



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في
جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب
جائحة كورونا

**Academic Adjustment and its Relation with Optimism and
Pessimism among Graduate Studies Students at Al-Quds
Open University in Light of the Shift Towards E-learning due
to Corona Pandemic**

إعداد:

عبير ريحان محمد شاهين

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

13 شباط 2021م



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في
جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب
جائحة كورونا

**Academic Adjustment and its Relation with Optimism and
Pessimism among Graduate Studies Students at Al-Quds
Open University in Light of the Shift Towards E-learning due
to Corona Pandemic**

إعداد:

عبير ریحان محمد شاهین

بإشراف:

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهین

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

13 شباط 2021م

التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في
جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب
جائحة كورونا

Academic Adjustment and its Relation with Optimism and
Pessimism among Graduate Studies Students at Al-Quds
Open University in Light of the Shift Towards E-learning due
to Corona Pandemic

إعداد:



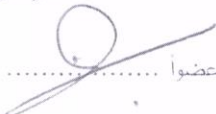
عبير ریحان محمد شاهین

بإشراف:

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهین

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 2021/02/13م


أعضاء لجنة المناقشة

 مترفاً ورئيساً	جامعة القدس المفتوحة	الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهین
 عضواً	جامعة القدس المفتوحة	الأستاذ الدكتور محمد الطیطي
 عضواً	جامعة النجاح الوطنية	الدكتور فايز محاميد

أنا الموقع أدناه عبير ربحان محمد شاهين؛ أفوض/ جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

الاسم: عبير ربحان محمد شاهين

الرقم الجامعي: 0330011810025

التوقيع: 

التاريخ: 2021/02/13م

الإهداء

إلى الروح التي تحيا بها روحي ... إلى من أرضعتني الحب والحنان (والدتي)

إلى الذي تجرع الكأس فارغاً ليسقيني قطرة الحب ... إلى بطل طفولتي (والدي)

إلى من منحني الطاقة عند عجزتي ... إلى رفيق دربي الذي وقف بجانبني وتحمل انشغالي بالدراسة
زوجي (يوسف)

إلى الأمل المتجدد ... أنتم جزء لا يتجزأ من نجاحي ... إلى أبنائي (تالا، آدم، تيا)

إلى مثال العطاء وتوأم روحي ونصفي الثاني أختي (غدير)

إلى من راهنوا علي وكسبوا الرهان، إخوتي (زينة، غدير، عروبة، فاطمة، محمد، أحمد)

إلى رفيقة الحياة، والصديقة الصدوقة (فلسطين)

إلى الذين يؤمنون بأن المستقبل سيحمل ما هو أجمل

الباحثة

الشكر والتقدير

لم يكن بجدي واجتهادي، إنما بتوفيق من الله

لم يكن طريقي من ورود، بل كان شوكاً قاسياً طوال الطريق....

وبعد حمد الله تعالى وشكره على إنهائي لهذه الرسالة، فإنه لمن دواعي المن والاعتراف

حقاً أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى مشرفي ورئيس لجنة المناقشة لرسالتي ... إلى الأستاذ

الدكتور الفاضل محمد شاهين، على الوقت والجهد الذي بذله في تصويب هذا العمل، رغم تعب

مهنته الجليلة، يبقى دكتورنا رمزاً للعطاء ولا يشعر يوماً بضيق تجاهنا مهما كثرت أسئلتنا واستفساراتنا،

إن شكرتك فشكري لن يوفيك ...، وإن منحتك العالم فهديتي لن تكفيك، إلى كل من قدم لي الدعم

والإسناد طوال مسيرتي التعليمية، والتي آمل أن تستمر...، والشكر موصول إلى عضوي لجنة

المناقشة: الأستاذ الدكتور محمد الطيبي، والدكتور فايز محاميد، فقد كان لي شرف تلقي ملاحظتهما

القيمة التي أخرجت هذه الرسالة في أفضل صورها، كما يسرني أن أوجه شكري لكل من نصحني أو

أرشدني أو وجهني أو ساهم معي في إعداد هذا الرسالة.

الباحثة

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	صفحة الغلاف
ج	قرار لجنة المناقشة
د	الإقرار والتفويض
هـ	الإهداء
و	الشكر والتقدير
ز	قائمة المحتويات
ي	قائمة الجداول
ل	قائمة الأشكال
م	قائمة الملاحق
ن	الملخص باللغة العربية
ع	الملخص باللغة الإنجليزية
13-1	الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها
2	المقدمة
5	مشكلة الدراسة
7	أسئلة الدراسة
8	فرضيات الدراسة
9	أهداف الدراسة
10	أهمية الدراسة
11	حدود الدراسة ومحدداتها
12	التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة
57-14	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
38-15	الإطار النظري
57-39	الدراسات السابقة
69-58	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات
59	منهجية الدراسة
60	مجتمع الدراسة وعينتها

61	أداتي الدراسة
67	متغيرات الدراسة
67	إجراءات تنفيذ الدراسة
68	المعالجات الإحصائية
88-70	الفصل الرابع: نتائج الدراسة
71	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
74	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
77	النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى
78	النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية
79	النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة
80	النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة
81	النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة
83	النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة
84	النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة
85	النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة
87	النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة
103-89	الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها
90	تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها
92	تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها
93	تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها
94	تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها
95	تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها
96	تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها
97	تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها
98	تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها
99	تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها
100	تفسير نتائج الفرضية الثامنة ومناقشتها
101	تفسير نتائج الفرضية التاسعة ومناقشتها

102	التوصيات والمقترحات
105	المراجع باللغة العربية
114	المراجع باللغة الإنجليزية
119	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الجدول
60	توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة المستقلة	1.3
62	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التكيف الأكاديمي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=30)	2.3
64	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم مع درجة كلٍّ منهما (ن=30)	3.3
65	معاملات ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم بطريقة كرونباخ ألفا	4.3
66	درجات احتساب مستوى شيوع سمات التكيف الأكاديمي والتفاؤل والتشاؤم	5.3
72	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات مقياس التكيف الأكاديمي على المقياس ككل مرتبة تنازلياً	1.4
74	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس التفاؤل والتشاؤم كلاً على حدى لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة	2.4
75	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التفاؤل مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	3.4
76	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التشاؤم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.4
77	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس	5.4
78	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص	6.4
78	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص	7.4
79	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	8.4
80	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	9.4
80	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس	10.4

81	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص	11.4
82	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص	12.4
83	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	13.4
84	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	14.4
85	قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا (ن=210)	15.4
86	نتائج اختبار معادلة (Fisher Z-Transformation) للفرق بين معاملي ارتباط لعينتين مستقلتين وفقاً للجنس	16.4
87	نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة مدى إسهام التكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتفاؤل في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا	17.4
88	نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة مدى إسهام التكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتشاؤم في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا	18.4

قائمة الأشكال

الصفحة	موضوع الشكل	الشكل
21	أبعاد التكيف الأكاديمي	1
32	سلوكات الأشخاص المتفائلين	2

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الرقم
120	أدوات الدراسة قبل التحكيم	أ
126	قائمة المحكمين	ب
127	أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)	ت
133	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية	ث
137	كتاب تسهيل المهمة	ج

التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس
المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا

إعداد: عبير ربحان محمد شاهين
بإشراف: الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين
2021
ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، وتقصي الفروق في متوسطات التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم تبعاً لمتغير: الجنس، مجال التخصص، والحالة الاجتماعية. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، إذ طبق مقياسي: التكيف الأكاديمي، والتفاؤل والتشاؤم، على عينة عشوائية طبقية ضمت (210) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، المسجلين في الفصل الأول من العام الدراسي 2021/2020م.

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا كان متوسطاً، بمتوسط حسابي بلغ (3.18)، وبنسبة مئوية (63.6%). وبينت النتائج أن مستوى التفاؤل لدى الطلبة كان مرتفعاً، بمتوسط (4.01)، وبنسبة مئوية (80.2%)، بينما جاء التشاؤم بمستوى متوسط؛ إذ بلغ المتوسط (2.97)، وبنسبة مئوية (59.4%). وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات كل من التكيف الأكاديمي، والتفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير: الجنس، مجال التخصص، والحالة الاجتماعية. كما أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة، وبلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين التكيف الأكاديمي والتفاؤل (0.247)، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة التكيف الأكاديمي ازداد

مستوى التفاؤل. أما قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين التكيف الأكاديمي والتشاؤم، فقد بلغت (-0.612)، وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة التكيف الأكاديمي انخفض مستوى التشاؤم. وقد بينت النتائج عدم وجود فروق في العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس، ووجود أثر دال إحصائياً للتكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتفاؤل؛ إذ وضح التكيف الأكاديمي (6.1%) من نسبة التباين في مستوى التفاؤل، أما الباقية والبالغة (93.9%) تعزى لمتغيرات أخرى لم تدخل نموذج الانحدار.

الكلمات المفتاحية: التكيف الأكاديمي، التفاؤل والتشاؤم، الطلبة، التعلم الإلكتروني، جائحة كورونا.

**Academic Adjustment and its Relation with Optimism and Pessimism among
Graduate Studies Students at Al-Quds Open University in Light of the Shift
Towards E-learning due to Corona Pandemic**

**Preparation: Abeer Rayhan Shaheen
Supervision: Prof. Mohammed Ahmed Shaheen**

2021

Abstract

The study aims to recognize the level of academic adjustment and its relation with optimism and pessimism among graduate studies students at Al-Quds Open University in light of the shift towards e-learning due to Corona Pandemic, and the differences in their averages due to: gender, academic specialization, social status, using the descriptive correlational approach. The study applies the tools: academic adjustment, optimism and pessimism scales, on a random cluster sample including 210 students.

The results reveal that the level of academic adjustment among graduate studies students is moderate, with an average of 3.18, and a percentage 63.6%. The results show that the level of optimism is high, with an average of 4.01, and a percentage 80.2%, while the level of pessimism is low with an average of 2.97, and a percentage 59.4%. The results also indicate that there are no significant differences in any of the academic adjustment, optimism and pessimism due to: gender, academic specialization, social status. The results also show a statistically significant correlation between academic adjustment and both optimism and pessimism among graduate studies students, where the relation between academic adjustment and optimism is positive, with a value of Pearson correlation coefficient .247, which means: The greater the degree of academic adjustment, the greater the level of optimism. In Addition, the relation between academic adjustment and pessimism is negative, with a value of Pearson correlation coefficient -.612, which means: The greater the degree of academic adjustment, the lower the level of pessimism. The results reveals that there are no differences in the relation between academic adjustment and both optimism and pessimism among the study sample according to the gender variable, and the presence of a statistically significant effect of academic adaptation in predicting optimism. Academic adaptation predicts 6.1% of the variance in the level of optimism, while the rest 93.9% is attributable to other variables that did not enter the regression model.

Key words: Academic adjustment, optimism, pessimism, students, E-learning, Corona Pandemic.

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

2.1 مشكلة الدراسة

3.1 أسئلة الدراسة

4.1 فرضيات الدراسة

5.1 أهداف الدراسة

6.1 أهمية الدراسة

7.1 حدود الدراسة ومحدداتها

8.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

يواجه الطالب بصفة عامة وطالب الدراسات العليا بصفة خاصة بعض الصعوبات والمشكلات التي قد تؤدي إلى شعوره بالتشاؤم، وانعكاس ذلك سلباً على تكيفه الأكاديمي. ويحتاج الفرد إلى التفاوض سلاحاً للتعامل مع ضغوط الحياة المستمرة، والنظرة الإيجابية للحياة رغم تقلبها، فهي لا تسير على وتيرة واحدة، وتحتاج من الفرد أن يتكيف مع واقعه، وبخاصة في هذه الأوقات الصعبة التي يمر بها العالم بسبب جائحة كورونا، وإغلاق المدارس والجامعات، والتغيرات الاجتماعية التي لامست سلوك الناس وتسببت في تباعدهم فيزيائياً للوقاية من الإصابة بفيروس كورونا "كوفيد-19". وقد ساعدت التطورات التكنولوجية على تواصل الناس ببعضهم وبالعالم الخارجي، وكان من أبرز السمات في مجال التعلم انتشار التعلم الإلكتروني، الذي كان فاعلاً في التعامل مع جائحة كورونا، وساعد في استمرار العملية التعليمية وتحقيق مستوى من تكيف الطلبة مع تأثيراتها.

ويظهر التكيف في حياتنا في مناسبات عديدة، وميادين مختلفة، فهناك تكيف الفرد مع البيئة الاجتماعية، وتكيف المدرس مع عمله، وتكيف الطالب مع مدرسته وكتيبته (قاسم، 2000). وكان أول من أشار إلى مصطلح التكيف هو داروين (Darwin) في نظرية النشوء والتطور، التي تشير إلى أن الكائنات الحية هي التي تبقى قادرة على التعايش مع صعوبات العالم الطبيعي وأخطاره، بمعنى أن البقاء للأقوى القادر على التلاؤم والتكيف مع الظروف البيئية المحيطة به، فالإنسان بطبعه يسعى لإشباع حاجاته، وإذا ما وجدت بعض المصادر المعوقة لإشباع هذه الحاجات، فإنه

يبدل الجهد للتعامل مع هذه الصعوبات وتجاوزها، من أجل الوصول إلى حالة من التوافق والتكيف (محي الدين، 2004).

ويؤثر انتقال الأفراد من بيئة تعليمية أو مرحلة تعليمية إلى بيئة أو مرحلة أخرى عليهم في عملية التكيف، ففي هذه الفترة قد تحدث تحديات وضغوط لدى الفرد حتى يستطيع الاندماج والتكيف في الحياة الأكاديمية والاجتماعية الجديدة، واتخاذ الإجراءات اللازمة لتلبية المطالب الأكاديمية، وإنشاء صداقات جديدة، والتصرف باستقلالية، والقدرة على تحمل المسؤولية التي تتطلبها هذه المرحلة التعليمية الجديدة (Sevinc & Gizir, 2014).

وحتى يتسنى للطلبة تشكيل العلاقات الجديدة والتكيف معها، والتعامل مع الضغوط التي تنتج من تنوع الدراسة الجامعية، وصعوبة المساقات الجامعية، والتعامل مع أساتذة وزملاء جدد، فإن من الضروري أن يتعلم الطلبة الاستقلالية وطرق ممارستها وتطويرها، وإذا فشل الطلبة في التكيف فإن من المحتمل أن يتركوا الجامعة قبل التخرج، أما إذا نجحوا في مواجهة التحديات والصعوبات فسوف يتكيفون تكيفاً إيجابياً، وينعكس ذلك على أدائهم الأكاديمي (AL-Badarin and Ghaith, 2013).

ويكون النجاح هو المحصلة النهائية في حال جرى التعامل بفاعلية مع قضاء الحاجات في الظروف الخاصة، ومنها الحاجة إلى استمرار العملية التعليمية للطلبة، والعمل على تحقيق التكيف مع المحيط التعليمي بظروفه ومعطياته التي تفرضها تلك الظروف، ودور الحالة النفسية والنظرة المتقابلة للطلبة في أثناء هذا التكيف (العنوم، 2004). وقد بينت نتائج دراسة بيريرا ومكلفين (Perera & McIlveen, 2014)، أن التفاؤل يرتبط إيجاباً مع الثقة بالنفس، وأن المتقائلين أكثر إيجابية من المتشائمين في سلوكهم مع التحديات والتغيرات الطارئة التي تواجههم، ومنها قدرتهم على التكيف. ويشير سيلجمان (Seligman, 2000) ضمن إطار علم النفس الإيجابي (Positive Psychology) إلى أن الشعور بالتفاؤل والأمل، والثقة بالنفس، تساعد الإنسان على العيش في مستويات مرتفعة من

السعادة، وذلك من خلال الإحساس بالعواطف الإيجابية أكثر، والشعور أن الحياة جديرة بأن يعيشها، وهذا أمر ضروري في سبيل تحقيق الصحة النفسية الإيجابية لديه، وانعكاس ذلك إيجاباً على توافقه مع نفسه ومع مجتمعه نفسياً واجتماعياً، مما يجعله قادراً على مواجهة مطالب الحياة والتكيف مع البيئة المحيطة به.

وتسيطر على الشخص المتشائم مجموعة من الإحباطات في الحاضر تجعله غير قادر على النمو الوجداني، فهو على الرغم من إمكانية أن ينجح في بعض الأعمال المسندة إليه، إلا أنه يتوقع الفشل والنتائج السيئة والسلبية في كل خطوة من خطوات حياته المستقبلية، مما يعوق كل تقدم وكل تطور يمكن أن يحققه في حياته، بل إن شخصيته قد تُصبغ بصبغة سوداء قاتمة تتسم بالجمود، لذا تعد دراسة الفرد من حيث التفاؤل والتشاؤم مهمة في فهم الحياة الانفعالية للفرد (الصغير، 2001).

وبعد أن أصبح فيروس كورونا (كوفيد 19) جائحة عالمية بانتشاره في دول العالم كافة دون استثناء، فقد احتلت هذه الجائحة حيزاً واسعاً في الذهنية الجمعية للبشر، وفي صورة مهدد وجودي. وتشير الإحصائيات والأرقام إلى أن جائحة كورونا أصبحت شبحاً يهدد الجميع ليس فقط بسبب ما ينشر من هذه الإحصائيات، ولكن أيضاً لما ينشر حوله من أخبار ومعلومات عبر كل وسائل الإعلام والاتصال، تكون في معظمها غير موثوقة تعتمد على التهويل وإثارة الذعر، فأثرت على مجريات حياة البشر كافة، ومنها التعليم؛ إذ تسببت في انقطاع العملية التعليمية عن مئات الملايين من طلبة المدارس في العالم (شاهين، المصري، وطموني، 2020).

وقد انعكست آثار الجائحة على الطلبة في مراحل التعليم العالي كافة، باستثناء تلك المؤسسات التي استطاعت أن تتعامل مع هذا الواقع الطارئ والصعب، فاستثمرت في إمكاناتها وقدراتها، وبخاصة المؤسسات التعليمية التي تمتلك بيئة مناسبة للتعلم المفتوح عن بعد، من خلال توظيفها للتكنولوجيا ووسائل التعليم الإلكتروني، وكانت جامعة القدس المفتوحة من بين هذه المؤسسات التعليمية،

التي حافظت على استمرارية العملية التعليمية لطلبتها في مرحلة البكالوريوس والدراسات العليا دون توقف وتتبنى جامعة القدس المفتوحة نظام المزوجة بين التعليم التقليدي والتعلم الإلكتروني من خلال ما يسمى "التعليم المدمج"، الذي يوفر فرص التعليم والتعلم ويوظف التكنولوجيا الحديثة في العملية التعليمية (جامعة القدس المفتوحة، 2020).

مما تقدم يتبين أهمية التكيف الأكاديمي للطالب وعلاقته بالتفاؤل ورفض المستحيل وتحقيق الشيء الذي يتوقع حدوثه وهو متفائل، فقدرة الإنسان على التكيف مع الظروف الحقيقية المحيطة به هي أساس النجاح، ومواجهة الضغوط وتحديات الحياة. وفي ظل الظروف الراهنة التي فرضت على الشعب الفلسطيني والعالم ككل خلال جائحة كورونا، فإن طلبة الدراسات العليا شأنهم شأن أي فئة في المجتمع قد يتعرضون للتشاؤم والنظرة السلبية للحياة في الوضع الذي تمر به البلاد، فمن خلال النظرة الإيجابية والتفاؤل والنظر للوضع بشكل إيجابي يستطيع طالب الدراسات العليا التكيف مع الوضع الذي فرض عليه وإتمام تعليمه، والتكيف مع وسائل التكنولوجيا المستخدمة لإتمام هذه المرحلة. ومن هذه الفكرة انطلقت الباحثة في دراسة التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني في محافظة رام الله والبيرة.

2.1 مشكلة الدراسة

يعد التعليم الجامعي من أهم الأسس التي تعتمد عليها الدول المتقدمة، فالجامعة لا تقتصر على الجانب المعرفي فقط، فهي صرحاً علمياً مهماً يرتاده الطلبة بهدف التطور في المهارات الشخصية والأكاديمية والاجتماعية، فتعد جامعة القدس المفتوحة الرائدة في احتضان الطلبة من أبناء شعبها، فهم الثروة الحقيقية في أي مجتمع.

ونظراً للظروف الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي يمر بها الشعب الفلسطيني، فإن لهذه العوامل تأثير كبير في بعض جوانب الحياة سواء الأسرة، أم المدرسة، أم المؤسسات التعليمية، التي تحدد مستوى قدرة الفرد على التكيف وهو جوهر الصحة النفسية، لهذا يعاني كثير من طلبة الجامعات من صعوبات في التكيف الأكاديمي، مما يؤثر سلباً على أدائهم الأكاديمي وتفاعلهم الاجتماعي، والشعور بعدم الثقة، وفقدان الشعور بالأمن. وبسبب إغلاق الجامعات وانقطاع الدوام بسبب جائحة كورونا وخوفهم من التأخر من إنهاء دراساتهم العليا، فكان التحول نحو التعلم الإلكتروني، مما دفع كلية الدراسات العليا لتنظيم محاضرات موحدة إلكترونية، وساهم بالتالي في تحقيق التواصل بين أبناء شعبنا، باستخدام تقنية الصفوف الافتراضية.

من خلال شعور الباحثة كأحد المتأثرين بهذا الواقع والمشاركين في العملية التعليمية، باعتبارها مارست التعلم الإلكتروني خلال جائحة كورونا كطالبة في برنامج الماجستير، وملاستها لأهمية التكيف الأكاديمي الذي يعمل على تنمية وتطوير السمات الشخصية الإيجابية لدى الطلبة، وبالتالي زيادة الثقة بالنفس والطاقة الإيجابية من خلال الشعور بالتفاؤل في كل ما يتعلق بمتطلبات عملية التعليم والتعلم ومخرجاتها في هذه الظروف، وجدت من الضرورة تقصي واقع التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا. وتتمثل مشكلة الدراسة من خلال السؤال الرئيس الآتي:

هل توجد علاقة ارتباط بين التكيف الأكاديمي والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

3.1 أسئلة الدراسة

حاولت هذه الدراسة التعرف إلى التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتقاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا. وبناءً عليه، أجابت هذه الدراسة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى التكيف الأكاديمي وأبعاده لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

السؤال الثاني: ما مستوى كل من التقاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق جوهرية في متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير: (الجنس، مجال التخصص، الحالة الاجتماعية)؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق جوهرية في متوسطات كل من التقاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير: (الجنس، مجال التخصص، الحالة الاجتماعية)؟

السؤال الخامس: هل تختلف العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التقاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا باختلاف الجنس؟

السؤال السادس: ما القدرة التنبؤية لأبعاد التكيف الأكاديمي في مستوى كل من التقاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

4.1 فرضيات الدراسة

للإجابة عن الأسئلة (الثالث، والرابع، والخامس، والسادس)، فقد صيغت الفرضيات الصفرية

الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال الحالة الاجتماعية.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاوض والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

الفرضية السابعة: لا توجد علاقة ارتباط دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجتي التكيف الأكاديمي والتفاوض والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

الفرضية الثامنة: لا تختلف العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاوض والتشاؤم عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا باختلاف الجنس.

الفرضية التاسعة: يمكن التنبؤ في مستوى كل من التفاوض والتشاؤم من خلال أبعاد التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

5.1 أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.
2. التعرف إلى مستوى التفاوض والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

3. تحديد طبيعة الفروق في التكيف الأكاديمي تبعاً لمتغيرات الدراسة التصنيفية: الجنس، مجال التخصص، الحالة الاجتماعية.

4. تحديد طبيعة الفروق في التفاوض والتشاور تبعاً لمتغيرات الدراسة التصنيفية: الجنس، مجال التخصص، الحالة الاجتماعية.

5. تقصي العلاقة بين التكيف الأكاديمي والتفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، والفروق في هذه العلاقة بحسب الجنس.

6. تحديد القدرة التنبؤية لأبعاد التكيف الأكاديمي في مستوى كل من التفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

6.1 أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة من الناحية النظرية، في أنها تهتم بدور الإرشاد النفسي والتربوي في التصدي للمشكلات النفسية والاجتماعية، كما تبرز أهميتها في كونها تتناول طلبة الجامعة كمجتمع دراسة، وهي بذلك قد تشكل في أديها النظري ومعطياتها إضافة إلى الأدب النظري والمكتبة العربية في مجال متغيري الدراسة الرئيسيين، وهما: التكيف الأكاديمي، والتفاوض والتشاور، وبخاصة لدى الطلبة في مرحلة غير اعتيادية تتمثل في جائحة كورونا، وما كان لها من انعكاسات سواءً إيجابية أم سلبية علة عملية التعليم والتعلم في فلسطين.

أما من الناحية التطبيقية، فسوف تقوم الدراسة بتسليط الضوء على العلاقة بين التكيف الأكاديمي والتفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول

نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا. كما أن نتائج هذه الدراسة قد تساهم بشكل كبير وفاعل في تقديم معطيات وصفية حول مستوى التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم، تساعد في التعامل بمهنية مع طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة وتقديم الخدمات الإرشادية لهم، وبخاصة في مجال التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا. كما أن نتائج الدراسة قد تعطي فرصة كبيرة لإمكانية تطبيق النتائج التي تتوصل إليها، وما سيكون لذلك من نتائج عملية على تطوير الحالة التعليمية في الجامعة.

7.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تمثلت حدود الدراسة الحالية في الآتي:

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في برامج الدراسات

العليا التي توفرها عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي في الجامعة.

الحدود المكانية: كلية الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة.

الحدود الزمانية: طبقت الدراسة من الفصل الدراسي الأول 2020/2021م.

المحددات المفاهيمية: اقتصرت على المفاهيم والمصطلحات الواردة في الدراسة.

المحددات الإجرائية: استخدم في هذه الدراسة مقياس التكيف الأكاديمي، ومقياس التفاؤل والتشاؤم،

وهي بالتالي اقتصرت على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة

الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة

التكيف الأكاديمي: "هو نتاج لتفاعل الطالب مع المواقف المختلفة، وعملية التكيف الأكاديمي للطالب محطة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية، والقدرة التحصيلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام التعليمي، والحالة النفسية للطالب، والظروف الأسرية بشكل عام" (القضاة، 2007: 97-116).

ويعرف التكيف الأكاديمي إجرائياً بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس التكيف الأكاديمي المعد لهذه الدراسة.

التفاؤل Optimism: "هو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، ومنتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك" (الأنصاري، 1998: 15).

ويعرف التفاؤل إجرائياً بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس التفاؤل المعد لهذه الدراسة.

التشاؤم Pessimisms: "هو توقع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما خلا ذلك إلى حد بعيد" (الأنصاري، 1998: 16).

أما تايلور "Tyler"، فيعرف التشاؤم بأنه: نزعة التشاؤمية تشير إلى توقع عام لحدوث نتائج سلبية أكثر من الإيجابية على أن تكون سمة ثابتة نسبياً (أبو الديار، 2010).

ويعرف التشاؤم إجرائياً بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس التشاؤم المعد لهذه الدراسة.

طلبة الدراسات العليا: هم الطلبة المسجلون في برنامج الدراسات العليا (الماجستير) في جامعة القدس المفتوحة- عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي، للعام الدراسي 2021/2020م، ويتابع الطلبة دراستهم بإشراف أعضاء هيئة التدريس لنيل درجة الماجستير.

فيروس كورونا (COVID - 19): عرفته منظمة الصحة العالمية (2020) بأنه: هي فصيلة كبيرة من الفيروسات التي يمكن أن تسبب للبشر طيف من الاعتلالات، تتراوح بين نزلة البرد الشائعة والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة.

جائحة فيروس كورونا (COVID - 19): هي جائحة عالمية مستمرة حالياً لمرض فيروس كورونا، سببها فيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة، تفشى المرض للمرة الأولى في مدينة ووهان الصينية في أوائل شهر ديسمبر عام (2019)م؛ حيث أعلنت منظمة الصحة العالمية رسمياً في 30 يناير، أن تفشي الفيروس يشكل حالة طوارئ صحية عامة تبعث على القلق الدولي (منظمة الصحة العالمية، 2020).

التعلم الإلكتروني: هو شكل من أشكال التعليم عن بعد باستخدام آليات الاتصال الحديثة من أجل إيصال المعلومات للمتعلمين بأسرع وقت وأقل تكلفة، وبصورة تمكن من إدارة العملية التعليمية التعليمية وضبطها وقياس وتقييم أداء المتعلمين (جنبي، 2019).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

2.1.2 المقدمة

3.1.2 التكيف الأكاديمي

4.1.2 التفاؤل والتشاؤم

2.2 الدراسات السابقة

1.2.2 الدراسات السابقة المتعلقة بالتكيف الأكاديمي

2.2.2 الدراسات السابقة المتعلقة بالتفاؤل والتشاؤم

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

تضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً للإطار النظري والدراسات السابقة، ففي الجزء الأول منه سيكون العرض عن متغيرات الدراسة الرئيسية، المتمثلة في: مفهوم التكيف الأكاديمي، التفاوض والتشاؤم، وأبرز النظريات المفسرة لها، ومفهوم التعليم الإلكتروني، وأبرز النظريات المفسرة له، طلبه الدراسات العليا، أما الجزء الثاني من هذا الفصل، فيتمثل في الدراسات السابقة التي لها صلة بالبحث الحالي؛ إذ وزعت بحسب متغيرات الدراسة، وتضمنت دراسات عربية وأخرى أجنبية.

1.2 الإطار النظري

1.1.2 المقدمة

يعد التكيف سمة من سمات البشر، فهم أكثر الكائنات لهم قدرة على التعايش، مع بيئتهم ومحيطهم، فمنذ القدم بدأ البشر بالتحرك إلى أماكن مختلفة على الأرض وفق نظرية التطور، فينشأ الفرد في هذا العالم وهو يتعلم منذ الصغر على كيفية التأقلم والانسجام مع العالم المحيط فيه، ووجدوا بيئات ومناخات مختلفة ليتمكنوا من التكيف معها، حيث اكتشفوا النار للحصول على الدفء، ولطهي الطعام، مما زاد التنوع في نظام حياتهم، ومع تطور الحياة وتقدمها أصبح الإنسان أكثر وعياً، ينتقل من بيئة إلى بيئة، فيتكيف معها للوصول إلى أهدافه وتحقيق غاياته (Nyamayaro & Saravanan, 2013).

إن من أهم المؤشرات المتعلقة بصحة الطالب النفسية هو تكيفه الأكاديمي، فهو يقضي مدة أربع سنوات أو أكثر في حياته في الجامعة، وتعد هذه المدة طويلة؛ إذ أن تكيف الطالب أكاديمياً وشعوره بالرضا والارتياح عن حياته الجامعية يمكن أن ينعكس على انتاجياته، ويمكن أن يسهم في تحديد مدى استعداده لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل على تطويرها الجامعة لدى طلبتها، وتكيف الطالب مع متطلبات الحياة الجامعية يتأثر بمتغيرات عدة، منها: الجنس، ومفهوم الذات، والقدرات العقلية، وبعض العوامل الاجتماعية والشخصية، كما يتأثر ببعض المتغيرات النفسية، فضلا عن تأثره بطبيعة الحياة الجامعية (بركات، 2006).

ويعد السلوك العام للطالب الجامعي مؤشراً واضحاً في تبيان مدى التكيف للطالب الجامعي مع محيطه، والذي يبدأ أولاً بالاهتمام، فالانتباه، ثم التفاعل، علاوة على كون الطالب أحد اللبنة الإيجابية في الجامعة عن طريق بناء شبكة من العلاقات الاجتماعية مع زملائه ومدرسيه، ومحافظة على النظام ومتابعته لمدرسيه في قاعة التدريس على وجه الخصوص.

يعرف التكيف الأكاديمي بأنه: "حالة ومحاولة؛ حالة ضمن عملية تعليمية مستمرة، ومحاولة من قبل الطالب لاستيعاب المواد الدراسية على اختلاف مشاربها من جهة والنجاح فيها من جهة أخرى، والسعي الدؤوب لخلق رابط قوي مع محيطه، وإيجابية العلاقة مع رفاق العلم من خلال أنشطة متعددة داخل الحرم الجامعي وخارجه" (Youngman, 1979: 258).

وتعد المرحلة العمرية التي يمر بها الطلبة في الجامعة مرحلة مهمة ان لم تكن أهم المراحل على الإطلاق إذ تسهم في صهر الطالب في بوتقة محيطه، ذلك المحيط الذي يتسم بديمومة الاتساع، الأمر الذي يشعر الطالب بنوع من الاستقلالية وتحقيق الهوية الشخصية، كما أن لها أكبر الإسهام في طفرات التطور إن جاز التعبير (الزيود، 2010).

نجد إن الإنسان المتفائل يظهر وكأنه يقوم بحماية نفسه وذاته من مشاعر الاكتئاب والحزن الشديد والقلق بسبب الأفكار والتوقعات الإيجابية التي يحملها، وفي المقابل نجد المتشائم يعاني كثيراً من الأفكار والتوقعات السلبية لمجريات الأحداث ومن ثم فهو يتعرض لمشاعر الحزن الشديد والاكتئاب والقلق، ويؤكد سيلجمان في هذا السياق بأن أسلوب تفكير الإنسان هو الذي يحدد فيما إذا كان هذا الإنسان متفائلاً أم متشائماً (السهل والعبد الله، 2009).

ويرى الطبيب الإغريقي هيبوقراط (Hippocrate, B.C: 370-460) في تصنيفه، أن اختلاف الأمزجة يعزى إلى اختلافات عضوية كيميائية في الجسم، وهي تقابل الأمزجة الأربعة، إذ يشير أن صاحب المزاج السوداوي متشائم، وأن صاحب المزاج الدموي متفائل. فهو يشير إلى أن صاحب المزاج الدموي متفائل ومرح ونشط وممتلئ الجسم وسهل الاستشارة وسريع الاستجابة، ولا يهتم إلا باللحظة الحاضرة، ولا يأخذ الأمور بجد، فهو هوائي. أما صاحب المزاج السوداوي، فهو متأمل وبطيء التفكير وثابت الاستجابة، ويعلق أهمية بالغة على كل ما يتصل به، ويجد صعوبة التعامل مع الناس، واهم ما يميزه الانطواء؛ إذ يعتقد (هيبوقراط) أن الناس ينتمون إلى أحد الانماط المزاجية الأربعة، وهي: (المتفائل، المتشائم، الخامل، والمبتهج) (شاهين، 2019).

ويرى السلوكيون أن التفاؤل والتشاؤم كغيرها من السلوكيات يمكن تعلمها من خلال الاقتران، أو على أساس الفعل المنعكس الشرطي، على اعتبار أن التفاؤل والتشاؤم من الاستجابات الشرطية المكتسبة، فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيء لشخص ما وتكرار هذا المثير قد يؤدي إلى التشاؤم، وأن ارتباط مثير ما بشيء سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عند الشخص الآخر (محيسن، 2012). وتظهر البحوث النفسية أن التفاؤل يرتبط بالعديد من النتائج الإيجابية للحياة، مثل: زيادة متوسط العمر المتوقع، والصحة العامة والصحة النفسية الجيدة، وزيادة النجاح في الرياضة

والعمل، وشفاء معدلات العمليات القلبية، واستراتيجيات المواجهة الفعالة عندما نواجه الشدائد النفسية (عبد الخالق، 1996).

ومع دخول إغلاق المدارس والجامعات الفلسطينية للشهر الثاني، بسبب جائحة كورونا التي ألفت بظلالها الثقيلة على مختلف مناحي الحياة في الأراضي الفلسطينية، وتسببت بتعطيل المؤسسات التعليمية، وإجبار الطلبة على المكوث في منازلهم، ولم يجدوا خياراً أمامهم سوى التوجه للتعليم الإلكتروني (التعليم عن بعد). فقد لجأت المؤسسات التعليمية في فلسطين إلى اعتماد أساليب من التعليم الإلكتروني في محاولة للتغلب على غياب الطلبة، وضياح آلاف الحصص المدرسية، وتأخر طلبة الجامعات عن التخرج، وسط جدل واضح بجدوى وإمكانية توافر البنية التحتية للتعليم عن بعد. وتفيد بيانات الإحصاء الفلسطيني بأن ثلث الأسر الفلسطينية لديها جهاز حاسوب، وأن حوالي (65%) منها لديها نفاذ للإنترنت في المنزل، كما أن أكثر من (80%) من الأفراد يمتلكون المهارات الأساسية لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2017).

ويعد التعليم والتعلم الإلكتروني نظام إلكتروني بكل حيثياته ومراحله، وبالنسبة لبعض الدول العربية يعد نظام جديد، فنظام التدريس يعتمد على التكنولوجيا في جميع المراحل، بحيث يحضر الطلبة إلكترونياً جميع محاضراتهم التي كان من الممكن أن يحضروها وجاهياً بالنظام التقليدي باللقاء المباشر مع المحاضر في مبنى الجامعة، يحضرون المحاضرات ويتابعونها إلكترونياً وهم في بيوتهم، أو أماكن عملهم، ومكاتبهم من خلال الغرف الافتراضية، ويتم أخذ الحضور والغياب والتفاعل مع الطلبة من خلال الشاشة. ومما يميز هذا النظام أنه يتيح للمحاضر أن يرى الجميع والتواصل فيما بينهم والتفاعل، ويتولى المحاضر إدارة الصف، ولا يسمح بالتهرب والخروج والمغادرة وترك الكاميرا مفتوحة، فهذا نظام يسمح للنقاش والحوار من خلال جميع وسائل التواصل الأخرى والاحتفاظ بالمقررات والمحاضرات والواجبات والتمارين، مع إمكانية الرجوع إليها حين يرغب الطالب، وفي

الوقت الذي يريده، ولا يلزم الحضور إلى مقر الجامعة، وهو نظام اعتمد في دول عديدة، منها: فلسطين، والأردن، وغيرهما حديثاً (القضاة، 2020).

2.1.2 التكيف الأكاديمي

يعد التكيف الأكاديمي من أهم مظاهر التكيف العام، ومن أقوى المؤشرات على صحة الطالب النفسية؛ فتكيف الطالب مع متطلبات الجامعة، وشعوره بالرضا عن نوعية حياته الجامعية يمكن أن ينعكس على إنتاجيته، ويسهم في تحديد مدى استعداده لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل الجامعة على تطويرها لدى طلبتها. إنّ عدم التكيف لدى الطلبة ينتج عن تنوع التحديات التي يواجهها الطلبة خاصة في السنوات الأولى من الدراسة الجامعية، وتتضمن هذه التحديات تشكيل علاقات جديدة والتكيف مع هذه العلاقات، وتعلم استراتيجيات جديدة، إضافة إلى الأعباء الأكاديمية، وصعوبة المساقات الدراسية، وكيفية التعامل مع الأساتذة والزملاء. ولهذا فالطلبة بحاجة إلى أن يتعلموا الاستقلالية وطرق ممارستها وتطويرها، وفي إطار من التفاوض في مواجهة هذه التحديات حتى يطورون تكيفاً إيجابياً ينعكس على أدائهم الأكاديمي، واعتقاداتهم حول قدراتهم على القيام بالمهام المختلفة (Tinto, 1996).

ويشير السلوك التكيفي إلى ذلك النوع من السلوكيات التي يتم من خلالها التكيف مع المتطلبات البيئية، كما يتضمن المهارات المستخدمة في الحياة اليومية والتي يستخدمها الأفراد في رعاية أنفسهم، وكذلك في الاتصال مع الآخرين. فالتكيف الأكاديمي هو عملية تقوم على المواءمة بين الطالب ومتطلبات المؤسسة التربوية التي ينتمي إليها، وأنه عملية ديناميكية مستمرة لا تتوقف عند مرحلة معينة، وأن من النتائج الإيجابية للتكيف الأكاديمي تكوين علاقات جيدة بين الطالب وأساتذته وزملائه، بالإضافة إلى تحقيق الصحة النفسية. وقد أكدت الجمعية الأمريكية للبحوث التربوية

"American Educational Research Association (AERA) على أن السلوك التكيفي يتضمن العديد من الكفايات، من بينها: الاتصال، والرعاية الذاتية، والتوجه الذاتي، والكفاءة الاجتماعية، واستثمار وقت الفراغ، والأداء الأكاديمي، والقيام بالمتطلبات المنزلية، ومتطلبات العمل (Harrison and Boney, 2008).

وأشار باسيليا وكفافديز (Basilaia & Kvavadze, 2020) إلى أن التكيف الأكاديمي يتأثر بالجو الجامعي، فالمجتمع الجامعي الإيجابي هو الذي تسوده الحرية والديمقراطية، وروح العدالة، والمساواة، والمودة والتعاطف، بين الطلبة أنفسهم، ومع اساتذتهم، هو الذي يساعد الطلبة على استغلال طاقاتهم وقدراتهم إلى حد أقصى، فضلاً عن الدور الإيجابي للأساتذة عن طريق تفاعلهم الإيجابي مع الطلبة واعتمادهم المناهج وطرق التدريس التي تنمي مهارات الطلبة.

1.2.1.2 تعريف التكيف

لغةً: تكيف يتكيف تكيفاً، التالف والتقارب وإجماع الكلمة، فهي نقيض التحالف والتنافر والتصادم (ناصر، 2006).

اصطلاحاً: التكيف الأكاديمي هو نتاج لتفاعل الطالب مع المواقف المختلفة، وعملية التكيف الأكاديمي للطلاب محطة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية، والقدرة التحصيلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام التعليمي، والحالة النفسية للطلاب، والظروف الاسرية بشكل عام (القضاة، 2007). وفي تعريف آخر، يشير بني خالد (2010) إلى أن التكيف الأكاديمي هو قدرة الفرد على مواجهة المشكلات الحياتية، وحل المشكلات الحادثة، والتفاعل معها بإيجابية ومرونة، من أجل إعادة التوازن للنفس والوصول بها إلى حالتها الطبيعية.

وعليه، فإن مصطلح التكيف مصطلح اختلف الباحثون عليه؛ حيث أنه يرتبط بالعديد من الجوانب العلمية المختلفة، فهو يرصد سلوكيات الأفراد التي يقومون بها في المواقف المختلفة وما يرتبط بها من المهارات المختلفة، مثل: المهارات الاجتماعية، ومهارات الرعاية الشخصية، والمهارات المرتبطة، مجموعة من القدرات الوجدانية التي تسمح للطلبة بالتفاعل مع المواقف التربوية، وتتعلق بعدد من العوامل، مثل: القدرة العقلية والقدرة التحصيلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام التعليمي، والحالة النفسية للطالب، والظروف الأسرية بشكل عام، وبذلك فإن تعريف التكيف يتوقف على الجانب الذي ينظر منه، وموضوع الدراسة.

وقد أشار سهاونه (1989) إلى إمكانية قياس التكيف الأكاديمي لدى الطلبة في المؤسسات التعليمية، من خلال ستة أبعاد متكاملة ومتتابعة، هي: التكيف المنهجي، ونضج الأهداف ومستوى الطموح، والفعالية الشخصية في التخطيط واستغلال الوقت، والمهارات والممارسات الدراسية، والصحة النفسية، والعلاقات الشخصية مع المدرسين والطلبة.



الشكل (1): أبعاد التكيف الأكاديمي

2.2.1.2 النظريات المفسرة للتكيف الأكاديمي

يختلف تفسير التكيف باختلاف المدارس النفسية ونظرة كل منها إلى الإنسان والحياة، وطبيعة

العلاقات الإنسانية ظهرت عدة نظريات تناولت التكيف، منها:

أولاً- التكيف من منظور مدرسة التحليل النفسي:

يرى فرويد "Frued" أن الفرد يولد مزود بغرائز ودوافع، فالحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباع للحاجات أو إحباطات، فيكون الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة، والمطالب الاجتماعية من جهة أخرى. وبناءً على ذلك، لن تتم عملية التكيف إلا إذا استطاعت (الأنا) التي تعمل وفق مبدأ الواقع على تحقيق التوازن بين متطلبات (أهو) وتحذيرات (الأنا العليا) ومقتضيات الواقع (Angler, 2009).

ثانياً- التكيف من منظور المدرسة السلوكية:

يرى أصحاب المدرسة السلوكية أن العادة هي مركز أساس في النظرية السلوكية، باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة مثير واستجابة، وبما أن العادات تكون مكتسبة أو متعلمة، لهذا يمكن استبدال العادات غير التكيفية بعادات تكيفية، فينظرون لشخصية الفرد وكأنها آلة ذاتية الحركة توجهها ضغوط بيئية وحوافز (دسوقي، 1997).

ثالثاً- التكيف من منظور النظرية المعرفية:

يرى ألبرت إليس "Ellis" أن الأفراد الذين يتصفون بالتكيف السوي هم يفكرون بطريقة عقلانية، وبالتالي غير معرضين للاضطرابات النفسية، فالتكيف يعني العلاقة المنسجمة مع البيئة، والتي تمثل القدرة على إشباع أغلب الحاجات وتلبية المتطلبات سواءً الفسيولوجية أم الاجتماعية، فالتغيير ضروري في أنماط السلوك لأجل إشباع الحاجات وتلبية المتطلبات، فإذا عجز الفرد عن التكيف مع بيئته

يصبح في حالة عدم تكيف، ويؤدي ذلك إلى تعرضه للاضطرابات النفسية (المجالي وعبد القادر، 2006).

3.2.1.2 عناصر التكيف

أشار زانج (Zhang, 2009) إلى عنصرين رئيسيين من عناصر التكيف، هما:

الأول: الفرد وما ينطوي عليه في بنائه النفسي من حاجات ودوافع وخبرات وقيم وقدرات وعواطف وعقد، كلها توجه نفسي تتدرج تحت مسمى المحيط النفسي الداخلي للفرد.

الثاني: المحيط الخارجي، ويتكون من البيئة الطبيعية المحيطة للفرد من ماء وهواء ورياح، والبيئة الاجتماعية التي تشمل الأسرة والمدرسة والنادي وبيت العبادة والشارع.

كما أشار لينت وزملاؤه (Lent, Taveira, Sheu, & Singley, 2009) إلى مدى تكيف الفرد يتوقف على إشباع حاجاته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى الفسيولوجية منها والاجتماعية، والأدوار المختلفة التي يلعبها الفرد في حياته وفي أثناء تفاعله ومع بيئته المادية والاجتماعية، وتتمثل في الأهداف والطرق التي ميزها في مجال حياته على أنها تساعد على إشباع هذه الحاجة. وتبعاً لذلك، تتوقف سعادة الفرد وتكيفه السليم على مدى كفاية الذات في إشباع حاجاته بما يتفق والواقع، وما يتوقعه الفرد من المجتمع، وإلا يختل توازن تكيفه ويؤدي به إلى التعاسة، والشعور بالنقص.

4.2.1.2 خصائص التكيف

هناك عدة خصائص للتكيف، من أهمها (نصر الدين، 2014):

التكيف عملية كلية: يجب النظر للإنسان أنه شخصية متكاملة وليست متجزئة، وبالتالي يشمل التوافق المجالات المختلفة لهذه الشخصية، وكذلك التكيف مع المظاهر والمسالك الخارجية للفرد لحياته الداخلية وتجاربه من حيث الرضا عن نفسه وعن العالم الخارجي في ميادين: الدراسة، والعمل، والزواج، والعلاقات الإنسانية بشكل عام.

التكيف عملية نشوئية تطورية ارتقائية: لكل فرد منا حاجة إلى حاجات ودوافع فالتكيف بالنسبة لطفل في عمر العاشرة يختلف عن التكيف بالنسبة للمراهق، ففي كل مرحلة بحاجة لإعادة الاتزان على مستوى المرحلة العمرية وخصائصها وسماتها، كما يكون بالرجوع والارتقاء من البسيط للدوافع والأهداف إلى الأكثر تعقيداً.

التكيف عملية دينامية: يقصد به أن التكيف لا يكون مره واحدة وبصورة نهائية، بل يستمر ما استمرت الحياة، فالحياة عبارة عن سلسلة من إشباع الحاجات والدوافع للفرد ومتطلبات الواقع، والدينامية هي المحطة التي تنتج عن صراع القوى المختلفة بعضها ذاتي وبعضها بيئي، والتي تخص الذات بعضها بيولوجي وبعضها فطري مكتسب، وهذه القوى بعضها ينتمي للماضي وبعضها للحاضر والمستقبل.

التكيف عملية وظيفية: التوافق سواءً أكان سويماً أم غير سوي ينطوي على وظيفة تحقيق إعادة التوازن من جديد الناشئ عن صراع القوى بين الذات والموضوع، فالتوافق ليس عملية لخفض التوتر، بل ولتحقيق قيمة الذات وبالتالي تحقيق الوجود الإنساني.

التوافق عملية اقتصادية: ينظر للتكيف من الناحية الاقتصادية من حيث كمية الطاقة المستخدمة في الصراع بين القوى المختلفة، ما هي الطاقة المستعملة؟ لصالح من هذه القوى المستخدمة؟ إلى أين تتجه؟ إلى الداخل أم الخارج.

5.2.1.2 أنماط التكيف

هناك نمطان للتكيف، وهما كالآتي (أحمد، 1978):

الأول- التكيف الشخصي: وهو أن يكون الفرد راضياً عن نفسه غير كاره لها ونافر منها، أو ساخط عليها أو غير واثق فيها، كما تتسم حياته النفسية من الخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترن مع مشاعر الذنب والقمع والضيق والنقص، ومن المكونات الرئيسة لهذا البعد من التكيف إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آنٍ واحد. إن غير المتكيف مع نفسه شخص يعاني حرياً تدور رحاها بين الجوانب النفسية، وهي حرب تستنفذ قدراً من طاقته، كان يجدر أن تستغل في مواجهة تكاليف الحياة وشدائدها، والخلو قدر الإمكان من أعراض القلق الحاد، والاكتئاب، والعدوانية، ومختلف الاضطرابات النفسية والعقلية والأمراض العضوية مع التناؤل في الحياة والإقبال عليها.

والثاني- التكيف الاجتماعي: هو قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس، صلات لا يخشاها الاحتكاك أو التشكي أو الشعور بالاضطهاد، ودون أن يشعر الفرد بحاجة ملحة إلى السيطرة أو العدوان على من يقترب منه، أو برغبة ملحة في الاستماع إلى إطرانهم له أو في استدرار عطفهم عليه، أو طلب المعونة منهم.

والمتكيف مع المجتمع أقدر على ضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال، فلا يثور ولا يتهور لأسباب تافهة، ولا يعبر عن انفعالاته بصورة طفيلية فجأة، هذا إلى جانب قدرته على معاملة الناس

بصورة واقعية لا تتأثر بما تصوره له افكاره وأوهامه عنهم؛ فالتكيف الاجتماعي هو عملية اجتماعية تتضمن نشاط الأفراد والجماعات وسلوكهم التحرري إلى الملائمة والانسجام بين الفرد وبين جملة أفراد وبيئتهم، أو بين الجماعات المختلفة، حتى تسير جوانب الحياة الاجتماعية في توافق.

6.2.1.2 أشكال التكيف

التكيف إما أن يكون تكيف إيجابي أو تكيف سلبي، وذلك حسب تحقيق الفرد لأهدافه وغاياته، أو عجز الفرد عن إشباع حاجاته ورغباته، ونميز بين التكيف الإيجابي والسلبي باستخدام المعايير الآتية (الرفوع والقرارة، 2004):

المعيار الشخصي: يستند إلى الراحة الذاتية كونها معيار التكيف الإيجابي، فالسلوك السلبي يجعل الفرد يشعر بضيق وقلق وانزعاج ويسبب الأذى للآخرين، ويعتمد تقييم درجة السلوك على درجة الانزعاج النفسي الذي يسببه السلوك.

المعيار المثالي: يعتمد على فكرة الكمال والمثالية، فكلما كان السلوك قريباً من الكمال كان أقرب ما يكون سوي، وكلما ابتعد عن الكمال كان غير سوي.

المعيار الوظيفي: يستند في الحكم على سلوك التكيف السلبي إذا انطبق عليه أحد المعايير الثلاثة، وهي: عدم السماح للفرد بأن يتعامل مع الآخرين في المجتمع، وعدم سماحه للفرد بإشباع حاجاته الخاصة، ووجود تأثير سلبي لهذا السلوك في صحة الآخرين النفسية.

المعيار الإحصائي: ينطلق من فكرة التوزيع الطبيعي، وينظر للتكيف الإيجابي والسلبي بمقدار انحرافه عن المتوسط، وتقع أكثر الحالات ضمن المتوسط في التوزيع الطبيعي.

7.2.1.2 العوامل التي تؤدي إلى عدم التكيف

أشار ماهر (2008) إلى العوامل التي تؤدي إلى عدم التكيف، وهي كما يلي:

النقص الجسماني: الصفات الوراثية تنتقل للأفراد عن طريق الجينات، والصفات الوراثية مؤكدة في التكوينات الجسمانية مع أهمية الظروف البيئية، فالعوامل الوراثية والبيئية تعملان سوياً منذ اللحظة الأولى للحمل.

عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقررها الثقافة: لدى الفرد حاجات جسمية وحاجات اجتماعية مكتسبة، وتحدد الثقافة للفرد الطرق التي يتم بها إشباع هذه الحاجات سواءً الأولية منها أم المكتسبة، فالطريقة المحدودة لإشباع الحاجة الجنسية التي تعترف بها الثقافة عن طريق الزواج ولا تسمح العادات بغير ذلك، وكذلك المأكل والمشرب والملبس؛ إذ تتنوع السبل في الثقافة وتتنوع الأهداف، غير أن هذا التنوع محدود في الإطار الثقافي.

عدم تناسب الانفعالات والمواقف: الانفعالات هي توتر وتصحبها تغيرات فسيولوجية وتغيرات جسدية، فنلاحظ أن الثقافة تؤثر في الانفعالات، فالانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها أثرها الضار جسدياً واجتماعياً، فالخوف الشديد في بعض المواقف يؤدي إلى خفقان القلب وسرعة النبض والشعور بالهبوط والتعرق الزائد، فالثقافة تحدد أيضاً طريقة التعبير.

تعلم سلوك مغاير لمعايير الجماعة: تهدف التنشئة الاجتماعية إلى أن يتعلم الفرد معايير السلوك في جماعته، فالأفراد ينحرفون بدرجات متفاوتة عن السلوك النمطي أو النموذجي للجماعة، فلا بد من وجود فروق فردية بين الأفراد في السلوك وطرق التفكير والتعبير عن الانفعالات، فخبرات الأفراد تؤدي إلى سبل من التكيف تنحرف بهم عن النمط أو النموذج في الثقافة، فيصبح الفرد شاذاً في مجتمعه.

الصراع بين أدوار الذات: الذات تلعب أدوارها تبعاً لما يتوقعه المجتمع من الفرد، مما يؤدي عادة إلى الصراع وعدم التكيف، وحاجة الفرد أن يلعب دوران متعارضان، فالفتاة المتعلمة التي تريد أن تبني لنفسها مستقبلاً مهنيًا ناجحاً وتريد الزواج، تقع في صراع بين دورها كفتاة مهنية، ودورها في زواجها، كزوجة وأم، وغالباً ما تتعارض الأدوار، وقد لا يحدث التكيف بين فردين لأن دور كل منهما بالنسبة لزميلة لا تتفق مع دور الآخر.

عدم إشباع الحاجة إلى المركز: يعرف المركز بأنه المكانة التي يمثلها أي فرد في أي نظام اجتماعي في أي وقت من الأوقات. فلطفل مكانة ومركز معين في أسرته، وله مكانته ومركزه في جماعة أصدقائه وفي مهنته، وفي جماعة يتفاعل معها، وفي مجتمعه كله. ويهم الفرد أن يحدد مركزه بالنسبة للأفراد الذين يتعامل معهم، وليس من الضروري أن يسعى إلى مركز الزعامة أو أن يكون مرتفع الشأن حتى يشعر بالطمأنينة، فالخادم ومكانته لا تتعدى كونه خادماً من وجهة نظر المجتمع، غير أنه قد يكون أسعد حالاً من سيده الذي لا يشعر بالطمأنينة من ناحية مركزه.

عدم فهم المرء لذاته: يكون الفرد فكرته عن نفسه، وينزع إلى تأكيد ذاته طبقاً لفكرته عن نفسه بتمييز الأهداف التي تتفق، ويطلق علماء النفس على الهدف المؤقت مستوى الطموح، ويحدده الفرد تبعاً لتقييمه لقدراته على التحصيل، ويختلف الأفراد فيما بينهم في مستوى طموحهم، فالواقعي منهم يضع لنفسه مستويات قريبة من مستوى قدراته على التحصيل، في حين نرى بعض الذين لا يقدرّون أنفسهم التقدير الصحيح قد وضعوا لأنفسهم أهدافاً تفوق تحصيلهم.

عدم القدرة على الإدراك والتمييز لبعض العوامل النفسية: مما يعوق قدرة الفرد على تمييز الأهداف والوسائل المناسبة في مجال حياته التي تؤدي إلى تكيفه السليم، فكثيراً ما نكره شخصاً لمجرد مقابلتنا له لأول مرة، ونحدد سلوكنا نحوه تبعاً لهذا الشعور دون أن نعرف السبب الرئيس الذي يدفعنا إلى ذلك (ماهر، 2008).

3.1.2 التفاؤل والتشاؤم

يختلف سلوك الإنسان من وقت لآخر، فيكون تارةً مسروراً نتيجة بعض التصورات التي توحى له بالخير، وتارةً يكون حزيناً يتوقع حدوث الشر فيكون متشائماً، لهذا سيجري التعرف إلى التفاؤل والتشاؤم، وأنواعه، والعوامل المؤثرة فيه، ونظرياته.

وظهرت المناقشات النظرية المبكرة لمفهوم التفاؤل في كتابات فلاسفة القرنين السابع عشر والثامن عشر مثل: ديكارت، فولتير، وكانط (Boman & Mergler, 2014)، وكذلك لدى علماء النفس والفلاسفة البارزين، مثل: هيجل، ونييتشه، وفرويد، وجيمس على مدى القرنين التاليين أيضاً، من خلال آراء حول مفهوم التفاؤل في أعمالهم (Domino & Conway, 2001)، وركزوا في كتاباتهم هذه في وقت مبكر باعتبار أن لديهم نظرة محايدة أو سلبية في التفكير الإيجابي، والذي كان بسبب المنظور السلبي السائد عن الطبيعة البشرية في علم النفس في زمنهم. ومع التغيير في النظرة إلى الطبيعة البشرية التي حدثت تجاه التفكير الإيجابي في نهاية القرن العشرين، بدأ الاعتراف ببناء التفاؤل باعتباره السمة الأساسية التي يمتلكها الأفراد على مستويات مختلفة (Peterson, 2000).

ويعد الأمل والتفاؤل اثنتان من السمات الشخصية التي يمكن أن تسهم في العديد من النتائج الإيجابية (Rand, 2009). وعلى سبيل المثال، أظهرت الدراسات أن التفكير المتفائل له مغزى وعلاقات إيجابية مع الأداء الأكاديمي والصحة البدنية والرفاهية (Carver, Scheier, & Segerstrom, 2002; Rand, Martin, & Shea, 2011; Snyder, 2002). وبشكل أكثر تحديداً، هناك مستوى أعلى من التفاؤل مرتبط بمجموعة متنوعة من النتائج المرغوبة، بما في ذلك: أداء أكاديمي أفضل عندما يتم التحكم إحصائياً في القدرات الشخصية أو الأداء الأكاديمي السابق (Danielsen, Wiium, 2013; Gallagher, Lopez, & Pressman, 2010; Wilhelmsen, & Wold, 2010)، واحتمالية أقل للتسرب من التعليم (Snyder et al., 2002)، وعدد أقل من المشكلات المتعلقة بالصحة، وانخفاض مستويات

الاكتئاب (Snyder et al., 2000). وبالمثل، فإن التفاؤل يرتبط بالعديد من الفوائد، مثل: الأداء الأكاديمي الأفضل، وعدد أقل من الأعراض المتعلقة بالصحة الجسدية (Solberg Nes, Evans, & Pajares, 2001; Segerstrom, 2009; Pajares, 2001)، ومشكلات أقل في التكيف، وكذلك مستويات أقل من الضغط النفسي (Scheier & Carver, 1992). وبشكل عام، تلعب هاتان السماتان الإنسانيّتان دوراً مهماً في تحسين جودة الخبرات للأفراد ومنهم الطلبة، وتعزيز الأداء الأمثل لديهم.

ويمثل التفاؤل نوعاً من القوة الفردية مع مكونات متغيرة من "الدافعية الداخلية، والتحفيز، والمثابرة، وتوقعات النجاح (Avey, Luthans, & Youssef, 2010). وبالتالي، قد يلعب التفاؤل دوراً مهماً في الأداء الناجح لطلبة الدراسات العليا في الحصول على درجة الدراسات العليا والتعامل مع الضغوطات والقلق المتأصل في بيئة الدراسات العليا. وعلى الرغم من أن التفاؤل هو من السمات البشرية الأساسية التي يمكن أن تعزز أداء الطالب، ويؤدي إلى نجاح أكاديمي وصحة أفضل، ولها فوائد المتعلقة بالأداء الأكاديمي والصحة بين طلبة الدراسات العليا، والتي لم تعالج بشكل كافٍ في الأدب لتحقيق فهم أفضل لتأثير التفاؤل والتشاؤم على طلبة الدراسات العليا (Carver et al., 2010; Carver & Scheier, 2014; Solberg Nes et al., 2009).

1.3.1.2 تعريف التفاؤل

المعنى اللغوي: هو قول أو فعل يستبشر به وتفاؤل بشيء تيمن به الفأل. قال ابن السكيت: "الفاأل أن يكون الرجل مريضاً فيسمع آخر يقول يا سالم أو يكون طالب ضالة، فيسمع آخر يقول يا واجد يقال تفاءلت بكذا" (ابن منظور، 1981:317).

التعريف الاصطلاحي:

عرف الأنصاري (1998: 15) التفاؤل بأنه: "التفاؤل نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، ومنتظر حدوث الخير، ويدنو من النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك". أما تايلور "Tayler"، فيعرف التفاؤل بأنه: "نزعة تفاؤلية تشير إلى توقع عام للنتائج على أنها إيجابية أكثر من كونها سلبية على أن تكون سمة ثابتة نسبياً" (أبو الديار، 2010: 64).

وكان مايكل شاير وتشارلز كارفر "Michael Scheier and Charles Carver" باحثان بارزان درسا التفاؤل كمتغير في الشخصية، وهما يعرفان التفاؤل بأنه: "اختلاف فردي متغير يعكس إلى أي مدى يحمل الناس توقعات إيجابية معممة من أجل مستقبلهم" (Carver et al., 2010: 879).

2.3.1.2 المفاهيم المتعلقة بالتفاؤل

التفاؤل غير الواقعي:

يعرف واينشتاين (Weinstein, 1980) التفاؤل غير الواقعي باعتباره يمثل اعتقاد الفرد بالأحداث السلبية والتقليل من حدوثها، وتوقعه بأن الأحداث الإيجابية يزيد من توقع حدوثها.

في حين تؤكد دراسة ياماواكي وفيك وتشانز (Yamawaki, Tschanz, and Feick, 2004) على أنه وعلى الرغم من أهمية الدور الذي يلعبه التشاؤم الدفاعي للفرد، إلا أن الاستخدام طويل المدى لهذه الاستراتيجية قد يؤثر على أداء الفرد، وذلك لأن التوجهات السلبية المتكررة تنعكس بالسلب على أداء الفرد وتجعله عرضة للقلق، والاكتئاب، وعدم الرضا عن الحياة.

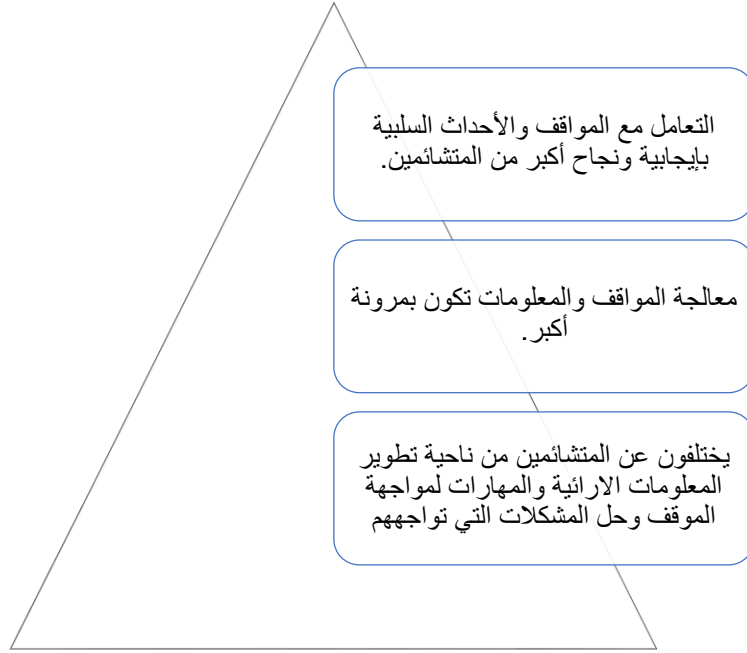
التفاؤل الدفاعي:

يرى ديهاني وزملاؤه (Dehaene et al., 1999) أن التشاؤم الدفاعي وسيلة يستخدمها الفرد بغرض التكيف مع موقف معين خاصة في المواقف الأكاديمية مثل الاستعداد للامتحان، أي فرد يستخدمها

كوسيلة لحماية الذات عندما يكون النجاح غير مؤكد، بمعنى أنه يستخدمها المتشائمون والأفراد الآخرين.

التفاؤل الفعال:

يؤكد مور "Moor" كما ورد لدى (عبد العزيز، 2011)، أن التفاؤل جزء أساس في الحياة، وإذا أردنا أن نعيش حياة فعالة ونشطة يجب أن نبتعد عن التشاؤم ويحل مكانه التفاؤل، ويتطلب "مور" أن يتوقع الفرد أفضل النتائج، ويبني اتجاهات إيجابية ويؤمن بقدرتها على التأثير في تفكيره وسلوكه وشعوره بالسعادة. وقد بين أسبينو "Aspinw" ثلاثة سلوكيات للأشخاص المتفائلين، كما هي موضحة في الشكل (2) (باليد، 2009:12).



الشكل (2): سلوكيات الأشخاص المتفائلين

3.3.1.2 وجهة نظر الإسلام في التفاؤل والتشاؤم

حث الإسلام على التفاؤل واجتناب التشاؤم في مواقع متعددة من القرآن الكريم، كقوله تعالى: (فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا) (الشرح: 5+6)، كذلك قوله تعالى: (يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ) (البقرة: 85). فيجب الابتعاد عن المعتقدات والخرافات التي ليس لها أي أساس من الصحة من الناحية العلمية، وبالتالي فإن أنماط التفاؤل والتشاؤم تختلف من شخص لآخر ومن حضارة لأخرى (عون، 2012).

التشاؤم في الإسلام:

هو أن تنسب ما لحق بك من ضرر أو أذى لغير فاعله الحقيقي بسبب كراهيتك للمنسوب له، ويشار له في الإسلام بمصطلح التطير، وقد ورد التطير في القرآن الكريم في عدة مواضع، منها قوله تعالى: "فَإِذَا جَاءَتْهُمْ الْحَسَنَةُ قَالُوا لَنَا هَذِهِ وَإِنْ تُصِيبُهُمْ سَيِّئَةٌ يَطَّيَّرُوا بِمُوسَىٰ وَمَنْ مَعَهُ ۗ أَلَا إِنَّمَا طَّيَّرَهُمْ عِنْدَ اللَّهِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ" (الأعراف، 131)، فالله يبين لنا أن قوم فرعون إذا أعطاهم الله خيراً قالوا لنا هذا ويقصدون بهذا أنهم السبب في نزول هذا الخير، ومن ثم فهو ملك لهم لا شريك لهم فيه، أما إذا ابتلاههم الله بسبيئة أي ضرر فإن موقفهم هو التطير بموسى عليه السلام ومن معه، أي التشاؤم بموسى عليه السلام وبني إسرائيل (النعمة، 2011).

ويرى محيسن (2018) أن هناك عوامل محددة تحدد درجة التفاؤل والتشاؤم لدى الفرد، هي: العوامل البيولوجية: وتشمل المحددات الوراثية والاستعدادات الموروثة، فهي لها دور كبير في التفاؤل والتشاؤم لدى الفرد.

العوامل البيئية: تلعب العوامل البيئية دوراً كبيراً في التفاؤل والتشاؤم، وبخاصة الوسط الاجتماعي الذي يعيشه الفرد والوسط الثقافي.

المواقف الاجتماعية المفاجئة: التعرض للضغوط النفسية والمواقف العصبية له أثر بالغ على حالة الفرد النفسية والانفعالية، وتكون نظرتة للحياة يسودها التشاؤم وفقدان الأمل.

مستوى التدين: الفرد المتدين يميل للتفاؤل أكثر من الفرد غير المتدين، ولعل نقص التدين هو عامل مهم للتشاؤم.

التنشئة الأسرية: أساليب التنشئة المتبعة في الأسرة تلعب دوراً كبيراً في تحديد درجة التفاؤل والتشاؤم، فإذا كانت التنشئة إيجابية يشعر الفرد بقيمته واحترامه، فيكون الطفل أكثر توافقاً وتفاءلاً، فالأسرة التي يسودها التوتر والانفعالات والمشاحنات وعدم الاستقرار ينشأ فيها الطفل له نظرة متشائمة تجاه الحياة.

سمات الشخص المتفائل:

يمتلك الشخص المتفائل رؤية واضحة عن حياة هادفة، ويحظى بتوجه واثق يتسم بالقدرة على فعل أي شيء، ويعمل على تحقيق الأهداف التي من شأنها أن تساعده في الوصول إلى هدفه، ويشعر بأن لديه قدرة كبيرة على السيطرة الشخصية على حياته، ويتحمل مستويات عالية من المسؤولية الشخصية، ويميل إلى إقامة علاقات مع الآخرين، ويعيش حياة هانئة ومزدهرة (ميرسر وترويانى، 2005).

ويمكن للفرد أن يكون أكثر تفاؤلاً من خلال بعض الممارسات الذاتية، وتتمثل هذه الممارسات في الاستعداد لتأدية الواجبات الموكلة له وتصور جميع الظروف التي يمكن أن يمر بها خلال النهار، ويكون على استعداد لتلقي الصدمات والتأهب للمرور بها، وفحص تصرفاته خلال النهار في كل مساء، وانتقاد كل ما تقع عليه عيناه وتسمعه أذناه بهدف البناء لا الهدم، وتذكر بعض القرارات المهمة التي اتخذها في مجرى حياته، والاستفادة من تجارب الآخرين ونصائحهم، وقراءة

سير المشاهير من الرجال والاستفادة من طريقة حكمهم في ظروفهم، واستخلاص العبر التي توافق وتيسر حيات الفرد في ضوء العقل والحكمة، كما أن من المهم أن يتشبع الفرد بمبادئ الصحة الذهنية، وأن يجعل منها موضوع إبحاء ذاتي متصل (شرارة، 1981).

4.3.1.2 النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم

يختلف تفسير التفاؤل باختلاف المدارس النفسية ونظرة كل منها إلى الإنسان وطبيعة العلاقات الإنسانية، وقد ظهرت عدة نظريات تناولت التفاؤل، منها:

أولاً- نظرية التحليل النفسي:

يرى "فرويد" بأن القاعدة العامة للحياة هي التفاؤل، وأن التشاؤم لا يتكون في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، ويعتبر الفرد متفائلاً إذا لم يقع في حياته مما يجعل نشوء العقد النفسية ممكناً، ولو حدث العكس أصبح الإنسان متشائماً. كما يرى "فرويد" أن منشأ التفاؤل والتشاؤم يكون في المرحلة الفمية، وأن هناك سمات وأنماط شخصية فمية مرتبطة بهذه المرحلة، ترجع إلى التدليل والإفراط والإشباع، أو إلى الإحباط والعدوان. ويتفق إريكسون "Erikson" مع فرويد في أن المرحلة الفمية الحسية قد تشكل للرضيع الإحساس بالثقة أو عدم الثقة، والذي يظل المصدر الذاتي للأمل والتفاؤل أو اليأس والتشاؤم بقية الحياة (عون، 2012).

ثانياً- النظرية المعرفية:

التكبير واللغة والأفكار تكون إيجابية بشكل انتقائي لدى المتفائلين، والأفراد المتفائلون لديهم نسبة أعلى من استخدام الكلمات الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواءً في القراءة أم الكتابة أم التذكر، فهم يتذكرون الأحداث الإيجابية قبل السلبية، والطريقة التي بواسطتها يتنبأ الفرد بالأحداث

المستقبلية مهمة وحاسمة لتحديد سلوكه، ويشير المعرفيون بأن الأفراد يبحثون عن طرق وأساليب للتنبؤ بما سيحدث، وأنهم يوجهون سلوكياتهم وأفكارهم حول العالم وجهة تميل إلى التنبؤات الدقيقة والصحيحة (بن محمد، 2013).

ثالثاً- النظرية السلوكية:

ترى السلوكية أن التفاوض يمكن أن ينتشر في أي مكان عن طريق التقليد والمحاكاة، وقد بينت تجارب الفعل المنعكس الشرطي إمكانية تكوين استجابة معينة للرموز، أو اكتساب التفاوض من الرموز بطريقة تجريبية متى توافر الدافع، أو الثواب، أو العقاب، أو التعزيز (زعايطه، 2011).

رابعاً- النظرية الاجتماعية:

يرى باندورا "Bandura"، صاحب نظرية التعلم الاجتماعي أن التفاوض والتشاور يمكن أن يكتسبها الفرد من خلال التقليد والمحاكاة لسلوك الآخرين. فبناء شخصية الفرد يتكون من التوقعات، والأهداف، والطموحات، وفعالية الذات، فتعمل هذه الابنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة، لذلك سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم لبعض المواقف، وحين يفشل الفرد في أداء المهمات بنجاح يتكون لديهم توقعات سلبية، ويغلب عليهم التشاور (هريدي، 2011).

4.1.2 التعلم الإلكتروني E-Learning

يمثل التعلم الإلكتروني نمطاً من أنماط التعليم القائم على استعمال الأجهزة التقنية، مثل: الحاسوب اللوحي، ووسائطه المتعددة من صورة وصوت ورسوم وأشكال وجداول وغيرها. ويعرف التعلم الإلكتروني بأنه تعليم عبر شبكة الإنترنت (رياح، 2004). ويعد التعلم الإلكتروني طريقة مبتكرة وفاعلة لتعليم الطلبة في حال استعماله بطريقة صحيحة كمفهوم تعليمي جديد باستعمال وسائل

تكنولوجيا المعلومات والاتصالات. ويصنف كثير من الباحثين التعلم الإلكتروني على أنه أكثر فاعلية من التعليم الحضوري (التقليدي)، وذلك لقدرته على تحسين أداء الطلبة وزيادة فاعليتهم نحو التعلم. وفي هذا النمط من التعلم، تعرض الدروس التعليمية عبر شبكة الإنترنت للطلبة على شكل فيديوهات تعليمية، وصور، وملفات مطبوعة بالحاسوب، وغيرها من الوسائل؛ لذلك يعد التعلم الإلكتروني ثورة حديثة في مجال طرائق التدريس وأساليبه (Alabbad, 2016).

وتعتمد طبيعة التعليم الإلكتروني على طريقة إيصال المعلومات والحصص التعليمية إلكترونياً أو افتراضياً؛ إذ تستخدم الوسائط الإلكترونية في الاتصال واستقبال البيانات واكتساب المهارات والتفاعل بين المعلم والمتعلم، وبين المتعلم والمؤسسة التعليمية، وقد يكون بين المعلم والمؤسسة التعليمية أيضاً، ولا يستلزم هذا النمط من التعلم وجود صفوف دراسية ومبانٍ تعليمية، بل يلغي أغلب المكونات المادية للتعليم، لدرجة وصفه أحياناً بأنه تعليم افتراضي بوسائله التعليمية؛ إذ يوجد أكثر من تسمية للتعلم الإلكتروني، فقد يطلق عليه التعلم الافتراضي أو التعلم عن بعد، وفي كلتا الحالتين فإن المتعلم يتلقى المعلومات من مكان بعيد عن المعلم (إبراهيم، 2004).

ويتميز التعلم الإلكتروني مقارنة بالتعليم التقليدي بعدة ميزات، فهو يسهل عملية التعليم والتعلم الحضورية ويعززها عبر قيام بعض الأساتذة في الجامعات بإعطاء دروس تعليمية بمساعدة الشبكة العنكبوتية، ويساعد الطالب من التعلم إلكترونياً في أي مكان وأي زمان.، ويمكن من تعليم أعداد هائلة من الطلبة دون قيود المكان أو الزمان، ويساعد في مراعاة الفروق الفردية للطلبة نتيجة لتحقيق التعلم الذاتي، ويسمح بتبادل المهارات والخبرات بين المؤسسات التعليمية، ويوفر سهولة وسرعة تحديث البيانات والمعلومات الخاصة بالمحتوى التعليمي، وسمح بالتقييم الفوري والسريع والاطلاع على النتائج وتقديم التغذية الراجعة للمتعلمين.، إضافة إلى سهولة الوصول إلى المعلومات والبيانات الدراسية والاطلاع على تجارب الآخرين إلكترونياً لتقليل الوقت والجهد والتكلفة (حسين، 2009).

أنماط التعلم الإلكتروني:

هناك ثلاثة أنماط متعارف عليها للتعلم الإلكتروني، وهي تتمثل في (الزكي، 2006، Titthasiri،

:2013)

1. التعلم الإلكتروني المتزامن (Synchronous): هو تعليم يجتمع فيه المعلم مع المتعلمين ضمن

عملية اتصال متزامن بالنص أو الصوت أو الفيديو.

2. التعلم الإلكتروني غير المتزامن (Asynchronous): هو اتصال بين المعلم والمتعلم بشكل غير

متزامن، في وقت يكون المعلم فيه مشرف بشكل كامل على وضع مصادر وخطة التدريس

والتقويم ضمن الموقع التعليمي، ثم يدخل الطالب في أي وقت يناسبه لتلقي العلم دون أن يكون

هناك اتصال متزامن مع المتعلم.

3. التعلم المدمج (Blended learning): هو التعليم المشتمل على مجموعة من الوسائط التي تدعم

بعضها البعض بما يعزز أسلوب التعليم وتطبيقاته، ويضم أسلوب التعليم المدمج مجموعة من

برمجيات التعلم التعاوني الإلكتروني الفوري، والمقررات المعتمدة على الإنترنت، ومقررات التعلم

الذاتي الإلكتروني، وإدارة نظم التعليم.

وقد سعت الجامعات المفتوحة إلى اعتماد النظام الإلكتروني بأشكاله المتعددة، واعتماد نظام

التعلم الإلكتروني، وتنفيذ الواجبات الدراسية والامتحانات بطريقة إلكترونية بدلاً من الورقية

(Davies, 2010). ونظراً للشعور بالحاجة إلى توظيف التعلم الإلكتروني في مؤسسات التعليم

بمستوياتها كافة، فقد بدأت حتى المؤسسات التي تتبع نظام العليم التقليدي توظف التعلم الإلكتروني

في العملية التعليمية التعليمية بدجة أو بأخرى، فالنظام التقليدي أصبح عبئاً في الظروف الطبيعية،

ومجتمعات التعلم الإلكتروني عازمة وبقوة على تطوير طرق وأدوات لتوظيف التكنولوجيا بطريقة

فاعلة في التعليم والتعلم، وفي إطار يتمركز حول الطالب بالدرجة الأولى (Chiheb et al., 2011).

2.2 الدراسات السابقة

يتناول هذا الجزء عرضاً للدراسات السابقة ذات العلاقة التي أمكن التوصل إليها من خلال مراجعة الأدب النظري، وقد قسمت هذه الدراسات حسب متغيرات الدراسة إلى محورين: المحور الأول تناول الدراسات التي تتعلق بالتكيف الأكاديمي، أما المحور الثاني فتناول الدراسات التي تتعلق بالتقاؤل والتشاؤم، سواءً أكانت عربية أم أجنبية، مرتبة من الأحدث إلى الأقدم.

1.2.2 الدراسات المتعلقة بالتكيف الأكاديمي

هدفت دراسة عبود، الحربي، مهيدات، وغازو (Abood, Alharbi, Mhaidat, & Gazo, 2020) إلى معرفة العلاقة بين سمات الشخصية وفقاً لعوامل الشخصية الخمسة الكبرى النموذج والكفاءة الذاتية الأكاديمية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة الهاشمية في ضوء الجنس والتخصص. تكونت عينة الدراسة من (546 طالباً وطالبة متخرجين، 258 ذكور، و 306 إناث)، واستخدم نموذج العوامل الخمس (FFM)، ومقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية، ومقياس التكيف الأكاديمي. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات المشاركين في الكفاءة الأكاديمية والتكيف الأكاديمي لصالح الإناث والتخصصات العلمية، كما بينت النتائج أن التوافق والضمير والانفتاح على التجربة والانبساط والعصابية هي الأكثر شيوعاً بين طلبة الجامعة، مع وجود علاقة ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الانبساطية والانفتاح على التجربة والكفاءة الذاتية الأكاديمية والتكيف الأكاديمي والعلاقة السلبية بين العصابية والضمير والكفاءة الذاتية الأكاديمية والتكيف الأكاديمي.

وحاولت دراسة المرابحة (2019) التعرف إلى مستوى التكيف الأكاديمي لدى عينة من طلبة الطب البشري في جامعة الخليج العربي، بالإضافة للتعرف إلى بعض العوامل والمتغيرات التي يمكن

أن تؤثر على درجة تكيف الطلبة أكاديمياً. ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم "مقياس هنري بورو" للتكيف الأكاديمي، الذي يتكون من (52) فقرة، وطبق على عينة ضمت (169) طالباً وطالبة من طلبة الطب للسنة الدراسية الأولى، اختبروا عشوائياً، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وأشارت النتائج إلى أن مستوى التكيف الأكاديمي لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة، وعدم وجود اختلاف دال إحصائياً بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى الطلبة باختلاف جنس الطالب، أو جنسيته.

وهدفت دراسة **جونتا وبولجاك (Gonta & Bulgac, 2019)** إلى تقصي تكيف الطلبة مع الحياة الأكاديمية وتحليل الصعوبات التي يواجهها الطلبة عند التكيف مع وضعهم الجديد، من خلال تناول عملية التكيف فيما يتعلق بالأسباب والقدرة على مقاومة الإجهاد. ضمت هذه الدراسة (146) مشاركاً من طلبة البوليتكنيك في جامعة بوخارست، الذين طرح عليهم مجموعة من الأسئلة حول تكيفهم الأكاديمي. أظهرت النتائج أن العديد من الطلبة يواجهون مشكلات المتعلقة بالتكامل والتكيف مع السياق الجديد للحياة، ونتيجة لذلك، فكر الكثير منهم في ترك الجامعة. كما يعتقد ثلث من تمت مقابلتهم أن المعلمين لم يفعلوا ذلك للمساهمة في استيعاب الطلبة في الحياة الأكاديمية، وهناك (10%) فقط من الطلبة طلبوا المساعدة من مرشد نفسي، رغم أن العديد منهم قد فكر ملياً في هذا الخيار.

وحاولت دراسة **لمياء (2019)** التعرف إلى طبيعة العلاقة بين التكيف الأكاديمي والانفتاح على الخبرة لدى طلبة الجامعة، بلغت عينة البحث من (200) طالب وطالبة، اختبروا بالطريقة العشوائية العنقودية، طبق عليهما مقياس التكيف الأكاديمي المعد وفق وجهة نظر "بيكروسيرك"، الذي يتألف من (32) فقرة، ومقياس الانفتاح على الخبرة المبني وفق وجهة نظر "كوستا وماكراي"، الذي يتكون من (32) فقرة. أظهرت النتائج أن طلبة الجامعة لديهم انخفاض في مستوى التكيف الأكاديمي، وأن لديهم مستوى عالٍ من الانفتاح على الخبرة، وكذلك هناك علاقة ارتباطية دالة بين التكيف الأكاديمي والانفتاح على الخبرة.

وسعت دراسة عبد الرحمن (2018) للتعرف إلى أثر التعليم الإلكتروني في تحسين مهارات التعلم الذاتي لدى طلبة مساق تقنيات التعليم والاتصال في جامعة حائل بالسعودية، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالب وطالبة من طلبة مساق تقنيات التعليم والاتصال، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم منهجاً وصفيّاً وتجريبياً، وطُورت أداة لقياس مهارات التعلم الذاتي، وتكونت من (45) فقرة موزعة على أربعة مجالات، بعد التأكد من صدقها وثباتها. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية للتدريس باستخدام التعليم الإلكتروني على تحسين مستوى مهارات التعلم الذاتي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين مهارات التعلم الذاتي تعزى لمتغير الجنس وذلك لصالح الطلاب (الذكور)، ووجود أثر ذي دلالة إحصائية لتفاعل متغيري الجنس والتعلم الإلكتروني في تحسين مهارات التعلم الذاتي وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

وهدفت دراسة أبو فودة (2018) التعرف إلى علاقة مهارات الحياة بالتكيف الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، بلغت عينة الدراسة (515) طالباً وطالبة، اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية من طلبة البكالوريوس، كليات العلوم التربوية والآداب والعلوم والتربية في الجامعة الأردنية، منهم (104) من الذكور و(411) من الإناث، وتمثل هذه العينة ما نسبته (15%) من مجموع الطلبة في هذه الكليات. وقد طبقت أدوات الدراسة، وهما: مقياس مهارات الحياة، ومقياس التكيف الأكاديمي، وأظهرت النتائج أن مستوى مهارات الحياة لدى طلبة الجامعة الأردنية جاءت بدرجة مرتفعة، أما نتائج التكيف الأكاديمي فجاءت بدرجة متوسطة حسب المقاييس المستخدمة، وبينت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة متوسطة ذات دلالة إحصائية بين مهارات الحياة بدلالاتها الكلية وأبعادها مع التكيف الأكاديمي.

أما دراسة ماكجي (McGhie, 2017)، فهدفت إلى تحديد العوامل التي تمكن الطلبة الجدد من التكيف بنجاح في البيئة التعليمية في دارسة أجراها في جنوب أفريقيا، وتكونت عينة الدراسة من (32) طالباً، وجمعت البيانات عن طريق الاستبانات والمقابلات الفردية. وجدت النتائج أن (50%) من الطلبة الذين يصلون للدراسة في الجامعة يتسربون من الدراسة ومعظمهم في السنة الأولى، كما كشفت النتائج أن (20) من (32) طالباً وطالبة واجهوا صعوبة في التغلب على تحدياتهم الانتقالية والتكيف الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى أن العوامل والتحديات ذاتها نستخدمها للمساعدة والتوجيه للطلبة الجدد.

وهدفت دراسة العمري (2017) التعرف إلى مستوى التكيف الأكاديمي ومستوى دافعية الإنجاز، وتكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض في المملكة العربية السعودية، واشتملت عينة الدراسة على (102) طالبة، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياس التكيف الأكاديمي، ومقياس الدافعية للإنجاز كأدوات للدراسة، وأظهرت النتائج أن مستوى التكيف الأكاديمي لعينة الدراسة جاء بدرجة مرتفعة، وجاء مستوى دافعية الإنجاز بدرجة مرتفعة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة احصائية بين مستوى التكيف الأكاديمي ودافعية الإنجاز لدى عينة الدراسة.

أما دراسة علي وعبد الرحمن (2016)، فهدفت التعرف إلى التمرکز حول الذات وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة بغداد، ومعرفة الفروق في التمرکز حول الذات والتكيف الأكاديمي وفق متغيري النوع والتخصص، واستخدم المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (400) طالب وطالبة، اختيروا بطريقة عشوائية، واعتمدت الدراسة على مقياس التمرکز حول الذات، ومقياس التكيف الأكاديمي، وأظهرت النتائج أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى مرتفع من التمرکز حول الذات، ويتمتع الطلبة بمستوى مرتفع من التكيف الأكاديمي، ولا توجد فروق في النوع في التكيف

الأكاديمي، ولا توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التمرکز حول الذات والتكيف الأكاديمي، ووجود فروق في التخصص لصالح الإنساني، ولا يوجد فروق في التفاعل بينهما.

وهدفت دراسة إبراهيم وجمال (2016) التعرف إلى طبيعة العلاقات بين رتب الهوية والتكيف الأكاديمي وبين الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طالبات كلية التربية- جامعة شقراء، وتكونت العينة من (197) طالبة من طالبات كلية التربية تخصص رياض الأطفال، واللغة الإنجليزية والرياضيات من الطالبات الناجحات بالمستوى الأول والثاني في كلية التربية، وطبقت ثلاثة مقاييس: المقياس الموضوعي لرتب الهوية الأيدولوجية والاجتماعية، ومقياس التكيف الأكاديمي للجامعة، ومقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وقد بينت النتائج أن بعض المتغيرات المستقلة ساهم نسبياً إلى حد كبير في التنبؤ بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طالبات جامعة شقراء، وأظهرت رتب الهوية السائدة لدى الطالبات، هي: رتبة الانغلاق، يليها التعليق، ثم التشتت، وأخيراً الإنجاز، كما جاءت درجة الكفاءة الذاتية والتكيف الأكاديمي لدى طالبات الكلية متوسطة.

وهدفت دراسة مرشود (2015) إلى الكشف عن الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في تكريت، واعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة البحث من (200) طالب وطالبة، اختيروا بطريقة عشوائية طبقية اختيروا وفق متغيري الجنس والتخصص، واستخدمت أداة لقياس الكفاءة الاجتماعية، ومقياس التكيف الأكاديمي، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائياً موجبة بين متغير الكفاءة الاجتماعية والتكيف الأكاديمي، وعدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي للفرعين العلمي والإنساني، ووجود فروق بين الجنسين في التكيف الأكاديمي لصالح الذكور، وطلبة الجامعة يتمتعون بقدر مقبول من التكيف الأكاديمي.

وهدفت دراسة شعشان وبن كحل (2015) إلى معرفة مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ودراسة هذا المفهوم في ضوء متغيري الجنس والتخصص ومكان الإقامة بإتباع المنهج

الوصفي المناسب لمثل هذه الموضوعات. طُوّر مقياس للتكيف الأكاديمي لتحقيق أهداف الدراسة، وطبق على عينة قوامها (100) طالب وطالبة من كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية في جامعة زيان عاشور بالجلفة، اختيرت بطريقة عشوائية بسيطة، وأظهرت نتائج الدراسة أن طلبة العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية يتمتعون بمستوى مرتفع من التكيف الأكاديمي، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي تعزى لمتغيرات: (الجنس، والقسم، والإقامة).

وحاولت دراسة حمادنة (2015) التعرف إلى مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة، والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في التكيف الأكاديمي تعزى لمتغيرات الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (280) من طلبة المرحلة الثانوية، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي كمنهج للدراسة، من خلال تطبيق مقياس التكيف الأكاديمي كأداة للدراسة. أظهرت النتائج ارتفاع مستوى التكيف الأكاديمي لدى عينة الدراسة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في التكيف الأكاديمي تعزى لمتغيري: التحصيل الدراسي، والجنس.

وهدفت دراسة كوان، زهين، وبيناكس (Quan, Zhaen, & Benxian, 2014) التعرف إلى أثر الشعور بالوحدة والتكيف على التوافق الأكاديمي لدى طلبة السنة الأولى الجامعية، وتكونت عينة الدراسة من (276) طالباً وطالبة في الجامعة في الصين، واستخدم في الدراسة مقياس الشعور بالوحدة الاجتماعية، ومقياس التكيف الأكاديمي ونمط التقليد. وأشارت النتائج إلى وجود أثر سلبي ومباشر للشعور بالوحدة على التوافق الأكاديمي، وذلك من خلال تنشيط نمط تقليد سلبي وقمع نمط التقليد الإيجابي؛ إذ إن لعب تقليد النمط دور الوسيط في العلاقة بين الشعور بالوحدة وتأقلم الطلبة في الكلية.

وسعت دراسة سيفينك وجيزير (Sevinc & Gizir, 2014) للتعرف إلى العوامل الأكثر شيوعاً التي تؤثر سلباً في التكيف مع الحياة الجامعية لدى طلبة السنة الأولى الجامعية واستراتيجيات المواجهة المستخدمة من قبل هؤلاء الطلاب في الجامعات في عملية التكيف مع الحياة الجامعية، وتكونت العينة من (25) طالباً جامعياً من مختلف الكليات في جامعة مرسين، وجمعت البيانات عن طريق المقابلات التي ضمن (24) سؤالاً وضعت من قبل الباحثين. وكشفت النتائج عن عوامل تؤثر بطريقة سلبية في طلاب السنة الأولى أكاديمياً، واجتماعياً، وعاطفياً، وأن علاقاتهم مع الاصدقاء والمشاركة في النشاطات الترفيهية، وفي تنظيم أوقات الفراغ تؤثر سلباً. فضلاً عن ذلك، هناك عوامل شخصية مثل الخجل والخوف من الفشل، وهؤلاء الطلبة في الغالب يتجنبون طلب المساعدة والتعامل مع طلاب السنوات الأخيرة ويواجهون التحديات بأنفسهم حتى يتكيفوا مع الحياة الجامعية.

وحاولت دراسة ميرة (2012) التعرف إلى المناخ الأسري والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، والتعرف إلى العلاقة الارتباطية بين المناخ الأسري والتكيف الأكاديمي. أجريت الدراسة في جامعة بغداد، تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة، اختيروا بطريقة عشوائية، واستخدمت أداة لقياس المناخ الأسري، ومقياس التكيف الأكاديمي. أظهرت النتائج أن طلبة جامعة بغداد يتمتعون بتكيف أكاديمي (جيد) متوسط، ووجود علاقة ارتباطية دالة إيجابية بين المناخ الأسري والتكيف الأكاديمي؛ حيث كلما كان المناخ الأسري سوي كلما كان تكيفه أفضل.

وهدفت دراسة النور (2012) التعرف إلى مستوى التكيف المدرسي لدى طلبة الثانوية في ولاية الخرطوم، وتكونت عينة الدراسة من (500) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، والكشف عن وجود فروق ذات دالة احصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في التكيف المدرسي تعزى لمتغير الجنس. استخدم المنهج الوصفي التحليلي، من خلال تطبيق مقياس مفهوم الذات الأكاديمي، ومقياس التكيف الدراسي كأدوات للدراسة، وأظهرت النتائج انخفاض مستوى التكيف المدرسي لدى طلاب

المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في التكيف الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس، لصالح الإناث ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات عينة الدراسة في التكيف المدرسي تعزى لمتغير التخصص بين التخصصات العلمية والتخصصات الأدبية، لصالح التخصصات العلمية.

وحاولت دراسة أدهالامبو، أودوار، وملدريد (Adhalambo, Odwar, & Mildred, 2011)

الكشف عن العلاقة بين مستويات التكيف الأكاديمي والتحصيل لدى طلاب المدارس الثانوية، واشتملت عينة الدراسة على (450) طالب من (12) مدرسة ثانوية كينية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقطع العرضي لوصف ظاهرة التكيف القائم على الاستبيانات، ومقياس التكيف الأكاديمي ومقياس المشاركة المدرسية، ومقياس الرضا عن المدرسة، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالب والطالبات في التكيف الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية بين مستوى التحصيل الدراسي والتكيف الأكاديمي.

2.2.2 الدراسات المتعلقة بالتفاؤل والتشاؤم

حاولت دراسة الكريديس والعمرى (2020) الكشف عن الفروق في التفاؤل والتشاؤم لدى الطالبات وفقاً لمتغيرات: العمر، الترتيب في الأسرة، المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية، السكن، الدخل الشهري للأسرة، والتقدير الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (203) طالبة، واستخدمت الدراسة مقياس التفاؤل والتشاؤم (السليم، 2006). وأسفرت النتائج عن: وجود علاقة (سالبة) دلالة إحصائية بين درجات الطالبات في مقياس التفاؤل ودرجاتهن في مقياس التشاؤم، وعدم وجود فروق دلالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لاختلاف أعمارهن، أو الترتيب في الأسرة، أو الحالة الاجتماعية، أو نوع السكن، وعدم وجود فروق دلالة إحصائية في درجات التشاؤم

تعزى لاختلاف كل من: المستوى الدراسي، الدخل الشهري. بينما توجد فروق دالة إحصائياً في درجات التفاؤل باختلاف الدخل الشهري لصالح أفراد العينة الذين دخل أسرهن (من 20000 ريال فأكثر)، واختلاف المستوى الدراسي لصالح المستوى الثامن، واختلاف تقديراتهن لصالح الطالبات الحاصلات على تقدير (ممتاز)، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في درجات التشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لاختلاف تقديراتهن لصالح الطالبات الحاصلات على تقدير (جيد).

وهدفت دراسة أبو زيد وآخرون (2019) إلى الكشف عن علاقة الهناء الذاتي بالتفاؤل لدى طلبة الجامعة، وكذلك التعرف إلى أبعاد الهناء الذاتي التي تتبى بالتفاؤل لديهم، مع معرفة تأثير عاملي التخصص (علمي، أدبي)، والجنس (نكر، أنثى) في تأثيرهما المشترك على الهناء الذاتي لدى طلبة الجامعة، ومعرفة تأثير عاملي التخصص والنوع في تأثيرهما المشترك على التفاؤل لدى طلبة الجامعة، حيث طبق الباحثين الدراسة على عينة من (400) طالب وطالبة، بطريقة عشوائية، بواقع (97) طالباً و(303) طالبة، واستخدمت (استمارة البيانات العامة، مقياس الهناء الذاتي، مقياس التفاؤل) لجمع البيانات، وأشارت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الهناء الذاتي لدى طلبة الجامعة، وعدم وجود تفاعل بين التخصص والجنس في تأثيرهما المشترك على التفاؤل لدى طلبة الجامعة.

وسعت دراسة بن حميد (2019) إلى الكشف عن علاقة الدوجماتية (الجمود الفكري) وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، ويتكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة الملك سعود في الرياض، وتكونت عينة الدراسة من (699) طالب وطالبة، بواقع (357) طالباً و(312) طالبة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت مقياس الدوجماتية، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس تقدير الذات، ومقياس التفاؤل والتشاؤم، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الدوجماتية وبين الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى طلبة الجامعة، ووجود

علاقة ارتباطية طردية بين الدوجماتية وتقدير الذات والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، ووجود فروق ذات دالة احصائية بين الدوجماتية والرضا عن الحياة وتقدير الذات والتشاؤم والتفاؤل تعزى لمتغيرات: (الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي).

بينما هدفت دراسة حسين (2018) التعرف إلى التفاؤل وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة كلية الآداب جامعة القادسية، وقد بلغ عدد العينة (200) طالباً، اختيروا بالأسلوب الطبقي العشوائي ذو التوزيع المتساوي. ولغرض قياس الهدف هذا الهدف بنيت أداة التفاؤل، والتي تكونت في صورتها النهائية من (24) فقرة، وأداة الصحة النفسية من (22) فقرة، وبينت النتائج أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتفاؤل بدرجة عالية، بالإضافة إلى تمتع الطلبة بالصحة النفسية، وأن هناك علاقة ارتباطية طردية بين التفاؤل والصحة النفسية.

أما دراسة النصاروي وكامل (2018)، فهذه الدراسة هدفت التعرف إلى التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة جامعة بغداد للمرحلتين الأولى والرابعة، والتعرف إلى الفروق في التفاؤل والتشاؤم تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية، والجنس، وبلغ عدد العينة (326) طالباً، (166) ذكور و(160) إناث. اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المقياس الذي أعده دمير وزملاؤه (Dember et al.)، لقياس التفاؤل والتشاؤم؛ إذ تم ترجمته وتقنين المقياس على البيئة العربية من قبل (الدسوقي)، وأظهرت النتائج أن مستوى التفاؤل كان أعلى من مستوى التشاؤم، وبينت النتائج عدم وجود فروق في التفاؤل تبعاً لمتغير المرحلة والنوع.

وهدف دراسة النواصرة والحوارني (2018) إلى الكشف عن مستوى التفاؤل والتشاؤم الكلي وأبعاده لدى عينة من الطلبة الموهوبين والعاديين في مدراس محافظة عجلون، الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية: الجنس، الصف، المستوى الاقتصادي للأسرة، والتحصيل الأكاديمي، وتكونت العينة (230) طالباً وطالبة (92 من الطلبة الموهوبين) و(138 من الطلبة العاديين)، اختيروا بطريقة

عشوائية طبقية من الصفوف الأساسية العليا والثانوية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التفاؤل والتشاؤم الكلي بين الطلبة العاديين والموهوبين مرتفعاً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم الكلي وأبعاده بين الطلبة (الموهوبين) تبعاً لمتغير الصف والجنس؛ بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم الكلي وأبعاده بين الطلبة (العاديين)، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم الكلي وأبعاده بين الطلبة (الموهوبين والعاديين) تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة، كما تبين وجود علاقة ارتباطية إيجابية في مستوى التفاؤل والتشاؤم الكلي بين الطلبة الموهوبين والتحصيل الأكاديمي، بينما لم يتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفاؤل والتشاؤم الكلي وأبعاده بين الطلبة العاديين والتحصيل الأكاديمي.

وهدفت دراسة شاهين (2017) إلى تقصي واقع التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فلسطين، إذ جمعت البيانات باستخدام مقياس التفاؤل والتشاؤم، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت عينة طبقية عشوائية، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (3341) طالباً وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة. أظهرت النتائج أن درجة التفاؤل لدى الطلبة كانت فوق المتوسط بمتوسط قدره (51.47)، وبنسبة شيوخ بلغت (68.70%)، أما التشاؤم فكانت درجته أدنى من المتوسط (37.12)، وبنسبة شيوخ (49.56%)، ووجود توافق بين الذكور والإناث في درجات كل من التفاؤل والتشاؤم، فلم تكن الفروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في متوسطات كل من التفاؤل والتشاؤم. أما متوسطات التفاؤل فكانت تزداد كلما انخفض المستوى الاقتصادي لأسرة الطالب، بعكس متوسطات التشاؤم التي نقصت مع انخفاض المستوى الاقتصادي، وأن الفروق في متوسطات التفاؤل كانت لصالح الطلبة مرتفعي درجة التدن، بينما كانت الفروق في متوسطات التشاؤم لصالح منخفضي درجة التدن.

وهدفت دراسة القيسي وأبو البصل (2017) إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية الأميرة رحمة في السلط. وتكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة، (153) من الذكور و(147) من الإناث، اختيروا بطريقة العينة القصدية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود درجة متوسطة من الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى الطلبة، بينما كانت درجة التشاؤم منخفضة، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة والتفاؤل والجنس لصالح الذكور.

وسعت دراسة العادلي وناصر (2017) للتعرف إلى الابتكار الانفعالي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية، ومعرفة الفروق في الابتكار الانفعالي لدى طلبة كلية التربية الأساسية وفق متغير الجنس، ومعرفة درجة التفاؤل والتشاؤم والفروق فيهما لدى طلبة كلية التربية الأساسية وفق متغير الجنس، ومعرفة العلاقة بين الابتكار الانفعالي والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية. طُور مقياس الابتكار الانفعالي، ومقياس التفاؤل، ومقياس التشاؤم في صورتها النهائية، وطبقت على عينة ضمت (320) طالباً وطالبة من أقسام كلية التربية الأساسية. أظهرت النتائج أن طلبة كلية التربية الأساسية يتمتعون بالتفاؤل، وأن هناك فروق دالة في التفاؤل بين الذكور والإناث ولصالح الإناث، وأن طلبة كلية التربية الأساسية من المبتكرين لا يشعرون بالتشاؤم، وليس هناك فروق دالة في التشاؤم بين الذكور والإناث، وهناك علاقة إيجابية دالة بين الابتكار الانفعالي والتفاؤل، كما أن هناك علاقة سالبة وضعيفة بين الابتكار الانفعالي والتشاؤم وبين التفاؤل والتشاؤم.

وهدفت دراسة ضيفي وسويح (2017) الكشف عن العلاقة القائمة بين التفاؤل والتشاؤم والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في الجزائر، واعتمد على المنهج الوصفي الارتباطي، من خلال عينة مكونة من (110) طالباً وطالبة، من جامعة زيان عاشور بولاية الجلفة، واستخدم مقياس التفاؤل والتشاؤم "لأحمد عبد الخالق"، والذي يتكون من مقياسين فرعيين، أحدهما للتفاؤل والآخر للتشاؤم،

ومقياس التكيف الأكاديمي "لهنري بورو"، ويضم ثلاثة أبعاد: التكيف مع المنهاج، نضج الأهداف ومستوى الطموح، العلاقات الشخصية مع الأساتذة والطلبة). وقد أظهرت النتائج أن الطلبة لديهم نظرة تفاؤلية تجاه الحياة بمستوى متوسط، بينما كان مستوى التشاؤم منخفضاً، ومستوى متوسط من التكيف الأكاديمي، كما بينت النتائج عدم وجود علاقة بين التفاؤل والتكيف الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين التشاؤم والتكيف الأكاديمي.

وسعت دراسة كانكايا (Cankaya, 2016) للتعرف إلى دور الأمل والتشجيع على الطلبة الخريجين والأداء الأكاديمي والصحة البدنية والرفاهية، استخدم البحث الكمي غير التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (358) طالب دراسات عليا شاركوا طوعاً من خلال إكمال استطلاع عبر الإنترنت. وأظهرت النتائج أن الأمل والتفاؤل يدعم الأداء الأكاديمي والصحي الأفضل إلى حد ما مرتكز على النتائج، الأمل قد يكون متغير شخصية أكثر تكيفاً من التفاؤل فيما يتعلق بالأداء الأكاديمي للطلاب، وأن هناك درجة عالية من الأمل ارتبطت بالإيمان العالي والقدرة الشخصية على إنجاز المهام الأكاديمية، والتي بدورها تتبأت بمعدل عام أعلى. كما ساهمت درجة عالية من الأمل في تباين كبير في توقع الطلاب لمنظور الذات لديهم. على النقيض من ذلك، تبين أن التفاؤل يمكن أن يكون متغيراً ضمن الفروق الفردية ذات الصلة في التنبؤ بالصحة البدنية المدركة للذات، كما أفاد الطلاب المتفائلون عن مخاوف أقل بشكل ملحوظ فيما يتعلق بالصحة الجسدية. أما فيما يتعلق بالرفاهية الذاتية، فإن الطلاب المتفائلون وجدوا أنهم راضون بنفس القدر عن حياتهم.

وحاولت دراسة نهدي (2015) الكشف عن العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، في جامعة قاصدي مرباح بورقلة، وضمت عينة الدراسة (119) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، من خلال تطبيق مقياس التفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس تقدير الذات، فأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دالة

إحصائياً بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، وأنه لا تختلف سمة التفاؤل لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس، ولا تختلف سمة التشاؤم لدى الطلبة باختلاف الجنس.

وهدفت دراسة جين، كلوديا، وكلوديا (Jean, Claudia, Claudia, 2015) إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي لدى الآباء والأمهات والتفاؤل لدى الأبناء من الجنسين، وطبق مقياس الهناء الذاتي ومقياس التفاؤل على عينة قوامها (390) مراهقاً من طلبة الجامعة، و (287) ولي أمر، وكشفت النتائج أن الذكور سجلوا درجات تشاؤم أعلى من الإناث، وسجلت الأمهات شعور بالرضا عن الحياة والوجدان الموجب أعلى من الآباء، كما بينت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين تفاؤل الأمهات وشعور أولادهن بالرضا عن الحياة والهناء في المجال الدراسي، وأنه يمكن التنبؤ بالتفاؤل للأبناء من خلال الهناء الذاتي للآباء.

وفي دراسة بني مصطفى ومقالدة (2014)، هدفت إلى معرفة مستوى الحكم الأخلاقي ومستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك، وتكونت العينة من (722) طالباً وطالبة من طلبة جامعة اليرموك، واستخدم مقياس الحكم الأخلاقي للراشدين المعد من قبل عبد الفتاح (2001)، ومقياس التفاؤل والتشاؤم المطور من قبل الباحثين، وأظهرت النتائج أن هناك مستوى مرتفع من التفاؤل لدى طلبة جامعة اليرموك ومستوى متوسط من الحكم الأخلاقي، كما أظهرت النتائج ارتباط إيجابي بين الحكم الأخلاقي والتفاؤل، وعدم وجود فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم تعزى إلى متغيري: الجنس، والتخصص.

وهدفت دراسة كيمي، إيشيل، وشاهار (Kimhi, Eshel, & Shahar, 2013) إلى الكشف عن تأثير التفاؤل على الخوف والأمل لدى طلبة الجامعة، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (107) طالب وطالبة، منهم (33) طالب و(74) طالبة، قسموا لمجموعة تجريبية

وضابطة، واستخدام مقياس التفاؤل، ومقياس الخوف، ومقياس الأمل، وتوصلت الدراسة إلى وجود تأثير دال إحصائياً للتفاؤل على التخلص من الخوف والتعامل بالأمل.

من خلال استعراض الدراسات العربية والأجنبية المقترحة كدراسات سابقة للدراسة، فإنه يمكن ملاحظة أن معظم الدراسات المرتبطة بالتكيف الأكاديمي قد هدفت التعرف إلى التكيف الأكاديمي وربطه بمتغيرات عديدة ليس من بينها التفاؤل والتشاؤم، أما الدراسة الحالية فتبحث في التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم، وهذا ما لم تتطرق إليه أي من الدراسات السابقة.

كذلك فإنه من خلال الدراسات السابقة المتعلقة بالتكيف الأكاديمي، يلاحظ أن دراسة (Gonta & Bulgac, 2019)، أظهرت أن العديد من الطلبة يواجهون مشكلات المتعلقة بالتكامل والتكيف مع السياق الجديد للحياة، ونتيجة لذلك، فكر الكثير منهم في ترك الجامعة. وكان مستوى التكيف الأكاديمي لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة في دراسة (المرابحة، 2019)، ودراسة (أبو فودة، 2018)، ولدى الطالبات في دراسة (إبراهيم وجلال، 2016)، ومستوى جيد في دراسة (ميرة، 2012). بينما أظهرت نتائج دراسة (المياء، 2019) أن طلبة الجامعة لديهم انخفاض في مستوى التكيف الأكاديمي، وكان المستوى مقبولاً في دراسة (مرشود، 2015). بينما كان مستوى التكيف الأكاديمي لدى الطلبة مرتفعاً في: دراسة (علي وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (العمري، 2017)، ودراسة (شعثان وبن كحل، 2015) لدى طلبة العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية، وفي دراسة (حمادنة، 2015)، ودراسة (النور، 2012).

وأظهرت النتائج في دراسة (Abood, Alharbi, Mhaidat, & Gazo, 2020)، ودراسة (علي وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (النور، 2012)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات التكيف الأكاديمي لصالح الإناث، في حين بينت نتائج دراسة (عبد الرحمن، 2018)، ودراسة (مرشود، 2015) أن الفروق كانت لصالح الذكور، بينما أشارت دراسة (المرابحة، 2019)، ودراسة

(إبراهيم وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (شعثان وبن كحل، 2015)، ودراسة (حمادنة، 2015)، ودراسة (Adhalambo, Odwar, & Mildred, 2011)، إلى عدم وجود اختلاف دال إحصائياً بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى الطلبة باختلاف جنس الطالب.

بينما أظهرت نتائج دراسة (Abood, Alharbi, Mhaidat, & Gazo, 2020)، ودراسة (النور، 2012)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات التكيف الأكاديمي لدى الطلبة لصالح التخصصات العلمية، في حين كانت الفروق في دراسة (علي وعبد الرحمن، 2016) لصالح التخصصات الإنسانية، بينما بينت نتائج دراسة (شعثان وبن كحل، 2015) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي تعزى للتخصص الأكاديمي للطلاب.

وقد ربطت الدراسات التكيف الأكاديمي بالعديد من المتغيرات، فأظهرت نتائج دراسة (لمياء، 2019) أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين التكيف الأكاديمي والانفتاح على الخبرة. وبينت دراسة (عبد الرحمن، 2018) وجود أثر ذي دلالة احصائية للتدريس باستخدام التعليم الإلكتروني على تحسين مستوى مهارات التعلم الذاتي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين مهارات التعلم الذاتي تعزى لمتغير الجنس وذلك لصالح الطلاب (الذكور)، ووجود أثر ذي دلالة احصائية لتفاعل متغيري الجنس والتعلم الإلكتروني في تحسين مهارات التعلم الذاتي وذلك لصالح المجموعة التجريبية. وبينت دراسة (أبو فودة، 2018) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة متوسطة ذات دلالة إحصائية بين مهارات الحياة بدلالاتها الكلية وأبعادها مع التكيف الأكاديمي. وأشارت نتائج دراسة (McGhie, 2017) إلى أن (20) من (32) طالباً وطالبة واجهوا صعوبة في التغلب على تحدياتهم الانتقالية والتكيف الأكاديمي. وبينت دراسة (العمرى، 2017) وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة احصائية بين مستوى التكيف الأكاديمي ودافعية الإنجاز لدى الطلبة. وبينت دراسة (Cankaya, 2016) أظهرت النتائج أن الأمل والتفاؤل يدعم الأداء الأكاديمي والصحي

الأفضل إلى حد ما. وأشارت نتائج دراسة (مرشود، 2015) إلى وجود علاقة دالة احصائياً موجبة بين متغير الكفاءة الاجتماعية والتكيف الأكاديمي. بينما أشارت نتائج دراسة (Quan, Zhaen, 2014) ودراسة (& Benxian, 2014) (Sevinc & Gizir, 2014)، إلى وجود أثر سلبي ومباشر للشعور بالوحدة على التوافق الأكاديمي وتأقلم الطلبة في الكلية. وبينت نتائج دراسة (ميرة، 2012) وجود علاقة ارتباطية دالة إيجابية بين المناخ الأسري والتكيف الأكاديمي. وأشارت دراسة (Adhalambo, 2011) (Odwar, & Mildred, 2011) إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين مستوى التحصيل الدراسي والتكيف الأكاديمي.

أما بخصوص الدراسات السابقة المتعلقة بالتفاؤل والتشاؤم، فيلاحظ أن نتائج دراسة (النواصرة والهوراني، 2018) أظهرت أن أفراد العينة يميلون إلى التشاؤم، بينما كانت النتائج في دراسة (حسين، 2018) تشير إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتفاؤل بدرجة عالية، وكان مستوى التفاؤل لدى الطلبة أعلى من مستوى التشاؤم في دراسة (النصراوي، 2018)، وأشارت نتائج دراسة (النواصرة والهوراني، 2018) إلى وجود مستوى مرتفع من التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة، وكان هناك مستوى مرتفع من التفاؤل لدى طلبة جامعة اليرموك في دراسة (بني مصطفى ومقالدة، 2014)، بينما بينت نتائج دراسة (شاهين، 2017)، ودراسة (ضيبي وسويح، 2017)، وجود درجة متوسطة للتفاؤل بين طلبة الجامعة، بينما كان مستوى التشاؤم متدنياً لديهم، وبينت نتائج دراسة (العادلي وناصر، 2017) أن طلبة كلية التربية الأساسية يتمتعون بالتفاؤل.

وبينت دراسة (أبو زيد وآخرون، 2019) عدم وجود تفاعل بين الجنس والتخصص في تأثيرهما المشترك على التفاؤل لدى طلبة الجامعة، وكذلك عدم وجود فروق بين الجنسين في دراسة (النصراوي، 2018)، ودراسة (النواصرة والهوراني، 2018)، ودراسة (شاهين، 2017)، ودراسة (نهدي، 2015)، بينما أظهرت نتائج دراسة (بن حميد، 2019) وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم باختلاف الجنس،

وكان الذكور أكثر تفاؤلاً في دراسة (القيسي وأبو البصل، 2017)، بينما كان الذكور أكثر تشاؤماً من الإناث في دراسة (النواصرة والهوراني، 2018)، ودراسة (Jean, Claudia, Claudia, 2015)، وكانت الفروق في التفاؤل لصالح الإناث في دراسة (العادلي وناصر، 2017).

وبينت نتائج دراسة (بني مصطفى ومقالدة، 2014) عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لاختلاف التخصص، بينما أشارت نتائج دراسة (الكرديس والعمري، 2020) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لاختلاف الحالة الاجتماعية.

وقد ربطت الدراسات التفاؤل والتشاؤم بالعديد من المتغيرات، فأظهرت نتائج دراسة (أبو زيد وآخرون، 2019) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والهناء الذاتي لدى طلبة الجامعة، وبينت نتائج دراسة (الكرديس والعمري، 2020) وجود علاقة (سالبة) دالة إحصائية بين درجات الطالبات في مقياس التفاؤل ودرجاتهن في مقياس التشاؤم، وأشارت دراسة (شعاع بن حميد، 2019) إلى وجود علاقة ارتباطية بين الدوجماتية وبين الرضا عن الحياة والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، وبينت نتائج دراسة (حسين، 2018) أن هناك علاقة ارتباطية طردية بين التفاؤل والصحة النفسية. وبينت نتائج دراسة (النواصرة والهوراني، 2018) وجود علاقة ارتباطية إيجابية في مستوى التفاؤل والتشاؤم الكلي والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الموهوبين، بينما لم يتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية لدى الطلبة العاديين. وربطت دراسة (القيسي وأبو البصل، 2017) بين الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى الطلبة، بينما ربطت دراسة (العادلي وناصر، 2017) بين الابتكار الانفعالي والتفاؤل، وربطت دراسة (Kimhi, Eshel, & Shahar, 2013) بين التفاؤل وكل من الخوف والأمل.

وكانت دراسة (ضيبي وسويح، 2017) الوحيدة التي ربطت بين متغيري الدراسة الحالية الرئيسيين، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التفاؤل والتكيف الأكاديمي، ووجود علاقة إرتباطية عكسية بين التشاؤم والتكيف الأكاديمي.

وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية، وتحديد صياغة المشكلة وتحديد أهدافها وأهميتها، بما يتناسب مع التطور في الدراسات اللاحقة. ومن هنا، ترى الباحثة أن الدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية لا تتصل بموضوعها اتصالاً مباشراً، مما دفعها إلى ضرورة إجراء هذه الدراسة بهدف التعرف إلى التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني خلال جائحة كورونا؛ إذ لم تجمع الدراسات السابقة بين متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة، وبذلك سوف يتمتع موضوع هذه الدراسة بالجدة والأصالة، حيث لم تتم دراسته من قبل في المجتمع الفلسطيني.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

1.3 منهجية الدراسة

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

3.3 أدوات الدراسة

4.3 متغيرات الدراسة

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

6.3 المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي اتبعت، والتي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في بناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي بأحد صوره للحصول على المعلومات الخاصة بموضوع الدراسة، وذلك لأنه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة هذه الدراسة؛ حيث أن المنهج الوصفي الارتباطي هو الأمثل لتحقيق أهداف هذه الدراسة، كونه المنهج الذي يقوم بدراسة وفهم ووصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال المعلومات والأدبيات السابقة، وإن هذا المنهج لا يعتمد فقط على جمع المعلومات إنما يقوم بالربط وتحليل العلاقة ما بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المرجو الوصول إليها من خلال الدراسة (عوده ومكاوي، 1992).

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، والبالغ عددهم (419)، وذلك وفقاً لإحصائيات عمادة البحث العلمي والدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة. أما عينة الدراسة، فقد اختيرت كالتالي:

أولاً- العينة الاستطلاعية: اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (30) طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، وذلك بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

ثانياً- عينة الدراسة الأصلية: اختيرت عينة الدراسة بطريقة المعاينة العشوائية بحسب الجنس، وبلغ حجم العينة (210) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، الملتحقين بمساقات بآلية التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، والجدول (1.3) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة :

الجدول (1.3)

توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة المستقلة

المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	67	31.9
	أنثى	143	68.1
	المجموع	210	100.0
مجال التخصص	التخصصات التربوية	110	52.4
	التخصصات في مجال العلوم الإدارية	73	34.8
	غير ذلك من التخصصات	27	12.9
المجموع	210	100.0	
الحالة الاجتماعية	أعزب	73	34.8
	متزوج	117	55.7
	غير ذلك (مطلق/ أرمل)	20	9.5
	المجموع	210	100.0

3.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الدراسة على أداتين، هما: مقياس التكيف الأكاديمي، مقياس التفاؤل والتشاؤم، وكما يلي:

أولاً: مقياس التكيف الأكاديمي

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة، ومراجعة الصور المختلفة لمقياس التكيف الأكاديمي المستخدمة في بعض الدراسات، استند بشكل رئيس إلى المقياس المطور من قبل (حمادنة، 2015)، وذلك لملائمته لأهداف الدراسة.

1.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس التكيف الأكاديمي

صدق المقاييس:

للتحقق من صدق مقياس التكيف الأكاديمي، استخدم نوعان من الصدق، كما يلي:

(أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس التكيف الأكاديمي، عرض المقياس بصورته الأولية على (10) محكمين من المتخصصين في مجال العلوم التربوية، كما هو موضح في الملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (38) فقرة؛ إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة. وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، فقد عدلت صياغة بعض الفقرات، وأضيفت فقرة واحدة، فأصبح عدد فقرات المقياس (39)، كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (30) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (التكيف الأكاديمي)، كما هو مبين في الجدول (2.3):

جدول (2.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التكيف الأكاديمي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=30)

الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة
		مقياس التكيف الأكاديمي			
.02	27	.36*	14	.05	1
.60**	28	.34*	15	.74**	2
.66**	29	.06	16	.73**	3
.40*	30	.61**	17	.56**	4
.48**	31	.40*	18	.28	5
.67**	32	.71**	19	.26	6
.66**	33	.66**	20	.29	7
.72**	34	.85**	21	.33*	8
.56**	35	.52**	22	.59**	9
.82**	36	.02	23	.37*	10
.25	37	.48**	24	.80**	11
.62**	38	.66**	25	.29	12
.06	39	.46**	26	.86**	13

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .01$)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2.3) أن معامل ارتباط الفقرات (1، 5، 6، 7، 12، 16، 23، 27، 37، 39)، كانت ذات درجة غير مقبولة وغير دالة إحصائياً، وتحتاج إلى حذف، أما لباقي الفقرات فقد تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين (.33-.86)، فكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (0.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.30- أقل أو يساوي 0.70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد

عن (70). تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرات (1، 5، 6، 7، 12، 16، 23، 27، 37، 39)، وأصبح عدد فقرات المقياس (29) فقرة.

ثبات مقياس التكيف الأكاديمي:

للتأكد من ثبات مقياس التكيف الأكاديمي، وُزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة. وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (29) فقرة، وقد بلغ معامل كرونباخ ألفا (0.94) وتعد هذه القيمة مرتفعة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

ثانياً: مقياس التفاؤل والتشاؤم

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة، وعلى الصور المتوافرة لمقياس التفاؤل والتشاؤم المستخدمة في بعض الدراسات، ومنها: دراسة (ضيبي وسويح، 2017)، ودراسة (الأنصاري، 1998)، واستند المقياس الحالي بشكل رئيس إلى مقياس (شاهين، 2017)، باعتباره طبق في البيئة الفلسطينية وقنن لها.

2.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل والتشاؤم

صدق المقياس:

استخدم نوعان من الصدق، وكما يلي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس التفاؤل والتشاؤم، عُرِض المقياس بصورته الأولية على (10) محكمين من المتخصصين في مجال العلوم التربوية، كما هو

موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (30) فقرة؛ إذ اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، فقد عدلت صياغة بعض الفقرات، كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (30) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط فقرات التفاؤل والتشاؤم مع الدرجة الكلية كلاً على حدى، كما هو مبين في الجدول (3.3):

جدول (3.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم مع درجة كلٍ منهما (ن=30)

الفقرة	الارتباط مع التفاؤل	الفقرة	الارتباط مع التشاؤم
1	.67**	16	.74**
2	.89**	17	.76**
3	.91**	18	.96**
4	.76**	19	.97**
5	.86**	20	.86**
6	.69**	21	.92**
7	.83**	22	.97**
8	.71**	23	.96**
9	.86**	24	.96**
10	.81**	25	.93**
11	.80**	26	.96**
12	.87**	27	.96**
13	.77**	28	.88**
14	.83**	29	.92**
15	.94**	30	.94**

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3.3) أن معامل ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (0.67-

0.97)، وكانت جميع معاملات الارتباط ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، إذ ذكر جارسيا

(Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (0.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن

المدى (30- أقل أو يساوي 70). تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (70). تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من الفقرات.

ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم:

للتأكد من ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم، وزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة. وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (30) فقرة، والجدول (4.3) يوضح ذلك:

جدول (4.3)

معاملات ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم بطريقة كرونباخ ألفا		
البعد	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
التفاؤل	15	.96
التشاؤم	15	.98

يتضح من الجدول (4.3) أن قيم معاملات معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس التفاؤل والتشاؤم كلاً على حدى بلغت على التوالي: (.96) و (.98)، وتعتبر هذه القيم مرتفعة وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

تصحيح مقاييس الدراسة:

أولاً- مقياس التكيف الأكاديمي: تكون مقياس التكيف الأكاديمي في صورته النهائية من (29)، فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت الفقرات: (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 11، 13، 14، 15، 16، 18، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29) الاتجاه السلبي للتكيف الأكاديمي؛ إذ عكست

الأوزان عند تصحيحها، بينما مثلت الفقرات: (9، 10، 12، 17، 19)، الاتجاه الإيجابي للتكيف الأكاديمي.

ثانياً- مقياس التفاؤل والتشاؤم: تكون مقياس التفاؤل والتشاؤم في صورته النهائية من (30)، فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للتفاؤل والتشاؤم كلاً على حدة.

وقد طلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (2) درجتان، أبداً (1)، درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى شيوع كل من التكيف الأكاديمي، والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة، حُولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح ما بين (1-5) درجات، وصُنفت إلى ثلاثة مستويات: مرتفع، متوسط، منخفض، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$1.33 = \frac{1-5}{3} \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المقترضة}} = \text{طول الفئة}$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (5.3)

درجات احتساب مستوى شيوع سمات التكيف الأكاديمي والتفاؤل والتشاؤم	
2.33 فأقل	مستوى منخفض
3.67 - 2.34	مستوى متوسط
5 - 3.68	مستوى مرتفع

4.3 متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

أ- المتغيرات المستقلة:

1. الجنس: وله مستويان، هما: (ذكر، أنثى).
2. مجال التخصص: وله ثلاثة مستويات، هي: (التخصصات التربوية، التخصصات في مجال العلوم الإدارية، غير ذلك من التخصصات).
3. الحالة الاجتماعية، وله ثلاثة مستويات، هي: (أعزب، متزوج، غير ذلك (مطلق/ أرمل)).

ب- المتغيرات التابعة:

- أ) المتوسط الكلي الذي يقيس التكيف الأكاديمي لدى عينة الدراسة.
- ب) المتوسط الكلي الذي يقيس التفاؤل والتشاؤم كلاً على حدى لدى عينة الدراسة.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

أتبعت الخطوات الآتية في تنفيذ إجراءات الدراسة:

1. جمع البيانات الثانوية من العديد من المصادر الثانوية كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة، والاستعانة بها في بناء أدواتها وتوظيفها في الوصول إلى نتائج الدراسة لاحقاً.
2. تحديد مجتمع الدراسة.
3. تحديد عينة الدراسة.
4. الحصول على موافقة الجهات المعنية لإجراء الدراسة.

5. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
6. تحكيم أدوات الدراسة المراد تطبيقها على عينة الدراسة.
7. تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية؛ إذ شملت (30) من طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
8. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجاباتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
9. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برامج الرزمة الإحصائية (SPSS, 26) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب .
10. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

6.3 المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها، استخدم برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 26)، وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
2. معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لفحص الثبات.

3. اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، لفحص الفرضيات المتعلقة بالجنس.
4. اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، لفحص الفرضيات المتعلقة بمجال التخصص، الحالة الاجتماعية.
5. اختبار بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم، كذلك لفحص صدق أدوات الدراسة.
6. استخدمت معادلة الفرق بين معاملي ارتباط لعينتين مستقلتين (Fisher Z-Transformation) للفروق في التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم، وفقاً لمتغير الجنس.
7. استخدم معامل الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regressions)، باستخدام أسلوب الإدخال (Enter)، من أجل قياس تأثير (التكيف الأكاديمي) في مستوى (التفاؤل والتشاؤم).

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

6.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

7.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة

8.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة

9.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها وفرضياتها التي طرحت، وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض؛ حيث عرضت في ضوء أسئلتها وفرضياتها، ويتمثل ذلك في عرض نص السؤال أو الفرضية، يلي ذلك مباشرة الإشارة إلى نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ثم جدول البيانات، ووضعها تحت عناوين مناسبة، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وهكذا تعرض النتائج المرتبطة بكل سؤال وفرضية على حدة.

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا

في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

للإجابة عن السؤال الأول، حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية

لمقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول

نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

جدول (1.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات مقياس التكيف الأكاديمي على المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	10	قمت بالتخطيط الدقيق لتحديد أهداف معينة لنفسى بحيث أسعى إلى تحقيقها من خلال دراستي في البرنامج	3.85	1.055	77.0	مرتفع
2	09	أشعر بأن دوافعي للبقاء في برنامج الماجستير هي دوافع مقنعة وسليمة	3.85	1.113	77.0	مرتفع
3	17	أشعر بأنني أعرف مكاني وقدرتي في هذا البرنامج الدراسي	3.78	1.004	75.6	مرتفع
4	19	أعتبر نفسي شخصاً متكيفاً تماماً مع حياتي الدراسية	3.68	1.007	73.6	مرتفع
5	12	أشعر بأن ممارسة حياتي العملية تأثرت إيجاباً بسبب التحاقى بالدراسة في برنامج الماجستير	3.59	1.078	71.8	متوسط
6	15	أستمر في الماجستير بناءً على إلحاح من غيري بالدرجة الأولى	3.30	1.316	66.0	متوسط
7	29	أشعر بعدم الرضا لامتنالي للتعليمات والأنظمة المتعلقة بالمحافظة على النظام في الكلية	3.27	1.185	65.4	متوسط
8	24	أجد أن بعض الأساتذة يتعمدون وضعي في مواقف أشعر فيها بالارتباك حتى يستمتعون بذلك	3.26	1.283	65.2	متوسط
9	21	أشعر بأن أساتذتي يسخرون مني إذا أعطيت رأياً يؤشر أنني غير متابعة للمحاضرة الإلكترونية	3.26	1.291	65.2	متوسط
10	08	يرادوني اعتقاد بأن استمرارى في الدراسة للماجستير مضبعة للوقت	3.24	1.291	64.8	متوسط
11	25	أشعر بعدم الارتياح من الطريقة التي يريد بها بعض الأساتذة لفت انتباهي فيها في المحاضرة	3.23	1.224	64.6	متوسط
12	28	أتضايق وأزعج من كثرة النصائح والأوامر التي أتلهاها من الأساتذة أو الآخرين بشأن دراستي وعملي	3.18	1.207	63.6	متوسط
13	02	فكرت عدة مرات في تغيير موضوع تخصصي الدراسي	3.16	1.249	63.2	متوسط
14	04	أعتقد بأن المحاضرات التي أخذها غير مترابطة مع بعضها البعض	3.14	1.267	62.8	متوسط
15	05	أعتقد بأن المحاضرات التي أخذتها ليست ذات قيمة علمية بالنسبة لي	3.14	1.275	62.8	متوسط
16	26	أجد أن تصرفات بعض الأساتذة هي السبب في جعلي لا أقبل على تعلم المساقات التي يدرسونها في الكلية	3.10	1.229	62.0	متوسط
17	07	أشعر بأن أنظمة وتعليمات الجامعة صارمة وتقيد حريتي	3.06	1.150	61.2	متوسط
18	14	تتغير اهتماماتي تجاه الدراسة بسرعة دون تخطيط	3.01	1.098	60.2	متوسط
19	27	أفضل المشاركة في الأنشطة اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) حتى لو كان ذلك على حساب دراستي	3.00	1.149	60.0	متوسط
20	16	المشكلات التي تواجهني خارج إطار البرنامج الدراسي (المشكلات المالية، أو العاطفية، أو الخلافات العائلية... الخ) هي السبب في إهمالي أحياناً لواجباتي الدراسية	3.00	1.160	60.0	متوسط
21	01	كان لدي ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم أتمكن من التركيز على التخصص الدراسي الذي اخترته في الكلية	3.00	1.285	60.0	متوسط
22	23	أشعر بأن بعض الأساتذة متعاليين في علاقاتهم مع الطلبة	2.96	1.205	59.2	متوسط
23	11	أشعر بأنني لا أقوم بالتخطيط والاهتمام الكافي تجاه واجباتي ومسؤولياتي الدراسية	2.91	1.116	58.2	متوسط

متوسط	58.0	1.128	2.90	أشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذني الأمور بالجدية الكافية	13	24
متوسط	57.8	1.112	2.89	أشعر في بعض الأحيان أنني لا أبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور التي لها أهمية خاصة في حياتي الدراسية	18	25
متوسط	57.4	1.136	2.87	أعتقد أن الواجبات المطلوبة مني كثيرة ضمن المساقات التي أدرسها إلكترونياً	06	26
متوسط	57.4	1.221	2.87	وجدت الانتقال من المرحلة الجامعية إلى الدراسات العليا أمراً صعباً علي	03	27
متوسط	56.4	1.099	2.82	أتردد في أن أطلب أو أسأل أستاذي ليوضح لي بعض النقاط الغامضة في المحاضرة	20	28
متوسط	55.2	1.174	2.76	أشعر بأن بعض الأساتذة يعاملون بعض الطلبة معاملة تختلف عن معاملة بقية الطلبة في المحاضرة	22	29
متوسط	63.6	.728	3.18	الدرجة الكلية لمقياس التكيف الأكاديمي		

يتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا ككل بلغ (3.18)، وبنسبة مئوية (63.6%)، وبمستوى متوسط. أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس التكيف الأكاديمي، فتراوحت ما بين (2.76-3.85)، وجاءت الفقرة: "قمت بالتخطيط الدقيق لتحديد أهداف معينة لنفسي بحيث أسعى إلى تحقيقها من خلال دراستي في البرنامج"، في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (3.85)، وبنسبة مئوية (77.0%)، وبمستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة: "أشعر بأن بعض الأساتذة يعاملون بعض الطلبة معاملة تختلف عن معاملة بقية الطلبة في المحاضرة"، في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.76)، وبنسبة مئوية (55.2%)، وبمستوى متوسط.

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى كل من التفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟ للإجابة عن السؤال الثاني، حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية لمقياس التفاوض والتشاور لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، والجدول (2.4) يوضح ذلك:

جدول (2.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس التفاوض والتشاور كلاً على حدة لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا

الرتبة	المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	التفاوض	3.91	0.748	78.2	مرتفع
2	التشاور	2.69	0.971	53.8	متوسط

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التفاوض بلغ (3.91)، ونسبة مئوية (78.2%)، وبمستوى متوسط. أما المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التشاور، فبلغ (2.69)، ونسبة مئوية (53.8%)، وبمستوى متوسط. وقد حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل من التفاوض والتشاور كلاً على حدة، وعلى النحو الآتي:

(1) التفاؤل

جدول (3.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التفاؤل مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	08	أؤمن بأن: لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس	4.01	0.998	80.2	مرتفع
2	15	أتوقع أن يكون غداً أفضل من اليوم	4.00	0.928	80.0	مرتفع
3	03	أتوقع أن تتحسن الأمور في المستقبل	4.00	0.976	80.0	مرتفع
4	05	أتوجه نحو الحياة مفعماً بالأمل والتفاؤل	3.98	0.943	79.6	مرتفع
5	04	أنا أنظر إلى المستقبل على أنه سعيد	3.97	0.950	79.4	مرتفع
6	13	أفكر بأشياء سارة ومبهجة حتى في هذا الظرف الصعب	3.92	0.935	78.4	مرتفع
7	09	أرى أن الأمور الجيدة ستأتي إلي قريباً	3.92	0.960	78.4	مرتفع
8	12	أفكر بأشياء سارة ومبهجة حتى في هذا الظرف الصعب	3.91	0.942	78.2	مرتفع
9	14	أنظر بتفاؤل كبير بشأن المستقبل	3.90	0.907	78.0	مرتفع
10	10	أتوقع الأفضل من الحياة بعد انتهاء هذه الجائحة	3.89	0.916	77.8	مرتفع
11	11	أرى الجانب المشرق من الأشياء	3.88	0.940	77.6	مرتفع
12	07	ستصبح حياتي سعيدة على نحو متزايد	3.86	0.956	77.2	مرتفع
13	06	الزمن يخبي لي المفاجآت السارة	3.86	0.978	77.2	مرتفع
14	02	أشعر أن غداً سيكون يوماً مشرقاً	3.85	0.996	77.0	مرتفع
15	01	تبدو الحياة جميلة بالنسبة لي رغم وجود جائحة كورونا	3.70	1.030	74.0	مرتفع
		التفاؤل	3.91	0.748	78.2	مرتفع

يتضح من الجدول (3.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات التفاؤل تراوحت ما بين (3.70-4.01)، وجاءت الفقرة: "أؤمن بأن: لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (4.01)، وبنسبة مئوية (80.2%)، وبمستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة: "تبدو الحياة جميلة بالنسبة لي رغم وجود جائحة كورونا" في المرتبة الأخيرة،

بمتوسط حسابي بلغ (3.70)، وبنسبة مئوية (74.0%)، وبمستوى مرتفع. وقد بلغ المتوسط الحسابي للتفاوت (3.91)، وبنسبة مئوية (78.2%)، وبمستوى مرتفع.

(2) التشاؤم

جدول (4.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات التشاؤم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	المستوى
1	16	أعتقد أن الحياة لن تعود إلى ما كانت عليه قبل الكورونا	2.97	1.073	59.4	متوسط
2	17	لدي القليل من الحظ في هذه الحياة	2.92	1.055	58.4	متوسط
3	28	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيتبعها دوماً أحداثاً مؤلمة	2.77	1.140	55.4	متوسط
4	25	تخيفني الأشياء المؤسفة التي قد تحدث لي في المستقبل	2.73	1.109	54.6	متوسط
5	20	المصائب تطرق لي باستمرار	2.69	1.083	53.8	متوسط
6	29	يبدو لي أن الشخص سيء الحظ سيبقى غير محظوظ دوماً مهما فعل	2.69	1.147	53.8	متوسط
7	27	لدي شعور غامر بأنني سأنفصل قريباً عن الناس الذين أحبهم	2.69	1.156	53.8	متوسط
8	18	أشعر أنني المخلوق الأكثر بؤساً بين مكن حولي	2.65	1.182	53.0	متوسط
9	24	أنا انتظر أن يحدث أسوأ الأحداث	2.65	1.275	53.0	متوسط
10	21	أنا أتجه لأكون بانساً وتعبساً	2.63	1.255	52.6	متوسط
11	23	كثير من المخاوف تجعلني أشعر أنني أموت مئة مرة في اليوم	2.62	1.228	52.4	متوسط
12	22	أنا يائس من هذه الحياة	2.59	1.215	51.8	متوسط
13	26	أتوقع أن أعيش حياة بانسة في المستقبل	2.59	1.281	51.8	متوسط
14	30	أشعر كما لو أن الكوارث قد وجدت من أجلي	2.58	1.185	51.6	متوسط
15	19	مستقبلي سيصبح أكثر ظلمة	2.53	1.166	50.6	متوسط
		التشاؤم	2.69	0.971	53.8	متوسط

يتضح من الجدول (4.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات

التشاؤم تراوحت ما بين (2.53-2.97)، وجاءت الفقرة: "أعتقد أن الحياة لن تعود إلى ما كانت عليه

قبل الكورونا" في المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي قدره (2.97)، وبنسبة مئوية (59.4%)، وبمستوى

متوسط، بينما جاءت الفقرة: "مستقبلي سيصبح أكثر ظلمة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.53)، وبنسبة مئوية (50.6%)، وبمستوى متوسط. وقد بلغ المتوسط الحسابي للتشاؤم (2.69)، وبنسبة مئوية (53.8%)، وبمستوى متوسط.

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

من أجل فحص الفرضية الأولى وتحديد الفروق تبعاً لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (5.4) تبين ذلك:

الجدول (5.4)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التكيف الأكاديمي	نكر	67	3.24	0.677	0.943	.347
	أنثى	143	3.14	0.751		

يتبين من الجدول (5.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس التكيف الأكاديمي كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

ومن أجل فحص الفرضية الثانية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مجال التخصص، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير مجال التخصص، والجدولان (6.4) و (7.4) يبينان ذلك:

جدول (6.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المستوى	المتغير
0.731	3.14	110	التخصصات التربوية	التكيف الأكاديمي
0.742	3.24	73	التخصصات في مجال العلوم الإدارية	
0.694	3.15	27	غير ذلك من التخصصات	

يتضح من خلال الجدول (6.4) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (7.4) يوضح ذلك:

جدول (7.4)

نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص

مستوى الدلالة	"ف" المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المتغير
.658	0.420	0.224	2	0.448	بين المجموعات	التكيف الأكاديمي
		0.533	207	110.410	داخل المجموعات	
			209	110.858	المجموع	

يتبين من الجدول (7.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس التكيف الأكاديمي كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

ومن أجل فحص الفرضية الثالثة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، والجدولان (8.4) و(9.4) يبينان ذلك:

جدول (8.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المستوى	المتغير
0.726	3.13	73	أعزب	التكيف الأكاديمي
0.732	3.22	117	متزوج	
0.734	3.08	20	غير ذلك (مطلق/ أرمل).	

يتضح من خلال الجدول (8.4) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (9.4) يوضح ذلك:

جدول (9.4)

نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
التكيف الأكاديمي	بين المجموعات	0.510	2	0.255	0.478	.621
	داخل المجموعات	110.348	207	0.533		
	المجموع	110.858	209			

يتبين من الجدول (9.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس التكيف الأكاديمي، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاضل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

ومن أجل فحص الفرضية الرابعة وتحديد الفروق تبعاً لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت)

لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (10.4) تبين ذلك:

الجدول (10.4)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات التفاضل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس

المتغيرات	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التفاضل	نكر	67	3.88	0.764	-0.453	.651
	أنثى	143	3.93	0.743		
التشاؤم	نكر	67	2.60	0.902	-0.851	.396
	أنثى	143	2.73	1.002		

يتبين من الجدول (10.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس التفاضل والتساؤل كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التفاضل والتساؤل لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاضل والتساؤل لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

ومن أجل فحص الفرضية الخامسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مجال التخصص، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير مجال التخصص، والجدولان (11.4) و(12.4) يبيان ذلك:

جدول (11.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاضل والتساؤل لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المستوى	المتغيرات
0.723	3.93	110	التخصصات التربوية	التفاضل
0.829	3.87	73	التخصصات في مجال العلوم الإدارية	
0.633	3.94	27	غير ذلك من التخصصات	
0.989	2.68	110	التخصصات التربوية	التساؤل
0.939	2.67	73	التخصصات في مجال العلوم الإدارية	
1.012	2.76	27	غير ذلك من التخصصات	

يتضح من خلال الجدول (11.4) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4)

نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	0.219	2	0.110	0.194	.823
	داخل المجموعات	116.794	207	0.564		
	المجموع	117.013	209			
التشاؤم	بين المجموعات	0.164	2	0.082	0.086	.917
	داخل المجموعات	196.715	207	0.950		
	المجموع	196.879	209			

يتبين من الجدول (12.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس التفاؤل والتشاؤم، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

6.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاضل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

ومن أجل فحص الفرضية السادسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، والجدولان (13.4) و(14.4) يبينان ذلك:

جدول (13.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاضل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المستوى	المتغيرات
0.789	3.95	73	أعزب	التفاضل
0.748	3.89	117	متزوج	
0.609	3.88	20	غير ذلك (مطلق/أرمل).	
1.055	2.72	73	أعزب	التشاؤم
0.945	2.67	117	متزوج	
0.828	2.67	20	غير ذلك (مطلق/أرمل).	

يتضح من خلال الجدول (13.4) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (14.4) يوضح ذلك:

جدول (14.4)

نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
التفاؤل	بين المجموعات	0.196	2	0.098	0.173	.841
	داخل المجموعات	116.817	207	0.564		
	المجموع	117.013	209			
التشاؤم	بين المجموعات	0.092	2	0.046	0.049	.953
	داخل المجموعات	196.786	207	0.951		
	المجموع	196.879	209			

يتبين من الجدول (14.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس التفاؤل والتشاؤم، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

7.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة

لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

للإجابة عن الفرضية السابعة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين مقياسين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، والجدول (15.4) يوضح نتائج اختبار معامل ارتباط بيرسون:

جدول (15.4)

قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسيين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا (ن=210)

التشاؤم	التفاؤل	التكيف الأكاديمي
معامل ارتباط بيرسون		
-.612**	.247**	

**دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p \leq .01$)

يتضح من الجدول (15.4) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .01$) بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، ويلاحظ أن قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين التكيف الأكاديمي والتفاؤل بلغت (.247)، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة التكيف الأكاديمي ازداد مستوى التفاؤل. أما قيمة معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين التكيف الأكاديمي والتشاؤم، فقد بلغت (-.612)، وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة التكيف الأكاديمي انخفض مستوى التشاؤم.

8.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة

لا تختلف العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا باختلاف الجنس.

للإجابة عن الفرضية الثامنة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين مقياسي التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس، وحول

إلى قيمة (Z) المناظرة لها، ثم استخدمت معادلة الفرق بين معاملي ارتباط لعينتين مستقلتين (Fisher Z-Transformation) وفقاً للجنس، والجدول (16.4) يوضح ذلك:

جدول (16.4)

نتائج اختبار معادلة (Fisher Z-Transformation) للفرق بين معاملي ارتباط لعينتين مستقلتين

وفقاً للجنس

التكيف الأكاديمي	التفاضل والتشاؤم	الجنس	العدد	معامل الارتباط	قيمة (Z)	Z المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التكيف الأكاديمي	التفاضل	نكر	67	.316	.332	.671	.502
		أنثى	143	.222	.224		
التكيف الأكاديمي	التشاؤم	نكر	67	-.591	.678	.279	.780
		أنثى	143	-.618	.725		

القيمة الحرجة 1.96

يتضح من الجدول (16.4) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$)، في العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاضل والتشاؤم لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس، إذ بلغت قيمة (Z) المحسوبة للعلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاضل والتشاؤم وفقاً للجنس على التوالي: (.671)، (.279)، وهذه القيم أقل من القيمة الحرجة (1.96)، في حين بلغت قيمة مستوى الدلالة على التوالي: (.502)، (.780)، وهذه القيم أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاضل والتشاؤم لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس.

9.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة

يمكن التنبؤ في مستوى كل من التفاؤل والتشاؤم من خلال أبعاد التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

من أجل قياس تأثير (التكيف الأكاديمي) في مستوى (التفاؤل والتشاؤم) لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، استخدم معامل الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regressions)، باستخدام أسلوب الإدخال (Enter)، والجدولان (17.4)، و (18.4) يوضحان ذلك:

جدول (17.4)

نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة مدى إسهام التكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتفاؤل في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	التباين المفسر R^2	معامل الارتباط المعدل
	معامل الانحدار	الخطأ المعياري						
الثابت	3.103	.225		13.800	.000			
التكيف الأكاديمي	.254	.069	بيتا Beta	3.683	.000	.247	.06	.057

قيمة "ف" المحسوبة لتكيف الأكاديمي = 13.568 دالة عند مستوى دلالة 0.000*

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 ≤ p)

يتضح من الجدول (17.4) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 ≤ α) للتكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتفاؤل؛ إذ وضح التكيف الأكاديمي (6.1%) من نسبة التباين في مستوى التفاؤل. أما النسبة الباقية والبالغة (93.9%)، فتعزى إلى متغيرات أخرى لم تدخل نموذج الانحدار، وهذا يعني أن هناك متغيرات مستقلة أخرى قد تلعب دوراً أساسياً في تفسير مستوى التفاؤل. وعليه، يمكن كتابة معادلة الانحدار كالاتي: $(y = 3.103 + .254X)$ ، أي كلما تغير التكيف الأكاديمي درجة واحدة يحدث تغير طردي موجب في التفاؤل بمقدار (0.254).

جدول (18.4)

نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة مدى إسهام التكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتشاؤم في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	التباين المفسر R ²	معامل الارتباط المعدل
	معامل الانحدار	الخطأ المعياري						
الثابت	5.277	.238	Beta	22.178	.000	-	-	-
التكيف الأكاديمي	-0.816	.073		-11.170	.000	-	.375	-
							.612^a	

قيمة "ف" المحسوبة لتكيف الأكاديمي = 124.771 دالة عند مستوى دلالة 0.000*.

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05 ≤ p)

يتضح من الجدول (18.4) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لتكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتشاؤم؛ إذ وضع التكيف الأكاديمي (37.5%) من نسبة التباين في مستوى التشاؤم، أما الباقية والبالغة (62.5%) تعزى لمتغيرات أخرى لم تدخل نموذج الانحدار، وهذا يعني أن هناك متغيرات مستقلة أخرى قد تلعب دوراً أساسياً في تفسير مستوى التشاؤم. وعليه، يمكن كتابة معادلة الانحدار كالتالي: $y = 5.277 - 0.816x$ ، أي كلما تغير التكيف الأكاديمي درجة واحدة يحدث تغير عكسي سلبي في التشاؤم بمقدار (-0.816).

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

6.2.5 تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

7.2.5 تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها

8.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثامنة ومناقشتها

9.2.5 تفسير نتائج الفرضية التاسعة ومناقشتها

3.5 التوصيات والمقترحات

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها وما انبثق عنها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، إضافة إلى تفسير النتائج، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

ما مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا ككل كان متوسطاً.

واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (المرابحة، 2019)، التي أظهرت وجود تكيف أكاديمي متوسط لدى عينة من طلبة الطب البشري في جامعة الخليج العربي، كما اتفقت كذلك مع نتائج دراسة (أبو فودة، 2018)، التي أظهرت أيضاً تكيفاً أكاديمياً متوسطاً لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية، ولدى الطالبات في دراسة (إبراهيم وجلال، 2016)، بينما اختلف مع نتائج دراسة (لمياء، 2019)، التي أظهرت انخفاضاً في مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، كما اختلف أيضاً مع نتائج دراسة (العمرى، 2016)، التي أظهرت أن مستوى التكيف الأكاديمي جاء بدرجة مرتفعة

لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض في المملكة العربية السعودية، وكان مستوى التكيف الأكاديمي لدى الطلبة مرتفعاً كذلك في: دراسة (علي وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (العمرى، 2017)، ودراسة (علي وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (إبراهيم وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (شعثان وبن كحل، 2015) لدى طلبة العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية، وفي دراسة (حمادنة، 2015)، ودراسة (النور، 2012). وقد يعزى ذلك إلى اختلاف مجتمعي العينة، والظروف التعليمية القائمة في حينه على التعليم الوجيه.

وتعزى هذه النتيجة إلى وضع طلبة الدراسات العليا بشكل خاص؛ حيث يواجهون العديد من المشكلات التي تؤدي إلى شعورهم بالضغط، وبخاصة في هذه الأوقات العصيبة التي يمر بها العالم بسبب جائحة كورونا، ويؤثر انتقال الطلبة من بيئة تعليمية أو مرحلة تعليمية إلى بيئة أو مرحلة أخرى في عملية التكيف لديهم، ففي هذه الفترة قد تحدث تحديات وضغوط لدى الفرد حتى يستطيع الاندماج والتكيف في الحياة الأكاديمية والاجتماعية الجديدة، واتخاذ الإجراءات اللازمة لتلبية المطالب الأكاديمية، وإنشاء صداقات جديدة، والتصرف باستقلالية، والقدرة على تحمل المسؤولية التي تتطلبها مرحلة الدراسات العليا، والضغوط التي تنتج من تنوع الدراسة الجامعية، وصعوبة المساقات الجامعية، والتعامل مع أساتذة وزملاء جدد.

ونظراً للظروف الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي يمر بها الشعب الفلسطيني، فإن العديد من طلبة الجامعات يعانون من صعوبات في التكيف الأكاديمي، مما يؤثر سلباً على أدائهم الأكاديمي وتفاعلهم الاجتماعي، والشعور بعدم الثقة، وفقدان الشعور بالأمن، وذلك بسبب إغلاق الجامعات وانقطاع الدوام بسبب جائحة كورونا وخوفهم من التأخر من إنهاء دراساتهم العليا.

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

ما مستوى كل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في

ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا؟

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة في مستوى التفاؤل كان مرتفعاً، بينما جاء التشاؤم بمستوى متوسط؛ لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (حسين، 2018)، التي تشير إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتفاؤل بدرجة عالية، وكان هناك مستوى مرتفع من التفاؤل لدى طلبة جامعة اليرموك في دراسة (بني مصطفى ومقالدة، 2014)، واتفقت كذلك مع النتائج في دراسة (النواصرة والهوراني، 2018)، التي أظهرت أن أفراد العينة يميلون إلى التشاؤم، كما كان مستوى التفاؤل لدى الطلبة أعلى من مستوى التشاؤم في دراسة (النصراوي، 2018)، بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من (النواصرة والهوراني، 2018)، التي بينت وجود مستوى مرتفع من التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة، كما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (شاهين، 2017)، ودراسة (ضيبي وسويح، 2017)، اللتان أظهرتا وجود درجة متوسطة للتفاؤل بين طلبة الجامعة، بينما كان مستوى التشاؤم متدنياً لديهم. وقد يعزى ذلك إلى اختلاف مجتمعات العينة في الدراسة الحالية والدراسات الأخرى، التي كانت تضم أكثر من مستوى أكاديمي للطلبة وليس فقط طلبة الدراسات العليا الذي انفردت به الدراسة الحالية.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن الشعور بالتفاؤل والأمل، والثقة بالنفس، تساعد الإنسان على العيش في مستويات مرتفعة من السعادة، وخاصة طلبة الدراسات العليا، وذلك من خلال الإحساس بالعواطف الإيجابية أكثر، والشعور أن الحياة جديرة بأن يعيشها، وهذا أمر ضروري في سبيل تحقيق الصحة النفسية الإيجابية لديهم، وانعكاس ذلك إيجاباً على توافقهم مع أنفسهم ومع مجتمعهم

نفسياً واجتماعياً، مما يجعلهم قادرين على مواجهة مطالب الحياة والتكيف مع البيئة المحيطة بهم، بينما تسيطر على الشخص المتشائم مجموعة من الإحباطات في الحاضر تجعله غير قادر على النمو الوجداني، فهو على الرغم من إمكانية أن ينجح في بعض الأعمال المسندة إليه، إلا أنه يتوقع الفشل والنتائج السيئة والسلبية في كل خطوة من خطوات حياته المستقبلية، مما يعوق كل تقدم وكل تطور يمكن أن يحققه في حياته، وهذا ما يتجنبه طلبة الدراسات العليا للحفاظ على مستوى مرتفع من التفاوض ومستوى متدنٍ من التشاؤم لتحقيق أهدافهم.

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس. وانققت هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (المرابحة، 2019)، ودراسة (إبراهيم وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (شعثان وبن كحل، 2015)، ودراسة (حمادنة، 2015)، ودراسة (Adhalambo, Odwar, & Mildred, 2011)، التي أظهرت جميعها عدم وجود اختلاف دال إحصائياً بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى الطلبة باختلاف جنس الطالب، بينما اختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (Abood, Alharbi, Mhaidat, & Gazo, 2020)، ودراسة (علي وعبد الرحمن، 2016)، ودراسة (النور، 2012)، التي بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات التكيف الأكاديمي

لصالح الإناث، في حين بينت نتائج دراسة (عبد الرحمن، 2018)، ودراسة (مرشود، 2015) أن الفروق كانت لصالح الذكور.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن التكيف الأكاديمي عملية تقوم على المواءمة بين الطالب ومتطلبات المؤسسة التربوية التي ينتمي إليها، وأنه عملية ديناميكية مستمرة لا تتوقف عند مرحلة معينة، وأن من النتائج الإيجابية للتكيف الأكاديمي تكوين علاقات جيدة بين الطالب وأساتذته وزملائه بغض النظر عن كون الطالب ذكر أم أنثى، باعتبار أن التكيف الأكاديمي يتأثر بالجو الجامعي بالدرجة الأولى وليس بجنس الطالب، فالمجتمع الجامعي الإيجابي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة تسوده الحرية والديمقراطية، وروح العدالة، والمساواة، والمودة والتعاطف، بين الطلبة أنفسهم، ومع أساتذتهم، وهو الذي يساعد الطلبة على استغلال طاقاتهم وقدراتهم إلى الحد الأقصى، فضلاً عن الدور الإيجابي للأساتذة عن طريق تفاعلهم الإيجابي مع الطلبة واعتمادهم المناهج وطرائق التدريس التي تنمي مهارات الطلبة بغض النظر عن جنسهم.

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

وانتقلت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة (شعثان وبن كحل، 2015)، التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف الأكاديمي تعزى للتخصص الأكاديمي للطالب، بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من دراسة (Abood, Alharbi, Mhaidat, & Gazo, 2020)، ودراسة (النور، 2012)، التي بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات التكيف الأكاديمي لدى الطلبة لصالح التخصصات العلمية، في حين كانت الفروق في دراسة (إبراهيم وعبد الرحمن، 2016) لصالح التخصصات الإنسانية.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن تكيف الطالب أكاديمياً وشعوره بالرضا والارتياح عن حياته الجامعية يمكن أن ينعكس على إنتاجياته، ويمكن أن يسهم في تحديد مدى استعداده لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل على تطويرها الجامعة لدى طلبتها بغض النظر عن نوع التخصص الأكاديمي الذي يندرج تحته أي طالب، لذلك نجد أنه من البديهي لطلبة الدراسات العليا أن لا يتأثر تكيفهم الأكاديمي بنوع التخصص، وبخاصة ضمن العملية التعليمية المستمرة، ومحاولة من قبل الطالب لاستيعاب المواد الدراسية على اختلاف مشاربيها من جهة والنجاح فيها من جهة أخرى.

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

ولدى مقارنة هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة التي أمكن للباحثة الاطلاع عليها ومراجعتها، يلاحظ عدم وجود دراسة واحدة_ في حدود علم الباحثة_ تناولت متغير الدراسة (الحالة الاجتماعية)، مما يضفي أهمية خاصة للدراسة الحالية.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن تكيف الفرد يتوقف على إشباع حاجاته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى الفسيولوجية منها والاجتماعية، والأدوار المختلفة التي يلعبها الفرد في حياته في أثناء تفاعله ومع بيئته المادية والاجتماعية، وتتمثل في الأهداف والطرق التي ميزها في مجال حياته على أنها تساعد على إشباع هذه الحاجة. وتبعاً لذلك، تتوقف سعادة الفرد وتكيفه السليم على مدى كفاية الذات في إشباع حاجاته بما يتفق والواقع، وما يتوقعه الفرد من المجتمع، وإلا يختل توازن تكيفه ويؤدي به إلى التعاسة، والشعور بالنقص، بعيداً عن الحالة الاجتماعية سواءً أكان متزوجاً أم أعزب أم غيره.

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاضل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في التفاضل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس. واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة (أبو زيد وآخرون، 2019)، التي أظهرت عدم وجود تفاعل بين الجنس والتخصص في تأثيرهما المشترك على التفاضل لدى طلبة الجامعة، وكذلك عدم وجود فروق بين الجنسين في دراسة (النصراوي، 2018)، ودراسة (النواصرة والهوراني، 2018)،

ودراسة (شاهين، 2017)، ودراسة (نهدي وسعاد، 2015)، بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (بن حميد، 2019)، التي بينت وجود فروق في التفاوض والتشاؤم باختلاف الجنس، وكان الذكور أكثر تفاؤلاً في دراسة (القيسي وأبو البصل، 2017)، بينما كان الذكور أكثر تشاؤماً من الإناث في دراسة (النواصرة والهوراني، 2018)، ودراسة (Jean, Claudia, Claudia, 2015)، وكانت الفروق في التفاوض لصالح الإناث في دراسة (العادلي وناصر، 2017).

وتعزى هذه النتيجة إلى أن كل فرد منا بحاجة إلى حاجات ودوافع، فمقومات التفاوض بالنسبة لطفل في عمر العاشرة يختلف عن التكيف بالنسبة للمراهق، فالفرد في كل مرحلة بحاجة لإعادة الاتزان على مستوى المرحلة العمرية وخصائصها وسماتها، كما هو الطالب في مرحلة الدراسات العليا، ويكون بالرجوع والارتقاء من البسيط للدوافع والأهداف إلى الأكثر تعقيداً، كما أن الطلبة في برنامج الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة يتلقون تعليمهم من خلال وسائل التعليم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا، ويعاملون بنفس الطريقة في تقديم الواجبات باختلاف أنواعها، وكذلك في أساليب التقييم، وبالتالي فإن اختلاف الجنس لا يؤثر على مستوى التفاوض أو التشاؤم لطلبة الدراسات العليا.

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاوض والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير مجال التخصص.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (بني مصطفى ومقالدة، 2014) التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لاختلاف التخصص، ولم تظهر أي من نتائج الدراسات السابقة اختلافاً جوهرياً مع نتائج الدراسة الحالية. وتعزى هذه النتيجة إلى أن هناك مستوى أعلى من التفاؤل مرتبط بمجموعة متنوعة من النتائج المرغوبة، بما في ذلك: أداء أكاديمي أفضل عندما يتم التحكم إحصائياً في القدرات الشخصية أو الأداء الأكاديمي السابق بغض النظر عن نوع التخصص، كما أن البرامج المطروحة في برنامج الدراسات العليا هي برامج مختارة بعناية، وتتوافق مع توقعات الطلبة كل حسب ميوله واتجاهاته وطموحاته، وهي أيضاً خضعت لدراسات جدوى فيما يتعلق بتوافقها مع سوق العمل ومتطلباته واحتياجاته.

6.2.5 تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (الكرديس والعمري، 2020)، التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لاختلاف الحالة الاجتماعية.

وتعزى هذه النتيجة إلى تساوي درجة الطموح والرؤية المستقبلية لطلبة الدراسات العليا باختلاف أوضاعهم الاجتماعي، وأن أهدافهم تتسق في سعيها إلى تطوير مؤهلاتهم وقدراتهم واستعداداتهم من خلال التحاقهم ببرنامج الدراسات العليا في مجال تخصصهم، فهم جميعاً لديهم مستوى مرتفع من التفاؤل حول مستقبلهم، وما يمكن أن يضيفه إنجازهم لمرحلة الدراسات العليا إلى مهنتهم لمن هم ملتحقون بالعمل في أي من المجالات، وكذلك ما يمكن أن تفتح لهم من فرص لمن هم لا يزالون يبحثون عن فرصة للعمل في مجال تخصصهم.

7.2.5 تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها

لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة التكيف الأكاديمي ازداد مستوى التفاؤل. أما العلاقة بين التكيف الأكاديمي والتشاؤم، فقد جاءت علاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة التكيف الأكاديمي انخفض مستوى التشاؤم.

وافقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من (العمري، 2017)، التي بينت وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة احصائية بين مستوى التكيف الأكاديمي ودافعية الإنجاز لدى الطلبة،

وكذلك مع نتائج دراسة (Cankaya, 2016) التي أظهرت أن الأمل والتفاؤل يدعمان الأداء الأكاديمي والصحي الأفضل إلى حد ما، بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (McGhie, 2017)، التي أظهرت أن (20) من (32) طالباً وطالبة واجهوا صعوبة في التغلب على تحدياتهم الانتقالية والتكيف الأكاديمي.

وقد يعزى الاختلاف مع نتائج بعض الدراسات إلى طبيعة البيئة والثقافة الاجتماعية واختلاف عينة الدراسة الحالية والظروف التي نفذت فيها الدراسة الحالي، فالتكيف الأكاديمي في هذه الظروف المتمثلة بجائحة كورونا، وتداعياتها على حياة المجتمع والأفراد ومنهم طلبة الدراسات العليا، فارتبط كل من التفاؤل والتشاؤم بدرجة التكيف الأكاديمي للطلاب سلباً أم إيجاباً.

8.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثامنة ومناقشتها

لا تختلف العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا باختلاف الجنس.

بينت النتائج عدم وجود فروق في العلاقة بين التكيف الأكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس.

وقد اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (عبد الرحمن، 2018)، التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين مهارات التعلم الذاتي تعزى لمتغير الجنس، وذلك لصالح الطلاب (الذكور). وقد يعزى توافق الذكور والإناث من طلبة برنامج الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في تقييم العلاقة بين كل من التفاؤل والتشاؤم والتكيف الأكاديمي لديهم إلى طبيعة الإجراءات التي طورتها الجامعة في أدوات التعلم الإلكتروني، والإرشادات التي ضمنتها في

تواصلها مع الطلبة، وخلق حالة من التواصل الفعال بين الطلبة أنفسهم ذكوراً وإناثاً، إضافة إلى تكافؤ الفرص بين الطلبة باختلاف جنسهم في الالتحاق بالبرامج المتوافرة في الدراسات العليا، وبالتالي تناغم مستوى الطموح لديهم وتفاؤلهم بمستقبلهم المهني وارتباط ذلك بمستوى التكيف لديهم.

9.2.5 تفسير نتائج الفرضية التاسعة ومناقشتها

يمكن التنبؤ في مستوى كل من التفاؤل والتشاؤم من خلال أبعاد التكيف الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا.

أظهرت النتائج وجود أثر دال إحصائياً للتكيف الأكاديمي في التنبؤ بالتفاؤل؛ إذ وضح التكيف الأكاديمي (6.1%) من نسبة التباين في مستوى التفاؤل، أما الباقية والبالغة (93.9%) تعزى لمتغيرات أخرى لم تدخل نموذج الانحدار.

واتفقت نتائج هذه الدراسة الحالية مع دراسة (النواصرة والهوراني، 2018)، التي أظهرت وجود علاقة ارتباط إيجابية في مستوى التفاؤل والتشاؤم الكلي والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الموهوبين، بينما لم يتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً لدى الطلبة العاديين. بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (ضيبي وسويح، 2017)، التي أظهرت عدم وجود علاقة بين التفاؤل والتكيف الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباط عكسية بين التشاؤم والتكيف الأكاديمي.

وتعزى هذه النتيجة إلى أن البشر قادرون بطبيعتهم على التعايش مع الصعوبات والتحديات التي تواجههم، فهم إذا ما بذلوا جهدهم قادرين على التلاؤم والتكيف مع الظروف البيئية المحيطة بهم، فالإنسان بطبعه يسعى لإشباع حاجاته، وإذا ما وجدت بعض المصادر المعوقة لإشباع هذه الحاجات، فإنه يبذل الجهد للتعامل مع هذه الصعوبات وتجاوزها، من أجل الوصول إلى حالة من

التوافق والتكيف، ومن هذه الحاجات الحاجة إلى استمرار العملية التعليمية للطلبة، فاستطاعوا التكيف بدرجة مناسبة مع المحيط التعليمي بظروفه ومعطياته التي تفرضها تلك الظروف، ودور الحالة النفسية والنظرة المتفائلة للطلبة في أثناء هذا التكيف. وقد بينت (Fatshei, 1988)، أن التفاؤل يرتبط إيجاباً مع الثقة بالنفس، وأن المتفائلون أكثر إيجابية من المتشائمين في سلوكهم مع التحديات والتغيرات الطارئة التي تواجههم، وهذا يؤشر إلى منطوية الترابط بين التفاؤل والتشاؤم مع التكيف الأكاديمي لطلبة الدراسات العليا، وإمكانية التنبؤ بمستوى التفاؤل أو التشاؤم لديهم من خلال مستوى تكيفهم الأكاديمي.

3.5 التوصيات والمقترحات

أولاً- التوصيات:

- في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، فإنه يمكن التوصية بما يلي:
- (1) قيام برنامج الدراسات العليا في الجامعة ومن خلال طواقمه ومنسقي البرامج ولجان التخصصات بالاهتمام في تحسين مستوى التكيف الأكاديمي لدى الطلبة، وتطوير الإجراءات الكفيلة بتسهيل تفاعل الطالب مع المواقف التعليمية المختلفة بمستوى أعلى وأكثر وضوحاً.
 - (2) توسيع مساحة التدريب المسبق والإرشادات المتعلقة باستخدام الطلبة لتقنيات التعلم الإلكتروني ومهاراته، وتفعيل دور الطواقم الفنية المساندة في هذا المجال.
 - (3) تطوير خدمات الإرشاد المهني للطلبة في برنامج الدراسات العليا، وانعكاسها على تكيف الطلبة والتعامل مع أي نظرة تشاؤمية قد تكون لدى أي منهم.

ثانياً- المقترحات:

استناداً إلى إجراءات الدراسة ونتائجها وخبرة الباحثة، يمكن اقتراح الآتي:

1. إجراء بحوث تتقصى التكيف الأكاديمي لدى الطلبة وربطه بمتغيرات نفسية أخرى تلامس حياة الطالب الجامعي وطالب الدراسات العليا على وجه الخصوص قد تلعب دوراً أساسياً في تفسير التكيف الأكاديمي لديهم.
2. إجراء بحوث بهدف الكشف عن أي متغيرات وسيطة قد تؤثر على العلاقة بين التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ومنهم طلبة الدراسات العليا.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

القرآن الكريم

أولاً- المراجع باللغة العربية:

- إبراهيم، مجدي. (2004). استراتيجيات التعليم وأساليب التعلم. القاهرة: مطبعة أبناء وهبة.
- إبراهيم، نوف وجمال، إلهام. (2016). رتب الهوية الاجتماعية والأيدولوجية والتكيف الأكاديمي وعلاقتهم بالكفاءة الذاتية والأكاديمية لدى طالبات كلية التربية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة شقراء، المملكة العربية السعودية.
- ابن منظور المصري، أبو فضل جمال الدين محمد بن مكرم. (1981). لسان العرب. القاهرة: دار المعارف.
- أبو الديار، نجاح. (2010). فاعلية برنامج للإرشاد العقلاني-الانفعالي في تنمية التفاؤل لخفض حدة الضغوط النفسية لدى عينة من أسر الأطفال المعوقين سمعياً. مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، جامعة الكويت، 38(3):58-91.
- أبو زيد، عبد العظي ورنانيا، عبد الرحمن ومحمد السيد، سعبان ومحمد، إبراهيم. (2019). الهناء الذاتي وعلاقته بالتفاؤل لدى طلاب الجامعة. المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، 10(3): 125-154.
- أبو فودة، حنان. (2020). مستوى مهارات الحياة وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة الأردنية. المجلة التربوية الأردنية-الجامعة الأردنية، 5(1):74-100.
- أحمد، بدوي. (1978). معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية. بيروت: مكتبة لبنان.
- أحمد، راجح. (1986). أصول علم النفس. ط(10)، الإسكندرية: المكتب المصري الحديث.

الإمامي، صفاء. (2010). علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل لشباب الجالية العربية في الدنمارك، مدينة البورك. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

الأنصاري، بدر. (1998). التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات. الكويت: جامعة الكويت. باليد، أحمد. (2009). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى عينة من المرشدين المدرسيين بمراحل التعليم العام. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة أم القرى، مكة، المملكة العربية السعودية.

بركات، زياد. (2006). التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة: دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات. جامعة القدس المفتوحة، منطقة طولكرم التعليمية، فلسطين.

بن حميد، شعاع بنت هندي. (2019). الدوجماتية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة وتقدير الذات، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

بن محمد، عبد الهادي. (2013). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة البحرين، البحرين.

بني خالد، محمد. (2010). التكيف الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت. مجلة جامعة النجاح للأبحاث-العلوم الإنسانية، 2(24): 123-

بني مصطفى، منار، ومقالدة، تامر. (2014). الحكم الأخلاقي وعلاقته بمستوى التفاؤل والتشاؤم

لدى طلبة جامعة اليرموك. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 10(4): 31-44.

جامعة القدس المفتوحة. (2020). *تعميمات التعيين الإلكتروني. منشورات مركز التعليم المفتوح، رام الله، فلسطين.*

جنبي، كمال. (2019). *التعليم الإلكتروني والتعليم عن بعد. مؤسسة نور للكتب الإلكترونية، متوافر*

بتاريخ 2020/11/12 على: <https://www.noor-book.com>.

الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. (2017). *النتائج الأولية لتعداد العام للسكان والمساكن*

والمنشآت 2017. رام الله: الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. متوافر بتاريخ 24 كانون

ثاني 2020:

https://www.ramallah-gis.ps/userfiles/file/Press_Ar_Preliminary_Results_Report-ar-with-tables.pdf

حسين، فريج. (2009). *طرق التدريس في القرن الواحد والعشرين. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.*

حسين، نغم. (2018). *التفاؤل وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية.*

مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، 2(21)، 133-156.

حمادنة، شهاب. (2015). *التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة، في*

ضوء بعض المتغيرات. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، 4(5)، 112-123.

حمائل، ماجد. (2010). *تجربة جامعة القدس المفتوحة في التعليم المدمج. دراسة مقدمة لمؤتمر*

وحدة ابن رشد الثالث بعنوان استخدام التكنولوجيا في التعليم الجامعي والمنعقد في جامعة

بيرزيت، بتاريخ 2010/9/25

حمد، عطا وحمدى، عطوان. (2010). التعليم الإلكتروني: المفاهيم، التكنولوجيا الاستراتيجية،
مجلة جامعة المنصورة، 14(25)، 320-360.

دسوقي، كمال. (1997). ذخيرة تعريفات ومصطلحات وأعلام علم النفس. القاهرة: الدار الدولية
للنشر والتوزيع.

رياح، ماهر حسن. (2004). التعلم الإلكتروني. عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.

الرفوع، محمد والقرارة، أحمد. (2004). التكيف وعلاقته بالتحصيل بالدراسي: دراسة ميدانية لدى
طالبات تربية الطفل بكلية الطفلية الجامعية التطبيقية في الأردن. مجلة جامعة دمشق، 20
(2)، 119-146.

زعابطة، سرين. (2011). علاقة التفاؤل غير واقعي بسلوك السياقة الصحي لدى السائقين. (رسالة
ماجستير غير منشورة)، جامعة باتنة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، الجزائر.

زغير، لمياء. (2019). التكيف الأكاديمي وعلاقته بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة الجامعة. مجلة
الطريق للتربية والعلوم الاجتماعية، الجامعة المستنصرية، 6(3)، 143-166.

الزكي، أحمد عبد الفتاح. (2006). التعليم الإلكتروني ضرورة ملحة في عصر تكنولوجيا المعلومات
والاتصالات. مجلة الجندول، (28)، 5-9.

الزيود، خالد. (2010). دراسة بعض المدركات الرياضية الخاطئة لدى طلاب وطالبات الجامعات
الأردنية. مجلة أسيوط لفنون وعلوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط،
31(1)، 239-266.

سالم، أحمد. (2004). تكنولوجيا التعلم والتعليم الإلكتروني في التعليم الجامعي باستخدام التعليم
الإلكتروني مع نموذج مقترح. ورقة عمل مقدمة (لندوة مدرسة المستقبل) 24 أكتوبر، 2002،

كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية.

سعادة، جودت والسرطاوي، فايز. (2003). استخدام الحاسوب والانترنت في ميادين التربية والتعليم. عمان: دار الشروق.

السنوسي، محمد أحمد. (2014). فاعلية مقرر إلكتروني قائم على معايير الجودة لتنمية بعض المهارات المهنية في تدريس اللغة الإنجليزية لدى طلاب كلية التربية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، القاهرة، مصر.

سهاونة، رسمي. (1989). أنماط التكيف الأكاديمي لدى طلبة كليات المجتمع الحكومية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

السهل، علي والعبدالله، محمد. (2009). التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من الشباب الجامعي في بعض دول مجلس التعاون الخليجي (الكويت، قطر، البحرين). المجلة التربوية-مجلس النشر العلمي/ جامعة الكويت، 23 (91)، 57-13.

سيلجمان، محمد. (2006). السعادة الحقيقية. الرياض: مكتبة جرير.

شاهين، محمد أحمد. (2017). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة في فلسطين وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والنفسية-جامعة جرش، 18(2)، 75-102.

شاهين، محمد أحمد. (2019). نظريات الشخصية. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

شاهين، محمد أحمد والمصري، إبراهيم وطموني، عبد الرحمن. (2020). مستوى الضغوط النفسية والاجتماعية وأساليب مواجهتها لدى عينة من الفلسطينيين الواقعين تحت الحجر المنزلي بسبب

فيروس كورونا "COVID 19"، مجلة العلوم التربوية-جامعة الكويت، 137(1)، 339-382.

شرارة، عبد اللطيف. (1981). المدرسة النفسية تطلب على التشاؤم. بيروت: دار أحياء العلوم للنشر والتوزيع.

الشريف، محمد محارب. (2016). اتجاهات طلبة جامعة شقراء نحو التعليم الإلكتروني. مجلة كلية

التربية، جامعة الأزهر، 35 (168)، 891-930.

شعثان، خضر وبن لكحل، سمير. (2015). التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض

المتغيرات. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 11(2)، 122-152.

الصغير، محمد. (2001). التكيف الاجتماعي للطلاب الوافدين "دراسة تحليلية مطبقة على الطلاب

الوافدين في جامعة الملك سعود بالرياض. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية

والإنسانية، 13(1)، 30-54.

ضيبي، زاهية وسويح، نجاه. (2017). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى عينة

من طلبة علم النفس بجامعة الجلفة. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة زيان عاشور

بالجلفة، الجزائر.

العادلي، زاهية وناصر، أشواق. (2017). الابتكار الانفعالي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة

كلية التربية الأساسية. مجلة كلية التربية الأساسية- الجزائر، 23(97)، 851-921.

عبد الخالق، أحمد. (1996). دليل تعليمات القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم. الإسكندرية: دار

المعرفة الجامعية.

عبد الرحمن، بندر. (2018). أثر التعليم الإلكتروني في تحسين مهارات التعلم الذاتي. مجلة الجامعة

الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية-جامعة حائل، 1(28)، 111-161.

عبد العزيز، سوزان. (2011). التفاؤل والتشاؤم. نشر في 17 مارس/2017

عبد الله، محمد قاسم. (2001). مدخل إلى الصحة النفسية. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر

والتوزيع.

العنوم، عدنان يوسف. (2004). علم النفس المعرفي: النظرية والتطبيق. عمان: دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع.

علي، إسماعيل وعبد الرحمن، شذى. (2016). التمركز حول الذات وعلاقته بالتكيف الأكاديمي. مجلة البحوث التربوية والنفسية-جامعة بغداد، 13(49): 299-331.

العمرى، نادية. (2017). التكيف الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. مجلة كلية التربية- جامعة الأزهر، 1(173)، 356-532.

عون، عوض. (2012). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الاقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 20(2)، 53-93.

القاسم، جمال مثقال. (2000). علم النفس التربوي. عمان- الأردن: دار الصفاء للطباعة والنشر والتوزيع.

القضاة، علي منعم. (2020). التعليم الإلكتروني. صحيفة السوسنة- صحيفة حرة مستقلة (إلكترونية)، متوافر بتاريخ 1 كانون ثاني 2020:

<https://www.assawsana.com/portal/pages.php?newsid=458027>

القضاة، محمد أمين. (2007). درجة تكيف الطلبة العمانيين مع البيئة الثقافية في الجامعات الأردنية وعلاقتها بالتحصيل وبعض المتغيرات الأخرى. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 7(2): 97-

. 116

القيسي، لما وأبو البصل، نغم. (2017). الرضا عن الحياة وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية الأميرة رحمة بالأردن. مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة الطفيلية التقنية، الأردن، 1(18):

.350-301

الكريديس، ريم والعمري، نادية. (2020). التفاوض والتشاور لدى عينة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (40): 552-655.

الليل، جمل وجعفر، محمد. (1993). دراسة بعض المتغيرات المرتبطة بالتوافق مع المجتمع الجامعي لطلاب وطالبات جامعة الملك فيصل. *المجلة العربية للتربية*، 1(13): 188-220.

المجالي، عرين وعبد القادر، باجس. (2006). العلاقة بين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وبين كل من العزو السببي التحصيلي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي للطلبة الموهوبين والمتفوقين بدولة الإمارات العربية المتحدة. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة عمان العربية، كلية العلوم التربوية، تخصص تربية خاصة، عمان، الأردن.

محي الدين، سارة. (2004). التكيف الأكاديمي لدى طلاب جامعة الخرطوم وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة السودان، السودان. محيسن، عون. (2012). التفاوض والتشاور لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 20(2): 93-53.

محيسن، عون. (2018). التفاوض والتشاور لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 2(20): 222-332.

المرابحة، عامر. (2019). مستوى التكيف الأكاديمي لدى عينة من طلبة الطب البشري في جامعة الخليج العربي في ضوء متغيري النوع والجنسية. *مجلة البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية*، 38(2): 403-434.

مرشود، صباح منوخ. (2015). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية*، 22(12)، 301-230.

ميرة، أمل. (2012). المناخ الأسري وعلاقته بالتكيف الأكاديمي عند طلبة جامعة بغداد. مجلة

البحوث التربوية والنفسية، 12(1): 249-272.

ميرسر، مايكل وترويانى، ماريا. (2005). التفاوض التلقائي. الرياض: مكتبة جرير.

ناصر، أماني. (2006). التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيلاً في مادة اللغة

الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية

التربية، جامعة دمشق، دمشق، سوريا.

نصر الدين، جابر. (2014). أبعاد عملية التكيف النفسي-الاجتماعي. أبحاث نفسية وتربوية 3(1):

29-5.

النصراوي، حيدر وكامل، مهدي. (2018). قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة. جامعة

بغداد، العراق.

النعمة، ابراهيم. (2011). التفاؤل والتشاؤم في القرآن والسنة. مجلة بيتنا-الهيئة العامة للبيئة،

116-130: (3)14.

نهدي، سعاد. (2014). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بارضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين

بجامعة ورقلة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة ورقلة، الجزائر.

النواصرة، فيصل والهوراني، صفاء. (2018). مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى الموهوبين والعاديين

من طلبة المدارس في محافظة عجلون وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي. مجلة ماجما، 2(25):

152-197.

النور، نور. (2012). التكيف المدرسي ومفهوم الأكاديمي وعلاقتهما ببعض المتغيرات لدى طلبة

المرحلة الثانوية بولاية الخرطوم-دراسة ميدانية. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، معهد بحوث

ودراسات العالم الإسلامي، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان.

هريدي، عادل. (2011). نظريات الشخصية، القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع، مصر.

- Alabbad, A. (2016). The Use of Computerized Educational Instruction in Iraqi Secondary Schools from Teachers Viewpoints. **The Arab Journal of Sciences & Research**, 2(6): 242-258.
- Abood, M., Alharbi, B., Mhaidat, F., & Gazo, A. (2020). The Relationship between Personality Traits, Academic Self-Efficacy and Academic Adaptation among University Students in Jordan. **International Journal of Higher Education**, 9(3), 120-128.
- Adhalambo, W. Odwar, A., & Mildred, A. (2011). The Relationship among School Adjustment Gender and Academic Achievement Amongst Secondary School Students in Kisumu District Kenya. **Journal of Educational Research and Policy Studies**, 2(6): 493-497.
- Al-Badarin, G. and Ghaith, S. (2013). Parental methods and methods of identity and academic adjustment as students of academic self-efficacy among students of Hashemite University, **Jordanian Journal of Educational Sciences**, 9(1): 65-87.
- Angler, B. (2009). **Personality Theories: Eighth Edition**, Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.
- Avey, J., Luthans, F., & Youssef, C. (2010). The Additive Value of Positive Psychological Capital in Predicting Work Attitudes and Behaviors. **Journal of Management**, 36(2), 381-404.
- Basilaia, G., & Kvavadze, D. (2020). Transition to Online Education in Schools during a SARS-CoV-2 Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Georgia. **Pedagogical Research**, 5(4), em0060. <https://doi.org/10.29333/pr/7937> Retrieved, 27/5/2020.
- Boman, P., & Mergler, A. (2014). Optimism: What is it and its relevance in the school context. In M. J. Furlong, R. Gilman, & E. S. Heubner (Eds.), **Handbook of positive psychology in the schools** (2nd ed., pp. 51-66). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Cankaya, E. M. (2016). **The Role of Hope and Optimism on Graduate Students' Academic Performance, Physical Health and Well-Being** (Doctoral dissertation).

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. **Trends in Cognitive Sciences**, **18**(6), 293-299. doi: 10.1016/j.tics.2014.02.003.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. **Clinical Psychology Review**, **30**(7), 879-889. doi: 10.1016/j.cpr.2010.01.006.
- Chiheb, R., Faizi, R., Elafia, A., & Ensias, M. (2011). Using objective online testing tools to assess students' learning: Potentials and limitations. **Journal of Theoretical and Applied Information Technology**, **24**(1): 69-72.
- Danielsen, A. G., Wiium, N., Wilhelmsen, B. U., & Wold, B. (2010). Perceived support provided by teachers and classmates and students' self-reported academic initiative. **Journal of School Psychology**, **48**(3), 247-267. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.jsp.2010.02.002.
- Davies, P. (2010). Computerized peer assessment. **Innovations in education and training international**, **37**(4): 346-355.
- Dehaene, S., Spelke, E., Pinel, P., Stanescu, R., & Tsivkin, S. (1999). Sources of mathematical thinking: **Behavioral and brain-imaging evidence**. **Science**, **284**(5416): 970-974.
- Domino, B., & Conway, D. W. (2001). Optimism and pessimism from a historical perspective. In E. C. Chang (Ed.), **Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice** (pp. 13-30). Washington, DC: American Psychological Association.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J., & Pressman, S. D. (2013). Optimism is universal: Exploring the presence and benefits of optimism in a representative sample of the world. **Journal of Personality**, **81**(5), 429-440. doi:10.1111/jopy.12026.
- Gonta, I., & Bulgac, A. (2019). The Adaptation of Students to the Academic Environment in University. **Romanian Journal for Multidimensional Education**, **11**(3):233-255.
- Harper, S. R. & Quaye, J. (2015). **Student engagement in higher education: Theoretical perspectives and practical approaches for diverse populations (2nd ed)**. New York, NY: Routledge.
- Harrison, P. & Raineri, G. (2008). **Best Practices in the Assessment of adaptive Behavior**. In Thomas & Grimes. J. (Eds.), *Best Practices in school psychology* (5th ed.) (pp. 605–616). Bethesda, MD: NASP Press.

- Jean, N., Claudia, G., & Claudia, B. (2015). Relationship between Subjective Well-being, Optimism and Demographic Variables in College Students of University of San Luis Potosi in Mexico. **Universitas Psychological**, 13(3): 1038-1098.
- Kimhi, S., Eshel, Y., & Shahar, E. (2013). Optimism as a predictor of the effects of laboratory-induced stress on fears and hope. **International Journal of Psychology**, 48(4): 641-648.
- Lent, R., Taveira, M., Sheu, H. & Singley, D. (2009). Social cognitive predictors of academic adjustment and life satisfaction in Portuguese. College students: A longitudinal analysis. **Vcal-Behave**, 74, 190-198. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2008.12.006>.
- McGhie, V. (2017). Entering university studies: identifying enabling factors for a successful transition from school to university. **High Educe**.2 (73): 407-422.
- Nyamayaro, P. & Saravanan, C. (2013). The relationship between adjustment and negative emotional states among first-year medical students. **Asian Journal of Social Sciences & Humanities**, 2(3), 2070-278.
- Pajares, F. (2001). Toward a positive psychology of academic motivation. **Journal of Educational Research**, 95(1): 27-35.
- 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. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2014.03.002>.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. **American Psychologist**, 55(1), 44-55. doi:10.1037/0003-066X.55.1.44.
- Quan, L., Zhaen, R., & Benxian, B. (2014). The effects loneliness and coping on academic adjustment among college freshmen. **Social Behavior and Personality**. 42(6): 969-978.
- Rand, K. L. (2009). Hope and optimism: Latent structures and influences on grade expectancy and academic performance. **Journal of Personality**, 77(1), 231-260. doi:10.1111/j.1467-6494.2008.00544.x.
- Rand, K. L., Martin, A., D., & Shea, A. M. (2011). Hope, but not optimism, predicts academic performance of law students beyond previous academic achievement. **Journal of Research in Personality**, 45(6), 683-686. doi:10.1016/j.jrp2011.08.004.

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. **Cognitive Therapy and Research**, 16(2): 201-228. doi:10.1007/bf01173489.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. **American Psychologist**, 55, 5–14.
- Sevinç, S., & Gizir, C. A. (2014). Factors Negatively Affecting University Adjustment from the Views of First-Year University Students: The Case of Mersin University. **Educational Sciences: theory and practice**, 14(4): 1301-1308.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. **Psychological Inquiry**, 13(4), 249-275. doi:10.1207/S15327965PLI1304_01.
- Snyder, C., Feldman, D. B., Taylor, J. D., Schroeder, L. L., & Adams, V. H. (2000). The roles of hopeful thinking in preventing problems and enhancing strengths. **Applied and Preventive Psychology**, 9(4): 249-269. doi:10.1016/s0962-1849(00)80003-7.
- Solberg Nes, L., Evans, D. R., & Segerstrom, S. C. (2009). Optimism and college retention: Mediation by motivation, performance, and adjustment. **Journal of Applied Social Psychology**, 39(8): 1887-1912. doi:10.1111/j.1559-1816.2009.00508.x.
- Tinto, V. (1996). **Reconstructing the first year of college**. Plan. Higher Edu, 25, 1-6.
- Weinstein, N. D. (1980). Unrealistic optimism about future life events. **Journal of Personality and Social Psychology**, 39(5): 792-806.
- Titthasiri, W. (2013). A comparison of E-Learning and Traditional learning: Experimental Approach. **International Journal of Information Technology & Computer Science (IJITCS)**, 12(3), 67-82.
- Yamawaki, N., Tschanz, B., & Feick, D. (2004). Defensive pessimism, self-esteem instability, and goal strivings. **Cognition and Emotion**, 18(2): 233-249.
- Youngman, M. (1979). Assessing Behavioral Adjustment to school. **British Journal of Educational Psychology**, 49(3): 258-264.
- Zhang, W. (2009). **Academic adaptation experiences of Chinese graduate students at J.F. Oberlin University**. (Unpublished master dissertation), Oslo University, Norway.nt.

المواقع الإلكترونية:

الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية، <https://www.who.int/ar>، الخميس 2020/7/23 الساعة

AM2.45

<https://jordan.sahafahn.net/show8095820.html>، الثلاثاء 2020/6/23 الساعة 11:20 pm

،السبت 27/6/2020 الساعة 3:00 am <https://snd.ps/post/25256/>

https://www.alhaya.ps/ar_page.php?id=4d83ffby81281019Y4d83ffb

"Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it" منظمة

الصحة العالمية. مؤرشف من الأصل في 16 مايو 2020. الأحد 2021/3/14 الساعة 12:00 am

<https://www.un.org/ar/115986> اليوم الجمعة، الساعة 10.30.

الملاحق

أ. أدوات الدراسة قبل التحكيم

ب. قائمة المحكمين

ت. أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)

ث. أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

ج. كتاب تسهيل مهمة

الملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الأستاذ الدكتورالمحترم/ة.

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا". ولما كنتم من أهل العلم والدراية والاهتمام في هذا المجال، فإنني أتوجه إليكم لإبداء آرائكم وملاحظاتكم القيمة في تحكيم فقرات مقياسي الدراسة الحالية، من حيث مناسبتها لقياس ما وضعت لقياسه، ووضوح الفقرات وسلامة صياغتها اللغوية، وإضافة أي تعديل مقترح ترونه مناسباً، من أجل إخراج هاتين الأداتين بالصورة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: عبير ریحان محمد شاهين

بإشراف: أ. د. محمد أحمد شاهين

بيانات المحكم:

اسم المحكم	الجامعة	الرتبة العلمية	التخصص

أولاً- مقياس التكيف الأكاديمي

التكيف الأكاديمي: "هو نتاج لتفاعل الطالب مع المواقف المختلفة، وعملية التكيف الأكاديمي للطالب محطة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية، والقدرة التحصيلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام التعليمي، والحالة النفسية للطالب، والظروف الأسرية بشكل عام" (القضاة، 2007: 97-116).

سيطور هذا المقياس بهدف استخدامه كأداة موضوعية في تشخيص التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتقاول والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، وبالإستعانة بمقياس التكيف الأكاديمي في دراسة (حمادنة، 2015). وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورته الأولية. وقد شمل المقياس في صورته الأولية (43) فقرة، تشمل على ثلاثة بدائل: (نعم، غير متأكد، لا).

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة		ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
		ملائمة	غير ملائمة	ملائمة	غير مناسبة	مناسبة	غير مناسبة	
1	+	هل أظهرت اهتماماً كافياً لاختيارك لموضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟						
2	-	هل كان عندك ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم تتمكن من التركيز على التخصص الدراسي الذي اخترته في الكلية؟						
3	+	هل فكرت أو تفكر في تغيير موضوع تخصصك الدراسي؟						
4	+	هل وجدت الانتقال من المرحلة الجامعية إلى الدراسات العليا أمراً صعباً ومزعجاً لك؟						
5	+	هل الدراسة في العادة أمر ممتع بالنسبة لك؟						
6	+	هل لديك دوافع قوية تجعلك تقبل على دراسة المساقات المقررة في الخطة الدراسية؟						
7	-	هل تشعر أنك تجبر على دراسة مواد في المساقات لا تحبها أو لا تميل إليها؟						
8	+	هل تعتقد بأن المحاضرات التي تأخذها غير مترابطة مع بعضها البعض، أو أنها ليست ذات قيمة عملية بالنسبة لك؟						

				هل تعتقد بأن الواجبات المطلوبة منك كثيرة ضمن المساقات التي تدرسها؟	-	9
				هل تشعر بأن أنظمة وتعليمات الجامعة صارمة وتقيد حريتك؟	+	10
				هل تشعر بصدق أنك تحب دراستك في برنامج الماجستير الذي التحقت به؟	+	11
				هل يراودك اعتقاد بأن استمرارك في الدراسة للماجستير مضيعة للوقت؟	-	12
				هل تشعر بأن دوافعك للبقاء في برنامج الماجستير هي دوافع مقنعة وسليمة؟	+	13
				هل قمت بالتخطيط الدقيق لتحديد أهداف معينة لنفسك بحيث تأمل في تحقيقها من خلال دراستك في برنامجك؟	+	14
				في المواضيع التي تدرسها، هل تحاول أن تحصل فيها على علامات أعلى من علامة النجاح؟	+	15
				هل تشعر بأنك لا تقوم بالتخطيط الكامل تجاه واجباتك ومسؤولياتك اليومية، أم أنك لا تولي ذلك الاهتمام الكافي؟	-	16
				هل تشعر بأن ممارسة حياتك العملية تأثرت إيجاباً بسبب التحاقك للدراسة في الماجستير؟	+	17
				هل تشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذك الأمور بالجدية الكافية؟	+	18
				هل تتغير اهتماماتك بسرعة؟	+	19
				هل تستمر في الماجستير بناءً على إلحاح من غيرك بالدرجة الأولى؟	-	20
				هل المشكلات التي تواجهها خارج إطار البرنامج الدراسي كالمشكلات المالية أو العاطفية أو الخلافات العائلية... الخ هي السبب في اهمالك أحياناً لواجباتك الدراسية؟	+	21
				هل تحاول أن تضع لنفسك خطة حياة جيدة؟	-	22
				هل لديك رغبة في التفوق أو الحصول على معدل عال في المساقات التي تدرسها؟	+	23

					هل تشعر بأنك تعرف مكانك في هذا البرنامج الدراسي؟	+	24
					هل تشعر في بعض الأحيان أنك لا تبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور التي لها أهمية خاصة في حياتك الدراسية؟	-	25
					هل تعتبر نفسك شخصاً متكيفاً تماماً بحياتك الدراسية؟	+	26
					هل تشعر بأن معظم أساتذتك عادلين أو غير متحيزين في معاملتهم معك كعدالتهم في العلامات التي يعطونك إياها مثلاً؟	+	27
					هل تتردد ولا ترغب في أن تطلب أو تسأل أساتذك ليوضح لك بعض النقاط الغامضة في الدرس؟	-	28
					هل تشعر بأن أساتذتك يسخرون منك أو يحقدون عليك؟	-	29
					هل تشعر بأن بعض الأساتذة يعاملون بعض الطلبة معاملة تختلف عن معاملة بقية الطلبة في المحاضرة؟	-	30
					هل تشعر بأن بعض أساتذتك مستبدين ومتعالين في علاقاتهم مع الطلبة؟	-	31
					هل تجد أن بعض الأساتذة يتعمدون وضعك في مواقف تشعر فيها بالارتباك حتى يستمتعوا بذلك؟	-	32
					هل تشعر بعدم الارتياح من الطريقة التي يريد بها بعض أساتذتك لفت انتباهك فيها في المحاضرة؟	-	33
					هل تجد ان تصرفات بعض مدرسيك هي السبب في جعلك لا تقبل على تعلم المواد التي يدرسونها في الكلية؟	-	34
					هل تفضل احيانا المشاركة بالانشاطات اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) ولو على حساب حصصك ودروسك؟	+	35

					هل تتضايق وتزعج من كثرة النصائح والأوامر التي تتلقاها من الأساتذة أو الآخرين بشأن دراستك وأعمالك؟	-	36
					هل تشعر بأن غالبية الأشخاص لا يهتمهم من علاقتهم بك سوى الحصول على منافع خاصة بهم؟	-	37
					هل تشعر في الغالب بعدم الرضا لامتناك للتعليمات والأنظمة المتعلقة بالمحافظة على النظام في الكلية؟	+	38

ثانياً - التفاؤل والتشاؤم

التفاؤل: "هو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، ومنتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك" (الأنصاري، 1998).

التشاؤم: هو توقع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما خلا ذلك إلى حد بعيد" (الأنصاري، 1998)، وبالاستعانة بمقياس التفاؤل والتشاؤم في دراسة ضيفي وسويح (2017)، وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورته الأولية. وقد شمل المقياس في صورته الأولية (30) فقرة، وتُصحح الاستجابات وفق تدرج ليكرت الخماسي، كالآتي: دائماً (1)، غالباً (2)، أحياناً (3)، نادراً (4)، أبداً (5) درجات.

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة	ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
أولاً- التفاؤل							
1	+	تبدو الحياة جميلة بالنسبة لي					
2	+	أشعر أن غداً سيكون يوماً مشرقاً					
3	+	أتوقع أن تتحسن الأمور في المستقبل					
4	+	أنا أنظر إلى المستقبل على أنه سعيد					
5	+	أتوجه نحو الحياة مفعماً بالحل والتفاؤل					
6	+	الزمن يخبئ لي المفاجآت السارة					
7	+	ستصبح حياتي سعيدة على نحو متزايد					
8	+	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس					
9	+	أرى إن المساندة تأتي إلي تقريباً					
10	+	أتوقع الأفضل من الحياة					

					أرى الجانب المشرق من الأشياء	+	11
					أفكر بأشياء سارة ومبهجة	+	12
					الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم سوف	+	13
					أنظر بتفاؤل كبير بشأن المستقبل	+	14
					أتوقع أن يكون غداً أفضل من اليوم	+	15
ثانياً - التشاؤم							
					خبرتي تقول لي أن الحياة مظلمة مثل الليل	-	16
					لدي القليل من الحظ في هذه الحياة	+	17
					أشعر أنني المخلوق الأكثر بؤساً	+	18
					مستقبلي سيصبح أكثر ظلمة	+	19
					المصائب تطرق لي باستمرار	+	20
					أنا اتجه لأكون بانئساً وتعبساً	+	21
					أنا يائس من هذه الحياة	+	22
					كثير من المخاوف تجعلني أشعر أنني أموت	+	23
					أنا انتظر أن يحدث أسوأ الأحداث	+	24
					تخيفني الأشياء المؤسفة التي قد تحدث لي	+	25
					أتوقع أن أعيش حياة بانئسة في المستقبل	+	26
					لدي شعور غامر بأنني سأفصل قريباً عن	+	27
					تخيفني الأحداث السارة لأنه سيتبعها دوماً	+	28
					يبدو لي أن الشخص سيء الحظ سيبقى غير	+	29
					أشعر كما لو أن الكوارث قد وجدت لأجلي	+	30

مع بالغ شكري

الباحثة

الملحق (ب): قائمة المحكمين

الرقم	الاسم	الرتبة	التخصص	الجامعة
1	أ. د. حسني عوض	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس
2	أ. د. مجدي زامل	أستاذ	أصول التربية	جامعة القدس
3	أ. د. محمد الطيبي	أستاذ	إدارة وتخطيط تربوي	جامعة القدس
4	أ. د. سامي أبو اسحق	أستاذ	صحة نفسية	جامعة القدس
5	أ. د. محمد عبد الفتاح شاهين	أستاذ	مناهج وأساليب تدريس	جامعة القدس
6	أ. د. يوسف ذياب عواد	أستاذ	صحة نفسية	جامعة القدس
7	د. عمر الريماوي	أستاذ مشارك	علم نفس	جامعة القدس
8	د. فايز محاميد	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة النجاح
9	د. فاخر الخليلي	أستاذ مساعد	علاج نفسي	جامعة النجاح
10	د. إبراهيم المصري	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة الخليل

الملحق (ت): أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الأستاذ الدكتورالمحترم/ة.

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا". ولما كنتم من أهل العلم والدراية والاهتمام في هذا المجال، فإنني أتوجه إليكم لإبداء آرائكم وملاحظاتكم القيمة في تحكيم فقرات مقياسي الدراسة الحالية، من حيث مناسبتها لقياس ما وضعت لقياسه، ووضوح الفقرات وسلامة صياغتها اللغوية، وإضافة أي تعديل مقترح ترونه مناسباً، من أجل إخراج هاتين الأداتين بالصورة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحثة: عبير ریحان محمد شاهين

بإشراف: أ. د. محمد أحمد شاهين

بيانات المحكم:

اسم المحكم	الجامعة	الرتبة العلمية	التخصص

أولاً- مقياس التكيف الأكاديمي

التكيف الأكاديمي: "هو نتاج لتفاعل الطالب مع المواقف المختلفة، وعملية التكيف الأكاديمي للطالب محطة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية، والقدرة التحصيلية، والميول التربوية، والاتجاهات نحو النظام التعليمي، والحالة النفسية للطالب، والظروف الأسرية بشكل عام" (القضاة، 2007: 97-116).

سيطور هذا المقياس بهدف استخدامه كأداة موضوعية في تشخيص التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتقاول والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا، وبالإستعانة بمقياس التكيف الأكاديمي في دراسة (حمادنة، 2015). وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورته الأولية. وقد شمل المقياس في صورته الأولية (43) فقرة، تشمل على ثلاثة بدائل: (نعم، غير متأكد، لا).

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة		ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
		ملائمة	غير ملائمة	ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	+	اخترت موضوع تخصصي الدراسي في الكلية بناءً على اهتمام كافي مسبقاً						
2	-	كان لدي ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم أتمكن من التركيز على التخصص الدراسي الذي اخترته في الكلية						
3	+	فكرت عدة مرات في تغيير موضوع تخصصي الدراسي						
4	+	وجدت الانتقال من المرحلة الجامعية إلى الدراسات العليا أمراً صعباً علي						
5	+	الدراسة والمطالعة في العادة أمر ممتع بالنسبة لي						
6	+	لدي دوافع قوية تجعلني أقبل على دراسة المساقات المقررة في الخطة الدراسية						
7	-	أشعر أنني مجبر/ة على دراسة مواد في المساقات باستخدام التعليم الإلكتروني						
8	-	أعتقد بأن المحاضرات التي أخذها غير مترابطة مع بعضها البعض						
	-	أعتقد بأن المحاضرات التي أخذتها ليست ذات قيمة علمية بالنسبة لي						

					أعتقد أن الواجبات المطلوبة مني كثيرة ضمن المساقات التي أدرسها إلكترونياً	-	9
					أشعر بأن أنظمة وتعليمات الجامعة صارمة وتقييد حريتي	-	10
					أشعر بصدق أنني أحب دراستي في برنامج الماجستير الذي التحقت به	+	11
					يرادوني اعتقاد بأن استمراري في الدراسة للماجستير مضيعة للوقت	-	12
					أشعر بأن دوافعي للبقاء في برنامج الماجستير هي دوافع مقنعة وسليمة	+	13
					قمت بالتخطيط الدقيق لتحديد أهداف معينة لنفسي بحيث أسعى إلى تحقيقها من خلال دراستي في البرنامج	+	14
					لدي رغبة في التفوق والحصول على معدل تراكمي مرتفع في المساقات التي أدرسها	+	15
					أشعر بأنني لا أقوم بالتخطيط والاهتمام الكافي تجاه واجباتي ومسؤولياتي الدراسية	-	16
					أشعر بأن ممارسة حياتي العملية تأثرت إيجاباً بسبب التحاق بالدراسة في برنامج الماجستير	+	17
					أشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذ الأمور الجدية الكافية	+	18
					تتغير اهتماماتي تجاه الدراسة بسرعة دون تخطيط	-	19
					أستمر في الماجستير بناءً على إلحاح من غيري بالدرجة الأولى	-	20
					المشكلات التي تواجهني خارج إطار البرنامج الدراسي (المشكلات المالية، أو العاطفية، أو الخلافات العائلية... الخ) هي السبب في إهمالي أحياناً لواجباتي الدراسية	+	21
					أحاول أن أضع لنفسني خطة حياة جيدة تراعي التغييرات بسبب تحول النظام التعليمي إلى الإلكتروني	+	22
					أشعر بأنني أعرف مكاني وقدرتي في هذا البرنامج الدراسي	+	23

					أشعر في بعض الأحيان أنني لا أبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور التي لها أهمية خاصة في حياتي الدراسية	-	24
					أعتبر نفسي شخصاً متكيفاً تماماً مع حياتي الدراسية	+	25
					أشعر بأن معظم أساتذتي عادلين وغير متحيزين في معاملتهم معي كعدالتهم في العلامات التي يعطونني إياها مثلاً	+	26
					أتردد في أن أطلب أو أسأل أساتذتي ليوضح لي بعض النقاط الغامضة في المحاضرة	-	27
					أشعر بأن أساتذتي يسخرون مني إذا أعطيت رأياً يؤشر أنني غير متابعة للمحاضرة الإلكترونية	-	28
					أشعر بأن بعض الأساتذة يعاملون بعض الطلبة معاملة تختلف عن معاملة بقية الطلبة في المحاضرة	-	29
					أشعر بأن بعض الأساتذة متعالين في علاقاتهم مع الطلبة	-	30
					أجد أن بعض الأساتذة يتعمدون وضعي في مواقف أشعر فيها بالارتباك حتى يستمتعون بذلك	-	31
					أشعر بعدم الارتياح من الطريقة التي يريد بها بعض الأساتذة لفت انتباهي فيها في المحاضرة	-	32
					أجد أن تصرفات بعض الأساتذة هي السبب في جعلي لا أقبل على تعلم المساقات التي يدرسونها في الكلية	-	33
					أفضل المشاركة في الأنشطة اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) حتى لو كان ذلك على حساب دراستي	-	34
					أضايق وأنزعج من كثرة النصائح والأوامر التي أتلقاها من الأساتذة أو الآخرين بشأن دراستي وعملي	-	35
					أشعر بأن غالبية زملائي في الدراسة لا يهتمون بعلاقتهم بي سوى الحصول على منافع خاصة بهم	-	36
					أشعر بعدم الرضا لامثالي للتعليمات والأنظمة المتعلقة بالمحافظة على النظام في الكلية	+	37
					أشعر بالارتياح أثناء التحاقني بالصفوف الافتراضية لحضور المحاضرات	+	38
					أرى أن نظام الامتحانات مريح لي ضمن متطلبات التعليم الإلكتروني	+	39

ثانياً- التفاؤل والتشاؤم

التفاؤل: "هو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك" (الأنصاري، 1998).

التشاؤم: هو توقع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما خلا ذلك إلى حد بعيد" (الأنصاري، 1998)، وبالاستعانة بمقياس التفاؤل والتشاؤم في دراسة ضيفي وسويح (2017)، وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورته الأولى. وقد شمل المقياس في صورته الأولى (30) فقرة، وتُصحح الاستجابات وفق تدرج ليكرت الخماسي، كالاتي: دائماً (1)، غالباً (2)، أحياناً (3)، نادراً (4)، أبداً (5) درجات.

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة				التعديل المقترح إن وجد
		ملائمة	غير ملائمة	صياغة الفقرة	ملائمة	
أولاً- التفاؤل						
1	+			تبدو الحياة جميلة بالنسبة لي رغم وجود		
2	+			أشعر أن غداً سيكون يوماً مشرقاً		
3	+			أتوقع أن تتحسن الأمور في المستقبل		
4	+			أنا أنظر إلى المستقبل على أنه سعيد		
5	+			أتوجه نحو الحياة مفعماً بالأمل والتفاؤل		
6	+			الزمن يخبئ لي المفاجآت السارة		
7	+			ستصبح حياتي سعيدة على نحو متزايد		
8	+			أؤمن بأن: لا يأس مع الحياة ولا حياة مع		
9	+			أرى أن الأمور الجيدة ستأتي إلي قريباً		
10	+			أتوقع الأفضل من الحياة بعد انتهاء هذه		
11	+			أرى الجانب المشرق من الأشياء		
12	+			أفكر بأشياء سارة ومبهجة حتى في هذا		
13	+			الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم سوف		
14	+			أنظر بتفاؤل كبير بشأن المستقبل		
15	+			أتوقع أن يكون غداً أفضل من اليوم		
ثانياً- التشاؤم						
16	+			أعتقد أن الحياة لن تعود إلي ما كانت عليه		
17	+			لدي القليل من الحظ في هذه الحياة		

					أشعر أنني المخلوق الأكثر بؤساً بين مكن	+	18
					مستقبلي سيصبح أكثر ظلمة	+	19
					المصائب تطرق لي باستمرار	+	20
					أنا أتجه لأكون بانئساً وتعبياً	+	21
					أنا يائس من هذه الحياة	+	22
					كثير من المخاوف تجعلني أشعر أنني أموت مئة مرة في اليوم	+	23
					أنا انتظر أن يحدث أسوأ الأحداث	+	24
					تخيفني الأشياء المؤسفة التي قد تحدث لي في	+	25
					أتوقع أن أعيش حياة بانئسة في المستقبل	+	26
					لدي شعور غامر بأنني سأنفصل قريباً عن الناس الذين أحبهم	+	27
					تخيفني الأحداث السارة لأنه سيتبعها دوماً	+	28
					يبدو لي أن الشخص سيء الحظ سيبقى غير	+	29
					أشعر كما لو أن الكوارث قد وجدت من أجلي	+	30

مع بالغ شكري

الباحثة

الملحق (ث): أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

عزيزي الطالب.... عزيزتي الطالبة.....

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: " التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا-جامعة القدس المفتوحة. لذا، أرجو منك التعاون في تعبئة هذه الاستبانة بما يتوافق مع وجهة نظرك، علماً بأن بيانات الدراسة هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيراعى الحفاظ على سريتها، ولا يطلب منك كتابة اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك.

البيانات الشخصية:

A1	الجنس	1- () ذكر 2- () أنثى
A2	مجال التخصص	1- () التخصصات التربوية 2- () التخصصات في مجال العلوم الإدارية 3- () غير ذلك من التخصصات
A3	الحالة الاجتماعية	1- () أعزب 2- () متزوج 3- () غير ذلك (مطلق/أرمل)

مقياس التكيف الأكاديمي:

الرجاء وضع الإشارة (X) في المربع المناسب:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	كان لدي ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم أتمكن من التركيز على التخصص الدراسي الذي اخترته					
2	فكرت عدة مرات في تغيير موضوع تخصصي الدراسي					
3	وجدت الانتقال من المرحلة الجامعية إلى الدراسات العليا أمراً صعباً علي					
4	أعتقد بأن المحاضرات التي أخذها غير مترابطة مع بعضها البعض					
5	أعتقد بأن المحاضرات التي أخذتها ليست ذات قيمة علمية					
6	أعتقد أن الواجبات المطلوبة مني كثيرة ضمن المساقات التي أدرسها إلكترونياً					
7	أشعر بأن أنظمة وتعليمات الجامعة صارمة وتقيد حريتي					
8	يراودني اعتقاد بأن استمراري في الدراسة للماجستير مضيعة للوقت					
9	أشعر بأن دوافعي للبقاء في برنامج الماجستير هي دوافع مقنعة وسليمة					
10	قمت بالتخطيط الدقيق لتحديد أهداف معينة لنفسي بحيث أسعى إلى تحقيقها من خلال دراستي في البرنامج					
11	أشعر بأنني لا أقوم بالتخطيط والاهتمام الكافي تجاه واجباتي ومسؤولياتي الدراسية					
12	أشعر بأن ممارسة حياتي العملية تأثرت إيجاباً بسبب التحاقني بالدراسة في برنامج الماجستير					
13	أشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذي الأمور بالجدية الكافية					
14	تتغير اهتماماتي تجاه الدراسة بسرعة دون تخطيط					
15	أستمر في الماجستير بناءً على إلحاح من غيري بالدرجة الأولى					
16	المشكلات التي تواجهني خارج إطار البرنامج الدراسي (المشكلات المالية، أو العاطفية، أو الخلافات العائلية... الخ) هي السبب في إهمالي أحياناً لواجباتي الدراسية					

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
17	أشعر بأنني أعرف مكاني وقدرتي في هذا البرنامج الدراسي					
18	أشعر في بعض الأحيان أنني لا أبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور التي لها أهمية خاصة في حياتي الدراسية					
19	أعتبر نفسي شخصاً متكيفاً تماماً مع حياتي الدراسية					
20	أتردد في أن أطلب أو أسأل أساتذتي ليوضح لي بعض النقاط الغامضة في المحاضرة					
21	أشعر بأن أساتذتي يسخرون مني إذا أعطيت رأياً يؤشر أنني غير متابعة للمحاضرة الإلكترونية					
22	أشعر بأن بعض الأساتذة يعاملون بعض الطلبة معاملة تختلف عن معاملة بقية الطلبة في المحاضرة					
23	أشعر بأن بعض الأساتذة متعالين في علاقاتهم مع الطلبة					
24	أجد أن بعض الأساتذة يتعمدون وضعي في مواقف أشعر فيها بالارتباك حتى يستمتعوا بذلك					
25	أشعر بعدم الارتياح من الطريقة التي يريد بها بعض الأساتذة لفت انتباهي فيها في المحاضرة					
26	أجد أن تصرفات بعض الأساتذة هي السبب في جعلي لا أقبل على تعلم المساقات التي يدرسونها في الكلية					
27	أفضل المشاركة في الأنشطة اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) حتى لو كان ذلك على حساب دراستي					
28	أتضايق وأنزعج من كثرة النصائح والأوامر التي ألقاها من الأساتذة أو الآخرين بشأن دراستي وعملي					
29	أشعر بعدم الرضا لامتثالي للتعليمات والأنظمة المتعلقة بالمحافظة على النظام في الكلية					

مقياس التفاؤل والتشاؤم

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
أولاً - التفاؤل						
1	تبدو الحياة جميلة بالنسبة لي رغم وجود جائحة كورونا					
2	أشعر أن غداً سيكون يوماً مشرقاً					
3	أتوقع أن تتحسن الأمور في المستقبل					

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
4	أنا أنظر إلى المستقبل على أنه سعيد					
5	أتوجه نحو الحياة مفعماً بالأمل والتفاؤل					
6	الزمن يخبئ لي المفاجآت السارة					
7	ستصبح حياتي سعيدة على نحو متزايد					
8	أؤمن بأن: لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس					
9	أرى أن الأمور الجيدة ستأتي إلي قريباً					
10	أتوقع الأفضل من الحياة بعد انتهاء هذه الجائحة					
11	أرى الجانب المشرق من الأشياء					
12	أفكر بأشياء سارة ومبهجة حتى في هذا الظرف الصعب					
13	الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم سوف تتحقق غداً					
14	أنظر بتفاؤل كبير بشأن المستقبل					
15	أتوقع أن يكون غداً أفضل من اليوم					
ثانياً - التشاؤم						
16	أعتقد أن الحياة لن تعود إلي ما كانت عليه قبل الكورونا					
17	لدي القليل من الحظ في هذه الحياة					
18	أشعر أنني المخلوق الأكثر بؤساً بين مكن حولي					
19	مستقبلي سيصبح أكثر ظلمة					
20	المصائب تطرق لي باستمرار					
21	أنا أتجه لأكون بائساً وتعبساً					
22	أنا يائس من هذه الحياة					
23	كثير من المخاوف تجعلني أشعر أنني أموت مئة مرة في					
24	أنا أنتظر أن يحدث أسوأ الأحداث					
25	تخيفني الأشياء المؤسفة التي قد تحدث لي في المستقبل					
26	أتوقع أن أعيش حياة بائسة في المستقبل					
27	لدي شعور غامر بأنني سأنفصل قريباً عن الناس الذين أحبهم					
28	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيتبعها دوماً أحداثاً مؤلمة					
29	يبدو لي أن الشخص سيء الحظ سيبقى غير محظوظ دوماً					
30	أشعر كما لو أن الكوارث قد وجدت من أجلي					

مع بالغ شكري وتقديري

الملحق (ح): كتاب تسهيل المهمة

Al-Quds Open University

Academic Affairs
Deanship of Graduate Studies
and Scientific Research

Ramallah - P.O. Box: 1804
Tel: 02/2976240 - 02/2956073
Fax: 02/2963738

Email - Graduate Studies: fgs@qou.edu
Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu



جامعة القدس المفتوحة

الشؤون الأكاديمية
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

رام الله - ص.ب. 1804
هاتف: 02/2956073 - 02/2976240
فاكس: 02/2963738
بريد الإلكتروني - الدراسات العليا: fgs@qou.edu
بريد الإلكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu

الرقم: ع. د. ب. ع. 21/45/

التاريخ: 2021/1/7

إلى من يهمه الأمر

تهديكم جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه تقوم الطالبة (عبير ربحان شاهين) بإعداد رسالة ماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: (التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعليم الإلكتروني بسبب جائحة كورونا)، وعليه أمل من حضرتكم تسهيل مهمة الطالبة في توزيع أدوات دراستها على مجتمع الدراسة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،،،

أ. د. حسني عوض
14.2.2021

عميد الدراسات العليا والبحث العلمي



نسخة:

• الملف.