" فاعلية برنامج إرشادي في خفض الشعور بالوحدة النفسية وتحسين فعالية الذات لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر"

د /صالح عبد المقصود السواح

• **المستخلص** :

هدفت الدراسة الحالية التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في خفض الشعور بالوحدة النفسية وتحسين فاعلية الذات لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر، وتكونت العينة من (٣٦) طالبًا من الدارسين بجامعة الأزهر، و تراوحت أعمارهم بين (١٩: ٢٦ عامًا)، و تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وقوام كل منها (١٨) طالبًا، واشتملت الأدوات على مقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد الباحث، وزيادة فعالية الذات ، وأسفرت النتائج عن انخفاض الشعور بالوحدة النفسية وتحسين فعالية الذات لدي المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج مقارنة بالمجموعة الضابطة، واستمرار الأثر الايجابي للبرنامج على المجموعة التجريبية خلال فترة المتابعة.

الكلمات المفتاحية : الوحدة النفسية . تحسين فعالية الذات . الطلاب الوافدين ٠

Abstract:

The study aimed to identify the effectiveness of a counseling program to reduce the level of loneliness and increase the effectiveness of self in students expatriates Azhar University . the sample of study consists of (36) students from studying at Al Azhar University aged (19) years (26) and divided evenly into two groups: the experimental group and the control group both of them (18) students, and included tools on a scale loneliness psychological preparation researcher and test anxiety and increase the effectiveness of the self, and the results from lower loneliness and test anxiety and increase the effectiveness of self-I experimental group after the application of the program compared with the control group, and the continuation of the positive impact of the program on the experimental group during the follow-up period.

Keywords: loneliness - increase the effectiveness of self- Students Arrivals

• **مقدمـــة** :

تعد الوحدة النفسية من المشكلات متعددة الأبعاد، إذ لا يقتصر آثارهما على الشباب فحسب بل تمتد لتشتمل الأسرة والمجتمع ، وتختلف هذه الآثار حسب نوع الوحدة النفسية ودرجتها، وتعد الوحدة النفسية أكثر حدة وخطورة من مشكلة عدم التفاعل الاجتماعي، حيث إنه كلما زادت درجة الوحدة، زادت معها الآثار الاقتصادية والاجتماعية المترتبة عليها٠

فالإنسان كائن اجتماعي وحاجته للمعية والائتلاف سواءً كانت فطرية أو متعلمة لا خلاف عليها، فالبشر لديهم حاجات لا يمكن إشباعها إلا في وجود الآخرين مثل الحاجة للتقدير والاحترام والقوة والتحصيل، ومثل هذه الحاجات من الصعب إشباعها في ظل الوحدة، ومرحلة الشباب تشوبها بعض الاضطرابات والانفعالات والإحساس بأزمة الهوية والشعور بالتهميش الاجتماعي ويعانى

طلاب جامعة الأزهر من ظروف خاصة تزيد من احتمال شعورهم بالوحدة فبعضهم يضطر للنزوح من بعض المحافظات، والصداقات التي كونَّوها في محل إقامتهم، ومع ذلك تحكمه في المدن الجامعية قوانين وقواعد مختلفة غير موجودة في بيوتهم فكلهم نتاج نفس الثقافة والتقاليد ، وبعض الملامح التي وإن اختلفت نسبيا إلا أنها مألوفة للجميع هذا وتضم مدينة البعوث الإسلامية بجامعة الأزهر أكثر من عشرين جنسية مختلفة أو أكثر، من قارات العالم فمن افريقيا نيجيريا، وبوركينافاسو، والكاميرون، وجزر القمر، وجيبوتي والصومال، وتشاد، أثيوبيا وإريتريا، ومدغشقر، والسودان، وموريتانيا، ومن الدول الآسيوية طلاب من الصين، والفلبين، وأندونيسيا، وتايلاند، وماليزيا وغيرهم من الدول الأخرى، وبالإضافة لاختلاف اللغة أو اللهجات التي يتكلم بها الطلاب لأنهم كل طالب من دولة غير الأخرى، بالإضافة لاختلاف المستويات الثقافية للطلاب المقيمين، فمنهم من يصل لمستوى المرحلة الإعدادية، ومنهم من يصل لمستوى المرحلة الثانوية، ومنهم من يصل للمستوى الجامعي، وأحيانًا الدراسات العليا، ويتعلم الطلاب عام كامل للغة العربية عند قدومه للتعليم في مصر، ثم يوجهوا بعدها حسب مستواها للمرحلة الإعدادية أو الثانوية أو للجامعة، هذا في حالة عدم حصولهم مسبقاً على شهادة معادلة للشهادات داخل جمهورية مصر العربية ومعترف بها، وهذا يختلف من بلد لآخر حسب اتفاقية التبادل الثقا في بين هذه المؤسسات والبلاد وبين الأزهر الشريف، هذا ويتولى الأزهر الشريف الإنفاق على الطلاب، وتضمن الرعاية الصحية لهم في المستشفيات الحكومية وكذلك يمنح الطلاب المقيمين في المدينة مبالغ شهرية ضئيلة جداً من الأزهر(مجدي المصري ، ١٩٩٣: ٥٦)٠

وهذا ما ستحاول هذه الدراسة تناوله وتصميم برنامج إرشادي لخفض الإحساس بالوحدة النفسية والذى ينتج عنه الغربة وما يتبعها من سلوكيات غير مرضية. ومن العسير التواصل بين الطلاب مع بعضهم البعض بسبب اللغات وتعددها، وكذلك بين الطلاب والمشرفين إلا باستخدام بعض الألفاظ باللغة العربية الفصحى، وقد تنبع جذور الوحدة النفسية من داخل المدينة بالإضافة إلى خارجها بسبب اختلاف ملامح غالبيتهم مما يؤثر على طريقة تعامل الآخرين معهم، وحتى إن قاربت ملامح بعضهم من الملامح المصرية، فالمقيمين في المناطق المحيطة بالمدينة يُعرفوا، وفي المعاهد والكليات تميزهم أسماؤهم دائما من نفس الجنسيات ومن جنسيات مختلفة من قارات أفريقيا، أسيا، وأوربا، وأوربا الشرقية، وأمريكا، وأستراليا ٠

- **مشكلة الدراسة** :

تنبع مشكلة الدراسة من مشاهدة الباحث اليومية والمتكررة للطلبة الوافدين بمدينة البعوث الإسلامية حيث يتواجدن منفردين أو مجموعات من نفس الجنسية، وقليلا ما يتواجدوا مع زملائهم المصريين أو جنسيات أخرى

في الجامعة إلا من خلال المحاضرات أو في القاعات الدراسية أو كافتيريا الكلية أو عند شراء الكتب الدراسية وأحيانا يشتركون فى مباريات لكرة القدم فى الملعب المخصص لهم، ومن خلال سؤال بعض الأساتذة لاحظ الباحث ضعف مستوى تحصيل بعضهم، وخاصة في كلية التربية قسم التربية الإسلامية فنجد أسماؤهم واضحة في الراسبين والباقين للإعادة، وفي الغالب لا يشتركوا في الأنشطة الطلابية والمناقشة والتفاعل أثناء المحاضرات ،وقد أجرى الباحث مقابلة مع حوالي ما يقرب من(١٦) طالب من جنسيات مختلفة بمدينة البعوث الإسلامية، وطلب منهم أن يقولوا ما يتعرضن له من مشكلات أثناء دراستهم بالقاهرة، وبخلاف المشكلات الاقتصادية والمشكلات الخاصة بالنظام واللوائح التي تحكمهم، ظهرت بعض المشكلات ذات الطابع النفسي منها مضايقة بعض الطلاب المصريين لهم بسبب صعوبة نطقهم للغة وغرابة أسمائهم وملامحهم وبعض التقاليد التى يقوموا بها مما يعوق تواصلهم مع زملائهم المصريين وشعورهم بالوحدة النفسية والغربة وبالحنين للوطن ، وشعورهم بالدونية وعدم الثقة بالنفس، بالإضافة إلى التوتر والقلق، وبناءا على نتيجة المقابلة الاستطلاعية السابقة، يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي: ما مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية وتحسين مستوى فاعلية الذات لدى الطلاب الوافدين للدراسة بجامعة الأزهر ٠

- **هدف الدراسة** :

إعداد برنامج إرشادي والكشف عن مدى فعاليته في خفض الشعور بالوحدة النفسية، وتحسين فعالية الذات لدى مجموعة من الطلبة الوافدين الدارسين بجامعة الأزهر.

- **أهمية الدراسة** :
- **الأهمية النظرية** :

تكمن الأهمية النظرية فى تبنى الدراسة لمصطلح الوحدة النفسية وفاعلية الذات غذ تحاول تقديم إطار نظرى لهما قد تعد إضافة الى المكتبة العربية ٠

- **الأهمية التطبيقية** :

يمكن أن تكون الدراسة الحالية وسيلة ما عدة للقائمين على رعاية الوافدين بجامعة الأزهر لاتخاذ أفضل القرارات بشان رعايتهم وتوفير مناخ جيد لهم ٠

- **مصطلحات الدراسة** :
- **الوحدة النفسية** :

ويعرفها الباحث بأنها : خبرة شخصية يشعر بها الفرد بعدم تكوين صداقات اجتماعية مع المحيطين به وإحساسه بافتقاد الأصدقاء المقربين منه والذى ينتج عنه خبرة نفسية مؤلمة تؤدى الى فقد الثقة بهم ولا يجد من يشعر به وأنه وحيد رغم أنه وسط الآخرين ٠

ويعرفها الباحث إجرائيًا: بأنها الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الوحدة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

- **فعالية الذات** :

ويقصد بها إدراك الفرد لكفاءته في مجالات الحياة المختلفة وتحدد درجتها السلوك المتوقع وكمية الطاقة المبذولة للتحكم في الأحداث والمواقف المؤثرة في الحياة (محمد عبد الرحمن ،١٩٩٨ :٦٣٧)٠

ويعرفها الباحث إجرائيًا: الدرجة التى يحصل عليها المفحوص فى هذه الدراسة على مقياس محمد السيد عبدالرحمن٠

- **الطلاب الوافدين** :

هم طلاب يأتون وينزحون من شتى بلاد العالم إلى مصر من أجل تلقى العلوم الشرعية والدنيوية واللسانية بجامعة الأزهر ٠

- **البرنامج الإرشادي** :

هو عبارة عن خطة مقصودة ومنظمة لتحقيق هدف ما، تحتوي على عدة أساليب وفنيات منطقية لتنمية إمكانيات المسترشد في جانب ما، بهدف التغلب على ما يواجهه من مشكلات في هذا الجانب.

- **الإطـــار النظري** :

يتناول الباحث في الإطار النظري للدراسة الأدبيات التي تناولت متغيرات الدراسة وهى: الوحدة النفسية، وفعالية الذات كالآتي:

- **الوحدة النفسية** :

يشهد القرن الحادي والعشرون العديد من التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والسياسية فضلا عن التغيرات التى لحقت بالقيم الإنسانية وتسببت فى صراعات بين ما هو قديم وجديد، فالتغيرات المتصارعة والصراعات المتعددة تحمل بين طياتها الكثير من الآلام والمتاعب النفسية والكثير من متاعب الضغط النفسي للإنسان، والوحدة النفسية Loneliness في الكثير من الدراسات العربية والأجنبية وذلك لارتباطهما بانخفاض مستوى المهارات الاجتماعية وبعدد من الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق ونقص الثقة بالنفس ، وبالرغم من أن الوحدة النفسية ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يحس ويعلم بها جميع البشر فى فترة ما من حياتهم، فإن مرحلة الشباب هى الأكثر معاناة من الوحدة النفسية مقارنة بمراحل العمر الأخرى حيث تشير نتائج بعض الدراسات إلى أن نسبة من يعانى من الوحدة النفسية تصل إلى حوالي ٣٠٪ في مرحلة الشباب، وقد حظى موضوع الوحدة النفسية لدى الشباب باهتمام الباحثين، ويعزى ذلك إلى ارتباط الإحساس بالوحدة النفسية لدى الشباب بالخجل والاكتئاب والعصابية وتقدير الذات المنخفض وعدم التوافق الاجتماعي ونقص المهارات الاجتماعية والانتحار والأفكار الانتحارية فيرى (إبراهيم قشقوش، ١٩٨٨: ٩٠).

وتعرف زينب شقير(١٩٩٣: ١٢٦) الوحدة النفسية بأنها الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلاً عنهم مع صعوبة التودد إليهم، وصعوبة التمسك بهم، إلى جانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس، وبالعجز عن الدخول في علاقات اجتماعية مع غيره ويعرفها محمد حسين(١٩٩٤: ١٩٥) بأنها وعي الفرد وإدراكه لذاته بأنه غير قادر على إقامة تواصل اجتماعي مع الآخرين نتيجة تقطع الروابط الاجتماعية التي تربطه بهم وجداناً ومشاركة، ومن مظاهرها النقص في عدد العلاقات الاجتماعية وكيفها.

وتعددت أشكال وصور الوحدة النفسية ، كما اختلف العلماء فيما بينهم بخصوص صورها ، وأشكالها ، فقد ميز روزاليا ودنيس وودنيس وويز(Rosalia & Dennis, 1990، وويز Weiss, 1994))، بين شكلين من أشكال الوحدة النفسية :

- الوحدة النفسية الانفعالية:وهي تنتج عن نقص العلاقات الحميمة والودودة مع شخص آخر.
- الوحدة النفسية الاجتماعية:وهي تنتج عن نقص العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءا من مجموعة الأصدقاء الذين يشتركون في نفس الاهتمامات والأنشطة، وهذا النوع من الوحدة يواجه الأشخاص الذين ينتقلون إلى بيئة جديدة ٠

- **وذكر يونج** Young **أشكال أخرى للوحدة النفسية كالتالي** :
- **الوحدة النفسية العا برة** :

والتى تتضمن فترات من الوحدة على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق ٠

- **الوحدة النفسية التحولية** :

وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة فى الماضى القريب ولكنه يشعر بالوحدة حديثا نتيجة لبعض المتغيرات المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص عزيز

- **الوحدة النفسية المزمنة** :

والتى تستمر لفترة طويلة تصل إلى سنوات من العمر ونجد فيها يفقد الإنسان الشعور بالرضا فيما يخص العلاقات الاجتماعية يتضح أن هناك أشكال كثيرة ومتعددة للوحدة النفسية ولكنها تتضمن شعورا با لألم لعدم تكوين العلاقات الاجتماعية التي تسودها الود والحب مع الآخرين(أمال جودة ،٢٠٠٥ : ٢

ويمكن القول أن الوحدة النفسية قد تتسبب فيها العوامل الداخلية الشخصية بشكل كبير، ويمكن أن يطلق مصطلح الوحدة النفسية عند التحدث عن معاناة الأشخاص من ضعف علاقتهم بالآخرين داخل مجتمعهم، وتتدخل العوامل الخارجية والبيئية بشكل واضح في شعور الفرد بالوحدة النفسية ، كما في حالة الانتقال المفاجئ لمجتمع آخر مختلف في المستوى الثقافي أو اللغة أو طرق الحياة والتفكير والعمل أو في المعتقدات كطلاب هذه الدراسة مثلا، فيشعر

الفرد بعدم القبول بين أفراده، حيث تمثل العوامل السابقة عائقاً يحول دون الانخراط في هذا المجتمع أو تنتقص منها مما يشعر الشخص بالقلق والاكتئاب وعدم الثقة بالنفس.

وعادة ما يستخدم التواصل بين هؤلاء الطلاب ولكن بطريقة غير كافية والتى تؤدى بينهم الى الوحدة والنفور وعدم التفاعل الاجتماعى، وعادة ما يستمر الحديث والتواصل بينهم ولكن فى أوقات قليلة (صالح السواح، ٢٠٠٨ : ١٢٩)٠

ويشير الباحث إلى بعض الدراسات التي استخدمت مصطلح الوحدة النفسية فلا خلاف على أن الوحدة النفسية لها جانب انفعالي وجانب اجتماعي ومن هنا يمكن توضيح العلاقة بينها وبين المصطلحات الأخرى أوضحت نتائج دراسة (Alan, V. 1988)، ارتباط الوحدة النفسية بأشكال كمية وكيفية من شبكة العلاقات الاجتماعية، وارتباطها أيضاً بسمات الشخصية المعطلة لنمو العلاقات الاجتماعية وأشارت دراسة (Bell,1991)، إلى أن الذين يرتبطون بصداقات متعددة أو من يتسمون بالاجتماعية كانوا أقل شعوراً بالوحدة النفسية٠

كما توصلت دراسة (محمد حسين، ١٩٩٤)، إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة بين الوحدة النفسية من جانب وبين سمات الاجتماعية والاتزان الانفعالي والسيطرة من جانب آخر لدى طلاب الجامعة وأشارت دراسة(محمد حسين ومنى الزياني، ١٩٩٤)، إلى أن الشعور بالوحدة له علاقة موجبة بضعف المهارات الاجتماعية وما يترتب عليها من آثار سلبية جسمية واجتماعية، وذكر فهد ربيعه (١٩٩٧: ٣٢) أن الكثير من الدراسات توصلت إلى أن هناك علاقة موجبة بين الوحدة النفسية وكثير من الاضطرابات، فهي تنشأ عن عدد من الخصائص النفسية والاجتماعية تتمثل في: تقدير الذات المنخفض، والقلق، والخجل والصعوبة في التواصل، والعجز في المهارات الاجتماعية والاكتئاب،و كما توصلت دراسة (مصطفى جبريل، ١٩٩٧) إلى وجود علاقة موجبة بين التناقض في التعبير الانفعالي وكل من الإحساس بالوحدة النفسية والأعراض الجسمية والنفسية والعقلية ومن هنا نجد أنه يوجد اتفاق في نتائج العديد من الدراسات إلى أن الافتقار إلى المهارات الاجتماعية سواء كانت مهارات التخاطب اللفظي أو غير اللفظي تفقد الشخص القدرة على الاتصال والتعبير والانفتاح على الآخرين، وتكوين علاقات عميقة معهم، فلا يستطيع الحصول على المكانة الملائمة بينهم، ويشعر بالخجل في المواقف الاجتماعية المختلفة، ويبتعد عن مواقف التفاعل بمستوياتها وما ينتج عنه من فقدان الثقة بالنفس والتمركز حول الذات، مما يترتب عليه الشعور بالوحدة النفسية إذا فالمدخل المنطقي لخفض الشعور بالوحدة النفسية هو محاولة تنمية التواصل الاجتماعي مع الآخرين لدى الأفراد لتنمية قدراتهم على إقامة علاقات اجتماعية حميمة لتخفف من حدة مشاعرهم السلبية تجاه أنفسهم وتجاه المتعاملين معهم وأن

مشكلة العجز عن التفاعل والتواصل الاجتماعي تماثل في شيوعها المشكلات التقليدية كالإدمان والمخاوف المرضية والخجل وغير ذلك (معتز عبد الله ٢٠٠٠: ٢٤٣) وتشير نتائج الدراسات السابقة إلى أن عدم القدرة على التواصل والتفاعل الاجتماعي البناء الذي قد يكون سببا رئيسيا في الشعور بالوحدة النفسية قد ينتج عن نقص المهارات فى التفاعل الاجتماعية ،وجاء محمد عبد الرحمن (١٩٩٨: ١٥٣)، فعرف المهارات الاجتماعية(التواصل الاجتماعي) بأنها قدرة الفرد على المبادأة بالتفاعل مع الآخرين والتعبير عن المشاعر السلبية والإيجابية إزائهم، وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي بما يتناسب مع طبيعة الموقف، ويرى أن للمهارات الاجتماعية بعدان أساسيان الأول: هو مهارات التخاطب اللفظي (الاجتماعي)، والثاني: هو مهارات التخاطب غير اللفظي (الانفعالي)، ويشمل كل بعد ثلاث مهارات نوعية هى مهارات الإرسال و مهارات الاستقبال، ومهارات الضبط ، والمهارات الاجتماعية هي مجموعة الجهود المبذولة في مواجهة المواقف الضاغطة التي تثير نوعاً من القلق والتوتر وتؤدي إلى الشعور بعدم القدرة على التحمل ومقاومة التعب وعدم التحكم في الانفعالات وضبطها (جليلة مرسي، ٢٠٠٦: ٢٢٢) و من المؤكد أن أنسب النظريات الحديثة لتنمية المهارات الاجتماعية والتفاعل نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا والتعلم بالنمذجة هي العملية التي يلاحظ الشخص من خلالها أنماط سلوك الآخرين ويكون فكره عن الأداء ونتائج الأنماط السلوكية فالفرد قد يتعلم في موقف سلوكا ما ولو لم يظهر هذا السلوك المتعلم من خلال الملاحظة بصورة فورية، ولكنه قد يؤدي هذا السلوك المتعلم في ظروف مستقبلية بصورة تشير إلى أنه قد تم التعلم بالفعل في المواقف السابقة(سهير أحمد، ٢٠٠٠: ١٧٠) والتعلم الاجتماعي هو تعلم السلوكيات التي تتلاءم داخل نظامنا الغير ملائم للحياة، فالبشر كائنات اجتماعية متعايشة معاً (محمد عيد، ٢٠٠٥: ٥١).

- **فعالية الذات** :

أن فعالية الذات لها دورا كبيرا في التأثير على أنماط التفكير بحيث تكون مساعدا ذاتيًا أو معوقا للفرد ، والتعرف على مستوى فعالية الذات لدى الفرد يعد من الأمور الهامة بوصفه مؤثرا على دافعيته وإنجازه للمهام التي يقوم بأدائها (محمد السيد عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٦٣٥) كما يحدد بصورة كبيرة تصرفاته في الموقف الذي يواجهه ، إضافة إلي أنه يتأثر بالمثابرة وزيادة مجهود الفرد والاستثارة الانفعالية ، ومن ثم فهو يشتمل على العديد من العوامل المتداخلة مثل العوامل العقلية والعوامل الوجدانية (السيد أبو هاشم ، ١٩٤٤ : ٢) ثم عرفها بأنها قدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج إيجابية ومرغوبة في موقف معين ، والتحكم في الضغوط الحياتية التي تؤثر على سلوك الفرد وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أدائه للمهام والأنشطة التي يقوم بها والتنبؤ بالجهد والنشاط والمثابرة اللازمة لتحقيق العمل المراد القيام به (Bandura,1988 : 479 - 488).

وفعالية الذات هي تكوين نظري وضعه باندورا كميكانيزم معرفي يسهم في تغيير السلوك، وطبقاً لذلك فإن درجة الفعالية تحدد السلوك المتوقع الذي يقوم به الفرد في مواجهة المشكلات التي تواجهه، كما تحدد كمية الطاقة المبذولة للتغلب على المشكلات، وهي بذلك لا تحدد نمط السلوك فحسب ولكنها تحدد أيضاً أي أنماط السلوك الأكثر فعالية(راوية حسين ،١٩٩٥: ٢٧٠) وعرف باندورا فعالية الذات على أنها قدرة الفرد على التخطيط وممارسة السلوك الفعال الذي يحقق النتائج المرغوبة في موقف ما، والتحكم في الأحداث والمواقف المؤثرة على حياته، وإصدار التوقعات الذاتية الصحيحة عن قدرة الفرد على القيام بمهام وأنشطة معينة، والتنبؤ بمدى الجهد ومدى المثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك العمل أو النشاط وكذلك فعالية الذات هي قدرة الفرد على التخطيط وممارسة السلوك الفعال الذي يحقق النتائج المرغوبة في موقف معين، والتحكم في الأحداث والمواقف المؤثرة على حياته وإصدار التوقعات الذاتية الصحيحة عن قدرة الفرد على القيام بمهام وأنشطة معينة، والتنبؤ بمدى الجهد والمتابعة المطلوبة لتحقيق ذلك العمل أو النشاط (محمد السيد عبد الرحمن ، ١٩٩٨: ٦٣٧) ،

كما يمكن تعريفها بأنها: درجة اعتقاد الفرد في مقدرته على القيام بالمهارات المتنوعة بنجاح (عزت عبد الحميد ،١٩٩٨: ٣٢) فتنمية القدرات والمهارات إلى أقصى حد، ومعرفة الشخص بنواحي قوته ضعفه تجعله يطمح في أهداف تناسب قدراته ويخطط لها، وبتحقيقها يشعر بمدى فعالية ذاته،واستقصاءً من كل ما سبق لفعالية الذات يمكن أن تُعرف على أنها تنظيم الشخص لمهاراته المعرفية والسلوكية والاجتماعية التي تؤهله لإتمام بعض المهام ،وعلى قدر كفاءة هذا الشخص في أداء هذه المهمة يتحدد تقديره لذاته، وقد تناولت بعض الدراسات العلاقة بين فعالية الذات مع بعض المتغيرات الأخرى ومنها دراسة (Dykeman, F., 1994)، التي ناقشت الإخلال بالنظام فى الفصل الدراسي وفاعلية الذات والتغذية الراجعة في والتغيير الذي يطرأ عليه بعد فترة التعلم، وتأثير التفاعل ثلاثي الاتجاه للتوجه الدافعي وفاعلية الذات، والتغذية الراجعة، وتوصلت إلى أن أقل مقدار من لدى الطلاب المتمركزين على المهمة ومرتفعي فعالية الذات الذين حصلوا على تغذية راجعة مرجعية المحك (Shupe, M.J., 2000) إلى وجود علاقة دالة بين انخفاض مفهوم عن الذات الشخصي والشعور بالوحدة النفسية والتحصيل الأكاديمي المنخفض لدى طلاب الجامعة، سواء كانوا يواجهون صعوبات في التعلم أو بدون مواجهة هذه الصعوبات ، واشارت دراسة (Griffin, B. & Griffim, M., 1997) محددات تأثير نصائح الأقران المتبادلة في تحصيل طلاب الجامعة وفعالية الذات الأكاديمية، ومدى الاستفادة من الدور المزدوج أو الثنائي للطلاب الذين يقومون بدور متبادل وهو أن يكون الطالب مقدم للنصيحة مرة ومنصوح مرة أخرى، ،وهناك ارتباط واضح بين المتغيرات التابعة في الدراسة الحالية فقد تكون الوحدة النفسية نتيجة أو سبب في

انخفاض الشعور بفعالية الذات، وتركز الدراسة على فعالية بعض الأساليب الإرشادية التي تناسب هذه المتغيرات، فتنمية مهارات التواصل الاجتماعي سواء كان لفظيا أو غير لفظى وزيادة مستوى الشعور بفعالية الذات قد تقلل من حدة الشعور الوحدة النفسية ، ومهارة الاسترخاء بالإضافة لارتفاع مستوى الشعور بفعالية الذات مع الذاكرة والتي قد تساعد في رفع مستوى التحصيل الأكاديمي لدى الشباب المستهدفين من خلال البرنامج الإرشادي ويمكن أن يتحقق بما يلى :

التوازن بين الفرد وبيئته:إن من أهم مهام الإرشاد إحداث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد ومتطلبات البيئة ومن أهم ما يحقق مجالات التوافق الطلابي تحقيق التوافق الشخصي :أي تحقق السعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والثانوية المكتسبة وكذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة تحقيق التوافق التربوي وذلك عن طريق مساعدة أفراد الأسرة كل على حده في اختيار أنسب المواد الدراسية في ضوء قدراته وميوله وبذل أقصى جهد لتحقيق النجاح الدراسي ويقوم المرشد في المدرسة بمساعدة الأبوين في أن يتكيف أبنائهما مع المشكلات المدرسة حتى يمكن مساعدة الطفل على التكيف التربوي (سعيد العزة ٢٠٠٠: ٦١ - ٦٤)٠

ويرى الباحث أن الهدف الأساسى من إرشاد الطلاب الوافدين بصفة عامة هو تحقيق السعادة والاستقرار واستمرار الحياة اليومية لهم مما يخفف عنهم مشقات الغربة والوحدة النفسية التي يعيشون فيها وسعادة المجتمع واستقراره وذلك بنشر تعاليم الحياة الاجتماعية والمساعدة في حل المشكلات والاضطرابات الأسرية لتحقيق اكبر قدر من التوافق السوي والصحة النفسية لهم٠

- **الدراسات السابقة** :

وجاءت سامية عبد الباري (١٩٩٢) وتناولت مشكلات الطلبة الوافدين بالجامعات المصرية ومنهم جامعة الأزهر وعلاقتها باستمرارهم في الدراسة ودراسة (مجدي المصري، ١٩٩٣)، والتي تناولت بحث الكفاءة الداخلية لتعليم الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر٠

وأكد (Barratt, M.F., 1993) على توافق الطلاب الدوليين في جامعة (Iowa state) في المجتمع كوظيفة للدافعية وتقدير الذات والعلاقات البينشخصية والمشاركة في الأنشطة ومهارات اللغة الإنجليزية، وتكونت العينة من ١٧٠ طالب واستخدمت استبيانا من إعداد الباحث، وتدعم الدراسة عدة فروض وهي أن التوافق يرتبط إيجابيا بالعلاقات البينشخصية مع الأمريكيين ويرتبط بمهارات اللغة الإنجليزية مكتوبة أو مسموعة والمنطقة التي منها أصل الطالب، وأن تقدير الذات لدى الطلاب في بلادهم لا يختلف عنه في الجامعات الخارجية، وأشارت أن العلاقات البينشخصية من الممكن التنبؤ بها في ضوء مهارات اللغة الإنجليزية

والجنس وتقدير الذات والدافعية التفاعلية، وقام (Jabalameli, P., 1993) بدراسة لبحث المتغيرات التي من شأنها أن تتنبأ بالوحدة النفسية لدى الطلاب الدوليين في الولايات المتحدة، وهل هناك علاقة بين العنصر أو الفروق الثقافية المدركة والقدرة على التواصل بالإنجليزية والخصائص الشخصية وبين الثقة بالذات وتقدير الذات وتكرار التفاعل الاجتماعي، واستخدمت الدراسة نموذجا استكشافيا للوحدة النفسية من إعداد الباحث، وأكدت النتائج أن تأثير السمات الشخصية والتفاعل الاجتماعي أكبر من تأثير الفروق الثقافية والقدرة على استخدام اللغة الإنجليزية، كما أنه لا توجد فروق إحصائية دالة بين العنصر والشعور بالوحدة النفسية. وقد اشار(Ingman, K.A., 2000) على القلق الاجتماعي والمهارات الاجتماعية والتوافق الاجتماعي بصفة عامة وتحليل الذات لدى الطلاب الصينيين والأمريكيين في أحد الجامعات الأمريكية، وتكونت العينة من (٨٧) طالب صيني، و(١٣٧) طالب أمريكي، واستخدمت الدراسة اختبارات لتحليل الذات والقلق الاجتماعي والمهارات الاجتماعية كمتغيرات وسيطة للتوافق واعتمدت على ملاحظة سلوكيات العينة قبل وأثناء وبعد التفاعل وأوضحت النتائج أن الطلاب الدارسين في الولايات المتحدة أقل في مستوى التوافق من الطلاب الأمريكيين، وعلى ذلك فإن العديد من الطلاب الدوليين يفشلون في تنمية العلاقات الاجتماعية بشكل دال مع الأمريكيين، وبالتالي انخفض القلق لدى المجموعتين ٠

ثم دراسة جمال مصطفى (٢٠٠١)، وتناولت المشكلات التعليمية والاجتماعية والاقتصادية التي تواجه الطلاب الوافدين بكليات جامعة الأزهر المختلفة، ونظراً لعدم اتصال هذه الدراسات بشكل مباشرة بموضوع الدراسة الحالية، فقد اكتفى الباحث بالإشارة إليها، وعرضت بعض الدراسات قريبة الصلة بالدراسة الحالية،

وأجرى (Islam, N., 2001) دراسة عن تقييم ومقارنة الضغوط النفسية التي يعيشها الطلاب الدوليون والطلاب الأمريكيون في أحد الجامعات بتكساس وهدفت إلى تقييم إمكانية استخدام قائمة الضغوط النفسية لطلاب شرق آسيا لمعرفة الضغوط التي يعيشها الطلاب الدوليون والأمريكيون في أمريكا، و تحديد ما إذا كانت تلك القائمة تميز بين المجموعتين في تقييم وقياس الضغوط وشارك في الدراسة (٢٠٥) من الطلاب الدوليين و(٢١٦) من الطلاب الأمريكيين وقاموا جميعاً بإجراء القائمة، وكان من نتائجها أنه يمكن تعميم تلك القائمة على عدد كبير من الطلاب الدوليين، ومن خلال استخدام (التحليل العاملي) للمكونات الأساسية وتدوير محاور التباين ظهرت ٨ عوامل هي: الصدمة الثقافية والأعراض النفسية والضغوط الأسرية والمشكلات المالية والاتجاه نحو الدراسة والاتجاه الاجتماعي نحو الدراسة، والدرجات المرتفعة كانت للطلاب الدوليين في المقاييس الفرعية.

وتناولت دراسة (Poyrazli, S., 2001) بحث مدى تنبؤ الجنس وكفاءة اللغة الإنجليزية والتوكيدية والخبرات الأكاديمية وفاعلية الذات الأكاديمية

وهدفت إلى التوافق النفس اجتماعي لدى الطلاب الدوليين، حيث شارك فيها (١٢٢) طالبا، وأشارت النتائج أن هناك ثلاثة متغيرات تؤدي بشكل مستقل إلى التباين في مستوى التوافق العام لدى الطلاب هي: الكفاءة في اللغة الإنجليزية والتوكيدية وفاعلية الذات الأكاديمية، ومن ناحية أخرى تم التنبؤ بالوحدة النفسية لدى الطلاب من خلال الجنس والتوكيدية، وكان الذكور أعلى من الإناث في مستويات الوحدة النفسية، ولم تظهر فروق بين الذكور والإناث في مستوى التوافق العام، وأن الطلاب الأكثر توكيدية أعلى في فاعلية الذات الأكاديمية مما يشير إلى أن الطلاب الأكثر توكيدية يبدءون التفاعلات الأكاديمية أو يبحثون عن المساعدة الأكاديمية، وأن ارتفاع مستوى التوكيدية يرتبط بانخفاض الوحدة النفسية.

وأكد كل من محمد محسن وعبد الفتاح السيد (٢٠٠٣ : ٤٤٢) أن والقلق هو استجابة انفعالية صادرة عن الفرد باعتبارها سمة ثابتة نسبيا وتتميز بقدر من الضغوط الشديدة وتشمل هذه الاستجابة على أعراض الخوف والتوتر والارتباك ، وتتحد درجة القلق تبعا لقدرة الفرد على تحمل الضغوط وتناول (Li, Yan, 2004) الوحدة النفسية ومعرفة الاختلاف في التوافق وتقدير الذات بين الطلاب الدوليين الجدد والطلاب الدوليين في أمريكا منذ أكثر من العام شارك في الدراسة (٨٠) طالبا دوليا وتوصلت الدراسة أن الطلاب الموجودين في الولايات المتحدة منذ ما يزيد على العام أفضل في مهارات التواصل من الطلاب الدوليين الجدد.

وقام سطوحي سعد رحيم وعادل عبد المعطي الأبيض (٢٠٠٣)، دراسة عن الفروق في الخجل لدى عينة من الطلاب المصريين والوافدين بجامعة الأزهر (دراسة عبر ثقافية)، واهتمت الدراسة ببحث الفروق في الخجل بين عينة من الطلاب المصريين و الوافدين ذكورا وإناثا بجامعة الأزهر، باعتبار أن الخجل يتمثل في الفشل والعجز في التواصل مع الآخرين، والذي ينتج عنه الوحدة النفسية أيضا، وعدم التواصل الدراسي وتوصلت الدراسة إلى أن الذكور الآسيويين أكثر خجلا من الذكور الأفريقيين والمصريين، وأن الطلبة و الطالبات الوافدين الأفارقة أعلى خجلا من الطلاب الأفارقة الذكور، وأن الطلاب والطالبات الآسيويات متساوون في الخجل، وأن الطالبات في العينة بأكملها مصريات، وأفريقيات، وأسيويات أعلى في مستوى الخجل من الطلاب في العينة بأكملها مصريين، وأفارقة، وآسيويين ،

وجاء صبري عكاشة (٢٠٠٤)، وتناول بعض الجوانب النفسية والسلوكية للطلاب الوافدين بجامعة الأزهر وهدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين بعض متغيرات مشكلات التوافق النفسي (الوحدة النفسية، والقلق)، وبعض متغيرات مشكلات التوافق الدراسي (المقررات والامتحانات)، للتنبؤ بمتغير صعوبات القراءة لدى الطلبة الوافدين بجامعة الأزهر، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٠)

طالب وطالبة، و(١٦٠) طالباً من جنوب شرق أسيا من كليات الشريعة والقانون وأصول الدين واللغة العربية، و(١٦٠) طالبة مما يقابلها من أقسام في كلية الدراسات الإنسانية، وكان من نتائج هذه الدراسة وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين صعوبات القراءة والوحدة النفسية ، وبين صعوبات القراءة ومشكلات التوافق الدراسي (لمقررات والامتحانات)، لدى الطلبة الوافدين الدارسين بجامعة الأزهر وبالنظر للدراستين السابقتين نجد أن معظم الدراسات العربية تناولت مشكلات الطلبة الوافدين من جوانب مختلفة ما عدا الدراستان الأخيرتان؛ لتناولهما بعض الجوانب النفسية للطلبة الوافدين ، استخدمتا المنهج الوصفي ولم تستخدم أياً منهما المنهج التجريبي المستخدم في هذه الدراسة، ولم تهتموا بالطلاب الوافدين المقيمين بمدينة البعوث الإسلامية (بصفة خاصة)، ولم تحاول أي دراسة سابقة إجراء تدخل تجريبي لخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية أو بزيادة فعالية الذات لديهم وهو ما تنفرد به هذه الدراسة ٠

كما أكدت أمال جودة (٢٠٠٥) على العلاقة بين أساليب مواجهة ضغوط الحياة والشعور بالوحدة النفسية عند المسنين، والتي كان من نتائجها معانة المسنين من ظروف خاصة تزيد من احتمال شعورهم بالوحدة النفسية إذ أن اغلبهم يعانون من مشاعر فقدان عدد من القضايا مثل العمل والصحة والجهاز الحسى وبيت الأسرة وغير ذلك.

أما دراسة نجلاء بسيونى (٢٠٠٥) فهدفت لخفض الشعور بالعزلة الاجتماعية وزيادة فعالية الذات لدى الوافدات من طالبات جامعة الأزهر وتكونت عينة الدراسة من (٥٨) طالبة من الطالبات الوافدات للدراسة بجامعة الأزهر واستخدمت مقياس العزلة الاجتماعية لعادل عبدالله ومقياس تعريب محمد عبد الظاهر الطيب (١٩٩٧)، ومقياس فعالية الذات لمحمد السيد والبرنامج الإرشادي، والتي توصلت فيها إلى خفض العزلة الاجتماعية وزيادة فعالية الذات لدى الطالبات الوافدات لجامعة الأزهر

و العرض السابق يشير الى الاهتمام بالطلبة الوافدين لجامعة الأزهر باعتبار أنهم ممن ينشرون تعاليم الدين الاسلامى في بلادهم وهناك بعض الدراسات أشارت إلى الخجل وأنه له دور في عدم تواصل وتفاعل هؤلاء الطلاب الوافدين مما يجعلهم في وحدة مستمرة عن زملائهم من الجنسيات المختلفة وخصوصا المصريين ويعاني الطلاب الدوليون من مشكلات سوء التوافق وانخفاض فعالية الذات ومن الضغوط النفسية ومن قلة علاقاتهم مع الطلاب وشعورهم بالوحدة النفسية و يجب إتقان مهارات التواص باللغة الإنجليزية والعلاقات الاجتماعية مع الطلاب الأمريكيين، وطول مدة الإقامة في البلد التي يدرس بها الطالب الدولي، والخصائص الشخصية لهم٠ وارتفاع فاعلية ذاتهم وارتفاع مستوى التوكيدية لدهم، وانخفاض مستوى القلق الاجتماعي والمهارات الاجتماعية

تـؤثر في مسـتوى توافـق الطـلاب النفسـي والاجتمـاعي وفي مسـتوى أدائهـم الأكـاديمي وتخفـف مـن مشـاعرهم بالوحـدة النفسـية واعتبـار الطلبـة المغـربين للدراسـة بجامعـة الأزهـر طلابـا دوليين وأخـذ كـل هـذه المتغيرات النفسـية في الحسبان عند دراسة مشكلاتهم والاجتماعية النفسية واهتمام بعض الدراسات الأجنبيـة بالمشـكلات الاجتماعيـة والنفسـية والسـلوكية للطلبـة الـدوليين أي الدارسـين خـارج بلادهـم؛ لأثـر هـذه المشـكلات الواضـح علـى أدائهـم الأكـاديمي والعمل على إتاحة الفرصة لجميع الطلاب الوافدين لإثبات وجودهم بأنفسهم بدون مساعده من احد فى البلد المقيمين بها٠

- **فروض الدراسة** :

- توجـد فـروق ذات دلالـة إحصـائية بـين متوسـطي رتـب درجـات المجمـوعتين التجريبيـة والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوحدة النفسية فى اتجاه المجموعة التجريبية.
- توجـد فـروق ذات دلالـة إحصـائية بـين متوسـطي رتـب درجـات المجمـوعتين التجريبيـة والضابطة في القياس البعدي على مقياس فعالية الذات فى اتجاه المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعـدي للمجموعـة التجريبيـة علـى مقـاييس الوحـدة النفسـية ، وفعاليـة الذات فى اتجاه القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعـي للمجموعـة التجريبيـة علـى مقـاييس الوحـدة النفسـية ، وفعاليـة الذات فى اتجاه القياس التتبعي (بعد شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج).

- **إجراءات الدراسة** :

- **المنهج** :

روعـي في هـذه الـدراسة استخـدام المـنهج التجـريبي للتحقـق مـن فـروض الدراسة، وذلك لإجراء برنامج للطلبة الوافدين بجامعة الأزهر٠

- **العينة** :

تكونت عينة البحث من (٦٦) من الطلاب الوافدين للدراسة بجامعة الأزهر بكليات التربية والدراسات العربية والإسلامية واللغة العربية واللغات والترجمة والمقـيمين بمدينـة القـاهرة ، وقـد انـتظم في حضـور جلسـات البرنـامج الإرشـادي حـوالى (٣٦) طالبـاً وتم تقسـيمهم الى مجمـوعتين (١٨) طالبـا للمجموعـة التجريبية(١٨) طالباً للمجموعة الضابطة، وتراوحت أعمار الطلاب المشتركين في البحث بين (١٩) عاما (٢٦) عاما، وتراوحت مدة إقامتهم بالمدينة الخاصة بالطلاب الوافدين بين ثلاث وخمس سنوات ويتحدثوا قليلا من اللغة العربية الفصحى بمستوى مناسب، وهي اللغة التي استخدمها الباحث أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي على الرغم من ذلك وجد الباحث صعوبة بالغة فى التعامل مع هؤلاء الطلاب على الرغم انه قريب منهم بدرجة كبيرة لأن منهم من يتكلم

اللغة العربية بدرجه بسيطة جدا وبلهجة غير مفسرة بقدر كبير، وتعددت جنسيات الطلاب المشتركين في البرنامج الإرشادي فكان منهم المغترب من بوركينا فاسو، وأندونسيا، وجيبوتي، وإريتريا، وتشاد، والصومال والسنغال وموريتانيا وغانا وغنيا والصين وكزاخستان وكردستان وماليزيا ومن ملاحظة الباحث لهم وجد جنسيات أوربية مختلفة أيضا مثل فرنسا والسويد وألمانيا وإيطاليا ،واستخدم الباحث اختبار (مان وتني) للتعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الوحدة النفسية، وفعالية الذات وتوضيح ذلك فى الجدول التإلى جدول (١) نتائج اختبار (مان وتني) للدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للتكافؤ بين المجموعتين

المتغير	المجموعة	ن=٣٦	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	التجريبية	١٨	٢٠.٥٦	٤١٩.٠٠	٠.٥٨٥	غير دالة
	الضابطة	١٨	١٨.٢٨	٣٦٠.٠٠		
فاعلية الذات	التجريبية	١٨	١٦.٧٠	٣٨٥.٠٠	٠.٥٦١	غير دالة
	الضابطة	١٨	٢٠.٢٨	٤١١.٠٠		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة Z لمتغيرات الوحدة النفسية ، وفاعلية الذات غير دالة إحصائياً، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في القياس القبلي لمتغيرات الدراسة.

- **أدوات الدراسة** :
- **مقياس الوحدة النفسية** : (**إعداد / الباحث**)
- **خطوات إعداد مقياس الوحدة النفسية** :

لإعداد وبناء أبعاد ومفردات واستجابات المقياس تمهيداً لإعداد الصورة النهائية لمقياس الوحدة النفسية ، قام الباحث بإتباع الخطوات الآتية:

قام الباحث بالإطلاع على الإطار النظرى، والمصطلحات المختلفة منذ عام ١٩٩٥ إلى ٢٠١٣ للوحدة النفسية فى المراجع والمعاجم وأيضًا الدراسات السابقة سواء كانت عربية أو أجنبية، ولكن وجد الباحث صعوبة البحث فى الدراسات العربية عن الوحدة النفسية ووجد دراسات عربية تتصل بصلة غير مباشرة عن الوحدة النفسية. بينما وجد أن كل ما تناولته الدراسات والبحوث السابقة معظمها عن أشكال الوحدة النفسية بصفة عامة كالانسحاب والانطواء والخجل والعزلة الاجتماعية وعدم التواصل الاجتماعي الأمر الذى دفع الباحث إلى إعداد مقياس للوحدة النفسية للطلاب الوافدين بجامعة الأزهر بما يتلاءم مع طبيعة وخصائص ومشكلات هؤلاء الطلاب بحيث يلقى الضوء على إدراك للطلاب بمن حولهم من الآخرين إستعراض المقاييس والاختبارات وقوائم الشخصية السابقة التى تضمنت بنودا أو عبارات تسهم بشكل أو بأخر فى إعداد

أبعاد وعبارات واستجابات المقياس ومنها ما يلى: مقياس الخجل للأطفال أحمد عبد الرحمن(١٩٩٥) مقياس السلوك الإنسحابى عادل عبد الله (٢٠٠٢) مقياس السلوك الإنطوائى صفاء عبدالعزيز (٢٠٠٢) مقياس السلوك الإنعزالى للطفل صلاح الدين حمدى(٢٠٠٣) مقياس السلوك الانطوائى سعيد عبد الرحمن(٢٠٠٤) مقياس الشعور بالوحدة النفسية سيمون عبدالحميد(٢٠٠٥) مقياس السلوك الانسحابي، والعزلة الاجتماعية صالح السواح (٢٠٠٧، ٢٠١٠)٠ وقام الباحث بإعداد استمارة لجمع البيانات الأولية الاستكشافية للطلاب الوافدين فى صورة عدة مقابلات أولية مفتوحة للإفادة فى تحديد أبعاد ومفردات وعبارات الوحدة النفسية ، وذلك على عينة من الطلاب بجامعة الأزهر قوامها (٢٨) طالبا بكلية التربية والدراسات الإسلامية فى صورة سؤال مفتوح كالتالى تتعرض كل يوم إلى مواقف مختلفة تعرضك وتشعر فيها بالإحراج فتجعلك تنسحب وتنعزل من أمام من يقولها فتشعر بالوحدة النفسية والابتعاد عن الآخرين وتزيد من قلقك تجاه الدراسة ، وبذلك لا تستطيع تكوين علاقات بسبب هذه الظروف التى تقلل من مقدرتك على التفاعل الاجتماعى وعدم التواصل مع الآخرين ، وقام الباحث بحصر وتصنيف الاستجابات التي حصل عليها، في المقابلات الاستكشافية، وذلك للإفادة منها فى إعداد أبعاد وعبارات واستجابات المقياس٠ وفى ضوء المقابلات المفتوحة خلص الباحث إلى تحديد (٢) بعدين للوحدة النفسية تتضمن عددا كبيرا من العبارات وهذه الأبعاد كالتالي:

- **العلاقة مع الزملاء والأصدقاء** :

ويعبر عن إحساس الطالب بالقصور وفقدان المودة والحب والإخلاص والصراحة مع من حوله من الزملاء والأصدقاء وانه ليس جزءا من الزملاء والأصدقاء يشاركونه كل الاهتمامات والأفكار والمشاعر والإحساس والمعارف والنشاطات وبالتالى يفقد الدور بالأمن والاستقرار النفسى مع من يحيط به وعبارات هذا البعد هى(١ ،٣ ،٥ ، ٧ ، ٩ ، ١١ ، ١٣ ،١٥ ، ١٧ ، ١٩ ،٢١ ،٢٣ ، ٢٥ ، ٢٧)

- **العلاقة مع المجتمع** :

ويعبر عن معاناة الطالب عما يلاقيه من إهمال من الآخرين له فى المجتمع الذى يعيش فيه كونه مغتربا فلا يجد من يشعره بالمودة والحب والمساندة والمشاركة فى كل المجالات والاهتمامات مما يجد صعوبة فى الانخراط مع الشارع والمعارف فى علاقة متبادلة ومفتوحة تقوم على الثقة والصراحة وبالتالي يصبح عرضة للإضطراب النفسى ووحدته مع نفسه، وعبارات هذا البعد هى(٢، ٤، ٦، ٨،١٠ ، ١٢، ١٤، ١٦، ١٨، ٢٠، ٢٢، ٢٤، ٢٦، ٢٨)

واستناداً إلى هذه المصادر سالفة الذكر تم تحديد مجموعة من العبارات (٤٠) عبارة فى بعدين أحداهما العلاقة مع الزملاء والأصدقاء ويتكون من(٢٠) عبارة والأخر العلاقة مع المجتمع ويتكون من(٢٠) عبارة وقد حرص الباحث على أن يتضمن المقياس جميع المشكلات التى قد تقابل جميع الطلاب الوافدين داخل

أسوار الكلية والجامعة، فلم يكتف الباحث بالاستناد فقط على ما أشارت إليه الدراسات السابقة فى الغرب وذلك لاختلاف المعايير الثقافية حول السلوكيات التى تقابل هؤلاء الطلاب من جانب الزملاء والمجتمع ، ولهذا قام الباحث بنفسه بملاحظات سلوكياتهم من خلال معايشته للطلاب داخل مدينة البعوث الإسلامية وملعب كرة القدم الخاص بهم وقد قام الباحث بعرض العبارات على (٦) من المتخصصين فى علم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة بجانب تعريف الوحدة النفسية وذلك بهدف تحديد العبارات التى تصلح لقياس الوحدة النفسية ، واقتراح ما يرونه من تعديلات، وقد أسفرت هذه الخطوة على استخلاص (٢٨) عبارة كانت هى محور اتفاق هيئة المتخصصين بواقع (١٤) عبارة للعلاقة مع الزملاء والأصدقاء (١٤) عبارة للعلاقة مع المجتمع وذلك بعد حذف(١٢) عبارةٍ لا تمثل المقياس تم تحديد نظام الاستجابة وتقدير الدرجات على المقياس وفقا لمقياس متدرج الشدة بطريقة(ليكرت) مكون من بدالين (نعم لا) وتشير الدرجة المرتفعة إلى وجود الوحدة النفسية بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى عدم وجود الوحدة النفسية وكلما انخفضت الوحدة النفسية تحسنت وزادت فعالية الذات ثم تم توزيع عبارات المقياس بطريقة دائرية بحيث لاتوجد عبارتين متتاليتين تقيس نفس البعد.

- **تقنين المقياس** :

تم تطبيق المقياس على عينة التقنين وقوامها (٥٠) من الطلاب الوافدِين من الذكور لإمكانية التواصل معهم وقد تراوحت أعمارهم بين (١٨. ٢٥) عاما وذلك بهدف تحديد أهم الخصائص السيكومترية لمقياس الوحدة النفسية وذلك تمهيدا لحساب صدق وثبات المقياس، وفيما يلى بيان ذلك :

- **حساب صدق المقياس** :

- **صدق المحكمين** :

تم عرض المقياس على (٨) أساتذة متخصصين فى الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة وذلك للحكم على المقياس من حيث الأبعاد، ومدى ملائمة العبارات لقياس بعدى المقياس (العلاقة مع الزملاء والأصدقاء، العلاقة مع المجتمع) الذى تنتمى إليه، وسلامة الصياغة، وطريقة التصحيح، وقد تم عمل التعديلات التى رأوها، وترك العبارات التى قل اتفاقهم حولها عن (٨٠ ٪) وذلك وصولا لصورة نهائية يمكن أن تقنن.

- **صدق المقارنة الطرفية** :

تم حساب صدق المقارنة الطرفية لمعرفة قدرة المقياس على التمييز بين الأقوياء والضعفاء فى الصفة التى يقسها مقياس الوحدة النفسية ، وذلك بترتيب درجات عينة التقنين على المقياس تنازليا ، وتم حساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات الـ (٢٧٪) الأعلي وهو الطرف القوى، (٢٧٪) الضعيف ، وتم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين غير المتجانستين والجدول التالي يوضح ذلك جدول (٢) صدق المقارنة الطرفية لمقياس الوحدة النفسية .

م	البعد	المستوى الميزانى المرتفع (٢٧ %)		المستوى الميزانى المنخفض(٢٧ %)		قيمة(ت) ودلالتها
		م	ع	م	ع	
١	العلاقة مع الزملاء والأصدقاء	٣٩، ٦٦	٢، ٤٠	١٦، ٧٤	٣، ٣٢	١٥، ٥٠ **
٢	العلاقة مع المجتمع	٣٦، ٥١	٣، ٢١	١٦، ٢٨	٣، ٤٢	١٢، ٩١ **

يتضح من الجدول السابق أن الفرق بين الميزانين القوى والضعيف دال إحصائيا عند مستوى (٠١، ٠) وفى اتجاه المستوى الميزاني القوى مما يعني تمتع بعدى المقياس بصدق تمييزى قوى.

- **الاتساق الداخلي للمقياس** :

لمعرفة الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب درجة ارتباط عبارات كل بعد من البعدين للمقياس والدرجة الكلية التي تنتمي له والجدول التالي يوضح ذلك جدول (٣) معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد من أبعاد مقياس الوحدة النفسية والدرجة الكلية لنفس البعد

البعد الأول العلاقة مع الزملاء والأصدقاء				البعد الثانى العلاقة مع المجتمع			
م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط
١	٠، ٦١ **	١٥	٠، ٥٢ **	٢	٠، ٥٦ **	١٦	٠، ٦٣ **
٣	٠، ٦٣ **	١٧	٠، ٥٤ **	٤	٠، ٥٣ **	١٨	٠، ٤٦ **
٥	٠، ٤٧ **	١٩	٠، ٥٣ **	٦	٠، ٥٧ **	٢٠	٠، ٦٠ **
٧	٠، ٥٨ **	٢١	٠، ٦٤ **	٨	٠، ٤٧ **	٢٢	٠، ٤٩ **
٩	٠، ٥٥ **	٢٣	٠، ٥٧ **	١٠	٠، ٦٦ **	٢٤	٠، ٤٧ **
١١	٠، ٥٣ **	٢٥	٠، ٣٠ *	١٢	٠، ٥٤ **	٢٦	٠، ٦١ **
١٣	٠، ٥٧ **	٢٧	٠، ٤٧ **	١٤	٠، ٦١ **	٢٨	٠، ٥٧ **

يتضح من الجدول السابق أن جميع مفردات مقياس الوحدة النفسية ترتبط ارتباطا موجبا ، ودالة عند مستوى (٠١، ٠) وأعيد توزيع عبارات المقياس بحيث لا توجد عبارات متجاورة تقيس نفس البعد وأصبح عدد عبارات مفردات المقياس (٢٨) عبارة منهم (١٤) العلاقة مع الزملاء والأصدقاء و (١٤) العلاقة مع المجتمع

- **حساب ثبات المقياس** :
- **إعادة التطبيق** :

طبق المقياس على عينة التقنين مرتين بفاصل زمني قدره أسبوعين ، وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون بين درجاتهم فى التطبيقين ، وقد كانت قيمته (٠,٨١) بالنسبة لفرعي العلاقة مع الزملاء والأصدقاء ، العلاقة مع المجتمع (٠,٧٨) بالنسبة للمقياس مما يدل على ثبات المقياس الحالي.

- **التجزئة النصفية** :

تم تجزئة كل من بعدى المقياس العلاقة مع الزملاء والأصدقاء ، العلاقة مع المجتمع إلى نصفين (البنود الفردية ، البنود الزوجية) وتم حساب معامل الارتباط بين درجات عينة التقنين فى نصفي كل المقياس، وبلغ (٠,٧١)، (٠,٦٧)

العلاقة مع الزملاء والأصدقاء ، العلاقة مع المجتمع على الترتيب، وبتصويب هذه المعاملات باستخدام معادلة التنبؤ لسبيرمان وبراون وصلت إلى (٠,٨١) (٠,٧٩) العلاقة مع الزملاء والأصدقاء ، العلاقة مع المجتمع على الترتيب وكلاهما دال عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على تمتع المقياس ببعديه بدرجة ثبات عالية٠

- **تصحيح المقياس** :

يتكون المقياس من (٢٨)عبارة ومرفق بالمقياس مفتاح للتصحيح وتمثل الدرجة الكلية للمقياس مجموع درجات (٢٨) درجة، ومن ثم تتراوح قيمة الدرجات على المقياس من (صفر) كحد ادني إلى (٢٨) درجة كحد أقصى لمستوى الشعور بالوحدة النفسية٠ وكلما ارتفعت الدرجات على المقياس فإن هذا يشير إلى أن الشخص يشعر بالوحدة ويشعر بأنه غير منسجم ومتلائم مع من حوله، وأنه يحتاج إلى الأصدقاء وانه ليس جزاء من جماعة الأصدقاء ،ويشعر بالإهمال من الآخرين من الزملاء والمجتمع له ولا يوجد من يفهمه أو يشاركه الأفكار والاهتمامات والنشاطات في المجتمع أو الزملاء والأصدقاء ويطبق المقياس جماعيا ومن المفضل في أن يكون التطبيق جماعيا ، وتقدر الدرجات وفقا لمقياس متدرج القوة وفقا للاختيارات (نعم ، لا) فتأخذ (١، صفر) على التوالي وللحصول على درجة فرعي المقياس تجمع درجات العبارات الخاصة به ويكون الحاصل هو الدرجة التي تمثل الوحدة النفسية العلاقة مع الزملاء أو العلاقة مع المجتمع ٠

- **مقياس فعالية الذات** :

أعد هذا المقياس روبرت ثبتون، وإيفدت ورتنجتون وقام بتعريبة محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٢)، ويتكون المقياس من (٢٧)، بنداً مصاغا بطريقة تقريرية يجاب عنها باختيار إجابة واحدة من الاختيارات السبعة (طريقة ليكرت)، أوافق تماما – أوافق بدرجة كبيرة – أوافق إلى حد ما – ليس لي رأي – غير موافق إلى حد ما – غير موافق بدرجة كبيرة – غير موافق على الإطلاق، ويصحح المقياس بتدرج الإجابة موافق تماما تحصل على سبع درجات وتتدرج الدرجات حتى غير موافق على الإطلاق تحصل على درجة واحدة في العبارات الموجبة الاتجاه والعكس صحيح في حالة العبارات سالبة الاتجاه والعبارات سالبة الاتجاه أرقامها (١، ٣، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ٢٢، ٢٥، ٢٦)، وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس على ارتفاع فعالية الذات وتتراوح درجة الفرد على المقياس من ٢٧ إلى ١٨٩ درجة٠

- **صدق المقياس** :

للتحقق من صدق المقياس أجريت عليه تجربتان الأولى بهدف دراسة العلاقة بين الفعالية العامة للذات ودرجة المثابرة وكانت العينة من طلاب الجامعة وتوصلت إلى أن هناك علاقة موجبة بين فعالية الذات والمثابرة، والثانية تهدف لبحث العلاقة بين فعالية الذات والقدرة على تغيير بعض العادات كالتدخين وتوصلت لوجود علاقة موجبة بين فعالية الذات والقدرة على تغييرعادة التدخين

وتؤكد هذه النتائج قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الفعالية، وأنه يتمتع بدرجة جيدة من الصدق وفي صورته العربية يتمتع بدرجة معقولة من الصدق.

- **ثبات المقياس** :

قام محمد السيد عبد الرحمن بحساب ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق بعد ثلاثة أسابيع في التطبيق الأول على عينة من المدخنين وأخرى من غير المدخنين، واتضح أن قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين للمجموعة الأولى ٠,٦٩ والمجموعة الثانية ٠,٧٦. وقامت أماني عبد التواب (٢٠٠٤) بحساب ثبات المقياس على عينة من المراهقات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية وكانت درجات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ ٠,٦٩، وعن طريق التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان وجثمان (٠,٦٩)، وهي معاملات دالة عند مستوى (٠,٠١) وقام الباحث بحساب ثبات مقياس الفعالية العامة للذات بتطبيقه على (٣٠) طالب مغترب من طلاب كلية التربية قسم التربية الإسلامية وإعادة التطبيق بين أسبوعين وكان معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٦٧)، وهو معامل ثبات دال عند (٠,٠١).

- **البرنامج الإرشادي** : (**إعداد الباحث**)

قام الباحث باستخدام الإرشاد الجماعي والفردى ، ولكن استخدم الإرشاد الجماعي أكثر لدوره الإيجابي في تحقيق التفاعل الاجتماعي وتنمية التواصل الاجتماعي، مما يحدث تفاعل وتأثير متبادل للجماعة في سلوك الأفراد ومما قد يجعل من تفاعل الطلاب مع الباحث، وتفاعلهم معا أثناء الجلسة دورا في تغيير مشاعرهم وسلوكياتهم السلبية تجاه زملائهم الآخرين سواء من مصر أو جنسيات أخرى مختلفة ،واستخدم الباحث الفنيات والأساليب التالية: التقارير اللفظية الذاتية كواجب منزلي ولعب الدور وقلب الدور والمحاضرة والمناقشة و النمذجة والاسترخاء ، مع التدريب على بعض معينات الذاكرة، كما كان مكان تطبيق البرنامج في كلية التربية بجامعة الأزهر ومعهد البعوث للمغتربين الوافدين بجامعة الأزهر وملعب كرة القدم لمدينة البعوث الإسلامية وتم تكوين البرنامج من ثلاث عشرة جلسة تتراوح كل جلسة من ساعتين إلى ثلاث ساعات يتوسطهم ١٠ دقائق راحة ، وتشتمل كل جلسة على أكثر من فنية أو نشاطين منهما المحاضرة والمناقشة، ثم ممارسة بعض الأنشطة ، ثم مراجعة لفعاليات الجلسة تأكيدا عليها وتم تحديد مواعيد الجلسات وفقا لظروف الطلاب وكانت معظمها بعد انتهاء اليوم الدراسي ، وطبق البرنامج على مدى(١٢) أسبوع ، واستغرق ما يقرب من ٣٨ ساعة إرشادية، منها حوالي (٧) ساعات إرشاد فردي، فبدءا من الجلسة الثالثة وبعد انتهاء فعاليات الإرشاد الجماعي كان الباحث يتيح الفرصة للطلاب للتحدث عن مشاكلهم الخاصة التى يخجلوا من التحدث عنها أمام الجميع بشكل فردي وتوجيه الباحث للطلاب لطرق التغلب عليها، وكانت هذه المشكلات الخاصة وثيقة الصلة بهدف البرنامج الإرشادي.

وصمم الباحث البرنامج على أن تكون الجلسة الأولى للتعارف وإشاعة جو من الألفة بين الباحث والوافدين والإجابة على المقاييس والجلسة الأخيرة للتأكيد على محاور البرنامج المهمة، وتخصص الأربع جلسات التاليات للتعرف على مفهوم الوحدة وأسبابها وأهميتها، والتدريب على مهارات الإرسال والاستقبال، والضبط، ثم الخامسة معرفة الطلاب كيفية التعرف على سمات الآخرين والتعرف على كيفية التواصل الاجتماعى مع من حولهم ثم السادسة تواصل الطلاب وتدريبهم على مهارات الاستقبال والإرسال اللفظي وغير اللفظي والسابعة التواصل مع الطلاب على عدم التذكر وعدم النسيان لتقديم أسلوبين النمذجة مباشرة وغير مباشرة، والمناقشة حول أوجه التشابه والاختلاف بين موقف النموذج وموقف الطلاب مع التقييم الذاتي المبدئي للطلاب حول نقاط ضعفهم وقدرتهم، والثامنة مفهوم الاختلاف في الشكل واللون وفي القدرات العقلية والمهارات الاجتماعية لتتقبل الطلاب ما قد يدركونه ٠ التاسعة التواصل مع الطلاب على عدم التذكر وعدم النسيان والعاشرة إلمام جميع الطلاب لمفهوم فعالية الذات وكيفية زيادة ه فعاليتة والتدريب على مهارات التفاعل الاجتماعي ثم الحادية عشر عرض بعض المشكلات الاجتماعية التي قد تسببها الغربة ثم الثانية عشر مراجعة أهمية ما تم فى البرنامج الإرشادي وتقييم جميع ثم الثالثة عشر مراجعة أهمية ما تم فى البرنامج الإرشادي وتقييم جميع الطلاب للبرنامج والتطبيق البعدي لجميع اختبارات البحث ثم مراجعة أهمية ما تم فى البرنامج الارشادى للاهتمام والمناقشة لبعض المشاكل الاجتماعية وكيفية توصيل المعلومة للطلاب بأبسط صورة ..

- **أتبع الباحث الخطوات الإجرائية التالية** :

- إعداد وحساب الخصائص السيكومترية من صدق وثبات لكل من مقياس الوحدة النفسية وفاعلية الذات على عينة التقنين ٠
- طبق الباحث البرنامج الإرشادي على عينة الدراسة والتى بلغت (٣٦) طالباً والموزعة على الكليات سالفة الذكر إعداد الباحث ٠
- تحديد مرتفعى ومنخفضى الوحدة النفسية وفقاً للأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لدرجاتهم على درجات جلسات البرنامج ٠
- تم تطبيق مقياس الوحدة النفسية إعداد الباحث وكذلك مقياس فعالية الذات إعداد روبرت ثبتون، وإيفدت ورتنجتون وقام بترجمته محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٢)
- تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً واستخلاص النتائج ومناقشتها ثم صياغة التوصيات والبحوث المقترحة فى ضوئها ٠

- **الأساليب الإحصائية** :

اشتملت الأساليب الإحصائية المستخدمة على : معامل الارتباط لبيرسون والمتوسطات الحسابية ومعادلة التنبؤ لسبيرمان وبراون وذلك باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة باختصار بـ spss

- **نتائج الدراسة ومناقشتها** :

- **مناقشة وتفسير الفرض الأول** :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوحدة النفسية فى اتجاه المجموعة التجريبية ، وللتأكد من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة Z ودلالتها لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في الوحدة النفسية والجدول التالي يوضح ذلك جدول(٤) نتائج اختبار(مان وتني) للدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الوحدة النفسية للقياس البعدي

المتغير	المجموعة	ن=٣٦	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	التجريبية	١٨	١٠.٣١	٢٢١.٠٠	٤.٧٦٨	٠.٠١
	الضابطة	١٨	٢٥.٥٣	٤٨٩.٠٠		

ويتبين من الجدول السابق أن قيمة Z، للفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الوحدة النفسية للقياس البعدي دالة عند ٠,٠١ لصالح متوسطات المجموعة التجريبية مما يؤكد صحة الفرض الأول ،وهذا يدل على فاعلية الفنيات التي استخدمها الباحث لخفض مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى العينة التجريبية حيث قام الباحث بحث الطلاب على مهارات التفاعل والتواصل الاجتماعي وكيفية تطبيقها عن طريق لعب الدور و قلب الدور والحوار والمناقشة والمحاضرة ، النمذجة، والواجبات المنزلية في صورة تقارير لفظية وهذا ما يتفق مع دراسة كل من (1993 ,.Jabalameli, P) ليلى المزروع (٢٠٠٣)، التي أكدت على فعالية التدريب على المهارات الاجتماعية للتخفيف من حدة الشعور بالوحدة النفسية وكذلك دراسة جهاد محمود علاء الدين (١٩٩٩)، التي استخدمت التدريب على المهارات الاجتماعية لتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي وكذلك دراسة محمد اللاذقاني (١٩٩٥)، التي استخدم فنيات لعب الدور، والنمذجة، والواجبات المنزلية للتدريب على المهارات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعى والتواصل لخفض الوحدة النفسية ٠

- **الفرض الثانى** :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس فعالية الذات فى اتجاه المجموعة التجريبية، وللتأكد من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة Z ودلالتها لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لفعالية الذات والجدول التالي يوضح ذلك جدول(٥) نتائج اختبار(مان وتني) للدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات فعالية الذات للقياس البعدي .

المتغير	المجموعة	ن= ٣٦	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
فعالية الذات	التجريبية	١٨	٢٨.٠٦	٥٠٢.٤٠	٥.١٢٢	٠.٠١
	الضابطة	١٨	٩.٩١	٢١١.٥٠		

ويتبين من الجدول السابق أن قيمة Z ، للفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات فعالية الذات للقياس البعدي دالة عند ٠,٠١، لصالح متوسطات المجموعة التجريبية مما يؤكد صحة الفرض الثانى، ومما يؤكد على زيادة فعالية الذات في هذا البرنامج استخدام الباحث فنية المحاضرة والمناقشة والواجبات المنزلية في صورة تقارير لفظية ذاتية لمساعدة الطلاب على تحديد جوانب شخصياتهم الإيجابية والعمل على استثمارها، ونواحي ضعفهم وقوتهم والعمل على تنميتها، كما أن تحسين الإحساس بالوحدة النفسية يؤثر على مستوى فعالية الذات وهو ما أكدته عدد من الدراسات منها دراسة Dykeman, F. (1994)، Wills, S. & Leathem, J. (2004) ودراسة (hupe, M.J. (2000.

- **الفرض الثالث** :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقاييس الوحدة النفسية وفعالية الذات في اتجاه القياس البعدي، وللتأكد من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة Z ودلالتها للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الوحدة النفسية وفعالية الذات ، والجدول التالي يوضح ذلك جدول(٦) نتائج اختبار (ويلككسون) للدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الوحدة النفسية وفعالية الذات.

المتغيرات	ن= ١٨	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية قبلي وبعدي	١٨	١٠،٥٠	٢١٠،٠	٣،٩١٦	٠،٠١
		١،٠٠	٠،٠٠		
فعاليه الذات قبلي وبعدي	١٨	١،٠٠	٠،٠٠	٣،٩١٤	٠،٠١
		١٠،٢٠	٢١١،٠		

ويتبين من الجدول السابق أن قيمة Z دالة عند ٠,٠١وذلك لصالح القياس البعدي في الوحدة النفسية حيث بلغ متوسط القياس البعدي ٧٦,٩١، في حين بلغ متوسط القبلي ٥٨,١٩، وأن قيمة Z دالة عند ٠,٠١ لصالح القياس البعدي في فعالية الذات حيث بلغ متوسط البعدي ٨٦,٢٠، في حين بلغ متوسط القبلي ٦٠,٦٩ مما يؤكد صحة الفرض الثالث ومما يدل استمرار فعالية الإجراءات التجريبية المستخدمة في الدراسة الحالية بفنياتها المتعددة في الخفض من مستوى الشعور بالوحدة النفسية وكذلك في زيادة الإحساس بفعالية الذات وهو ما يعزز من نتائج الفروض السابقة للبحث الحالى، ويتفق مع نتائج الدراسات التي استخدمت الكثير مجموعة البرامج الإرشادية كتدخل تجريبي وعملى مباشر للتغلب على الكثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية والانفعالية .

• **الفرض الرابع** :

توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقاييس الوحدة النفسية وفعالية الذات وذلك فى اتجاه القياس التتبعي، وللتأكد من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة Z ودلالتها للفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في الوحدة النفسية وفعالية الذات، والجدول التالي يوضح ذلك جدول (٧) نتائج اختبار(ويلككسون) لدلالة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في الوحدة النفسية وفعالية الذات

المتغيرات	ن=١٨	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية بعدى وتتبعى	١٨	١٦، ٣٥	١٦٥، ٣	٣، ٢٨٨	٠، ٠١
		٧، ٧٥	١٣، ٥٠		
فعالية الذات بعدى وتتبعى	١٨	٦، ٠٠	٢٠، ٠٠	٣، ١٧١	٠، ٠١
		٨، ٦٥	١٨٨، ٠٠		

ويتبين من الجدول السابق أن قيمة Z ، ، دالة عند (٠,٠١)، في اتجاه القياس التتبعي في الوحدة النفسية حيث بلغ متوسط القياس التتبعي ٧١,٨٥، فى حين بلغ متوسط القياس البعدي ٣٨,١٠ وأن قيمة Z ، دالة عند ٠,٠١ ، لصالح القياس التتبعي في فعالية الذات حيث بلغ متوسط القياس التتبعي ٩٠,٧٩ ، فى حين بلغ متوسط القياس البعدي ٨٢,٢٤ ، مما يؤكد صحة الفرض الرابع ومن هنا يتضح أن امتداد الأثر الإجرائي للبرنامج التجريبي المستخدم في البحث وهو البرنامج الإرشادي مستمر وممتد أثره من القياس البعدي وحتى القياس التتبعي في خفض مستوى الوحدة النفسية وزيادة فعالية الذات لدى الطلاب الوافدين من عينة البحث ٠

ويرى الباحث أن هناك الكثير من العوامل الأخرى التى لها تأثير هام جدا على التوصل لهذه النتيجة وهو إحساس الطلاب الوافدين بالمساندة الاجتماعية و النفسية والتواصل الفعال أثناء إجراءات جلسات البرنامج الإرشادي، ولذا كان الطلاب فى اشد الحاجة إليها للكلام والتعبير عن رأيهم ومشاعرهم والتعبير عما يشعرون به بداخلهم ، فلولا حاجتهم الملحة لهذه المساندة الاجتماعية والنفسية ما حضروا البرنامج وانتظموا في حضور إجراء الجلسات وما تحقق هدف البرنامج والذى استمر تأثيره حتى بعد الانتهاء من الجلسات الإرشادية ومقابلة بعض من الطلاب عينة الدراسة.

وعادة ما يستخدم التواصل بين هؤلاء الطلاب ولكن بطريقة غير كافية والتى تؤدى بينهم الى الوحدة والنفور وعدم التفاعل الاجتماعى، وعادة ما يستمر الحديث والتواصل بينهم ولكن فى أوقات قليلة (صالح السواح، ٢٠٠٨ : ١٢٩)٠

- **التوصيات** :

- العمل على توجيه وإرشاد الطلاب المصريين بمعاملة الطلاب الوافدين والترحيب بهم وتقديم يد العون والمساعدة لهم يجب الاهتمام بجميع النواحي النفسية والسلوكية والاجتماعية للطلاب الوافدين للتعليم بمصر.
- إقامة دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس والإداريين المعنيين بالتعامل مع الطلاب الوافدين والوافدات عن أفضل الأساليب للتعامل معها والتخفيف من معاناتهم وحثهم على تكوين علاقات طيبة مع زملائهم المصريين وغير المصريين و إعداد البرنامج التى تهيئ الطلاب الوافدين قبل مجيئهم إلى مصر لاختلاف الثقافات من بلادهم إلى البلد الموجودين بها للتعلم.
- التوسع في الدراسات والبحوث التي تهتم بتشخيص التوافق النفسي والإجتماعي والأكاديمي للطلاب الوافدين.

- **المراجع العربيه** :

- إبراهيم قشقوش (١٩٨٨): مقياس الإحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعات. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أمال جودة (٢٠٠٥):العلاقة بين أساليب موجهات ضغوط الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المسنين فى محافظة غزة، مجلة جامعة القدس المفتوحة٠
- أماني عبد التواب صالح (٢٠٠٤): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني على بعض المتغيرات النفسية لدى المراهقات، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات الإنسانية، شعبة التربية، جامعة الأزهر٠
- جليلة عبد المنعم مرسي (٢٠٠٦): فعالية برنامج تدريبي لإكساب بعض المهارات الاجتماعية للتخفيف من حدة الضغوط النفسية لدى الطالبات المستجدات بكلية التربية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية: المجلد ١٦، العدد (٥١)، ص ص ٢١٣- ٢٦٢ ٠
- جمال مصطفى محمد مصطفى (٢٠٠١): مشكلات الطلبة الوافدين بجامعة الأزهر (دراسة ميدانية)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- جهاد محمود علاء الدين (١٩٩٩): فاعلية برنامج إرشادي لتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من المراهقات الأردنيات – معهد الدراسات والبحوث التربوية – قسم الإرشاد النفسي، جامعة القاهرة٠
- راوية محمود حسين (١٩٩٥): فعالية الذات وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة وبعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقات. مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد ٢٤، الجزء الأول٠
- سطوحي سعد رحيم، عادل عبد المعطي الأبيض (٢٠٠٣): الفروق في الخجل لدى عينة من الطلاب المصريين والوافدين بجامعة الأزهر (دراسة ميدانية). جامعة الأزهر، مجلة التربية كلية التربية، العدد ١٢١، ص ص ٢١٢- ٢٣٧ ٠
- سعيد حسني العزة (٢٠٠١): الإعاقة العقلية. عمان (الأردن): الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع.

- سهير كامل أحمد (٢٠٠٠): أسس تربية الطفل بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- السيد محمد أبو هاشم (١٩٩٤) : أثر التغذية الراجعة على فعالية الذات ، رسالة ماجستير
- صالح عبدالمقصود السواح (٢٠٠٨):تعديل سلوك الأطفال المعاقين سمعياً (النظرية والتطبيق) دار الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية ٠
- صالح عبدالمقصود السواح (٢٠١٠) : فاعلية برنامج للإرشاد الأسرى فى خفض العزلة الاجتماعية للأطفال المتخلفين عقلياً وأثره على تواصلهم مع الآخرين ، رسالة دكتوراه كلية جامعة بنى سويف٠
- صبري سيد أحمد عكاشة (٢٠٠٤): بعض مشكلات التوافق النفسي والدراسي المرتبطة بصعوبات القراءة لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر٠
- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠): دراسات في الصحة النفسية (الهوية – الاغتراب – الاضطرابات النفسية)، ط١، القاهرة: دار الرشاد.
- عزت عبد الحميد محمد حسن (١٩٩٨): النموذج البنائي لفعالية الذات في البحث وبيئة التدريب على البحث والاتجاهات نحوه لدى طلاب الدبلوم الخاص والدكتوراه، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، القاهرة:مكتبة الأنجلو المصرية،المجلد٨، العدد(٢١)
- فهد بن عبد الله بن ربيعة (١٩٩٧): الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة (دراسة ميدانية)، مجلة علم النفس، السنة ١١، العدد ٤٣، ص ص ١- ٤٩ ٠
- ليلى بنت عبد الله سليمان المزروع (٢٠٠٣): فعالية برنامج إرشادي لتنمية المهارات الاجتماعية في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات أم القرى، مجلة الإرشاد النفسي، العدد ١٦، ص ص ١٥٣- ٢٠٤ ٠
- مجدي سعد عوض المصري (١٩٩٣): الكفاءة الداخلية لتعليم الطلاب الوافدين بكليات جامعة الأزهر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- محمد إبراهيم عيد (٢٠٠٥): مقدمة في الإرشاد النفسي، القاهرة: الأنجلو المصرية.
- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٢): اختبار المهارات الاجتماعية، دليل الاختبار، كراسة التعليمات والأسئلة، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨): دراسات في الصحة النفسية (التوافق الزواجي، فعالية الذات، الاضطرابات النفسية)، القاهرة: دار قباء للنشر، الجزء الأول.
- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٩): علم الأمراض النفسية والعقلية (الأسباب، الأعراض التشخيص، العلاج)، القاهرة: دار قباء للطبع والنشر والتوزيع٠
- محمد السيد عبد الرحمن(١٩٩٨) : دراسات في الصحة النفسية ، حـ ١ ، دار قباء للطباعة والتوزيع والنشر ، القاهرة ٠
- محمد عبد المؤمن، منى راشد الزياني (١٩٩٤): الشعور بالوحدة لدى الشباب في مرحلة التعليم الجامعي (دراسة تحليلية في ضوء الجنس والجنسية ونوع الدراسة)، مجلة علم النفس، العدد (٣٠)، ص ص ٦- ٢٢ ٠

ـ محمد كمال أبو الفتوح(٢٠٠٩): فعالية برنامج تدريبي في تحسين الكلام التلقائي لدى أطفال الأوتيزم وأثره على تواصلهم الاجتماعي،رسالة دكتوراه، كلية التربية جامعة بنها

ـ محمد محسن ،عبدالفتاح السيد(٢٠٠٣): الفروق فى عملية المقارنة الاجتماعية ووجه عدم التأكد وسمة القلق بين مجموعتين من السعوديين والمصريين(دراسة ثقافية مقارنة)، مجلة دراسات نفسية، المجلد(١٣)،عدد٠٣)،القاهرة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية،ص ص ٤١١- ٤٤٥ ٠

ـ محمد نبيل عبد الحميد حسين (١٩٩٤): الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، مجلة دراسات نفسية، العدد (٢)، ص ص ١٨٩- ٢١٨ ٠

ـ مصطفى السعيد جبريل (١٩٩٧): التناقض في التعبير الانفعالي وعلاقته بالوحدة النفسية وبعض الأعراض المرضية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بالمنصورة، العدد ٣٣، ص ص ٣٩- ٥٢ ٠

ـ معتز سيد عبد الله (٢٠٠٠): بحوث في علم النفس الاجتماعي والشخصية، ط١، المجلد الثالث. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر٠

ـ نجلاء محمد بسيونى رسلان (٢٠٠٥) : فعلية برنامج ارشادى فى خفض مستوى الشعور بالعزلة الاجتماعية وزيادة فعالية الذات لدى الطالبات الوافدات بمدينة البعوث الاسلامية بجامعة اللأزهر ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر، العدد : ١٢٨ ص ١٦٣ – ٢٣٠

• المراجع الاجنبيه :

_ Alan, V. (1988): Social and personal factors on loneliness, Journal of Social And Clinical Psychology, Vol. 6 No. (3-4), p. 462-471.

_ Barratt, M.F. (1993): International undergraduate student a-djustment in acommunity as a function of motivation, self- esteem interpersonal relationship, participation in a ctivities, and English language, skills. Proquest Dissertation And These Section 0097, Part 0745 201 Pages; [Ph.D. dissertation]. United States Iowa; Iowa State University; Publication No: AAT 9413955.

_ Bandura, (1988) Self – Efficacy Mechanism in human agency , American Psychologist , Vol . 37,No.5, pp . 122 – 127

_ Bell, R.A., Gender, (1991): Friendship network density and lonelinese. Journal of Social Behavior And personality, Vol. 6 No. (1), p. 45-56.

_ Chapell, M.S. & Blanding, Z.B. & Takahasbi, M. & Newman, B. & Gubi, A. & McConn, N. (2005): Test anxiety and academic performance in undergraduate and graduate students. Journal of Educational Psychology; May Vol. 97 Issue 2, pp. 268-274.

_ Dykeman, B.F. (1994): The effects of motivational orientation, self-efficacy; and feedback condition on test anxiety, Journal of

Instructional Psychology; Jun, Vol. 21, Issue 2, p. 114, 6p, 3 charts.

- Egbochuku, E.O. & Obodo, B.O. (2005): Effects of systematic desensitisation (SD) therapy on the reduction of test a nxiety among adolescents in Nigerian Schools, Journal of Instructional Psychology; Dec, Vol. 32 Issue 4, UP-298-304, 7p.
- Griffin, B.W. & Griffin, M.M. (1997): The effects of reciprocal peer tutoring on graduate students' achievement test anexity and academic self-efficacy; Journal of Experiment Education; Spring, Vol. 65 Issue 3, p. 197, 13p, 4 charts.
- Ferster C.B. (2001): Positive reinforcement and behavioral deficits of autistic children. Journal Development. 32 437- 456.
- Ingman, K.A. (2000): An examination of social anxiety, social skills, social adjustment, and self-construal in chinese and American students at an American University Proquest Dissertation And Theses. Section 0247, Part 0622 79 pages; (Ph.D. dissertation). United States .. Virginia: Virginia polytechnic institute and State University; publication No: AAT 3065441.
- Islam, N. (2001): Assessment and comparison of the stress experienced by international and American students at the University of North Texas, Proquest Dissertations And Theses. Section 0158, part 068050 pages; (M.S. dissertation). United States Texas: University of North Texas; Publication No: AAT 1408064.
- Jabalameli, P. (1993): Factors that influence the loneliness of international students studying in the United states, Proquest Dissertations And Theses. Section 0087, part 0514 129 pages; (Ed.D. dissertation). United states .. Texas. University of Houston; publication No: AAT 932035.
- Li, Yan (2004): Acomparison of self-esteem and adjustment among new arriving international students and international student who have been in United states of America more than one year. Proquest Dissertation And These. section 1281, Part 0519 46 pages; (M.A. dissertation). United states-Missouri: Truman state University, publication No. AAt 1420177.
- Poyrazli, S. (2001): The role of assertiveness, academic experiences, and academic self-efficacy on psychosocial adjustment of graduate international students. Proquest Dissertitions And These Section

0087, part 0519 70 pages; (Ph.D. dissertation). United States Texas: University of Houston; Pablication No: AAT 9979235.

- Rosalia, S. & Dennis, H. (1990): Unravelling paradoxes in loneliness, Research and Elenent of Social Theory and loneliness. Social Behavior, 5(3) 169-184.
- Sansgiry, S. & Bhosle, M. & Dutta, A. (2005): Predictors of test anxiety in doctor of pharmacy students: An empirical study. Pharmacy Education; Jun, Vol. 5, Issue 2, p. 121-129, 9p.
- Shupe, M.J. (2000): Relationships between self-concept, social isolation, and academic a chievement in college students with and without Learning disabilities, Proquest Dissertotion And Theses Section 0045, Part 0519109 Pages, (Ed. dessertation) United. States-Ohio: University of Cincinnati; Publication No: AAT 9983983.
- Wills, S. & Leathem, J. (2004): The efects of test a nexity, age, intelligence level, and arithmetic ability on paced auditory serial addition test performance, Applied Neuropsychology, Vol. 11 Issue 4, p. 178-185, 8p.

❋❋❋❋❋❋❋