

**تصميم برنامج إثرائي في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف  
الاجتماعي لدى طلاب دور الرعاية المتحقين بالمرحلة الثانوية  
Additional program design in psychology for developing  
social adaptive skills for high school orphanage students  
بحث تكميلي لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في التربية  
تخصص المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية (مادة علم النفس) بنظام  
الساعات المعتمدة**

**إعداد**

**مارى فارس فهيم سعد**

**إشراف**

**د. محمود محمد زكى محمد**

أستاذ المناهج وطرق تدريس  
المواد الفلسفية المساعد  
كلية التربية - جامعة حلوان

**د. ولاء محمد صلاح الدين محمد**

أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد  
الفلسفية  
كلية التربية - جامعة حلوان

**١٤٤٥هـ - ٢٠٢٤م**

### المخلص :

يهدف البحث إلى تصميم برنامج إثرائي في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب دور الرعاية الملتحقين بالمرحلة الثانوية، قامت الباحثة بإعداد البرنامج الإثرائي في مادة علم النفس، وأعدت الباحثة أداة للبحث وهي اختبار مهارات التكيف الاجتماعي "اختبار مواقف"، وتكونت عينة البحث من طلاب الصف الثاني الثانوي وبلغ عددها (٤٠) طالباً وطالبة (مجموعة تجريبية واحدة) ، وتوصلت نتائج البحث لفاعلية البرنامج الإثرائي في تنمية مهارات التكيف الاجتماعي.

**Abstract:**

The research aims to Additional program design in psychology for developing social adaptive skills for high school orphanage students. The researcher prepared the enrichment program in psychology and developed research tool: a social adaptation skills test (situations test). The research sample represented a group of second-year secondary school students, numbered (40) students (one experimental group). The research results has shown the effectiveness of the additional program in developing social adaptive skills.

## المقدمة:

لقد ساد في هذا العصر الرغبة في السلطة وحب الظهور والامتلاك والانانية وعدم مراعاة مشاعر الآخرين والتمييز بين الاطفال داخل الاسرة الواحدة وغيرها من مظاهر انعدام القيم والاخلاقيات والمبادئ عند بعض الافراد، والاهتمام بالتطورات التكنولوجية في مختلف المجالات التعليمية والاقتصادية وغيرها ومحاولة مواكبة تلك التحديات والتغيرات من قبل المجتمع .، الامر الذي جعل من التوافق مع هذه التغيرات والاهتمامات امراً صعباً، ونشأت مع ذلك أشكال من عدم القدرة على التكيف وبالتالي اهتزاز الثقة سواء لدى الشخص نحو ذاته أو الآخرين مما أدى إلى نتائج غير مرغوب فيها كظهور بعض الاضطرابات النفسية والمتلازمات التي أغفل الجميع عنها وأعطاهها قيمة غير مستوفية على الرغم من الاشارة في الكثير من الدراسات والبحوث لأهمية توجيه النظر نحو تلك الاضطرابات والمتلازمات لما لها من تأثير كبير على حياة الأفراد.

ولأن الضغوط أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة ما هي إلا رد فعل للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على كافة نواحي الحياة، كما أنها تمثل السبب الرئيسي وراء الاحساس بالآلام النفسية والأمراض العضوية. (أماني عبد المقصود و تهاني عثمان: ٢٠٠٧، ٢)

لذا نال ذلك البرنامج اهتمام الباحثة حيث أنه يساهم في إعادة التقييم المعرفي لدى الأفراد تجاه بعض المشكلات والتعامل معها بحل أمثل وصحي بدلاً من الأساليب التي قد يلجأ لها البعض دون دراية في مواجهة تلك المشكلات كالكبت والتقمص والإنكار وغيرها من الأساليب الدفاعية والتي تتعدى نتائجها تدمير حياة الفرد.

وقد تؤثر معتقدات الفرد واتجاهاته وخصاله الشخصية على إصابته ببعض الاضطرابات، ولأن فرص الإصابة بمثل هذه الاضطرابات تقل في ظل توافر اتجاهات وخصال مميزة لشخصية الفرد كالمرونة وهي أحد مهارات التكيف الاجتماعي لذا وجه البحث اهتمامه لها ولبعض المهارات الأخرى كالالتزام والتحكم والمشاركة والمسئولية لما لذلك من دور كبير في مساعدة الفرد على الصمود أمام أي مشكلات ومواجهة الواقع والتغيير الدائم بكل مرونة وحسم.

وقد أشار كلا من "دوجلاس و دريس" أن لمهارات التكيف الاجتماعي دور إيجابي في مواجهة المشكلات والاضطرابات النفسية، حيث تعمل على تغيير تفكيرهم في أمور أخرى غير تلك المشكلات والاضطرابات، أمور قد تساعدهم على الشعور الجيد والتصرف بكفاءة لمواجهة تلك المشكلات والاضطرابات، وادراكهم للضغوط الحياتية على أنها أمر عادي (Through: Goldberger&Brentiz, 1993, 81).

وتجمع كثير من الدراسات والبحوث السابقة على أن الشخص الذي يتمتع ببعض مهارات التكيف الاجتماعي يكون لديه شخصية إيجابية في التعامل مع الضغوطات ولديه القدرة على التحكم في ذاته والتكيف معها على خلاف الأشخاص السلبيين في مواجهة أي ضغوطات وغير قادرين على تجاوزها وبالتالي الوقوع في فخ اليأس والهروب من الواقع والعرضة للاضطرابات التي تؤذيها هو ومن حوله.

ونجد أن كلا من "ستوكس و ليندا" (Stokes & Linda, 1998, 13) يؤكدوا على أن الأشخاص الذين يتمتعون بمهارات التكيف الاجتماعي لديهم قدرة على التحكم في الاحداث والمواقف، ولديهم القدرة على الالتزام بما يقومون به من مهام في حياتهم حيث يشعرون بهدف يسعون لتحقيقه، ويرون أن التغيير في الحياة هو نوع من أنواع التحدي وليس أمر ينطوي على التهديد، ويتمتعون بصحة جيدة في ظل وجود مستويات مرتفعة من الضغوط.

ويعتقد معظم الباحثين أنه يمكن التعرف على مهارات التكيف الاجتماعي على أنها نظام للشخصية يمكن تطويره لدى كل الأفراد، حيث أثبتت أنها مخفف فعال للضغوط، وتساعد في استمرار وتعزيز الأداء والقيادة والأخلاق والصحة، وهي مؤشر إيجابي لفعالية الأداء، ولجودة الحياة لدى الذين يعانون من الأمراض الخطيرة، وتساعد على خفض الضغط والإجهاد والاكنتاب والغضب. (Maddi et al., 2006, 149- 156)

وتشير الباحثة إلى أن من أهم النتائج المتوقعة في حياة الفرد نتيجة القدرة على التعامل مع المشكلات والضغوطات النفسية بشكل صحيح هي القدرة على تحقيق التكيف تجاه النفس والآخرين.

### الإحساس بالمشكلة:

وتم الاحساس بمشكلة البحث من خلال ما يلي :

١- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي سبق الإشارة إليها والتي أشارت لوجود قصور في مهارات التكيف الاجتماعي.

٢- إجراء التجربة الاستطلاعية: حيث تم تطبيق مقياس مهارات التكيف الاجتماعي إعداد "فاينلاند تعريب بندر العتيبي" (٢٠٠٤) على عينة من طلاب المرحلة الثانوية قوامها (30) طالباً وطالبة بمدرسة أم المؤمنين ومدرسة الثانوية بنات ومدرسة جمال عبد الناصر ومدرسة عائشة حسانين بمدينة الفيوم، وقد توصلت النتائج إلى حصول (٨٠%) من الطلاب على أقل من (٥٤%) من درجات مقياس مهارات التكيف الاجتماعي.

٣- إجراء مقابلة مع بعض معلمين علم النفس بمدارس الثانوية العامة بمحافظة الفيوم، (مدرسة الثانوية بنات)، و(مدرسة جمال عبد الناصر)، و(مدرسة أم المؤمنين)،

و(مدرسة عائشة حسانين) والتي أوضحت اتفاق (٧٥%) منهم على وجود قصور في مهارات التكيف الاجتماعي.

### مشكلة البحث:

في ضوء ما سبق تتحدد مشكلة البحث في: "وجود ضعف في مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية".

### أسئلة البحث:

- ١- ما مهارات التكيف الاجتماعي اللازم تنميتها لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟
- ٢- ما التصور المقترح للبرنامج الإثنائي في مادة علم النفس ؟
- ٣- ما فاعلية البرنامج الإثنائي المقترح في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

### حدود البحث:

أقتصر البحث الحالي على ما يلي :

- ١- حدود بشرية: عينة من طلاب المرحلة الثانوية بلغ عددهم (٤٠) طالباً وطالبة ملتحقين بدور الرعاية (جمعية شفيح الفيوم).
- ٢- حدود مكانية: دار الرعاية (جمعية شفيح الفيوم) بمحافظة الفيوم.
- ٣- حدود زمنية: تطبيق البحث خلال العام الدراسي ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤.
- ٤- حدود موضوعية: استخدام برنامج إثنائي مقترح في مادة علم النفس يشمل عدد من الفنيات التربوية (مواقف حياتية، التساؤل السقراطي، حل المشكلات ، التخيل، عصف ذهني، تعلم تعاوني، حوار ومناقشة، القبعات الستة، فكر - زوج - شارك).
- ٥- مهارات التكيف الاجتماعي.

### هدفا البحث:

يهدف البحث إلى ما يلي :

- ١- تصميم برنامج إثنائي مقترح في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- ٢- قياس فاعلية برنامج إثنائي مقترح في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

## أهمية البحث:

قد يفيد البحث في ضوء ما يسفر عنه من نتائج فيما يلي :

- 1- توجيه نظر معلمين علم النفس إلى أهمية وفاعلية هذا البرنامج الإثرائي في مادة علم النفس لما له من دور في تنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- 2- تقديم دليل لمعلمين علم النفس لكيفية استخدام هذا البرنامج في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي.
- 3- تزويد مكتبة المناهج وطرق التدريس ببرنامج إثرائي في مادة علم النفس يساهم في تنمية مهارات التكيف الاجتماعي.
- 4- تنمية مهارات التكيف الاجتماعي (كالمرونة - المسؤولية - التحكم - المشاركة - الالتزام) لدى طلاب المرحلة الثانوية.

## فرض البحث:

يوجد فرق دال احصائياً بين متوسطى درجات طلاب وطالبات المجموعة التجريبية فى الإدائين القبلى والبعدى على اختبار مهارات التكيف الاجتماعي ، لصالح الأداء البعدى .

## منهج البحث:

المنهج الوصفى فى الدراسة النظرية، والمنهج التجريبي فى الدراسة الميدانية .

## أدوات البحث والمواد التعليمية:

- 1- بطاقة تحليل محتوى منهج علم النفس.
- 2- قائمة بمهارات التكيف الاجتماعي المراد تنميتها لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- 3- اختبار مهارات التكيف الاجتماعي من إعداد الباحثة.

## خطوات وإجراءات البحث:

سوف تسير خطوات وإجراءات البحث وفقاً للخطوات التالية:

أولاً: الدراسة النظرية وتتضمن :

مهارات التكيف الاجتماعي (المرونة، المسؤولية، التحكم، المشاركة، الالتزام)

### ثانياً: إعداد البرنامج الإثرائي في تدريس مادة علم النفس وفق الخطوات التالية:

- فلسفة البرنامج الإثرائي.
- الأهداف العامة للبرنامج الإثرائي.
- محتوى البرنامج الإثرائي.
- استراتيجيات وطرق ومداخل التدريس.
- المصادر والوسائل التعليمية المستخدمة.
- الأنشطة التعليمية المستخدمة.
- تقييم البرنامج.

ثالثاً: محتوى منهج علم النفس يتضمن ثلاث وحدات منهم الوحدة الثانية "الدوافع والانفعالات في حياتنا اليومية"، والوحدة الثالثة "العمليات المعرفية" ومن خلال هذه الوحدات تم التوصل لمجموعة من مهارات التكيف الاجتماعي التي يسعى البحث لتميتها عند الطلاب.

### رابعاً: إعداد قائمة لمهارات التكيف الاجتماعي.

خامساً: إعداد اختبار لمهارات التكيف الاجتماعي من قبل الباحثة ، وعرضه على مجموعة من المحكمين والمتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية، ثم تجربته استطلاعياً على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الفيوم.

### سادساً: الدراسة الميدانية، وتتضمن:

١. اختيار عينة البحث الأساسية من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بجمعية شفيح الفيوم بمدينة الفيوم ذات المجموعة التجريبية الواحدة.
٢. التطبيق القبلي لأداة البحث على المجموعة التجريبية .
٣. تطبيق البرنامج الإثرائي المقترح في علم النفس على المجموعة التجريبية.
٤. التطبيق البعدي لأداة البحث على المجموعة التجريبية.
٥. رصد النتائج وتفسيرها وتقديم التوصيات والبحوث المقترحة.

### مصطلحا البحث:

-برنامج إثرائي:

يعرف الإثراء بأنه الإجراءات التي صممت لزيادة عمق واتساع خبرات تعلم التلاميذ، وقد تشمل: تعيينات خاصة ، ودراسة مستقلة ، ومشروعات فردية، مجموعة عمل صغيرة وتعديلات أخرى في عمليات الدراسة المعتادة (حسن شحاتة، زينب النجار: ٢٠٠٣، ٧٨).

ويرى أيضاً (فتحي جروان: ٢٠٠٢، ٣٨٦) أن البرنامج الإثرائي يقدم مقررات دراسية إضافية، أو خبرات غنية تتلاءم مع احتياجات الطلاب في المجالات المعرفية والانفعالية والإبداعية والنفسحركية دون أن يترتب على ذلك اختصار للمدة الزمنية للانتقال من درجة أو صف إلى درجة أو صف أعلى.

ويمكن تعريف البرامج الإثرائية إجرائياً بأنها عبارة عن مخطط يسير وفق مجموعة من الاجراءات التي تناسب المستوى العقلي والتعليمي للطلبة ويقدم على هيئة جلسات تتضمن مجموعة من الأنشطة أوالمواقف الحياتية وغيرها، وتهدف لإكساب الطلبة مجموعة من الخبرات والمهارات التي تعينهم على مواجهة المشكلات الحياتية والتعايش معها.

#### -التكيف الاجتماعي:

يعرفه (فاروق الروسان: ٢٠٠٠، ٥٢) بأنه مدى تكيف الفرد مع كل المتغيرات الاجتماعية التي تحيط به والمتمثلة في مؤسسات اجتماعية كالأسرة والمدرسة ومؤسسات العمل والانتاج.

كما يشير حامد زهران إلى أن التكيف الاجتماعي يتمثل في قدرة الفرد على أن يعقد علاقات اجتماعية ناجحة مع من يعاشروهم أو يعمل معهم دون أن يشعر بحاجي ملحة إلى السيطرة أو العدوان. (حربي رمضان: ٢٠١٨، ١٠)

ويمكن تعريف التكيف الاجتماعي إجرائياً على أنه يتمثل في رضا الفرد عن ذاته وعن المجتمع من حوله، فالفرد المتكيف يتسم بقدرته على تغيير سلوكه حين لا يتوافق مع بيئته، وهو الشخص الذي يضع أهداف أمامه تناسب امكاناته ويسعى للوصول إليها.

#### خطوات البحث وإجراءاته :

#### للإجابة عن تساؤلات البحث اتبعت الباحثة الإجراءات التالية :

أولاً: تصميم برنامج إثرائي في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي .. كيف؟

**ثانياً:** إعداد دليل المعلم في تدريس الوجدتين الثانية والثالثة من منهج علم النفس في ضوء البرنامج الإثرائي، ثم ضبطه عن طريق عرضه على مجموعة من المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية؛ للوصول إلى أفضل صورة ممكنة له.

**ثالثاً:** بناء اختبار مهارات التكيف الاجتماعي من قبل الباحثة، ثم ضبطه والتأكد من صلاحيته (صدقه) عن طريق عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في هذا المجال.. وتجربته استطلاعياً على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الفيوم؛ وذلك بهدف حساب ثباته، وكذا تحديد الزمن الذي يتطلب إجراؤه على العينة الأساسية.

#### **رابعاً: الدراسة الميدانية وتتضمن:**

١. اختيار عينة البحث الأساسية من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بجمعية شفيح الفيوم بمدينة الفيوم ذات المجموعة التجريبية الواحدة.
٢. التطبيق القبلي لأداة البحث على المجموعة التجريبية .
٣. تطبيق البرنامج الإثرائي المقترح في علم النفس على المجموعة التجريبية.
٤. التطبيق البعدي لأداة البحث على المجموعة التجريبية.
٥. رصد النتائج وتفسيرها.

#### **خامساً: تقديم التوصيات والمقترحات.**

أولاً: تصميم برنامج إثرائي في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي..كيف؟

استندت الباحثة لمجموعة من الخطوات الإجرائية في إعداد البرنامج الإثرائي؛ لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب الصف الثاني الثانوي، وفقاً لما يلي:

#### **(١) تحديد الفلسفة التي يقوم عليها البرنامج الإثرائي:**

إعداد برنامج يساعد طلاب المرحلة الثانوية على التعامل مع الحياة الخارجية بشكل يتسم بالصحة والدقة والواقعية، وقدرته على إكسابهم روح المرونة التي تجعلهم أكثر قابلية للتغيير من أجل تحقيق التكيف على المستوى الشخصي والاجتماعي وكذلك القدرة على بناء اتجاهات إيجابية عند مواجهة أي مشكلة حياتية والخروج منها بأفضل النتائج وتحصين النفس ضد أي صعوبات.

وتنمية مهارات التكيف الاجتماعي مهم للغاية لما لها من دور كبير في:

- تنمية المرونة والقدرة على إحداث أي تغييرات لازمة للمواءمة.

- تحمل الفرد مسئولية أخطائه مما يقوده نحو التفكير قبل أي فعل.
- مساعدة الفرد على التعامل الجيد تحت أعباء وضغوطات.
- القدرة على ضبط الانفعالات والتحكم بالنفس عند الشعور بالغضب.
- التفكير خارج الصندوق بمعنى التفكير بشكل أوسع وأشمل وأعم.

## (٢) الأسس التي يقوم عليها البرنامج الإثرائي :

يقوم البرنامج على مجموعة من الأسس التالية :

### (أ) طبيعة المجتمع المصري (فلسفته - أهدافه - متطلباته - تحدياته) :

يسعى المجتمع المصري لإحداث تطورات وتغييرات بشكل عام - في كافة جوانب الحياة سواء الاجتماعية أو السياسية أو الاقتصادية وغيرها - والمناهج الدراسية بشكل خاص لما لذلك من دور كبير في إنتاج جيل لديه قدرات فائقة للتعامل مع الحياة بمشكلاتها ومواكبة التطورات الحادثة في العالم أجمع.

### (ب) أهداف مادة علم النفس \* :

- ١- تصنيف الدوافع بناءً على أسس علمية.
- ٢- يميز بين أنواع الدوافع.
- ٣- يبين المواقف التي تؤدي إلى الانفعال.
- ٤- يوضح الجوانب الأساسية للانفعال.
- ٥- يحلل العلاقة بين كل من الانفعالات والعمليات العقلية للسلوك.
- ٦- يرغب في ضبط الانفعالات بالمواقف الحياتية المختلفة.
- ٧- يشرح مراحل عملية الإحساس.
- ٨- يميز بين أنواع العتبات الحسية.
- ٩- يفسر العوامل التي تساعد على توجيه الانتباه.
- ١٠- يفسر قوانين الإدراك.

\* وزارة التربية والتعليم: توزيع منهج علم النفس والاجتماع للصف الثاني الثانوي. (القاهرة: مكتبة مستشار علم النفس، ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤) ص ص ٤، ٥ .

١١- يقارن بين أنواع الذاكرة.

١٢- يستخدم عوامل تحسين الذاكرة عند استذكار الدروس.

(ج) خصائص النمو المختلفة في مرحلة المراهقة من (١٥ - ١٨) سنة :

١- النمو الجسمي :

ينظر المراهق إلى جسمه كرمز للذات، ويكون لديه حساسية شديدة للنقد نحو التغيرات الجسمية المتعددة الجوانب، وتتطلب هذه المرحلة نوعاً من التوافق وتكوين مفهوم موجب عن الجسم النامي، ويسهم الآخرون في نمو مفهوم الجسم عند المراهق، وتنعكس أهمية مفهوم الجسم في التفاعل الاجتماعي للمراهق. (حامد زهران: ١٩٨٦، ٣٣٦-٣٣٧)

٢- النمو الحركي :

من بداية سن ١٦ سنة إلى نهاية المراهقة تصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجماً ويزداد نشاطه وقوته ويزداد اتقان المهارات الحركية، ويرتبط النمو الحركي بالنمو الاجتماعي، فمن المهم أن يشارك في أوجه نشاط الجماعة ويتطلب ذلك اتقان المهارات الحركية للزمنة لذلك وإذا لم يتحقق فقد يميل للنسحاب. (كامل عويضة: ١٩٩٦، ١٣٠)

٣- النمو العقلي :

يزداد نمو القدرات العقلية وخاصة القدرات اللفظية والميكانيكية والسرعة الإدراكية لتباعد مستويات وتنوع حياة المراهق، ويظهر الابتكار والجدة والتنوع والابداع والغنى في الأفكار والنظرة الجديدة للأشياء والاستجابات الجديدة، وتزداد القدرة على التحصيل وعلى نقد ما يقرأ من معلومات، والقدرة على التعبير عن النفس، وتنمو الميول والاهتمامات وتتأثر بالجنس والعمر الزمني والثقافة. (حامد زهران: ١٩٨٦، ٣٤٢-٣٤٣)

٤- النمو الانفعالي :

تتطور مشاعر الحب حيث يميل المراهق نحو الجنس الآخر، ويشعر بالفرح والسرور عندما يجد نفسه مقبولاً اجتماعياً، ونلاحظ الحساسية الانفعالية عندما لا يستطيع أن يتوافق مع البيئة الخارجية، وتتميز مرحلة المراهقة بثنائية المشاعر فيكون المراهق بين الانجذاب والنفور لنفس الشيء ويرتبط ذلك بنقص التكامل بين الدوافع، ونلاحظ عليه الغضب والثورة والتمرد على مصادر السلطة كالأسرة. (حامد زهران: ١٩٨٦، ٢٤٧-٢٤٨)

## ٥- النمو الاجتماعي :

في هذه المرحلة تتكون لديه المبادئ والقيم والمثل، ويظهر الشعور بالمسئولية،  
والميل لمساعدة الآخرين، وكذلك الميل للزعامة ويجاهد لتحقيق المزيد من الاستقلال  
الاجتماعي (حامد زهران: ١٩٨٦، ٣٥١-٣٥٣)

### د) النمو المعرفي عند بياجيه :

يرى بياجيه أن النمو المعرفي الذي يشمل الإدراك والتذكر والتفكير والتعرف والتخيل  
والمنطق والاستدلال ناتج عن التفاعل الذي يتم بين الفرد وبيئته، وحدد أربعة عوامل تؤثر  
في النمو المعرفي وهي :

- النضج.
- الخبرة.
- التفاعل الاجتماعي.
- التوازن والمواءمة. (إسماعيل محمد : ٢٠٢٣، ٣-٤)

### هـ) مطالب النمو في مرحلة المراهقة :

أشار (كامل عويضة: ١٩٩٦، ٦٣-٦٤) لمجموعة من المطالب في تلك المرحلة  
وتتمثل فيما يلي:

- تكوين علاقات ناضجة مع رفاق السن من الجنسين.
- اكتساب الدور الاجتماعي الجنسي السليم.
- تقبل التغيرات الجسمية والتوافق معها.
- اختبار مهنة معينة ومحاولة الاستعداد الجسمي والعقلي والاجتماعي  
والانفعالي لها.
- تكوين المهارات اللازمة للاشتراك في الحياة المدنية للمجتمع.
- معرفة واكتساب السلوك الاجتماعي وتحمل المسئولية الاجتماعية  
وممارستها.
- اكتساب القيم الدينية ومعايير الأخلاق في المجتمع باعتبارها موجهات  
للسلوك السوي والمقبول اجتماعياً.

### (٣) الأهداف التعليمية للبرنامج الإثرائي :

- يتمثل الهدف العام للبرنامج الإثرائي في تنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب الصف الثاني الثانوي وذلك من خلال تدريس مادة علم النفس.
- وبالنسبة للأهداف الإجرائية يتطلب أن يتوافر فيها الاعتبارات التالية :
- أن تحدد الأهداف في عبارات سلوكية واضحة، على أن تراعي الشروط الفنية الواجب مراعاتها في هذه الصياغة.
  - أن تنمي الأهداف مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب الصف الثاني الثانوي.
  - أن ترتبط الأهداف بطبيعة المرحلة الثانوية، وطبيعة الطلاب في هذه المرحلة.
  - أن تكون الأهداف شاملة لجميع جوانب التعلم "معرفية - مهارية - وجدانية".

### (٤) اختيار محتوى البرنامج الإثرائي :

- المحتوى عبارة عن مجموعة المعارف والخبرات التي يكتسبها الطالب، وترجمة للأهداف التي يسعى البرنامج إلى تحقيقها، وذلك من خلال عرض بعض المواقف والأمثلة باختلاف أنواعها، ويتطلب أن يتوافر في المحتوى بعض الشروط وهي :
- أن يكون المحتوى ترجمة حقيقية للأهداف التعليمية.
  - أن تكون المادة العلمية صحيحة ودقيقة.
  - أن يرتبط المحتوى بطبيعة الطلاب في المرحلة الثانوية.
  - أن يرتبط المحتوى بمهارات التكيف الاجتماعي المراد تنميتها لدى طلاب الصف الثاني الثانوي.

ويهدف البرنامج الإثرائي إلى تنمية مهارات التكيف الاجتماعي، ويعتمد في تحقيق ذلك على مجموعة من الاستراتيجيات وطرق التدريس، وبعد تحليل المحتوى أحد الأساليب الموضوعية المتبعة والتي تستخدم في وصف جوانب المادة التعليمية سواء كانت منطوقة أو مكتوبة أو مرئية.

### (٥) تحديد استراتيجيات وطرق ومداخل التدريس المستخدمة في البرنامج الإثرائي :

إن الهدف من البرنامج الإثرائي هو التحقق من مدى فاعليته في تنمية مهارات التكيف الاجتماعي لطلاب الصف الثاني الثانوي، ويتطلب ذلك استراتيجيات تدريس ملائمة لطبيعة البرنامج ولطبيعة الطلاب.

وفي ضوء ذلك اختارت الباحثة مداخل طرق واستراتيجيات تدريسية من أجل تنفيذ البرنامج وهي :

- المواقف الحياتية.
- القبعات الست .
- حل المشكلات .
- التعلم التعاوني .
- العصف الذهني .
- التخيل .
- التساؤل السقراطي .
- فكر - زوج - شارك .
- لعب الأدوار .

#### (٦) تحديد الوسائل التعليمية المستخدمة :

الوسيلة التعليمية لها دور هام في تحقيق أهداف البرنامج؛ لذلك لا بد أن تتمتع ببعض الصفات الهامة كي تؤدي غرضها فلا بد أن تكون واضحة ومبسطة للمعلومة ومثيرة للانتباه وخارجة عن المألوف وتراعي الفروق الفردية بين الطلاب، واختارت الباحثة عدد من الوسائل التعليمية وهي :

- المواقف الحياتية.
- الأمثلة الشارحة.
- المقالات.
- الصور الثابتة.
- المخططات التوضيحية.

### (٧) تحديد الأنشطة التعليمية :

يعتبر النشاط التعليمي أحد العناصر الهامة في تحقيق أهداف الدرس بشكل عام وأهداف البرنامج بشكل خاص؛ لما له من دور كبير في التأثير على حياة الطالب داخل المجتمع الصغير (المدرسة) وذلك يؤثر ولو تأثير بصيص في حياته الخارجية وسلوكياته وتعامله مع المحيطين في المجتمع، وهي أيضاً عنصر هام يساعد على تعديل السلوكيات الخاطئة وتوجيهها وكذلك الأفكار الغير صحيحة، ولا بد لتحقيق كل ذلك أن يكون النشاط ملائم لطبيعة الطالب وطبيعة المادة الدراسية حتى يخرج منه الطالب بأكثر إستفادة، ومن أهم الأنشطة التعليمية ما يلي:

- المشاركة في الحوار والمناقشة حول المواقف الحياتية.
- المناظرة وتمثيل أجزاء مهمة من موضوعات المادة الدراسية.
- إعداد كلمات في الإذاعة المدرسية.
- جمع مواقف حياتية.
- التعليق على بعض الصور المرتبطة بالموضوعات.
- إعداد أبحاث حول بعض الموضوعات.
- عمل ملفات لقضايا حياتية وكيفية التعامل معها.

### (٨) تقويم البرنامج الإثرائي :

التقويم أحد العناصر الأكثر أهمية في أي برنامج تعليمي والسبب في ذلك أنه يؤكد مدى تحقيق البرنامج لأهدافه ويحدد نقاط القوى والضعف الموجودة لدى الطالب وكذلك البرنامج، ولا بد أن يكون التقويم شاملاً ومتنوعاً ومتكاملاً ومستمرّاً وبراغي خصائص الطلاب وميولهم، ويقاس كافة جوانب المعرفة (تذكر - تطبيق - فهم).

وقد راعت الباحثة أن يتم التقويم وفقاً لأنواع التقويم التالية :

- **التقويم المبدئي (القبلي) :** وفيه سيتم تطبيق اختبار مهارات التكيف الاجتماعي؛ بهدف التعرف على مستوى إلمام الطلاب لمهارات التكيف الاجتماعي .
- **التقويم التكويني (المستمر) :** ويبدأ مع بداية البرنامج حتى نهايته، وذلك من خلال الأسئلة والأنشطة المتضمنة حول المواقف والأمثلة وغيرها الموجودة بموضوعات الدرس.

- **التقويم الختامي (البعدي) :** وذلك بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج الإثرائي وذلك من خلال إعادة تطبيق اختبار مهارات التكيف الاجتماعي، وذلك للتأكد من مدى فاعلية البرنامج الإثرائي في تنمية بعض مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب الصف الثاني الثانوي.

### (٩) ضبط البرنامج الإثرائي :

تم ضبط البرنامج الإثرائي من خلال عرضه على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية للتأكد من مدى سلامته وإدخال التعديلات عليه في ضوء آرائهم.

وبذلك تكون الباحثة قد أجابت على السؤال الثاني في مشكلة البحث وهو : ما التصور المقترح للبرنامج الإثرائي في مادة علم النفس ؟

**ثانياً: إعداد دليل المعلم في تدريس الفصل الثاني والثالث من منهج علم النفس في ضوء البرنامج الإثرائي:**

قامت الباحثة بإعداد دليل المعلم الذى يهدف إلى إرشاد معلم علم النفس نحو كيفية تنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء البرنامج الإثرائي .

### وقد جاءت محتويات الدليل متضمنة على :

- مقدمة الدليل.
- الأهداف العامة للوحدتين الثانية والثالثة من منهج علم النفس للصف الثاني الثانوي.
- الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة في تدريس علم النفس بالمرحلة الثانوية.
- بعض الإرشادات العامة للمعلم لاستخدام هذا الدليل.
- الموضوعات الرئيسية، وعدد الحصص اللازمة لتدريس كل موضوع.
- الدروس التى تم إعدادها في ضوء البرنامج الإثرائي المقترح.
- قائمة بالكتب والمراجع التى يمكن للمعلم الاستعانة بها فى عملية التدريس.

هذا، وقد قامت الباحثة بعرض الدليل على مجموعة من السادة المحكمين فى مجال تدريس المواد الفلسفية.. وقد أجمعت الآراء على صلاحيته للاستخدام، وبذلك أصبح مناسباً للتطبيق على العينة الأساسية للبحث.

والملحق (٣) يتضمن دليل المعلم في تدريس الوجدتين الثانية والثالثة من منهج علم النفس للصف الثاني الثانوي في ضوء البرنامج الإثرائي.

وهذا يجيب عن السؤال الثاني الذي ورد في أسئلة البحث وهو : ما التصور المقترح للبرنامج الإثرائي في مادة علم النفس ؟

**ثالثاً: بناء اختبار مهارات التكيف الاجتماعي في علم النفس لطلاب الصف الثاني الثانوي :**

يهدف هذا الاختبار إلى قياس مدى نمو مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، بعد دراستهم للوجدتين الثانية والثالثة من منهج علم النفس في ضوء البرنامج الإثرائي.

هذا، وقد قامت الباحثة بإعداد الاختبار في صورته الأولى، حيث تم صياغة مجموعة من التساؤلات التي تقيس مدى إلمام الطلاب بمهارات التكيف الاجتماعي.

وتم وضع تعليمات الاختبار بحيث تكون واضحة ومباشرة ومناسبة لمستوى طلاب المرحلة الثانوية.

ولحساب صدق الاختبار، قامت الباحثة بعرضه على المحكمين، وذلك للتأكد من صلاحيته كأداة لقياس مدى نمو مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية. ولقد أبدى المحكمون عدة ملاحظات - تمثلت في تعديل أو إضافة أو حذف بعض البنود (الأسئلة) - أفادت الباحثة في صياغة الشكل النهائي للاختبار، وبذلك قد يكون توفر عنصر الصدق فيه والتأكد من جودة صياغة الأسئلة.. واعتبر ذلك مؤشراً لصدق الاختبار.

ولحساب ثبات الاختبار وتحديد زمنه.. تم تطبيقه على عينة استطلاعية بلغ عددها (٣٠) طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية بجمعية شفيح الفيوم وذلك يوم ١٥ / ١١ / ٢٠٢٣، ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة يوم ٢٢ / ١١ / ٢٠٢٣.

تم مراعاة أن تكون طريقة تصحيح الاختبار واضحة وسهلة، بحيث يحصل الطالب على درجة عند اختياره البديل الصحيح من بين الأربعة بدائل الموجودة أسفل كل موقف، وملحق (٨) وضع فيه مفتاح تصحيح اختبار مهارات التكيف الاجتماعي.

وتبين للباحثة أن مجموع الزمن لكل الطلاب (١٦٠٠) دقيقة، مقسومة على عدد الطلبة كان المتوسط (٤٠) دقيقة، أي أن الزمن الذي ستعتبره الباحثة هو الزمن الحقيقي لطلاب العينة الأساسية في البحث هو (٤٠) دقيقة تقريباً

ويشمل اختبار مهارات التكيف الاجتماعي في صورته النهائية على (٢٠) موقفاً،  
ولكي تتحقق موضوعيته راعت الباحثة الشروط التالية في أسئلة الاختبار :

- أن تكون مناسبة للطلاب من حيث الألفاظ المستخدمة.
- أن تغطي مهارات التكيف الاجتماعي.
- أن تكون مواقف نابغة من واقع الحياة المعاشة.
- أن تحقق الأهداف المرجوة من إعدادها.
- أن تكون قصيرة مراعاة للوقت ولتفادي الشعور بالملل.

وملحق (٨) يوضح مفتاح تصحيح اختبار مهارات التكيف الاجتماعي .

رابعاً: الدراسة الميدانية :

#### عينة البحث :

تكونت عينة البحث من (٤٠) طالبة وطالباً من جمعية شفيح الفيوم بمحافظة الفيوم،  
وتم تطبيق الاختبار قبلياً يوم الأربعاء الموافق ١٥ / ١١ / ٢٠٢٣ .

#### تدريس البرنامج الإثرائي :

بدأت عملية تدريس الموضوعات التجريبية في ضوء البرنامج الإثرائي للمجموعة  
التجريبية يوم الأربعاء الموافق ١٥ / ١١ / ٢٠٢٣، لمدة ٢١ أسبوع حتى انتهت يوم  
الخميس الموافق ٢٥ / ٤ / ٢٠٢٤ .

#### التطبيق البعدي لأداة البحث على المجموعة التجريبية:

قامت الباحثة بتطبيق اختبار مهارات التكيف الاجتماعي "اختبار مواقف" وذلك يوم  
الخميس الموافق ٢٥ / ٤ / ٢٠٢٤، وقد عاونت الباحثة في عملية التطبيق أحد الزملاء  
لتسهيل عملية التطبيق والتحكم في الغش أثناء التطبيق.

وتهدف الباحثة من عملية التطبيق البعدي لأداة البحث الحصول على بيانات تتصل  
بأداء طلاب المجموعة التجريبية؛ لمعرفة فاعلية البرنامج الإثرائي في تنمية مهارات  
التكيف الاجتماعي.

#### جمع وتفريغ البيانات وتصحيحها :

بعد الانتهاء من التطبيق البعدي لأداة البحث على المجموعة التجريبية، تم تصحيحه  
وتم الاعتماد في عملية تصحيح اختبار مهارات التكيف الاجتماعي على مفتاح التصحيح  
الذي أعد لهذا الغرض والموضح بالملحق (٨).

### نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها:

تتناول الباحثة فيما يلي عرضاً للنتائج التي أسفرت عنها تجربة البحث ، وذلك من خلال اختبار صحة كل فرض من فروض البحث ، ثم تفسير ومناقشة هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة ، وذلك بهدف التعرف على فاعلية البرنامج الإثرائي المقترح في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

#### ١) عرض النتائج الخاصة بالتطبيقين القبلي والبعدي لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعي:

- التحقق من صحة الفرض الأول من فروض البحث.

والذي ينص على أنه " يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لصالح متوسط درجات التطبيق البعدي " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيم (ت) ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي وجدول رقم ( ١ ) التالي يوضح ذلك :

جدول رقم ( ١ )

قيم "ت" ومستوي دلالتها للفرق بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية  
فى التطبيقين القبلى والبعدى لاختبار مهارات التكيف الاجتماعى

مهارات الاختبار	التطبيق	عدد الطلاب (ن)	المتوسط الحسابى (م)	الانحراف المعيارى (ع)	المتوسط الحسابى للفروق (ف)	درجة الحرية	الخطا المعيارى لمتوسط الفروق	قيمة (ت)		مستوى الدلالة	قيمة $\eta^2$	حجم التأثير
								المحسوبة	الجولية			
المرونة	القبلى	40	1.55	1.061	.900	39	.19	4.60	3	دالة عند مستوى ٠.٠١	٠.٣	كبير
	البعدى	40	2.45	.904				4		5		
المسئولية	القبلى	40	1.45	1.061	1.050	39	.22	4.64	3	دالة عند مستوى ٠.٠١	٠.٣	كبير
	البعدى	40	2.50	1.062				0		6		
التحكم	القبلى	40	1.43	.903	1.175	39	.20	5.72	3	دالة عند مستوى ٠.٠١	٠.٤	كبير
	البعدى	40	2.60	1.033				2		5		
المشاركة	القبلى	40	1.58	.984	.925	39	.22	4.17	3	دالة عند مستوى ٠.٠١	٠.٣	كبير
	البعدى	40	2.50	.906				0		2		
الالتزام	القبلى	40	1.45	1.011	1.325	39	.24	5.43	3	دالة عند مستوى ٠.٠١	٠.٤	كبير
	البعدى	40	2.78	1.050				3		4		
الاختبار	القبلى	40	7.45	3.980	5.375	39	.87	6.15	3	دالة عند مستوى ٠.٠١	٠.٤	كبير
	البعدى	40	12.83	3.822				6		3		

يتضح من جدول رقم (١) السابق ما يلى:

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدى عن متوسط درجات التطبيق القبلى لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعى ككل ، حيث حصل الطلاب فى التطبيق القبلى على متوسط (7.45) بانحراف معيارى (3.980) وفى التطبيق البعدى على متوسط (12.83) بانحراف معيارى (3.822) .

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدى عن متوسط درجات التطبيق القبلى لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعى لمهارة

المرونة ، حيث حصل الطلاب في التطبيق القبلي على متوسط (1,55) بانحراف معياري (1.061) وفي التطبيق البعدي على متوسط (2,45) بانحراف معياري (0.904) .

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المسؤولية ، حيث حصل الطلاب في التطبيق القبلي على متوسط (1,45) بانحراف معياري (1.061) وفي التطبيق البعدي على متوسط (2,50) بانحراف معياري (1,062) .

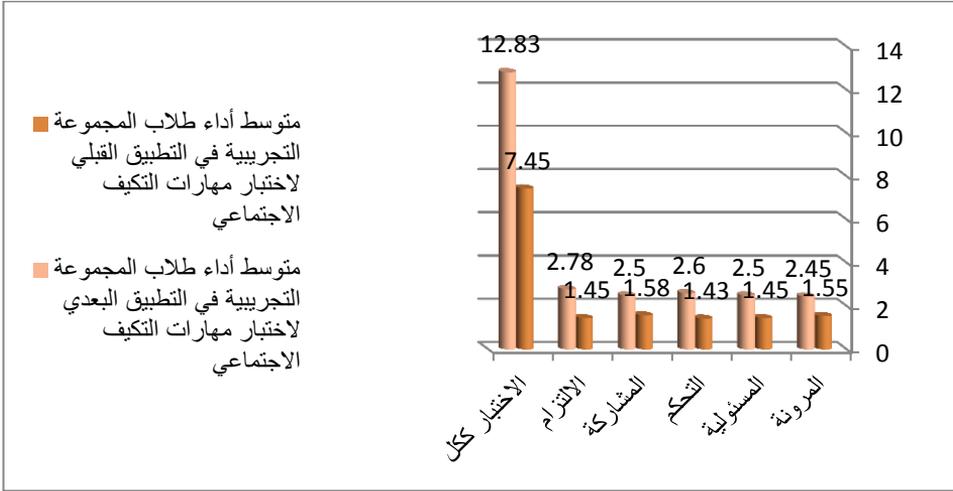
- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة التحكم ، حيث حصل الطلاب في التطبيق القبلي على متوسط (1,43) بانحراف معياري (0.903) وفي التطبيق البعدي على متوسط (2,60) بانحراف معياري (1,033) .

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المشاركة ، حيث حصل الطلاب في التطبيق القبلي على متوسط (1,58) بانحراف معياري (0.984) وفي التطبيق البعدي على متوسط (2,50) بانحراف معياري (0.906) .

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطلاب المجموعة التجريبية على اختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة الالتزام ، حيث حصل الطلاب في التطبيق القبلي على متوسط (1,45) بانحراف معياري (1,011) وفي التطبيق البعدي على متوسط (2,78) بانحراف معياري (1,050) .

وذلك كما يتضح أيضاً في شكل ( ١ ) التالي :

شكل ( ١ ) متوسط درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي



- قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي ككل ، والتي بلغت (6.156) أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، والتي بلغت ( ٢,٤٢٣ ) عند مستوى دلالة (٠,٠١) بدرجة حرية (٣٩).

- قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المرونة ، والتي بلغت (٤,٦٠٤) أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، والتي بلغت ( ٢,٤٢٣ ) عند مستوى دلالة (٠,٠١) بدرجة حرية (٣٩).

- قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المسؤولية ، والتي بلغت (٤,٦٤٠) أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، والتي بلغت ( ٢,٤٢٣ ) عند مستوى دلالة (٠,٠١) بدرجة حرية (٣٩).

- قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة التحكم ، والتي بلغت (٥,٧٢٢) أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، والتي بلغت ( ٢,٤٢٣ ) عند مستوى دلالة (٠,٠١) بدرجة حرية (٣٩).

- قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة

المشاركة ، والتي بلغت (٤,١٧٠) أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، والتي بلغت ( ٢,٤٢٣ ) عند مستوى دلالة (٠,٠١) بدرجة حرية (٣٩).

- قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة الالتزام ، والتي بلغت (٥,٤٣٣) أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، والتي بلغت ( ٢,٤٢٣ ) عند مستوى دلالة (٠,٠١) بدرجة حرية (٣٩).

ويعنى هذا قبول الفرض الأول من فروض البحث ، كما أنه يجيب عن السؤال الثالث الذي ورد في مشكلة البحث وهو: " ما فاعلية البرنامج الإثرائي المقترح في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟ " .

- قيمة مربع إيتا ( $\eta^2$ ) " لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي ككل " هو (٠,٤٩٣) وهذا يعنى أن نسبة (٤٩,٣%) من التباين الحادث في مهارات التكيف الاجتماعي ككل ( المتغير التابع ) يرجع إلى استخدام البرنامج الإثرائي المقترح ( المتغير المستقل ) وهى تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

- قيمة مربع إيتا ( $\eta^2$ ) " لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المرونة " هو (٠,٣٥٢) وهذا يعنى أن نسبة (٣٥,٢%) من التباين الحادث في مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المرونة ( المتغير التابع ) يرجع إلى استخدام البرنامج الإثرائي المقترح ( المتغير المستقل ) وهى تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

- قيمة مربع إيتا ( $\eta^2$ ) " لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المسؤولية " هو (٠,٣٥٦) وهذا يعنى أن نسبة (٣٥,٦%) من التباين الحادث في مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المسؤولية ( المتغير التابع ) يرجع إلى استخدام البرنامج الإثرائي المقترح ( المتغير المستقل ) وهى تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

- قيمة مربع إيتا ( $\eta^2$ ) " لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة التحكم " هو (٠,٤٥٦) وهذا يعنى أن نسبة (٤٥,٦%) من التباين الحادث في مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة التحكم ( المتغير التابع ) يرجع إلى استخدام البرنامج الإثرائي المقترح ( المتغير المستقل ) وهى تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

- قيمة مربع إيتا ( $\eta^2$ ) " لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المشاركة " هو (٠,٣٠٨) وهذا يعنى أن نسبة (٣٠,٨%) من التباين الحادث في مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة المشاركة ( المتغير التابع ) يرجع إلى استخدام البرنامج الإثرائي المقترح ( المتغير المستقل ) وهى تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

- قيمة مربع إيتا ( $\eta^2$ ) " لاختبار مهارات التكيف الاجتماعي لمهارة الالتزام " هو (٠,٤٣١) وهذا يعنى أن نسبة (٤٣,١ %) من التباين الحادث فى مهارات التكيف الاجتماعى لمهارة الالتزام (المتغير التابع ) يرجع إلى استخدام البرنامج الإثرائى المقترح ( المتغير المستقل ) وهى تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

- ويشير هذا إلى أنه حدث نمو واضح ودال فى مهارات التكيف الاجتماعى لدى طلاب المجموعة التجريبية التى درست باستخدام البرنامج الإثرائى المقترح.

- وهى نتيجة تتفق فى اتجاهها العام مع نتائج الدراسات الآتية :

-دراسة (حري رمضان ٢٠١٨) التى أكدت على وجود علاقة بين المناخ المدرسى والتكيف الاجتماعى.

-دراسة (مروج خلف ٢٠٠١) التى اكدت على أهمية التكيف الاجتماعى لأطفال الأمهات العاملات وغير العاملات.

وتشير النتائج المعروضة مسبقاً إلى حقائق يمكن إيجازها فيما يلي :

- أن طلاب المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإثرائى قد حققوا نمواً فى مهارات التكيف الاجتماعى الهامة فى الحياة اليومية، وهذا ما أشارت إليه نتيجة التطبيق البعدي لاختبار مهارات التكيف الاجتماعى.
- واستخدام البرنامج للمواقف الحياتية والأمثلة الشارحة كان لها دور كبير فى تجسيد الواقع ومعايشته بل وأيضاً فى تثبيت المعلومات التى تم الحصول عليها والحفاظ بها كأسلوب حياة معاش فى التعامل مع المواقف اليومية.
- كما أن استخدام طريقة القبعات الستة فى التفكير وغيرها من الطرق كالعصف الذهنى وغيره كان لهم دور كبير فى جعل الطلاب يفكرون خارج الصندوق وينظرون للمشكلات الحياتية بطريقة مختلفة والاستفادة منها بدلاً من الضرر الواقع بسببها.
- وكان عرض المادة العلمية الغير تقليدى المبسط والمتناسق القائم على الحوار والمناقشة وغيرها دور كبير فى تحفيز الطلاب وجعلهم متشوقين للتعلم فى البرنامج.
- وحقق البرنامج الإثرائى دور كبير فى خلق طلاب لديهم إستعدادات لمواجهة الحياة بطريقة صحيحة وقبول التحدي وعدم الهروب من المشكلات الحياتية بل التعامل معها والخروج منها بقوة وقدرة على التعامل مع ما هو أصعب منها.

- وساهم أيضاً البرنامج في جعل الطلاب أكثر قدرة على تقبل ذاتهم والآخرين وهذا له دور كبير في تحقيق التكيف سواء على الجانب النفسي أو الاجتماعي.
- وشعور الطلاب باستفادتهم من معرفة ماهية الضبط الانفعالي ومدى أهميته في تحقيق التوافق، وكذلك أهمية المسؤولية التي تُشعر الشخص بكيانه وتجعله أكثر إقبالاً على الحياة.
- وكان للبرنامج أيضاً دور في تحقيق شئ هام يتمثل في التعاون ورغبة كل طالب في تحقيق الإفادة له ولزملائه من حوله.
- وللبرنامج دور هام أيضاً في تنمية بعض المهارات الهامة لتحقيق التكيف بشكل عام والتكيف الاجتماعي بشكل خاص حيث أشاد البرنامج بأهمية مهارة المرونة كنوع من حب التغيير لتحقيق الاندماج مع الآخرين، وأيضاً مهارة الالتزام التي لها دور هام في الحفاظ على سلامة المجتمع، وأشارت النتائج إلى نمو تلك المهارات لدى الطلاب.

مما سبق يتضح أن دراسة الطلاب للبرنامج الإثرائي قد أدى الهدف منه في تنمية مهارات التكيف الاجتماعي، وذلك استناداً إلى استجابة الطلاب للبرنامج ونتائج الدالة إحصائياً في اختبار مهارات التكيف الاجتماعي، وهو ما يثبت فعالية البرنامج.

#### خامساً : تقديم التوصيات والمقترحات :

انطلاقاً من نتائج البحث - التي سبق ذكرها - توصي الباحثة بما يلي :

- ضرورة إعادة النظر في أهداف التعليم الثانوي بحيث تتضمن الاهتمام أكثر بتحقيق تكيف الفرد سواء على الجانب الشخصي أو الاجتماعي.
- إعداد دليل للمعلم يسعى لإكساب طلاب الثانوية العامة مهارات التكيف الاجتماعي كي يؤهلهم للمدرسة الحياتية المستقبلية.
- تدريب معلمى علم النفس على البرنامج الإثرائي في التدريس، لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي.
- الاهتمام بالأنشطة التعليمية التي يقوم بها الطلاب؛ وذلك لما لها من أثر على تحفيز التعلم والمشاركة، وجعل الطلاب يشعرون أن لهم قيمة ووجود.
- ضرورة استخدام الوسائل التعليمية؛ وذلك حتى يشعر الطلاب بواقعية المادة من خلال تجسيد ما يتم تدريسه من خلال (الأمثال الشارحة، الصور، بعض اللوحات التوضيحية، جداول المقارنة، قصص واقعية،.....).

- الاهتمام بالحوار والمناقشة داخل الفصل بدلاً من التلقين مع إعطاء الفرص للطلاب للمشاركة وإبداء الرأي والتفاعل.
- خلق جو من الود يسوده العلاقات الطيبة الإيجابية بين المعلم والطلاب؛ وذلك يكون له دور في تشجيع الطلاب على المشاركة والالتزام والاهتمام بالمواد التعليمية وتطبيق ما تم تعلمه في الحياة العملية.
- إعداد دورات تربوية إرشادية سلوكية من جانب المدرسة عن طريق الأخصائي النفسي، والاستعانة بذوي الخبرة.

### كما تقترح الباحثة إجراء البحوث التالية :

١. برنامج تدريبي مقترح لمعلمي علم النفس لتنمية مبادئ التكيف الاجتماعي.
٢. بناء وحدة مقترحة قائمة على نظرية بوربا لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
٣. التكيف الاجتماعي كمدخل لتطوير منهج علم النفس بالمرحلة الثانوية.
٤. تصميم وحدة مقترحة في مادة علم النفس لتنمية مهارات التكيف الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

## المراجع

### أولاً : المراجع باللغة العربية :

- إسماعيل محمد الفقي(٢٠٢٣): النمو المعرفي بين نظريتي بياجيه وفيجوتسكي. مجلة الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مج ٣٣، ع ١١٨، مصر.
- أماني عبد المقصود عبد الوهاب، وتهاني محمد عثمان (٢٠٠٧): الضغوط الأسرية النفسية الأسباب والعلاج. مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- حامد عبدالسلام زهران(١٩٨٦): علم نفس النمو. دار المعارف، القاهرة.
- حري شحاتة رمضان محمد (٢٠١٨): "المناخ المدرسي وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ بطئ التعلم وأقرانهم العاديين بالمرحلة الإعدادية". رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير: كلية التربية، جامعة حلوان، القاهرة.
- حسن شحاتة، زينب النجار(٢٠٠٣): معجم المصطلحات النفسية والتربوية. الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
- فاروق الروسان (٢٠٠٠): الذكاء والسلوك التكيفي (الذكاء الاجتماعي). الرياض، دار الزهراء، السعودية.
- فتحي عبدالرحمن جروان (٢٠٠٢): الإبداع مفهومه، معايير، نظرياته، قياسه، تدريبيه، مراحل العملية الإبداعية. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن.
- كامل محمد محمد عويضة(١٩٩٦): علم نفس النمو. دار الكتب العلمية، ط ١، بيروت.
- مروج عادل خلف الكندي(٢٠٠١): "التكيف الاجتماعي لأطفال الأمهات العاملات وغير العاملات". دراسة مقارنة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في التربية، كلية تربية البنات، بغداد.
- مقياس فاينلاند تعريب بندر بن ناصر العتيبي (٢٠٠٤): مقياس فاينلاند للسلوك التكيفي. كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية.
- وزارة التربية والتعليم(٢٠٢٣ / ٢٠٢٤): دليل المعلم في تدريس منهج علم النفس وعلم الاجتماع للصف الثاني الثانوي. مركز تطوير المناهج والمواد التعليمية، القاهرة.

ثانياً : المراجع باللغة الإنجليزية :

- Goldberger, L & Breznitz, S (1993) : **Hand Book Of Stress Theoretical and and clinical aspects**. Macmillan, New York.
- Maddi, S, R,et al (2006): **Relationship of harfdiness and religiosity to depression and anger**. consulting Psychology Journal, 58, 3, [American Psychological Association](#).
- Stokes,C &Linda, A (1998): **Hardiness, one of several personality constructs thought to affect health**.dissertation abstract international, University of Cincinnati.