



## שם הקורס

ד"ר סארה אבו-כף

קורס ב.א. סמסטר ב 2018-2019, יום ד, שעות 14-16

קוד קורס: 0-172-1-165



### הקורס – תיאור ומטרות

מטרת הקורס הינה לסקור בפני הסטודנטים ספרות מחקרית עדכנית בנושאים של התמודדות והסתגלות בקרב סטודנטים שלומדים במוסדות להשכלה גבוהה. במהלך הקורס יוצגו גורמים של מצוקה וסטריס בקרב סטודנטים, משאבי התמודדות והשלכותיהם על מצוקה והסתגלות בקרב אוכלוסייה זו. כמו כן, יודגש תפקידה של התרבות כגורם משמעותי בהבנת ההתמודדות וההסתגלות של סטודנטים שמגיעים מרקעים תרבותיים לא מערביים. במהלך הקורס הסטודנטים יידרשו לבחור קבוצה ייחודית של סטודנטים (ליקויי למידה, מבוגרים, נשים בהריון, עולים, שייכים למיעוטים אתניים) ולבחון את גורמי הלחץ השונים בקרב קבוצה זו, אופן התמודדותה והסתגלותה. הסטודנט יידרש לאסוף נתונים אלו ( באמצעות ראיונות) ולהציג ממצאים ומסקנות בפניי עמיתיהם בכיתה.

### מיומנויות שיירכשו במהלך הקורס

- זיהוי קבוצות ייחודיות/פגיעות של סטודנטים .
- שיום והגדרה של מושגים שנוגעים לגורמי לחץ, התמודדות והסתגלות של סטודנטים.
- ליישם מושגים אלו בהקשר של קבוצה ייחודית/פגיעה בתוך המוסד האקדמי בישראל.
- לבנות פרוטוקול ראיון-רשימת שאלות מנחות לראיון עם דמות מתוך הקבוצה הייחודית.
- להציג את עיקר הממצאים, ההבנות והלמידה בפני הכיתה ( לא חובה אך מזכה ב-5 נקודות בonus).

## מטלות הקורס

**בקורס נחוצה השתתפות פעילה של הסטודנטים/ות, קריאה שוטפת של החומר ונוכחות בשיעורים.**

- נוכחות והשתתפות פעילה- 10%
- שני ראיונות- 20%
- עבודה מסכמת- 70% ( תאריך ההגשה 31-7-2019 )
- סטודנטים שמעוניינים להציג את הראיונות שערכו בפני הכיתה באמצעות מצגת יקבלו 5 נקודות בonus.

הנוכחות בקורס היא חובה.

### **\*תכנית הקורס:**

\*ייתכנו שינויים ברשימת הקריאה

1. הקדמה ותיאור של הקורס (27.02.2019)

### קריאת חובה

Balon, R., Beresin, E.V., Coverdale, J.H. et al. (2015). College Mental Health: A Vulnerable Population in an Environment with Systemic Deficiencies. *Academic Psychiatry* 39, 495- 497.  
<https://doi.org/10.1007/s40596-015-0390-1>

### קריאת רשות

American College Health Association. (2018). American College Health Association-National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Fall 2017. Hanover, MD: American College Health Association.

2. גורמי לחץ ומצוקה בקרב סטודנטים (06.03.2019)

### קריאת חובה

Ross, S. E., Niebling, B. C., & Hecker, T. M. (1999). Sources of stress among college students. *College Student Journal*, 33(2), 312-317.

Hamaideh, S. H. (2011). Stressors and reactions to stressors among university students. *International Journal of Social Psychiatry*, 57 (1), 69-80.

### קריאת רשות

Misra, R., McKean, M., West, S., & Russo, T. (2000). Academic stress of college students: Comparison of student and faculty perceptions. *College Student Journal*, 34, 236–245.

**3. משאבים והתמודדות עם הלחצים (13.03.2019)**

**קריאת חובה**

Brougham, R. R., Zail, C. M., Mendoza, C. M., & Miller, J. R. (2009). Stress, sex differences, and coping strategies among college students. *Current Psychology*, 28, 85-97.

Aycock, K. J.(2011) .Coping Resources, Coping Styles, Mastery, Social Support, and Depression in Male and Female College Students. *Counseling and Psychological Services Dissertations*. Paper 60.

**קריאת רשות**

Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among College Students. *Journal of Adolescent Health*, 46, 3–10.

**4. הסתגלות והצלחה אקדמית (20.03.2019)**

**קריאת חובה**

DeBerard, M. Scott, Glen I. Spielmans, and Deana C. Julka.(2004 ). Predictors Of Academic Achievement And Retention Among college Freshmen: A Longitudinal Study. *College Student Journal*, 38(1), 66-80.

Páramo, M ,Vacas, Carolina & M.Soledad, Rodriguez. (2015). Levels of adjustment to college, gender and academic achievement in first-year Spanish students.

**קריאת רשות**

van Rooij, E., Jansen, E., & van de Grift, W. (2018). First-year university students' academic success: The importance of academic adjustment. *European Journal of Psychology of Education*, 33(4), 749–767. DOI: [10.1007/s10212-017-0347-8](https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8)

**5. תרבות, לחצי תרבות והתמודדות של סטודנטים מרקעים אתניים ותרבותיים שונים (27.03.2019)**

**קריאת חובה**

Mena, F.J., Padilla, A. M., and Maldonado, M. (1987). Acculturative stress and specific coping strategies among immigrant and later generation college students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 9, 207-225.

Crockett, L.J., Iturbide, M.I., Torres Stone, R.A., McGinley, M., Raffaelli, M., Carlo, G. (2007) Acculturative stress, social support, and coping: relations to psychological adjustment among Mexican American college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 13, 347–355.

**קריאת רשות**

Dennis, J. M. & Phinney, J. S. & Chuateco, L. I. (2005). The Role of Motivation, Parental Support, and Peer Support in the Academic Success of Ethnic Minority First-Generation College Students. *Journal of College Student Development* 46(3), 223-236.

Smedley, B. D., Myers, H. F., Harrell, S. P. (1993). Minority-status stresses and the college adjustment of ethnic minority freshmen. *Journal of Higher Education*, 64(4), 434–452.

**6. התייעצויות אישיות חלק א' לבחירת נושא העבודה (אוכלוסיית הסטודנטים) (03.04.2019)**

**7. התייעצויות אישיות חלק ב' לבחירת נושא העבודה (אוכלוסיית הסטודנטים) (10.04.2019)**

אין לימודים בשני השיעורים, 17-4 ו- 24-4 בגלל חופשת פסח.

**8. לחצים, התמודדות והסתגלות של סטודנטים ערבים (עם דגש על סטודנטים ערבים-בדואים) (01.05.2019)**

**קריאת חובה**

Abu-Kaf, S. & Braun-Lewensohn, O. (2015). Paths to depression among two different cultural contexts: Comparing Bedouin Arab and Jewish students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 46(4) 612–630.

Abu-Kaf, S. & Shahar, G. (2017). Depression and Somatic Symptoms Among Two Ethnic Groups in Israel: Testing Three Theoretical Models. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 54(2), 32-40.

Geiger, B. (2013). Female Arab students' experience of acculturation and cultural diversity upon accessing higher education in the northern galilee-Israel. *International Journal of Higher Education*, 2(3), 91-106.

#### קריאת רשות

Zeidner, M. (1992). Sources of academic stress: The case of first-year Jewish and Arab college students in Israel. *Higher Education*, 24, 25–40.

Abu-Kaf, S., Shahar, G., Noyman-Veksler, G., & Priel, B. (2018). Role of Perceived Social Support in Depressive and Somatic Symptoms Experienced by Bedouin Arab and Jewish Israeli Undergraduates. *Transcultural Psychiatry*. [doi.org/10.1177/1363461518808948](https://doi.org/10.1177/1363461518808948)

Ben-Ari, A. (2004). Sources of Social Support and attachment styles among Israeli Arab students. *International Social Work*, 47, 187–201.

9. הרצאת אורחת\ פאנל יועצים - נגישות, פנייה ושימוש בשירותים המוצעים ע"י המוסדות האקדמיים (שיעור השלמה- נערך ביום שני) (06.05.2019)

10. מצגות של סטודנטים חלק א' ( לאלו שיבחרו להציג ולקבל את 5 נקודות הבנוס- תועלה לאתר מצגת הנחיות לפרזנטציה) (15.05.2019)

11. מצגות של סטודנטים חלק ב' (22.05.2019)

לא יתקיים השיעור בתאריך 29.05.2019 בגלל יום הסטודנט (שיעור השלמה נקבע ל-5-6).

לא יתקיים השיעור בתאריך 05.06.2019 בגלל חג אל-פטר

12. מצגות של סטודנטים חלק ג' (12.06.2019)

13. סיכום של הקורס ופידבק מהסטודנטים אודות המבנה והתוכן (19.06.2019)