# درجة ممارسة الأنشطة التربوية وعلاقتها بمهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس

**إعداد الطالبة علا مهدي جمال**

طالبة ماجستير في كلية التربية جامعة طرطوس

المشرف الرئيس : الدكتورة هيفاء إبراهيم – كلية التربية

المشرف المشارك : الأستاذة الدكتورة ريم سليمون – كلية التربية

**الملخص**

هدف البحث إلى تعرف درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس ومستوى مهارات فعالية الحياة لديهم، وتعرف العلاقة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية. ولتحقيق أهداف البحث تم بناء استبانة مؤلفة من (21) بند لممارسة الأنشطة التربوية، ومقياس فعالية الحياة مؤلف من (24) بند. تم تطبيقها على عينة بلغت (119) طالبة للعام الدراسي 2021/2020، استخدم البحث الحالي المنهج الوصفي.

أشارت نتائج البحث إلى أن درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة كلية التربية جاء بدرجة متوسطة، وكذلك مستوى مهارات فعالية الحياة جاء بدرجة متوسطة، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس.

# Activities and its Relationship with Life Effectiveness Skills Among Students of the Faculty of Education at Tartous University.


## ABSTRACT

The aim of research is to know the degree of practicing the educational activities among students of the Faculty of Education at Tartous University and the level of their life effectiveness skills, and to know the relationship between the practice of educational activities and life effectiveness skills among students of the Faculty of Education. In order to achieve the objectives of the research, a questionnaire consisting of (21) items was built to practice educational activities and life effectiveness scale consisting of (24) items, and applied to a sample of (119) students for the academic year 2020/2021. The current research uses the descriptive method.

The results of the search indicated that the degree of practicing the educational activities among students of the Faculty of Education was on average, and the level of their life effectiveness skills was on average. The results showed a positive correlation between the practice of educational activities and life effectiveness skills among students of the Faculty of Education at Tartous University

**المقدمة:**

يشهد عالم اليوم العديد من التحديات في جميع المجالات وخاصة في المجال التربوي، الذي حصل فيه تغيرات جذرية فرضتها متطلبات العصر وظروفه وأزماته، انعكس ذلك على مستوى ونوعية مدخلات التعليم وعملياته ومخرجاته، هذه التغيرات لابد أن تطال المعلم إعداداً وتأهيلاً وتدريباً، وإكسابه مهارات القرن الواحد والعشرين ليكون قادر على تأدية دوره التربوي بشكل فعال، هذه المهارات قد تبدو حديثة إلا أنها ليست كذلك بل اكتسبت الأهمية حديثاً نتيجة الحاجة لامتلاكها وضرورة ممارستها وإتقانها من قبل المعلم، ذلك أن انخفاضها سيترك آثاراً سلبية على ممارستهم التدريسية، وكون المعلم الأداة الأولى لتنمية مهارات التلاميذ في جميع التخصصات، كان لابد من توجيه الاهتمام أولاً إلى الطالب المعلم في كليات التربية، وتضمين هذه المهارات والقدرات والخبرات في برامج إعداد المعلمين قبل انخراطهم في مهنة التعليم، وإيصالها وتدريب الطلبة المعلمين عليها بطرائق وأساليب حديثة كالأنشطة التربوية.

وتعد كليات التربية محطات إعداد وتدريب وتأهيل للطلبة بصورة منظمة وموجهة للحياة، فهي تتولى مسؤولية إكسابهم القيم والسلوكيات والعادات السليمة، وتزويدهم بالكفايات التدريسية والشخصية والمهارات الأكاديمية والاجتماعية التي تتطلبها الحياة المهنية، وتتنوع الوسائل التي تستخدمها كليات التربية في الوصول إلى ذلك، وتأتي الأنشطة التربوية في مقدمة هذه الوسائل حيث تؤدي دوراً حيوياً في بناء شخصية الطالب من جميع الجوانب بما يتماشى مع التوجهات التربوية الحديثة التي جعلت المتعلم محوراً للعملية التعليمية التعلمية والعنصر الفاعل والأساس في مختلف الفعاليات والمواقف التربوية.

وتعد الأنشطة التربوية إحدى مكونات المنهج الحديث بمضمونه الواسع الذي لا يقتصر على المعلومات والمعارف التي يقدمها الكتاب الجامعي، بل يقوم على أساس نشاط الطلاب وإيجابيتهم ومشاركتهم في مختلف الأمور المرتبطة بالتربية والتعليم، إذ أصبح وسيلة لإثراء المنهج من خلال إدارة الطلاب لمكوناته بيئتهم بهدف اكتساب الخبرات المعرفية بطرقها المباشرة، إذ تجعل الأنشطة التربوية الجامعة مجتمعاً متكاملاً يتدرب فيه الطلاب على الحياة المجتمعية، يكتسبون من خلالها خبرات وتجارب متعددة تساعدهم على تحمل مسؤولياتهم الاجتماعية المنوطة بهم، وتبث فيهم روح الجماعة وتدربهم على القيادة والتعاون والتفاهم المتبادل (شاذلي وآخرون، 2019، 264)، وعرفت دائرة المعارف الأمريكية الأنشطة التربوية بأنها مجموعة البرامج التي تنفذ بإشراف الجامعة، وتتناول كل ما يتصل بالحياة الجامعية، ونشاطاتها المختلفة ذات العلاقة بالمواد الدراسية أو الجوانب الاجتماعية والبيئية، أو الجماعات ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العلمية أو الرياضية أو الموسيقية أو المسرحية أو المطبوعات المدرسية وغيرها(الفرح ودبابنة، 2011، 13)، وتعد الأنشطة التربوية أحد الوسائل التربوية الحديثة لتحقيق الكثير من أهداف التربية بشكل فعال، فهي ليست مادة دراسية منفصلة عن المواد الدراسية الأخرى، إنما جزءاً مهماً من المنهج بمعناه الواسع الذي يترادف فيه مفهوم المنهج والحياة الدراسية

لتحقيق النمو الشامل المتكامل والتربية المتوازنة (مزيو، 2014، 567)، فهي وسيلة وحافز لإثراء المنهج وإضفاء الحيوية عليه عن طريق تعامل الطلبة مع البيئة وإدراكهم لمكوناتها المختلفة من طبيعية وإنسانية ومادية بهدف اكسابهم الخبرات الأولية التي تؤدي لتنمية معارفهم وقيمهم واتجاهاتهم بطريقة مباشرة، ويتعلم الطلبة من خلال النشاط أشياء يصعب تعلمها في الفصل، فعن طريق هذا النشاط يمكن أن يتزود الطلبة بالمهارات والخبرات الاجتماعية والخلقية والعلمية والعملية التي لا يتسنى لهم غالباً اكتسابها في الفصل مثل التعاون مع الغير وتحمل المسؤولة وضبط النفس وغيرها، وتثير استعداد الطلبة للتعلم وتجعلهم أكثر قابلية لمواجهة المواقف التعليمية (إسماعيل، وإبراهيم، 2005، 19، 23).

وتسهم الأنشطة التربوية في تنمية قدرات الطلبة الابتكارية وتعزيز الاتجاهات الإيجابية نحو التعاون والتآزر وحب العمل واستثمار وقت الفراغ بما ينفعهم (موسى وحميد، 2016، 164)، كما تزود طلبة الجامعة بالعديد من المهارات كمهارات التواصل الاجتماعي الفعال والإيجابية نحو الآخرين وتقبلهم، والمهارات اللازمة للحياة والإنجاز الأكاديمي والتفوق الدراسي، والقدرة على اتخاذ القرار والاتزان الانفعالي والترويح عن النفس (مخامرة، 2016، 40)، وأظهر الطلاب المشاركون في الأنشطة اللاصفية نجاحاً أكاديمياً وشخصياً خاصة في مجالات إدارة الوقت ومهارات القيادة وحققوا تطوراً اجتماعياً وزيادة الاهتمام بالمشاركة المجتمعية (Christison, 2013, 17)، ومن المهارات التي ظهرت حديثاً في الميدان التربوي مهارات فعالية الحياة Life Effectiveness Skills.

ويقصد بفعالية الحياة مدى تصور الأفراد لفعاليتهم في العمليات النفسية والسلوكية اللازمة للقيام بالمهام المختلفة واللازمة لكي يعيشوا حياة ناجحة (Neill, et, al. 2003). وتشير إلى اعتقاد الفرد بأنه يمتلك الكفاءات النفسية والسلوكية اللازمة التي تمكنه من أن يكون فعالاً في أي موقف (Bloemhoff, 2016).
وتتضمن فعالية الحياة مجموعة مهارات متعددة الأبعاد وديناميكية وعامة يمكن تنميتها نظرياً وعملياً، تمثل في مجموعها مهارات إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، ودافعية الإنجاز، والمرونة الفكرية، وقيادة المهمة، والضبط العاطفي، والمبادرة النشطة (Neill, 2008; & Verešová, et, al. 2013)، ويرى الفيل (2018) أن هذه المهارات هي التي تمكن الطالب الجامعي من أن يكون ماهراً ومنتجاً، كما تساعده على حسن التصرف في المواقف التي يتعرض لها، كذلك تساعده على حل المشكلات التي تواجهه في مختلف جوانب حياته الشخصية والأكاديمية (الفيل، 2018، 18)، وهي إمكانيات الطالب الجامعي لكي يعيش حياته بفعالية وهدف، حيث تؤثر القدرات والمهارات الشخصية التي يمتلكها على فعالية الحياة لديه (المرشود، 2020، 16).

ويحاول البحث الحالي دراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية.

**مشكلة البحث:**

يعد الطالب المعلم في كليات التربية أهم شريحة مجتمعية، كونه المسؤول الأول عن إعداد وتأهيل جيل المستقبل وتزويده بمهارات القرن الحادي والعشرين، ولذلك يجب ألا يقتصر المنهاج الجامعي على مجرد مساعدة الطلبة على النجاح الدراسي في المقررات، إنما إضافة إلى ذلك إكسابهم المهارات الأدائية والتدريسية والاهتمام بالجوانب الشخصية والقدرات الذاتية والفكرية والخبرات العملية التي يحتاجونها كأفراد ومعلمين في حياتهم الشخصية والمهنية، ويمكن أن يتحقق ذلك بتجاوز حدود القاعات الدراسية إلى أنشطة وفعاليات وبرامج ومواقف متنوعة تسمح للطلبة المشاركة بتنمية شخصيتهم تنمية شاملة متوازنة.

وتحظى الأنشطة التربوية كرافد أساسي للعملية التعليمية التعلمية باهتمام كبير من قبل المسؤولين باعتبارها جزءاً من المهام الرئيسة للجامعة في رعاية الطلاب وتنمية مهاراتهم ومواهبهم، كأنشطة الاتحاد الوطني لطلبة سورية التي تعقد في الجامعة من لقاءات وحواريات وندوات تثقيفية ومناظرات أدبية ونشاطات رياضية إلى المعارض الفنية للوسائل التعليمية لطلبة السنة الرابعة في كلية التربية ومعارض الكتب والمسابقات الشعرية وغيرها من الأنشطة، ولكن لاحظت الباحثة ومن خلال عملها في الكلية أن مستوى مشاركة الطلاب في الأنشطة الجامعية دون المستوى المطلوب ولا يتناسب مع كثافة الأنشطة المقدمة وتنوعها والجهود المبذولة لإنجاحها، وأظهرت بعض الدراسات كدراسة كل من زغب (2009) والكنج (2015) ومخامرة (2016) والجمل (2019) إلى أن درجة ممارسة طلبة الجامعة كانت متوسطة، في حين أظهرت دراسة شوشان وختاش (2015) ومكفس وشوشان (2017) أن درجة ممارسة الأنشطة في الجامعة ضعيفة، ما دفع الباحثة للقيام بدراسة استطلاعية للكشف عن ممارسة الأنشطة في الكلية من خلال مجموعة من الأسئلة على عينة من الطلبة، وبينت النتائج أن 67 % من الطلبة لا يشاركون بالأنشطة التي تقيمها الكلية وذلك لضيق الوقت وكونها لا ترتبط بالجانب العملي كثيرا حسب رأيهم، بينما 73 % منهم وجد أن ازدحام البرنامج الدراسي يمنعهم من المشاركة بالأنشطة، ومن خلال تعامل الباحثة مع الطلبة وتدريسهم لاحظت أنه هناك عدم اهتمام بالمشاركة بالأنشطة التي تنظمها الكلية، مما انعكس على مستواهم الأكاديمي وحرمهم من فرص الاستفادة من الخبرات التي توفرها الأنشطة والمهارات التي يحتاجونها في الحياة اليومية والعملية ومن ثم اكسابها لتلاميذهم فيما بعد، وأظهروا نوعاً من اللامبالاة وقلة الاهتمام بواجباتهم الدراسية، وافتقارهم إلى بعض مهارات التواصل والتعاون مع زملائهم وأساتذتهم، وانعكاس ذلك على علاقاتهم الاجتماعية فيما بينهم ومع الآخر، بالنظر إلى حجم مسؤولياتهم وكون الطلبة في سنة التخرج ويمارسون التربية العملية التي هي ميدانهم لترجمة معارفهم النظرية في المواقف الصفية إلى خبرات عملية واقعية، فإن عدم ممارسة الأنشطة سيخلق لدى الطلبة معاناة حقيقة من شعور بفجوة بين ما مر بهم من خبرات في أثناء الإعداد وما يتعرضون له في حياتهم العملية من مواقف ومستجدات وهذا سينعكس على أدائهم كمعلم في الصف، مع ما يترافق ذلك من مشاعر القلق والخوف وانخفاض الدافعية لإنجاز المطلوب وعدم القدرة على ضبط أنفسهم وانفعالاتهم وإدارة وقتهم بالشكل الأمثل، كما سيضيع عليهم فرصة التدريب على مواقف

تدريسية واجتماعية مصغرة، وإذا لم يدرك الطالب أهمية هذه الأنشطة ومارسها برغبة واهتمام لن يتمكن من تطبيقها بشكل فعال مع تلاميذه والتشجيع عليها، وستبقى الأنشطة بأنواعها مجرد نشاط للتسلية والترفيه وتفقد قيمتها في تحقيق أهدافها التربوية، وأشار البطاشي (2019) إلى العمل على تشجيع ممارسة الأنشطة من خلال تهيئة العوامل اللازمة لإنجاح ممارستها والعمل على تجديد وتطوير الأنشطة فيقبل الطلاب على ممارستها بشكل فعال وعن قناعة بإبراز قيمتها وأهميتها في تنمية شخصية الطالب.

ونظراً لأهمية التكوين والإعداد الأكاديمي والمهني لطلبة معلم الصف ليكونوا على قدر المسؤولية والمهام المنوطة بهم في الميدان التربوي والتعليمي، تبرز الحاجة إلى تزويدهم ببعض المهارات، فمثلاً مشكلة الوقت تنشأ في كافة الأنشطة حيث لا يتسع الوقت لإنجاز كافة المهام المطلوبة، وأن النجاح في الإعطاء والتنفيذ العملي للدروس الصفية يسبقه توزيع جيد للوقت على المهام والأنشطة الصفية والتقويمية، والطلبة الذين يعانون من ضعف مهارات إدارة الوقت يكونون أقل قدرة على إنجاز أعمالهم وما ينتج عن ذلك من الغياب المستمر عن المحاضرات وتدني التحصيل والشعور بالتوتر والضيق، ومنه لابد من الاهتمام بتنمية مهارات إدارة الوقت، ويحتاج الطالب إلى أن يكون لديه مستوى عال من الدافعية للإنجاز، وينتج عن انخفاضها قلة الرغبة والاهتمام ببذل الجهد لتحقيق الأهداف وانخفاض كفاءة الأعمال المنجزة، وتتداخل دافعية الإنجاز مع المرونة الفكرية التي تساعدهم في تغيير استجاباتهم والتكيف مع الظروف الجديدة، وينتج عن انخفاضها عدم القدرة على تقبل الآراء المغايرة والشعور بالتوتر لكثرة الواجبات وتخلق صعوبات في التكيف مع الظروف الجديدة خاصة لدى الطلبة المعلمين عن الانتقال من بيئة الجامعة إلى بيئة المدرسة، كما لابد اكتسابهم مهارات الضبط الانفعالي لأن الافتقار إلى هذه المهارات سيؤثر سلباً على الاتصال الفعال مع الآخرين وإذا لم يقدر الطالب المعلم على فهم مشاعره وأحاسيسه لن يتمكن من السيطرة عليها وضبطها وأيضاً لن يتمكن من التعرف إلى مشاعر وانفعالات المحيطين به من الزملاء والتلاميذ، فالحالة الانفعالية ستؤثر على أدائه المهني وقدرته وكفاءته الاجتماعية وإدارة المواقف الاجتماعية المختلفة، وغيرها من مهارات فعالية الحياة التي نادراً ما يتم تناولها بالبحث والدراسة ( Neill, j, 2008B, 48)، ولندرة الأبحاث التي تناولت هذه المهارات في البيئة العربية وبناءً على توصيات العديد من الدراسات بالاهتمام بتنمية هذه المهارات لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة المرشود (2020) التي أوصت بتقديم ورش لطلاب الجامعات تختص بتدريبهم على هذه المهارات، وكذلك أوصت الدراسات بدراسة واقع ممارسة الأنشطة التربوية في الجامعات، كدراسة زغب (2009) والكنج (2015)، وبناء على ما سبق ذكره، تكون لدى الباحثة دافعاً لبحث العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة، وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالسؤال الرئيس الآتي:

**ما العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس ؟.**

**أسئلة البحث:**

يسعى البحث إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟
- ما مستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟
- ما العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟

**أهداف البحث:**

يهدف البحث إلى:

- تعرف درجة ممارسة طلبة معلم الصف للأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس.
- تعرف مستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.
- تعرف العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

**أهمية البحث:**

تنبع أهمية هذا البحث من:

- أهمية الأنشطة التربوية كعنصر أساسي من عناصر المنهج الأكاديمي، ووسيلة لتنمية المعارف والمهارات وجعل العملية التعليمية أكثر متعة وفائدة.
- حداثة متغير مهارات فعالية الحياة في البيئة العربية عامة وفي البيئة السورية خاصة.
- الجدة التي يمتاز بها الموضوع، إذ يعد الدراسة الأولى على مستوى البيئة المحلية التي بحثت العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة الجامعة.
- أهمية الفئة العمرية التي يستهدفها البحث، فئة الشباب الجامعي - معلمي الصف - فهم عماد المجتمع وقوته.
- قد تفيد النتائج التي يسفر عنها البحث في بناء برامج قائمة على الأنشطة التربوية لرفع جودة إعداد معلمي مرحلة التعليم الأساسي، وتأهيلهم وإكسابهم المهارات التي يحتاجونها في التعليم والتعلم.

– قد يسهم في فتح المجال أمام دراسات جديدة تتناول الأنشطة التربوية وعلاقتها بمتغيرات أخرى لدى الفئة نفسها وفئات أخرى.

**منهجية البحث:**

نظراً لطبيعة البحث وظروفه استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

**مجتمع البحث وعينته:**

تألف المجتمع الأصلي للبحث من جميع طلبة السنة الرابعة قسم معلم صف في كلية التربية في جامعة طرطوس للعام الدراسي (2020 / 2021) والبالغ عددهم ( 142 )، تم تطبيق البحث على (119) طالبة في السنة الرابعة قسم معلم صف بعد استبعاد عينة الصدق والثبات التي بلغت (23) طالبة.

**أدوات البحث:**

**إعداد أدوات البحث:** تم بناء استبانة ممارسة الأنشطة التربوية بعد الاطلاع على الأدب النظري، حيث تكونت من (22) بند موزعة على محورين: المحور الأول يقيس مستوى ممارسة طلبة السنة الرابعة للأنشطة التربوية، بينما المحور الثاني يقيس واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس، وكانت بدائل البنود وفق سلم ليكرت الثلاثي (مرتفع، متوسط، ضعيف) وأعطيت الأوزان الآتية (3 ، 2 ، 1) على الترتيب.

واعتمدت الباحثة مقياس مهارات فعالية الحياة الذي أعده نيل (Neill, 2008) بعد ترجمته إلى اللغة العربية وعرضه على المختصين في اللغة الإنكليزية، وتكون من (24) بند موزعة على ثمانية محاور مع ثلاثة بدائل ممكنة لكل بند هي (دائماً، أحياناً، نادراً) أعطيت الأوزان الآتية (3 ، 2 ، 1) على الترتيب، أما معيار الحكم على متوسط الاستجابات على الأداتين كان وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي، فقد قُسِّم المعيار إلى ثلاث فئات متساوية، وحُدّدت النقاط الفاصلة على التدرج، من خلال حساب المدى ( الدرجة الأعلى للمقياس – الدرجة الأدنى للمقياس) أي ( 2 = 1 – 3 )، ومن ثم التقسيم إلى ثلاثة مستويات ( 0.66 = 3 ÷ 2 )، والجدول(1) يوضح ما سبق.

الجدول(1): معيار الحكم على متوسط الاستجابات على الأداتين وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي.

| **المتوسط الحسابي** | 1 – 1.66 | 1.67 – 2.33 | 2.34 - 3 |
|---|---|---|---|
| **درجة الإجابة** | منخفضة | متوسطة | مرتفعة |

**الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:**

1. **صدق وثبات استبانة الأنشطة التربوية:** للتأكد من صدق المحكمين، تم عرض استبانة الأنشطة التربوية على مجموعة من الخبراء والمختصين، للتأكد من الصياغة

اللغوية للبنود ووضوحها ومناسبتها، وتم الأخذ بآرائهم، وعدلت بعض البنود وحذف بعضها الآخر إلى أن أخذت صورتها النهائية، وأما صدق الاتساق الداخلي تم حساب قيمة معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لاستبانة الأنشطة التربوية، وتبين أن جميع البنود متسقة ومناسبة باستثناء البند رقم (16) "أختار النشاط الذي سأشارك فيه بحرية" ولذلك تم استبعاده وبذلك تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من (21) بند، يتضمن المحور الأول والذي يقيس مستوى ممارسة طلبة السنة الرابعة للأنشطة التربوية البنود (20،18،16،15،14،11،10،6،5)، بينما يتضمن المحور الثاني والذي يقيس واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس البنود (21،17،13،12،9،8،7،4،3،2،1)، وللتأكد من ثبات الاستبانة قامت الباحثة بتطبيقها على عينة بلغت (23) طالبة في كلية التربية، ثم استخدام معامل ألفا كرونباخ لإيجاد قيمة الثبات والتي بلغت (0.89) وهذا يدل على تمتع الاستبانة بدرجة جيدة من الثبات.

2. **صدق وثبات مقياس مهارات فعالية الحياة**: للتأكد من صدق المحكمين، تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين، للتأكد من الصياغة اللغوية للبنود ووضوحها ومناسبتها، وتم الأخذ بآرائهم، وعدلت بعض البنود وحذف بعضها الآخر إلى أن أخذ صورته النهائية، وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب قيمة معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس وتبين أن جميع البنود متسقة ومنسبة وأيضاً أوجدت الباحثة قيمة معامل الارتباط بين كل الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس وتبين أن جميع هذه المحاور مناسبة، ثم قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغت (23) طالبة في كلية التربية للتأكد من ثبات المقياس، وبلغت قيمة معامل ألفا (0.94)، وهذا يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات، وبذلك أصبحت الأدوات جاهزة لقياس ما وضعت لقياسه، إذ يمكن تعميم النتائج على أفراد عينة البحث.

**حدود البحث:**

- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث خلال الفصل الثاني من العام الدراسي 2021/2020.
- **الحدود المكانية:** جامعة طرطوس / كلية التربية / قسم معلم الصف.
- **الحدود البشرية:** اقتصر البحث الحالي على عينة من طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف.
- **الحدود الموضوعية:** الأنشطة التربوية، مهارات فعالية الحياة.

**مصطلحات البحث:**

- **الأنشطة التربوية (Educational Activities):**

البرامج التي تنظمها الجامعات متكاملة مع البرامج التعليمية والتي يقبل عليها الطلبة برغبة ويزاولونها بشوق وميل تلقائي، بهدف تحقيق أهداف تربوية معينة، سواء

ارتبطت هذه الأهداف بتعليم المواد الدراسية أو باكتساب خبرة أو مهارة، أو اتجاه علمي أو عملي داخل الصف أو خارجه، وأثناء اليوم الدراسي، أو بعد انتهاء الدراسة، على أن يؤدي ذلك إلى نمو في خبرة الطالب وتنمية هواياته وقدراته في الاتجاهات التربوية والاجتماعية المرغوبة. (الفرح، ودبابنة، 2011، 28)، وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على استبانة ممارسة الأنشطة التربوية التي قامت الباحثة بإعدادها للبحث الحالي.

- **مهارات فعالية الحياة Life Effectiveness Skills :**

هي مجموعة المهارات التي تمكن الفرد من أن يكون ماهراً ومنتجاً، تساعده على حسن التصرف في المواقف التي يتعرض لها، وعلى حل المشكلات التي تواجهه في مختلف جوانب حياته الشخصية والأكاديمية، هذه المهارات هي إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، ودافعية الإنجاز، والمرونة الفكرية، وقيادة المهمة، والضبط العاطفي، والمبادرة النشطة، والثقة بالنفس (الفيل، 2018، 18)، وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس مهارات فعالية الحياة الذي استخدمته الباحثة في البحث الحالي.

**دراسات سابقة:**

تستعرض الباحثة فيما يأتي بعض الدراسات ذات الصلة بموضوع البحث التي تيسر لها الاطلاع عليها مرتبة من الأقدم إلى الأحدث:

- **دراسة زغب (2009) بعنوان "مدى ممارسة طلبة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية في فلسطين".**

هدفت إلى تعرف مدى ممارسة طلبة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية، وتكونت عينة الدراسة من ( 319 ) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والاستبانة كأداة للبحث، أظهرت النتائج أن مدى ممارسة طلبة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية كانت متوسطة في جميع مجالات الدراسة.

- **دراسة فرومان، واريولد (2009) Frouman; &Waryold بعنوان "تأثير برامج التوجيه في الهواء الطلق على فعالية الحياة لدى طلبة الجامعة في Impact of A Wilderness Orientation Program on College Student's Life Effectiveness."**

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن فعالية برامج التوجيه التي يتم تقديمها في الهواء الطلق في تنمية فعالية الحياة، حيث تم تقديم برنامج لمدة (4) أيام في جامعة جنوب شرق الولايات المتحدة، تم تطبيق المنهج التجريبي على ثلاث مجموعات من الطلاب، واعتمد على استبيان فعالية الحياة، وأظهرت النتائج أن مجموعتين من الطلاب المشاركين لديهم درجات أعلى على الاستبيان كإدارة الوقت والتحكم العاطفي.

- **دراسة شوشان وختاش (2015) بعنوان "واقع ممارسة الأنشطة الطلابية بالجامعة الجزائرية دراسة استكشافية بجامعة باتنة في الجزائر".**

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف واقع ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية بأنواعها (النشاط الثقافي، العلمي، الرياضي، الاجتماعي، النقابي)، استخدم الباحث استبيان لقياس درجة ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية، وزعه على عينة بلغت (400) طالب وطالبة، مستخدماً المنهج الوصفي، أظهرت النتائج أن الطلبة الجامعيين يمارسون الأنشطة الطلابية بدرجة ضعيفة، وأن الأنشطة الأكثر ممارسة هي الأنشطة العلمية.

- **دراسة الكنج (2015) بعنوان "مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في جامعة دمشق في الأنشطة الجامعية في سورية".**

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في جامعة دمشق في الأنشطة الجامعية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وطبق مقياس مشاركة الطالب في الأنشطة الجامعية، وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (473) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في الأنشطة الجامعية هي بدرجة متوسطة.

- **دراسة حمود، وزيود (2016) بعنوان "دور الأنشطة الجامعية في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في حمص".**

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى المشاركة في الأنشطة الجامعية وتعرف مستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في جامعة البعث، وتوضيح العلاقة بين المشاركة في الأنشطة الجامعية ومستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في جامعة البعث، وتكونت عينتها من (425) طالباً وطالبة، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي التحليلي، وكان من أهم نتائجها أن نسبة الطلبة المشاركة في الأنشطة الطلابية قليلة، والوزن النسبي لمستوى المسؤولية الاجتماعية (81.91%) وهو مستوى عالٍ نسبياً، وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى المشاركة في الأنشطة الطلابية ومستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين.

- **دراسة مخامرة (2016) بعنوان "الأنشطة الطلابية بجامعة الخليل في ضوء آراء طلبة كلية التربية في فلسطين".**

هدفت الدراسة إلى تعرف واقع ممارسة طلبة كلية التربية بجامعة الخليل للأنشطة الطلابية ومعوقاتها من وجهة نظرهم، تم اختيار عينة عشوائية طبقية بلغت (123) طالباً وطالبة بجامعة الخليل، وأظهرت النتائج أن درجة ممارسة الأنشطة الطلابية جاءت بدرجة متوسطة.

- **دراسة كوسماس، وآخرون Cosmas, et, al. (2016) بعنوان "فعالية الحياة وموقف الشباب نحو برنامج التنمية الإيجابية" & Life Effectiveness Attitude Towards the Psy4life Program.**

وتهدف إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في (8) أبعاد من أبعاد فعالية الحياة، وأظهرت النتائج وجود فروق كبيرة بين الذكور والإناث في (3) أبعاد وهي الدافعية للإنجاز، المرونة الفكرية، قيادة المهمة.

- **دراسة مكفس، وشوشان (2017) بعنوان "ممارسة طلبة الجامعة للأنشطة الطلابية وعلاقتها باتجاهاتهم نحو الدراسة".**

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف واقع ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية بأنواعها (النشاط الثقافي، العلمي، الرياضي، الاجتماعي، النقابي)، وعلاقة ذلك باتجاههم نحو الدراسة، حيث صمم الباحث استبانة لتحديد درجة ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية واستبانة لقياس اتجاههم نحو الدراسة ووزعه على ( 700 ) طالباً وطالبة، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت إلى أن الطلبة الجامعيين يمارسون الأنشطة الطلابية بدرجة ضعيفة، واتجاههم نحو الدراسة إيجابي.

- **دراسة رحمن، وآخرون (2017) Rahman, et, al. بعنوان "تعزيز مهارات فعالية الحياة: أثر طول البرنامج في معسكر التعليم في الهواء الطلق" في ماليزيا. Enhancing Life Effectiveness Skills; Impacts of Length of Program in Outdoor Education Camp.**

هدفت الدراسة إلى فحص آثار طول البرنامج التعليمي في الهواء الطلق على مهارات فعالية الحياة بين طلاب اثنين من الجامعات الحكومية في ماليزيا، واستخدمت مقياس فعالية الحياة وطبق على (256) مشاركاً، وأظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية للعامل النفسي لفعالية الحياة على طول البرنامج لكلا الجامعتين.

- **دراسة الفيل (2018) بعنوان "تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية لكلية التربية النوعية – جامعة الإسكندرية" في مصر.**

هدفت الدراسة إلى تعرف تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية لكلية التربية النوعية، اعتمدت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت اختبار الذكاء الإبداعي ومقياس مهارات فعالية الحياة إضافة إلى البرنامج التعليمي القائم على التعلم خارج الصف، بلغت العينة (41) طالب، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0,05) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي لمهارات فعالية الحياة.

- **دراسة الجمل (2019) بعنوان "درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية من منظور تربوي إسلامي في فلسطين".**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية من منظور تربوي إسلامي، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم استبانة مكونة من ( 35) بنداً وزعت على عينة بلغت ( 450) طالباً وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية متوسطة.

- **التعقيب على الدراسات السابقة:** اتفقت دراسة كل من زغب (2009)، شوشان وختاش (2015)، الكنج (2015) ، حمود، وزيود (2016)، مخامرة (2016)، مكفس، وشوشان (2017)، الجمل (2019) من حيث الهدف إلى تعرف مدى ممارسة الأنشطة الطلابية ومشاركتهم بها، وأيضاً في العينة (طلبة الجامعة) وفي المنهج (الوصفي التحليلي)، وفي أداة البحث (الاستبانة) ماعدا دراسة مكفس وشوشان (2017) التي استخدمت أيضاً استبانة لقياس الاتجاه نحو الدراسة، بينما الدراسات التي تناولت فعالية الحياة اختلفت في الهدف كدراسة فرومان، واريولد Frouman; &Waryold (2009) والتي هدفت إلى الكشف عن فعالية برامج التوجيه في تنمية فعالية الحياة، وأيضاً دراسة رحمن، وآخرون( Rahman, et, al. 2017) التي هدفت إلى فحص آثار طول البرنامج التعليمي في الهواء الطلق على مهارات فعالية الحياة، ودراسة الفيل (2018) وهدفت الدراسة إلى تعرف تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة، وبذلك اختلفت هذه الدراسات عن غيرها في المنهج المتبع (المنهج التجريبي) واتفقت معها في العينة (طلبة الجامعة) وأداة البحث (مقياس فعالية الحياة والبرنامج ) إضافة إلى ذلك استخدم الفيل (2018) اختبار الذكاء الإبداعي، وأما دراسة كوسماس، وآخرون Cosmas, et, al. (2016) اختلفت عن بقية الدراسات في أنها هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في أبعاد فعالية الحياة.

| الرقم | البند | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الممارسة |
|---|---|---|---|---|
| **محور مستوى ممارسة الأنشطة التربوية** | | | | |
| **5** | أشارك في التخطيط للأنشطة التي تقيمها الكلية. | 1.47 | 0.63 | منخفضة |
| **6** | تخصص أوقات ممارسة الأنشطة بما يناسب أوقات المحاضرات. | 1.68 | 0.62 | متوسطة |
| **10** | أجد الأنشطة مجرد تسلية ومضيعة للوقت. | 2.30 | 0.61 | متوسطة |
| **11** | تأخذ الأنشطة المقامة في الكلية من وقت استراحتي. | 1.74 | 0.69 | متوسطة |
| **14** | ازدحام اليوم الدراسي بالمقررات الدراسية يمنعني من المشاركة | 2.30 | 0.62 | متوسطة |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | بالأنشطة التربوية. | | | |
| **15** | تشغلني الأنشطة عن حضور المحاضرات الجامعية. | 1.95 | 0.57 | متوسطة |
| **16** | أتلقى التشجيع من أعضاء هيئة التدريس للمشاركة بالأنشطة. | 2.01 | 0.75 | متوسطة |
| **18** | أتلقى توعية بأهمية ممارسة النشاط المقام في الكلية. | 1.97 | 0.72 | متوسطة |
| **20** | أشارك بالأنشطة التي تقام خارج الكلية كالمعارض والرحلات. | 1.72 | 0.74 | متوسطة |
| **الدرجة الكلية للمحور الأول** | | **1.90** | **0.66** | **متوسطة** |
| **محور واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية** | | | | |
| **1** | تنظم الكلية أنشطة متنوعة ( ثقافية، أدبية، رياضية، فنية...) | 1.57 | 0.60 | منخفضة |
| **2** | تقيم الكلية أنشطة تربوية كافية. | 1.67 | 0.53 | متوسطة |
| **3** | تكون الأنشطة التي تقيمها الكلية ممتعة ومحببة للنفوس. | 2.02 | 0.56 | متوسطة |
| **4** | ترتبط الأنشطة التربوية في الكلية بالمواد الدراسية. | 1.84 | 0.69 | متوسطة |
| **7** | توجد محفزات مادية للممارسة الأنشطة التربوية. | 1.45 | 0.62 | منخفضة |
| **8** | توجد محفزات معنوية وشهادات مشاركة بالأنشطة. | 2.11 | 0.69 | متوسطة |
| **9** | تقتصر الأنشطة على نوع محدد كالثقافي أو الرياضي | 2.32 | 0.63 | متوسطة |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | أو الفني فقط. | | | |
| 12 | توجد أماكن مخصصة للممارسة الأنشطة التربوية. | 1.88 | 0.77 | متوسطة |
| 13 | يتم التدريب الجيد على الأنشطة التي ستقيمها الكلية. | 2 | 0.74 | متوسطة |
| 17 | ترتبط المشاركة بالأنشطة بدرجات الجانب العملي للمقررات. | 1.54 | 0.60 | منخفضة |
| 19 | يتم الإعلان عن الأنشطة قبل انعقادها بفترة كافية. | 2.45 | 0.65 | مرتفعة |
| 21 | تتوافر الإمكانات المادية اللازمة للممارسة الأنشطة. | 1.80 | 0.67 | متوسطة |
| **الدرجة الكلية للمحور الثاني** | | **1.88** | **0.64** | **متوسطة** |
| **الدرجة الكلية للاستبانة** | | **1.89** | **0.65** | **متوسطة** |

- ويتبين أن البحث الحالي يتفق مع جميع الدراسات التي تناولت الأنشطة في الهدف هو التعرف إلى مستوى ممارسة الأنشطة التربوية، وفي العينة (طلبة الجامعة) وأيضاً في المنهج الوصفي والأداة وهي الاستبانة، باستثناء دراسة الكنج (2015) استخدمت مقياس المشاركة في الأنشطة الجامعية ، ودراسة مكفس وشوشان (2017) استخدمت استبانة الاتجاه نحو الدراسة، بينما يختلف البحث الحالي مع الدراسات التي تناولت مهارات فعالية الحياة في الهدف وهو التعرف إلى مستوى مهارات فعالية الحياة، ويتفق معها في العينة (طلبة الجامعة)، وفي المنهج الوصفي مع دراسة كوسماس، وآخرون(2016) .Cosmas, et, al، ويختلف عن دراسة فرومان، واريولد (2009) Frouman; &Waryold، ودراسة رحمن، وآخرون ( Rahman, et, 2017) .al، ودراسة الفيل (2018) في المنهج التجريبي، ويتفرد البحث الحالي بدراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية على صعيد الدراسات المحلية والعربية.

**النتائج والمناقشة:**

- **السؤال الأول: ما درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس عند كل بند من بنود الاستبانة، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول(2).

جدول (2): درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ممثلة بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودرجة الممارسة.

من الجدول(2) نجد أن متوسط الدرجة الكلية للمحور الأول (مستوى ممارسة الأنشطة التربوية) بلغ (1.90) وبانحراف معياري بلغ (0.66)، أي أن الأنشطة التربوية تمارس بدرجة متوسطة لدى طلبة السنة الرابعة (عينة البحث) قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

تعزو الباحثة ذلك إلى عدم وعي الطلبة بأهمية المشاركة بالأنشطة التربوية وقيمتها العلمية والنظر إلى الأنشطة على أنها مجرد تسلية وضياع للوقت، إضافة إلى قلة توفر الحوافز المادية والمعنوية المشجعة لممارسة الأنشطة وعدم التنويع في الأنشطة التي تنظمها الكلية بما يلبي رغبات واهتمامات الطلبة المتنوعة، ومن جهة أخرى عدم ارتباط المشاركة في الأنشطة التربوية بدرجات الجانب العملي للمقررات رغم كثافة الجانب العملي في السنة الرابعة وضغط العمل في المدارس تزامناً مع إعداد مشروع التخرج وانشغال الطلبة بالدراسة النظرية وكثافة المناهج يضعف ممارسة الأنشطة.

وبالعودة إلى الجدول(2) نجد أن متوسط الدرجة الكلية للمحور الثاني (محور واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية) بلغ (1.88) وبانحراف معياري بلغ (0.64)، أي أن مستوى إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس متوسط.

وتعزو الباحثة ذلك إلى قلة الأماكن المخصصة لممارسة الأنشطة التربوية وقد يكون بُعد هذه الأماكن عن الطلبة يحول دون مشاركتهم في الأنشطة، وضعف الميزانية المخصصة للأنشطة مع ضعف الحوافز المادية والمعنوية بالنسبة للطالب وأعضاء هيئة التدريس المشرفين على الأنشطة، كما أن البيئة الجامعية في كلية التربية غير ملائمة أحياناً لتفعيل الأنشطة والحاجة إلى توفير متطلبات محددة لتنفيذها، وأيضاً عدم وجود دليل واضح للأنشطة يوضح أهدافها في الكلية، وقد يرجع ذلك إلى غياب المشرف المتخصص من ذوي الخبرة للإشراف على الأنشطة يدفع الكلية لإقامة أنشطة محددة وعدم التجديد فيها.

كل ما سبق أثر على درجة ممارسة الأنشطة التربوية في كلية التربية إذ بلغ متوسط الدرجة الكلية للاستبانة (1.89) وبانحراف معياري (0.65)، أي أن الأنشطة التربوية تمارس بدرجة متوسطة لدى طلبة السنة الرابعة (عينة البحث) قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

وقد ترجع هذه النتيجة ككل بالإضافة إلى ما سبق ذكره إلى عدم ملائمة أوقات الأنشطة سواء داخل الكلية أو خارجها مع البرنامج الأكاديمي المكثف مع عدم وجود سكن

جامعي للطبة من المناطق الريفية البعيدة وأزمة المواصلات التي تشهدها البلاد، كما أن الظروف الاقتصادية والصحية السيئة وانتشار وباء كوفيد 19 فرضت مجموعة من الإجراءات لعدم التشدد في الزام الطلبة على الحضور والاكتفاء بتقديم الوظائف دون النظر إلى أهمية المشاركة الفعلية كل ذلك أثر سلباً على مشاركة الطلبة بالأنشطة التربوية والفعاليات التي تنظمها الكلية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من زغب (2009)، والكنج (2015) ومخامرة (2016) والجمل (2019)، وتختلف عن دراسة حمود، وزيود (2016) التي أظهرت أن نسبة المشاركة في الأنشطة التربوية لدى طلبة الجامعة قليلة.

- **السؤال الثاني: ما مستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟**

للإجابة عن هذا السؤال حُسب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس عند كل بند من بنود المقياس، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول(3).

جدول (3): ممارسة مهارات فعالية الحياة لدى طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ممثلة بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودرجة الممارسة.

| الرقم | البند | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الممارسة |
|---|---|---|---|---|
| **1** | أخطط وأستخدم وقتي بفعالية. | 1.53 | 0.60 | منخفضة |
| **2** | أنا ناجح في المواقف الاجتماعية. | 2.04 | 0.66 | متوسطة |
| **3** | عندما أعمل في مشروع ما، أفعل أفضل ما لدي للحصول على أفضل النتائج. | 2.32 | 0.63 | متوسطة |
| **4** | أغير آرائي وأفكاري بسهولة إذا كان هناك أفكار أفضل. | 1.47 | 0.64 | منخفضة |
| **5** | يمكنني جعل الناس تعمل من أجلي. | 1.70 | 0.64 | متوسطة |
| **6** | أبقى هادئاً في المواقف الضاغطة. | 1.88 | 0.71 | متوسطة |
| **7** | أحب أن أكون نشطاً في الأشياء التي أشارك فيها. | 2.64 | 0.48 | مرتفعة |
| **8** | أعتقد أن لدي القدرة لفعل الأشياء التي أريدها. | 2.36 | 0.69 | مرتفعة |
| **9** | لدي استراتيجية خاصة بإدارة الوقت. | 1.52 | 0.60 | منخفضة |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **10** | أتواصل جيداً مع الناس. | 2.14 | 0.63 | متوسطة |
| **11** | أبذل قصارى جهدي في إنجاز أعمالي. | 2.01 | 0.75 | متوسطة |
| **12** | أنا قادر على أن أكون متكيف ومرن في تفكيري وآرائي. | 1.90 | 0.61 | متوسطة |
| **13** | كقائد أحفز الآخرين جيداً عند الحاجة للقيام بالمهمة. | 2.24 | 0.62 | متوسطة |
| **14** | أبقى هادئاً عندما تسوء الأمور. | 1.92 | 0.72 | متوسطة |
| **15** | أحب المبادرة في كافة المواقف. | 2.22 | 0.61 | متوسطة |
| **16** | أعتقد أنني أستطيع النجاح دوماً. | 2.30 | 0.54 | متوسطة |
| **17** | الوقت مهم بالنسبة لي. | 1.72 | 0.74 | متوسطة |
| **18** | أنا مؤهل في المواقف الاجتماعية. | 2.04 | 0.60 | متوسطة |
| **19** | أحاول الحصول على أفضل نتيجة عندما أفعل الأشياء. | 1.65 | 0.65 | منخفضة |
| **20** | أنا شخص منفتح على الأفكار الجديدة. | 1.46 | 0.64 | منخفضة |
| **21** | أنا قائد جيد عندما تتطلب المهمة ذلك. | 2.20 | 0.60 | متوسطة |
| **22** | أبقى هادئاً وأتغلب على القلق في المواقف الجديدة أو المتغيرة. | 1.92 | 0.69 | متوسطة |
| **23** | أبدو شخصاً نشطاً وحيوياً. | 2.38 | 0.60 | مرتفعة |
| **24** | عند البدء بتنفيذ عمل ما، أكون على ثقة بأنني سأنجح. | 2.42 | 0.57 | مرتفعة |
| **الدرجة الكلية للاستبانة** | | **1.99** | **0.63** | **متوسطة** |

من الجدول(3) نجد أن متوسط الدرجة الكلية على مقياس مهارات فعالية الحياة بلغ (1.99) وبانحراف معياري (0.63)، أي أن طلبة السنة الرابعة (عينة البحث) قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس يتمتعون بمستوى متوسط من مهارات فعالية الحياة.

تعزو الباحثة المستوى المتوسط من مهارات فعالية الحياة لدى الطلبة إلى وجود ضعف واضح في بعض المهارات كإدارة الوقت نتيجة لكثرة المشتتات والضغوط في محيط الطلبة في الفترة الأخيرة وعدم الوعي بثقافة الوقت واستخدامه الجيد نتيجة الافتقار لموضوعات تدريبية في المقررات الجامعية، وأيضاً المرونة الفكرية المنخفضة نتيجة لكثرة المهام وتعدد الواجبات وكثرة الضغوط في السنة الرابعة والتي تختلف عن السنوات السابقة لها من المواظبة في التربية العملية وحضور المحاضرات وتجهيز مشروع التخرج ضمن وقت محدد هذا يتطلب من الطالب قدرة على تغيير وجهة التفكير بما يناسب المهمة وتأدية المطلوب منه بشكل مناسب وأيضاً طريقة الإعداد سابقاً في المراحل التعليمية ونوعية الاختبارات التي تعتمد على قوالب جامدة، في حين نجد أن هناك مستوى متوسط من مهارات الكفاءة الاجتماعية وقيادة ودافعية الإنجاز والضبط العاطفي هذه

المهارات الثلاث قد تكون نتيجة التواجد في المدارس في مواقف اجتماعية تتطلب تحمل المسؤولية وإدارة الموقف والتعامل معه بالشكل الأمثل والتواصل مع الآخرين( مدراء المدارس والمعلمات والتلاميذ) والتفاعل معهم، وإن وقوف الطالب المعلم أمام تلاميذه يدفعه لتقديم أفضل ما لديه وتحقيق النجاح والتميز والتنافس بين الطلاب يحسن من دافعية الإنجاز لديه وساعدهم على التعرف على مشاعرهم وأحاسيسهم والتحكم بها وضبطها وفهم مشاعر الأخرين وتقديرها، كما أن مشاركتهم في بعض الأنشطة في الكلية قد ساهم في تطوير هذه المهارات.

وأيضاً اختيار فرع معلم الصف كأحد البرامج الجامعية عن رغبة واهتمام كان له أثر في ارتفاع مستوى بعض المهارات، فارتفاع مستوى مهارة المبادرة النشطة والثقة بالنفس قد يكون نتيجة الرغبة في إظهار أفضل ما لديهم أثناء القيام بنشاط معين وبشكل طوعي، كما أن بعض المقررات تعرف بالثقة بالنفس وكيف يمكن تنميها وتشجع عليها، وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة فرومان، واريولد (Frouman; &Waryold (2009 التي أظهرت أعلى الدرجات في مهارتي إدارة الوقت والضبط العاطفي.

- **السؤال الثالث: ما العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ؟.**

لدراسة العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالة الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس، استخدمت الباحثة معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول(4).

جدول(4): معامل الارتباط بيرسون ودلالته لدى إجابات عينة البحث حول العلاقة بين درجة ممارسة الأنشطة التربوية ومستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

| المجال | العينة | معامل الارتباط بيرسون | قيمة الاحتمال | القرار |
|---|---|---|---|---|
| **درجة ممارسة الأنشطة التربوية** | **119** | **0.328** | **0.006** | **دال*** |
| **مستوى مهارات فعالية الحياة** | | | | |

* عند مستوى دلالة 0.01.

من الجدول(4) يتبيّن وجود علاقة ارتباط موجبة بين درجة ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس، وهو ارتباط دال، إذ بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.328)، ومستوى الدلالة (0.006)، وهو أقل من (0.05).

وتعزو الباحثة العلاقة الارتباطية الموجبة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة بالدرجة الأولى إلى طبيعة الأنشطة نفسها، فمن أهم أهداف النشاط الطلابي الجامعي إدماج الطلبة مع بعضهم وتشجيعهم على الاتصال مع الآخرين، وتنمية الاتجاهات المرغوب بها عن طريق ممارسة هذه الأنشطة مثل حسن القيادة (الفرح، ودبابنة، 2011، 25) وهذه تعكس بعضاً من مهارات فعالية الحياة، كما يساعد

النشاط المتعلم على تعلم المهارات الأكاديمية واكتساب الثقة بالنفس ومن خلال النشاط يتعلم الطالب خبرات ومهارات وقدرات يصعب تعلمها داخل الفصل الدراسي مثل ضبط النفس والتحكم بها والسيطرة على الانفعالات والقدرة على إدارة المواقف الاجتماعية والتواصل الجيد مع الآخرين والتأثير بهم، وأداء المهام المنوطة بهم بالشكل الأمثل، وهذه أيضاً تعكس بعضاً من مهارات فعالية الحياة، ومن جهة أخرى إن الاشتراك طواعية بنشاط معين وبرغبة يزيد من الدافعية للإنجاز وبذل كل الجهد للحصول على أفضل النتائج والمثابرة على ذلك من كل ما يقومون به، وقد يكسبهم القدرة على ترتيب الأولويات وحسن استغلال الوقت والاستخدام الجيد لوقت فراغهم بما يعود بالفائدة عليهم، وبالتالي قد يرغبون في تحقيق المزيد من النجاح والإنجاز فيبادرون للقيام بالأعمال المختلفة والمشاركة بالأنشطة المتنوعة، ويشجعهم على تقبل وجهات النظر المختلفة والانفتاح على الآراء والأفكار الجديدة وتناول الموضوع من وجهات النظر المختلفة، مما يزيد من خبراته الاجتماعية والعلمية والثقافية ويجعلهم أقدر على قيادة الأخرين في المواقف المتنوعة، وهذا كله يعكس مهارات فعالية الحياة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الفيل (2018) التي أظهرت تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف والذي يعد نوع من الأنشطة التربوية اللاصفية، في تنمية مهارات فعالية الحياة.

**المقترحات:**

بناءً على النتائج السابقة تقترح الباحثة الآتي:

- إعداد برامج قائمة على الأنشطة التربوية لتنمية مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف.
- القيام بدراسات تتناول مهارات فعالية الحياة والتعريف بها والعمل على تعزيزها وتنميتها لدى طلبة الجامعة.
- القيام بدراسات تتناول كل من الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بمتغيرات متنوعة.
- القيام بدراسات تتناول أسباب العزوف عن المشاركة في الأنشطة التربوية ومشكلات تنفيذها.
- القيام بتقييم شامل لواقع ممارسة الأنشطة التربوية بجميع مجالاتها والعمل على تطويرها وفقاً لذلك.

**المراجع:**

**المراجع العربية:**


- إسماعيل، محمد؛ وإبراهيم، منال. (2005). *الأنشطة المدرسية*. سورية: منشورات جامعة البعث، كلية التربية.
- البطاشي، ناصر. (2019). الأنشطة التربوية ودورها في بناء شخصية الطالب. *مجلة الفتح*، (77)، 289-325.
- الجمل، محمد كامل. (2019). درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية من منظور تربوي إسلامي. *مجلة جامعة غزة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، *27*(3)، 87-111.
- حمود، علاء؛ وزيود، زينب. (2016). دور الأنشطة الجامعية في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي. *مجلة جامعة البعث*، 38(22). 41-72.
- زغب، شرين. (2009). *مدى ممارسة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية*. [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة القدس.
- شاذلي، ناهد؛ وأبو السعود، سعيد؛ وإسماعيل، طلعت؛ ومحمد، مي. (2019). متطلبات تفعيل دور الجامعة في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الطلاب من خلال ممارسة الأنشطة الطلابية. *مجلة كلية التربية بالزقازيق*، (104)، 247- 294.
- شوشان، عمار؛ وختاش، محمد. (2015). واقع ممارسة الأنشطة الطلابية بالجامعة الجزائرية. *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*، *9*(12)، 411-426.
- الفرح، وجيه، ودبابنة، ميشيل. (2011). *الأنشطة التربوية وأساليب تطويرها*. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- الفيل، حلمي. (2018). تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية بكلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية. *مجلة كلية التربية*، (177)، 12-73.
- الكنج، أحمد محمد. (2015). مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في جامعة دمشق في الأنشطة الجامعية. *مجلة جامعة دمشق*، *31*(2)، 317-346.
- مخامرة، كمال. (2016). الأنشطة الطلابية بجامعة الخليل في ضوء آراء طلبة كلية التربية. *مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث*، *4*(1)، 39-51.
- المرشود، جوهرة. (2020). الإسهام النسبي لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة لدى طالبات جامعة القصيم. *مجلة جامعة الملك عبد العزيز: الآداب والعلوم الإنسانية*، *28*(9)، 1-45.
- مزيو، منال (2014). الدور التربوي للأنشطة الطلابية في تنمية بعض المبادئ التربوية لدى طالبات المرحلة المتوسطة بتبوك. *مجلة العلوم التربوية*، (4)، 567-602.
- مكفس، عبد المالك؛ وشوشان، عمار. (2017). ممارسة طلبة الجامعة للأنشطة الطلابية وعلاقته باتجاهاتهم نحو الدراسة. *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*، *7*(12)، 7-29.

- موسى، ابتسام؛ وحميد، رائدة. (2016). تقويم الأنشطة الصفية واللاصفية من وجهة نظر طلبة اللغة العربية في كلية التربية الاساسية - جامعة بابل العراقية. مجلة مركز *بابل للدراسات الإنسانية*، *6*(4)، 143-172.

**المراجع الأجنبية:**

- BLOEMHOFF, H. (2016). Impact of One-Day Adventure-Based Experiential Learning (AEL) Program on Life Effectiveness Skills of Adult Learners, South African *Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, *38*(2), 27-35.
- CHRISTISON**,** C. (2013). The Benefits of Participating in Extracurricular Activities. *BU Journal of Graduate Studies in Education, 5*(2), 7-20.
- COSMAS, G, & SEOK, C, & Hashmi, S. (2016). *Life effectiveness and Attitude towards the Psy4life Program*. DOI: 10.15405/epsbs.2016.05.3. 18-28. https://www.researchgate.net/publication/303099462_Life_effectiveness_and_Attitude_towards_the_Psy4life_Program
- FROUMAN, E, & WARYOLD, D. (2009). Impact of A Wilderness Orientation Program on College Student's Life Effectiveness. *Journal of outdoor recreation, education and leadership, 1*(2) 191-209.
- NEIL, J. (2008). Resilience & Outdoor Education. Keynote Presentation to the 1st Singapore Outdoor Education Conference, Dairy Fair Adventure Centre, Singapore, P 32-50.

- NEILL, J.T., Marsh, H.W. and Richards, G.E. (2003) The Life Effectiveness Questionnaire: Development and Psychometrics. University of Western Sydney, Sydney.
- RAHMAN, M, & RASYID, N, & HASHIM, A, & TAFF, M, & BASAL, M, & SHAFIE, M. (2017). Enhancing Life Effectiveness Skills; Impacts of Length of Program in Outdoor Education Camp. *Malaysian Journal of Sport Science and Recreation*, *13*(1), 13-20.
- VERESOVA, M, & CERESNIK, M, & MALA, D. (2013). Differences in Life Satisfaction in Relation to Sense of Coherence of Future Teacher. *Journal of Modern Education Review*, *3*(11), 839-851.

**المراجع العربية باللغة الإنكليزية:**

- ISMAIL, M; & IBRAHIM, M. (2005). School Activities. Syria: Al-Baath University Publication.
- ALBATASHI, N. (2019). Educational activities and their role in developing the personality of the student from the point of view of the specialists of the school activities at post-basic education in Muscat Governorate. *Al-Fateh magazine*, (77). 289-325.

- ALJAMAL, M. (2019). The degree of doing PE skills as in the holy Quran and El-Sunna for Al-Qsa students University. *Islamic University of Gaza Journal of Educational and Psychology Sciences*, *27*(3), 87-111.
- HAMOD, A; & ZAEOD, Z. (2016). The role of university activities in the development of social responsibility among university students. *Al-Baath University Journal*. 38(22), 41-72.
- ZOGHB, S. (2009). *The Extent of at Al-Quds University the students Practice of Extracurricular Activities*. [Unpublished Master Thesis]. Al-Quds University.
- SHAZLY, N, & ABU ALSAUD, S, & ISMAEL, T, & MOHAMMED, M. (2019). The Requirements of Activating the Role of The University in Developing the Social Responsibility of Students Through the Practice of Student Activities. *Journal of the Faculty of Education in Zagazig*, (104), 247-294.
- SHUSHAN, A, & KHITASH, M. (2015). The reality of student activities practice at Algerian University. *Journal of Social Sciences and Humanities*, *9*(12), 411- 426.
- ALFARAH, W, & DABABNEH, M. (2011). *Educational Activities and methods of developing them*. Oman: Dar Wael for publishing and distribution.
- ELFIEL, H. (2018). Effect of Instructional Program Based on Outdoor Learning on Developing Creative Intelligence and Life Effectiveness Skills among Art Education Students at Specific Education Faculty Alexandria University. *Journal of the college of education*, (117), 12-73.
- KINJ, A. (2015). Level of participation of students of the Faculty of Education at the University of Damascus in University activities. *Damascus University Journal*, *31*(2), 317- 346.
- MAKAMRAH, K. (2016). Student activities at Hebron University in the light of the views of the students of the college of education. *Palestine Technical University Research Journal*, *4*(1), 39-51.

- ALMARSHOUD, J. (2020). The Relative Contribution of Wisdom Dimensions to Prediction of Mindfulness and Life Effectiveness Skills among Al-Qassim University Female Students. *King Abdul-Aziz University Magazine: literature and humanities*, *28*(9), 1-45.
- MEZU, M. (2014). The educational role of student activities in developing some educational principles for middle school students in Tabuk. *Educational Sciences Journal*, (4), 567-602.
- MUKFAS, A, & SHUSHAN, A. (2017). University Students' practice of Student activities and its relationship to their attitude toward study. *Journal of Social Sciences and Humanities*, *7*(12), 7-29.
- MOUSSA, E, & HAMID, R. (2016). Calendar of educational activities (classroom and extra-curricular) From the viewpoint of Department of Arabic Students In the basic Babylon University College of Education. *Journal of Babylon Center for Humanities*, *6*(4), 143-172.