

التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي لدى طالبات جامعة الجوف

خولة بنت خليفة مفضي البرجس

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

كلية التربية - جامعة الجوف

المستخلص: هدفت الدّراسة الحالية تعرّف مستوى كلٍّ من التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي لدى طالبات جامعة الجوف، ولتحقيق أهداف الدّراسة تمّ تطوير مقياسي التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية من خلال الأدب النظري، وتعرّف مستوى التّحصيل الأكاديمي من خلال كشوفات الجامعة، وتمّ تطبيق الدّراسة على الطالبات من خلال إرسال رابط إلكتروني لهنّ من خلال العينة المتيسرة، وقد استجاب على الرابط بعد شهرين عينته بلغت (١٠٠٠) طالبة، شكّلن ما نسبته (١٠٪) من الطالبات في الجامعة، وبعد تحليل النتائج خلصت الدّراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التوافق النفسي الاجتماعي من جهة وبين الرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي، بحيث أنّه كلما زاد التوافق النفسي الاجتماعي زادت الرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي لدى الطالبات، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في التوافق النفسي الاجتماعي لدى الطالبات تبعاً لمنغبر التّخصّص ولصالح التّخصّص الإنساني مقارنةً مع التّخصّص العلمي، ووجود فروق في الرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي لدى الطالبات تبعاً لمنغبر التّخصّص ولصالح التّخصّص العلمي مقارنةً مع التّخصّص الإنساني، كما خلصت النتائج إلى وجود فروق في التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية بين المستوى الدّراسي السّادس والثّامن لصالح المستوى الدّراسي الثّامن.

الكلمات المفتاحية: التوافق النفسي الاجتماعي، الرّفاهية، التّحصيل.

Psychological social adjustment and its relationship to psychological well-being and academic achievement among female students at Al-Jouf University

Khawlah Khalifah M Albarjas

Assistant Professor of Educational Psychology
College of Education -Al-Jouf University

Abstract: The current study aimed to identify the level of both psychological social adjustment and its relationship to psychological well-being and academic achievement among female students of Al-Jouf University. To the female students by sending them an electronic link. After two months, a sample of (1000) female students responded to the link, making up (10%) of female students at the university. After analyzing the results, the study concluded that there is a positive correlation between psychological and social adjustment on the one hand. And between psychological well-being and academic achievement, so that the greater the psychosocial social adjustment, the greater the psychological well-being and academic achievement among female students, and the results indicated that there are differences in psychological and social adjustment among female students according to the variable of specialization and in favor of the human specialization compared to the scientific specialization, and there are differences in psychological well-being and academic achievement Among the female students, according to the variable of specialization and in favor of the scientific specialization compared to the human specialization. The results also found that there are differences in psychosocial compatibility and psychological well-being between the sixth and eighth academic levels and in favor of the eighth academic level.

Keywords: Psychological social adjustment, well-being, achievement.

مُقدِّمة:

تُعدُّ المرحلة الجامعية من أهم الفترات التي يمر بها الطُّلاب والطَّالبات بالجامعة لأنها تُعدُّ مرحلة إعدادٍ للمستقبل والتَّأهيل لمواجهة العصر القادم الذي يَتميّز بالتغيُّرات السَّريعة، والتَّطورات التكنولوجية المتلاحقة في كل المجالات وبخاصةً مجال التَّعليم، وهو ما يطلق عليه عصر "الانفجار المعرفي"؛ لذا كان على عاتق الجامعة إعدادهنَّ وتجهيزهنَّ لملاحقة التَّطورات الهائلة في مجال التَّعليم والتكنولوجيا، والاستثمار الأمثل للعقول البشرية والنفسية والصحية والجسدية وإعدادهنَّ متوافقاتٍ نفسيًا واجتماعيًا، مما يُشعرهنَّ بالرفاهية النفسية والنَّجاح في الحياة الجامعية والعملية.

كما تُعدُّ الجامعة إحدى المؤسَّسات والمحرك الأساسي لمختلف المؤسَّسات الأخرى والإطار الذي تتبلور وتتشكَّل ضمنه شخصية الطالب الجامعي بأبعادها المعرفية، والانفعالية والسُّلوكية. وقد أشارت عديدٌ من الدِّراسات أن الرفاهية النفسية كان يتم تناولها ودراستها سابقًا من خلال التَّركيز على الجوانب السُّلبية كالاكتئاب النفسي، والضُّغوط المهنية ولكنَّ الدِّراسات الحديثة أثبتت لعلم النَّفس الإيجابي أنه فضَّل تعديل ذلك والتَّركيز على الجوانب الإيجابية وتنميتها وإكسابها للطُّلاب والطَّالبات في كل المراحل التَّعليمية، وبصفةٍ خاصة المرحلة الجامعية؛ لذا أكَّدت نتائج عديدٍ من الدِّراسات أهمية الرفاهية النفسية لارتباطها بالجودة في الحياة والسَّعادة بصفةٍ عامة، بالإضافة إلى ارتباطها بمستوى التَّحصّل الأكاديمي للطُّلاب في كل المراحل التَّعليمية من الطفولة للجامعة. وقد أُجريت عديدٌ من الدِّراسات لتوضيح أهمية الرفاهية النفسية لطلاب الجامعة كما في دراسة كلٍّ من العبري (٢٠٢٣) والرشيدي (٢٠٢٣) وعبد الكريم وشحاتة وخطاب (٢٠٢٢) ومصطفى وشوكت (٢٠٢٠) ودراسة خرنوب (٢٠١٦) و (Zober (2018) & Ozpolat, et al (2012).

كما أكَّدت دراسة (Sharma, et al, 2022) أن الرفاهية النفسية لطلاب الجامعة بالهند تتأثر بالخبرات الحياتية، والحالة الاجتماعية، والنفسية، والصحية. كما اتفقت معها دراسة (Seden, et al, 2022) التي أُجريت على طلاب كليات الجامعة الملكية في بوتان إلى أن الطُّلاب الجامعيين يتمتعون بمستوياتٍ مرتفعةٍ من الرفاهية النفسية. كما أوصت دراسة (Khairani, et al (2019) بأهمية الإبداع في التعلُّم لاكتساب الرفاهية النفسية لطلاب الجامعة.

وأكد كلٌّ من شوكت (٢٠٠٠) والمجالي (٢٠٠٦) أن التوافق النفسي الاجتماعي يعدُّ من أقوى المؤشَّرات المتعلقة بصحة الطالب النفسية والاجتماعية، حيث يقضي الطُّلاب والطَّالبات فترةً طويلةً من حياتهم في الجامعة، وأن توافقهم مع جو الجامعة وشعورهم بالرضا والارتياح عن حياتهم الجامعية بصفةٍ عامة يمكن أن ينعكس على إنتاجيتهم ويرى يوسف (٢٠٢٢) أن التوافق النفسي الاجتماعي يساعد الطالب على تحقيق رغباته وحاجاته الاجتماعية المشروعة عن طريق علاقاته مع زملائه وأساتذته وإدارة جامعته.

كما رأى فادي (٢٠٢٣) أن التوافق النفسي الاجتماعي هو: مجموعة سلوكيات ومحاولات متكررة يسلكها الفرد من خلال التفاعل مع الأخر، من أجل الانسجام وتحقيق الاستقرار مع نفسه أولاً ومع الآخر ثانيًا وتحقيق أهدافه ويظهر في مدى رضا الفرد عن ذاته وقبول الأخرين له، والخلو من الحزن والفشل وتقبله لذاته. واتفق كلٌّ من (عبابنة وحماد، ٢٠٢٣) على وجود ثلاثة أبعاد رئيسية للتوافق النفسي والاجتماعي تتمثل في: التوافق النفسي: الذي يركز على الجانب النفسي للفرد ودوافعه وحاجته، والتوافق الاجتماعي: ويركز هذا البعد على البيئة الاجتماعية التي تحتوي على مجموعة من القيم والمعايير الاجتماعية والثقافية، والتوافق النفسي الاجتماعي الذي يركز على التفاعل والتكامل بين الجانب النفسي والاجتماعي، الذي يشير إلى أنه عملية ذات جانبيين تتضمن انتماء الفرد للبيئة الاجتماعية والمجتمع المحيط به.

والتوافق النفسي الاجتماعي يعدُّ أحد أكثر مفاهيمها شيوعاً وانتشاراً بين الباحثين والعاملين في مجال الصحة والإرشاد النفسي لأهميته في تحقيق الاستقرار النفسي لدى الفرد، ومساعدته على الانسجام مع ذاته ومع مجتمعه، واتفق معظم الباحثين في ميدان السيكولوجي على أن بُعدى التوافق الأساسيين في حياة الأفراد هما: البعد النفسي والاجتماعي. وقد أُجريت عديدٌ من الدراسات على التوافق النفسي كما في دراسة (العتيبي، ٢٠٢١)

كما أُكِّدت دراسة (Verdugo, & Sánchez-Sandoval, 2022) أن التوافق النفسي الاجتماعي ذو علاقةٍ إيجابية بالتوقعات المستقبلية، وتُعدُّ التوقعات المستقبلية عاملاً وقائياً مهماً للنمو الصحي، حيث إن التفكير في المستقبل يحفز السلوك اليومي، ويؤثر على الخيارات والقرارات والأنشطة المستقبلية؛ مما يصلُّ بالفرد لحالةٍ من النشوة والرفاهية النفسية. كما أُكِّدت عديدٌ من الدراسات على ارتباط التوافق النفسي الاجتماعي بالتحصيل الأكاديمي للطلاب كما في دراستي كلٍ من: (Ndung'u, 2023) Vadivukarasi, & Gnanadevanqqqq1aaa, 2022).

وهدف دراسة يوسف (٢٠٢٢) التَّعرُّف إلى مستوى القلق الاجتماعي ومستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث من طلبة الدراسات العليا في كلية الآداب والعلوم الإنسانية في جامعة دمشق، وخلص البحث إلى أنَّ مستوى التوافق النفسي الاجتماعي كان متوسطاً، ووجود فروق ذات دلالةٍ إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لمتغيّر المستوى الدراسي لصالح الطلبة الذين كانوا في مرحلة دراسة الدكتوراه. وتناولت دراسة النملة والسحيباني (٢٠٢١) تحديداً مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المنح في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالةٍ إحصائية على البعدين الاجتماعي والأكاديمي تُعزى للتخصُّص.

ورأى فرويد صاحب النظرية التحليلية النفسية أن التوافق النفسي لدى الفرد يكون عمليةً لا شعورية؛ مما يجعل الفرد لا يعي كثيراً من الأسباب المفسِّرة لعديدٍ من سلوكياته، حيث يرى أن الفرد يصل لحالة من التوافق النفسي في حاله قدرته على إشباع المتطلِّبات الضرورية والأساسية للهو من خلال الوسائط المقبولة اجتماعياً، في حين رأى ماسلو Maslow عبر النظرية الإنسانية أهمية تحقيق الذات في عملية التوافق النفسي السوي، ووضع عدَّة معايير لتحقيق التوافق النفسي، وهي: إدراك الذات وقبولها، والعفوية والتركيز على المشكلات لحلها، والاعتماد على الذات والاستقلالية، وتقدير الأشياء والاستمتاع بها، والتجارب الأصلية المهمة، وقوة الاهتمام الاجتماعي، والعلاقات الاجتماعية الطبيعية السوية، والشعور بالسلام تجاه البشر، والتوازن بين أقطاب الحياة المختلفة (الحرثي، ٢٠٢٢). فيما رأى واطسن وسكنر في المدرسة الإنسانية أن التوافق سلوكٌ مُتعلِّم ومُكتسب من البيئة، وأنَّ هذه الأنماط السلوكية المتعلَّمة هي التي تسمح للفرد بتحقيق التوازن الاجتماعي داخل المجتمع بين الفرد والمجموعة، وبذلك يتمُّ التوافق النفسي السوي مع المجتمع من خلال العلاقات السوية الخالية من الصراعات النفسية. وترى المدرسة الإنسانية لروجرز أن التوافق يرتبط بتحقيق الذات، ويرى روجرز (Rogres) أن التوافق والانسجام يتحقَّق للفرد عندما تكون الذات المثالية والذات الحقيقية على استقامة واحدة، وهذا يعني أنَّ الفرد حينما يمتلك مفهوم ذاتٍ إيجابي نحو ذاته فإنَّه يكون أكثر قدرة على التَّعامل مع مصادر الضغوط المختلفة التي تعترضه في حياته (يونس وأمين، ٢٠٢٣)، فيما أُكِّدت النظريات الاجتماعية: أن التوافق يظهر من خلال مظاهر السلوك الخارجي للفرد أو الجماعة، ويشيرُ هذا الاتجاهُ إلى الانقياد للجماعة والرُّضوخ لأوامرها من أجل مقابلة مُتطلِّبات الحياة اليومية (عبد المجيد ومحمود وخليل، ٢٠١٥).

ويُعدُّ مفهوم الرّفاهية النفسية من المحاور الرئيسية في مجال علم النفس الإيجابي لما له من مكانة بارزة في تاريخ الفكر الإنساني فيسعى الجميع في الثقافات المختلفة لتحقيق الرّفاهية النفسية. وأجريت عدداً من الدّراسات لتوضيح أهمية الرّفاهية الدّاتية لطلاب الجامعة كما في دراسة كلٍ من (Zober, 2018) ومصطفى وشوكت، ٢٠٢٠ ودراسة خرنوب، (٢٠١٦)؛ لذا أُجريت هذه الدّراسة للوقوف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لطالبات جامعة الجوف والتّعرّف إلى مستوى الرّفاهية الدّاتية لديهن والعلاقة بينهما وبناءً على ذلك تمّ تحديد مشكلة الدّراسة الحالية.

والرّفاهية النفسية هي الشّعور بالسّعادة التي تولّدت من تجربة مشاعر أكثر متعة من المشاعر غير السّارة وتشتمل على مجموعة من المكوّنات المعرفية والعاطفية، ويشيرُ المكون المعرفي هنا إلى درجة شعور الأفراد والمجتمع بالرضا عن الحياة، أمّا المكون الوجداني فيتمثّل بوجود تأثير إيجابي لدى الأفراد، وغياب تام للتأثير السلبي (Bakhshi & Raina (2013) ورأى مالوت وآخرون (Maaulot, et al, 2015) أنّها عبارة عن مفهوم يشيرُ إلى تقييم الفرد لنفسه ولحياته عامّةً، وهذا التّقييم قد يأخذ المنحنى المعرفي الإدراكي الذي يجعلُ عملية التّقييم الصّادرة من الفرد تتسم بالعقلانية. في حين رأى خرنوب (٢٠١٦) أن الرّفاهية النفسية توضح مدى تقبّل الفرد لذاته ومدى شعوره بالرضا عن الحياة؛ مما يعطيه صورةً إيجابية عن ذاته؛ ليساعده على تحقيق أهدافه وطموحاته التي يسعى إليها، ومن خلالها أيضاً يمكنُ للفرد التغلّب على كثيرٍ من الصّعوبات التي تواجهه في الحياة. وعرفه (Hernandez, et al, 2018) أنّها: عبارة عن تجربة الفرد الدّاتية الإيجابية التي تعملُ على تعزيز المشاعر الإيجابية وظهورها في المستقبل، أمّا (Benevene, et al, 2020) فيرى أنّها تتمثّل في قدرة الفرد على تحقيق التّوازن الإيجابي والديناميكي بين مواردهم والتّحديات التي يتعرضون لها.

كما رأى أبو حلاوة (٢٠١٣) أن الرّفاهية النفسية تعني: ميل الفرد إلى الثّبات والحفاظ على هدوءه والاتزان الانفعالي عندما يتعرض لمواقف ضاغطة في الحياة، بالإضافة إلى قدرته على التوافق الفعّال والمواجهة الإيجابية لهذه المواقف والضغوط الحياتية، أي أنّها تساعده على التّكيف السّوي والجديد مع مُتغيّرات الحياة.

وقد أجرى العبري (٢٠٢٣) دراسةً هدفت إلى قياس الرّفاهية النفسية، وكذلك المستوى الأكاديمي لطلاب الجامعة، وتوصّلت الدّراسة إلى أنّ طلبة جامعة السّلطان قابوس يتمتّعون بدرجة عالية من الرّفاهية النفسية بنسبة (٧٧٪)، ووجود علاقة طردية ضعيفة بين الرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي لطلاب الجامعة. كما أجرى مفتود ووهيبة (٢٠٢٣) دراسةً هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الرّفاهية النفسية والهوية التّقافية لدى طلاب الجامعة وخلصت الدّراسة إلى وجود علاقة بين الرّفاهية النفسية والهوية التّقافية لدى طلاب الجامعة.

وفي دراسة الرشيد (٢٠٢٣) حول التّعرّف إلى الكفاءة الدّاتية وعلاقتها بمستوى الرّفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة، وخلصت الدّراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الكفاءة الدّاتية والرّفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة. أمّا دراسة منصور (٢٠٢٢) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الأمل والرّفاهية النفسية لطلاب الجامعة، وخلصت الدّراسة إلى وجود مستوى مرتفع من الرّفاهية النفسية لدى طالبات الجامعة، وأيضاً وجود علاقة قوية بين الأمل والرّفاهية النفسية.

وأجرى عبد الكريم وشحاته وخطاب (٢٠٢٢) دراسةً هدفت إلى الكشف عن الدّاتية المنبئة بالرّفاهية النفسية والتدقّق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة، وخلصت الدّراسة إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين كفاءة الدّات والرّفاهية النفسية، وبين الكفاءة الدّاتية والتدقّق النفسي. كما قام مزارى وحزمة (٢٠٢١) بدراسة هدفت إلى

الكشف عن مستوى الرفاه، وقد دلّت النتائج أن الطلبة الجامعيين يتميزون بمستوى مرتفع من الرفاه النفسي، كما خلصت إلى وجود علاقة قوية بين التفكير الإيجابي والرفاه النفسي لدى هذه العينة.

وأجرى مصطفى وشوكت (٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، وخلصت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين الرفاهية الذاتية (النفسية) وتقدير الذات لطلاب الجامعة. كما أجرى (Mustafa, et al, 2020)، دراسة هدفت إلى قياس الرفاهية النفسية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب جامعة سلطان إدريس التربوية. وتوصّلت النتائج إلى امتلاك الطلاب لمستويات متوسطة ومرتفعة من الرفاهية النفسية، ووجود علاقة بين الرفاهية النفسية والتحصيل الأكاديمي.

وهدف دراسة السويلم (٢٠١٩) التعرف إلى مستوى الرفاهية النفسية وخلّصت إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية النفسية لدى الطالبات عينة الدراسة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسّطات درجات الرفاهية النفسية بأبعادها تبعاً لاختلاف الكلية لعينة الدراسة، فيما عدا (بعد تقبّل الذات؛ وبعد التمكن من البيئة). كما تناولت دراسة خطاطبه (٢٠١٩) الكشف عن العلاقة بين مهارات إدارة الذات والرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة غير دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس إدارة الذات ومقياس الرفاهية النفسية؛ كما وُجدت فروق ذات دلالة إحصائية على جميع أبعاد مقياس الرفاهية النفسية وفقاً للمستوى التعليمي لصالح المستوى الأعلى.

وهدف دراسة (Udhayakumar, & Illango, 2018) تقييم مستوى الرفاهية النفسية لطلاب المرحلة الجامعية، وخلصت إلى: ارتفاع مستوى الرفاهية النفسية لطلاب الجامعة. كما هدفت دراسة خرنوب (٢٠١٦) إلى الكشف عن العلاقة بين الرفاهية النفسية، وكل من الذكاء الانفعالي والتفاؤل، وأشارت النتائج إلى وجود علاقات إيجابية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب في الرفاهية النفسية (ومكوناتها الفرعية) وكل من الذكاء الانفعالي والتفاؤل.

وقد ركّز نموذج بيرما " PERMA Model " لسليجمان أنه من الممكن فهم الرفاهية النفسية، والربط بينها وبين عديد من المتغيرات كالذكاء بأنواعه المتعددة، والتحصّل الدراسي، والإنجاز، والدافعية (Seligman , 2006) ولقد طوّر سليجمان نظريته الحديثة في الرفاهية النفسية (Seligman , 2011) واقترح نظرية الرفاهية النفسية وهو ما يطلق عليه نموذج "PERMA" الذي افترض وجود خمسة أبعاد للرفاهية النفسية هي : المشاعر الإيجابية Positive Emotions، والعلاقات مع الآخرين Relationships، والإنجاز Accomplishment والانخراط في المهام Engagement، والمعنى أو الهدف Meaning (Reff & Singer, 2008).

كما تناولت دراسة على (٢٠٢٣) التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب جامعة الملك فيصل بتشاد وتوصلت لعديد من النتائج منها: يتوقّر التوافق النفسي لطلاب الجامعة بدرجة مرتفعة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي والتحصّل الأكاديمي لطلاب الجامعة. كما تناولت دراسة الحارثي (٢٠٢٢) الكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى طلاب المنح الدراسية الدوليين الدارسين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة، وأظهرت النتائج أن التوافق النفسي لدى أفراد العينة يتوفر بدرجة مرتفعة، ووجود فروق دالة إحصائية تُعزى إلى متغيّر التخصّص الأكاديمي (علمي، نظري) لصالح طلاب التخصّص النظري.

وأجرى غرة والعلي (٢٠١٨) دراسةً هدفت الكشّف عن مستوى التّوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة فلسطيني الداخل، وعلاقته بالهوية الثقافية والتّحصيل الأكاديمي، أظهرت نتائج الدّراسة أن مستوى التّوافق النفسي لدى الطلبة فلسطيني الداخل جاء بدرجةٍ منخفضة، وعدم وجود فروق في بُعد التّوافق النفسي تُعزى لأثر التّخصّص في جميع الأبعاد باستثناء بُعد التّوافق الوجداني، وجاءت الفروقات لصالح التّخصّصات الإنسانية، ووجود فروق في التّوافق النفسي بين سنة رابعة من جهة، وكلٍ من السّنة الأولى والثّانية والثالثة من جهةٍ أخرى في الأبعاد جميعها. وتناولت دراسةٌ يحي (٢٠١٤) الكشّف عن العلاقة بين التّوافق النفسي الاجتماعي والتّحصيل الأكاديمي لدى الطّلاب الجامعيين، وخلصت الدّراسة إلى وجود علاقةٍ ارتباطيةٍ بين التّوافق النفسي الاجتماعي والتّحصيل الأكاديمي لدى الطّلاب الجامعيين، ووجود فروقٍ في التّوافق النفسي الاجتماعي والتّحصيل الأكاديمي لدى الطّلاب الجامعيين تُعزى لمتغيّر المستوى الدّراسي الأول، والثّاني والثالث والرابع لصالح المستوى الأعلى.

مشكلة الدّراسة:

يُعدّ التّوافق النفسي الاجتماعي من الموضوعات المهمة التي شغلت حيزاً كبيراً من الدّراسات والبحوث لأهميتها في حياة الأفراد، ونحن بحاجة إليها في ظل التغيّرات التكنولوجية السريعة من حولنا؛ لذا نسعي إلى الوقوف على مستوى التّوافق النفسي الاجتماعي لدى الطّالبات بالجامعة للوصول لحالة من الرّفاهية النفسية، والذّاتية، والسّعادة، التي تساعدن على التّوافق النفسي الاجتماعي السّوي في المجتمع وتقبّل جميع الصّعوبات، حيث أن التّوافق كلمة جامعة تعني: الصّحة النفسية للفرد، وتوافقه مع الحياة، وشعوره بالرضا، ويُعدّ التّوافق النفسي الاجتماعي من الأمور المهمة التي تؤثر على مساره وتفاعله.

كما تتميّز الحياة الجامعية، خاصةً في السّنة الأولى من حياة الطالب، بعدة خصائص أهمها عدم الاستقرار النفسي والانفعالي، وميل الفرد للعمل على اكتشاف البيئة الجامعية الجديدة والسّعي نحو تحقيق التّوافق معها. وينبغي على الطلبة أيضاً امتلاك مجموعةٍ من المهارات الفردية للمحافظة اللازمة على الحياة الأكاديمية والشّخصية، وهذا يؤكد أن امتلاك الطلبة لمخزون من المهارات الاجتماعية أساس نجاحهم وتوافقهم الفعّال مع الحياة الجامعية & Bessette (Burton, 2014)

كما أكتّدت دراسةً (Shankar, et al, 2018) أنّ الضغوط النفسية تؤثر في خبرات التعلّم لدى الطلبة وعلى رفاهيتهم، وبالرغم من أن المرور في خياراتٍ حياتيةٍ فيها نوع من الصّعوبات يدفع بالطلبة إلى مزيدٍ من التّحصيل. أما التّعرض للضغوط النفسية بشكلٍ متكرر؛ فتؤثر سلبيّاً على قدرة الطلبة على إتقانهم، والحد من القدرة على التّعامل مع مختلف أشكال الصّعوبات؛ الذي ينتج من عدة مصادر، أهمها: قلة الوقت المتوفر لأداء المهام المختلفة، والتّعرض لبعض المشكلات.

لذا ينبغي على الفرد تعلّم كيفية التّوافق مع الصّعوبات التي يواجهها؛ حيث تدفع الفرد إلى تبني أنماطٍ سلوكيةٍ تهدف لاستعادة التوازن بين متطلّبات الحياة، وبين ما يستطيع الفرد أدائه ليعيش حياةً طبيعية؛ مما يعني أن التّوافق مجموعة أنماط سلوكية يتبنّاها الفرد عند مواجهة الصّعوبات والتّعامل معها. فالفرد في الأساس قادر على إيجاد عديدٍ من الاستراتيجيات التي تُوصف أنّها سالبةٌ أو موجبة لمساعدته في التّعامل مع المواقف المختلفة المؤدية للاضطرابات النفسية. (المومني وصوالحة، ٢٠٢٠). وتنبع مشكلة الدّراسة الحالية أيضاً من أهمية التّوافق النفسي الاجتماعي لطّالاب الجامعة

وطالباتها، واستجابةً لعددٍ من التوصيات بالدراسات العربية والأجنبية التي أوصت بضرورة الاهتمام به كما في دراسة كلٍ من: (Vadivukarasi, & Gnanadevan (2022) & Ndung'u (2023) ، وأكدت عدداً من الدراسات العربية والأجنبية على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق النفسي والتحصّل الأكاديمي لطالبات الجامعة كما في دراسة غزه والعلي (٢٠١٦) ودراسة يحيى (٢٠١٤) التي أوضحت وجود علاقة موجبة بين التوافق النفسي الاجتماعي والتحصّل الأكاديمي.

كما تُعدُّ الرفاهية النفسية من أهم متطلبات القرن الحادي والعشرين الذي يسعى كلُّ فردٍ لتحقيقه والوصول إليه؛ لاعتباره من أهم مؤشرات السعادة والرضا في الحياة، وباستطاعة جميع البشر امتلاكه، وإن كان يختلف من فردٍ لآخر ومن مجتمعٍ لمجتمع، ومن أهم مميزاته أنه يمكن اكتسابه وتعلّمه والتدريب عليه في أي مرحلة عمرية أملاً في حياة هنيئة مليئة بالراحة النفسية والسعادة في كل مجالات الحياة، وقد برزت مشكلة الدراسة الحالية من التحديات التي تواجه الطلبة حالياً في ضوء التطورات التكنولوجية الهائلة التي أثّرت على الإنسان، وغيّرت في نظرتِهِ لنفسه وطريقة تعامله مع الآخرين من جهة، وقد تكون أثّرت فيما بعد برفاهية الفرد، ومما لا شك فيه أنّ الطلبة هم الفئة الأكثر أملاً في تطوير المجتمع، فهم فئة الشباب التي يقَعُ على عاتقها تطوير المجتمع، وفي حالة أهمّ عانوا من بعض التغيّرات النفسية الاجتماعية فقد يؤدي ذلك إلى ضعفٍ في التطور الاجتماعي لاحقاً؛ لذا أُجريت هذه الدراسة للوقوف على العلاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي لطالبات جامعة الجوف.

أسئلة الدراسة:

حاولت الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية:

١. ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي لدى طالبات جامعة الجوف؟
٢. ما طبيعة الاختلافات في التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي تبعاً للتخصّص؟
٣. ما طبيعة الاختلافات في التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي تبعاً للمستوى الدراسي؟

أهمية الدراسة:

برزت أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

١. تناول هذا البحث مرحلة عمرية مهمة وهنَّ طالبات المرحلة الجامعية نظراً لأهميتها في المجتمع وسعيًا لتقديم الدعم والإرشاد النفسي المناسب ووصولهنَّ لحالةٍ من التوافق والرفاهية النفسية في ظل كل الظروف الطارئة.
 ٢. قلة - ندرة الدراسات العربية - التي أُجريت على طالبات جامعة الجوف في هذه المتغيّرات الثلاثة معاً.
 ٣. تطوير مقياس للتوافق النفسي الاجتماعي، ومقياس الرفاهية النفسية لطالبات جامعة الجوف.
- ومن الناحية التطبيقية تكمن أهمية البحث في الاستفادة بتوعية القائمين على رعاية الخدمات وتعليم الطالبات بالجامعة بأهمية التوافق النفسي الاجتماعي للطالبات والرفاهية النفسية.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية ما يلي:

١. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي للطالبات.
٢. الكشف عن الفروق في التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية ومستوى التّحصيل الأكاديمي تبعاً للتخصّص والسنة الدراسية.

مصطلحات الدراسة:

التوافق النفسي الاجتماعي The Socio-Psychological Adjustment هو عملية ديناميّة مستمرة تظهر في مدى رضا الفرد عن نفسه، وإشباع الحاجات الأولية والثّانوية المكتسبة من خلال المعاملات الإيجابية والتّصرّفات الحسنة المعرّبة عن شخصية متزنة، شخصيه تعترف بحقوق الآخرين، وتلتزم بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وقيم ذلك المجتمع الذي يعيش فيه وأهدافه، وقدرته على إقامة علاقات اجتماعية تنسّم بالموودة والتعاون والمحبة (عبد المجيد ومحمود وخلييل، ٢٠١٥، ٨٠).

التّعريف الإجرائي للتوافق النفسي الاجتماعي بالدراسة الحالية هو مجموع الدّرجات التي حصلت عليها الطّالبات بالجامعة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي المطوّر بالدراسة الحالية.

الرّفاهية النفسية Psychological well-being

هي مجموعة من المؤشّرات السلوكية التي تدلّ على مدى ارتفاع مستوى رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصيه ذات قيمة بالنسبة له، واستقلاليته، وإقامته علاقات اجتماعية إيجابية وناجحة ومستمرة مع الآخرين، كما يرتبط أيضاً بالإحساس العام بالسعادة والأمن النفسي. وتمّ تحديدها في الأبعاد الست التالية (تقبّل الذات، والعلاقات الإيجابية، والاستقلالية الذاتية، والتمكّن البيئي، والحياة الهادفة، والتطوّر الشّخصي ، (Reff. , 2006, 88) وتعرّف الرّفاهية النفسية أنّها: تقييمُ الأفراد لحياهم وتشملُ متغيّراتٍ مثل: الرضا عن الحياة ونقص القلق والاكتئاب مع وجود حالاتٍ مزاجية وانفعالية إيجابية (Diner, et al, 1998, 118).

التّعريف الإجرائي للرّفاهية النفسية: هي الدرجة التي حصلت عليها الطّالبات بالجامعة على مقياس الرّفاهية النفسية المطوّر في الدراسة الحالية. الذي يتضمن الأبعاد الست التالية (تقبّل الذات، والعلاقات الإيجابية، والاستقلالية الذاتية، والتمكّن البيئي، والحياة الهادفة، والتطوّر الشّخصي).

التّحصيل الأكاديمي: مستوى علامات الطّالبات بالفصل الدّراسي الثّاني للعام (١٤٤٤هـ)، وتمّ الحصول عليه من خلال كشوفات العلامات بالجامعة.

حدود الدراسة:

الحدود المكانية: جامعة الجوف بالمملكة العربيّة السّعودية.

الحدود الزمانية: الفصل الدّراسي الثّاني للعام الدّراسي (١٤٤٤هـ).

الحدود البشرية: طالبات جامعة الجوف بالكليات الإنسانية والعلمية.

الطَّريقةُ والإجراءات

منهج الدِّراسة: اعتمدت الدِّراسةُ الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي السببي المقارن لمناسبه لأهداف الدِّراسة الحالية.

مجتمع الدِّراسة: تكوّن مجتمع الدِّراسة من طالبات جامعة الجوف بالمملكة العربية السعودية والبالغ عددهنَّ (١٠) آلاف طالبةً للفصل الدِّراسي الثاني من العام الدراسي (١٤٤٤هـ).

عينه الدِّراسة: تكوّنت عينه الدِّراسة الاستطلاعية من (١٠٠٠) طالبة من طالبات جامعة الجوف بطريقة العينة المتيسرة واللواتي استجبن على مقياسي الدِّراسة من خلال الرابط الإلكتروني الذي وُضِعَ لهنّ لمدة شهرين.

أدوات الدِّراسة: لتحقيق أهداف الدِّراسة تمَّ تطوير مقياسي للتوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسيّة وحصر التَّحصيل الأكاديمي للطالبات، وفيما يلي توضيح لأدوات الدِّراسة:

أولاً: مقياس التَّوافق النفسي الاجتماعي:

طوّرت الدِّراسةُ الحالية مقياس التَّوافق النفسي الاجتماعي من خلال الاستعانة بالأدب النَّظري والدِّراسات السَّابقة وخاصة حمدي والغزوي (٢٠١٧) وقد تكوّن المقياسُ بصورته الأولى من (٤٠) فقرةً جميعها ذات اتجاهٍ إيجابي، وتغطي بعدين هما: التَّوافق الاجتماعي وقراته من (١-٢٠)، والتَّوافق النفسي وقراته من (٢١-٤٠)، ويتم الإجابة عن فقرات المقياس باختيارٍ بديلٍ من البدائل الخمس التَّالية (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة).

وللتحقُّق من مناسبة المقياس للدِّراسة الحالية فقد تمَّ إخضاعه لإجراءات الصِّدق والثبات على النَّحو التالي:

أولاً: صدق المقياس

١- صدق المحكِّمين: للتحقُّق من الصِّدق الظاهري للمقياس تمَّ عرضه على نخبة من أعضاء هيئة التَّدريس في الجامعات في المملكة العربية السُّعودية، حيث قام (١٠) محكِّمين بالإطّلاع على المقياس، وتمَّ اعتماد معيار اتفاق (٨) محكِّمين على الفقرة، وإبداء جملة من التَّعليقات والملاحظات عليها، وبنءاً على آراء المحكِّمين عدّلت صياغة (٧) فقرات، وبقي عدد الفقرات (٤٠) فقرة.

٢- صدق البناء الداخلي:

حُسِب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من مقياس التَّوافق النفسي الاجتماعي مع البُعد والدرجة الكلّية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) طالبةً من طالبات الجامعة من داخل مجتمع الدِّراسة وخارج العينة التي كانت بنفس خصائص مجتمع الدِّراسة من حيث: الجنس، والمرحلة الدِّراسية، والتَّخصُّصات، وقد تبينَّ وجود معاملات ارتباط مناسبة للفقرات مع البُعدين حيث تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة الإحصائية بين (٠,٤١-٠,٧٢) بين الفقرة والبُعد، كما تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلّية بين (٠,٤٠-٠,٦٩)، وهذا يدلُّ على أنَّ مقياس التَّوافق النفسي الاجتماعي يمتلك صدقاً داخلياً.

ثانياً: ثبات المقياس:

أولاً: الثّبات بطريقة الإعادة: حُسيب الثّبات بطريقة الإعادة من خلال تطبيقه على العيّنة الاستطلاعية (٣٠) طالبة تمّ اختيارهنّ بطريقة عشوائية، وكن خارج عيّنة الدّراسة وداخل المجتمع، وإعادة تطبيقه بعد (١٦) يوماً، وجدول (١) يوضّح الثّبات.

ثانياً: التّجزئة التّصفية: تمّ حساب الثّبات الكلي لمقياس التّوافق النفسي الاجتماعي بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية عن طريق حساب معامل الثّبات المعدّل، وقد تبين أن معامل الثّبات بطريقة التّجزئة التّصفية بلغ (٠,٨٣) وهي قيمة مناسبة في الدّراسات التّربوية. وبناءً على الطّرق التي تمّ من خلالها استخلاص دلالات صدق المقياس وثباته يتّضح أنّ المقياس يتمتّع بدلالات صدق وثبات مناسبة وملائمة للدّراسة الحالية تسمح باستخدامه فيها .

ثانياً: مقياس الرّفاهية النفسية

طوّرت الباحثة مقياس الرّفاهية النفسية من خلال الاستعانة بالأدب النّظري والدّراسات السّابقة وخاصةً فالج (٢٠٢١) وقد تكوّن المقياس بصورة أولية من (٤١) فقرة وستة أبعاد هي: (Ryff & Singer, 2008)

١-تقبُّل الذات Self - Acceptance: ويُقصّدُ بها: شعور الفرد بالرضا عن ذاته وحياته الماضية، وتقبُّل الجوانب المتعدّدة للذات التي تتضمّن نقاط الضّعف والقوة في الشّخصية، والاتجاه الإيجابي نحو الذات والحياة الماضية، وفقراته من (٧-١) جميعها فقراتٍ إيجابية.

٢-العلاقات الإيجابية مع الآخرين Positive Relations With Others: ويُقصّدُ بها قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين على قدر كبيرٍ من الحب والمودة والألفة والثّقة المتبادلة، وفقراته من (٨-١٧).

٣-الاستقلالية Autonomy: ويُقصّدُ بها حرية الفرد وقدرته على اتّخاذ القرار باستقلالية تامة، وقدرته على مقاومة الضغوط الاجتماعية التي تجبره على التّفكير والتصرّف بطرقٍ معينة، وفقراته من (١٨-٢٢).

٤-التمكّن البيئي Environmental:Mastery تعني قدرة الفرد على التّحكّم في الظروف البيئية المحيطة والسيطرة عليها، والاستفادة منها بطريقة فعّالة، واستغلال الفرص المحيطة به في تحقيق أهدافه، وفقراته من (٢٣-٢٨).

٥-الحياة الهادفة: Purpose In Life: وهي تعني أن تكون لدى الفرد أهداف واضحة في حياته يسعى إلى تحقيقها، مع قدرة على تحديدها ورغبة وإصرار على تحقيقها بشكلٍ موضوعي، وفقراته من (٢٩-٣٤).

٦-التّطوُّر (النمو) الشّخصي: Personal Growth: وتعني قدرة الفرد على تنمية قدراته وتطويرها باستمرار والانفتاح على الخبرات الجديدة، والشّعور بالقدرة على تحقيق إمكانياته، وفقراته من (٣٥-٤١). ويتم الإجابة عن فقرات المقياس باختيار بديل من البدائل الخمس التالية (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة).

وللتحقّق من مناسبة المقياس للدّراسة الحالية تمّ إخضاعه لإجراءات الصّدق والثّبات على النحو التالي:

أولاً: صدق المقياس

١- صدق المحكّمين: للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس تمّ عرضه على نخبة من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات في المملكة العربية السعودية، حيث قام (١٠) محكّمين بالاطّلاع على المقياس، وتمّ اعتماد معيار اتفاق (٨) محكّمين للإبقاء على الفقرة، وإبداء جملة من التعليقات والملاحظات عليها، وبناءً على آراء المحكّمين عُديلت صياغة (٥) فقرات، وبقي عدد الفقرات (٤١) فقرة.

٢- صدق البناء الداخلي: حسب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من مقياس الرّفاهية النفسية مع البعد والدرجة الكلية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) طالبةً من طالبات الجامعة من داخل مجتمع الدّراسة وخارج العينة التي كانت بنفس خصائص مجتمع الدّراسة من حيث الجنس والمرحلة الدّراسية والتّخصّصات، وقد تبين وجود معاملات ارتباط مناسبة للفقرات مع الأبعاد الست حيث تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة الإحصائية بين (٠,٤٤-٠,٨٠) بين الفقرة والبعد، كما تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية بين (٠,٤٣-٠,٧٨)، وهذا يدلّ على أنّ مقياس الرّفاهية النفسية يمتلك صدقاً داخلياً.

ثانياً: ثبات المقياس:

أولاً: الثّبات بطريقة الإعادة: حسب الثّبات بطريقة الإعادة من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية (٣٠) طالبةً وتمّ اختيارهنّ بطريقة عشوائية، وكن خارج عينة الدّراسة وداخل المجتمع، ثم إعادة تطبيقه بعد (١٦) يوماً، وجدول (٢) يوضّح النتائج.

ثانياً: التّجزئة النّصفية: تمّ حساب الثّبات الكلي لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية عن طريق حساب معامل الثّبات المعدّل، وقد تبين أن معامل الثّبات بطريقة التّجزئة النّصفية بلغ (٠,٨٧) هي قيمة مناسبة في الدّراسات التّربوية. وبناءً على الطرق التي تمّ من خلالها استخلاص دلالات صدق المقياس وثباته يتضح أن المقياس يتمتّع بدلالات صدق وثبات مناسبة وملائمة للدّراسة الحالية ويمكن استخدامه بما.

ثالثاً: التّحصيل الأكاديمي

تمّ الحصول من خلال المعدّل التراكمي للطالبات على البوابة الإلكترونية، وقد فسّرت الرموز على النحو التالي:

٢-٩٩-٢ وتُعطى لها رمزُ العلامات المنخفضة وأعطيت المستوى المنخفض والمقبول وهو (١)

٣-٩٩-٣ وتُعطى لها رمزُ العلامات المتوسطة وأعطيت المستوى المتوسط والجيد وهو (٢).

٤-٩٩-٤ وتُعطى لها رمزُ العلامات المرتفعة وأعطيت المستوى الجيد جداً والممتاز وهو (٣).

نتائج البحث ومناقشتها

عرض نتائج السؤال الأول الذي ينصُّ على: ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي لدى طالبات جامعة الجوف؟

للإجابة عن السؤال الحالي تمَّ استخراج العلاقة الارتباطية من خلال إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين التوافق النفسي الاجتماعي من جهة وبين الرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي من جهة ثانية لدى طالبات جامعة الجوف حيث تمَّ التأكد من شروط معامل الارتباط قبل استخدامه من مثل التأكد أنَّ المتغيرات مستمرة في التغيُّر، وعدم وجود تطرُّف في البيانات وأن كلا المتغيرين يتبعان توزيعاً طبيعياً، وعدم وجود قيمٍ شاذة، وأن هناك علاقة خطية بين مُتغيَّرين مستمرين، وجدول (١) يبيِّن النتائج:

جدول ١

معامل ارتباط بيرسون بين التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي لدى طالبات جامعة الجوف

المتغير	الفئات	التوافق النفسي	التوافق الاجتماعي	الدرجة الكلية للتوافق النفسي الاجتماعي
	تقبُّل الذات	**٠,٥٠	**٠,٥٧	**٠,٦٠
	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	**٠,٦٣	**٠,٤٧	**٠,٦٣
	الاستقلالية	**٠,٣٣	**٠,٥٠	**٠,٤٧
الرفاهية النفسية	التمكُّن البيئي	**٠,١٢	**٠,٣٦	**٠,٢٧
	الحياة الهادفة	**٠,٣٤	**٠,٤٦	**٠,٤٥
	التطور الشخصي	**٠,٣٢	**٠,٤٧	**٠,٤٤
	الدرجة الكلية للرفاهية	**٠,٥٨	**٠,٧١	**٠,٧٣
	التحصّل الأكاديمي	**٠,٥٦	**٠,٨٧	**٠,٨٩

** دالة عند مستوى $(\alpha = 0,01)$

تبين من نتائج الجدول (١) وجود معاملات ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي الاجتماعي بالدرجة الكلية والبُعدين من جهة وبين جميع أبعاد الرفاهية النفسية سواءً بالأبعاد أو بالدرجة الكلية، وكذلك بين التوافق النفسي الاجتماعي مع التحصيل الأكاديمي؛ مما يدلُّ على أنَّه كلما زاد التوافق النفسي الاجتماعي لدى طالبات الجامعة تحسَّنت لديهن الرفاهية النفسية سواءً بالدرجة الكلية أم الأبعاد، كما يتبين من الجدول أنَّه كلما كان لدى الطالبات توافقٌ نفسي اجتماعي كان لديهن مستوى تحصيلي أفضل وأعلى.

وانتقلت نتيجة الدراسة الحالية نسبياً مع نتيجة دراسة كلٍّ من النملة والسحيباني (٢٠٢١) ودراسة مفتود وهيبية (٢٠٢٣)، ودراسة الرشيد (٢٠٢٣) ودراسة منصور (٢٠٢٢) ودراسة مزارى وحمزة (٢٠٢١) ودراسة مصطفى وشوكت (٢٠٢٠) ودراسة خطاطبة (٢٠١٩) ودراسة خرنوب (٢٠١٦)، حيث تناولت علاقة التوافق النفسي

الاجتماعي والرفاهية النفسية مع بعض المتغيرات الأخرى القريبة. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة علي (٢٠٢٣) ويحيى (٢٠١٤) حول وجود علاقة بين التوافق النفسي الاجتماعي مع التحصيل الأكاديمي. وتُعزى النتيجة الحالية لكون الطالبة عندما تمتلك مستوى مرتفع من التوافق النفسي الاجتماعي فإن ذلك يؤثّر بشكل أساسي في نظرتها لذاتها ويساعدها في تحقيق الذات وهو ما ذهبت إليه المدرسة الإنسانية؛ مما يسهم في الوصول للرفاهية النفسية من جهة والتحصّل الأكاديمي المناسب من جهة أخرى، كما تُعزى العلاقة الارتباطية الإيجابية بين المتغيرات كون الطالبات يسعين للوصول للتوافق النفسي الاجتماعي؛ مما ينعكس على رفاهيتهن النفسية ويساعدهن في تحقيق مستوى أفضل من الجانب التحصيلي.

عرض نتائج السؤال الثاني وينصُّ على: ما طبيعة الاختلافات في التوافق النفس الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي "الفروق تبعاً للتخصُّص"؟

لفحص الفروق بين متوسطات الأداء على الدلالة الإحصائية في التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصُّص، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول ٢

نتائج اختبار (ت) لمتوسطات التوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسية والتحصّل الأكاديمي تبعاً لمتغير التخصُّص.

المقياس	التخصُّص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة المتغير (ت)	مستوى الدلالة
التوافق النفسي الاجتماعي	إنساني	٦٦٨	٤,١٣	٠,٦٧	٩٩٨	**٦,٥٢	٠,٠٠
	علمي	٣٣٢	٣,٨٢	٠,٧١			
الرفاهية النفسية	إنساني	٦٦٨	٣,٧٢	٠,٣٢	٩٩٨	**-٤,٧٩	٠,٠٠
	علمي	٣٣٢	٣,٨٤	٠,٣٦			
التحصّل الأكاديمي	إنساني	٦٦٨	٣,٤١	٠,٣٥	٩٩٨	**-٦,٦٣	٠,٠٠
	علمي	٣٣٢	٣,٨٧	٠,٣٦			

** دالة عند مستوى $(\alpha = 0,01)$

أظهرت نتائج جدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0,01)$ في التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لمتغير التخصُّص؛ حيث بلغت قيمة ت $(6,52)$ ؛ ولصالح التخصُّص الإنساني بمعنى أهنّ كنّ أفضل في توافقهن النفسي الاجتماعي من التخصُّص العلمي.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية الحارثي (٢٠٢٠) ودراسة غرة والعلبي (٢٠١٨) حول أن الطلبة في التخصُّص الإنساني كانوا أعلى من الطلبة في التخصُّص العلمي.

كما أظهر جدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) في الرّفاهية النفسية تبعاً لمتغير التّخصّص، حيث بلغت قيمة ت (٤,٧٩) ولصالح التّخصّص العلمي بمعنى أنّهم كنّ أفضل في رفاهيتهنّ النفسية من التّخصّص الإنساني.

كما أظهر جدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) في التّحصيل الأكاديمي تبعاً لمتغير التّخصّص، حيث بلغت قيمة ت (٦,٦٣)، ولصالح التّخصّص العلمي بمعنى أنّهم كنّ أفضل في التّحصيل الأكاديمي من التّخصّص الإنساني. ويبدو أن الطّالبات في التّخصّص الإنساني يؤثر تخصّصهنّ وما يدرسنه من مساقات على توافقهنّ النفسي الاجتماعي، فعدد من المساقات تعنى بالجانب المرتبط بالصحة النفسية، في حين تشعر الطّالبات ذوات التّخصّص العلمي بالرّفاهية النفسية بشكل أكبر نظراً لاعتقادهنّ بوجود فرصة عمل أفضل من ناحية وحصولهن على دخل مادي وقتها أفضل من التّخصّصات الإنسانية، وهذا مما ينعكس على رفاهيتهنّ النفسية. وتتفق نتيجة الدّراسة الحالية أيضاً مع النّظرية السلوكية التي ترى أن سلوك الإنسان متعلّم من البيئة ويتعزّز من خلال ما يحصل عليه الفرد من مدعّمات، ويبدو أن الطّالبات تحسّن أكثر في التوافق النفسي الاجتماعي لأنهم اكتسبن مستوى أفضل بالتوافق لأنّ طبيعة المساقات تتناول جوانب نفسية اجتماعية تعزّز الجانب الحالي.

عرض نتائج السّؤال الثالث وينصّ على: ما طبيعة الاختلافات في التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي تبعاً للمستوى الدّراسي؟

للإجابة عن السّؤال الثالث تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في المستويات الدّراسية لكل من التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي والجدول (٣) يبين النتائج

جدول ٣

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي تبعاً لمتغير المستوى الدّراسي

المقياس	المستويات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التوافق الاجتماعي	النفسية الثّانية	١٨	٣,٦٤	٠,١٢
	الثّالثة	١٧	٣,٧٢	٠,١٣
	الرّابعة	١٤٧	٣,٧١	٠,٣٤
	الخامسة	١١٦	٣,٨٢	٠,٢٧
	السّادسة	٢٢٤	٣,٧١	٠,٣٩
الرّفاهية النفسية	السّابعة	٦٨	٣,٧٥	٠,٣٧
	الثّامنة	٤١٠	٣,٨٢	٠,٣٢
	الثّانية	١٨	٣,٨٦	٠,٢٦
	الثّالثة	١٧	٣,٧٣	٠,٢٥

المقياس	المستويات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التّحصيل الأكاديمي	الرّابعة	١٤٧	٣,٧٤	٠,٣٢
	الخامسة	١١٦	٣,٧٧	٠,٤١
	السّادسة	٢٢٤	٣,٦٧	٠,٣٥
	السّابعة	٦٨	٣,٧٢	٠,٤٠
	الثّامنة	٤١٠	٣,٨٣	٠,٣٦
	الثّانية	١٨	٤,١٨	٠,٦٨
	الثّالثة	١٧	٤,١٨	٠,٦٠
	الرابعة	١٤٧	٤,١٠	٠,٦٣
	الخامسة	١١٦	٣,٩٤	٠,٧٢
	السّادسة	٢٢٤	٤,٠٣	٠,٧٣
	السّابعة	٦٨	٤,١١	٠,٧١
	الثّامنة	٤١٠	٤,٠٠	٠,٧١

يتبيّن من نتائج جدول (٣) وجود فروق ظاهرية بين المتوسّطات الحسابية للمتغيّرات الثّلاث، ولمعرفة كون هذه الفروق ذات دلالة إحصائية تمّ فحص الفروق بين متوسّطات الأداء على الدّلالة الإحصائية على التّوافق النفسي الاجتماعي، والرّفاهية النفسية، والتّحصيل الأكاديمي تبعاً لمتغيّر المستوى الدّراسي، ولتحديد فيما إذا كانت الفروق بين المتوسّطات الحسابية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0,05$) تمّ تطبيق تحليل التباين الأحادي (ANOVA)، وجاءت نتائج تحليل التباين على النحو الذي يوضّحه الجدول (٤):

جدول ٤

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق بين المتوسّطات الحسابية لمقاييس التّوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسية والتّحصيل الأكاديمي لدى طالبات الجامعة تُعزى لمتغيّر المستوى الدّراسي

المتغيّر	مصدر الفروق	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
التّوافق النفسي الاجتماعي	بين المجموعات	٢,٨٥	٦	٠,٤٧	٤,٢٩**	٠,٠٠
	داخل المجموعات	١٠٩,٨١	٩٩٣	٠,١١		
	الكلية	١١٢,٦٥	٩٩٩			
الرّفاهية النفسية	بين المجموعات	٣,٩٩	٦	٠,٦٧	٥,١٨**	٠,٠٠
	داخل المجموعات	١٢٧,٥٦	٩٩٣	٠,١٣		
	الكلية	١٣١,٥٦	٩٩٩			

المتغيّر	مصدرُ الفروق	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
التّحصيل الأكاديمي	بين المجموعات	٣,١٤	٦	٠,٥٢	١,٠٦	٠,٣٨
	داخل المجموعات	٤٨٩,٥٧	٩٩٣	٠,٤٩		
	الكلّي	٤٩٢,٧١	٩٩٩			

** دالة عند مستوى $(\alpha = 0,01)$

أظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي المبينة في جدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية في التّحصيل الأكاديمي يُعزى لمتغير المستوى الدراسي حيث بلغت قيمة F (١,٠٦)، في حين تظهر النتائج في جدول (٤) وجود فروق في التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسيّة تُعزى لمتغير المستوى الدراسي حيث بلغت قيمة F في التوافق النفسي الاجتماعي (٤,٢٩)، كما بلغت قيمة F في الرّفاهية النفسيّة (٥,١٨)، وهي قيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0,01)$ ، ولمعرفة عائدة الفروق في التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسيّة تبعاً للمستوى الدراسي تمّ حساب اختبار شافيه (Scheffe) و جدول (٥) يظهر النتائج

جدول ٥

نتائج اختبار شافية لمعرفة عائدة الفروق في التوافق النفسي الاجتماعي والرّفاهية النفسيّة تبعاً للمستوى الدراسي

المقياس	السنة الدراسية	الثانية	الثالثة	الرابعة	الخامسة	السادسة	السابعة	الثامنة
التوافق النفسي الاجتماعي	الثانية	-	-٠,٠٧	-٠,٠٧	-٠,١٧	-٠,٠٧	-٠,١١	-٠,١٨
	الثالثة	-	-	٠,٠١	-٠,٠٩	٠,٠١	-٠,٠٣	٠,١٠
	الرابعة	-	-	-	-٠,٠٩	٠,٠١	-٠,٠٤	-٠,١١
	الخامسة	-	-	-	-	٠,١٠	٠,٠٦	٠,٠١
	السادسة	-	-	-	-	-	-٠,٠٤	-٠,١١*
	السابعة	-	-	-	-	-	-	-٠,٠٧
	الثامنة	-	-	-	-	-	-	-
	الثانية	-	٠,١٣	٠,١٢	٠,٠٩	٠,١٩	٠,١٤	٠,٠٣
الرّفاهية النفسيّة	الثالثة	-	-	-٠,٠١	-٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٠٢	-٠,٠٩
	الرابعة	-	-	-	-٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٠٢	-٠,٠٩
	الخامسة	-	-	-	-	٠,٠٩	٠,٠٥	-٠,٠٨
	السادسة	-	-	-	-	-	-٠,٠٥	-٠,١٦*
	السابعة	-	-	-	-	-	-	-٠,١١
	الثامنة	-	-	-	-	-	-	-

يتبيّن من نتائج جدول (٥) عدم وجود فروقٍ في معظم مستويات السّنة الدّراسية في التّوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسيّة، في حين يتبيّن وجود فروقٍ ذات دلالةٍ إحصائية في التّوافق النفسي بين طالبات المستوى الدّراسي السّادس وطالبات المستوى الدّراسي الثّامن ولصالح طالبات المستوى الثّامن، كما تبين وجود فروقٍ بين طالبات المستوى الدّراسي السّادس وطالبات المستوى الدّراسي الثّامن في الرفاهية النفسيّة ولصالح طالبات المستوى الدّراسي الثّامن؛ مما يدل على أن كلاً من التّوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسيّة أفضل لدى الطّالبات من ذوات المستوى الدّراسي الثّامن بشكلٍ أفضل من الطّالبات من ذوات المستوى الدّراسي السّادس.

واتفقت نتيجة الدّراسة الحالية مع دراسةٍ خطاطبة (٢٠١٩) حول الرفاهية النفسيّة، في حين تختلف مع نتيجة دراسة غرة والعلبي (٢٠١٨) في مستوى التّوافق النفسي الاجتماعي، وتُعزى النّتيجة الحالية نظراً لكون الطّالبات في السّنوات الأخيرة من دراستهنّ وخاصةً في آخر السّنوات يكرن أكثر نضجاً وقد اكتسبن خبراتٍ حياتية أكثر ومهياتٍ للانخراط بعالم العمل والحياة الزوجية بشكلٍ أقرب، ومستوى الضّغوط النفسيّة المرتبطة بالمعدّل الدّراسي والخوف من الفشل الجامعي يكون أقل من زميلاتهنّ في السّنوات الأولى من الدّراسة. إن الطلبة في المستويات الدّراسية المختلفة يحرصون على البحث عن الجانب النفسي الاجتماعي، وتحسين صحتهم النفسيّة قدر الإمكان، وفي كل مرحلة دراسية يعانون من ضغوطاتٍ مختلفة تشكّل دافعاً لهم للوصول لمستوياتٍ أفضل من التّوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسيّة.

توصيات الدّراسة:

في ضوء النّتايج التي تمّ التوصلُ إليها، خلصت الدّراسة الحالية إلى تقديم أهم التوصيات:

- ١- تعزيز الطّالبات من خلال برامج تربوية وتنموية تعمل على المحافظة على كلٍ من التّوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسيّة.
- ٢- الاستفادة من العلاقة الارتباطية بين التّوافق النفسي الاجتماعي بحيث تتمّ الاستفادة منه في تطوير الرفاهية النفسيّة والتّحصّل الأكاديمي من خلال الحرص على جعل الطلبة يدعمون وصولهم للرفاهية النفسيّة عن طريق المستوى المرتفع من التّوافق النفسي الاجتماعي.
- ٣- العمل على تقديم برامج إرشادية وتربوية للطالبات من ذوات التّخصّص العلمي في التّوافق النفسي الاجتماعي.
- ٤- العمل على تقديم برامج إرشادية وتربوية للطالبات من ذوات التّخصّص الإنساني في الرفاهية النفسيّة والتّحصّل الأكاديمي.
- ٥- حتّ الطّالبات في المستوى الدّراسي السّادس على تنمية التّوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسيّة مقارنةً مع المستوى الثّامن.
- ٦- إجراء مزيدٍ من الدّراسات حول التّوافق النفسي الاجتماعي والرفاهية النفسيّة والتّحصّل الأكاديمي لدى الطّالبات في الجامعة بحيث يتمّ دراستها مع دراساتٍ أخرى.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أبو حلاوة، محمد. (٢٠١٣). المرونة النفسية. ماهيتها ومحدداتها وقيمها الوقائية. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية. إصدارات شبكة العلوم النفسية، ١٤ (٢)، ١-١٧٨.
- الحارثي، هلال. (٢٠٢٢). مستوى التوافق النفسي لدى طلاب المنح الدراسية الدوليين بالجامعة الإسلامية في ضوء بعض المتغيرات. المجلة السعودية للعلوم النفسية، ٧، ١٠٩-١٢٧.
- خرنوب، فتون. (٢٠١٦). الرّفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٤ (١)، ٢١٧-٢٤٢.
- خطاطبه، يحيى. (٢٠٢٠). مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالرّفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٥٤ (١)، ١٩٥-٢٨٠.
- الرشيدى، نشمية. (٢٠٢٣). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بمستوى الرّفاهية النفسية لدى طالبات كلية التمريض بدولة الكويت. مجلة الإرشاد النفسي، ٧٣ (١)، ٦٧-٩٤.
- السويلم، سارة. (٢٠١٩). الرّفاهية النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة البحث العلمي في التربية، ٢٠ (٩)، ٥٠٣ - ٥٣٣.
- شوكت، عواطف. (٢٠٠٠). التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة المتزوجات وغير المتزوجات وعلاقته ببعدي الكفاية الشخصية والثبات الانفعالي. دراسات نفسية، ١٠ (١)، ٦٧ - ٩٩.
- عباينة، لينا، وحمام، هبة. (٢٠٢٣). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمفهوم الذات والاتزان الانفعالي في ظل التعلم عن بعد لدى طلبة الجامعات من الجالية الأردنية في مملكة البحرين [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة البلقاء التطبيقية.
- عبد الكرم، منى وشحاتة، عبد المنعم وخطاب، سمير. (٢٠٢٢). كفاءة الذات المنبئة بالرّفاهية النفسية والتدفق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة. علم النفس، ٣٥ (١٣٢)، ١٤١-١٤٤.
- عبد المجيد، فايزة ومحمود، نزمين وخليل، وفاء. (٢٠١٥). التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهقين من ١٥ - ١٨ سنة: دراسة مقارنة بين أبناء الأمهات العاملات وغير العاملات. مجلة دراسات الطفولة، ١٨ (٦٧)، ٧٩-٨٣.
- العبري، هلال. (٢٠٢٣). الرّفاهية النفسية وعلاقتها بالتّحصيل الأكاديمي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٧ (١)، ٢٠-٤٢.
- العتيبي، أحمد. (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأيتام ذوي الظروف الخاصة في المرحلة الثانوية. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ١٩، ٧١-٩٨.

علي، موسى. (٢٠٢٣). التوافق النفسي وعلاقته بالتفوق الأكاديمي لدى طلاب جامعة الملك فيصل بتشاد: دراسة تطبيقية على طلاب كلية الشارقة للعلوم التربوية. *المجلة العربية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، ١٧، ١-٢٨.

غرة، خولة والعلي، نصر. (٢٠١٦). التوافق النفسي وعلاقته بالهوية الثقافية والتّحصيل الأكاديمي لدى طلبة فلسطيني الداخل في الجامعات الإسرائيلية. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، ٤(١٦)، 361 - 401

فادي، المرعي. (٢٠٢٣). الرضا الوظيفي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى معلمي الحلقة الأولى في مدينة إدلب. *مجلة العلوم النفسية*، ٣٤(٢)، ١٧١-٢٠٤.

المجالي، عرين وجروان، فتحي. (٢٠٠٦). العلاقة بين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وبين كل من العزو السببي التّحصيلي والتكيف الشخصي والاجتماعي والأكاديمي للطلبة الموهوبين والمتفوقين بدولة الإمارات العربية المتحدة [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة عمان العربية.

مزارى، سهلة وحمزة، برزوان. (٢٠٢١). الرّفاهية النفسيّة وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين. *دراسات نفسية وتربوية*، ٣٧(١)، ٤٢-٥٥.

مصطفى، هدى وشوكت، عواطف. (٢٠٢٠). الرّفاهية الذاتيّة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة. *مجلة البحث العلمي في التربية*. جامعة عين شمس، ٢١(٥)، ١٨٤-٢٠١٧.

مفتود، سارة، ووهيبة، حميزى. (٢٠٢٣). دور الرّفاهية النفسيّة في المحافظة على الهوية الثقافية لدى طلاب الجامعة: دراسة ميدانية بجامعة قسنطينة ٢. *مجلة دراسات إنسانية واجتماعية*، ١٢(١)، ٥٣١-٥٤٠.

منصور، إيناس. (٢٠٢٢). الأمل وعلاقته بالرّفاهية النفسيّة لدى عينة من طالبات الجامعة. *مجلة كلية التربية*، ١٠٤، ٨١-٤٥.

المومني، سوسن وصوالحة، محمد. (٢٠٢٠). القدرة التنبؤية للتوافق النفسي الاجتماعي بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة اليرموك. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٢٨(٥)، ٤٨٠-٥٠١.

النملة، عبد الرحمن والسحبياني، علي. (٢٠٢١). التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المنح بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣١(١١٣)، ٢٥٩-٢٨٤.

يحي، يحي. (٢٠١٤). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالتّحصيل الأكاديمي لدى طلاب قسم علم النفس - جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا: دراسة وصفية [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة السودان.

يوسف، ولاء. (٢٠٢٢). القلق الاجتماعي وعلاقته بمستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة دمشق في ظل جائحة كورونا. *مجلة جامعة دمشق للآداب والعلوم الإنسانية*، ٣٨(٢)، ٨١-١٢٦.

يونس، أحمد وأمينة، عبد الحميد. (٢٠٢٣). مهارة حل المشكلات وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية*، ٣٩(٣)، ٢٩٨-٣٤١.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Ndung'u, M., Mwangi, C., Ireri, A., & Isoe, J. (2023). Social Competence as A Correlate of School Adjustment Among Form One Students in Murang'a County, Kenya. *International Journal of Innovative Research and Advanced Studies (IJIRAS)* Volume 10 Issue 5,
- Ababneh, L., & Hammad, H. (2023). *Psychological and social adjustment and its relationship to self-concept and emotional balance in light of distance learning among university students from the Jordanian community in the Kingdom of Bahrain* (unpublished master's thesis). [in Arabic] Al Balqa Applied University.
- Abdel Karim, M., Shehata, A., & Khattab, S. (2022). Self-efficacy predictive of psychological well-being and psychological flow among a sample of university students. [in Arabic] *Psychology*, 35(132) , 141-144.
- Abdel Majeed, F., Mahmoud, N., & Khalil, W. (2015). Psychosocial adjustment among adolescents aged 15-18 years: a comparative study between children of working and non-working mothers. [in Arabic] *Journal of Childhood Studies*, 18(67) , 79-83.
- Abu Halawa, M. (2013). *Psychological resilience. Its nature, determinants and preventive values. Psychological Science Network e-book*. [in Arabic]Publications of the Psychological Science Network. 29
- Al Harthy, H. (2022). The level of psychological adjustment among international scholarship students at the Islamic University in the light of some variables. [in Arabic] *Saudi Journal of Psychological Sciences*, 7, 109-127.
- Al-Abri, H. (2023). Psychological well-being and its relationship to academic achievement among students of Sultan Qaboos University - Sultanate of Oman. [in Arabic] *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 7(1), 20-42.
- Ali, M. (2023). Psychological Adjustment and its Relationship to Academic Excellence among Students of King Faisal University in Chad: An Empirical Study on Sharjah College of Educational Sciences Students. [in Arabic] *Arab Journal of Humanities and Social Sciences*, 17, 1-28.
- Al-Khouli, M. (2020). Counseling services and their relationship to the psychological and social adjustment of adolescent preparatory year students at Taibah University. [in Arabic] *Journal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies: The Islamic University of Gaza - Scientific Research and Graduate Studies Affairs*, 28 (4) , 152-184
- Al-Momani, S., & Sawalha, M. (2020). The predictive ability of psychosocial adjustment to life satisfaction among students of the Faculty of Education at Yarmouk University.[in Arabic] *Journal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies*, 28(5), 480-501.
- Al-Otaibi, A. (2021). The effectiveness of a selective counseling program to develop psychological and social adjustment among orphans with special circumstances at the secondary stage. [in Arabic] *Arab Journal of Educational and Psychological Sciences*, 19, 71-98.

- Al-Rashidi, N. (2023). Self-efficacy and its relationship to the level of psychological well-being among students of the College of Nursing in the State of Kuwait. [in Arabic] *Journal of Counseling Psychology*, 73(1) , 67-94.
- Alswailem, S. (2019). Psychological well-being among a sample of Northern Border University students in the light of some demographic variables. [in Arabic] *Journal of Scientific Research in Education*, 20(9) , 503-533.
- Benevene, P., Stasio, S., & Fiorilli, C.. (2020). Well-Being of School Teachers in Their Work Environment. *Frontiers in Psychology*, 11, 1239.
- Bessette, D., & Burton, S. (2014). Academic career development for non-traditional higher education environments. *Journal of Applied Learning Technology*, 4(4), 19-22
- Diner, E., Sapyta, J., & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to wellbeing, *psychological Inquiry*,9(1), 33-37.
- Fadi, A. (2023). Job satisfaction and its relationship to psychosocial adjustment among first-cycle teachers in the city of Idlib. [in Arabic] *Journal of Psychological Science*, 34 (2) , 171-204.
- Ghara, K., & Al-Ali, N. (2016). Psychological adjustment and its relationship to cultural identity and academic achievement among internal Palestinian students in Israeli universities.[in Arabic] *Journal of Al-Quds Open University for Educational and Psychological Research and Studies*, 4 (16), 361 - 401
- Hernandez, R., Bassett, S., Moskowitz, J. (2018). Psychological well-being and physical health: Associations, mechanisms, and future directions. *Emotion Review*, 10(1), 18-29.
- Hussein, A., & Nassar, A. (2020). Psychological and social adjustment and its relationship to achievement motivation among volleyball players in Palestinian universities. [in Arabic] *Jordanian Educational Journal*. 5(3), 144-168
- Khairani, A., & Isris, I. (2019). Improving psychological well-being among undergraduates: How creativity in learning can contribute. *Journal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 35(2), 346-360
- Kharnoub, F. (2016). Psychological well-being and its relationship to emotional intelligence and optimism: a field study among a sample of students from the Faculty of Education at Damascus University. [in Arabic] *Journal of the Association of Arab Universities for Education and Psychology*, 14 (1), 217-242.
- Khattabeh, Y. (2020). Self-management skills and their relationship to psychological well-being among students of Imam Muhammad bin Saud Islamic University. [in Arabic] *Journal of Humanities and Social Sciences*, (54).
- Maaulot, N., Faisal, R., Ishak, N., Lani, N., & Ing, O. (2015). *Psychological well-being among gifted Students at the national gifted center in Malaysia*. In Asian Conference on Psychology and Behavioral Sciences 2015 Official Conference Proceedings.

- Maftoud, S., & Wahiba, H. (2023). The role of psychological well-being in preserving the cultural identity of university students: a field study at the University of Constantine 2.[in Arabic] *Journal of Human and Social Studies*, 12(1), 531-540.
- Majali, A., & Jarwan, F. (2006). *The relationship between parental attitudes in socialization and each of the causal attribution of achievement and personal, social and academic adjustment of gifted and talented students in the United Arab Emirates*[in Arabic] (unpublished doctoral dissertation). Amman Arab University.
- Mansour, E. (2022). Hope and its relationship to psychological well-being among a sample of university students.[in Arabic] *Journal of the College of Education*, 104, 45-81.
- Mazari, S., & Hamza, B. (2021). Psychological well-being and its relationship to positive thinking among university students.[in Arabic] *Psychological and Educational Studies*, 37(1) , 42-55.
- Mostafa, H., & Shawkat, A. (2020). Subjective well-being and its relationship to self-esteem among university students. [in Arabic] *Journal of Scientific Research in Education*. Ain Shams University, 21(5), 184- 2017.
- Mustafa, M., Rani, N., Bistaman, M., Salim, S., Ahmad, A., Zakaria, N & Safian, A (2020). The relationship between psychological well-being and university student's academic achievement. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(7), 518-525.
- Ozpolat, A., Isgor, I.,& Sezer, F. (2012). Investigating psychological wellbeing of university students according to lifestyles. *Procardia-Social and Behavioral Sciences*, 47, 256-262 .
- Ryff, C., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: eudemonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9(1), 13-39.
- Ryff, C., Love, G., & Urry, H. (2006). Psychological well-being and ill-being: do they have distinct or mirrored biological correlates? *Psychotherapy and psychosomatics*, 75(2), 85-95. -
- Seden, K., Gyamtso, D., & Gayphel, K. (2022). Psychological well-being of college students in The Royal University of Bhutan: a case study. *Journal of Educational Sciences*, 18(3),65-80
- Seligman, M. (2011). Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being. *Policy*, 27(3), 60-1.
- Shankar, P., Cox, A., Leon, G., & Kumaresan, E. (2018). Stress and Coping Strategies among Undergraduate Nursing and Medical Students at American International Medical University, St Lucia. *Education in Medicine Journal*, 10(4).20-23.
- Sharma, A., Sharma, R., & Bharti, A. (2022). Psychological well-being among college students: A study from Central India. *Asian Journal of Medical Sciences*, 13(1), 46-51.

- Shawkat, A. (2000). Academic adjustment among married and unmarried female university students and its relationship to the dimensions of personal competence and emotional stability. [in Arabic] *Psychological Studies*, 10(1) , 67-99.
- The Ant, A., & al-Suhaibani, A. (2021). Psychological and social adjustment among scholarship students at Imam Muhammad bin Saud Islamic University. *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 31(113), 259-284
- Udhayakumar, P., & Illango, P. (2018). Psychological wellbeing among college students. *Journal of Social Work Education and Practice*, 3(2), 79-89.
- Vadivukarasi, P., & Gnanadevan, R. (2022). Relationship Between Psychosocial Adjustment Factors and Academic Achievement of Higher Secondary Students. *Journal of Positive School Psychology*, 6(9), 3559-3563.
- Verdugo, L., & Sánchez-Sandoval, Y. (2022). Psychological and social adjustment as antecedents of high school students' future expectations. *Journal of Psychologists and Counselors in Schools*, 32(1), 39-53.
- Yahya, Y. (2014). *Psychosocial Adjustment and its Relationship to Academic Achievement among Students of the Department of Psychology - Sudan University of Science and Technology: A Descriptive Study*. [in Arabic] A magister message that is not published. University of Sudan.
- Younis, A., & Amin, A. (2023). Problem-solving skill and its relationship to psychological and social adjustment among university students. [in Arabic] *Cairo Journal of Social Work*, (39) , 298-341.
- Yusuf, W. (2022). Social anxiety and its relationship to the level of psychological and social adjustment among a sample of postgraduate students at the Faculty of Arts and Humanities at Damascus University in light of the Corona pandemic. Damascus. [in Arabic] *University Journal of Arts and Humanities*, 38 (2), 81-126.
- Zober, A. (2018). *Mindfulness and Resilience as predictors of subjective well-being among university students, across cultural perspective*.