الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة
دراسة ميدانية على عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين

د. ريم الجهني*
هبة علي سليمان**

(تاريخ الإيداع 17 / 8 / 2020. قبل للنشر في 3 / 2 / 2021)

□ ملخّص □

هدف هذا البحث إلى تعرّف مستوى الكفاءة الاجتماعية، ومستوى الضغوط النفسية، وعلاقة الكفاءة الاجتماعية بالضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين، وإلى الكشف عن الفروق في مستوى الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والإقامة، ومن أجل تحقيق أهداف البحث تمَّ استخدام مقياس الكفاءة الاجتماعية لـ (أبو رمان، 2008)، ومقياس الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الذي صممه (الحجار ودخان، 2005)، وذلك بعد التحقق من صدقهما وثباتهما في البحث الحالي، وتكوّنت عينة البحث من (445) طالباً وطالبة من طلبة السنة الأولى من مختلف الكليات في جامعة تشرين. وأظهرت نتائج الدراسة:

1) جاء مستوى الكفاءة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث مُتوسطاً، كذلك مستوى الكفاءة على كل بعد بدرجة متوسطة باستثناء مستواها على بُعد: " الامتثال للقوانين والسلطة " فقد جاء بدرجة مُرتفعة، كما أن مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث مُتوسطاً على المقياس ككل، وعلى أبعاده، ومرتفعاً على الأبعاد (الضغوط الدراسية، الضغوط المالية، ضغوط البيئة الجامعية).

2) وجدت علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين مجموع درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية ومجموع درجاتهم على مقياس الضغوط النفسية باستثناء بُعد (ضغوط البيئة الجامعية).

3) وجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، باستثناء بعدي (الامتثال للقوانين والسلطة، الأمور المتعلقة بالأمن والسلامة).

4) وجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور باستثناء بعدي (الضغوط الدراسية، ضغوط البيئة الجامعية).

5) وجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية وفق متغير الإقامة لصالح الطلبة من داخل المحافظة، ووجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الإقامة لصالح الطلبة في السكن الجامعي.

الكلمات المفتاحية: الكفاءة الاجتماعية – الضغوط النفسية.

* **مدرسة ، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية**
** **طالبة ماجستير ، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين ، سورية**

Social Competence and its relationship to psychological stress among university students (A Field study at a sample students from Tishreen University)

Dr. Reem Aljahni [*]
Hiba Sleman[**]

(Received 17 / 8 / 2020. Accepted 3 / 2 / 2021)

□ ABSTRACT □

The aim of the research is to know the level of social competence and the level of psychological stress, the relationship of Social Competence to psychological stress among a sample of first year students at Tishreen University. It also aimed to reveal the differences in the level of Social Competence and psychological stress among The study sample according to the variety of sex and residency .Social Competence scale by (Abo Rumman,2008) was used in order to achieve the aims of the research, and psychological stress scale among university students which was designed by (Al Hajjar and Dukhan ,2005),they were used after verifying their validity and reliability in the current research. The study sample consisted of (445) male and female students from the first year students from different colleges at Tishreen University . The results of the research showed that the level of Social competence among the members of the research sample was average, as well as the level of the competence on each dimension with average degree except for its level on the dimension compliance with laws ,which came with a high degree. Also, the level of psychological stress of the the research sample is average on the scale as a whole and on its dimension, and high on the dimensions dimensions(family pressure, personal pressure and social pressure. The existence of an inverse statistically correlation relationship with statistical significance between the total scores of the research sample on the social competence scale and their total scores on the psychological stress scale except for dimension the university environment pressure. A statistically significant differences was found between the mean score of the research sample on the Social Competence scale due to gender variable in favor of males except for dimension compliance with law and authority and matters related to security and safety. A statistically significant difference was found between the mean scores of the research sample on psychological stress scale due to the gender variable in favor of males except for two dimensions of study pressures and the university environment pressure .A statistically significant difference was found between the mean scores of the research sample on the Social Competence scale according to the residence variable for students from within the governorate .Also, found statistically significant differences between the mean scores of the research sample on psychological stress scale according to the residence variable for students in the university housing.

Key words: Social Competence - psychological stress

[*] **Assistant Professor, department of Psychological Counselling, College of Education, Tishreen University, Syria.**
[**] **Master student , department of Psychological Counselling, College of Education, Tishreen University, Syria.**

مقدمة:

اهتم الكثير من الباحثين بالكفاءة الاجتماعية التي تعد معياراً للصحة النفسية، و تؤدي إلى النجاح الاجتماعي و التكيف السليم. والكفاءة الاجتماعية مفهوم متعدد الأوجه ونظام معقد من المعرفة والدوافع والقدرات والمهارات والخبرة التي تُمكّن الفرد من أداء السلوك الاجتماعي المطلوب، وتثري علاقاته الاجتماعية، وتقيه من الأمراض النفسية والجسمية(جرادات وآخرون، 2014، 492). كما تُعد إحدى سمات الشخصية، ومن أهم موضوعات علم النفس الاجتماعي، فهي مظهرٌ من مظاهر القوة الاجتماعية للفرد، وهي تُمثل من الناحية النفسية دافعاً داخلياً للإنسان يكمن في الرغبة في حفظ الذات وتأكيدها عن طريق التأثر والسيطرة على الآخرين(عبد أحمد و أحمد،2015، 252).

فالإنسان يتعرض خلال حياته للعديد من الضغوط والمشاكل الجسدية والنفسية مما يدفع الفرد لبذل مجهود أكبر للوصول إلى حالة الاندماج في المجتمع، إذ أن الضغوط النفسية يمكن أن تتنبأ بالكفاءة الاجتماعية وتوكيد الذات. فالضغوط النفسية وما ينجم عنها من قلق، ورهاب اجتماعي، واكتئاب، وحالات احباط لا تجتمع مع السلوك المؤكد للذات، ومع الكفاءة الاجتماعية للفرد(Parnes, 2003, p65).

الضغط النفسي حالة عامة شائعة لدى الأفراد على كافة مستوياتهم وأعمارهم وثقافاتهم، ويشتمل الضغط النفسي على انفعالات غير سارة قد تترافق مع أفكار سلبية، وتنعكس بدورها على سلوكيات مضطربة، وبالتالي ينجم عن ارتفاع مستويات الضغط النفسي حالة من الإجهاد والتوتر(خليفي، 2018، 43).

وقد يتعرض الطلبة ولاسيما في السنة الأولى من الجامعة لضغط نفسي كبير باعتبارها مرحلة انتقالية هامة في حياتهم الدراسية لما تتطلبه هذه المرحلة من قدرات وكفاءات عالية لمجابهة القلق والتوتر سيما أنهم ينحدرون من بيئات مختلفة الى مجتمع الجامعة وما يتطلبه هذا المجتمع من استعدادات وقدرات لتكوين صداقات جديدة واختلاط مع الجنس الاخر، والتكيف مع طرائق تدريسية مختلفة. إذ تُمثل المرحلة الجامعية البيئة الخصبة لأسئلة الطلبة التي تتوجه الى المستقبل، والمصير وغير ذلك من الموضوعات الشائكة، كل هذه الأمور تولد نوعاُ من الضغط النفسي والتوتر والقلق. لذلك على الطلبة أن يتكيفوا مع هذه الضغوط التي يتعرضون لها، وهذا يتطلب التمتع بكفاءة اجتماعية عالية، حيث تساعد الكفاءة الاجتماعية العالية على استخدام طرق فعالة وأساليب مواجهة ايجابية للتعامل مع المواقف الضاغطة.

مشكلة البحث:

تُعتبر المرحلة الجامعية من المراحل المهمة والمؤثرة في حياته بسبب التغيرات الطارئة على كافة المستويات (البيئة، الأصدقاء، المجتمع) وفي هذه الفترة تتبلور شخصية جديدة للطالب بالنسبة له وللمحيطين به، ومن الطبيعي أن يتعرض الطالب في هذه المرحلة للعديد من الصعوبات على مختلف الأصعدة وبمستويات مختلفة من طالب لآخر والتي تنعكس بدورها على مستواه الدراسي وعلاقاته الاجتماعية والسلوكات اليومية .

ولعل قدرة الطالب على التأقلم والتكيف مع بيئته الاجتماعية في هذه الفترة من حياته الجامعية ترتبط بمستوى النضج الاجتماعي أو الكفاءة الاجتماعية، إلا أن مستوى هذه الكفاءة يتأثر بالعديد من العوامل والمتغيرات التي إما أن تكون داعمة ايجابية أو محبطة سلبية . وقد بينت نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة (جرادات وآخرون، 2014)، و(عبد أحمد و أحمد،2015)، و(النملة، 2016)، و(صالح ومنشد،2017) و (Al-Kfaween, 2010) على أهمية الكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وتأثيرها على العديد من المتغيرات لديهم، كما بينت نتائج العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة (خليفي،2018)، و(القحطاني،2017)، و(Kumar and Bhukar ،2013) أن الطلبة الجامعيين

يتعرضون للكثير من الضغوط النفسية ومن مصادر متعددة أكاديمية أو اجتماعية أو مادية، وكان القاسم المشترك بين هذه الدراسات أن كل من الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية لهما تأثير واضح على مستقبل الطلبة و مستوى طموحهم وأدائهم الدراسي وعلاقاتهم الاجتماعية وطريقة تعاملهم مع زملاؤهم ومع مُدرسيهم وعلى دافعيتهم للإنجاز الدراسي. ومن خلال تدريس الباحثة في كلية التربية في جامعة تشرين فقد لاحظت أن الضغوط النفسية أكثر وضوحاً لدى الطلبة الجدد (طلبة السنة الأولى)، كما لاحظت وجود تفاوت في مستوى التعاون فيما بينهم مما يمكن أن يعطي مؤشراً على تباين مستوى الكفاءة الاجتماعية لديهم.

وبناءً على ما سبق فقد تحددت مشكلة البحث بالسؤالين الآتيين:

- ما مستوى الكفاءة الاجتماعية و الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين ؟
- ما علاقة الكفاءة الاجتماعية بالضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين ؟

أهمية البحث وأهدافه

أهمية البحث:

تتجلى أهمية البحث في النقاط الآتية:

الأهمية النظرية:

- يستمد البحث أهميته في تناوله موضوع الكفاءة الاجتماعية حيث تعد واحدة من المكونات الاساسية للصحة النفسية.
- تناول البحث موضوع الضغوط النفسية التي تؤثر على أداء الطلبة وتحصيلهم الدراسي ومستقبلهم.
- يتناول البحث شريحة مهمة من الطلبة وهم الطلبة الجدد في الجامعة، إذ يعد العام الدراسي الأول المرحلة الأساس في حياة الطالب والذي يمكن أن يؤثر على مستقبله.

الأهمية التطبيقية:

- قد تفيد نتائج البحث أصحاب القرار في الجامعة على تنفيذ أنشطة للطلبة تزيد من مستوى الكفاءة الاجتماعية لديهم.
- يؤمل أن يتوصل البحث إلى نتائج ومقترحات يستفيد منها الطلبة وتساعدهم على تخفيف مستوى الضغوط النفسية لديهم والرفع من مستوى كفاءتهم الاجتماعية.

أهداف البحث:

يسعى البحث إلى تحقيق الأهداف الآتية :

- تعرّف مستوى الكفاءة الاجتماعية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.
- تعرّف مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.
- تعرف العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.
- تعرف الفروق بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية تبعاُ لمتغيري الجنس والاقامة لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.

فرضيات البحث:

سيتم اختبار الفرضيات الآتية عند مستوى الدلالة (0.05):

– لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية.

– لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية وفق متغير الجنس.

– لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية وفق متغير الإقامة .

– لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس.

– لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الإقامة.

منهج البحث:

اعتمد البحث المنهج الوصفي التحليلي، إذ يقوم هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع والتعبير عنها كيفياً بوصفها وصفاً دقيقاً وتوضيح خصائصها، وكمياً بإعطائها وصفاً رقمياً من خلال أرقام وجداول توضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها أو درجة ارتباطها بالظواهر والمتغيرات الأخرى (النعيمي وآخرون، 2015، 227).

حدود البحث:

– الحدود الموضوعية: الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.

– الحدود المكانية: جامعة تشرين، كليات (الهندسة، العلوم، الطب، التمريض، الصيدلة، الاقتصاد، الآداب، الحقوق، التربية)

– الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2019–2020).

– الحدود البشرية: عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

– **الكفاءة الاجتماعية:** يشير مفهوم الكفاءة الاجتماعية إلى إمكانية الفرد على تكوين علاقات مع الآخرين، والتفاعل معهم بفاعلية، وقدرته على قيادتهم، وبناء روابط اجتماعية، وإدارة الصراعات(صالح و منشد،2017، 33). وتعرّف أيضاً القدرة على تعرف وفهم وجهات نظر أو منظور الآخرين وضبط وإدارة السلوك الشخصي، والعمل والتفاعل مع الآخرين بطريقة إيجابية مقبولة(عبد الحافظ، 2016، 83). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الكفاءة الاجتماعية المستخدم في البحث الحالي وهو من إعداد (أبو رمان، 2008).

الضغوط النفسية: مفهوم يشير إلى درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئية في حياته اليومية، وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الآثار الفسيولوجية. مع أن تلك التأثيرات تختلف من شخص إلى آخر تبعاً لتكوين

شخصيته وخصائصه النفسية التي تميزه عن الآخرين(عبد الرحمن، 2012، 9). وتعرّف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الضغوط النفسية المستخدم في البحث الحالي وهو من إعداد (دخان و الحجار، 2006).

دراسات سابقة:

دراسات تناولت الكفاءة الاجتماعية:

- دراسة سمارت وسانسون (Smart & Sanson, 2003) في الولايات المتحدة الأمريكية: بعنوان مستوى الكفاءة الاجتماعية، والكشف عن الفروق بين الجنسين في مستوى الكفاءة الاجتماعية. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الكفاءة الاجتماعية، والكشف عن الفروق بين الجنسين في مستوى الكفاءة الاجتماعية. ومن أجل تحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياس للكفاءة الاجتماعية على عينة الدراسة المكونة من (940) مراهقاً ومراهقة في ولاية فكتوريا تراوحت أعمارهم بين 19 –20 سنة. وكان من أهم نتائج الدراسة أن مستوى الكفاءة الاجتماعية كان مرتفعاً، ووجود فروقٍ جنسية في ثلاث مهارات تتعلق بالكفاءة الاجتماعية هي: التعاطف والمسؤولية والتوكيد لصالح الإناث، ولم تكشف نتائج الدراسة عن فروقٍ جنسية في مهارة ضبط الذات.

- دراسة الكفاوين (Al–Kfaween, 2010) في الأردن بعنوان: الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مستوى الكفاءة الاجتماعية والمتغيرات الديمغرافية لدى طلبة الجامعة. ومن أجل تحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياسين على عينة الدراسة المكونة من (284) طالباً وطالبة من جامعة الطفيلة التقنية. وكان من أهم نتائج الدراسة أن مستوى الكفاءة الاجتماعية كان متوسطاً لدى أفراد عينة البحث، وأن مستوى الكفاءة الاجتماعية كان مرتفعاً لدى الطلبة الذكور.

- دراسة (جرادات وآخرون، 2014) في الأردن بعنوان: الاسهام النسبي لبعض العوامل الأسرية في التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. هدفت الدراسة إلى استكشاف العوامل الأسرية المتنبئة بالكفاءة الاجتماعية المدركة، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياسين الأول للتماسك الأسري والثاني مقياس الكفاءة الاجتماعية على عينة الدراسة المكونة من(703) طالباً وطالبة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الكفاءة الاجتماعية لدى الإناث أعلى مما هي عليه لدى الذكور.

- دراسة (عبد أحمد وأحمد2015) في العراق بعنوان: الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة الى تعرّف مستوى الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي من خلال تطبيق مقياس للكفاءة الاجتماعية على عينة الدراسة المكونة من(200) طالباً وطالبة. وأشارت نتائج الدراسة إلى إن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى مقبول من الكفاءة الاجتماعية، ووجود فروق دالة إحصائيا في الكفاءة الاجتماعية لدى طلبة عينة البحث تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وعدم وجود فروق تبعاً لمتغير التخصص.

- دراسة (صالح ومنشد2017) في العراق بعنوان: الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة الى تعرّف الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي من خلال تطبيق مقياسين الأول لقياس فاعلية الذات والثاني لقياس الكفاءة

الاجتماعية على عينة الدراسة المكونة من(200) طالباً وطالبة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن طلبة الجامعة يتسمون بالكفاءة الاجتماعية بدرجة متوسطة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الكفاءة الاجتماعية وفاعلية الذات، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الكفاءة الاجتماعية تبعاً للجنس.

- دراسات متعلقة بالضغوط النفسية:

- دراسة كومار وبهوكار (Kumarand Bhukar 2013،): في الهند بعنوان مستويات الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل معه لدى طلبة جامعيين من تخصص التربية المهنية وتخصص المهن الهندسية.

هدفت الدراسة إلى معرفة مستويات الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل معه لدى طلبة جامعيين من تخصص التربية المهنية وتخصص المهن الهندسية. ومن أجل تحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياس الضغط النفسي على عينة الدراسة المكونة من (60) طالباً وطالبة من طلبة التخصصين في الهند. وكان من أهم نتائج الدراسة أن الإناث أكثر معاناه من الضغط النفسي مقارنة مع الذكور، أما بالنسبة لاستراتيجيات إدارة الضغوط فكان الذكور أكثر فعالية من الإناث كما أشارت نتائج الدراسة أن طلبة التربية المهنية أكثر قدره على إدارة الضغوط من طلبة تخصص المهن الهندسية.

- دراسة (القحطاني،2017) في المملكة العربية السعودية بعنوان: الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة مرحلة البكالوريوس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. هدفت الدراسة إلى التحقق من الفروق في الضغوط النفسية بين طلاب مرحلة البكالوريوس في ضوء عدد من المتغيرات. ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق مقياس الضغوط النفسية (من إعداد الباحث)على عينة الدراسة المكونة من(1376) طالباً وطالبة. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الدرجة الكلية للضغوط النفسية لصالح طلاب المستوى الدراسي الأول، وتبعاً للسكن لصالح الطلاب الذين يسكنون بالسكن الجامعي.

- **التعقيب على الدراسات السابقة وموقع البحث الحالي منها:**

جرى استعراض عدد من الدراسات السابقة التي تناولت كل من متغيري الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية، وقد اختلف البحث الحالي عن جميع الدراسات السابقة من حيث دراسة العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية، ومن حيث الحدود المكانية، وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في تحديد المشكلة واختيار المنهج والأدوات.

الاطار النظري:

- **أهمية الكفاءة الاجتماعية:**

تحتل الكفاءة الاجتماعية أهمية كبيرة في حياة الفرد وفي شتى الميادين من طفولته إلى شيخوخته متمثلة في:

- المساعدة في تكوين علاقات اجتماعية ضرورية للفرد من خلال مراحل نموه.
- الكفاءة الاجتماعية ضرورية ومفيدة كأسلوب في التصرف.
- تمكن الفرد من السيطرة على أشكال سلوكه المختلفة وتزيد من قدرته على التعامل مع السلوك غير المنطقي الصادر من الآخرين.
- تمكن الفرد من إقامة علاقات وثيقة مع المحيطين والحفاظ عليها.
- تسهل الكفاءة الاجتماعية الفرد إدارة علاقات العمل سواء الزملاء أو الرؤساء بطريقة أفضل.
- تجنب الفرد الصراعات وإن حدثت حلها بسرعة.

- تفيد الكفاءة الاجتماعية الافراد في التغلب على مشكلاتهم وتوجيه تفاعلهم في البيئة المحيطة.
- تساعد على تحقيق قدر كبير من الاستقلال الذاتي والاعتماد على النفس والاستمتاع بأوقات الفراغ.
- تساعد على اكتساب الثقة بالنفس ومشاركة الآخرين في الأعمال التي تتفق وقدراتهم وإمكانياتهم(القانوع،2011، 24). ومما سبق تتضح الأهمية الكبرى للكفاءة الاجتماعية في مختلف المجالات، فالكفاءة الاجتماعية بالنسبة للفرد هي الأداة التي تمكن الفرد من التعامل مع الآخرين.

- **مكونات الكفاءة الاجتماعية:**

إن الكفاءة الاجتماعية تتألف من عدد كبير من المتغيرات المتداخلة. تتمثل في مجموعها من مكونات ومحددات الكفاءة الاجتماعية وهي:

- المدخلات وهي المحددات الثقافية وتتمثل في القيم والمعايير الاجتماعية التي تحكم سلوك الأفراد . وتمثل المواد الخام الدنيا للكفاءة الاجتماعية. وهي تختلف باختلاف حجم المجتمع والتقاليد السائدة في ذلك المجتمع. والإخفاق في العمل في إطار هذه الحدود الثقافية عادة ما يحرم الفرد من القبول والإقرار الاجتماعي
- العمليات وتتضمن الوجدان الاجتماعي والمهارات الاجتماعية والذكاء الاجتماعي والإخفاق في تقديرها يحول دون إنجاز المخرجات المرغوبة
- المخرجات المرغوبة وهي المظاهر الأكثر إيجابية للحياة نفسها، إذ تمثل حاجات الفرد ورغباته.(عبدالله،2014، 26-29).

ويرى أبو رمان(2008) أن مكونات الكفاءة الاجتماعية تشمل (الامتثال للقوانين والسلطة، المؤهلات القيادية المؤهلات الاجتماعية، الوعي بالأمور المتعلقة بالأمن والسلامة)

- **أسباب الضغوط النفسية:**

تتعدد مسببات الضغط النفسي، وتأتي بمجملها من المصادر الآتية: (البيئة المنزلية والأسرية، بيئة العمل، المحيط الاجتماعي، الحالة النفسية والعقلية للشخص نفسه)، وتمثل الضغوط المؤثرات الأساسية للسلوك وهي توجد في بيئة الفرد، بعضها مادي وبعضها الآخر بشري، وتدفع هذه المؤثرات الشخص كي يقترب من أو يبتعد عن هدف خاص به، وهذه الضغوط محكومة بالوضع الأسري وبالوضع الاجتماعي، وقد يلعب الوضع الاقتصادي للأسرة دوراً في ضغوط من نوع ما، وقد يؤدي إلى التنافر أو التناغم بين أفراد الأسرة (عبيد،2008، 28).

- **خصائص الضغوط النفسية:**

حدد براون وموبيرج (Brown and Moberg) عدة خصائص مميزة للضغط النفسي وأهمها:

- إن الضغط عملية إدراكية في المقام الأول، بمعنى أننا نستجيب لمثير واحد بمستويات متباينة من الضغط.
- إن الضغط المدرك يربط بين وجهة نظر الفرد بما يمتلكه من قدرات عقلية وجسدية وبين متطلبات الموقف.
- إن الضغط محصلة لمدى أهمية الموقف وفقاً للإدراكات الذاتية للفرد.
- إن الضغط هو عملية تكيف قد رات الفرد مع متطلبات موقف معين.(عبد العزيز، 2010، 105).

- **المجتمع الأصلي للبحث وعينته:**

تحدد المجتمع الأصلي للبحث بجميع طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين للعام الدراسي (2019-2020م)، والبالغ عددهم (69865) طالب وطالبة (بناء على إحصاءات شؤون الطلاب المركزية في جامعة تشرين).

الجدول (1) توزع المجتمع الأصلي للبحث

الكليات	العدد
الكليات العلمية (الهندسة، العلوم، الطب، التمريض، الصيدلة، الاقتصاد)	32505
الكليات النظرية (الآداب، الحقوق، التربية)	37360
المجموع	69865

وقد تمَّ اختيار عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين من مختلف الكليات النظرية والتطبيقية، وقد تم اختيار السنة الأولى بناءً على الدراسة الاستطلاعية والتي بينت أن مستوى الضغوط النفسية أكثر ارتفاعاً لدى هؤلاء الطلبة، تم تحديد حجم عينة البحث بالنسبة للمجتمع الأصلي المعيار الذي حدده (Christensen, 1997) الوارد في (أبو علام، 2004، 156).

فقد تمَّ توزيع (500) استمارة – كل استمارة تضم أداتي البحث، وقد استُرد منها (462) استمارة، واسُتبعد (17) استمارة غير صالحة لعدم اكتمالها، ليكون العدد النهائي لأفراد عينة البحث (445) طالباً وطالبة من طلبة السنة الأولى من مختلف الكليات في جامعة تشرين.

- **أداتي البحث:**
- **مقياس الكفاءة الاجتماعية:**

تمَّ استخدام مقياس الكفاءة الاجتماعية وهو من تصميم (أبو رمان، 2008)، إذ تكوّنَ المقياس من (50) عبارة موزعة على أربعة أبعاد للكفاءة الاجتماعية يوضحها الجدول الآتي:

الجدول (2) توزع عبارات مقياس الكفاءة الاجتماعية على أبعادها

البُعد	أرقام العبارات	المجموع
الامتثال للقوانين والسلطة	43-31-20-19-10-9-2-1	8
المؤهلات القيادية	45-44-33-32-22-21-12-11-4-3	10
المؤهلات الاجتماعية	35-34-27-26-25-24-23-17-16-15-14-13-8-7-6-5- 50-49-48-47-46-38-37-36	24
الوعي بالأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	42-41-40-39-30-29-28-18	8
المقياس ككل	50-1	50

- **التحقق من صدق وثبات مقياس الكفاءة الاجتماعية:**

تمَّ التحقق من صدق مقياس الكفاءة الاجتماعية باستخدام صدق الاتساق الداخلي، إذ جرى تطبيقه على عينة من خارج عينة البحث النهائية للبحث تكونت من (48) طالباً وطالبة، من خلال استخراج قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ومجموع الدرجات الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة، الملحق (1)، كما جرى استخراج قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها وبين كل منها وبين الدرجة الكلية، والجدول (2) يبين نتائج ذلك.

الجدول (3) معاملات الارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية فيما بينها وبين كل منها وبين الدرجة الكلية

الأبعاد	الامتثال للقوانين والسلطة	المؤهلات القيادية	المؤهلات الاجتماعية	الوعي بالأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	الدرجة الكلية
الامتثال للقوانين والسلطة		**0.584	**0.658	**0.691	**0.841
المؤهلات القيادية	**0.584		**0.631	**0.784	**0.832
المؤهلات الاجتماعية	**0.658	**0.631		**0.532	**0.841
الوعي بالأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	**0.691	**0.784	**0.532		**0.811
الدرجة الكلية	**0.841	**0.832	**0.841	**0.811	

**** دال عند 0.05**

يتبين من الملحق (1) والجدول (3) أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون موجبة وذات دلالة إحصائية عند (0.05) سواء بين درجة كل عبارة ومجموع الدرجات الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة أم بين أبعاد المقياس فيما بينها أم بين أبعاد المقياس وبين الدرجة الكلية، مما يشير إلى صدق المقياس في البحث الحالي. وجرى التحقق من ثبات مقياس الكفاءة الاجتماعية من خلال استخراج معاملات ألفا كرونباخ والجدول (4) يبين نتائج ذلك.

الجدول (4) ثبات مقياس الكفاءة الاجتماعية بطريقة ألفا كرونباخ

البُعد	قيم ألفا كرونباخ
الامتثال للقوانين والسلطة	0.821
المؤهلات القيادية	0.749
المؤهلات الاجتماعية	0.831
الوعي بالأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	0.711
المقياس ككل	0.852

يتبين من الجدول (4) أن قيم معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس والدرجة الكلية أكبر من (0.7) مما يشير إلى ثبات نتائج مقياس الكفاءة الاجتماعية بطريقة ألفا كرونباخ، وفق المعيار الوارد في (أبو النصر، 2017، ص 198).

- **الاستجابة على مقياس الكفاءة الاجتماعية:**

يجيب المستجيب عن عبارات مقياس الكفاءة الاجتماعية باختيار الإجابة التي تتلاءم معه طبقاً للخيارات (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) تأخذ العبارات الإيجابية الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) وفق الترتيب السابق، والعبارات السلبية بالعكس، وهي العبارات ذوات الأرقام (2، 20، 21، 27، 28، 29، 33، 40، 47).

- **مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة:**

تمَّ استخدام مقياس الضغوط النفسية، الذي أعده (دخان والحجار، 2006)، وهو مُعد لطلبة الجامعة، وقد تم التحقق من صدقه وثباته بالإضافة من قبل (دخان والحجار، 2006)، و(نبيل، 2016) وهو مؤلف من (60) عبارة، موزعة على (6) أبعاد يوضحها الجدول (5).

الجدول (5) توزع عبارات مقياس الضغوط النفسية على أبعادها

البُعد	المجموع
الضغوط الأسرية	11
الضغوط المالية	11
الضغوط الدراسية	9
الضغوط الشخصية	9
الضغوط الاجتماعية	10
ضغوط البيئة الجامعية	10
المقياس ككل	60

- **التحقق من صدق وثبات مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة:**

تمَّ التحقق من صدق مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة باستخدام صدق الاتساق الداخلي، إذ جرى تطبيقه على عينة من خارج عينة البحث النهائية للبحث تكونت من (48) طالباً وطالبة، من خلال استخراج قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ومجموع الدرجات الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة، الملحق (2)، كما جرى استخراج قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها وبين كل منها وبين الدرجة الكلية، والجدول (5) يبين نتائج ذلك.

الجدول (6) معاملات الارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الضغوط النفسية فيما بينها وبين كل منها وبين الدرجة الكلية

الأبعاد	الأسرية	المالية	الدراسية	الشخصية	الاجتماعية	البيئة الجامعية	الدرجة الكلية
الأسرية		0.584**	0.484**	0.576**	0.538**	0.631**	0.745**
المالية	0.584**		0.451**	0.439**	0.531**	0.459**	0.684**
الدراسية	0.484**	0.451**		0.465**	0.485**	0.511**	0.658**
الشخصية	0.576**	0.439**	0.465**		0.501**	0.532**	0.684**
الاجتماعية	0.538**	0.531**	0.485**	0.501**		0.473**	0.684**
البيئة الجامعية	0.631**	0.459**	0.511**	0.532**	0.473**		0.634**
الدرجة الكلية	0.745**	0.684**	0.658**	0.684**	0.684**	0.634**	

**** دال عند 0.05**

يتبين من الجدول (6) أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون موجبة وذات دلالة إحصائية عند (0.05) سواء بين درجة كل عبارة ومجموع الدرجات الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة أم بين أبعاد المقياس فيما بينها ام بين أبعاد المقياس وبين الدرجة الكلية، مما يشير إلى صدق مقياس الضغوط النفسية في البحث الحالي. كما جرى التحقق من ثبات مقياس الضغوط النفسية من خلال استخراج معاملات ألفا كرونباخ والجدول (7) يبين نتائج ذلك.

الجدول (7) ثبات مقياس الضغوط النفسية بطريقة ألفا كرونباخ

البُعد	قيم ألفا كرونباخ
الضغوط الأسرية	0.751
الضغوط المالية	0.706
الضغوط الدراسية	0.742
الضغوط الشخصية	0.732

الضغوط الاجتماعية	0.739
ضغوط البيئة الجامعية	0.812
المقياس ككل	0.851

يتبين من الجدول (7) أن قيم معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس والدرجة الكلية أكبر من (0.7) مما يشير إلى ثبات نتائج مقياس الضغوط النفسية بطريقة ألفا كرونباخ.

- **الاستجابة على مقياس الضغوط النفسية:**

يجيب المستجيب عن عبارات مقياس الكفاءة الاجتماعية باختيار الإجابة التي تتلاءم معه طبقاً للخيارات (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) تأخذ الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) وفق الترتيب السابق.

وبهدف تحديد درجة المستجيب جرى استخدام قانون طول الفئة الذي تم حسابه على النحو الآتي: تقسيم المدى (أكبر قيمة في مفتاح التصحيح – أصغر قيمة في مفتاح التصحيح) على عدد الفئات (5-1)÷ 5= 0.8 (وهو طول الفئة)، وبعد إضافة طول الفئة إلى أصغر قيمة في مفتاح التصحيح تمَّ تحديد خمس مستويات للتعامل مع متوسطات الدرجات والجدول رقم(8) يوضح ذلك.

الجدول (8) فئات قيم المتوسط الحسابي والمستويات الموافقة لها

فئات القيم	من 1إلى 1.79	من 1.8 إلى 2.59	من 2.6 إلى 3.39	من 3.4 إلى 4.19	من 4.2 إلى 5
المستوى	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً

النتائج والمناقشة:

- **الإجابة عن السؤال الأول للبحث: ما مستوى الكفاءة الاجتماعية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين ؟**

بهدف الإجابة عن السؤال الأول للبحث جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية، والجدول (9) يبين نتائج ذلك.

الجدول (9)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية

البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
الامتثال للقوانين والسلطة	3.43	2.58	مرتفع	1
المؤهلات الاجتماعية	3.03	2.69	متوسط	2
الوعي بالأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	2.88	2.45	متوسط	3
المؤهلات القيادية	2.65	2.35	متوسط	4
المقياس ككل	2.99	2.51	متوسط	

يتبين من الجدول (9) أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الاجتماعية قد بلغ (2.99) وهي قيمة تدل على مستوى متوسط، أما الانحراف المعياري فقد بلغ (2.51) وهي قيمة مرتفعة نسبياً تدل على وجود بعض التباين في درجات استجابات أفراد عينة البحث على المقياس، كما يتبين أن بُعد الامتثال للقوانين والسلطة قد جاء بالترتيب الأول بدرجة مرتفعة، ويمكن أن تعود هذه النتيجة إلى أن الطلبة في السنة الجامعية الأولى يكونوا قد خضعوا لمناخ دراسي جديد تنظمه مجموعة من القوانين والأنظمة التي لابد أن يتبعوها ويتقيدوا بها حتى يستطيعوا إتمام دراستهم بنجاح، كما

يتبين من الجدول السابق ان باقي أبعاد الكفاءة الاجتماعية قد جاءت بدرجة متوسطة، مما يشير إلى أن المهارات والقدرات المتعلقة بالكفاءة الاجتماعية لازالت ضمن مرحلة التبلور والتشكل في ظل المناح الدراسي الجديد للطلبة، والذي ينتج عنه محيط اجتماعي جديد بشكل كلي تقريباً، ويتطلب بدوره الكثير من المهارات الاجتماعية التي لم تكن مطلوبة سابقاً بهذا الوضوح مثل الحوار والتواصل وبناء علاقات وروابط اجتماعية جديدة، والعمل ضمن فريق، والتكيف، والمبادرة، والتعبير عن المشاعر، والضبط الانفعالي، واتخاذ القرار، وغيرها من المهارات التي يكتسبها الطلبة خلال فترة دراستهم وتواجدهم في الجامعة وممارستهم لأنشطتها المختلفة، وتتفق نتيجة هذا السؤال مع نتائج دراسة كل من(صالح ومنشد،2017)، و(عبد أحمد؛ أحمد2015)، و(الكفاوين،2010 ,Al-Kfaween)، وتختلف مع نتائج دراسة (Smart & Sanson, 2003).

- **الإجابة عن السؤال الثاني للبحث: ما مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين ؟** بهدف الإجابة عن هذا السؤال جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية، والجدول (10) يبين نتائج ذلك.

الجدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية

البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
الضغوط الدراسية	3.68	0.85	مرتفع	1
الضغوط المالية	3.55	0.96	مرتفع	2
ضغوط البيئة الجامعية	3.52	0.55	مرتفع	3
الضغوط الشخصية	3.11	1.36	متوسط	4
الضغوط الاجتماعية	2.85	2.54	متوسط	5
الضغوط الأسرية	2.71	2.41	متوسط	6
المقياس ككل	3.24	1.45	متوسط	

يتبين من الجدول (10) أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية قد بلغ (3.24) وهي قيمة تدل على مستوى متوسط، أما الانحراف المعياري فقد بلغ (1.45) وهي قيمة تدل على وجود بعض التباين في درجات استجابات أفراد عينة البحث على المقياس، كما يتبين أن الأبعاد (الضغوط الدراسية، الضغوط المالية، ضغوط البيئة الجامعية) قد جاءت بالمراتب الثلاثة الأولى وبدرجة مرتفعة، وتعود هذه النتيجة إلى خصوصية العينة وهي طلبة السنة الأولى، فالطالب في السنة الدراسية الأولى في الجامعة ينتابه الكثير من التردد والحيرة الذي يصل في بعض الأحيان إلى التفكير بتغيير الفرع الدراسي، كما يواجه الطالب في السنة الأولى أساليب تدريس مختلفة عما اعتاده في المدرسة، ومعلومات ضخمة قياساً بمعلومات المرحلة الثانوية، كما أنه مطالب بالبحث العلمي وتطبيق مهارات البحث والتقصي وكتابة الأبحاث وغيرها من الأنشطة والتطبيقات العملية التي تتطلبها الدراسة، وبالتالي من الطبيعي أن يشعر بمستوى مرتفع من الضغوط المتعلقة بالدراسة أو بالبيئة الجامعية، وما يرافقها من ضغوط مالية نتيجة المتطلبات الجديدة للدراسة من كتب ومحاضرات وأجور مواصلات وغيرها من المصاريف اليومية.

كما يتبين من الجدول السابق أن الأبعاد (الضغوط الشخصية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الأسرية) قد جاءت قيم متوسطاتها الحسابية بدرجة متوسطة، وبانحرافات معيارية مرتفعة نسبياً، مما يدل على وجود بعض التباين في درجات استجابات أفراد عينة البحث على هذه الأبعاد، وتعود هذه النتيجة إلى تأثر هذه الضغوط بالكثير من العوامل التي

تختلف من فرد لآخر مثل السمات الشخصية والتنشئة الاجتماعية، ومستوى الطموح، وعدد أفراد الأسرة والبيئة الاجتماعية والوضع الاقتصادي والتعليمي والثقافي للأبوين.

اختبار فرضيات البحث:

- **الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية.**

لاختبار هذه الفرضية جرى استخراج قيم معاملات الارتباط بيرسون بين درجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجته الكلية وبين درجاتهم على أبعاد مقياس الضغوط النفسية درجته الكلية والجدول (11) يبين نتائج ذلك.

الجدول (11) قيم معاملات الارتباط "بيرسون" بين مقياس الكفاءة الاجتماعية و مقياس الضغوط النفسية

مقياس الكفاءة الاجتماعية	مقياس الضغوط النفسية						
	الضغوط الأسرية	الضغوط المالية	الضغوط الدراسية	الضغوط الشخصية	الضغوط الاجتماعية	ضغوط البيئة الجامعية	الدرجة الكلية
الامتثال للقوانين والسلطة	-0.724**	-0.535**	-0.654**	-0.575**	-0.908**	-0.076	-0.768**
المؤهلات الاجتماعية	-0.701**	-0.538**	-0.571**	-0.548**	-0.889**	-0.071	-0.759**
المؤهلات القيادية	-0.856**	-0.657**	-0.572**	-0.720**	-0.965**	-0.004	-0.845**
الأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	-0.870**	-0.671**	-0.595**	-0.745**	-0.961**	-0.044	-0.868**
الدرجة الكلية	-0.800**	-0.608**	-0.589**	-0.662**	-0.948**	-0.047	-0.816**

****دال عند 0.01**

يتبين من الجدول (11) أن جميع قيم معاملات الارتباط بيرسون بين درجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجته الكلية وبين درجاتهم على أبعاد مقياس الضغوط النفسية درجته الكلية سالبة وذات دلالة إحصائية باستثناء بُعد (ضغوط البيئة الجامعية)، مما يعني رفض الفرضية الصفرية بشكل جزئي أي وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين باستثناء بُعد (ضغوط البيئة الجامعية)، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بالآتي:

- **بالنسبة للضغوط الأسرية:** جاءت قيم معامل الارتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الضغوط الأسرية وأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية، ما يعني وجود علاقة عكسية بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط الأسرية، إذ تساعد الكفاءة الاجتماعية الطلبة على تحمل المسؤولية أمام أفراد الأسرة ولاسيما الوالدين، كما تساهم في تقليص الفجوة بين طريقة تفكير الأبناء وطريقة تفكير الأهل أو ما يعرف بصراع الأجيال، إذا إن وجود مستوى مرتفع من الكفاءة الاجتماعية لدى الفرد يمكنه من الحصول على ما يريده من والديه بطريقة مرنة ومرضية، وهذا ما يحقق علاقة جيدة مع والديه مما ينعكس على أفراد الأسرة بشكل كامل، ويحقق مناخ أسري إيجابي، على خلاف الفرد ذوي الكفاءة الاجتماعية المنخفضة والذي يميل إلى التمرد والتهرب من المسؤولية والمخاطرة واتخاذ القرارات الفردية، مما يؤدي إلى توتر في المناخ الأسري وبالنتيجة زيادة الضغوط الأسرية عليهن وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة نادية (2018) في الجزائر.

- **بالنسبة للضغوط المالية:** جاءت قيم معامل الارتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الضغوط المالية وأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية، مما يعني وجود علاقة عكسية بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط المالية،

وتعد هذه النتيجة منطقية نظراً لأن الطلبة الذين يعانون من ظروف مالية صعبة يخشون من بناء العلاقات الاجتماعية نظراً لصعوبة تلبية متطلبات هذه العلاقات، على خلاف الطلبة ذوي الوضع المادي الأفضل، فهم أكثر انفتاحاً ولا يوجد عادة لديهم مشكلات تتعلق بمتطلبات العلاقات الاجتماعية مثل الهندام الجيد، أو القيام بنشاطات معينة مثل الرحلات أو النزهات، أو أي أنشطة أخرى.

- **بالنسبة للضغوط الدراسية:** جاءت قيم معامل الارتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الضغوط الدراسية وأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية، مما يعني وجود علاقة عكسية بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط الدراسية، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة ذوي المستوى المرتفع من الكفاءة الاجتماعية أكثر قدرة على التكيف الأكاديمي وتحقيق التوافق الدراسي ومتطلباته من حضور المحاضرات النظرية والعلمية وتنفيذ الأنشطة الدراسية والرحلات العلمية، فضلاً عن أنهم أكثر قدرة على تطبيق الكثير من أشكال التعلم الحديثة مثل التعلم التعاوني أو التعلم التشاركي، وتبادل الخبرات والمعارف فيما بينهم.

- **بالنسبة للضغوط الشخصية:** جاءت قيم معامل الارتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الضغوط الشخصية وأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية، مما يعني وجود علاقة عكسية بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط الشخصية، إذ يساعد المستوى المرتفع من الكفاءة الاجتماعية الأفراد على تعزيز ثقتهم بنفسهم، وعلى الرفع من مستوى الاستقلال الذاتي لديهم، وعلى زيادة قدرتهم على تحمل نتيجة أعمالهم سواء أكانت ناجحة أم فاشلة، كما تسهم في بناء الكفاءة الذاتية لدى الفرد، وقيامه بالأدوار الاجتماعية المنوطة به، وتحقق الكفاءة الاجتماعية لدى الفرد قدرة الفرد على التصرف الذاتي والشعور بالمساواة مع الآخرين، وعدم الاسراف في مشاعر القلق أو الانزعاج من المستقبل او أخطاء الماضي مما يخفف من الضغوط الشخصية لديه. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (صالح ومنشد،2017) في العراق التي بينت وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الاجتماعية وفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة.

- **بالنسبة للضغوط الاجتماعية:** جاءت قيم معامل الارتباط سالبة وذات دلالة إحصائية بين الضغوط الاجتماعية وأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية، مما يعني وجود علاقة عكسية بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط الاجتماعية، وتعد هذه النتيجة منطقية لأن الكفاءة الاجتماعية تكسب الفرد العديد من المهارات الاجتماعية مثل التكيف والقدرة على حل المشكلات، والعمل ضمن فريق، فضلاً عن شعور الفرد بالتقبل الاجتماعي، وتعزيز دافع الانتماء لديه، ومعرفة كيفية تأثيره في الجماعة، وتأثره بها بشكل إيجابي، وتبادل الخبرات والأفكار الإيجابية، والتأقلم مع القيم والمثل والعادات السائدة في المجتمع (الدخيل الله، 2016، 20) كل ذلك يخفف من الضغوط الاجتماعية لدى الفرد ويمكنه من التوفيق بين رغباته ورغبات المجتمع المحيط.

- **بالنسبة لضغوط البيئة الجامعية:** جاءت قيم معامل الارتباط منخفضة وليست ذات دلالة إحصائية بين ضغوط البيئة الجامعية وأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية مما يعني عدم وجود علاقة بين الكفاءة الاجتماعية وضغوط البيئة الجامعية، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن ضغوط البيئة الجامعية تعود في معظمها للتجهيزات والمرافق المتعلقة بالجامعة مثل المرافق الصحية، والمكتبات والمخابر والمقاصف، إذ إن سوء التجهيزات أو قلتها يؤدي إلى ضغوط حقيقية لدى طلبة الجامعة لارتباطها بكل تفاصيل يومهم وأنشطتهم في الجامعة، ولكن هذه الضغوط قلما تتأثر بالكفاءة الاجتماعية لأنها تعود في معظمهما إلى أسباب مادية مرتبطة بمبنى الكلية وتجهيزاتها.

وبناءً على النتائج السابقة، يمكن القول أن للكفاءة الاجتماعية دوراً حاسماً في تكيف الفرد وصحته النفسية، إذ تُعد مؤشراً على الصحة النفسية الإيجابية وتساعد على التكيف النفسي الاجتماعي، حيث أن الفرد في تفاعلاته مع الآخرين

بحاجة إلى أن يكون لديه وعي اجتماعي سليم الذي يؤهله إلى التفاعل مع المحيطين به، فإن امتلاك الفرد لمستوى كاف من الكفاءة الاجتماعية، يساعده في مواجهة التحديات، والضغوط النفسية ويقوده إلى النجاح ويحقق له مستوى مقبولاً من الإنجاز.

- الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية وفق متغير الجنس.

بهدف اختبار هذه الفرضية جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية وفق متغير الجنس، وتم استخدام الاختبار الإحصائي (ت ستيودنت)، والجدول (12) يوضح نتائج ذلك.

الجدول (12) نتائج اختبار (ت ستيودنت) على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية وفق متغير الجنس

البعد	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيم (ت) ستيودنت	الدلالة الإحصائية	القرار
الامتثال للقوانين والسلطة	ذكور	214	27.77	4.31	443	1.890	0.059	لا يوجد فرق
	إناث	231	26.93	5.05				
المؤهلات الاجتماعية	ذكور	214	28.01	5.44	443	4.349	0.008	يوجد فرق
	إناث	231	26.20	7.06				
المؤهلات القيادية	ذكور	214	73.54	4.59	443	4.952	0.000	يوجد فرق
	إناث	231	71.00	6.09				
الأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	ذكور	214	23.95	3.24	443	1.491	0.112	لا يوجد فرق
	إناث	231	22.60	4.38				
الدرجة الكلية	ذكور	214	153.27	17.00	443	3.092	0.002	يوجد فرق
	إناث	231	146.72	22.33				

يتبين من الجدول (12) أن قيم الدلالة الاحصائية لاختبار (ت ستيودنت) بالنسبة لبعدي (الامتثال للقوانين والسلطة، والأمور المتعلقة بالأمن والسلامة) أكبر من (0.05) مما يعني عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية بالنسبة لهذين البعدين وفق متغير الجنس، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة في السنة الجامعية الأولى يكونوا في بيئة دراسية واجتماعية جديدة كلياً، سواء بالنسبة للذكور أو الاناث، ويكون لديهم درجة من الالتزام والحرص والحذر نتيجة هذا المناخ الجديد عليهم فهم في مرحلة استكشاف وتعرّف للقوانين والأعراف السائدة في المجتمع الجامعي. كما يتبين من الجدول السابق أن قيم الدلالة الاحصائية لاختبار (ت ستيودنت) بالنسبة لبعدي (المؤهلات الاجتماعية، والمؤهلات القيادية) وبالنسبة للدرجة الكلية أصغر من (0.05) مما يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بالنسبة لهذين البعدين وبالنسبة للدرجة الكلية وفق متغير الجنس. وهذا الفرق لصالح الفئة ذات المتوسط الحسابي الأكبر وهي فئة الذكور. ويمكن تفسير هذه النتيجة بطبيعة المجتمع الشرقي بشكل عام والتربية الأسرية والتنشئة الاجتماعية التي تهيئ الذكور ليكونوا أكثر جرأة و قدرة على تحمل المسؤولية، وأكثر قدرة على حل المشكلات وتجاوز الصعاب والمعوقات وامتلاك الكثير من المهارات القيادية من خلال التجارب التي تتاح لهم أكثر من الإناث. وتتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة كل من (عبد أحمد؛ أحمد2015)، والكفاوين (Al-Kfaween, 2010) بينما تختلف مع نتائج دراسة (جرادات وآخرون، 2014).

- الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الكفاءة الاجتماعية وفق متغير الإقامة .

بهدف اختبار هذه الفرضية جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية وفق متغير الإقامة، وتم استخدام الاختبار الإحصائي(ت ستيودنت)، والجدول (13) يوضح نتائج ذلك.

الجدول (13) نتائج اختبار (ت ستيودنت) على أبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية وفق متغير الإقامة

البعد	الإقامة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيم (ت) ستيودنت	الدلالة الإحصائية	القرار
الامتثال للقوانين والسلطة	داخل المحافظة	290	28.30	3.94	443	6.174	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	25.52	5.49				
المؤهلات الاجتماعية	داخل المحافظة	290	27.91	5.43	443	6.230	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	24.14	7.16				
المؤهلات القيادية	داخل المحافظة	290	73.91	4.19	443	9.656	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	69.05	6.38				
الأمور المتعلقة بالأمن والسلامة	داخل المحافظة	290	24.29	3.08	443	9.625	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	20.85	4.41				
الدرجة الكلية	داخل المحافظة	290	154.42	16.18	443	7.919	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	139.55	23.08				

يتبين من الجدول (13) أن قيم الدلالة الاحصائية لاختبار (ت ستيودنت) بالنسبة لأبعاد مقياس الكفاءة الاجتماعية ودرجتها الكلية أصغر من (0.05) مما يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الاجتماعية لدى طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين وفق متغير الإقامة. وهذا الفرق لصالح الطلبة المقيمين في المنزل، أي الذين هم من داخل المحافظة، وتُعد هذه النتيجة منطقية نظراً لأن الكفاءة الاجتماعية ترتبط بشكل كبير بالعلاقات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي، ولذلك فمن الطبيعي أن يكونوا هؤلاء أكثراً تكيفاً من الطلبة القاطنين في السكن الجامعي والذين يواجهون علاقات اجتماعية جديدة، وبالتالي يكونوا أكثر حذراً في هذه العلاقات، فضلاً عن ظروف السكن الجامعي، وقلة الدعم الذي يتلقوه من الأهل مقارنة مع الطلبة القاطنين في داخل المحافظة، ما ينعكس بشكل سلبي على مستوى الكفاءة الاجتماعية لديهم.

الفرضية الرابعة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس.

بهدف اختبار هذه الفرضية جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية وفق متغير الجنس، وتم استخدام الاختبار الإحصائي(ت ستيودنت)، والجدول (14) يوضح نتائج ذلك.

الجدول (14) نتائج اختبار (ت ستيودنت) الفروق بين أفراد العينة على أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية وفق متغير الجنس

البعد	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيم (ت) ستيودنت	الدلالة الإحصائية	القرار
الضغوط الأسرية	ذكور	214	27.76	6.396	443	5.308-	0.000	يوجد فرق
	إناث	231	31.08	6.789				
الضغوط المالية	ذكور	214	38.13	4.024	443	4.203-	0.000	يوجد فرق
	إناث	231	39.87	4.652				
الضغوط الدراسية	ذكور	214	32.95	4.125	443	0.794-	0.427	لا يوجد فرق
	إناث	231	33.28	4.563				
الضغوط الشخصية	ذكور	214	26.20	4.411	443	4.291-	0.000	يوجد فرق
	إناث	231	28.18	5.234				
الضغوط الاجتماعية	ذكور	214	27.16	5.906	443	4.583-	0.000	يوجد فرق
	إناث	231	29.86	6.471				
ضغوط البيئة الجامعية	ذكور	214	37.42	4.589	443	0.534-	0.594	لا يوجد فرق
	إناث	231	37.66	5.110				
الدرجة الكلية	ذكور	214	190.71	21.292	443	4.097-	0.000	يوجد فرق
	إناث	231	198.91	20.908				

يتبين من الجدول (14) أن قيم الدلالة الاحصائية لاختبار (ت ستيودنت) بالنسبة لأبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية أصغر من (0.05) مما يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين وفق متغير الجنس، وهذه الفروق لصالح الفئة ذات المتوسط الحسابي الأكبر وهي فئة الإناث، وذلك باستثناء بُعدي (الضغوط الدراسية، وضغوط البيئة الجامعية). ويمكن تفسير وجود مستوى مرتفع من الضغوط النفسية لدى الإناث أكثر من الذكور لأمور أهمها (البيئة المنزلية والأسرية، وبيئة العمل، والمحيط الاجتماعي) تضع الكثير من القيود على الأنثى ولاسيما ما يتعلق بالعادات والتقاليد الاجتماعية، تفسير هذه النتيجة إلى المشاركة المجتمعية للذكور تسهم بشكل كبير في التخفيف من الضغوط النفسية التي يمكن أن يتعرضوا لها وهذه المشاركة تكون أعلى لدى الذكور ولاسيما في السنة الأولى لدى طلبة الجامعة.

- **الفرضية الخامسة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الإقامة.**

بهدف اختبار هذه الفرضية جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية وفق متغير الإقامة، وتم استخدام الاختبار الإحصائي (ت ستيودنت)، والجدول (15) يوضح نتائج ذلك.

الجدول (15) نتائج اختبار (ت ستيودنت) للفروق بين أفراد العينة على أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية وفق متغير الإقامة

البعد	الإقامة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيم (ت) ستيودنت	الدلالة الإحصائية	القرار
الضغوط الأسرية	داخل المحافظة	290	26.89	5.14	443	-12.861	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	34.33	6.90				
الضغوط المالية	داخل المحافظة	290	37.02	4.02	443	-16.608	0.00	يوجد فرق

	سكن جامعي	155	42.79	2.19				
الضغوط الدراسية	داخل المحافظة	290	31.72	4.47	443	-10.302	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	35.74	2.57				
الضغوط الشخصية	داخل المحافظة	290	25.52	4.28	443	-11.299	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	30.43	4.53				
الضغوط الاجتماعية	داخل المحافظة	290	26.31	4.78	443	-11.712	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	32.77	6.77				
ضغوط البيئة الجامعية	داخل المحافظة	290	37.88	5.07	443	1.977	0.04	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	36.92	4.39				
الدرجة الكلية	داخل المحافظة	290	185.98	16.33	443	-14.736	0.00	يوجد فرق
	سكن جامعي	155	211.79	19.77				

يتبين من الجدول (15) أن قيم الدلالة الاحصائية لاختبار (ت ستيودنت) بالنسبة لأبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية أصغر من (0.05) مما يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين وفق متغير الإقامة، وهذه الفروق لصالح الفئة ذات المتوسط الحسابي الأكبر وهي فئة الطلبة من السكن الجامعي ، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة القاطنين في السكن الجامعي ولاسيما في السنة الأولى يتعرضون إلى الكثير من الضغوط منها الاجتماعية نظراً لمكان السكن الجديد والعلاقات الاجتماعية الجديدة وما يتولد عنها من صعوبة في التكيف الاجتماعي وضغوط مالية نتيجة الأعباء الاضافية عليهم، وضغوط البعد عن أهلهم، ومواجهة مشاعر عدم الارتياح والقلق الناتجان عن الانخراط في تجربة جديدة عليهم كليّاً، وفي بعض الأحيان الاضطرار إلى التأقلم مع عادات جديدة مختلفة لزملائهم في غرفة السكن الجامعي. ومكان سكنهم الأصلي فضلاً عن اختلاف الكثير من العادات مثل النظافة والترتيب وأوقات النوم وطريقة الدراسة والطعام وأوقات الخروج والدخول التي كانوا معتادين عليها سابقاً.

الاستنتاجات و التوصيات:

- تصميم برامج توجيهية وإرشادية للطلبة في السنة الأولى تساعدهم على التخفيف من الضغوط النفسية لديهم.
- تنفيذ أنشطة ولقاءات يشارك بها الطلبة في مختلف الاختصاصات، بهدف زيادة مستوى الكفاءة الاجتماعية لطلبة الجامعة.
- إجراء دراسات أخرى حول مشكلات الطلبة الجدد وتناول متغيرات أخرى يمكن أن تؤثر على الكفاءة الاجتماعية.
- زيادة الاهتمام بالخدمات المتعلقة بالمبنى الجامعي، والسكن الجامعي، ومشاركة الطلبة في تطوير هذه الخدمات مما يشكل حافزاً لديهم في الحفاظ عليها.
- تخصيص قروض مادية بدون فوائد للطلبة من محافظات أخرى.

References:

- Abd Ahmad, Zakaria; Ahmad, Amaal Jadoua. Social competency and its relationship to some among University students. Journal of Tikrit University for the humanities .22(11), p 252-283. 2015
- Abd Al Azeez, Miftah Mohammad.Introduction to health psychology. .Amman :Dar Wael publishing –Distributing.2010
- Abd Al Hafez, Thanaa Abd Alwadoud. Executive attention and executive function. Jordan: Dar min Almuhit ila Al Khalij.2016
- -Abd Al Rahman, Ali Esmaeil. Psychological stress killer invisible causes treatment Egypt: Dar Al yagin publishing –Distributing.2012
- Abd Alaa, Dakhel (2014) . Social kills concept ,units and determinants . , Saudi :Al obeikan publishing –Distributing.
- Abd Al-Nasr, Medhat Muhammad, Research Methods in Social Work. The Arab Group for Training and Publishing, Cairo, Egypt, 2017.
- Abeed, Mageda Bahaa Al Deen Al Said . Psychological stress and its effect on psychological health . Amman: Dar Safa publishing –Distributing.2008 .
- Abo Rumman, Fatema Abd Almajeed Mousa . Effects of counseling program based on choice theory upon social competency and self –efficacy among juvenile delinquents in Jordan .Up published doctoral thesis, college of education and psychological sciences ,Amman Arab University: Jordan.2008
- Abu Allam, Rajaa Mahmoud, Research Methods in Psychological and Educational Sciences. University Publishing House, Cairo, Egypt.2004
- Al Kahtany, Muhammad Ibn Metrek Al Shery. Psychological stress in view of some varibles among undergraduate students at Al Imam Muhammad Ibn Saud Islamic University.International Journal of research in education and psychology.5(2),p 521-549 . 2017.
- Al Kanue, Ashraf Ahmad Rasheed .Social Competence and its relationship coping styles with psychosomatic disorders in the provinces of Gaza. Master thesis,college of education , Al Islamic University, Gaza.2011
- Al Naemy, Mohammad Abd Al AAl; Al bayati, Abd Al Jabbar tawfik; Khalefi, Ghazy Jamal Khalefi). Scientific research methods and methods . Amman :Al warak publishing –Distributing. 2015
- Al namlah, Abd Al Rahman Sleman.The relationship between Social Competence and achievement motivation among high achieving students of the secondary schools in Riyadh region. Educational science studies.34(4), p 1759-1772.2016
- Al-Dakhli Allah, Dakhil Abdullah, Social Skills: Concept, Units and Determinants, Al-Obeikan Library, Amman, Jordan, 2016.
- Al-Kfaween, E. Social Competence Among The Students Of The University And Relation To Demographic Factors. European Journal Of Social Sciences, 16(1),p 160-166. 2010
- Dukhan, Nabeel Kamel; Al Hajjar,Basheir Ebraheem (2006).Stress among the Islamic University students and its relationship with psychological hardiness. Journal Of Humanities Research.14(2), p 369-398.

- Jaradat, Abd Al karim Muhammad; Abo Ghazal ,Mueawia Mahmud; Al mumini,
- Khegifi, Naddddia.Mental health and its relation to psychological stress among University students. . Journal Al Jami of education and psychological studies, Issue 8,p 39-67.2018
- Khleifi, Nadia, Mental health and its relationship to psychological stress among university students A field study on a sample of students of the Faculty of Humanities and Social Sciences at Mouloud Mammeri Tizi Ouzou University. Aljamie Journal of Studies and Educational Sciences.
- Kumar, S. And Buhkar, P .Stress Level And Coping Strategies Of College Students. Journal Of Physical Education And Sports Management. 4(1), p5-11.2013
- Parnes, Peter.The Roles Of Assertiveness And Generalized Self-Efficacy In The Relationship Between Social Efficiency And Psychological Distress Among African-American. Phd Dai, p 64-68.2003.
- Saleh, Ali Abd Alraheem; Manshid, Husam Mohammad. Social competency and its relation to self – efficacy in University students. .Arab Journal of psychology, Issue 3, p 25-50.2017.
- Shaaka, Ali, the effect of the study system and gender on the university compatibility of my university students An-Najah National and Al-Quds Open University. Journal of Studies for Educational Sciences, Volume (40) N, Annex 2, 2013.
- Smart, D., & Sanson, A. Social Competence In Young Adulthood, Its Nature And Antecedents. Family Matters, 64,p 4-9.2003

الملاحق

الملحق (1) الاتساق الداخلي لمقياس الكفاءة الاجتماعية

رقم العبارة	قيم معاملات الارتباط	رقم العبارة	قيم معاملات الارتباط
1	**0.582	26	**0.695
2	**0.539	27	**0.639
3	**0.625	28	**0.589
4	**0.719	29	*0.597
5	**0.645	30	**0.634
6	**0.639	31	**0.679
7	**0.694	32	**0.689
8	**0.654	33	**0.631
9	*0.524	34	*0.467
10	**0.687	35	*0.564
11	**0.601	36	**0.658
12	*0.517	37	*0.612
13	*0.522	38	**0.701
14	**0.741	39	*0.519
15	**0.685	40	**0.682
16	**0.712	41	*0.582
17	**0.654	42	**0.677
18	**0.541	43	*0.519
19	**0.689	44	**0.611
20	**0.564	45	**0.628
21	*0.421	46	*0.524
22	**0.541	47	**0.569
23	*0.485	48	*0.432
24	**0.658	49	**0.645
25	**0.712	50	**0.663

الملحق (2) الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط النفسية

رقم العبارة	قيم معاملات الارتباط	رقم العبارة	قيم معاملات الارتباط
1	**0.525	31	**0.764
2	**0.792	32	**0.715
3	**0.745	33	**0.799
4	**0.776	34	**0.866
5	**0.802	35	**0.680
6	**0.790	36	**0.611
7	**0.895	37	**0.626
8	**0.794	38	*0.414
9	**0.852	39	**0.858
10	**0.780	40	**0.753

11	0.685**	41	0.604**
12	0.739**	42	0.533**
13	0.762**	43	0.603**
14	0.417*	44	0.553**
15	0.676**	45	0.721**
16	0.719**	46	0.846**
17	0.790**	47	0.598**
18	0.725**	48	0.553**
19	0.735**	49	0.721**
20	0.886**	50	0.841**
21	0.613**	51	0.846**
22	0.752**	52	0.777**
23	0.802**	53	0.435*
24	0.499*	54	0.797**
25	0.627**	55	0.715**
26	0.764**	56	0.760**
27	0.684**	57	0.782**
28	0.647**	58	0.863**
29	0.496*	59	0.758**
30	0.457*	60	0.851**

الملحق (3) أدوات البحث

عزيزتي الطالبة..... عزيزي الطالب.....

يهدف البحث الحالي إلى تعرّف مستوى الكفاءة الاجتماعية، وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى في جامعة تشرين.

يرجى المساهمة في هذا البحث من خلال الاستجابة على هذين المقياسين مع جزيل الشكل والامتنان.

- **الجنس:**

○ **ذكر**

○ **أنثى**

- **الإقامة:**

○ **المنزل**

○ **سكن جامعي**

مقياس الكفاءة الاجتماعية من تصميم (أبو رمان،2008)

العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1) أستمع إلى التعليمات والقوانين وأبدي اهتماماً بها.					

2)	أتجاهل الأوامر التي تعطى إلي.					
3)	لدي مهارات قيادية جيدة.					
4)	أتمتع بسمة السرعة والتركيز.					
5)	أستمع وأتفهم ما يقوله الآخرون.					
6)	أتصرف بلباقة في المواقف المختلفة.					
7)	أراعي مشاعر رفاقي وأحترمها.					
8)	أستطيع تكوين صداقات مع الآخرين.					
9)	أمتثل إلى التعليمات التي تعطى إليَّ					
10)	أنضبط في أداء الدور المتوقع مني.					
11)	لدي ميل للصبر واحتواء الآخرين.					
12)	أضحي برغباتي واحتياجاتي الشخصية لتحقيق الصالح العام.					
13)	أطلب المساعدة من الآخرين حتى لو كانت المهمة ضمن إمكانياتي					
14)	أمتلك مهارات تنال إعجاب زملائي.					
15)	أعمل على تنظيم اللقاءات والمناقشات مع الرفاق.					
16)	أتفاهم مع رفاقي إذا أستدعى الأمر					
17)	يلجأ لي رفاقي للحديث عن مشكلاتهم.					
18)	أتعامل بحذر مع الأمور التي تسبب لي الأذى.					
19)	أستوضح عن التعليمات التي يجب إتباعها في موقف جديد.					
20)	غالبًا ما أخالف الأنظمة والتعليمات					
21)	أتجنب الأخذ بآراء الآخرين					
22)	أعتبر نفسي فصيح اللسان وقوي التعبير.					
23)	أتنافس مع الآخرين دون إيذاء مشاعرهم.					
24)	أتقبل الدور الموكل إليَّ في الجماعة.					
25)	أستمع لتوجيه الرفاق لي.					
26)	أحرص على عمل ما يطلبه مني الرفاق.					
27)	أجد صعوبة في الاندماج مع شلة الرفاق					
28)	أغامر دون تقدير للنتائج.					
29)	أورط نفسي مع الآخرين وقد يلحق بي الأذى.					
30)	أضع النقود في جيبي بشكل ظاهر					
31)	أنهي واجباتي ونشاطاتي بالطريقة المطلوبة مني.					
32)	أحب أن أظهر بمظهر المسؤول عن جماعتي.					
33)	أتجنب أخذ دور قيادي في المجموعة.					
34)	أتعاون مع زملائي في المواقف المختلفة.					
35)	أفهم مشاكل واحتياجات زملائي الآخرين.					
36)	أحرص على مشاركة أصدقائي في الأنشطة					
37)	أتفاعل مع نوعيات مختلفة من الرفاق.					
38)	أتصرف بعصبية عندما أكون مع الرفاق.					

39) أبتعد عن الأماكن الخطرة.					
40) أشاكس لدرجة التعرض للأذى من الآخرين.					
41) أقرأ التعليمات المكتوبة قبل استعمال الأدوات الكهربائية والحادة والأدوية					
42) أبتعد عن الأخطار التي ممكن أن تهدد حياتي أو عرضي أو شرفي أو مالي.					
43) أحب النظام وأحترمه.					
44) أحاول أن أكون في المقدمة بين زملائي.					
45) أحاول أن أكون قائدًا لمجموعتي					
46) أقدم المساعدة للآخرين عندما يحتاجون إليها					
47) أشعر بالارتباك عندما أكون مع المجموعة					
48) أبادر إلى مساعدة من يحتاج إلى مساعدة من أصدقائي.					
49) أتحاشى الاختلاط مع المجموعة.					
50) أكون متسامحًا لمن يسيء إليَّ من الرفاق					

مقياس الضغوط النفسية من تصميم (دخان و الحجار، 2006)

العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1) يزعجني عدم توافر المخابر وقاعات التدريب اللازمة للدراسة					
2) أتضايق من سوء معاملة العاملين في الجامعة(كافتيريا – مكتبة– الخ)					
3) يحرمني والدي أوأحدهما من التعبير عن رأيي داخل الاسرة					
4) أشعر بعدم الاستقرار والخوف من المستقبل بعد التخرج من الجامعة					
5) تؤثر الضوضاء والصراخ في البيت على مستوى تحصيلي.					
6) يضايقني عدم سماح والدي أو احدهم بدعوة اصحابي لزيارتي في البيت					
7) يزعجني عدم وجود مياه الشرب الصحية في كل طابق من طوابق الجامعة.					
8) أعاني من عدم الاحترام بين أفراد اسرتي					
9) أعاني من عدم قدرة الهيئة الإدارية على حل الكثير من مشكلات الطلبة					
10) أعاني من تزمت بعض المحاضرين اثناء المحاضرة					
11) أفكر بترك الدراسة الجامعية او تأجيل فصول دراسية بسب العبء المادي					
12) أضطر للعمل اثناء الدراسة لأتمكن من الانفاق على متطلباتي الدراسية والشخصية.					
13) أعاني من عدم القدرة على شراء الكتاب الجامعي					

14) أعزف عن مشاركة الزملاء في الكثير من المناسبات بسبب قلة المال					
15) أمتنع عن الذهاب للكافتيريا تجنباً للإرهاق المالي					
16) أخجل من زيارة زملائي لبيتي لتواضع أثاثه					
17) يؤدي ارتفاع تكلفة المواصلات اليومية الى تغيبي عن الجامعة.					
18) أشعر بعدم تقدير الاخرين لدي لتدني معدلي التراكمي					
19) أتضايق لعدم قدرة اسرتي على توفير مستلزماتي الضرورية					
20) تزعجني ضآلة الخدمات الجامعية					
21) يندر وجود مدرسين متخصصين في المواد المطلوبة في تخصصي					
22) أجد صعوبة في انجاز الواجبات الدراسية لكثرتها					
23) يؤثر أداء بعض المحاضرين على مستواي التحصيلي سلباً					
24) يؤثر الواقع الجامعي على مذاكراتي وتحصيلي الدراسي ومواظبتي على المحاضرات					
25) أعاني من تغيير المحاضرات بكثرة في الجدول الدراسي					
26) يرهقني حضور محاضرات عديدة في يوم واحد					
27) من الصعب الحصول على المراجع المطلوبة لبعض المواد					
28) تسبب لي المواصلات اليومية الارهاق وإضاعة الوقت					
29) ينعكس عدم الانتظام في الدراسة سلباً على مستواي الاكاديمي					
30) يمتنع بعض المدرسين عن توضيح مفردات المادة في بداية الفصل الدراسي					
31) يضايقني عدم تقبل أسرتي لطبيعة دراستي					
32) أعاني من عدم قدرتي على التوفيق بين دراستي وعلاقاتي الاجتماعية					
33) أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الزملاء					
34) يميز والدي أو احدهما بيني وبين اشقائي					
35) أتضايق من أساليب التعامل الفئوي بين الطلبة					
36) أجد صعوبة في الاحتفاظ بالأصدقاء داخل الجامعة					
37) يرفض بعض زملائي مساعدتي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة					
38) يضايقني عدم التزام بعض المدرسين بنظم ولوائح الجامعة					
39) تضيق مساحة منزلي ولا تتسع لأفراد اسرتي					
40) يضايقني عدم احترام الطلبة لفلسفة ونظم الجامعة					
41) تسبب المقاعد الدراسية لي المتاعب الجسمية والآلام					
42) أعاني من بعض الاجراءات الادارية الروتينية والمملة(قبول– تسجيل – مالية)					

43) يعاملني والدي أو إحداهما بقسوة					
44) يجهدني عدم تخصيص قاعات دراسية محددة لكل فرع دراسي					
45) تكتظ القاعات بالطلبة					
46) أعاني من كبر حجم الاسرة					
47) أشعر بالضيق واليأس لعدم اهتمام الجامعة لشكاوي الطلبة					
48) يؤثر عدم تجهيز القاعات علي سلباً(إضاءة –برد – تشتت الصوت)					
49) أعاني من قلة المرافق الحيوية للأنشطة اللامنهجية والرياضية					
50) يضايقني موقع الجامعة الجغرافي نظراً لمكان إقامتي					
51) أشعر بان المواد المقررة لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي					
52) أضطر إلى الاقتراض لتغطية النفقات الجامعية المطلوبة					
53) يضايقني إلحاح ولدي أو أحدهما وحثهم لي على الدراسة					
54) أشعر أني مهموم					
55) أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط نقد موجه لي					
56) أعاني من عدم التعاون بين أفراد اسرتي					
57) تكثر الخلافات بين أفراد اسرتي					
58) أعاني كثيراً من التشتت وعدم التركيز في الدراسة					
59) أجد صعوبة في تحقيق طموحاتي الدراسية					
60) أعاني من عدم القدرة على التعبير عن رأيي					