

"مدى فاعلية برنامج للإرشاد النفسي الإيجابي على رفع مستوى التوافق الجامعي لدى طالبات السنة التحضيرية"

أ.د. هناء جمجوم

أستاذ بكلية طب الأسنان

د. زيزي السيد ابراهيم

د. ليلي جابر آل غالب

أستاذ مساعد قسم علم النفس

أستاذ مساعد قسم علم النفس

الملخص

يهتم البحث الحالي بطالبات السنة التحضيرية بجامعة الملك عبد العزيز دعماً لأهداف خطة الجامعة الاستراتيجية. ويهدف البحث إلى تقدير مدى فاعلية برنامج الإرشاد النفسي الإيجابي في رفع مستوى التوافق الجامعي لعينة من طالبات السنة التحضيرية (ن = ٩٠٠) . تم إعداد برنامج إرشادي من ثلاث أقسام :

الأول: يهتم بتقديم خدمة إرشادية للطالبات المستجدات من خلال عدد من طالبات الجامعة المنتظمات في مستويات دراسية أعلى وذلك بعد تأهيلهن لذلك بعقد عدد من الحلقات لتدريبية حول المهارات الاجتماعية ومهارة توكيد الذات والذكاء الانفعالي ومهارات حل المشكلات واتخاذ القرار والقدرة على تنظيم الوقت. **والثاني:** يهتم بجمع المعلومات وتلمس احتياجات الطالبات من خلال التواصل الإلكتروني وتوزيع الاستبانة. **والثالث:** تقديم برنامج تدريبي لتطوير الذات لعينة مفردات البحث (٥٠٠) طالبة. يتم تطبيق مقياس (التوافق الجامعي) قبل البرنامج لتحديد مدى التوافق واحتياجات الطالبات، كما سيتم تطبيق المقياس بعد البرنامج على عينة من مفردات البحث لتحديد مدى فاعلية البرنامج. وتم إعداد استبانة مؤشرات الاحتياج للبرنامج ، واستبانة الاستفادة من البرنامج . كما تمت المقارنة بين عينة درجات التوافق لعينة من الطالبات قبل وبعد البرنامج . وقد قام فريق البحث بإعادة تطبيق البرنامج على عينة من طالبات السنة التحضيرية بعد انتهاء العام الدراسي للتعرف على مدى إمكانية تغيير درجة التوافق الجامعي لدي الطالبات بعد مرور سنة على تجربتهم الحياة الجامعية. وكان من أهم نتائج البحث التعرف على احتياجات طالبات السنة التحضيرية، والتأكد من حاجة الطالبات إلى برامج إرشادية مستمرة لأطول من عام دراسي، كما أكدت الدراسات على الفروق الفردية بين الطالبات في نوع ودرجة توافقهن. وخرجت الدراسة بالعديد من التوصيات أهمها الموجة إلى عمادة شؤون الطلاب بشرط طالبات لتبني وتطوير وتحسين البرنامج المقدم، وإلى دراسة الآثار الخاصة بالطالبات المرشدات في هذا البحث، وإلى أهمية التواصل الإلكتروني.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الإيجابي - طالبات مستجدات - التوافق في الحياة الجامعية