قليلا، نادراً ما، أبدا) وقد أعطيت الإجابة: كثيرا جدا، (٥ درجات)، كثيرا (٤ درجات)، قليلا (٣ درجات)، نادراً ما (درجتين)، أبدا (درجة واحدة) حيث طبق هذا السلم على الفقرات الإيجابية، أمّا الفقرات السلبية فقد صلحت بطريقة عكسية، وهي (٥-١٠-١٢- ١٤-١٧-١٨-٢٢ -٢٦-٢٨-٢٩ ٣٠-٣١٣٢-٣٣ -٣٥-٣٦ -٣٨ -٥٠ -٥٤ -٥٥ -٥٦)، والجدول رقم (٢) يوضح أرقام الفقرات الخاصة لأبعاد التوافق النفسي.

جدول (٢) يوضح أرقام الفقرات الخاصة لأبعاد التوافق النفسي.

الرقم	الطالبات الإقامة الداخلية	عدد الفقرات	الفقرات
الأول	التوافق الشخصي	٢٢	٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ١١، ١٢، ١٥، ٢١، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣٠، ٣١، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧، ٤٨
الثاني	التوافق الاجتماعي	١٤	٢، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٠، ٢٩، ٣٢، ٣٣، ٣٨، ٤٢، ٤٣، ٥٠، ٥٩، ٦٠
الثالث	التوافق الأسري	١٣	٣، ٩، ١٨، ٣٤، ٣٧، ٤١، ٥٢، ٥٣، ٥٤، ٥٥، ٥٦، ٥٧، ٥٨
الرابع	التوافق الانفعالي	١١	١، ١٠، ١٤، ١٧، ٢٢، ٣٥، ٣٦، ٣٩، ٤٠، ٤٩، ٥١
المجموع		٦٠	١-٦٠

وللتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد درجة (التوافق النفسي)، وفق قيمة المتوسط الحسابي تم حساب المدى (٥-١ =٤)، ثم تم تقسيمه على (٤) للحصول على طول الخلية الصحيح (٤/٥ = ٠.٨٠)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما هو واضح في الجدول رقم (٣):

جدول (٣): يوضح طول الخلايا.

الرقم	المستوى	الدرجة
١	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو البعد بين ١ – ١.٧٩	منخفضة جدا
٢	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو البعد بين أكثر من ١.٨٠ – ٢.٥٩	منخفضة
٣	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو البعد بين أكثر من ٢.٦٠ – ٣.٣٩	متوسطة
٤	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو البعد بين أكثر من ٣.٤٠ – ٤.١٩	مرتفعة
٥	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو البعد بين أكثر من ٤.٢٠ – ٥	مرتفعة جدا

صدق مقياس التوافق النفسي:

أولا: صدق المحكمين:

استخدمت الباحثة نوعين من الصدق، تمثل الأول في صدق المحكمين أو ما يعرف بالصدق المنطقي وذلك بعرض المقياس على (٥) محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص، بهدف التأكد من مناسبة المقياس لما أعد من أجله وسلامة صياغة الفقرات. وكان هناك اتفاق بينهم على صلاحية المقياس، ومناسبته للبيئة السعودية، مع إجراء بعض التعديلات في صياغة بعض الفقرات .

ثانيا: صدق البناء:

ومن ناحية أخرى فقد تم التحقق من الصدق بحساب مصفوفة ارتباط فقرات الأداة مع الدرجة الكلية لكل بعد على عينة الدراسة الكلية والبالغ عدد أفرادها (٣٨٣)، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (٤) والذي بين أن جميع قيم معاملات الارتباط للفقرات مع الدرجة الكلية، لكل طالبات الإقامة الداخلية دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدق البناء، وأنها تشترك معاً في قياس درجة التوافق النفسي لدى أفراد العينة.

جدول (٤) نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات التوافق النفسي مع الدرجة الكلية لكل بعد على العينة الكلية والبالغ عدد أفرادها (٣٨٣).

التوافق الشخصي	التوافق الأسري

الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية	الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية
٤	.0٤١٥**	٠.٠٠٠	٣	.0٥٦٩**	٠.٠٠٠
٥	.0٢٧٨**	٠.٠٠٠	٩	.0٥٥٣**	٠.٠٠٠
٦	.0٤٨٦**	٠.٠٠٠	١٨	.0٦٢٠**	٠.٠٠٠
٧	.0٣٢٩**	٠.٠٠٠	٣٤	.0١٩٩**	٠.٠٠٠
٨	.0٥٥٢**	٠.٠٠٠	٣٧	.0٤٠٥**	٠.٠٠٠
١١	.0٤٩١**	٠.٠٠٠	٤١	.0٤٢٠**	٠.٠٠٠
١٢	.0٥٣٦**	٠.٠٠٠	٥٢	.0٥٠٦**	٠.٠٠٠
١٥	.0٥١٨**	٠.٠٠٠	٥٣	.0٤٥٤**	٠.٠٠٠
٢١	.0٢٩٢**	٠.٠٠٠	٥٤	.0٦٥٠**	٠.٠٠٠
٢٣	.0١٣١*	٠.٠١٠	٥٥	.0٥٣١*	٠.٠٠٠
٢٤	.0٥١٣**	٠.٠٠٠	٥٦	.0٦١٤**	٠.٠٠٠
٢٥	.0٤٠٩**	٠.٠٠٠	٥٧	.0٣٥٧**	٠.٠٠٠
٢٦	.0٤٢٥**	٠.٠٠٠	٥٨	.0٤٠٨**	٠.٠٠٠
٢٧	.0١٥٩**	٠.٠٠٢	التوافق الانفعالي		
٢٨	.0٣٣٩**	٠.٠٠٠	الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية
٣٠	.0٥٥٨**	٠.٠٠٠	١	.0١٤١**	٠.٠٠٠
٣١	.0٦٣٨**	٠.٠٠٠	١٠	.0٤٣٨**	٠.٠٠٠
٤٤	.0٥٩٧**	٠.٠٠٠	١٧	.0٣٨٢**	٠.٠٠٠
٤٥	.0٥٤٧**	٠.٠٠٠	٢٢	.0٣٨٦**	٠.٠٠٠
٤٦	.0٦٣٣**	٠.٠٠٠	٣٥	.0٣٩٦**	٠.٠٠٠
٤٧	.0٥٣١**	٠.٠٠٠	٣٦	.0٥٠٨**	٠.٠٠٠
٤٨	.0٤٥٠**	٠.٠٠٠	٣٩	.0٢٩٥**	٠.٠٠٠
التوافق الاجتماعي			٤٠	0.378**	0.000
الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية	٤٩	0.364**	٠.٠٠٠
٢	.0٥٧٥**	٠.٠٠٠	٥١	0.367**	٠.٠٠٠
١٣	.0٢٨١**	٠.٠٠٠			
١٦	.0٤١٠**	٠.٠٠٠			
١٩	.0٣٨٤**	٠.٠٠٠			

التوافق الشخصي			التوافق الأسري		
الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية	الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية
٢٠	.٧٠٥**	٠.٠٠٠			
٢٩	.٨٤٥**	٠.٠٠٠			
٣٢	.٦٣٥*	٠.٠٠٠			
٣٣	.٨٦٥**	٠.٠٠٠			
٣٨	.٢٨٣**	٠.٠٠٠			
٤٢	.٧٧٠**	٠.٠٠٠			
٤٣	.٧٧٢**	٠.٠٠٠			
٥٠	.١٣٦**	٠.٠٠٠			
٥٩	.٢٩٢**	٠.٠٠٠			
٦٠	.٦٥٢**	٠.٠٠٠			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (٤) أن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لكل طالبات الإقامة الداخلية دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدق عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس التوافق النفسي لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

ثبات الأداة:

من أجل التأكد من ثبات الأداة استخدمت الباحثة اختبار (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha). والجدول رقم (٥) يبين نتائج اختبار معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا على فقرات الأداة مع الدرجة الكلية لكل بعد على عينة الدراسة الكلية والبالغ عدد أفرادها (٣٨٣).

جدول (٥) يبين نتائج اختبار معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا على أبعاد الدراسة المختلفة.

الرقم	البعد	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
١.	التوافق الشخصي	٢٢	٠.٧٩٠
٢.	التوافق الاجتماعي	١٤	٠.٦٥٦

٣.	التوافق الأسري	١٣	٠.٧٣٨
٤.	التوافق الانفعالي	١١	٠.٦٤٥
الدرجة الكلية للتوافق النفسي		٦٠	٠.٨٩٥

يتضح من الجدول رقم (٥) أن قيمة معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمحاور الأداة المختلفة تراوحت بين (٠.٦٥) و(٠.٧٩) على عينة الدراسة الكلية والبالغ عدد أفرادها (٣٨٣) من اللواتي يقمن داخليا وخارجيا، في حين بلغت على الدرجة الكلية لأبعاد الدراسة (٠.٩٠) وهي قيم ثبات جيدة إلى ممتازة.

إجراءات تطبيق الدراسة:

قامت الباحثة بإجراءات الدراسة وفق الخطوات الآتية:

١- القيام بحصر مجتمع الدراسة والمتمثل في طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

٢- اختيار أداة الدراسة بعد اطلاع الباحثة على مجموعة من الأدوات المستخدمة في مثل هذه الدراسة مثل دراسة كل من (حسين وعبد اليمة،٢٠١١م)، ودراسة (مهنا،٢٠١٠م)، ودراسة كل من Bussell) and Naus,2010).

٣- تم التأكد من صدق أداة الدراسة من خلال عرضها على خمس من المحكمين.

٤- توزيع أداة الدراسة على المجتمع الهدف، في بداية الفصل الأول من العام الدراسي (٢٠١٧م) الكترونيا.

٥- تم إعطاء الاستبانات الصالحة أَرقاماً متسلسلة وإعدادها لإدخالها للحاسوب.

٦- استخدمت البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل البيانات واستخراج النتائج.

الأساليب الإحصائية:

تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية اللازمة لمعالجة البيانات، فتم استخدام الإحصاء الوصفي باستخراج الأعداد، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لدى أفراد العينة واستجاباتهن على أداة الدراسة (مقياس التوافق النفسي)، وقد فحصت فرضيات الدراسة عن طريق الاختبارات الإحصائية التحليلية الآتية: اختبار (ت) (t-test)، واختبار تحليل التباين الأحادي (One - Way Analysis of Variance)

واختبار (Tukey)، كما واستخدمت الباحثة معامل الثبات كرونباخ ألفا لحساب ثبات الأداة، وذلك باستخدام الحاسوب باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)

نتائج الدراسة:

نتائج الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير نوع الإقامة.

للتحقق من هذه الفرضية الأولى استخدمت الباحثة اختبار ت (t-test)، كما هو واضح في الجدول (٦).

جدول (٦). نتائج اختبار ت (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية تبعا لمتغير نوع الإقامة.

المتغير	نوع الإقامة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
التوافق الشخصي	داخلية	148	٦3.4	٣.3٠	-12.902	381	.000٠**
	خارجية	235	٩3.9	٣.4٠			
التوافق الاجتماعي	داخلية	148	٤3.2	٥.3٠	-10.372	381	0.000**
	خارجية	235	٩3.6	.45٠			
التوافق الأسري	داخلية	148	3.13	٢.3٠	-14.675	381	0.000**
	خارجية	235	3.88	.56٠			
التوافق الانفعالي	داخلية	148	٧3.2	.34٠	.718٠-	381	.473٠
	خارجية	235	٣٠3.	٦.4٠			
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	داخلية	148	3.27	٥.2٠	-11.697	381	0.000**
	خارجية	235	3.71	.41٠			

يتبيّن من الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) على الدرجة الكلية للتوافق النفسي وبعد التوافق الشخصي، وبعد التوافق الاجتماعي، وبعد التوافق الأسري لدى طالبات جامعة الأميرة نورة تعزى لمتغير نوع الإقامة لصالح طالبات الإقامة الخارجية، فقد بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية (٣.٢٧) بينما بلغ المتوسط الحسابي للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية (٣.٧١). في حين تبيّن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على بعد التوافق الانفعالي، فقد بلغ المتوسط الحسابي في بعد التوافق

الانفعالي لدى طالبات الإقامة الداخلية (٣.٢٧) بينما بلغ المتوسط الحسابي لدى طالبات الإقامة الخارجية (٣.٣٠)، وبناء عليه تم رفض الفرضية الصفرية الأولى على الدرجة الكلية للتوافق النفسي وبعد التوافق الشخصي وبعد التوافق الاجتماعي في حين تم قبولها على بعد التوافق الانفعالي، وقد يُفسر هذا بأن طالبات الجامعة قد أصبحن في مرحلة نضج واثقين من أنفسهن وبالتالي فهن قادرات على التحكم في حاجاتهن ودوافعهن والتوفيق بينها، مما يجعلهن يدركن الصراع إلا في بعض المواقف التي لا يكن قادرات على تحملها وحلها بسرعة مما يؤدي بهن إلى التوتر والقلق، وقد يرجع ذلك إلى عدم قدرة طالبات الإقامة الداخلية على التكيف الاجتماعي، والتكيف الأسري، والتكيف مع الزملاء، وهذا يتفق مع ما توصل اليه (Klima and Repetti, 2008، و Liu and Guo, 2010)

نتائج الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير العمر.

للتحقق من هذه الفرضية الثانية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية متوسطات التوافق النفسي تبعا لمتغير العمر، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (٧).

جدول (٧): المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمتوسطات التوافق النفسي تبعا لمتغير السن.

الطالبات الإقامة الداخلية	السن	الإقامة الداخلية			الإقامة الخارجية		
		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري

التوافق الشخصي	اقل من ٢٠ سنة	34	3.63	٣.2٠	31	٦3.7	.61٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة	74	3.33	٣٠.٠	185	4.04	.38٠
	أكثر من ٢٣ سنة	40	3.53	.37٠	19	3.81	.35٠
التوافق الاجتماعي	اقل من ٢٠ سنة	34	3.29	.29٠	31	٦3.5	.59٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة	74	3.13	.34٠	185	٢3.7	.42٠
	أكثر من ٢٣ سنة	40	3.39	.33٠	19	3.59	.47٠
التوافق الأسري	اقل من ٢٠ سنة	34	٠3.3	.28٠	31	3.72	.63٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة	74	3.03	.28٠	185	3.90	.55٠
	أكثر من ٢٣ سنة	40	3.19	.38٠	19	3.93	.56٠
التوافق الانفعالي	اقل من ٢٠ سنة	34	3.55	.33٠	31	3.14	.49٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة	74	3.19	.27٠	185	3.32	.45٠
	أكثر من ٢٣ سنة	40	3.18	.37٠	19	3.33	.45٠
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	اقل من ٢٠ سنة	34	3.44	.22٠	31	3.54	.52٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة	74	3.17	.20٠	185	3.75	.39٠
	اكثر من ٢٣ سنة	40	3.32	.26٠	19	3.66	.42٠

يتضح من الجدول (٧) وجود اختلاف في متوسطات درجات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة على مختلف أعمارهن. ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج تحليل التباين الأحادي كما هو وارد في الجدول رقم (٨).

جدول (٨): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance) للفروق في درجات التوافق النفسي وفقا للسن.

	الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
طالبات الإقامة الداخلية	التوافق الشخصي	بين المجموعات	2.372	2	1.186	12.716	.000**
		داخل المجموعات	13.526	145	.093		
		المجموع	15.899	147			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	1.910	2	.955	8.822	.000**
		داخل المجموعات	15.698	145	.108		
		المجموع	17.609	147			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	1.887	2	.943	9.804	.000**
		داخل المجموعات	13.954	145	.096		
		المجموع	15.841	147			
	التوافق الانفعالي	بين المجموعات	3.552	2	1.776	18.900	.000**
		داخل المجموعات	13.625	145	.094		
		المجموع	17.177	147			
	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	بين المجموعات	1.874	2	.937	18.821	.000**
		داخل المجموعات	7.219	145	.050		
		المجموع	9.093	147			
طالبات الإقامة الخارجية	التوافق الشخصي	بين المجموعات	2.940	2	1.470	8.494	.000**
		داخل المجموعات	40.153	232	.173		
		المجموع	43.093	234			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	.900	2	.450	2.236	.109
		داخل المجموعات	46.712	232	.201		
		المجموع	47.612	234			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	.970	2	.485	1.540	.217
		داخل المجموعات	73.102	232	.315		
		المجموع	74.073	234			
	التوافق الانفعالي	بين المجموعات	.890	2	.445	2.136	.120
		داخل المجموعات	48.348	232	.208		
		المجموع	49.239	234			
	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	بين المجموعات	1.186	2	.593	3.543	.030*
		داخل المجموعات	38.826	232	.167		
		المجموع	40.012	234			

* دالة إحصائيا عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$).

** دالة إحصائيا بدرجة عالية عند مستوى ($\alpha \leq 0.01$).

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية في جامعة الأميرة نورة تبعا لمتغير العمر على جميع الأبعاد والدرجة الكلية، فقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية (١٨.٨٢١) عند مستوى الدلالة (٠.٠٠٠)، أيضا تبين وجود فروق ذات دلالة في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة تبعا لمتغير السن على الدرجة الكلية وبعد التوافق الشخصي، بينما تبين انه لا توجد فروق على باقي الأبعاد الأخرى، فقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية (٣.٥٤٣) عند مستوى الدلالة (٠.٠٣٠)، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية تبعا لمتغير العمر قامت الباحثة باستخدام اختبار (Tukey) وكانت نتائج هذا الاختبار كما هي في الجدول (٩).

جدول (٩): نتائج اختبار (Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تبعا لمتغير السن.

طالبات الإقامة الداخلية				
البعد	السن	اقل من ٢٠ سنة	من ٢٠ – ٢٣ سنة	أكثر من ٢٣ سنة
التوافق الشخصي	اقل من ٢٠ سنة		.29820*٠	.10281٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			-.19539*٠
	أكثر من ٢٣ سنة			
التوافق الاجتماعي	اقل من ٢٠ سنة		.15944٠	-.10326٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			-.26269*٠
	أكثر من ٢٣ سنة			
التوافق الأسري	اقل من ٢٠ سنة		.27162*٠	.11018٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			-.16143*٠
	أكثر من ٢٣ سنة			
التوافق الانفعالي	اقل من ٢٠ سنة		.36530*٠	.37353*٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			.00823٠

	أكثر من ٢٣ سنة			
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	اقل من ٢٠ سنة		.27364*٠	.12082٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			-.15282*٠
	أكثر من ٢٣ سنة			
طالبات الإقامة الخارجية				
التوافق الشخصي	اقل من ٢٠ سنة		-.29375*٠	-.05881٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			.23494٠
	أكثر من ٢٣ سنة			
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	اقل من ٢٠ سنة		-.20683*٠	-.12360٠
	من ٢٠ – ٢٣ سنة			.08323٠
	أكثر من ٢٣ سنة			

يتضح من الجدول (٩) أن الفروق كانت دالة لصالح المتوسطات الحسابية الأعلى، حيث تشير المقارنات البعدية للفروق في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية في جامعة الأميرة نورة تبعا لمتغير العمر على الدرجة الكلية وبعد التوافق الشخصي والتوافق الأسري أن الفروق كانت بين الطالبات اللاتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة، وأكثر من ٢٣ سنة) وبين الطالبات اللاتي أعمارهن (من ٢٠ – ٢٣ سنة) لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة، وأكثر من ٢٣ سنة)، وقد يرجع ذلك إلى أن الطالبات في المرحلة العمرية (أقل من ٢٠ سنة) مازلن في مرحلة المراهقة المتأخرة أي مرحلة تتسم بعدم الاتزان في العلاقات الأسرية، والتقلبات المزاجية، وكثرة الضغوط النفسية، وقد أكد على ذلك (Klima and Repetti, 2008)، أما بالنسبة للطالبات في المرحلة العمرية (أكثر من ٢٣ سنة) فقد يرجع قلة أو ضعف التوافق الشخصي والأسري لديهن إلى ازدياد الصراع النفسي لديهن نتيجة الرغبة الملحة في إنهاء دراستهن، والتأكيد على استقلالهن، وقدرتهن على تحمل المسؤولية ،

وكانت على بعد التوافق الاجتماعي لدى طالبات الإقامة الداخلية بين الطالبات اللواتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة،) وبين الطالبات اللاتي أعمارهن (أكثر من ٢٣ سنة) لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (أكثر من ٢٣ سنة)، وكانت على بعد التوافق الانفعالي بين الطالبات اللاتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة،) وبين الطالبات اللاتي أعمارهن (من ٢٠ – ٢٣ سنة، وأكثر من ٢٣ سنة) لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة) .

بينما كانت المقارنات لدى طالبات الإقامة الخارجية في متوسطات التوافق النفسي تبعا لمتغير العمر على الدرجة الكلية وبعد التوافق الشخصي بين الطالبات اللاتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة) وبين الطالبات اللاتي أعمارهن (من ٢٠ – ٢٣ سنة) لصالح الطالبات اللاتي أعمارهن (اقل من ٢٠ سنة، وأكثر من ٢٣ سنة). وهذا يدعو إلى رفض الفرضية الصفرية الثانية على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الأخرى لدى طالبات الإقامة الداخلية، وكذلك على الدرجة الكلية وبعد التوافق الشخصي لدى طالبات الإقامة الخارجية في حين تم قبولها على أبعاد التوافق الاجتماعي والأسري والانفعالي لدى طالبات الإقامة الخارجية، ويُمكن تفسير ذلك بأن عدم انفصال الطالبات عن أسرهم ومجتمعهم نتيجة التحاقهن للجامعة ساعد على قدرتهن على التكيف بشكل جيد مع المتطلبات المؤسسية والبيئة الجديدة، يتفق هذا مع ما توصل إليه كل من: (Upcraft et all, 2005) ، (Backhaus ,2009)

نتائج الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى 0.05≥ (α) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير التخصص.

للتحقق من صحة الفرضية الثالثة استخدمت الباحثة اختبار ت (t-test)، كما هو واضح في الجدول (١٠).

جدول (١٠). نتائج اختبار ت (t–test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية تبعا لمتغير التخصص.

نوع الإقامة	المتغير	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية

إقامة داخلية	التوافق الشخصي	علمي	95	3.46	.34٠	.333٠	146	.740٠
		أدبي	53	3.44	.30٠			
	التوافق الاجتماعي	علمي	95	3.24	٣.3٠	.357٠	146	.722٠
		أدبي	53	3.22	٨.3٠			
	التوافق الأسري	علمي	95	٥3.1	.34٠	.749٠	146	.455٠
		أدبي	53	١3.1	٣٠.٠			
	التوافق الانفعالي	علمي	95	3.34	٣٠.٠	3.853	146	**.000٠
		أدبي	53	٣3.1	٨.3٠			
	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	علمي	95	٣٠3.	.25٠	1.760	146	.080٠
		أدبي	53	٣3.2	٤.2٠			
إقامة خارجية	التوافق الشخصي	علمي	87	4.02	0.38	0.795	233	0.428
		أدبي	148	3.97	0.46			
	التوافق الاجتماعي	علمي	87	3.67	0.43	−0.298	233	0.766
		أدبي	148	3.69	0.47			
	التوافق الأسري	علمي	87	3.88	0.53	0.026	233	0.980
		أدبي	148	3.88	0.58			
	التوافق الانفعالي	علمي	87	3.32	0.40	0.567	233	0.571
		أدبي	148	3.29	0.49			
	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	علمي	87	3.72	0.36	0.291	233	0.772
		أدبي	148	3.71	0.43			

يتبيّن من الجدول (١٠) انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) لدى طالبات جامعة الأميرة نورة تعزى لمتغير التخصص على الدرجة الكلية للتوافق النفسي وجميع الأبعاد الأخرى باستثناء بعد التوافق الانفعالي، حيث تبين وجود فروق على هذا البعد لصالح طالبات التخصصات العلمية، أما على الدرجة الكلية فقد بلغ المتوسط الحسابي للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية (٣.٣٠) لذوات التخصصات العلمية، في حين كان لدى طالبات التخصصات الأدبية (٣.٢٣)، أيضا تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طالبات الإقامة الخارجية، فقد بلغ المتوسط الحسابي لدى طالبات الإقامة الخارجية (٣.٧٠) لذوات التخصصات العلمية، في حين كان لدى طالبات التخصصات الأدبية (٣.٧١)، وبناء عليه تم قبول الفرضية الصفرية الثالثة على الدرجة الكلية للتوافق النفسي وباقي الأبعاد الأخرى لدى طالبات الإقامة الداخلية

والخارجية في حين تم رفضها على بعد التوافق الانفعالي لدى طالبات الإقامة الداخلية، ويُمكن تفسير ذلك كون طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية ينتمين الى نفس البيئة الاجتماعية والاقتصادية ، ومتواجدون في نفس المؤسسة التعليمية ويسودها مناخ تعليمي واحد ، أي أن نظام الجامعة هو امتداد لنظام الأسرة فأسلوب المعاملة والظروف الاجتماعية والاقتصادية المتشابهة تؤثر بشكل متقارب على الطالبات في توافقهن النفسي و الشخصي و الاجتماعي، وبالتالي تطبق عليهم نفس النظم والقواعد وهذا ما يجعلهن لا يختلفن في توافقهن النفسي، وهذا يتفق مع رأي كل من (Bussell & Naus, 2010)، و (Carlstrom ,2004) .

نتائج الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة.

للتحقق من صحة الفرضية الرابعة تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات التوافق النفسي تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (١١)

جدول (١١): المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمتوسطات التوافق النفسي تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة.

الطالبات الإقامة الداخلية	مدة الالتحاق بالجامعة	الإقامة الداخلية			الإقامة الخارجية		
		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التوافق الشخصي	سنة واحدة	41	٨3.5	٣.2٠	33	٢3.8	٩.5٠
	سنتين	10	٤٠3.	١.3٠	59	٠٠.٤	١.4٠
	ثلاث سنوات	37	٥3.3	٥.4٠	52	٣4.0	.37٠
	أكثر من ٣ سنوات	60	3.45	٨.2٠	91	4.02	٤٠.٠
التوافق الاجتماعي	سنة واحدة	41	١3.3	.25٠	33	٦٠3.	٥.5٠
	سنتين	10	٨3.1	.41٠	59	٣3.6	.44٠

	ثلاث سنوات	37	93.1	٤.40	52	3.67	٩.30
	أكثر من ٣ سنوات	60	33.2	٣.30	91	73.7	٥.40
التوافق الأسري	سنة واحدة	41	93.1	٣.30	33	83.6	٧.60
	سنتين	10	.013	١.30	59	3.95	.47٠
	ثلاث سنوات	37	53.1	.43٠	52	93.8	.52٠
	اكثر من ٣ سنوات	60	13.1	٥.20	91	3.90	.59٠
التوافق الانفعالي	سنة واحدة	41	.513	٣.30	33	23.1	.50٠
	سنتين	10	3.08	٥.20	59	3.27	.42٠
	ثلاث سنوات	37	73.1	.36٠	52	3.26	٤.40
	اكثر من ٣ سنوات	60	.203	.27٠	91	3.40	٦.40
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	سنة واحدة	41	3.39	١.20	33	3.55	٩.40
	سنتين	10	73.1	.23٠	59	3.71	٨.30
	ثلاث سنوات	37	3.21	.33٠	52	3.71	٨.30
	اكثر من ٣ سنوات	60	63.2	.18٠	91	3.77	٢.40

يتضح من الجدول (١١) وجود اختلاف في متوسطات درجات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية في حين تبين وجود تقارب في متوسطات درجات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة على اختلاف مدة التحاقهن بالجامعة. ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج تحليل التباين الأحادي كما هو وارد في الجدول رقم (١٢)

جدول (١٢): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance) للفروق في درجات التوافق النفسي وفقا لمدة الالتحاق بالجامعة.

	العوامل	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
طالبات الإقامة الداخلية	التوافق الشخصي	بين المجموعات	1.099	3	.366٠	3.565	*.016٠
		داخل المجموعات	14.799	144	٠.103		
		المجموع	15.899	147			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	.330٠	3	.110٠	.916٠	.435٠
		داخل المجموعات	17.279	144	.120٠		
		المجموع	17.609	147			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	.320٠	3	.107٠	.989٠	.400٠
		داخل المجموعات	15.522	144	٠.108		
		المجموع	15.841	147			

	العوامل	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
طالبات الإقامة الخارجية	التوافق الانفعالي	بين المجموعات	3.340	3	1.113	11.584	.000**
		داخل المجموعات	13.838	144	.096		
		المجموع	17.177	147			
	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	بين المجموعات	.904	3	.301	5.297	.002**
		داخل المجموعات	8.190	144	.057		
		المجموع	9.093	147			
	التوافق الشخصي	بين المجموعات	1.143	3	.381	2.097	.101
		داخل المجموعات	41.951	231	.182		
		المجموع	43.093	234			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	1.065	3	.355	1.761	.155
		داخل المجموعات	46.548	231	.202		
		المجموع	47.612	234			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	1.725	3	.575	1.836	.141
		داخل المجموعات	72.348	231	.313		
		المجموع	74.073	234			
	التوافق الانفعالي	بين المجموعات	2.147	3	.716	3.510	.016*
		داخل المجموعات	47.092	231	.204		
		المجموع	49.239	234			
	الدرجة الكلية للتوافق النفسي	بين المجموعات	1.187	3	.396	2.355	.073
		داخل المجموعات	38.824	231	.168		
		المجموع	40.012	234			

*دالة إحصائيا عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) ** دالة إحصائيا بدرجة عالية عند مستوى ($\alpha \leq 0.01$)

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية في جامعة الأميرة نورة تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة على الدرجة الكلية وبعدي التوافق الشخصي والتوافق الانفعالي، فقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية (٥.٢٩٧) عند مستوى الدلالة (٠.٠٠٢)، في حين تبين انه لا توجد فروق على باقي الأبعاد الأخرى لطالبات الإقامة الداخلية، أما طالبات الإقامة الخارجية فقد تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الأخرى باستثناء بعد التوافق الانفعالي، فقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للتوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الخارجية (٣.٣٥٥) عند مستوى الدلالة

(٠.٠٧٣)، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة قامت الباحثة باستخدام اختبار (Tukey) وكانت نتائج هذا الاختبار كما هي في الجدول رقم (١٣).

جدول (١٣): نتائج اختبار (Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة.

طالبات الإقامة الداخلية					
البعد	مدة الالتحاق بالجامعة	سنة واحدة	سنتين	ثلاث سنوات	أكثر من ٣ سنوات
التوافق الشخصي	سنة واحدة		.18215٠	.23240*٠	.12761٠
	سنتين			.05025٠	.05455٠-
	ثلاث سنوات				.10479٠-
	أكثر من ٣ سنوات				
التوافق الانفعالي	سنة واحدة		.42373*٠	.33847*٠	.30857*٠
	سنتين			.08526٠-	.11515٠-
	ثلاث سنوات				.02989٠-
	أكثر من ٣ سنوات				
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	سنة واحدة		.22846*٠	.18308*٠	.14852*٠
	سنتين			.04538٠-	.07995٠-
	ثلاث سنوات				.03456٠-
	أكثر من ٣ سنوات				
طالبات الإقامة الخارجية					
التوافق الانفعالي	سنة واحدة		.15581٠-	.14203٠-	.28314*٠-
	سنتين			.01378٠	.12733٠-
	ثلاث سنوات				.14111٠-
	أكثر من ٣ سنوات				

يتضح من الجدول (١٣) أن الفروق كانت دالة لصالح المتوسطات الحسابية الأعلى، حيث تشير المقارنات البعدية للفروق في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات

الإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة على بعد التوافق الشخصي أن الفروق كانت بين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة) وبين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (ثلاث سنوات) لصالح الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة).

وكانت على بعد التوافق الانفعالي والدرجة الكلية للتوافق النفسي بين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة) وبين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنتين، وثلاثة سنوات، وأكثر من ثلاث سنوات) لصالح الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة).

بينما كانت المقارنات لدى طالبات الإقامة الخارجية على متوسطات بعد التوافق الانفعالي تبعا لمتغير مدة الالتحاق بالجامعة بين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (سنة واحدة) وبين الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (أكثر من ثلاث سنوات) لصالح الطالبات اللاتي الطالبات اللاتي مدة التحاقهن بالجامعة (أكثر من ثلاث سنوات). وهذا يدعو إلى رفض الفرضية الصفرية الرابعة على الدرجة الكلية وبعد التوافق الشخصي والتوافق الانفعالي لدى طالبات الإقامة الداخلية، وكذلك على بعد التوافق الانفعالي لدى طالبات الإقامة الداخلية والخارجية في حين تم قبولها على باقي الأبعاد الأخرى لدى طالبات الإقامة الداخلية والخارجية، وقد يرجع وجود فروق في درجة التوافق النفسي والانفعالي لطالبات الإقامة الداخلية والخارجية تبعاً لمدة الالتحاق بالجامعة لصالح (سنة واحدة لطالبات الإقامة الداخلية، وأكثر من ثلاث سنوات لطالبات الإقامة الخارجية) إلى تأثير قيم وظروف البيئة الاجتماعية، فهي التي تدعم تماسك الفرد لتحقيق توافقه النفسي، وترتقي إلى أن تكون قواعد للسلوك، وهي نتاج اجتماعي قد تستوعبه وتتقبله الطالبات (كما يتضح لدى طالبات الإقامة الخارجية) أو لا تستوعبه وتتقبله (كما يتضح لدى طالبات الإقامة الداخلية)، فقيم وظروف البيئة التي تتواجد بها الطالبات تتغلغل في نفوسهن، وتظهر في سلوكياتهن صراحة أو ضمنياً، شعورياً او لا شعورياً، وتنمو من خلال تفاعل الفرد والبيئة التي يعيش فيها، فالمواقف الاجتماعية التي يواجهها الفرد في حياته اليومية كما يرى (نصر الدين،٢٠٠٦م) تؤدي إلى استثارة عدد من القيم وقد يؤدي هذا إلى صراع أكثر من نمط سلوكي ووظيفة نمط القيم هو الاسهام في خفض حدة الصراع ومن ثم تحقيق التوافق النفسي للفرد، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Sandler,1999)، ودراسة(Nauta,2001) .

نتائج الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

للتحقق من هذه الفرضية، استخرجت الباحثة الأعداد، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأهم أبعاد التوافق النفسي الأكثر شيوعا من وجهة نظر طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (١٤)

جدول (١٤) الأعداد، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد التوافق النفسي الأكثر شيوعا.

المتغير	إقامة داخلية					إقامة خارجية				
	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة	الترتيب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة	الترتيب
التوافق الشخصي	148	٦3.4	٣.30	مرتفعة	الأولى	235	٩3.9	٣.40	مرتفعة	الأولى
التوافق الاجتماعي	148	٤3.2	٥.30	متوسطة	الثالثة	235	٩3.6	.45٠	مرتفعة	الثالثة
التوافق الأسري	148	3.13	٣.30	متوسطة	الرابعة	235	3.88	.56٠	مرتفعة	الثانية
التوافق الانفعالي	148	٧3.2	.34٠	متوسطة	الثانية	235	٣٠3.	٦.40	متوسطة	الرابعة
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	148	3.27	٥.20	متوسطة		235	3.71	.41٠	مرتفعة	

يتضح من الجدول رقم (١٤) أن أهم أبعاد التوافق النفسي لدى طالبات الإقامة الداخلية والإقامة الخارجية في جامعة الأميرة نورة تمثلت في بعد التوافق الشخصي والذي جاء بدرجة مرتفعة وبمتوسط حسابي قدره (٣.٤٦) لدى طالبات الإقامة الداخلية، في حين بلغ المتوسط الحسابي لدى طالبات الإقامة الخارجية (٣.٩٩)، وجاء في المرتبة الثانية بعد التوافق الانفعالي بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي قدره (٣.٢٧) لدى طالبات الإقامة الداخلية في مقابل بعد التوافق الأسري بمتوسط قدره (٣.٨٨) لدى طالبات الإقامة الخارجية معبرة عن درجة مرتفعة. وجاء في المرتبة الثالثة بعد التوافق الاجتماعي بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي قدره (٣.٢٤) لدى طالبات الإقامة الداخلية في مقابل بعد التوافق الاجتماعي بمتوسط قدره (٣.٦٩) لدى طالبات الإقامة الخارجية معبرة عن درجة مرتفعة. بينما جاء في المرتبة الرابعة والأخيرة بعد التوافق الاجتماعي بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي قدره (٣.١٣) لدى طالبات الإقامة الداخلية في مقابل بعد التوافق

الانفعالي بمتوسط قدره (٣.٣٠) لدى طالبات الإقامة الخارجية معبرة عن درجة متوسطة أيضا.

أما على الدرجة الكلية فقد جاءت درجة التوافق النفسي بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي قدره (٣.٢٧) لدى طالبات الإقامة الداخلية في مقابل (٣.٧١) لدى طالبات الإقامة الخارجية معبرة عن درجة مرتفعة، وهذا يؤكد وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين نوع الإقامة والتوافق النفسي لدى طالبات الجامعة، فتؤثر نوع الإقامة على توافق الطالبة مع نفسها ومع مجتمعها في جميع مجالات حياتها، لأنها تدعم تماسك الطالبة لتحقيق توافقها النفسي والاجتماعي، بل إنها قد ترتقي إلى أن تكون قواعد أساسية تحدد سلوكها الذي يتكون وينمو من خلال تفاعل الطالبة بمحدداتها الخاصة ومحددات المجتمع والبيئة التي يعيش فيها، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Carlstrom ,2004)

التوصيات والمقترحات:

بالنظر إلى النتائج التي توصلت لها الدراسة، يظهر جلياً الدور الهام الذي يلعبه نوع الإقامة كعامل مؤثر وحيوي في أداء الطالبة الجامعية بوجه عام، وفي توافقها النفسي بوجه خاص، حيث أن نوع الإقامة يُسهم بدور فعال في ارتفاع أو انخفاض درجة التوافق النفسي لدى الطالبة، ومن هذا المنطلق تقترح الباحثة مجموعة من التوصيات منها:

١- أقترح إجراء هذه الدراسة على عينة مختلفة من طلبة الجامعات المختلفة سواء في المملكة العربية السعودية أو في غيرها من البلاد العربية وتبعاً لمتغيرات وسيطة أخرى.
٢- ضرورة توعية الوالدين بالدور الذي يلعبه نوع الإقامة في تكوين شخصية أبنائهم وتأثيراتها المستقبلية على توافقهم النفسي.
٣- تضافر الجهود بين الأسرة والجامعة من أجل الحفاظ على التوافق النفسي للطلبة الجامعيين.
٤- ضرورة اهتمام الجامعة بالجانب النفسي لطلابها وتوفير الدعم لهم، الأمر الذي سيساعد على تمتعهم بالصحة النفسية والتوافق النفسي.
٥- العمل على عقد دورات تدريبه للمشرفين والمشرفات في السكن الجامعي من قبل الجامعات وذلك لرفع كفاءتهم المهنية وتبصيرهم بكيفية التعامل مع الطلاب والطالبات وتفهم احتياجاتهم والاستماع لهم.

المراجع:

- بن منظور (١٩٨٨م): لسان العرب، دار إحياء التراث، الجزء الثاني،القاهرة ، ص:٩٨.
- أحمد، سهير كامل " (1999) الصحة النفسية والتوافق" ، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، ص ٢٧.
-حسين،علي عبد الحسن وعبد اليمة،حسين عبد الزهرة (٢٠١١): التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد (١١)، العدد(٣) ، ص ١٨٠ .

--الداهري، صالح حسن (٢٠٠٨) أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية "، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ٦٤.

-زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠١م):الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط ١، عالم الكتب، القاهرة،٢-٢٦.

- زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٢) "التوجيه و الإرشاد النفسي"، ط ٢، عالم الكتب، القاهرة، ص٤٢.

-زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥م): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٤، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠-٩٤.

- سفيان، نبيل صالح " (2004) الشخصية والإرشاد النفسي" ، ابتراك للنشر والتوزيع، القاهرة، ص١٥٢.

- الشاذلي، عبد الحميد (٢٠٠١). " الوجبات المدرسية والتوافق النفسي "، مكتبة العلمية للكمبيوتر والنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، مصر، ص:١٠٥.

-رمضان محمد القذافي(٢٠١١ م). الشخصية: نظرياتها، اختباراتها، وأساليب قياسها، ط٤، المكتب الجامعي الحديث.

- عبد الله، مهنا (٢٠١٠) " الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طالب معهد إعداد المعلمين"، مجلد ١٧، العدد ٣، ص٩٦.

- علي، صبرة محمد، و عبد الغني، أشرف محمد (٢٠٠٤)" ،)الصحة النفسية والتوافق النفسي"، ، ط٢، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية ص: ١٥٩.

- عمر، محمد زيان (٢٠٠٢). البحث العلمي مناهجه وتقنياته، المجلد الأول، الطبعة الأولى، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ص: ٩٤.

- كفافي، علاء الدين احمد (٢٠١٢): الصحة النفسية والإرشاد النفسي، الرياض، دار النشر الدولي، ٣٥-١٤٠.

- المغربي، سعد (١٩٩٢): التوافق النفسي" ، مجلة علم النفس، العدد23 ، الهيئة العامة للكتاب، ص١٦ .

- نصر الدين، جابر (٢٠٠٦م). مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص: ١٦٤.

Refrances:

-Ajzen, I., & Fishbein, M. (2005). The influence of attitudes on behavior. In D. Albarracín, B. T. Johnson, & M. P. Zanna (Eds.), The handbook of attitudes (pp. 173–221). Mahwah, NJ: Erlbaum Publishers.

-American Psychological Association Dictionary of Psychology (2007) American Psychological Association, Washington D. C. USA.

- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious Coping and Psychological Adjustment to Stress: A Meta-Analysis. Journal of Clinical Psychology, 61, 461-480.

- Aurel I. C.(2013). Procedia - Social and Behavioral Sciences, Procedia - Social and Behavioral Sciences , Transilvania University of Brasov, Faculty of Psychology and Sciences of Education, Nicolae Balcescu 56, 500019 Brasov, Romania,718-722.

- Backhaus, A. L. (2009). The College Experience: Exploring the Relationships among Student Socioeconomic Background, Experiences of Classism, and Adjustment to College. Open Access Theses and Dissertations from the College of Education and Human Sciences. Retrieved from http://digitalcommons.unl.edu/cehsdiss/56

- Bojuwoye, O. (2002). Stressful experiences of first year students of selected universities in South Africa. Counselling Psychology Quarterly, 15(3), 277-290. doi:10.1080/0951507021014348

- Bussell, V.A., & Naus, M.J. (2010). A longitudinal investigation of coping and posttraumatic growth in breast cancer survivors. Journal of Psychosocial Oncology, 28, 61–78.

--Cabrera, A. F., Nora, A., & Castaneda, M. B. (1993). College persistence: Structural Equations Modeling Test of an Integrated Model of Student Retention. Journal of Higher Education, 64(2), 123-139. Retrieved from http://www.jstor.org/stable/2960026

- Council on Higher Education. (2010). Access and throughput in South African Higher Education: Three case studies. Higher Education Monitor, 9, 1-218.

- Cullaty, B,(2011), The role of parental involvement in the autonomy development of traditional-age college students, Journal of College Student Development 52, 4, 425-439

- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. Journal of Health and Social Behaviour, 21, 219–239.

- Jones, B., Coetzee, G., Bailey, T., & Wickham, S. (2008). Factors that facilitate success for disadvantaged higher education students: An investigation into approaches used by REAP, 236- 249, NSFAS and selected higher education institutions. Cape Town: Rural Education Access Programme (REAP) & Research and Academic Development (RAD).

- Kahn, J. H., & Nauta, M. M. (2001). Social-cognitive predictors of first-year college persistence: The importance of proximal assessment. Research in Higher Education, 42(6), 633-652. doi:10.1023/A:1012225510213

- Klima, T., & Repetti, R. L. (2008). Children's Peer Relations and Their Psychological Adjustment: Differences between Close Friendships and the Larger Peer Group. Merrill-Palmer Quarterly: Journal of Developmental Psychology, 54, 151-178. http://dx.doi.org/10.1353/mpq.2008.0016

- Lefcourt, H.M. (2005). Humor. In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (pp. 619–631). New York, NY: Oxford University Press.

- Liu, L. Y., & Guo, L. Z. (2010). Investigation and Study on the College Students' Ability of Social Adaptation. Journal of Dezhou University, 1, 96-98.

- Manne, S., Ostroff, J., Winkel, G., Goldstein, L., Fox, K., & Grana, G. (2004). Posttraumatic growth after breast cancer: Patient, partner, and couple perspectives. Psychosomatic Medicine, 66, 442–454.

- McCarthy, J, Holland, J and Gillies, V,(2010), Multiple perspectives on the "family" lives of young people: methodological and theoretical issues in case study research, International Journal of Social Research Methodology, 6, 1, 1-23

- Michie, F., Glachan, M., & Bray, D. (2001). An evaluation of factors influencing the academic self-concept, self-esteem and academic stress for direct and re-entry students in higher education. Educational Psychology, 21(4), 455-472.

- Pugh, M. B. (Ed.). (2002). *Stedman's medical dictionary* (27th ed.). New York: Lippincott, Williams & Wilkins,25-36.

- Sandler, M. E. (1999). A structural model of student integration, finances, behaviour, and career development: An elaborated framework of attitudes and persistence. Paper presented at the

24th annual meeting of the Association for the Study of Higher Education, San Antonio, Texas.

- **Scrignaro, M., Barni, S., & Magrin, M.E. (2011). The combined contribution of social support and coping strategies in predicting post-traumatic growth: A longitudinal study on cancer patients. Psycho-Oncology, 20, 823–831.**

- **Searle, W. & Ward, C. (1990). The prediction of psychological and socio-cultural adjustment during crosscultural transitions. International Journal of lntercitltural Relations. 14, 449-464.**

- **Tedeschi, R., & Calhoun, L. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. Psychological Inquiry, 15(1), 1–18.**

- **Upcraft, M. L., Gardner, J. N., & Barefoot, B. O. (2005). Introduction: The first year of college revisited. In M. L. Upcraft, J. N. Gardner, & B. O. Barefoot (Eds.), Challenging and supporting the first-year student: A handbook for improving the first year of college (pp. 1-12). San Francisco: Jossey Bass**

- **Zhang, D. J., & Jiang, Q. (2006).Adolescents' Adaptability Scale (AAS). Psychological and Behavioral Research, 4, 81-84.**

-**Zhang, D. J., & Zhang, Q. (2007). Developmental Characteristics of Adaptability among College Students in China. Journal of Southwest University (Social Sciences Edition), 33, 124-128.**