

أساليب التفكير والممارسات السلوكية الناتجة عن جائحة كورونا لدى طلبة الجامعة (دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تشرين)

د.سهير حلوم¹، د.نورا زهره²

¹مدرسة الإرشاد النفسي - جامعة تشرين -كلية التربية - قسم الإرشاد النفسي.

E-mail:soherhalloumm@gmail.com

²مشرف أعمال - - جامعة تشرين -كلية التربية - قسم المناهج.

E-mail:nourazahra111@gmail.com

المخلص:

هدف البحث الحالي إلى تعرف العلاقة بين أساليب التفكير والممارسات الناتجة عن جائحة كورونا لدى عينة من طلبة جامعة تشرين المؤلفة من (234) طالباً وطالبة. وتعرف الفروق بين أساليب التفكير والممارسات السلوكية وأبعادها تبعاً لمتغيري (الجنس والاختصاص). تم استخدام المنهج الوصفي، وطُبقت استبانتي أساليب التفكير والممارسات السلوكية من إعداد الباحثين وأشارت النتائج إلى:

- وجود علاقة إيجابية بين أساليب التفكير والممارسات السلوكية لدى أفراد العينة.
- وجود فروق بين الجنسين في التفكير الإيجابي والممارسات السلوكية وأبعادها لصالح الإناث بينما لم يوجد فروق بينهما في أسلوب التفكير السلبي.

الكلمات المفتاحية: أساليب التفكير، الممارسات السلوكية، جائحة كورونا.

تاريخ الإيداع: 2022/8/21

تاريخ القبول: 2023/2/6



حقوق النشر: جامعة دمشق -

سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق

النشر بموجب الترخيص

CC BY-NC-SA 04

Styles of thinking and Behavioral Practices through the Corona Pandemic in a sample of university students (A Survey Study on A sample of Tishreen University Students)

Dr. Suhair hallum¹, Dr. Noura Zahra²

¹ Instructor in department of psychological Counseling. Faculty of Education. Tishreen University.

E-Mail: soherhalloumm@gmail.com

¹ Academic Assistant in Curriculum department. Faculty of Education. Tishreen University. E-mail:nourazahra111@gmail.com

Abstract:

The study aimed to identify the relation between styles of thinking and behavioral practices by the Corona Pandemic in a sample of (234) students at Tishreen University. To achieve the objectives of the study, an adapted and a confirmative version of styles of thinking and behavioral practices questionnaire were used, which were written by researchers. The results indicated:

- There was a positive relationship between the degrees of students in styles of thinking and their degrees in behavioral practices.
- There were differences between the mean scores of males and the mean scores of females in a positive thinking style, in behavioral practices, in protective behavioral practices and in time management behavioral practices for female but there was lack of statistically significant difference between them in a negative thinking style and between the mean scores of Applied Faculties Students and the mean scores of Human Faculties Students in the variables of the study.

Key Words: Styles Of Thinking, Behavioral Practices, Corona Pandemic.

Received: 21/8/2022

Accepted: 6/2/2023



Copyright: Damascus University- Syria, The authors retain the copyright under

a CC BY- NC-SA

مقدمة البحث:

للجانِبِ العَقْلِي أثرًا مهمًا في حياتنا اليوميّة، ولا سيما على الصّحة الجسديّة والنفسية وعلى كيفة التعاطي مع مختلف الضغوط والأزمات، التي تعد بعضها كارثية وغير مسبوقة كجائحة كورونا. وتُعد أساليب التفكير من الوسائل المهمة في التعامل مع الجائحة؛ لكونها تسهم في تكوين اعتقاد بإمكانية التغلب عليها، وهذا بدوره ربما يعزز عدداً من الممارسات السلوكية الإيجابية لدى الأفراد وخصوصاً الشباب الذين لا يمتلكون الخبرة الكافية لمواجهة الأزمات المفاجئة؛ بينما أخذ بعضهم الآخر الموضوع بلامبالاة، لكونه تعرض لأزمات كبيرة مثل: أزمة الحرب على سورية، في حين عدّ القسم الآخر الجائحة والعزلة المنزلية المفروضة عليهم حدثاً متعباً، بينما وجد قسم آخر في الحجر فرصة لاستغلاله في الاستعداد لامتحان على الرغم من معاناتهم من الكم الهائل من المحاضرات، ومن المعلومات الخاطئة في قسم منها حول الجائحة، و تزايدت حالات الإصابات والوفيات بهذا الفيروس، وساهم كل ذلك في زيادة حالة الصدمة لدى الناس، وعلى وجه التحديد الطلاب الذين هم في مقتبل العمر. إضافة لذلك كان على الطلاب ضرورة التعامل مع تجربة جديدة ألا وهي التعليم الإلكتروني، والذي شكل لهم صدمة جديدة أخرى تتطلب أساليب تفكير وممارسات سلوكية تتجلى إما بالإيجابية أو السلبية، يضاف إلى هذه الضغوط تضارب المعلومات حول إمكانية العودة إلى الدوام في الجامعة وكيفية إجراء الامتحانات، وانطلاقاً مما سبق، ومن التوجهات الحالية لإجراء الأبحاث حول تأثيرات جائحة كورونا على كافة الأصعدة ومنها التربوية والنفسية، قمنا بإجراء هذا البحث عن أساليب التفكير (إيجابي - سلبي) والممارسات السلوكية الناتجة عن جائحة كورونا لدى عينة من طلبة الجامعة.

مشكلة البحث:

إن ظهور جائحة كورونا بشكل مفاجئ في العالم وفي البيئة السورية على وجه الخصوص المتقلبة بالأزمات التي أرهقت كاهل الناس، خلقت نوعاً من الخوف والارتباك في التفكير والسلوك. ومن خلال عمل الباحثين في الجامعة لوحظ تعدد لأساليب التفكير وطرائق التعامل مع ما حذرت منه منظمة الصحة العالمية في ظل انتشار فيروس كورونا كالمصافحة والاحتكاك المباشر، وازدادت أعداد الإصابة بفيروس كورونا على الصعيد العالمي لتصل إلى 190 مليون منذ بداية جائحة كوفيد 19 (www.who.int). ونظراً لندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي - سلبي) والممارسات السلوكية (الوقائية والتنظيمية للوقت) في ظل جائحة كورونا لدى طلبة الجامعات - في حدود ما اطلعت عليه الباحثان في البيئتين العربية والأجنبية - الأمر الذي دعا لإجراء هذا البحث الذي تتحدد المشكلة فيه بالسؤال التالي:

ما العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي _ سلبي) والممارسات السلوكية في ظل جائحة كورونا لدى عينة من طلبة جامعة تشرين؟

أهمية البحث: تتجلى الأهمية التطبيقية للبحث في الآتي:

1. معرفة العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي _ سلبي) والممارسات السلوكية لدى العينة.
2. يمكن الاستفادة من الأدوات المعدة في البحث الحالي في دراسات نفسية أخرى.
3. يمكن الاعتماد على نتائج هذا البحث في تصميم برامج إرشادية للتدريب على أسلوب التفكير الإيجابي والممارسات السلوكية المناسبة في التعامل مع الأزمات كجائحة كورونا.

أهداف البحث:

1. تعرّف بعض أساليب التفكير (إيجابي- سلبي) لدى عينة البحث.
2. تعرّف بعض الممارسات السلوكية (الوقائية والتنظيمية للوقت) لدى العينة.
3. تعرّف العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي- سلبي) والممارسات السلوكية لدى العينة.
4. تعرّف الفروق في أساليب التفكير (إيجابي- سلبي) والممارسات السلوكية الكلية وأبعادها (الوقائية والتنظيمية للوقت) تبعاً لمتغيري الجنس والاختصاص.

أسئلة البحث:

1. ما أسلوب التفكير (إيجابي-سلبي) السائد لدى أفراد العينة؟
2. ما مستوى أسلوب التفكير الإيجابي لدى عينة البحث؟
3. ما مستوى أسلوب التفكير السلبي لدى عينة البحث؟
4. ما مستوى الممارسات السلوكية الكلية لدى أفراد العينة؟
5. ما مستوى الممارسات السلوكية الوقائية لدى أفراد العينة؟
6. ما مستوى الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت لدى العينة؟
7. ما العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي-سلبي) والممارسات السلوكية لدى العينة؟
8. ما درجة الفروق في التفكير الإيجابي والسلبي والممارسات السلوكية الكلية وأبعادها (الممارسات الوقائية والممارسات التنظيمية للوقت) تبعاً لمتغيري الجنس والاختصاص؟

فرضيات البحث:

1. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات العينة على استبانة أساليب التفكير (إيجابي-سلبي) ودرجاتهم على استبانة الممارسات السلوكية.
2. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في أسلوب التفكير الإيجابي.
3. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في أسلوب التفكير السلبي.
4. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية الكلية.
5. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية الوقائية.
6. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت.
7. لا يوجد فروق بين متوسطات درجات طلبة الكليات التطبيقية ومتوسطات درجات طلبة الكليات الإنسانية في أسلوب التفكير (إيجابي-سلبي) والممارسات السلوكية الكلية والممارسات السلوكية التنظيمية والممارسات السلوكية الوقائية.

منهج البحث: اعتمد البحث المنهج الوصفي، وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (ملحم، 2000، 370).

حدود البحث:

الحدود الموضوعية: دراسة العلاقة بين أساليب التفكير والممارسات السلوكية لدى العينة

الحدود المكانية: كليات (الحقوق، التربية، الاقتصاد، الصيدلة، الطب، طب الأسنان)

الحدود الزمانية: الفصل الأول من العام الدراسي 2021/12/17 حتى 2021/2/20.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

أساليب التفكير: هي الطرائق المفضلة للأفراد في توظيف قدراتهم واكتساب معارفهم وتنظيم أفكارهم، والتعبير عنها بما يتلاءم مع المواقف (العتوم وآخرون، 2009، 34). **وإجرائياً:** هي الطرائق التي يستخدمها الفرد لمعالجة مشكلاته المتعلقة بجائحة كورونا وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على استبانة أساليب التفكير (إيجابي- سلبي).

السلوك: يعد السلوك نوعاً من أنواع النشاطات التي يؤديها الفرد ويمكن ملاحظتها بالأدوات القياسية أو الملاحظة الخارجية (أبو أسعد، 2014، 21) **وإجرائياً:** هو الممارسات السلوكية الوقائية والتنظيمية للوقت ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على استبانة الممارسات السلوكية (الوقائية والتنظيمية للوقت).

الجانب النظري:

مبادئ عامة للسلوك الإنساني: السوك الإنساني هو سلوك مسبب ويوجه تجاه تحقيق هدف محدد، فغرائز الانسان ودوافعه تسبب له حالة عدم إشباع، فتدفعه إلى سلوك معين يؤدي به إلى إشباع الحاجات غير المشبعة. وكذلك سلوك الإنسان، فهو سلوك هادف بطبيعته، سواء أكان هذا الهدف واضحاً له أو غير واضح (ديري & الكسواني، 2009، 57-58).

مقومات السلوك: السلوك الإنساني هو حصيلة التفاعل بين الوراثة والبيئة ويتضمن عامل الوراثة العناصر التي يتلقاها الفرد في شخصيته من والديه أما عامل البيئة فيقصد به المؤثرات التي يتلقاها الفرد منذ بداية تكوينه إلى مماته ويكون مصدرها الوسط الذي يعيش فيه ويمكن القول: إن أهم المتغيرات المتعلقة بالسلوك هي: السن والجنس وخصائص الشخصية والوسط الذي يعيش فيه الفرد والعوامل البيئية المحيطة بالفرد (الياس، 2019، 18).

أساليب التفكير: يفرق علماء النفس بين نوعين من التفكير هما السلبي والإيجابي، إذ يُعرف التفكير الإيجابي بأنه حالة مزاجية إيجابية تنقلها عن نفسك للآخرين تعكس الطريقة التي تنتظر فيها للعالم من حولك (رزوقي & سهيل، 2018، 216). بينما يُعرف التفكير السلبي بأنه التفكير بالمشكلات الماضية أو مشكلات متوقعة بالمستقبل بنظرة تشاؤم أو الحديث مع النفس بطريقة سلبية (المستريحي، 2020، 44).

مسببات التفكير السلبي: من أهم مسبباته البرمجة السابقة التي تتكون من أكثر من 90% من قيمنا من الوالدين والمحيط العائلي في السنوات السبعة الأولى للفرد؛ ثم يأتي دور المحيط الاجتماعي والمدرسة والأصدقاء، وكذلك التعرض للأزمات والصدمات في حياتنا يؤثر على برمجتنا في تحديد أساليب التفكير، بالإضافة إلى عدم وجود أهداف واضحة لدى الفرد (الفاقي، 2007، 175-172).

الطرق التي تساعد على التفكير الإيجابي: تحديد الجوانب التي يمكن تغييرها، وتقييم الذات، بالإضافة إلى اتباع نمط حياة صحي كممارسة الرياضة بانتظام واتباع نظام غذائي صحي. علاوة على ذلك فإن الحديث الإيجابي مع النفس ومخالطة الأشخاص الإيجابيين الذين يمكن الاعتماد عليهم بالنصائح والملاحظات المفيدة يعزز التفكير الإيجابي (عبد الجواد، 2020، 47-48).

العلاقة بين التفكير والسلوك: تعتبر النظرية السلوكية أن التعلم هو بمنزلة التفكير الذي يحدث نتيجة للعلاقة بين المثير والاستجابة؛ فالمثيرات الضمنية والتعزيزية لها دور كبير في تشكيل السلوك (العتوم، 2012، 224)، والتفكير يمكن أن يكون سلوكاً بوصفه استجابة لمثير ما، أو رد فعل، ومن ثم استجابة لأي مثير، فالسلوكيات قسم منها ظاهري وقسم منها داخلي، فيمكن عدّ التفكير سلوكاً داخلياً (قطامي، 2007، 131). ولكي يحدث تغيير في السلوك لا بد أولاً أن تولد أنماط جديدة من التفكير، وهذا يسبقه تأثير إدراك الفرد لمبررات التغيير والمخزون الفكري لديه قد يعزز هذا التأثير (الشاعر، 2015، 212). كما يجب أن نختار أفكاراً إيجابية جديدة ومتكررة، لأن الأفكار المتكررة هي التي ترسخ في السلوك وهذا لا يعني أن الأفكار السلبية المتكررة لا تؤثر فيه ولكن بشكل سلبي (بيفر، 2011، 12).

العلاقة بين جائحة كورونا وأساليب التفكير والممارسات السلوكية: إن ظهور جائحة كورونا أحدث حالة من القلق والحذر في التعاطي معها في ظل الكم الهائل من المعلومات المتضاربة، فخلق هذا الأمر الشك والحيرة في كيفية التصدي لها، و لا سيما في ظل غياب استراتيجية حقيقية للتغلب عليها؛ فلجأ كل فرد إلى طريقته الخاصة، فأثرت الجائحة ليس فقط على أسلوب تفكيره وإنما على تصرفاته وسلوكياته. فالأفكار التي نستخدمها في التركيز على أية مشكلة هي السبب في الأحاسيس و في السلوك والنتائج (الفتحي، 2007، 270)، إذ نجد البعض لم ينظر إلى الجائحة على محمل الجد ويعيش حياته بنفس النمط متجاهلاً كل التحذيرات من خطورة الإصابة حتى في بعض الأحيان نجد أشخاص ينكرون وجود هذه الجائحة أساساً، وبعضهم الآخر تعامل مع الجائحة بحالة من التفاؤل والإيجابية والأمل بأن كل شيء سيمضي وستعود الحياة لطبيعتها.

الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

1. دراسة جميل (2016) في العراق بعنوان: أساليب التفكير الشائعة في ضوء نظرية ستيرنبرغ (السلطة الذاتية العقلية) لدى طلاب الجامعة. هدفت الدراسة معرفة أساليب التفكير الشائعة لدى عينة من طلبة جامعة بغداد وقوامها (333) طالباً وطالبة، وطبق عليهم أساليب التفكير المعدلة لستيرنبرغ وواجنر، وأظهرت النتائج شيوع الأسلوب (الفوضوي والملكي والأقلي)، كما وجدت فروقاً بين الذكور والإناث في الأسلوب القضائي لصالح الإناث وفي الأسلوب العالمي لصالح التخصصات الانسانية وفي المحلي لصالح التخصصات العلمية وفي التحرري لصالح المرحلة الرابعة.

2. دراسة مصلح وحجازي (2021) في فلسطين بعنوان: تأثير جائحة كورونا على السلوكيات الاجتماعية والانفعالية والصحية والتكنولوجية والاقتصادية لدى طلبة الجامعات في محافظة الضفة الغربية. هدفت الدراسة معرفة تأثير جائحة كورونا في السلوكيات الاجتماعية والانفعالية والصحية والتكنولوجية والاقتصادية لدى عينة من طلبة الجامعات في محافظة الضفة الغربية ودراسة الفروق وفقاً للجنس ومكان السكن والمستوى التعليمي والمعدل الأكاديمي والدخل الشهري للأسرة. تكونت العينة من (451.1) طالباً وطالبة، وتم استخدام مقياسين من إعدادهما وأظهرت النتائج وجود تأثير للجائحة بنسبة (25.9%) على السلوكيات الاجتماعية والانفعالية، و (25.8%) على السلوكيات الصحية، و (24.5%) على السلوكيات الاقتصادية و (23.6%) في السلوكيات

التكنولوجية، بينما لم توجد فروقاً تعزى لمتغيرات (الجنس، مكان السكن، المستوى التعليمي، المعدل الأكاديمي، الدخل الشهري للأسرة).

الدراسات الأجنبية:

1. دراسة موراليس رودريغيز (Morales-Rodriguez,2021) في إسبانيا:

Fear, Stress, Resilience and Coping Strategies during COVID-19 in Spanish University Students.

الخوف والضغط والمرونة وأساليب المواجهة خلال كوفيد 19 لطلاب الجامعة الإسبانية

هدفت الدراسة معرفة العلاقة بين الخوف من كوفيد (19) والضغط منه والضغط التكنولوجي لطلاب الجامعة ومرونتهم وتقدير الذات واستراتيجيات المواجهة. ولتحقيق أغراض الدراسة سحبت عينة من (180) طالب، واستخدم الباحث سبعة بنود لقياس الخوف، بينما قيس الضغط باستخدام نسخة معدلة من مقياس كوهين، وقيس الضغط التكنولوجي باستخدام أداة مختصرة مؤلفة من أحد عشر بنداً ولها ثلاثة مقاييس فرعية وهي (الضغط الزائد التكنولوجي، الغزو التكنولوجي، التعقيد التكنولوجي) وقيست المرونة باستخدام نسخة واكنيلد وقيس تقدير الذات بنسخة روزينبرغ، أظهرت النتائج وجود علاقة بين الخوف من كوفيد 19 والضغط منه والضغط التكنولوجي. كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الخوف واستخدام استراتيجيات المواجهة وإعادة الإدراك.

2. دراسة أوليمات وآخرون (etal,Olaimat, 2020) في الأردن:

Attitudes,Anxiety, and Behavioral Practices Regarding COVID-19 among University Students in Jordan: A Cross-Sectional Study

الاتجاهات والقلق والممارسات السلوكية المتعلقة بكوفيد (19) لطلاب الجامعة في الأردن: دراسة عرضية. هدفت الدراسة تعرف العلاقة بين الاتجاهات، والقلق، والممارسات السلوكية المتعلقة بجائحة كورونا في الأردن. وتكونت العينة من (2083) طالبا وطالبة، وبينت النتائج أن الاتجاهات إيجابية، وأن حوالي (69.1%) من الطلبة أظهروا اتجاهات إيجابية نحو خطورة كوفيد، وكانت ممارسات الحد من الخطر ضعيفة بلغت (67،6%) لمنع الإصابة بكوفيد (19) وتضمنت استخدام التباعد الاجتماعي، والنظافة الجيدة بينما أظهر (24.4%) من الطلبة اتجاهات متوسطة بنسبة (6.5%). وتبين أن الطالبات الأكبر سناً، استخدموا نظافة مناسبة وسلوكيات التباعد الاجتماعي نحو كوفيد (19)، بشكل أكبر.

التعقيب على الدراسات السابقة: إن استقراء نتائج الدراسات السابقة يشير إلى ما يلي:

1. عدم وجود دراسات تناولت العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي-سلب) والممارسات السلوكية في ظل جائحة كورونا لدى عينة من طلبة الجامعة في الدراسات العربية والأجنبية.

2. يتشابه البحث الحالي مع دراسة مصلح وحجازي (2021) في العينة ومتغير السلوك وفي تأثير الجائحة على السلوك كما يتشابه مع دراسة (Olaimat,etal,2020) في الممارسات السلوكية المتعلقة بالجائحة.

3. يتميز البحث الحالي عن الدراسات السابقة في تناوله العلاقة بين أساليب التفكير (إيجابي-سلب) والممارسات السلوكية ودراسة الفروق تبعاً للجنس والاختصاص.

الإطار الميداني:

مجتمع البحث وعينته: يتكون المجتمع الأصلي من جميع طلبة السنة الرابعة والخامسة في جامعة تشرين في الكليات النظرية والتطبيقية، والبالغ عددهم (15723) حسب إحصائية مركز الباسل للحاسوب. وسحبت العينة المقصودة بطريقة عشوائية بسيطة وتكونت من (234) طالبا وطالبة، منهم (70) من الذكور و(164) من الإناث. انظر الجدول (1):

الجدول (1) يوضح توزيع العينة وفق سنوات الدراسة والاختصاص

الكلية	الحقوق	التربية	الاقتصاد	الصيدلة	الطب	طب الأسنان
السنة الرابعة	55	30	12	-	-	-
السنة الخامسة	-	74	7	16	20	20

أدوات البحث:

1- استبانة أساليب التفكير: بعد الاطلاع على أدبيات البحث ودراساته سابقة، أعدت الباحثتان استبانة أساليب التفكير مكونة في صورتها الأولية من (16) بنداً متدرجة بخمسة مستويات (موافق بشدة، موافق، موافق إلى حد ما، غير موافق، غير موافق بشدة). وقيمت المتوسطات الحسابية في ضوء الإجراءات التالية:

- المدى = الدرجة العظمى - الدرجة الدنيا أي 5-1=4

- طول الفئة = المدى ÷ عدد الخيارات: أي 4 ÷ 5 = 0.80

- الوزن النسبي = (المتوسط الحسابي للإجابة عن البند ÷ 5) × 100

الجدول (2): المعايير المتعمدة لتقييم المتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة عن بنود الاستبانة.

الفئة	1.80-1	2.60-1.81	3.40-2.61	4.20-3.41	5-4.20
التقييم	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	مرتفعة	مرتفعة جدا

كما حسبت كلا من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لاستجابة عينة البحث على استبانة أساليب التفكير (إيجابي-سلبى).

الجدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لاستجابة عينة البحث على استبانة أساليب التفكير (إيجابي- سلبى)

البنود	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	التفسير
1- أسيطر على الأفكار السلبية حول جائحة كورونا	3.68	1.152	73.6%	مرتفعة
2- أنا متفائل بانتهاء جائحة كورونا قريبا	3.72	1.197	74.4%	مرتفعة
3- حصول على المعلومات الموثوقة حول كورونا خفف من توتري	3.50	1.120	70%	مرتفعة
4- أصحح الأفكار الخاطئة لدى الآخرين عن كورونا	3.69	1.034	73.8%	مرتفعة
5- أخفف من مخاوف الآخرين غير المنطقية من كورونا	3.77	1.033	75.4%	مرتفعة
6- أعتقد أنه من الممكن التغلب على كل الآثار السلبية المتعلقة بجائحة كورونا	3.73	1.049	74.6%	مرتفعة
7- خططت بشكل أفضل لمستقبلي خلال فترة الحجر الصحي	3.39	1.173	67.8%	متوسطة
8- أدركت قيمة الحياة بشكل أعمق خلال فترة الحجر الصحي	3.79	1.201	75.8%	مرتفعة
9- أدركت أهمية العلاقات الاجتماعية في فترة الحجر الصحي	3.86	1.153	77.2%	مرتفعة
10- أعتقد أن بعض الأشخاص بالغوا في الخوف من كورونا	4	1.072	80%	مرتفعة
11- أخاف من الإصابة بالكورونا	3.10	1.310	62%	متوسطة

متوسطة	62.4%	1.308	3.12	12-يزداد خوفي عند معرفتي بإصابات جديدة بكورونا في سورية
قليلة	44.6%	1.290	2.23	13-أفضل الرسوب على أن أذهب للجامعة خشية الإصابة بفيروس كورونا
متوسطة	53%	1.282	2.65	14-أعتقد أنني سأفقد بعض الأقارب نتيجة الكورونا
مرتفعة	73.6%	1.260	3.68	15-أدركت قيمة الوقت بشكل أفضل بعد ظهور كورونا
قليلة	48.4%	1.311	2.42	16-أنظر بنشأوم للمستقبل بسبب جائحة كورونا

يثبت من الجدول (3) أن البنود كلها جاءت بدرجة مرتفعة باستثناء البنود (7-11-12-14) كانت متوسطة بينما البندين (13-16) جاءا بدرجة قليلة لان معظم الطلاب الذين التزموا بالدوام بعد فترة الحجر الصحي حثتهم أفكارهم الإيجابية للدوام بالمقابل تفسر نتيجة البند (7) لكون أغلب الطلاب لا يميلون لوضع خطة لمستقبلهم لكونه مجهول والبند (11) لكونه يتعلق بالتفكير السلبي ومعظمهم لديهم تفكير إيجابي وهذا ما جعلهم يلتزمون بالدوام أو لأنهم لا يخافون بشكل مبالغ فيه لأنه غير مقبول اجتماعيا أو لأنهم فعلا لا يخافون لكثرة الصدمات التي عانوها ، بينما نتيجة البند (12) يمكن تفسيرها لأن الخوف يتعلق بعدد الإصابات بينما يفسر البند (14) بسبب تزايد عدد الإصابات والوفيات يوميا ويفسر البند (13) بأن الذين التزموا بالدوام لديهم الرغبة والاهتمام الكافيان لتحقيق النجاح.

2- استبانة الممارسات السلوكية: وهي من إعداد الباحثين وتكونت النسخة الأولية من (12) بنداً، ولها خمسة خيارات (موافق بشدة، موافق، موافق إلى حد ما، غير موافق، غير موافق بشدة). انظر الجدول (4).

الجدول(4): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لاستجابة عينة البحث على استبانة الممارسات السلوكية (الوقائية والتنظيمية للوقت)

البنود	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	التفسير
1- ألتزم بالتعليمات الوقائية تجنباً للإصابة بفيروس كورونا	3.74	1.082	74.8%	مرتفع
2- وفر الحجر الصحي فرصة أكبر للقيام بواجباتي الجامعية(كدراسة المحاضرات)	3.08	1.287	61.6%	متوسط
3- أستطيع تخصيص وقت أكبر للتحضير للامتحان بعد اختصار زمن المحاضرات في ظل جائحة كورونا	3.57	1.066	71.4%	مرتفع
4- أحرص على حضور المحاضرات رغم انتشار كورونا	3.46	1.167	69.2%	مرتفع
5- استفدت من فترة الحجر الصحي في تعلم أشياء جديدة	3.62	1.201	72.4%	مرتفع
6- وضعت خلال فترة الحجر خطط لأهداف أرغب بتحقيقها	3.46	1.172	69.2%	مرتفع
7- تعلمت عادات صحية جديدة بعد انتشار فيروس كورونا	3.87	1.134	77.4%	مرتفع
8- إن التواصل الافتراضي مع الآخرين ساهم في التخفيف من العزلة الاجتماعية أثناء الحجر	3.70	1.110	74%	مرتفع
9- أعطى الحجر الصحي فرصة أكبر للتواصل مع أفراد أسرتي	3.57	1.177	71.4%	مرتفع
10-أتجنب الاختلاط مع الآخرين تجنباً للإصابة بفيروس كورونا	3.29	1.118	65.8%	متوسط
11-أتجنب المصافحة عند لقاء الأشخاص بسبب فيروس كورونا	3.37	1.269	67.5%	متوسط
12- أتابع باستمرار المستجدات حول فيروس كورونا	3.43	1.192	68.6%	مرتفع

يلاحظ من الجدول أعلاه كل البنود جاءت بدرجة مرتفعة وهذه نتيجة منطقية لكون التفكير الإيجابي ينجم عنه ممارسات سلوكية مناسبة باستثناء البنود (2-10-11)، إذ تعود النتيجة في البند (2) لكون أن الحجر أعطى فرصة أكبر لكن بالمقابل شعر بعض الطلاب بحالة من الملل أو لأنهم قلقون من القرارات التي يمكن أن تتخذ جعلتهم لا يهتمون بالدراسة كثيرا وإنما بمتابعة المستجدات

المتعلقة بالجائحة وبفسر البند (10) لكون البعض لم يعتاد على الحجر الصحي والاجراءات الاحترازية أو شعر بالوحدة وعمد للتفاعل مع الآخرين أما البند (11) ربما لكون البعض لا يزال يشك في احتمال انتقال العدوى عن طريق المصافحة.

- العينة الاستطلاعية: عرضت أدوات البحث في صورتها الأولية على عشرة محكمين من أعضاء الهيئة التدريسية المتخصصين في كلية التربية في جامعة تشرين وبناء على اقتراحاتهم تم التعديل وأصبحت الأدوات (28) بندا منها (16) لقياس أساليب التفكير، و(12) لقياس الممارسات السلوكية، ثم طبقت على عينة استطلاعية مكونة (30) طالباً من مختلف الكليات وسحبت بطريقة عشوائية (ممن لم يدخلوا في عينة البحث الأساسية)، وممن حضروا المحاضرات بعد فترة الحجر الصحي، للتأكد من وضوح البنود وصدقها الظاهري، وكان معامل ثبات استبانة أساليب التفكير وفق طريقة كرومباخ ألفا (0.65)، بينما معامل الثبات لاستبانة الممارسات السلوكية كان (0.74).

صدق وثبات أدوات البحث:

أولاً- الصدق:

- الصدق الظاهري: عرضت أدوات البحث على عشرة محكمين من أعضاء الهيئة التدريسية من كلية التربية في جامعة تشرين وعدلت بناء على اقتراحاتهم.

- صدق البناء الداخلي:

1. صدق البناء الداخلي لاستبانة أساليب التفكير: حسب باستخدام معامل سبيرمان

الجدول(5): معاملات الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لاستبانة أساليب التفكير وكل بند من بنوده

البنود	معامل سبيرمان	قيمة الاحتمال الارتباطية	القرار
البند (1)	0.415**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (2)	0.402**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (3)	0.453**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (4)	0.400**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (5)	0.502**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (6)	0.394**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (7)	0.339**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (8)	0.399**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (9)	0.414**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (10)	0.364**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (11)	-0.279**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (12)	-0.248**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (13)	-0.424**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (14)	-0.408**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (15)	0.257**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01
البند (16)	-0.472**	0.000	دال عند مستوى دلالة 0.01

2. صدق البناء الداخلي لاستبانة الممارسات السلوكية: استخدم أيضا معامل سبيرمان

الجدول(6): معاملات الارتباط سبيرمان بين الدرجة الكلية لاستبانة الممارسات السلوكية وكل بند من بنوده

البند	معامل سبيرمان	قيمة الاحتمال الارتباطية	القرار
البند (1)	0.661**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (2)	0.399**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (3)	0.473**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (4)	0.375**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (5)	0.462**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (6)	0.396**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (7)	0.560**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (8)	0.410**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (9)	0.551**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (10)	0.697**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (11)	0.601**	0.000	دال عند مستوى 0.01
البند (12)	0.542**	0.000	دال عند مستوى 0.01

ثانياً- الثبات: اعتمدت طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) وطريقة التجزئة النصفية (Split-Half Method) للتحقق من ثبات الأدوات كما هو مبين في الجدول (7):

الجدول(7): معاملات الثبات كرونباخ ألفا ومعامل سبيرمان براون وجتمان لكل من أساليب التفكير والممارسات السلوكية

أساليب التفكير	معامل ألفا كرونباخ	معامل سبيرمان براون	معامل جتمان
أساليب التفكير	0.691	0.635	0.634
الممارسات السلوكية	0.783	0.814	0.808

إجراءات البحث:

التحقق من توزع العينة: أظهر اختبار كولموجوروف سميرنوف (Kolmogorv-Smirnov Test) أن استبانة أساليب التفكير واستبانة الممارسات السلوكية توزيعهما غير طبيعي لكون كل مستويات الدلالة الإحصائية أقل من 0.05.

الجدول (8): اختبار كولموجوروف سميرنوف

أساليب التفكير	DF	Stat	Sig
التفكير الإيجابي	234	0.088	.000
التفكير السلبي	234	0.073	0.011
الممارسات السلوكية الكلية	234	0.065	0.028
الممارسات السلوكية الوقائية	234	0.076	0.004
الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت	234	0.099	0.004

نتائج البحث ومناقشتها:

1. ما أسلوب التفكير (إيجابي - سلبي) السائد لدى العينة؟ تم استخدام اختبار (T) لعينة واحدة بعد اعتبار المتوسط الفرضي = (الدرجة الأعلى للمقياس + الدرجة الدنيا للمقياس) ÷ 2 = 48. كما تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول(9): اختبار (T) لعينة واحدة

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	القرار
أساليب التفكير	234	56.089	40	8.297	29.663	.000	دال إحصائيا

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة (T) بلغت (29.663) عند مستوى دلالة (.000) وهي أقل من (P=0.05) أي أن الاختبار دال إحصائيا أي أن أغلب أفراد العينة يتسمون بالتفكير الإيجابي وتختلف هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (عبيد، 2019) التي أظهرت وجود تفكير سلبي وربما يرجع السبب لان القسم الأكبر اعتبر أن الجائحة يمكن مواجهتها بأساليب ناجحة كاستخدام الكمامة والتعقيم وهذا جعلهم يشعرون بالارتياح النفسي نوعا ما ويمكن اعتبار المتوسط الحسابي (56.089) هو قيمة حدية أي أن الطلاب الذين درجاتهم أعلى من المتوسط يتمتعون بتفكير إيجابي أما الذين درجاتهم أقل من المتوسط فتفكيرهم سلبي.

2. ما مستوى أسلوب التفكير الإيجابي لدى عينة البحث؟

الجدول(10): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات العينة على استبانة أسلوب التفكير الإيجابي

المستوى	العدد	%	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أدنى قيمة	أعلى قيمة	المدى
منخفض	3	1.282%	4.358	16	11	19	8
أقل من المتوسط	36	15.384%	2.856	29.194	23	33	10
أعلى من المتوسط	130	55.555%	2.929	39.607	34	44	10
مرتفع	65	27.777%	2.634	47.538	45	55	10
كلي	234	100%	7.030	39.906	11	55	44

يلاحظ من الجدول (10) أن أغلب العينة لديهم تفكير إيجابي أعلى من المتوسط وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (بوزاد & علة، 2019) التي أشارت لوجود مستوى مرتفع ربما يعود السبب لشفاء بعض الإصابات أو نوعا ما تفاؤلا ناهيك عن العزل لها عزز الشعور بالأمان لكن استمر الحذر وكان مستوى التفكير أعلى من المتوسط ولكن ليس مرتفعا.

3. ما مستوى أسلوب التفكير السلبي لدى عينة البحث؟

الجدول (11): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات العينة على استبانة أسلوب التفكير السلبي

المدى	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	العدد	المستوى
5	10	5	8	1.736	27.350%	64	منخفض
4	15	11	12.860	1.448	36.752%	86	أقل من المتوسط
4	20	16	17.703	1.421	29.487%	69	أعلى من المتوسط
4	25	21	22.400	1.404	6.410%	15	مرتفع
20	25	5	13.299	4.708	100%	234	كلي

يظهر الجدول (11) وجود مستوى أقل من المتوسط في التفكير السلبي تعزو الباحثان النتيجة إلى أن قسم من العينة يفكرون بشكل سلبي لتأثرهم بالمعطيات اليومية من عدد الإصابات والوفيات وحالة الغموض المتعلقة بالقرارات المختلفة التي قد يتم اتخاذها.

4. ما مستوى الممارسات السلوكية لدى العينة؟

الجدول (12): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات العينة على استبانة الممارسات السلوكية

المدى	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط	الانحراف المعياري	%	العدد	المستوى
8	24	16	22.250	2.866	3.418%	8	منخفض
11	36	25	32.348	3.131	18.376%	43	أقل من المتوسط
11	48	37	42.269	3.234	61.965%	145	أعلى من المتوسط
10	59	49	52.894	2.758	16.239%	38	مرتفع
43	59	16	41.487	7.707	100%	234	كلي

يلاحظ من الجدول أعلاه وجود مستوى أعلى من المتوسط في الممارسات السلوكية وهذه النتيجة مختلفة مع دراسة (Olimat,etal,2020) قد يعود السبب للتحذيرات شبه اليومية عن هذه الجائحة كسرعة انتقال الفيروس فترجمت في السلوك كإجراء وقائي.

5. ما مستوى الممارسات السلوكية الوقائية لدى العينة؟

الجدول (13): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات العينة على استبانة الممارسات السلوكية الوقائية

المدى	أدنى قيمة	أعلى قيمة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	العدد	المستوى
5	5	10	8.800	1.424	6.410%	15	منخفض
4	15	11	13.861	1.344	27.777%	65	أقل من المتوسط
4	20	16	17.766	1.386	40.170%	94	أعلى من المتوسط
4	25	21	22.600	1.475	25.641%	60	مرتفع
20	25	5	17.346	4.147	100%	234	كلي

يظهر الجدول أعلاه وجود مستوى أعلى من المتوسط في الممارسات السلوكية الوقائية تعزى هذه النتيجة لكون التدابير الصحية على المستوى المحلي كضعف الرعاية الصحية للمصابين لا تكفي لمواجهة خطر الإصابة فأصبح الطلاب أكثر ميلا لسلوكيات وقائية.

6. ما مستوى الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت؟

الجدول (14): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات العينة على استبانة الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت

المدى	أدنى قيمة	أعلى قيمة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	العدد	المستوى	الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت
2	14	12	12.833	.983	2.564%	6	منخفض	
6	21	15	19.263	1.575	24.358%	57	أقل من المتوسط	
6	28	22	25.110	1.848	58.119%	136	أعلى من المتوسط	
6	35	29	30.970	1.992	14.529%	34	مرتفع	
29	35	6	24.141	4.586	100%	234	كلي	

يظهر الجدول أن الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت أعلى من المتوسط قد تعزى هذه النتيجة إلى أن معظم أفراد العينة مقتنعين بضرورة استغلال الوقت في ظل الضغوطات النفسية والتعليمية مع بقاء هاجس العودة للدوام والدراسة مستمرين فعمدوا لتنظيم وقتهم. الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة أساليب التفكير (إيجابي - سلبي) ودرجاتهم على استبانة الممارسات السلوكية الكلية.

الجدول (15): معامل الارتباط سبيرمان بين درجات عينة البحث على كل من أساليب التفكير (الإيجابي - السلبي) والممارسات السلوكية الكلية

القرار	قيمة الاحتمال الارتباطية	قيمة معامل الارتباط	
دال	.000	0.697**	الممارسات السلوكية
			التفكير الإيجابي
دال	.000	-0.299**	الممارسات السلوكية
			التفكير السلبي

** معامل ارتباط ذي دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01).

أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة الممارسات السلوكية الكلية ودرجاتهم على استبانة التفكير الإيجابي وبلغت قيمتها (**0.697) عند مستوى دلالة إحصائية (0.000). كما وجدت علاقة ارتباطية سلبية بين درجات أفراد العينة على استبانة الممارسات السلوكية الكلية ودرجاتهم على استبانة التفكير السلبي وبلغت قيمتها (**-0.299) عند مستوى دلالة (0.000). ويعود السبب لكون التفكير يؤثر على السلوك فإذا كان إيجابيا كان السلوك كذلك والعكس صحيح (قلعه جي، 2021، 38) فالتصورات الذهنية للطالب كثقته بقدرته على مواجهة الجائحة شجعت على الالتزام بممارسات صحية بينما إذا كانت الأفكار سلبية فتظهر في عدم اتخاذ إجراءات سلوكية.

الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في أسلوب التفكير الإيجابي.

الجدول (16): معامل (مان وتني) للفرق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في أسلوب التفكير الإيجابي

معامل مان وتني						أسلوب التفكير الإيجابي
القرار	مان وتني	مستوى الدلالة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
دال إحصائيا	4595.500	0.016	7080.50	101.15	70 ذكر	
			20414.50	124.48	164 أنثى	

يلاحظ من الجدول: أن معامل (مان-وتني) هو ($U=4595.500$) دال إحصائيا عند مستوى دلالة ($P=0.016$) أي يوجد فرق بينهما لصالح الإناث وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (علة & بوزاد، 2016) ربما لكون الذكر يتحمل مسؤوليات أكثر من خلال التنشئة الاجتماعية وهذا يعرضه للتوترات فينأثر تفكيره سلبيا حول مختلف الامور ومنها الجائحة

الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في أسلوب التفكير السلبي.

الجدول (17): معامل (مان وتني) للفرق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في أسلوب التفكير السلبي

معامل مان وتني						أسلوب التفكير السلبي
القرار	مان وتني	مستوى الدلالة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
غير دال إحصائيا	5326	0.382	7811	111.59	70 ذكر	
			19684	120.02	164 أنثى	

يلاحظ من الجدول: ان معامل (مان-وتني) هو ($U=5326$) غير دال إحصائيا عند مستوى دلالة ($P=0.382$) أي لا يوجد فرق بين الجنسين وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عبيد (2019) ربما لتشابه المعلومات حول إمكانية الإصابة والشفاء ونسبة الوفيات يضاف لذلك المعلومات المتبادلة فيما بينهم والخبرات اليومية المتشابهة كفرض الحجر الصحي.

الفرضية الرابعة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على استبانة الممارسات السلوكية.

الجدول (16): يوضح معامل (مان وتني) للفرق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية

معامل مان وتني						الممارسات السلوكية
القرار	مان وتني	مستوى الدلالة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
دال إحصائيا	4296	0.002	6781	96.87	70 ذكر	
			20714	126.30	164 أنثى	

يلاحظ من الجدول: أن معامل (مان-وتني) هو ($U=4296$) دال إحصائياً عند مستوى دلالة ($P=0.002$)، أي يوجد فرق لصالح الإناث وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Alves,etal,2020) ربما يعود السبب للتنشئة الاجتماعية التي تعتبر الأنثى مسؤولة عن الأعمال البيئية لذلك هي أكثر حرصاً منه على صحتها لتستطيع القيام بمهامها الأسرية ولحمايتهم من الإصابة. الفرضية الخامسة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية الوقائية.

يلاحظ من الجدول (17) أن معامل (مان-وتني) هو ($U=4625.500$) دال إحصائياً عند مستوى دلالة ($P=0.018$) أي يوجد فرق بينهما لصالح الإناث وربما يعود السبب لكونها تلتزم أكثر من الذكر انطلاقاً من حسها بالمسؤولية تجاه الآخرين تقادياً لحدوث الإصابة لكونها أكثر قدرة على التحمل وحمل مسؤوليات التربية والعناية بالمريض (حدبة، 2021، 59) كما أن التنشئة الاجتماعية في المجتمعات العربية تفرض على الأنثى الالتزام بالأنظمة السائدة.

الجدول (17): معامل (مان وتني) للفرق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية الوقائية

معامل مان وتني (Mann Whitney U)						الممارسات السلوكية الوقائية
القرار	مان وتني	مستوى الدلالة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
دال إحصائياً	4625.500	0.018	7110.50	101.58	70 ذكر	
			20384.50	124.30	164 أنثى	

الفرضية السادسة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت:

الجدول (18): معامل مان وتني للفرق بين متوسط درجات الذكور والإناث في الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت

معامل مان وتني (Mann Whitney U)						الممارسات السلوكية التنظيمية للوقت
القرار	مان وتني	مستوى الدلالة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
دال إحصائياً	4372.500	.004	6857.50	97.96	70 ذكر	
			20637.50	125.84	164 أنثى	

يلاحظ من الجدول أعلاه وجود فرق لصالح الإناث ربما يعود السبب لكون الأنثى أميل إلى تنظيم الوقت بشكل عام لكونها مسؤولة عن الأعمال المنزلية مقارنة بالذكر ولطبيعة التربية الأسرية للأنثى تحتم عليها البقاء في البيت أكثر من الذكر فتستغل الوقت في الدراسة

الفرضية السابعة: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة الكليات التطبيقية ومتوسطات درجات طلبة الكليات الإنسانية في أساليب التفكير (إيجابي-سلبى) والممارسات السلوكية الكلية وأبعادها (الممارسات السلوكية الوقائية والتنظيمية). للتحقق من صحة هذه الفرضية تم اعتماد معامل مان وتني. انظر الجدول (19).

الجدول (19): معامل (مان وتني): يوضح الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في أساليب التفكير (إيجابي-سلبى) والممارسات السلوكية الكلية وأبعادها (الممارسات السلوكية الوقائية والتنظيمية)

معامل مان وتني (Mann Whitney U)					
القرار	مان وتني	مستوى الدلالة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد
غير دال	5546	0.388	8396	111.95	75 الكليات التطبيقية
			19099	120.12	159 الكليات الإنسانية
غير دال	5774.500	0.697	9000.50	120.01	75 الكليات التطبيقية
			18494.50	116.32	159 الكليات الإنسانية
غير دال	5142	0.089	7992	106.56	75 الكليات التطبيقية
			19503	122.66	159 الكليات الإنسانية
غير دال	5286.500	0.161	8136.50	108.49	75 الكليات التطبيقية
			19358.50	121.75	159 الكليات الإنسانية
غير دال	5077.500	0.066	7927.50	105.70	75 الكليات التطبيقية
			19567.50	123.07	159 الكليات الإنسانية

يظهر الجدول أعلاه عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في التفكير الإيجابي والسلبى والممارسات السلوكية الكلية (الوقائية والتنظيمية للوقت) وربما يعود السبب لكون التفكير والسلوك يتعلقان بالثنائية والخبرات الشخصية والمعلومات التي يحصل عليها الطالب من وسائل الإعلام المختلفة عن الجائحة وليس لهما علاقة بالاختصاص.

المقترحات:

1. العمل على تعزيز الوعي الصحي لمخاطر جائحة كورونا بشكل ممنهج ومنظم.
2. اتخاذ الإجراءات الوقائية قبل تفشي جائحة كورونا.
3. التعاون بين مختلف مؤسسات الدولة لضمان التزام الأفراد بإجراءات الوقاية.
4. إقامة ورشات تدريبية في الجامعات للتدريب على مختلف الممارسات السلوكية الناجحة
5. إقامة مراكز إرشادية في الجامعات وتفعيل دورها فيما يتعلق بالجائحات.

التمويل:

هذا البحث ممول من جامعة دمشق وفق رقم التمويل (501100020595).

Funding:

this research is funded by Damascus university – funder No. (501100020595).

المراجع:

1. أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2014). تعديل السلوك الإنساني النظرية والتطبيق. الطبعة الثانية، الأردن، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
2. إلياس، طارق. (2019). الاستحواد العاطفي. مركز الخبرات المهنية للإدارة.
3. بدران، إبراهيم. (2020). "آثار جائحة كورونا على قطاع التعليم". مقابسات حضارية، المجلد (4)، العدد (1)
4. تحالف ميثاق الشباب في العمل الانساني. (2020)، "فيروس كورونا(كوفيد-19) العمل مع الشباب ومن أجلهم "
5. جميل، بيداء هاشم. (2016). "أساليب التفكير الشائعة في ضوء نظرية ستيرنبرغ (السلطة الذاتية العقلية) لدى طلاب الجامعة. جامعة بغداد مركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية، المجلد(2016)، العدد(22)، ص1-35.
6. حدبا، عزام. (2021). هو وهي خواطر حول الرجال والنساء، الطبعة الأولى، القمة للطباعة والدعاية والإعلان.
7. ديري، زاهد محمد& الكسواني، سعادة راغب. (2009). إدارة العنصر البشري في منظمات الأعمال الحديث. الطبعة الأولى، دار كنوز المعرفة العلمية للنشر والتوزيع.
8. رزوقي، رعد& سهيل، جميلة. (2018). التفكير وأنماطه. دار الكتب العلمية
9. الشاعر، عبد الرحمن بن إبراهيم. (2015). مواقع التواصل الاجتماعي والسلوك الإنساني. الطبعة الأولى، الأردن، عمان، دار الصفاء للنشر والتوزيع.
10. عبد الجواد، شريف سعيد. (2020). اعرف ذاتك.
11. عبيد، إنعام مجيد. (2019). التفكير السلبي والإيجابي لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث النفسي، مجلد30، (3)
12. علة، عيشة&بوزاك، نعيمة. (2016). التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط. مجلة العلوم النفسية والتربوية، مجلد3(2)، 124-149
13. العتوم، عدنان يوسف. (2012). علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق. الطبعة الثالثة، الأردن، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
14. الفقي، إبراهيم. (2007). قوة التفكير. شركات الدكتور إبراهيم الفقي للتنمية البشرية.
15. فيرا، بيفر. (2011). التفكير الإيجابي. الطبعة الثامنة، السعودية، الرياض، مكتبة جرير.
16. قلعه جي، محمد نبال. (2021). لا نتمنى أبدا التغيير .
17. قطامي، يوسف. (2007). تعليم التفكير لجميع الأطفال، الطبعة الأولى، الأردن، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
18. المستريحي، حسني حمد. (2021). حالتي النفسي سيئة جدا، عمان.

19. مصلح، تمارا عيسى & حجازي، جولتان حسن. (2021). تأثير جائحة كورونا على السلوكيات الاجتماعية والانفعالية والصحية والتكنولوجية والاقتصادية لدى طلبة الجامعات في محافظة الضفة الغربية، مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية، المجلد (4)، العدد (43).
20. ملحم، سامي محمد. (2002). مناهج البحث في التربية وعلم النفس، الطبعة الأولى، الأردن، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.

21. Alves,R.F.,Samorinha,C,&Precioso,J.(2020)."Knowledge attitudes and preventive behaviors toward COVID-19. a study among higher education students in Portugal". Journal of Health Research,35(4),318-328.
22. Morales-Rodriguez,F.M (2021)"Fear, Stress, Resilience and Coping Strategies during COVID-19 in Spanish University Students".Sustainability,13(5824)
23. Olaimat,A.N.,Aolyamat,I.,Elsahoryi,N.,Shahbaz,H.M.,&Holley,R.A.(2020)."Attitudes,Anxiety, and Behavioral Practices Regarding COVID-19 among University Students in Jordan: A Cross-Sectional Study". The American Society of Tropical Medicine and Hygiene,103(3),1177-1183